

## Miks on oluline lapsega mängida?

Mäng ja mängimine on lapse loomulik tegevus, mida laps suudab ilma täiskasvanu abita teha – nii arvavad ilmselt paljud vanemad. Vanemad märkavad küll mängu kasulikkust, kuid ei näe vajadust selles ise osaleda. Kas see on ikka nii – kas mäng on ainult lapsele?

### 4 põhjust, miks mäng on lapse jaoks oluline:

1. Mäng loob perekonnas mõnusad suhted ning paneb aluse positiivsetele tunnetele ja kogemustele.
2. Mängu abil ja selle kaudu avastab laps oma loomingulisust, viib ellu enda ideed ja lahendab probleeme.
3. Täiskasvanutega mängimine aitab täiendada lapse sõnavara ning nii õpib laps oma mõtteid, tundeid ja vajadusi paremini väljendama.
4. Mängu kaudu õpib laps suhtlema, oma asju teistega jagama ja teiste tunnetega arvestama. Mängu olustikus mõistab laps paremini, kui mõni kaaslane on pahas tujus. Laps saab paremini aru põhjustest, miks sõber halvas tujus on, ja proovib pigem sõpra aidata kui oma soove peale suruda. Uuringud on näidanud, et lastel, kes juba varases eas palju loomingulisi mängu mängivad, on hiljem vähem käitumisprobleeme.

### Kuidas lapsega mängida?

Paljud lapsevanemad ei mängi oma lapsega, sest nad lihtsalt ei oska ja tunnevad mängus osaledes piinlikkust. Esimese asjana loobu juhi ja juhendaja rollist: ära püüa lapsega mängides talle korraldusi ning käskte jagada, vaid hoopis matki lapse tegevusi ja lase temal mängu juhtida.

### Üks ja sama unejutt on ka kolmandat korda lugedes põnev

Kui sageli oled näinud, et väikelaps täidab ja tühjeneb liivaäämbrit korduvalt? Või palub sul lugeda ühte ja sama unejuttu, nii et see tal lõpuks peas on? Sama mängu mängimine või ühe ja sama unejutu lugemine õhtust õhtusse muutub vanema jaoks tihti igavaks ning tekib kiusatus tempot tõsta. Lapse jaoks on siiski oluline, et ta saaks sama tegevust harjutada – nii saab ta oma võimetes kindel olla. Ära avalda lapsele survet, kui sul on igav. Oota, kuni laps ise otsustab tegevust vahetada. Rahulikus tempos mängimine muudab lapse tähelepanu püsivamaks ja julgustab teda kindla aja jooksul ühele tegevusele keskendumiseks.

### Pane tähele, millised mängud last huvitavad

Vanemad pakuvad lastele mõnikord välja mängu või mänguasju, mis on lapse vanust arvestades liiga keerulised. Kui julgustada kolmeaastast last puslet kokku panema ja ta keeldub või see tegevus ajab teda närvi, siis tõenäoliselt ei vasta selline mäng tema arengutasemele. Laps on pettunud, et tal palutakse teha midagi, millest ta aru ei saa. Püüa jätta lapsele aega ja ruumi endale meelepärase tegevuse leidmiseks ning mine tema pakutud mänguga kaasa. Märka, millised esemed või tegevused lapse tähelepanu haaravad, ja kasuta neid teinekord ise mängu alustamiseks.

## **Ära võistle lapsega**

Väikesed lapsed ei saa laua- ja kaardimängude reeglitest alati aru ning kui neil ei ole võistluse võitmiseks piisavalt oskusi, võivad nad loobuda ja jonnima hakata. Lapsed naudivad täiskasvanutega mängimist, kui mäng ei ole liiga võistluslik ja liigsete reeglitega. Kui laps mõtleb välja oma reeglid, mis tal võita aitavad, siis selles pole midagi halba. Sa ei pea muretsema sellepärast, et laps ei õpi kaotama, sest elus on palju teisi olukordi, mis talle seda õpetavad.

## **Punane poni on äge!**

Kas oled kuulnud ennast lapsele ütlemas: „Seda ei tehta nii!“ või „Ei, see ei käi sinna!“? Pea meeles, et sa ei pea lapse mängust aru saama. Ära hakka lapse tegevust mängu ajal parandama. Vanema kriitika tekitab lapses abitust, sest tähelepanu pööratakse valesti tehtule. Tulemuseks on hoopis hulk korraldusi ja parandusi, mistõttu mäng ei paku rahuldust ei lapsele ega vanemale.

Mängu olulisus seisnebki loomingulisuses ja katsetamises, mitte aga täiuslikus lõpptulemuses. Kui laps joonistab ilma täppideta lepatriinu, siis aktsepteeri seda – kõik lepatriinud ei peagi olema täppidega ja lapse jaoks on oluline saada kindlust, et maailmas on ka erandeid. Mõtle välja, kuidas lapse ideid, mõtlemist ja käitumist tunnustada. Näiteks võid öelda: „Väga vahva! Su poni on nii ilusat punast värvi!“ või „Sa oled nii põneva mängu ise välja mõelnud.“ Kui annad lapsele võimaluse oma kujutlusvõimet rakendada, haarab see teda rohkem kaasa ja muudab ta loomingulisemaks. Nii areneb lapse oskus iseseisvalt mängida ja omi mõtteid seada.

## **Toetavad kommentaarid**

Aeg-ajalt on vanematel komme mängimise ajal küsimusi esitada: „Mis loom see on?“, „Kuhu see käib?“ või „Mida sa praegu teed?“. Vanemad usuvad, et küsimused aitavad lapsel õppida, aga kahjuks võib tulemus olla vastupidine. Lapselt küsitakse tihti, mida ta teeb, enne kui laps ise teab, kuhu ta soovib välja jõuda. Sellisel juhul langeb tähelepanu pigem tulemusele kui mängimisele. Tunne lapse mängu vastu huvi, kirjeldades tema tegevusi, millele lisad toetavaid kommentaare. Näiteks: „Paned autot garaaži, nüüd läksid tankima.“ Peagi märkad, et laps imiteerib kommenteerimist spontaanselt. Küsi üks või kaks küsimust korraga – kui saad vastuse, siis anna positiivset tagasisidet. Kui küsid: „Mis loom see on?“ ja laps vastab: „See on tiiger“, võid lisada: „Ah et tiiger. Sa tunned tõesti loomi hästi. See on veel selline vahva punasetriibuline tiiger!“

*Artikkel põhineb USA kliinilise psühholoogi, Washingtoni ülikooli professori Carolyn Webster-Strattoni positiivse vanemluse käsiraamatul „Imelised aastad. Juhend 2–8-aastaste laste vanematele“.*