

Tartu Ülikool

Sotsiaalteaduste valdkond

Narva Kolledž

Õppekava „Koolieelse lasteasutuse õpetaja mitmekeelses
õppekeskkonnas“

Anastassia Zrelova

VÄIKELASTE ENESETEENINDAMISE OSKUSTE TASE JA LAPSEVANEMATE
TEADLIKKUS NENDE KUJUNDAMISEL

Bakalaureusetöö

Juhendaja eelkoolipedagoogika nooremlektor Lehte Tuuling, MA

Narva 2022

KINNITUS

Olen koostanud töö iseseisvalt. Kõik töö koostamisel kasutatud teiste autorite tööd,
põhimõttelised seisukohad, kirjandusallikatest ja mujalt pärinevad andmed on viidatud.

..... 16.05.2022

Töö autori allkiri ja kuupäev

Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja lõputöö üldsusele kättesaadavaks tegemiseks

Mina Anastassia Zrelava

(sünnikuupäev: 05.10.1994)

1. annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) enda loodud teose „Väikelaste eneseteenindamise oskuste tase ja lapsevanemate teadlikkus nende kujundamisel“, mille juhendaja on Lehte Tuuling.

1.1.reprodutseerimiseks säilitamise ja üldsusele kättesaadavaks tegemise eesmärgil, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace-is lisamise eesmärgil kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni;

1.2.üldsusele kättesaadavaks tegemiseks Tartu Ülikooli veebikeskkonna kaudu, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace´i kaudu kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni.

2. olen teadlik, et punktis 1 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.

3. kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei rikuta teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse seadusest tulenevaid õigusi.

Narvas, 16.05.2022

SUMMARY

Parents' awareness of self-care skills development and child support. The purpose of this study was to find out from parents the knowledge about the development of the child's self-care skills and the awareness of support for their development. A questionnaire for parents was used as a research tool. The study involved 31 parents. Studies show that parents of younger children are less aware of the development of self-care skills and do not always behave properly in supporting the development of the child. Parents of 3 and 4-year-old children are more knowledgeable and direct their children to independence.

Keywords: self-sufficient skills, excessive care, curling - parents, life skills, development of self-sufficient skills um.

SISUKORD

SISSEJUHATUS	6
1. VÄIKELASTE EELDATAV ENESETEENINDAMISE OSKUSTE TASE JA LAPSEVANEMATE ROLL NENDE KUJUNDAMISEL	8
1.1. Eneseteenindamise oskuste areng	8
1.2. Eneseteenindamise oskuste kujunemise seaduspärasused koolieelses eas	11
1.3. Kuulekuse kasvatamine on vajalik	14
1.4. Vajadus selgitada keeldumist, tänusõnade kasutamine	16
1.5. Täiskasvanu roll lapse eneseteenindusoskuste kujunemisel	19
2. UURIMISTÖÖ METOODIKA	22
2.1. Uurimistöö eesmärk ja uurimisküsimused	22
2.2. Meetodi valik ja kirjeldus	22
2.3. Uurimisprotseduuri korraldus	23
2.4. Valimi kirjeldus	23
3. UURIMISTULEMUSTE KOKKUVÕTE	24
3.1. Lapsevanemate teadlikkus laste enesekohaste oskuste arengu toetamisel	24
3.2. Laste eneseteeninduse oskuste tase lapsevanema hinnangul	27
3.3. Arutelu	31
KOKKUVÕTE	36
ALLIKAD	38
LISAD	40

SISSEJUHATUS

Inimese areng ei kulge ühtlaselt ega tasapisi, vaid pigem astmeti – kui üks etapp on saavutatud, tõustakse järgmisele astmele, kus püstitakse nii kaua, kui uus arenguülesanne eeldab. Esimeste eluaastate jooksul toimub tormiline areng kõikides psüühilise ning füüsilise arengu valdkondades. (Keltikangas-Järvinen, 2012, lk 15). Koolieelse lasteasutuse riikliku õppekava (2008) 4. peatükk § 15 lõige 7 sätestab õpiväljundina, et koolieelses eas laps saab hakkama eneseteenindamisega ja tal on kujunenud esmased tööharjumused. Õppekavas ei kirjeldata missuguseid eneseteenindusoskusi oodatakse erinevas vanuses lastelt. Seega puuduvad selged juhised õppekavas selle kohta, millised peaksid olema 2-aastase lapse oskused ja kuidas nende arengut toetada.

Vanemate kohustus on oma laste eest hoolitseda, aga sageli võib tõdeda, et hoolitsemisest saab ülehoolitsemine. Vanemad ei anna aega lapsele ise toime tulla eneseteenindamisega ja seetõttu ei saa lapsel välja areneda enesekohased oskused. Eelkoolieas on enesekohaste oskuste kujunemine seotud lapse mina-pildi tekkimise, enesehinnangu ja enesuse, oma käitumise juhtimise ning eneseanalüüsi oskuste omandamisega. Eelkoolieas kasvab ja areneb laps mitmesugustes igapäevaelu tegevussituatsioonides, kus oluline tähendus on iseenda tundaõppimisel, sotsiaalsetel kontaktidel, suhtlemisel täiskasvanute ning eakaaslastega. Samas toetub uute teadmiste omandamine ja oskuste kinnitamine selles vanuses veel suuresti täiskasvanu abile. Seetõttu ongi just lastevanematel ning lasteaiaõpetajatel lapse esmaste enesekohaste oskuste arendamisel ja eneseteenindamise harjutamisel täita tähtis suunaja roll. Koos enesekohaste oskustega, mis võimaldavad kollektiivis toime tulla ja edukalt suhelda, on eelkoolieas väga oluline selliste harjumuste ja käitumisoskuste väljakujunemine, mis tagab lapsele iseseisvuse eneseteenindamisel. Eneseteenindamine eelkoolieas seostub elementaarsete hügieeni-, riietumis-, söömis- ja korraharjumuste kujundamise ning kinnistamisega lasteaia õppe-kasvatustsüklis, kuid eelkõige kindlasti kodus (Saarits, 2008, lk 79 – 88).

Varem on TÜ Narva kolledžis seda teemat käsitlenud Tümanok-Ionov (2018), kes uuris lasteaiaõpetajate ja lapsevanemate teadmisi kaheaastaste laste eneseteenindusoskustest ja nende kujunemisest Maardu linna näitel, ja Ošurkova (2020), kelle eesmärgiks oli välja selgitada lapsevanemate teadmised lapse eneseteenindusoskuste arengust ja nende kujundamise toetamisel. Tümanok-Ionovi (2018) läbi viidud uuringust selgus, et ainult veerand uuringus osalenud lapsevanematest pidasid kaheaastasele lapsel jõukohaseks selliseid eneseteenindamisoskusi nagu

iseseisev söömine ja lihtsamate riietusesemete selga panemine, 14% pidas kaheaastasele jõukohaseks oskust kasutada tualetti, ja mõned üksikud arvasid, et laps peaks saama hakkama oma mänguasjade kokku korjamise ja oma vajaduste väljendamisega. Ošurkova (2020) läbiviidud uuringust selgus, et 3–4aastaste laste vanemad on vähem teadlikud lapse eneseteenindamisoskuste arengust kui 5–7aastaste laste vanemad ja vanemad ei käitu alati õigesti lapse arengu toetamisel. Kuna varasemast uuringust, mis oli tehtud, ilmnis, et väiksemate laste vanemad on vähem teadlikud, ja väheseid teadmisi selles vanuses laste vanematel kinnitas ka varasem uurimus Maardus (2018), otsustas autor välja selgitada, kui teadlikud on kaheaastaste laste vanemad oma laste eneseteenindamisoskuste kujundamisel.

Bakalaureusetöö eesmärk on välja selgitada lapsevanemate teadmised lapse eneseteenindamisoskuste arengu seaduspärasustest 2–3aastastel lastel ning enda rolli tähtsusest nende kujundamisel.

Uurimistöös on püstitatud järgmised uurimisküsimused:

- Milline on sõimerühma laste eneseteenindamise oskuste tase lapsevanemate hinnangul?
- Kui teadlikud on lapsevanemad eneseteenindamise oskuste kujunemise seaduspärasustest 1 – 3aastastel lastel?
- Kuidas toetavad lapsevanemad kodus lapse eneseteenindamisoskuste arendamist?

Uurimistöös läbiviimiseks valis autor kvantitatiivse lähenemisviisi. Andmekogumismeetodina kasutati ankeetküsitlust. Valimi moodustasid ühe Narva linna lasteaia lapsevanemad.

1. VÄIKELASTE EELDATAV ENESETEENINDAMISE OSKUSTE TASE JA LAPSEVANEMATE ROLL NENDE KUJUNDAMISEL

1.1. Eneseteenindamise oskuste areng

Areng on inimese ja teiste elusolendite süstemaatiline muutumine alates munaraku viljastumisest kuni indiviidi surmani. Samal ajal areng on nii bioloogiline kui ka sotsiaalne ja kultuuriline protsess. (Veisson, 2017, lk 10)

Üks esimesi arenguvajadusi on seotud eneseteeninduse oskuste kujunemisega. Lapsel võib küll olla soov aga tal on raske saada hakkama riitumisega vaatamata sellele, kui järjekindlalt ta püüab näidata oma iseseisvust. Kui vanemad ei jaks oodata ja panevad ise oma lapse riidesse, harjub laps sellega, et tema eest teeb kõik ära täiskasvanu (ema, isa, õpetaja). Sellega tehakse suur viga lapse kasvatamises: laps hakkab veel rohkem tundma oma abitust ja sellega koos kasvab ebakindlus, kaob stiimul iseseisvuseks. Tulevikus kujuneb lapsel välja harjumus kasutada täiskasvanu abi. Igaüks, kes on seotud koolieeliku kasvatamisega, teab laste tuntud fraasi: „Mina saan ise!“. Selline fraas tähendab, et lapsel on olemas valmisolek ise hakkama saada ja sellega ta näitab, et ta tahab saada iseseisvaks. Lapse sõnades „ma saan“, „ma oskan“, „ma õpin“ väljenduvad sellised omadused nagu iseseisvus, vastutus, aktiivsus maailmaga tutvumises. On väga oluline mitte pidurdada neid omaduste arengut lapsel, vaid vastupidi, aidata lapsel arendada neid ja toetada last. Lastel on soov olla sõltumatu ja teha asju iseseisvalt. See on lapse normaalse arengu terviklik osa. Juba kaheaastane laps saab näidata oma iseseisvust, näidates oma eneseteenindusoskusi. On oluline, et lapse töökasvatus algaks juba varases eelkooli eas. Laps omandab võtted, mis on seotud eneseteenindamisega, ja laps hakkab veel rohkem tundma, et ta juba midagi oskab ja tänu sellele teeb edusamme. Ta loobub täiskasvanute abist, kes kogu aeg püüavad teda panna riidesse. Laps hakkab hoolitsema oma välimuse eest. Riitumine muutub lapse igapäevaseks tegevuseks ja harjumuseks saab panna jalanõud oma kohale, ilusti riputada kappi riided jne. Lapsel kujuneb püüdlus korrasolekuks, tahe hoida puhtust.—Lapse kasvades suureneb võimekus sooritada erinevaid eneseteeninduse toiminguid. Lasteaias nad juba saavad katta lauda, pesta mänguasju, osaleda kergemates koristustöödes jne (Bure, 2011, lk 2–4).

Kui laps hakkab eneseteenindamise oskusi õppima, on iseenesestmõistetav, et laps teeb asju omamoodi ja eksib, kuid katse-eksituse teel omandab ta osavust, saavutab lõpuks meisterlikkuse

ja tunneb uhkust oma arengu üle (Stephens, 2007). Selleks on eelkõige vaja pidev ja sihipärane täiskasvanu toetus ja julgustamine isetegemisele.

Töökasvatus on sihipärane tegevus, mis valmistab last ette eluks, arendades isiksuseomadusi, kujundades suhtlemisoskust, arendades eneseteenindamise oskusi ja -vilumusi ning õpetades tööharjumust. Tööl on alati eesmärk, võetud ülesanded tuleb ka lõpuni viia. Kõige soodsam aeg tööharjumuste kujundamiseks on 2,5–3,5aastaselt. Sellel perioodil tahab laps väga paljusid asju ise teha. Töökasvatases on suur tähtsus lastevanematel. On läbi viidud palju uuringuid, kus on selgunud, et lastevanemad tegelevad töökasvatusega väga vähesel määral. Enesehooldusoskuste arendamine sõltub sageli motoorsetest oskustest, enesekontrollist, sotsiaalsest mõistmisest ja kognitiivsetest oskustest. Enesehooldusoskuste näitamine võib sõltuda ka hoiakutest ja motiveerivatest teguritest. (Bure, 2011, lk 4).

Kaheaastane laps sööb ja joo iseseisvalt üsna vilunult, saab hakkama lihtsama pesemise ning riidesse panekuga. Kolmandaks eluaastaks on laps valmis potil käima. Neljandaks eluaastaks saab laps hakkama eneseteenindamisega, tal on kujunenud tualetiharjumused. Viiendaks eluaastaks tahab laps olla iseseisev. Laps saab hakkama eneseteenindamisega (riietub, sööb, joo iseseisvalt), tal on kujunenud tualetiharjumused. Kuuendaks eluaastaks koristab laps tegevuse lõppedes enda järelt ja tegutseb enamasti iseseisvalt. Seitsmendaks eluaastaks saab laps hakkama eneseteenindamisega ja tal on kujunenud esmased tööharjumused. Laps kasutab erinevaid vahendeid heaperemehelikult ning tegevuse lõppedes koristab enda järelt (Männamaa & Marats, 2009, lk 5–36).

Lapse eneseteenindusoskuste arendamine on laste arenguprotsessis kriitilise tähtsusega, eriti vanuses 1–8 aastat. Enesehooldusoskused hõlmavad riietumist/lahtiriietumist, iseseisvat söömisoskust, tualetis käimist ja hügieenitoiminguid (nt kätepesu, hammaste harjamine, vannis käimine jne). (Self-care Skills, s.a.) Üldlevinud ekshiarvamuseks on esimeste eluaastate osatähtsuse alahindamine kogu edaspidise elu kontekstis. Isegi mõned uurijad kasutavad sellist tähendust nagu ”esimese kolme eluaasta müüt”, ”müstiline hoolduskäsitus”. Esimeste eluaastate jooksul toimub tormiline areng, mis on kõige kiirem kui mis tahes hilisemates etappides kogu elu jooksul. Väikelaps ei muutu agressiivseks, kui mängib näiteks nutiseadmetes, aga teda võib häirida sotsiaalsete sõnumite edastamise süsteem (Keltikangas-Järvinen, 2013, lk 15–16).

Laste eneseteenindamise oskuste arengut takistab ka vanemate poolne ülehoolditsemine. Selliste vanemate puhul kasutatakse terminit „curling-vanemad“. Ülehoolditsemine tähendab seda, et lapsevanem ei suuda lapse pahameelt taluda ja kiirustavad kohe olukorda pehmendama ning teevad lapse eest ära toimingud, millega ta väikese pingutuse järel ise hakkama saaks. Sellise

käitumise tagajärjeks on see, et laps ei õpigi pettumusi taluma ning võib juhtuda, et beebina kogetu jääb kestma kauemaks (Keltikangas-Järvinen, 2013, lk 50–51).

Järgmiste eluaastate jooksul hakkab lapse minapilt täpsustuma. Soodsa enesehinnangu kujundamiseks vajab laps rohkesti positiivset tagasisidet ning eduelamusi ja seetõttu tuleb teda edusammude eest kiita. Minapilt muutub tasapisi realistlikumaks järgmiste eluaastate jooksul, aga positiivne enesehinnang eeldab varajases lapsepõlves kogetud tunnet, et saadakse hakkama. Realistlikuma minapildi poole suunab last see, et ta hakkab märkama, et teised lapsed teevad mõnda asja temast paremini. (Keltikangas-Järvinen, 2013, lk 50–51)

Toetamaks lapse toimetuleku ja eneseregulatsiooni oskuste arengut ei tohi täiskasvanud anda järele lapse tujudele ja iga hinna eest vältida negatiivseid emotsioone. Lapsevanemate ülesanne on õpetada last oma emotsioonide, nii negatiivsete kui ka positiivsetega, toime tulema. (Mis juhtub kui..., 2015). Limiidid ja reeglid on lapse jaoks olulised. Mudilane, kellele pole piire seatud, ei oska oma emotsioone kontrollida ega ise ennast maha rahustada. Pole õige, kui vanemad lubavad lastele käitumist, mis pole eakohane ja lõpptulemused on lapsele kahjulikud. Kui lapsel lubatakse mängida hiliste öötundideni, on selle tulemuseks järgmisel päeval väsinud ja pahas tujus mudilane, kes ei suuda väsimuse tõttu oma käitumist kontrollida ja omandada uusi oskusi. See on lapse arengu seisukohast palju suurem probleem, kui paar õhtut magamamineku eelset kisa. Pole õige, kui lapse soovid täidetakse kellegi teise arvelt. Sellest, et teised on pidevalt ebamugavas olukorras, õpib mudilane inimsuhete kohta seda, et tema sõna on alati viimane. Ja tal on alati õigus, mis ei tee temast tulevikus head sõpra või partnerit. Vanemad peavad laskma lapsel tunda pettumust ja õnnetu olemist, muidu laps ei saagi teada, mis tunded need on ja hakkab iga hinna eest vältima situatsioone, mis võiksid neid emotsioone esile tuua. Kuna laps ei ole õppinud, kuidas keeruliste tunnetega hakkama saada, on tal väga madal EQ ehk emotsionaalne intelligentsus. Eneseregulatsioon on oluline nii lasteaias, koolis kui ka edaspidises elus. Laps, kellel see oskus puudub, ei suuda aru saada eesmärkidest ja tähtaegadest. Laps ei õpi kunagi endale piire seadma. Ta ei suudagi tulevikus neist kinni pidada ja see takistab tal hästi edasi jõudmast. Vanemad ei pea ostma lapsele kõike, mida laps tahab. Mudilane, kes on sünnist saadik saanud endale kõik mänguasjad, mida ta on tahtnud, hakkabki õnnetunnet seostama asjade omamise ja saamisega. Kohe kui tuju läheb kehvemaks, mõtlebki ta, et saab minna poodi ja “õnne osta”. Kui vanemad käituvad, nagu negatiivsed tunded oleks midagi valet ega luba oma lapsel neid kogeda, on lapsel palju raskem sisemist rahu ja stabiilsust saavutada. Stabiilne rahu tuleneb õigest ja adekvaatsest enesehinnangust, kõikidest emotsioonidest, raevust ja kurbusest. Lapsed peavad teadma, et vanematel ja lastel on peres erinev roll ja vanemate ülesanne on hoolitseda laste turvalisuse eest (Mis juhtub kui ..., 2015).

1.2. Eneseteenindamise oskuste kujunemise seaduspärasused koolieelses eas

Eneseteenindamine eelkoolieas seostub elementaarsete hügieeni-, riietumis-, söömis- ja korraharjumiste kujundamise ning kinnistamisega lasteaia õppe-kasvatustsükli, kuid eelkõige kindlasti kodus. (Saarits, 2008, lk 88). Lapse arengu toetamisel on väga oluline, et täiskasvanu oleks teadlik arengu seaduspärasustest ja seaks lapsele jõukohaseid eesmärke.

Käte pesemine. Laps tunneb end uhkelt, kui tal palutakse käsi pesta ja ta oskab seda teha. Kraanikausi kasutamine võib lapsele algul üsna keeruline olla, seepärast võib alustada veekannust. Kui laps oskab juba käsi pesta, on vaja selgitada, miks ja millal on vaja seda teha. Pärast tualeti kasutamist, enne söögitegemist on vaja tuletada lapsele meelde käte pesemist, kuni see talle meelde jääb. Vaja on meeles pidada, et vanemad annavad ise eeskuju. (Pitamic, 2006, lk 14).

Hammaste pesemine. Kui on mõni hea tava, mida lapsele tuleks noorest peast õpetada, siis see on hammaste pesemine. Kutsuge appi oma hambaarsti, kes aitaks lapsele selgitada, miks ja millal on vaja hambaid pesta, kaasa arvatud pärast sööki ja magamist. Selgitada, miks oma hambaharja ja käterätikut ei jagata teistega (Pitamic, 2006, lk 16).

Juuste harjamine. Nii poistele kui tüdrukutele meeldib juukseid harjata. On lapsi, kes harjavad oma juukseid innukalt ja mitte edevusest, vaid rahuldusest, mida see omandatud oskus pakub, lisaks uhkusest oma välimuse üle (Pitamic, 2006, lk 17).

Rõivaste kokkupanemine. See tegevus algab lihtsast taskurättide kokkupanemisest ja edasi minnakse rõivaste kokkupanemiseni. Kui valitakse rõivaesemeid, mida laps saaks kokku panna, on vaja valida siis selliseid, millel on õmblused, et need oleksid nagu juhtjooned, näiteks särk või džemper. On vaja kasutada juhust ja seletada, miks tuleb rõivaid kokku panna ja kus neid pärast kokkupanemist hoida. Võib isegi kinnitada riulitele vastavate esemete pildid, mis aitavad lapsel seda paremini meeles pidada (Pitamic, 2006, lk 18).

Jalatsid. Kui lapse jaoks on keeruline jalatsite jalgapanek, siis on vaja seletada lapsele, mis juhtub, kui need ei ole jalas. Ka paelte sidumine on väikesele lapsele väga raske. Alustatakse takjapaelast ja teistest lihtsamatest kinnistest, et lapse enesekindlus kasvaks. Kui laps on need harjumused juba omandanud, siis pööratakse jalatsid ümber, nii et kannad oleksid lapse poole. Ta paneb neid jalga ja katsub uuesti kirjeldatud harjutusi teha (Pitamic, 2006, lk 22).

Lauakatmine. See on kiire ja tõhus tegevus, mis õpetab lapsele, kuidas lauda katta. Kasutatakse paberilehte, kuhu on joonistatud nõud. Nii õpib laps, kuhu paigutada noad-kahvlid-lusikad ja kuhu taldrik. Kui ta selle kord juba selgeks on saanud, võib lauakatmine jäädagi perekonnas tema tööks. Paljudele lastele meeldib, kui neile näidatakse mitmesuguseid salvrätikute voltimise viise. Peale praktilise kasu tugevdab see voltimisoskust ja kindlustab parema ning vasaku mõistet (Pitamic 2006, lk 30).

Igal lapsel on individuaalne kiirus eneseteenindamise oskuste omandamisel, see on seotud kognitiivsete ja sotsiaalsete oskuste arenguga. Elementaarsete eneseteenindamise oskuste kujundamine tähendab seda, et väikelast õpetatakse iseseisvalt toime tulema erinevate toimingutega. Oluline on kujundada lastes positiivne suhtumine söömisel, lõunauinakusse, riietumisse, hügieeni- ja korraharjumustesse. (Saarits 2008: 89) Juba väikelapseas on tähtis pöörata tähelepanu lauakommete ja kultuurse käitumise harjumuste kujundamisele. Last suunatakse tundma oma kohta söögilauas, pärast sööki tänama ja lauast tõustes tooli laua alla asetama. Pärast magamist tuleb õpetada last kammima juukseid ja hoidma puhtana oma välimust. On tähtis pöörata lapse tähelepanu käte pesemisele ja nende kuivatamisele. Tuleb selgitada lapsele, millal tuleb iga harjumus teha.

Samuti on vaja õpetada last koristama oma järelt mänguasjad, kui mäng on lõppenud. Sõimerühmas on 2 – 3aastasi lapsi, kes tulevad edukalt toime söömise ja riietumisega, kuid enamik vajab väikelaste rühmas siiski täiskasvanu tähelepanu ning abi enesega toimetulekuks. (Saarits, 2008, lk 89)

Eneseteenindamise oskuste kujundamist eelkoolieas soodustavad:

- kindel päevakava ja selles olevate rutiinsete tegevuste järgimine;
- lastega kokku lepitud reeglid ja nende arvestamine;
- last usaldava ja tema oskusi aktsepteeriva täiskasvanu suhtumine;
- täiskasvanu suunav, vajadusel abistav ja empaatiline käitumine (Saarits, 2008, lk 90)

Eneseteenindus oskuste kujunemine sõltub lapse üldoskuste arengust üldisemalt ja on seotud otseselt ka lapse füüsilise arenguga. Pooleteise aastane laps teeb riietumisel koostööd täiskasvanuga sirutades käed ja jalad välja, et riideid oleks kergem selga panna. Sõrmede abil paneb ta suhu väikseid toidutükke ja hakkab tassist jooma. Laps hakkab tundma ebamugavust märjana või määrdumise korral ja ilmutab tahet istuda potile täiskasvanu järelevalve all. (Self-care Skills, s.a.; The Australian Children's Education, s.a)

Kaheaastane laps oskab süüa lusikaga, juua tassist ja käia potil. Riietumisel suudab ta ise ära võtta sokid ja püksid jalast. Mängulistest tegevustes harjutab ta erinevaid tegevusi (laua katmine, nuku magama panemine jne.) Peale mängimise lõpetamist peab laps koristama oma mänguvahendid nii toas kui õues. Kaheaastane laps jõuab mina-kriisi, aga talle on oluline täita ülesandeid koos täiskasvanuga. Oma tegevustes matkib ta täiskasvanut, aga mingil juhul ei tohi lapse eest ära teha seda, millega laps saab ise hakkama. (Arendi, 2011, lk 24-25; The Australian Children's Education, s.a)

Kahe ja poole aastane võtab seljast ära avatud hõlmadega jope ja lahti nõõpida suuri nõõpe. Tualettruumi kasutamisel vajab täiskasvanu meeldetuletust ja võib vajada abi. Selles vanuses laps suudab juba iseseisvalt pesta käsi ja peseb abiga hambaid. (Self-care Skills, s.a.)

Kolmeaastane laps suudab juhendamisel riietuda juba iseseisvalt ja asetab oma korrastatud riided hoiukohale (kapp või tool). Süües kasutab ta nii lusikat kui ka kahvlit õigesti. Koristab meelde tuletamisel mänguasjad ja asetab need pärast mängu lõpetamist oma kohale. Lapse eneseteenindusoskuste arenguks on vajalik rutiin ja kord. Laps õpib aru saama, et kõik ei õnnestu esimese korraga, järgmine kord tuleb kõik paremini. Kolmeaastane ei suuda keskenduda pikalt rohkem kui kümme minutit ja seetõttu on oluline selgitada, et sellest pole midagi kui esimese korraga ei õnnestu, järgmine kord läheb juba palju paremini. (Arendi, 2011, lk 26-28.)

Kolme ja poole aastane laps on juba päris osav riietuja, paneb väikese juhendamisega riided õigetpidi selga, suudab lukud lahti teha, ka eraldavad tõmblukud, avab suured nõõbid ja rõivaste esiküljel paiknevad haagid või krõpsud. Tuleb toime jalanõude paelte ja rihmade avamisega. Kasutab iseseisvalt tualetti, kuid võib vajada abi pepu pühkimisel ja pükste ülestõstmisel. Samuti suudab ta pesta iseseisvalt käsi ja hakkab nägu pesema. (Self-care Skills, s.a.)

Nelja-aastaseks saades peaks laps saama hakkama juba iseseisvalt riietumisega ning pöörab oma riided peale seljast võtmist õigetpidi ja paneb kokku. Laps sööb iseseisvalt ja puhtalt, kasutab lusikat ja kahvlit, juhendamisel nuga. Laps mõistab täiskasvanult saadud korraldusi, täidab neid iseseisvalt pidades kinni kokkulepitud reeglitest. Tegevusele suudab ta keskenduda 15–20 minutiks. Kolmas-neljas eluaasta on lapse "mina" arengus oluline aeg, laps juba teab, mida tahab, missugused on soovid, kuid sageli ei oska veel korrektselt selgitada. Selles vanuses lapsed suudavad nõõsid pesta, lund lükata ja maasse auku kaevata. Tegutsedes saab ta palju kogemusi, aga seejuures tuleb järjekindlalt pöörata tähelepanu ka töö kvaliteedile. (Arendi, 2011, lk 29-30; The Australian Children's Education, s.a)

Nelja ja poole aastane riietub juba täiesti iseseisvalt, seob kinni; kingapaelad ja kinnitab kinga pandlad, paneb vöö vajadusel läbi aasade ning suleb ja avab tõmblukke. Peseb nägu ja harjab

hambaid iseseisvalt, hakkab juukseid kammima ja harjama ning käib väikse abiga vannis. (Self-care Skills, s.a.)

Viieaastane laps saab juba hästi hakkama eneseteenindamisega, paneb kinni trukid, nõöbid ja lukud. Kammib iseseisvalt juukseid ja teeb juhendamisel pärast magamist voodi ära. Söögi ajal järgib lauakombeid, oskab valida vastavalt toidule õigeid söögiriistu, kasutab kahvlit ja nuga jning valmistada võileibu. Laps suudab keskenduda huvitavale tegevusele 20–30 minutit. Ise korrigeerib käitumist vastavalt vajadusele. Ta tegutseb täiskasvanupoolsel suulisel juhendamisel juba päris osavalt, aga talle tuleb selgitada, et vajadusel on õige küsida täiskasvanult abi. (Arendi, 2011, lk 31–32.)

Kuueaastane laps saab eneseteenindamisega juba kiirelt ja ladusalt hakkama. Korrastab peale magamist ise oma voodi ja hindab oma välimust peeglisse vaadates. Söömisel tuleb ta toime lisaks kahvlile ka noa kasutamisega. Koos täiskasvanuga valmistab mõningaid toite (kõige lihtsam on tükeldada puu- ja juurvilju, teeb võileiva). Lapsele saab anda juba pikemaajalisi töid – näiteks taime kasvatamine või oma toa täielik koristamine. Tähelepanu tuleb pöörata töö kvaliteedile ja lasta lapsel ise parandada tehtud töö. (Arendi, 2011, lk 33-34.)

Seitsmeaastane laps on juba omandanud eneseteenindamise oskused täielikult ning oskab kasutada kirjutus- ja erinevaid töövahendeid. Laps mõistab ja täidab täiskasvanu antud sõnalisi juhiseid. Laps tegutseb sihipäraselt, ta on võimeline keskenduma juba 30–35 minutit. Ta on uudishimulik, tahab teada saada uusi asju ja suudab vastu võtta uut infot. Laps saab aru, et ühise töö tulemus sõltub igaühe jõupingutusest ja kaasinimeste abist, seetõttu on oluline last innustada ja kiita. (Arendi, 2011, lk 35-36.)

1.3 Kuulekuse kasvatamise roll eneseteenindamise oskuste kujunemisel

Saara Kinnunen (2008), soome sotsiaalpsühholoog ja perenõustaja, toob oma raamatus "Las ma olen laps" peale silmanähtavate praktiliste põhjenduste veel ühe olulise eesmärgi, miks vanemate ülesanne on õpetada lastele kuuletumist. Nimelt arenevad kuuletuma õppides lapse aju närvirakkude vahel seosed, mis aitavad tal edaspidi enesega toime tulla: ise end käskida ja keelata, ennast valitseda ja vajadusel ka millestki loobuda. Ehk teisisõnu - see loob aluse enesedistsipliinile, milleta täiskasvanuil on siin ilmas raske toime tulla. Lapsel, keda pole õpetatud

kuuletuma või kellega pisisasjadeni nõu peetakse, on suurem võim, kui ta selles eas kanda suudab. Võib juhtuda, et nii jääb laps ilma osast lapsepõlvest. Seetõttu on oluline hästi läbi mõelda kuidas õpetada lapsi kuuletuma, ilma et see kujuneks autoritaarseks lapse allutamiseks käskudele. Alustada tuleb varakult, jääda endale kindlaks, aidata lapsel oma tahet kasvatada ja vältida eemalt kamandamist. Arengu toetamiseks ei tohi lapse eest ära teha asju, millega ta ise hakkama saab, tuleb õpetada last loobuma ja kokkulepetest kinni pidama järgides ka ise reeglitest kinni pidamist.

Toetudes Saara Kinnuneni seisukohtadele kirjutab Kõnnussaar (2009), et lapse kasvatamine nõuab täiskasvanutelt, et nad kasvaksid ka ise. Ta on seiskohal, et võttes täiskasvanutena vastutuse, laseme oma lastel olla lapsed ja anname neile eluks kaasa hindamatu pagasi - turvalise, õnneliku lapsepõlve. Juba mainitud raamatus "Las ma olen laps" jagab Kinnunen (2008) mälestust ühelt lastekaitsekonverentsilt, kus tuntud laste psühhiaater alustas oma sõnavõttu, öeldes: "Tänapäeva lastele tuleb tagasi anda usk oskavatesse, tugevatesse ja tarkadesse vanematesse." Selle üleskutsega võib nõustuda.

Laste sõnakuulmatus ja soov katsetada piire hakkab ilmne alates kolmandast eluaastast. Enne seda vanust aktsepteerivad nad omaenda vanemate kehtestatud reegleid palju paremini. Vanuse kasvades on nad palju vastumeelsemad ja paljud vanemad tunnevad sellise käitumise pärast meeleheidet. Vastuhakk täiskasvanute kehtestatud reeglitele on 3-6-aastastel lastel normaalne arenguline protsess. Alates 3. eluaastast muutub laps igas aspektis palju mässulisemaks ja vanemate kehtestatud reeglitega on tal raske leppida, sõnakuulmatus on ülekaalus kuulekuse üle. Vanemate ülesandeks on tagada, et nende laps austab reegleid ja korraldusi nii perekonnas kui ka sotsiaalsfääris. See on tingitud lapse evolutsioonilisest arengust, nii et vanemad peavad kasvatuses seda arvestama ja toetama lapse iseseisvumispüüdu, et tagada laste võimekus nõustuda kehtestatud reeglitega ja neid järgida. (Gallegio, s.a)

Kokkulepetest kinni pidamise oskuste arendamiseks on hea istuda lapse kõrval ja selgitada rahulikult tagajärgi, mida tekitab eeskirjade eiramine või järgimine. Juhul, kui lapse käitumine on hea, on oluline teda kiita ka näidatud sõnakuulelikkuse eest. Vanemad peaksid kogu aeg meeles pidama, et kuigi laps on veel väike, on juba võimeline arusaama selgitustest, et teeb midagi valesti

või midagi õigesti. Standardite kehtestamisel tuleb arvesse võtta kahte asja. Lapsega tuleb maha istuda ja talle reegleid õpetada. Vanemad peavad olema kogu aeg järjekindlad, kui lapsed teevad midagi valesti, rakendama kehtestatud tagajärgi. 3–6-aastased lapsed juhivad ainult oma vaatenurgast, nii et nad on vastu mis tahes muule arvamusele kui oma. Seetõttu on vanemate ülesanne osata neid õpetada parimal võimalikul viisil ja panna nad mõistma, et on oluline juhinduda reeglitest. (Gallegio, s.a)

Vanus 3–6 aastat on lapse jaoks äärmiselt keeruline etapp. Lapse käitumise suhtes peate olema väga kannatlik, sest selles etapis vaatavad lapsed ainult ennast ja neil on reeglitega nõustumine keeruline. 3-aastased tahavad kõike ja kui nad seda ei saa, nad ärrituvad. Vanemad peavad sellega silmitsi seistes jääma oma nõudmistele kindlaks ja ei tohi kunagi sellisele käitumisele järele anda. Aja jooksul ja järgides allpool toodud juhiseid, on võimalik toetada lapse kasvamist kuulekaks ja järgima kehtestatud reegleid:

- Vanemate kindlus on laste sõnakuulmatuse korral hädavajalik.
- Reegleid tuleb rakendada nii kodus kui ka väljas.
- Vanemad peaksid olema lastele alati heaks eeskujuks. Ka täiskasvanute käitumine peab olema eeskujulik.
- Kannatlikkus on vanemate jaoks väga oluline. Kuulekus võtab aega ja lapsed ei kavatse seda esimesel võimalusel aktsepteerida.
- Alati, kui lapsel läheb hästi, on vaja toetada tema käitumist ja kiida teda sõnakuuleliku käitumise eest.
- Karjumine pole soovitatav, sest see võib asja ainult hullemaks muuta. Lapse poole pöördudes peate seda tegema rahulikult ja häält tõstmata.
- Keel on veel üks oluline aspekt laste kuulekuse saavutamisel. Soovitatav on mitte kõigele ei öelda. Samuti ei ole imperatiivne toon teda kuulekuse treenimiseks hea. (Gallego, s.a)

1.4. Vajadus selgitada keeldumist ja tänusõnade kasutamine eneseteenindusoskuste kujundamisel

Ilma keeldudeta pole lapse arenguks tingimuste loomine võimalik. Lapse käitumine sõltub suuremal määral sellest, kui õigesti kasutate keelavaid sõnu (nagu "ei", "ei tohi", „ei, sa ei saa sellega hakkama“ jne). Niinimetatud "raskeid" lapsi leidub kõige sagedamini peredes, kus täiskasvanud kasutavad keelde "ei, sa ei saa" kas liiga sageli (põhjusega või ilma) või ei kasuta neid üldse - see tähendab laps kasvab üles täieliku „vabaduse“ režiimis. Samal ajal peaksid vanemad laste kasvatamisel keelde õigesti ja võimalikult hoolikalt kasutama, kuna sellest sõltub sageli lapse enda ja tema keskkonna turvalisus. (Gallego, s.a)

Keeldudega liialdamine suurendab sõnakuulmatust. Tihti on kuulda, et vanemad saadavad lapse tegevust manitsustega: „*Ära jookse! Ära hüppa! Ära roni! Vaata, et sa ei kuku!*” Kui on koht, kus lapse liikumisvabadust tuleb piirata, tuleb see ette selgeks rääkida (nt. poes ei jookse ega puuduta midagi, mis riuleile välja on pandud), aga samas peab olema aega ja kohti, kus võib joosta, hüppata ja ronida — isegi kukkuda, sest teisiti areng ei toimu. (Kraav, 2011)

Väikelaste liikuvuse tõusuga tekib kodus palju kohti, kuhu nad järsku on hakanud pääsema ja ulatuma, omamata samas mingit arusaamist, kui ohtlikud on tema uued huvid talle endale või asjadele. Seepärast soovitatakse teha oma eluase ohutuks ja seda mitte ainult lapse turvalisuse, vaid ka psüühilise heaolu seisukohalt. Mida vähem peab last keelama, seda parem. Kui aga juba keelata, siis tuleb keelata nii, et lapsel mingit kahtlust ei tekiks, kas kuulata või mitte. Iga ema suudab keelata lapsel küdeva ahjuukse puutumist — kummaline, miks nii paljud emad väidavad, et nad ei suuda/ jõua keelata TV või arvuti kasutamist. (Kraav, 2011)

Sõnakuulamine näitab usaldust vanema vastu. Arutlused selle üle, kas lapse soov on mõistlik ja täidetav või mitte, on kindlasti vajalikud, mida vanemate lastega tegemist on, seda enam. Aga ikka ja jälle on vaja, et laps vanemat usaldades oleks valmis ta sõna kuulama. Kujutlegem näiteks ohtlikku olukorda — laps seisab keset autoteed, eemalt ligi ruttav vanem annab kategoorilise käsu — *tule kohe tee pealt ära!*, ent selle asemel, et järele mõtlemata alluda, jääb laps ootama selgitust, veenmist ja aega langetada oma otsus selles küsimuses. (Kraav, 2011)

Kui me eeldame, et lapsevanem soovib oma lapsele head, siis peame uskuma ka vanema võimesse anda lapsele korraldusi, mille täitmine on lapse seisukohalt vajalik ja õige. Korraldust andes võib vanem:

- selgitada, miks on käsu täitmine lapsele kasulik
- toetuda üldisele korrale, traditsioonidele — nii tuleb teha, sest nii on alati tehtud
- toetuda kõrgemale autoriteedile
- esitada kategoorilise nõudmise lähtudes omaenda autoriteedist (Kraav, 2011)

Lapse turvalisus sõltub ennekõike sellest, kui adekvaatselt, st kiiresti ja süsteemselt, laps keelule reageerib. Teatud mõttes on sõnal "Ei" last kaitsev omadus. Kui laps pole harjunud keeldudele reageerima, ei saa täiskasvanu ka teda ekstreemsetes olukordades õnnetusest säästa, nii näiteks "ei"-le reageerimata sirutab ta käed tulle, astub sõiduteele, tõmbab endale peale kastruli keeva veega vms. Lapsevanema ülesanne on õpetada oma last signaalile viivitamatult reageerima ja seda kuulekalt järgima. Just seetõttu, et keelud mängivad laste kasvatamisel nii suurt rolli, peavad vanemad oskama neid õigesti kasutada ja nendele reageerimisel alati last tunnustama.

On mitmeid reegleid, mis aitavad neil seda teha:

- Sõna "ei" on vaja kasutada harva ja ainult erandlikes olukordades (kõige sagedamini - kas siis, kui keeld puudutab lapse ja teiste inimeste turvalisust või üldtunnustatud sotsiaalse normi täitmiseks - ei tohi prügi maha visata, ei tohi kakleda jne)
- Laps peab selgelt aru saama, et kui talle on midagi keelatud, siis see keeld kehtib alati.
- Selliseid keelde nagu "ei" ei seata kunagi kahtluse alla. Muidugi peaksid vanemad lapsele kõige üksikasjalikumalt ja arusaadavalt selgitama, miks nad seda või teist keelavad, kuid keelu tõsiasia ei tohiks kunagi muutuda arutlusteemaks.
- On vastuvõetamatu, et vanemate seisukohad mistahes keelu teemal lahknevad. Näiteks isa ütles "ei" ja ema - "olgu, sa saad ainult ühe korra";
- Iga "ei" tuleb järgida alati ja igas olukorras. Kui olukord nõuab, ei kehti see reegel mitte ainult lastele ja vanematele, vaid ka perega koosviibivatele kaugematele sugulastele – vanavanematele, tädidel ja onudele jne. (Gallego, s.a)

Koos teadmiste ja oskuste kasvuga peaks järk-järgult arenema ka lapse vahetegemine hea ja kurja vahel. Kasvu eelduseks on võime lükata häid asju ja heameele kogemist edasi, suuta oodata, suuta midagi teha selleks, et heameelt tootvat asja või tulemust ära teenida. Väikelaps ei suuda oodata,

ta nõuab oma tarvete viivitamatut rahuldamist, koolieelik suudab leppida ootamise ja loobumisega, kuigi see on talle raske. Et see võime välja kujuneks on oluline kiita ja tänada last, kui ta järgib reegleid.

1.5. Täiskasvanu roll lapse eneseteenindusoskuste kujunemisel

Võib tunduda, et ei seitsmeaastane, veel vähem kolmeaastane ei tea ega mõista, mis on eesmärk, plaan ja tahtejõud. Ent lapse aju töötab selliselt, et ta on suurepäraselt võimeline selgeks õppima ja püstitama sihte ja tegema plaane. Samuti oskab ta suurepäraselt vastu võtta otsuseid. Et arendada lapse aju seda osa, mis vastutab eespool mainitud funktsioonide eest, on hädavajalik, et lapsele võimaldatakse piisavalt tegutsemisvabadust. Lapse ajule on täiesti ükskõik, et eesmärgid võivad olla tagasihoidlikud ning plaanid päris pisikesed. (Kallaste, 2017). Vanemate ülesanne seisneb selles, et lapsele õigeaegselt iseseisvust võimaldada. Laps sünnib juba iseseisvana tänu looduse tarkusele.

Täiskasvanu hooleks on õigelt ajal tähele panna, toetada ja suunata lapse erinevaid püüdlusi midagi ise teha osata märgata last huvitavaid tegevusi. See nõuab pühendumist, aja leidmist, kannatust, tahet lasta lapsel endal toimetada, mitte ise lapse eest ära teha. Näiteks kui laps soovib isa auto pesemisel aidata, siis tuleb talle seda sobival ajal ja jõukohasel viisil võimaldada. Oma tegemiste kohta järelduste tegemisel tuleks täiskasvanul mõelda sellele, millal ja mille arenguks on laps küps. Täiskasvanu tööks jäägu siis mitte keelamine, vaid suunamine ja juhendamine. (Arendi, 2011, lk 11 – 12)

Ei tohi segada lapse iseseisvust. Beebi teab instinktiivselt, millal ta vajab süüa, mitu tundi ta peab magama ja mida ta peab tegema nende tegevuste vaheajal. Kuigi päevaplaani tuleb jälgida, võib see muutuda vastavalt sellele, kuidas lapse vajadused kasvades muutuvad. Oluline on analüüsida, milles nimelt laps ei ole „edukas”. Kui ta pole õppinud suurepäraselt viiulit mängima või vabalt kolmes keeles rääkima, siis sellega võib leppida. Kui aga laps ei oska sihte seada, plaane teha, otsuseid vastu võtta ning tahtejõudu ilmutada, siis ilma parandusteta hakkama ei saa. Vanemate ülesanne seisneb lapsele õigeaegses iseseisvuse võimaldamises. See on tähtis võti, mis päästab hilisemast infantiilsusest. Võttes osa kõikidest nimetatud tegevustest, saavutab laps oma püstitatud eesmärgi. Väike laps saab sellest aru, kui seda öeldakse intonatsiooniga, mis väljendab rahulolematust või ohtu (Kallaste, 2017).

Laste iseseisvuse püüdlusi tuleb toetada, mitte piirata. CSLOT „Self-Care Skills“ artikli järgi selleks, et iseteenindamise oskused areneksid adekvaatselt, peaks lapsele andma sageli võimaluse nende oskuste harjutamiseks. Keskendudes ühele iseteenindamisioskusele korraga või mõne ülesande üksikule osale, saab lapsevanem pakkuda lapsele rohkem võimalusi, kuni oskus saab täiesti selgeks õpitud. Näiteks võib riietumist jagada ka osadeks. Võib keskenduda riietumisele, tehes pärast iga mähkmevahetust või tualetis käimist koos lapsega püksid ära ja/või jalga (The Australian Children's Education, s.a).

Vanemate suhtumine lapse eneseteenindamise oskuste arendamisse sõltub ka kasvatusstiilist. Vanemate kasvatusstiili võib jagada kahe olulise omaduse järgi. Ühel teljel on nõudlikkus või distsipliin lapse suhtes, teisel teljel on toetus või soojus, mida vanem lapsele jagab.

- Autoritaarset kasvatusstiili kasutav vanem on tugeva distsipliini, kuid madala toetusega. Ta on range ja karm. Laps kuuletub peamiselt hirmutunde tõttu. Vanema toetus lapsele on aga üsna vähene. Ta ei arvesta ealiste iseärasustega ning nõudmised lapsele ei pruugi olla eakohased. Vanem peab õigeks, et laps allub talle ja ainult tema teab, mida laps vajab.
- Mittepühendunud, hooletusse jätva vanemlusstiili puhul on madalad nii distsipliin kui ka toetus. Vanem on küll lapse elus olemas ja suudab rahuldada lapse kõige esmaseid vajadusi, kuid lähedast suhet nende vahel ei ole. Enamasti pole vanemal aega või oskust lapsega koos olla, tema elu vastu huvi tunda ja talle eluks vajalikke piire seada. Omavaheline suhtlus on pealiskaudne.
- Vastupidiselt autoritaarsele vanemale pakub järeleandlik, kõikelubav vanem lapsele palju toetust, kuid piiride seadmine ei õnnestu. Peres määrab laps selle, kuidas elu käib. Vanem surub oma vajadused alla, sest lapse vajadused on tema jaoks esmatähtsad. Elatakse lapse nimel ja täidetakse pea kõik tema soovid – ka need, mis vanemale tegelikult üldse ei sobi.
- Autoriteetset kasvatusstiili, mis kombineerib distsipliini soojuse ja vastutulelikkusega, (kõrge toetus) peetakse teadusuuringute kohaselt kõige tõhusamaks. Autoriteetne vanem kasutab palju lapse tunnete peegeldamist, mida seostatakse lapse suurema eneseregulatsiooni võimega. Laps õpib kiiremini enda tundeid juhtima ja käitumist analüüsima. (Tarklapsevanem, 2015)

Ülehooldatus on tegelikult väärkohtlemine. Vanemad hoolitsevad üle, kui nad teevad lapse eest ära seda, mida ta peaks ise tegema õppima, või ka siis, kui nad teevad liiga palju, hellitades ja pöörates lapsele ülemäärast tähelepanu, pannes lapse mõtlema ainult enesele, mitte kunagi aga teistele. Väärkohtlemine tähendab ka sellist suhet, millega kaasneb füüsiline vigastamine, nagu raputamine, põletamine, peksmine või seksuaalne ärakasutamine. Kaasneda võib ka vaimne

ahistamine, nagu alandamine, naeruvääristamine, ähvardused ja hirmutamine. Väärkohtlemine moonutab lapse loomulikku empaatiatunnet. (Tuulik 2017) Armastus ei tee asju, mis pole lapse vanusega kooskõlas. Laps hakkab õige varakult mõistma, kui kaugele ta võib minna suhtes täiskasvanuga, eelkõige emaga. Nii võib juba kaheaastane laps olla kas vaimustav olend või hellitatud laps, kes pidevalt kiunub ja muserdab oma ema.

- lapsevanemad teevad lapse eest seda, mida ta peaks ise tegema; seetõttu on lapsel raske igapäevaoskusi omandada, enese eest hoolitseda ja teistega suhelda;
- lapsele pööratakse liiga palju tähelepanu (lämmatav armastus), mistõttu tal on raske loobuda pidevast tähelepanu keskmes olekust;
- lapsele antakse palju privileege (väike prints ja printsess), mistõttu lapsel on raske õppida kannatlikkust ja võtta isiklikku vastutust;
- hoolitsetakse lapse meelelahutuse eest, et tal igav ei oleks, mistõttu lapsel tekivad identiteediprobleemid ning tal on raske aru saada, mida teised inimesed normaalseks peavad. (Tuulik, 2017)

Õige armastus ei võta lapselt võimalust proovida ja õppida uusi oskusi ning kogeda tagajärgi.

2. UURIMISTÖÖ METOODIKA

Selles peatükis antakse ülevaade meetodi valikust ja kirjeldatakse uurimisviise ning andmete kogumise protseduuri.

2.1. Uurimistöö eesmärk ja uurimisküsimused

Ühiskonnas on üldlevinud arusaam, et vanemate kohustus on oma laste eest hoolitseda, aga sageli võime kogeda, et hoolitsemisest saab ülehooldamine, kuna vanemad ei ole teadlikud lapse eneseteenindusoskuste arengu seaduspärasustest ja püüavad aja kokkuhoiu eesmärgil laste eest ära teha seda, mis on tegelikult lastele jõukohane, kui neile rohkem aega anda.

Uurimistöö eesmärk on selgitada välja lapsevanemate teadmised lapse eneseteenindusoskuste arengust ja teadlikkus nende kujunemise toetamisel.

Lähtudes uurimistöö eesmärgist, püstitati järgmised uurimisküsimused:

- Milline on sõimerühma laste eneseteenindamise oskuste tase lapsevanemate hinnangul?
- Kui teadlikud on lapsevanemad eneseteenindamise oskuste kujunemise seaduspärasustest 1 – 3aastastel lastel?
- Kuidas toetavad lapsevanemad kodus lapse eneseteenindamise oskuste arendamist?

2.2. Meetodi valik ja kirjeldus

Uuringu läbiviimisel kasutati kvantitatiivset uurimismeetodit. Uurimistöö andmete kogumise meetoditest kasutati ankeetküsitlust, kuna Covidi tõttu oli raskendatud otsekontakt lapsevanematega. Küsimustik on koostatud programmis Google Forms, mis lihtsustas ankeetide edastamist uuringus osalejatele, ja oli anonüümne. Uurimisandmete kogumisel kasutati anonüümset ankeeti, mis sisaldas valikvastustega ja avatud küsimusi. Küsitlus viidi läbi elektrooniliselt. Küsimustiku koostamisel lähtuti uurimistöö küsimustele vastuste saamisest. Küsimustiku koostamisel toetus autor uurimistöö teoreetilistele lähtekohtadele. Ankeedid saadeti lapsevanematele, kelle lapsed on 2-4 aastat vanad. Uurimistöö küsimustikus on 16 valikvastustega küsimust ja kaks avatud küsimust, kus vanemad kirjutasid ise vabalt. Kokku oli 18 küsimust. Küsimustik on vene keeles, et vanematel oleks lihtsam küsimustest aru saada. Küsitluses osales

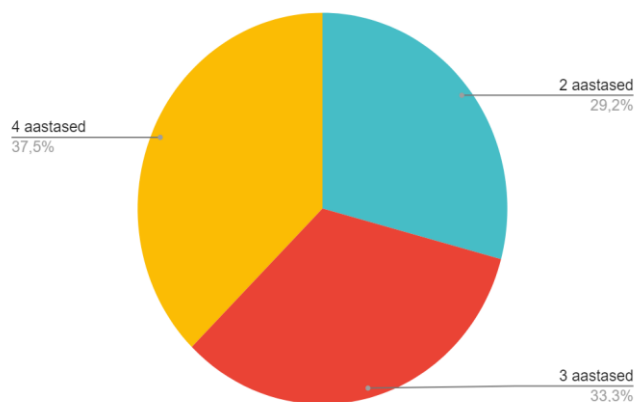
38 lapsevanemat. Vastuseid analüüsiti programmi Excel 16 abil. Küsitluse tulemusi analüüsiti vanemate vastuse tulemusi lähtudes .. Tulemuste analüüsimisel kasutati graafikud.

2.3. Uurimisprotseduuri korraldus

Uuringusse kaasati 38 lapsevanemat Narvast. Ankeedile vastamise aeg oli kuni 10. aprill, Ankeetküsitlus saadeti vanematele isiklikult, kuna e-posti teel see oleks raskem. Vastuseid analüüsiti programmi Excel abil. Küsitluse tulemusi analüüsiti vastavalt küsimusele. Andmete töötlemisel kasutati protsentarvutust. Tulemuste analüüsimisel kasutati jooniseid ja tabelleid.

2.4. Valimi kirjeldus

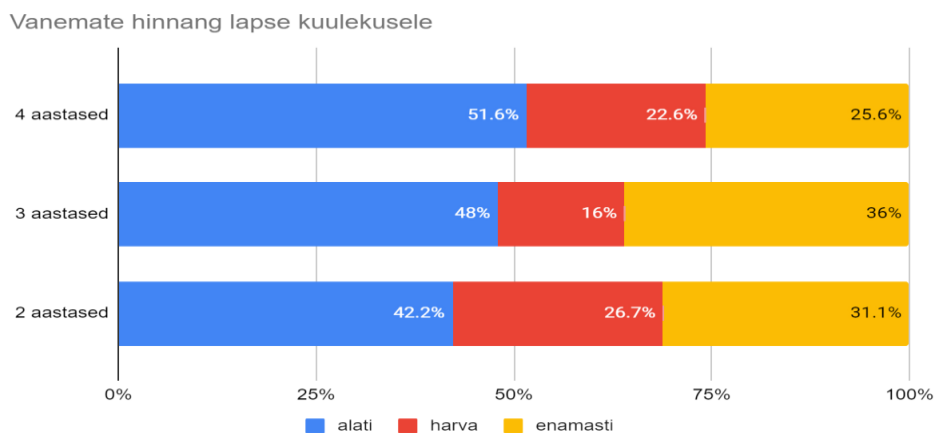
Valimi moodustamisel lähtus töö autor eesmärgist selgitada välja lapsevanemate teadmised lapse enesekohaste oskuste arengust ja teadlikkus nende kujunemise toetamisel. Küsitlus viidi läbi kahe- kuni nelja aastaste laste vanematega. Elektrooniline küsitlus saadeti lasteaiaõpetajale e-maili teel, kes jagas juba pärast vanematele.. Uurimistöös osalenud vanemate laste vanus. (Joonis 1) Vanuse järgi kõige rohkem osales 4 aastaste laste vanemaid (37,5%), 2 aastaste laste vanemaid oli 29.2,%, 3 aastaste laste vanemaid osales (33,3%)



Joonis 1. Uuringus osalenud lapsevanemate laste vanus

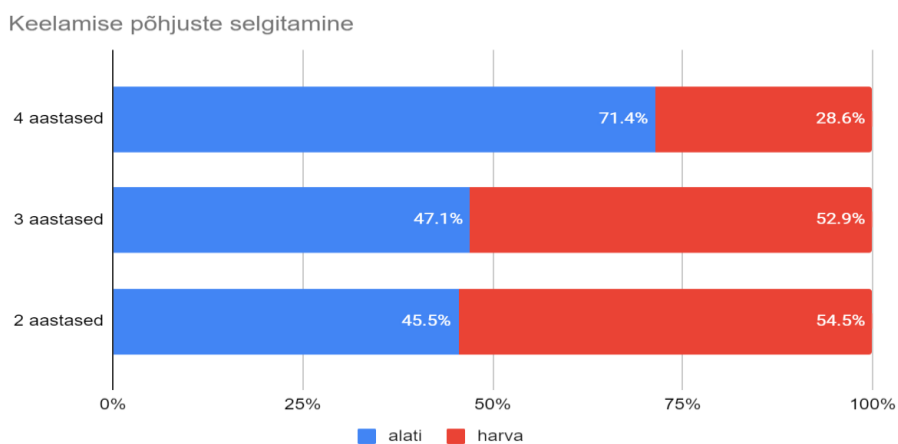
3. UURIMISTULEMUSTE KOKKUVÕTE

3.1 Lapsevanemate teadlikkus laste eneseteeninduse oskuste arengu toetamisel



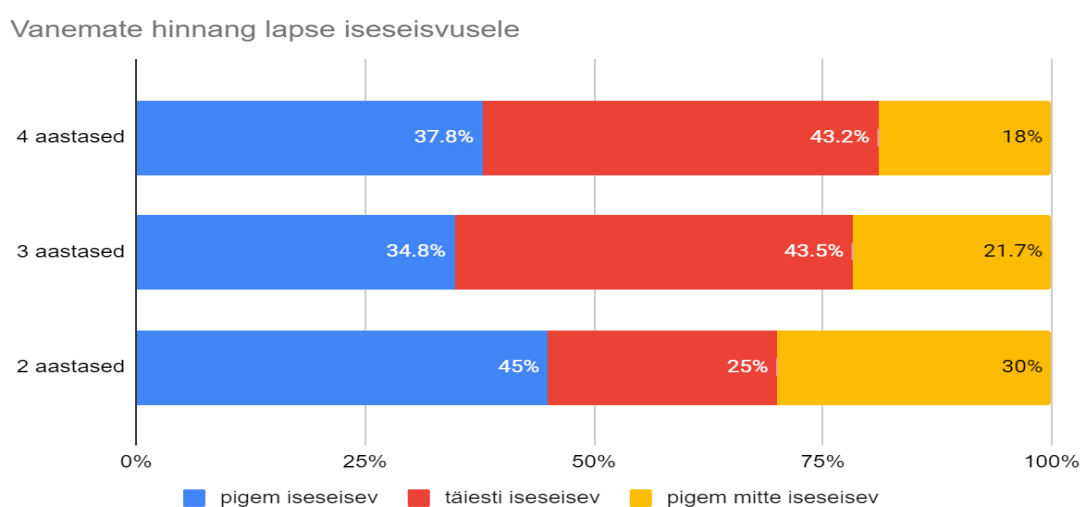
Joonis 2. Vanemate hinnang lapse kuulekusele

Küsitluse tulemustest selgub, et 42,2% kahe aastaste laste vanemate hinnangul on nende laps alati kuulekas, 31,1% hinnangul enamasti kuulekas ja 26,7% hinnangul harva kuulekas. Kolme aastaste laste vanematest 48% vastas, et nende laps on alati kuulekas, 36%, et enamasti ja 16%, et harva. Nelja aastaste laste vanematest 51,6% vastas, et nende laps on alati kuulekas, 25,6% vastas et laps on enamasti ja 2,6% et harva kuulekas (Joonis 2). Vastustest saab teha kokkuvõtte, et lapsevanemate hinnangul on nende lapsed alati või enamasti kuulekad. Vanuse kasvades laste kuulekus vanemate hinnangul kasvab.



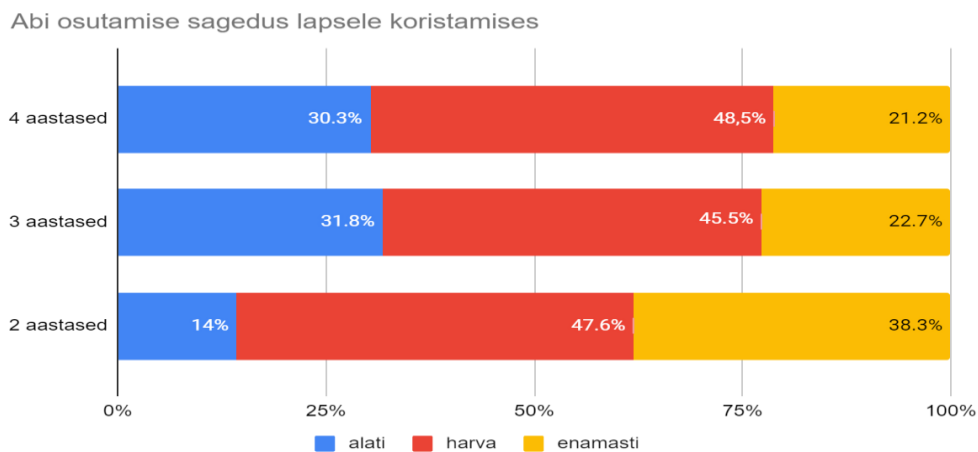
Joonis 3. Keelamise põhjuste selgitamine

Uurimistulemustest selgus, et 45,5% kaheaastaste laste vanematest väidab, et nad alati seletavad lapsele põhjust, miks nad on midagi keelanud ja 54,5% teevad seda harva. Vanemate hulk, kes väidab, et nad alati seletavad põhjust oma lastele vanuses 3 aastat, on 47,1% ja neid, kes enamasti seletavad keelamise põhjust, on 52,9%. Nelja aastaste laste vanematest 71,4% vastas, et nad selgitavad keelamise põhjust alati ja 28,6% enamasti (Joonis 3). Kokkuvõtteks võib öelda, et vanemad peavad olulisemaks selgitada keelamise põhjust vanemate laste puhul enam. Kahe- ja kolmeaastaste laste vanematest veidi alla poole teevad seda alati ja ülejäänud harva. Nelja-aastaste laste vanematest ligi neljandik selgitab harva ja ülejäänud alati. Ükski uuringus osalenud lapsevanem ei vastanud, et ta ei selgita lapsele keelamise põhjust.



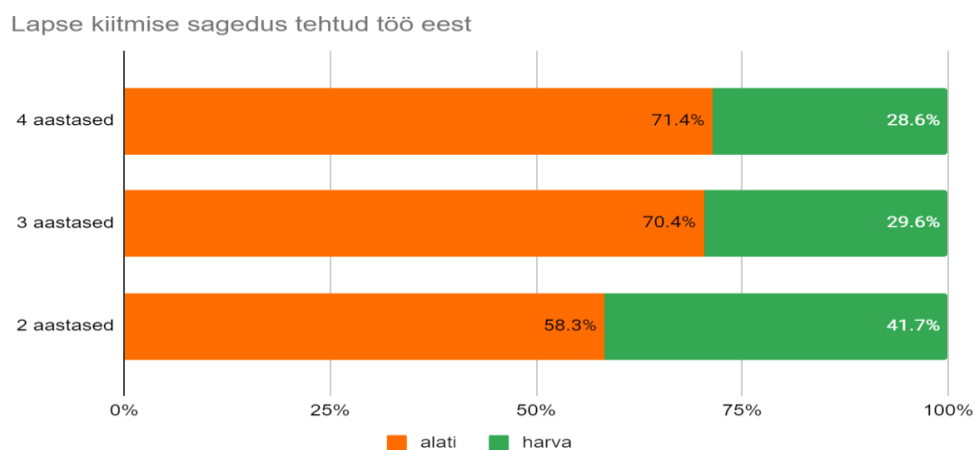
Joonis 4. Vanemate hinnang lapse iseseisvusele

Tehes kokkuvõtteid selle küsimuse vastustest, selgus, et 2-aastaste laste vanematest 25% vastavad, et nende laps on täiesti iseseisev oma eneseteenindamise toimingutes, 45%, et nende laps on pigem iseseisev ja 30%, et pigem mitte iseseisev. Vanemaid, kes väidavad, et nende kolme aastane laps on pigem iseseisev, on 34,8% ja neid, kes on pigem mitte iseseisvad on 21,7%. Nelja aastaste laste vanematest 43,2% vastas, et nende laps on iseseisev, 37,8% pigem iseseisev ja 18% pigem mitte iseseisev (Joonis 4). Vastustest saab teha kokkuvõtte, et lapsevanemate hinnangul on nende lapsed iseseisvad. 3 – 4 aastaste vanemate hulgas oli ka neid, kelle lapsed on täiesti iseseisvad. Kokkuvõtvalt võib öelda, et lapsevanemad hindavad laste iseseisvuse arengut seonduvalt laste vanuse suurenemisega, mida väiksemad on lapsed seda enam hindavad lapsevanemad nende iseseisvust pigem mitte iseseisvaks või pigem iseseisvaks kui täiesti iseseisvaks.



Joonis 5. Abi osutamise sagedus lapsele koristamises

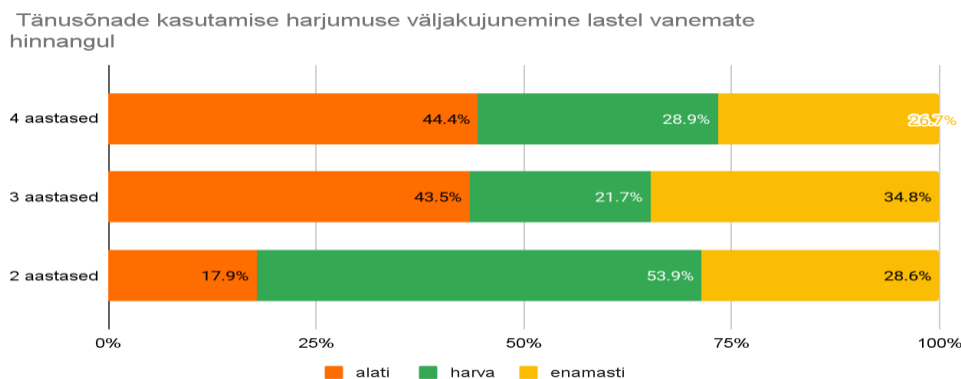
Kõigis peredes ja peaaegu kõigis vanuserühmades abistatakse lapsi koristamisel. Tulemustest selgus, et kahe aastaste laste vanematest 47,6% abistab last koristamisel harva, 38,3% enamasti ja 14% alati. Kolme aastaste laste vanematest 45,5% abistab last harva, 22,7% enamasti ja 31,8% alati. Nelja aastaste laste vanematest 48,5% abistab oma last koristamisel harva, 21,2% enamasti ja 30,3% alati (Joonis 5). Vastustest ilmneb, et vanemad abistavad väiksemaid lapsi harvemini kui suuremaid. Selle põhjuseks võib olla vanemate soov õpetavad last rohkem saama iseseisvaks, kuid lapsed veel on väikesed ja nendele ongi vaja vanemate abi ja koostöö oskuste ja harjumuste välja kujunemiseks.



Joonis 6. Lapse kiitmise sagedus tehtud töö eest

Uurimistulemustest selgus, et 58,3% kaheaastaste laste vanematest väidab, et nad alati kiidavad last tehtud töö eest, 41,7% teevad seda harva. Vanemaid, kes väidavad, et nad alati kiidavad oma last vanuses kolm aastat, on 70,4%, 29,6% teeb seda harva. Nelja aastaste laste vanematest 71,4% vastas, et nad kiidavad oma last tehtud töö eest alati ja 28,6% teeb seda harva (Joonis 6).

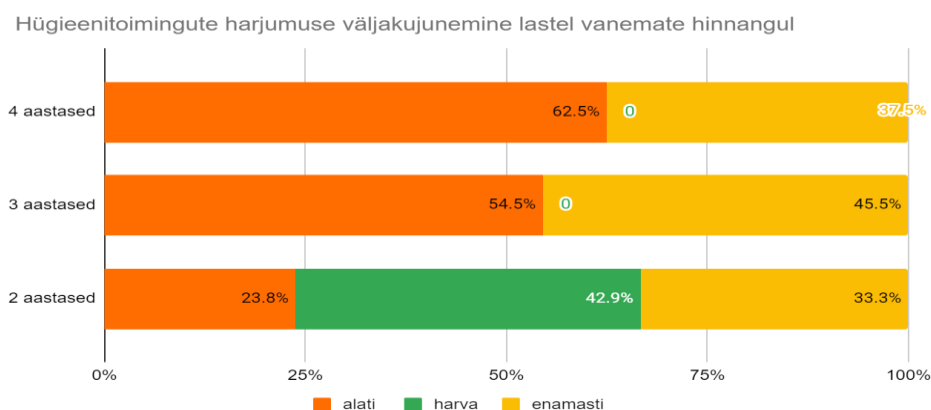
Kokkuvõtteks võib öelda, et ligi viiendik küsitletud laste vanematest harva kiidab oma last tehtud töö eest, ülejäänud teevad seda alati. Laste vanuse suurenedes lapsevanemad kiidavad last enam kui kaheaastasena kuigi just väiksem laps vajab rohkem positiivset tagasisidet.



Joonis 7. Tänuõnade kasutamise harjumuse väljakujunemine lastel vanemate hinnangul

Uurimustulemustest selgus, et nelja aastaste laste vanematest 44,4% alati kuulevad oma lastelt tänuõnu, 26,7% vastas, et pigem alati ja 28,9% et kuulevad harva. 44,4% kolme aastaste laste vanematest vastasid, et nad alati kuulevad laste käest tänuõnu, 34,8% enamasti kuulevad ja 21,7% harva. Kahe aastaste laste vanemaid, kes väidavad, et alati kuulevad lapse käest tänuõnu, on 17,9%, neid kes, enamasti kuulevad, on 28,6% ja neid, kes harva kuulevad, on 53,9% (Joonis 7). Kokkuvõtteks võib öelda, et 3 – 4-aastaste laste vanematest ligi viiendik on vastanud, et nad enamasti kuulevad tänuõnu oma laste käest ja ülejäänud kuulevad tänuõnu alati. Kahe aastaste vanemad väiavad, et veel nad harva näevad ja kuulavad tänuõnaseid, kuid on lapsi, kes saavad hakkama sellega.

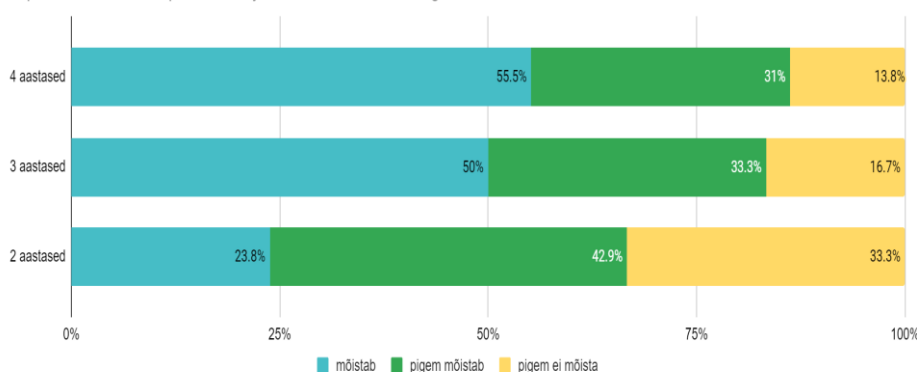
3.2 Laste eneseteeninduse oskuste tase lapsevanema hinnangul



Joonis 8. Hügieenitoimingute harjumuse väljakujunemine lastel vanemate hinnangul

Tehes kokkuvõtteid selle küsimuse vastustest, selgus, et 62,5% nelja aastaste laste vanematest väidab, et nende lapsel on hügieenitoimingute harjumused väljakujunenud ja 37,5% väidab, et nende laps enamasti teeb seda. Kolme aastaste laste vanemate hulk, kes väidab, et nende lapse hügieeniharjumused on väljakujunenud on 54,5% ja neid, kes väidavad, et enamasti on 45,5%. Kahe aastaste laste vanematest 28,8% vastas, et nende lapsel on hügieeniharjumused väljakujunenud ja 33,3%, et enamasti. Vanematest 42,9% vastas, et lapsed käivad vannitoas iseseisvalt harva (Joonis 8). Vastustest selgub, et vanemad hindavad oma laste hügieeniharjumuste väljakujunemise taset vastavalt laste vanusele.

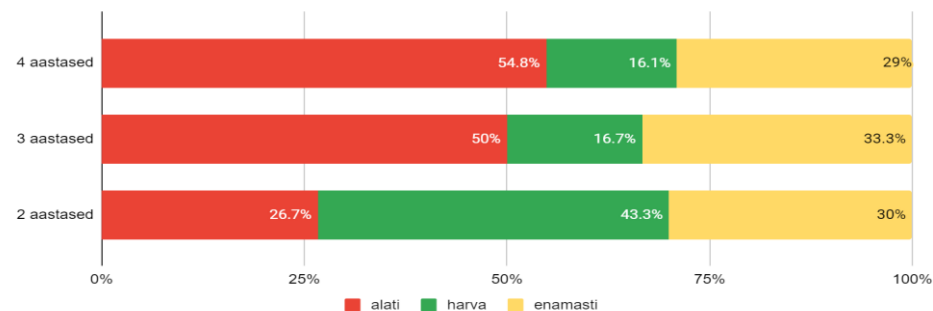
Lapse arusaamine näo pesemise vajadusest vanemate hinnangu



Joonis 9. Lapse arusaamine näo pesemise vajadusest vanemate hinnangu

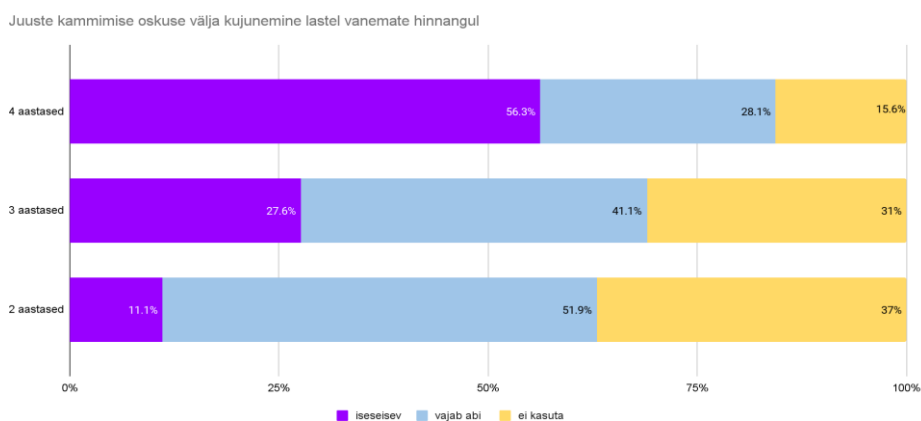
Analüüsidest küsitletute vastuseid, selgub, et nelja aastaste laste vanematest 55,5% väidab, et nende laps mõistab näo pesemise vajadust, 31%, et pigem mõistavad ja 13,8%, et pigem ei mõista. Kolme aastaste laste vanemate hulk, kes väidab, et nende laps mõistab näo pesemise vajadust, on 50%, neid, kes pigem mõistavad, on 33,3% ja neid, kes pigem ei mõista, on 16,7%. Kahe aastaste laste vanematest vastas 23,8%, et nende laps mõistab näo pesemise vajadust, 42,9% pigem mõistab ja 33,3% pigem ei mõista (Joonis 9). Kokkuvõtvalt võib öelda, et vanemate arvamused ühtivad lapse eneseteenindamise oskuste arengu seaduspärasustega.

Söömisharjumuste välja kujunemine lastel vanemate hinnangul



Joonis 10. Söömisharjumuste välja kujunemine lastel vanemate hinnangul

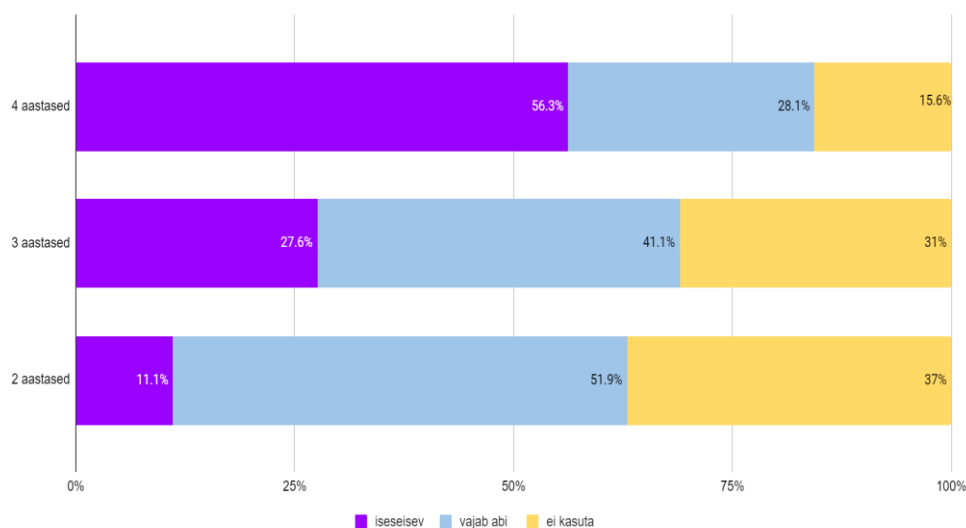
Uurimistulemustest selgus, et 54,8% nelja aastaste laste vanematest väidab, et laps alati sööb korralikult, 29% arvates enamasti ja 16,1% arvates teeb laps seda harva. Kolme aastaste laste vanemaid, kes väidavad, et nende laps alati sööb korralikult, on 50%, neid, kelle sõnul laps sööb enamasti korralikult, on 33,3% ja 16,7% on neid, kes vastasid, et harva sööb korralikult. Kahe aastaste laste vanematest 26,7% vastas, et nende laps alati sööb korralikult, 30% vastas, et laps sööb enamasti korralikult ja 43,3% oli neid, kes vastasid, et laps harva sööb korralikult (Joonis 10). Kokkuvõtteks võib öelda, et kolme- nelja aastaste laste vanematest kaks kolmandikku vastas, et laps enamasti sööb korralikult, ülejäänud söövad harva korralikult. Pooled kahe aastaste laste vanematest on vastanud, et laps sööb enamasti korralikult, ligi kümnendik vastas, et laps alati sööb korralikult ja ülejäänud vastasid, et laps sööb harva korralikult.



Joonis 11. Käte pesemise harjumuse välja kujunemine lapsel vanemate hinnangul

Selle küsimuse vastustest selgus, et 56,9% nelja aastaste laste vanematest väidab, et nende laps peseb iseseisvalt käsi, 28,1% väidab, et nende laps vajab väikest abi ja 15,5%, et laps ei saa sellega iseseisvalt hakkama. Vanemad, kes väidavad, et nende laps iseseisvalt peseb käsi vanuses kolm aastat, on 27,6% ja 41,1% on neid, kes väidavad, et nende laps käte pesemises vajab väikest abi, 31% hinnangul ei saa laps sellega iseseisvalt hakkama. Kahe aastaste laste vanematest 11,1% vastas, et nende laps iseseisvalt peseb käsi ja 51,9% on neid, kes vastasid, et nende laps vajab väikest abi, 37% vastajate hinnangul laps ei saa hakkama käte pesemisega (Joonis 11). Vanemate uuringust selgub, et kolmandik 3 - 4aastastest lastest vajab käte pesemisel abi. Kõik teised teevad seda iseseisvalt. Kahe aastaste laste vanemad on vastanud, et rohkem kui pool lastest vajab käte pesemisel abi, ülejäänud teevad seda iseseisvalt.

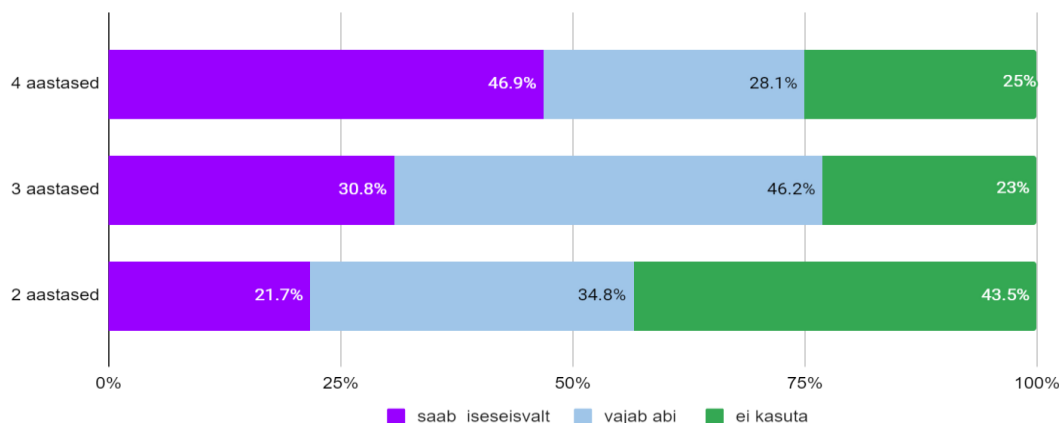
Juuste kammimise oskuse välja kujunemine lastel vanemate hinnangul



Joonis 12. Juuste kammimise oskuse välja kujunemine lastel vanemate hinnangul

Uurimistulemustest selgus, et 56,3% nelja aastaste laste vanematest väidab, et laps iseseisvalt kasutab kammi, 28,1% väidab, et laps vajab väikest abi ja 15,6% väidab, et laps iseseisvalt ei kasuta kammi. Vanemate hulk, kes väidab, et nende laps iseseisvalt kasutab kammi vanuses kolm aastat, on 27,6%, on ka neid, kes vastasid, et laps vajab abi 41,1% ja 31% on neid, kes vastasid, et laps ei kasuta kammi. Vanemaid, kes vastasid, et laps iseseisvalt kasutab kammi vanuses 2 aastat, on 11,1%, 51,9% on neid, kes vastasid, et laps vajab abi ja 37% on neid, kes vastasid, et laps iseseisvalt kammi ei kasuta (Joonis 12). Rohkem kui poolte vanemate sõnul vajab laps abi ja ülejäänud vastasid, et laps iseseisvalt kammi ei kasuta. Pooled vanematest on vastanud, et laps vajab abi.

Hammaste pesu oskuse kujunemine vanemate hinnangul



Joonis 13. Hammaste pesu oskuse kujunemine vanemate hinnangul

Küsitletute vastuseid analüüsid selgus, et 46,9% nelja aastaste laste vanematest väidab, et laps iseseisvalt peseb hambaid, 28,1% vastasid, et nende laps saab hakkama, kui abistatakse ja 25%, et laps ei saa sellega iseseisvalt hakkama. Vanemaid, kes väidavad, et laps iseseisvalt peseb hambaid vanuses kolm aastat, on 30,8%, 46,2% vastas, et nende laps saab hakkama, kui natuke abistatakse ja 23% on neid kelle laps ise ei kasuta hambaharja. Kahe aastaste laste vanematest 21,7% vastas, et laps iseseisvalt peseb hambaid, 34,8% on neid, kes vastasid, et laps vajab natuke abi ja 43.5% on neid, kes vastasid, et laps ei kasuta iseseisvalt hambaharja (Joonis 13). Rohkem kui pooled 3-4 aastaste laste vanematest on vastanud, et laps saab hakkama iseseisvalt hammaste pesemisega, ligi kolmandik vajab pisut abi, ülejäänud vajavad pidevalt abi. Rohkem kui pooled küsitletud vanematest ütlevad, et laps vajab pisut abi ja ülejäänute sõnul lapsed ei proovigi hambaid pesta.

3.3. Arutelu

Ainult väheste kahe- ja neljanda aastaste laste vanemad hindavad oma lapsi alati kuulekateks. See viitab sellele, et laste ja vanemate vahel puudub omavaheline mõistmine ja täielik kontakt. Selles vanuses peaks selline suhe juba tekkima ja laps on suuteline kinni pidama kokkulepitud reeglitest ja üldtunnustatud käitumisnormidest. Ka nooremate, kolmanda- ja neljanda aastaste, laste seas peavad mõned vanemad oma lapsi harva kuulekateks. Selles vanuses on see endiselt vastuvõetav, sest laps alles kompab piire ja õpib ennast ja ümbritsevat maailma tundma. 3 aastaste laste vanemad nõuavad, et lapsed täidaksid oma kohustusi. Vanemate eesmärk on tõsta lastes vastutustunnet oma kohustuste täitmisel. Kolmeaastane laps suudab juba riietuda juhendamisel iseseisvalt ja asetab oma korrastatud riided hoiukohale (kapp või tool). Süües kasutab ta nii lusikat kui ka kahvlit õigesti. Kui meelde tuletada, koristab ta enda järelt mänguasjad (Arendi, 2011, 24–36). Neljanda ja viienda aastaste laste vanemad nõuavad harva kohustuste täitmist ja pole neid, kes oleksid alati nõudlikud selles küsimuses, kuigi selles vanuses on see korraharjumuste kujunemise seisukohast ikka väga oluline. Tegutsedes saab nelja aastane laps palju kogemusi, aga seejuures tuleb järjekindlalt pöörata tähelepanu ka töö kvaliteedile. (Arendi, 2011, 24–36.) Enamik nelja aastase lapse vanematest nõuab enamasti kohustuste täitmist ja väike osa neist nõuab seda harva või alati. Lapsed selles vanuses mõistavad oma kohustuste täitmise vajadust, kuid vanemad peaksid seda sageli lastele tuletama meelde. Viieaastane laps tegutseb täiskasvanupoolsel suulisel juhendamisel juba päris osavalt aga talle tuleb selgitada, et vajadusel on õige küsida täiskasvanult abi. Kuueaastasele lapsel saab anda juba pikemaajalist kohustusi – näiteks lillede kastmine või oma toast prügikasti tühendamise. Tähelepanu tuleb pöörata töö kvaliteedile ja lasta halvasti tehtud töö ümber teha. Seitsmeaastane laps mõistab ja täidab täiskasvanu poolt antud sõnalisi

juhiseid. Ta on oma tegevustes iseseisev ja näitab üles algatusvõimet. (Arendi, 2011, 24–36.) Ainult pooled kolme ja nelja aastaste laste vanematest hoiduvad alati suhtlemisel oma lastega sõnadest, mis võivad emotsionaalselt kahjustada last. Selline peaks vanemate suhtumine oma lastesse olema alati. Eneseteenindamine eelkoolieas seostub elementaarsete hügieeni-, riietumis-, söömis- ja korraharjumuste kujundamise ning kinnistamisega lasteaia õppe-kasvatustsükli, kuid eelkõige kindlasti kodus (Saarits 2008: 88).

Kahe ja kolme aastaste laste vanemate hinnangul lapsed iseseisvalt täidavad hügieenireegleid, kuid ainult abiga või kui tuletatakse meelde. Selles vanuses laste vanemad peavad alati olema lastega ja aitama neile õppida täitma hügieenireegleid iseseisvalt. Lapsed on veel väikesed ja ei suuda täita kõiki reegleid täiesti iseseisvalt. Kõik see kehtib ka nelja aastaste laste kohta. Ja ainult väike osa vanemaid vastasid, et nende lapsed ei saa reeglite rakendamisega iseseisvalt hakkama. See on tõeline ja usutav. Selles vanuses lapsed peaksid juba teadma isikliku hügieeni reegleid ja täitma neid iseseisvalt. Valdav enamus kolme aastaste laste vanematest peavad oma lapsi pigem iseseisvateks. Iseseisvuse kontseptsioonile tuginedes on iseseisvus vabadus välistest mõjutustest. Selles vanuses lapsed ei saa olla iseseisvad väljaspoolse abita. Pooled nelja aastaste laste vanematest väidavad samuti, et nende lapsed on tõenäoliselt iseseisvad. See pole täiesti nii. Kolme – nelja aastaste laste vanemad väidavad, et nende lapsed koristavad iseseisvalt mõnikord või harva, kuid ikkagi teevad seda. Kuid selles vanuses mõistavad nad veel halvasti koristamise vajalikkust. Selles vanuses lapsed vajavad vanemate osalust. Nelja aastaste laste vanematel on sarnane hinnang laste iseseisvusele koristamises. Üldiselt koristavad nende lapsed harva, mõnikord või isegi alati iseseisvalt. See viitab sellele, et vanemad tegid lastega üsna edukalt tööd ja suutsid oma last suunata iseseisvalt koristama.

Laste kiituse peamine ülesanne on edastada vanemate usku laste võimetesse. Iga laps vajab oma tööle positiivset hinnangut ja kiitust. Mõned kolme aastaste laste vanemad ei kiida alati oma lapsi tehtud töö eest. Kiita last on vaja alati, kuna kiitmine on tõhus ja oluline abivahend lapse õiges kasvatamises. Nelja – viie aastaste laste vanemad kiidavad alati oma lapsi tehtud töö eest. Täpselt nii tulebki teha, sest lapsed näevad kõrget hinnangut tehtud töö eest ja see motiveerib last töötama. Nad näevad oma töö olulisust, võimet midagi ise teha ja see suurendab nende enesehinnangut.

Kolme – nelja aastaste laste vanemad abistavad harva või sageli lapsi. Ja ainult vähesed teevad seda alati. Kuid selles vanuses tavaliselt puhtuse ja täpsuse nõudmisest üksi ei aita, sest lapsed pole puhtuse hoidmise oskust veel omandanud. Mõnikord ei suuda lapsed isegi füüsiliselt seda veel teha. Seetõttu vajavad nad alati abi. Nelja aastastele lastele osutatakse vanemate sõnul abi kõige sagedamini või alati. Selles vanuses vajavad lapsed abi, kuid ei pea tegema kõik nende eest.

Absoluutselt kõik vanemad abistavad lapsi koristamises. Selles vanuses peaksid lapsed teadma oma koristamiskohustusi, suutma neid täita ja olla iseseisev. Need vanemad ülehoolitsevad oma laste eest. Vanemad hoolitsevad üleliia tehes liiga palju, hellitades ning pöörates neile üleliia tähelepanu. Sellega panevad vanemad lapse mõtlema ainult iseendale ning ei lase lapsel õppida vajalikke tegevusi (Kelder 2011). Lastevanemate hinnangul kolme-nelja aastased lapsed käivad alati või enamasti meelsasti vannitoas. See tähendab, et vanemad on loonud oma laste jaoks juba varasest east mugava keskkonna vannitoas käimises. Oma lastele on vaja suuliselt seletada, et on vaja keha hoida puhtana, ning olla ise eeskujuks. Kahe-kolme aastaste laste vanemate küsitlus näitas, et täpselt pooled lastest pesevad nägu mõistlikult, teine pool pigem veel ei mõista näo pesemise tähtsust. Nelja aastaste laste vanemad ütlevad umbes sama, et umbes viiendik neist lastest suurema tõenäosusega mõistavad näo pesemise vajadust ja sama palju pigem ei mõista näo pesemise vajadust. Ja neid lapsi on mõlemas vanuserühmas valdav enamus. Nende seas pole neid, kes mitte ainult ei mõista ja ka neid, kes pigem ei mõista näo pesemise vajadust. Kahe lastest on neid, kes pigem ei mõista näo pesemise vajadust. Selleks, et vältida abitust, tuleb juba väikesele lapsele anda koos tegutsemisel ka isiklikku tegevusvabadust. Ilma selleta on võimatu iseseisvust avaldada (Kallaste 2017). Kahe-kolme aastased lapsed oma vanemate hinnangul on söömise ajal harva korralikud ja kaks korda rohkem on neid, kes on seda enamasti. Selles vanuses on kõigil lastel alati korralik olla raske. Igaühel on oma iseloom, füüsilised võimed, omandatavad oskused pole veel harjumusteks saanud. Vanemate hinnangul on nelja aastaseid lapsi, kes alati söövad korralikult. Ülejäänud laste vanemate hinnangul jagunesid lapsed võrdselt, kes harva ja kes sagedasti söövad korralikult. Laste arv selles vanuses, kes harva söövad korralikult kasvas võrreldes lastega, vanuses kaks, kolm. See tähendab, et on suurenenud vanemate arv, kes ei saanud või kellel ei jätkunud kannatust kasvatada korralikke lapsi. Seega on korralikus söömisel nelja aastaste laste vanemad edukamad kui teiste vanuserühmade laste vanemad. Ja ainult väike osa selles vanuses lastest sööb alati korralikult. Selles vanuses lapsed peaksid olema iseseisvad ja ka olema korralikud söömisel. Varases lapseas laste vanematel veel ei õnnestunud kasvatada lapses harjumust süüa korralikult. Kui lapsed harjutavad eneseteenindusoskusi, näiteks söömist, arendavad nad oma motoorseid oskusi, omandavad enesekindluse oma oskuses uusi asju proovida ning loovad enesehinnangu ja uhkuse iseseisvuse üle.

Tänuhinnatus on üks olulisematest tunnetest, mis teeb inimese tulevikus õnnelikuks. Vanemad proovivad seda tunnet oma lastes kasvatada. Uuringus märkisid kahe-kolme aastaste laste vanemad, et kõik lapsed tänavad vanemaid lauast lahkudes. Ja enamik lapsi teeb seda alati. Need vanemad said oma lapsele seletada tänusõnade vajadust, kui lahkud laua tagant. Võib-olla saavutasid nad selle pidevate meeldetuletuste kaudu või olid laste jaoks eeskujuks. Tulemus on

hea. Tähtsusetu osa nelja aastaste laste vanematest tunnistasid, et nende lapsed, lahkudes laua tagant, ütlevad tänusõnu harva. Ülejäänud vanemad vastasid, et nende lapsed tänavad vanemaid ja enamik lapsi teeb seda alati. Neid vanemaid, kes kuulevad lastelt alati tänusõnu pärast söömist, on oluliselt vähem kui teistes vanuserühmades. Need arvud viitavad sellele, et vanematel on lastekasvatamisel probleemid. Selles vanuses lapsed peavad juba teadlikult ja alati lauast lahkuma tänusõnadega oma vanematele. Isiklik hügieen ja käte pesemine vähendavad mitmesuguste haiguste tekkimist. Seetõttu õpetatakse lapsi juba varasest lapsepõlvest käsi pesema. Kui kiiresti ja kui hästi laps valdab seda protseduuri, sõltub täiskasvanute õpetamisest. Kolme aastaste laste vanemad vastasid, et nende lapsed pesevad käsi ja enamik lastest teeb seda iseseisvalt. Selles vanuses peaks see nii olema. Enam kui pooled nelja aastaste laste vanematest aitavad lastel käsi pesta. Selle vanuserühma vanemad millegipärast teevad seda laste eest ise. Kõik selles vanuses lapsed pesevad vanemate sõnul käsi täiesti iseseisvalt. Juuste kammimine on inimese isikliku hügieeni üheks komponendiks. Kammimist peab õpetama lapsele juba varasest east. kahe-kolme 5aastaste laste vanemad vastasid, et enamik lapsi kammib täiskasvanu abiga. See on loogiline, kuna selles vanuses pole lapsel veel motoorsed oskused piisavalt arenenud, lapsed hakkavad alles mehaanilisi oskusi omandama. Kiiduväärt, et osa selles vanuses lastest juba suudavad kammida täiesti iseseisvalt. Pooled nelja aastastest lastest kasutavad vanemate sõnul täiesti iseseisvalt kammi. Kuid väike osa selles vanuses lastest ei kasuta kammi iseseisvalt. Selliseid arve saab seletada ainult asjaoluga, et selle vanuserühma laste vanemad võtavad enda peale selle kohustuse ja ei anna lapsele võimalust iseseisvalt areneda. Tuginedes lapsevanemate vastuste põhjal tehtud analüüsile, saab öelda, et laste arv, kellel on harjumus täiesti iseseisvalt kasutada söögiriistu iseseisvalt, suureneb laste vanemaks saamisel. Sageli õpib laps automaatselt norme, mida on pere lapsele andnud. See on vastuvõetav olukord, sest söögiriistade kasutamise oskuste kujundamisel mängib olulist rolli lapse närvisüsteem ja iseloomuomadused. Vanemate vastuste põhjal vajab ainult kolmandik nelja aastastest lastest natuke abi. Keskmiselt alustab laps söögiriistade hoidmist umbes kolme aastaselt. Otsustades kolme aastaste laste vanemate andmete järgi, kasutavad ainult pooled lastest iseseisvalt söögiriistu. Paljud selles vanuses lapsed vajavad abi. Ülejäänud on täiesti iseseisvad. Lapsed õpivad automaatselt perereegleid, sealhulgas söögiriistade kasutamise reegleid. Küsitletud vanemate sõnul pole üheski vanuserühmas ühtegi last, kes ei oskaks üldse söögiriistu iseseisvalt kasutada.

Hammaste harjamine on tervise võti. Kohe, kui lapsel on ilmunud hambad, peavad vanemad õpetama last kasutama hambaharja. Kolme aastaselt peaksid lapsed teadma, kuidas hambaharja õigesti kasutada, kuidas hambaid pesta ja kuidas loputada suud. Sel juhul peaksid vanemad kontrollima tulemust ja vajadusel puhastama alad, mille laps on kogenematuse tõttu puhastamata

jätanud. Enamik neist vastas, et laps saab hakkama hammaste pesemisega, kui natuke abistada. Ülejäänud saavad hakkama täiesti iseseisvalt. Pooled nelja aastastest lastest saavad vanemate sõnul iseseisvalt hambaid pesta. Teised lapsed selles vanuses suurel või vähemal määral vajavad abi. Iga laps on individuaalne ja õpivõimeline erineval määral. Selles vanuses lapsed peaksid pesema hambaid iseseisvalt. Võib-olla need vanemad ei olnud laste jaoks eeskujuks või on vanemad hammaste pesemise õpetamisel teinud vea. Väga oluline on viia lapsega läbi vestlusi ja selgitada talle lihtsate sõnadega, mis on halb ja millistele tagajärgedele see võib viia, ja mis on hea. Hiljem tuleb veenduda, et laps sai aru ja esitada talle seotud teemaga küsimused. Just nii teebki enamik kolme aastaste laste vanematest. Selles vanuses on lapsele väga raske selgitada oma keeldu, sest lapsed tänu oma egotsentrilisuses hakkavad vastu kõigele sellele, mida vanemad nendele ütlevad. Nelja aastaste laste vanemate arv, kes alati selgitavad keeldumise põhjust, on vähenenud ja suurenenud on nende arv, kes teevad seda enamasti. Ülejäänud selle vanuserühma vanemad teevad seda alati. Selles vanuses on keeldude põhjuseid vähem. Paljud lapsed on kasvanud suureks ja rohkem juba saavad aru, mida tohib, aga mida mitte. Kuid see vanus on endiselt liiga ebaküps, et täita oma käitumise teadliku reguleerimise funktsiooni.

KOKKUVÕTE

Eneseteenindamine eelkoolieas seostub elementaarsete hügieeni-, riietumis-, söömis- ja korraharjumuste kujundamise ning kinnistamisega lasteaia õppe-kasvatustsüklis, kuid eelkõige kindlasti kodus. Lapsevanematel on juba ootused ja oma arvamused lapse arengu kohta. Oluline on, et lapsevanemad oleksid kursis lapse enesekohaste oskuste arengu seaduspärasustega, et esitada lastele jõukohaseid nõudmisi ja võimaldada neil õppida eakohaseid oskusi. Viimasel ajal on ühiskonnas probleemiks kerkinud laste ülehoolitsemine – vanemad teevad lapse eest ära kõik enda eest hoolitsemise toimingud, mille omandamine on lapse arengus olulise tähtsusega. Lapse eest kõike ära tehes ja talle liigset tähelepanu pöörates saab kannatada ka lapse sotsiaal-emotsionaalne areng, laps hakkab mõtlema ainult enda heaolule ja kannatab tema empaatia võime areng. Eestis selle teemalised uuringud puuduvad.

Uurimistöös sooviti saada vastused järgmistele küsimustele:

Milline on sõimerühma laste eneseteenindamise oskuste tase? Kui teadlikud on lapsevanemad eneseteenindamise oskuste kujunemise seaduspärasustest 1-3aastastel lastel? Kuidas toetavad lapsevanemad kodus lapse eneseteenindamise oskuste arendamist?

Vanemad peavad lastes arendama füüsilist, moraalset ja isiksuse intellektuaalset arengut. Eelkooliealiste laste vanematel esineb sageli mitmeid probleeme: kogemuste puudumine, aja puudumine lapsega suhelda, vähene teadlikkus lapse omadustest, vähene mõistmine haridustehnoloogiates jne. Selles töös selleks, et välja selgitada lapsevanemate teadmised lapse eneseteenindusoskuste arengust ja teadlikkus nende kujunemise toetamisel, oli koostatud küsimustik, millele vanemad vastasid. Küsitlus viidi läbi sõime- ja aia nooremrühma ealiste vanuserühma kuuluvate 2 – 4 aastaste laste vanemate seas.

Kuna väikesed lapsed veel ei mõista hügieenireegleid, nad teevad seda kõike mehaaniliselt, on oluline lapsevanemate poolne toetus ja juhendamine. Uurimistulemustest selgus, et lapsevanemad ei ole teadlikud laste eneseteenindamise oskuste arengu seaduspärasustest ja selletõttu ei toeta neid ka eakohaselt. Kolme aastastel lastel pole motoorsed oskused endiselt piisavalt arenenud ja seetõttu vajavad nad täiskasvanute abi söögiriistade kasutamises, korraliku söömisel ja

koristamises. Vanemad, kes aitavad oma lapsi koristamisel, kiidavad lapsi tehtud töö eest ja selgitavad lapsele keelu põhjust toetavad lapsi nende enesekohaste oskuste arendamises. Nelja aastaste laste vanemad ei ole teadlikud, mida nende laps peaks selles vanuses oskama. Vanemad ei saanud lapsi õpetada täitma hügieenireegleid vähemalt täiskasvanu abiga ja vanemad ei nõua lapse käest selles vanuses kohustuste täitmist. Aga selles vanuses laste vanemad abistavad last koristamises. nelja aastaste laste vanemate seas on neid, kes lapsega suheldes kasutavad sõnu, mis võivad last kahjustada. Sellised vanemad, kes teavad, et seda teha ei tohi, ei saa oma lapsi toetada enesekohaste oskuste arendamisel.

Uurimistulemuste põhjal võib teha järgmised järeldused:

1. Nooremate laste vanemad on vähem teadlikud lapse eneseteenindamis oskuste arengust ja ei käitu alati õigesti lapse arengu toetamisel.
2. 3 – 4-aastaste laste vanemad on teadlikumad ja suunavad oma lapsi iseseisvusele.

Eneseteenindamise oskuste eakohasel väljakujunemisel on oluline osa lapse adekvaatse enesehinnangu ja empaatiavõime kujunemisel. Mida noorem on laps seda olulisem on täiskasvanu roll nii eeskuju näol kui ka lapse enesekohaste oskuste arengu toetamisel. Käesolev uuring näitas aga, et just nooremate laste vanemad olid vähem teadlikud. Kuna küsitluses osales kõikidest vanuserühmadest enam-vähem võrdselt lapsevanemaid võib siiski öelda, et valim oli representatiivne. Uuritav teema on väga oluline ja edaspidi peaks uurima täpsemalt vanemate teadlikkust mõjutavaid tegureid.

ALLIKAD

Arendi, P. (2011). *Töökasvatus koolieelses eas*. Tallinn: TEA Kirjastus

(s.a) *Kuidas käituda lapsega, kes. Kuidas rääkida väikese lapsega, et saavutada kuulekus. Mida teha raevuhooga*. Psühholoogia <https://bazamakeup.ru/et/kak-vesti-sebya-s-rebenkom-kotoryi-kak-razgovarivat-s-malenkim-reb-nkom.html> (viimati vaadatud 13.05.22)

Gallego, S. (s.a). *Kuidas saada 3–6-aastaseid lapsi kuulekaks?* Emad täna. Artiklid. <https://madreshoy.com/et/kuidas-saada-3--kuni-6-aastaseid-lapsi-kuulekaks/> (viimati vaadatud 10.05.2022)

Kallaste, E. (2017). *Aita oma lapsel tugevaks isiksuseks kasvada – seda tuleb teha enne kolmandat eluaastat!* Pere ja kodu veebiväljaanne. <https://perejakodu.delfi.ee/artikkel/69521857/aita-oma-lapsel-tugevaks-isiksuseks-kasvada-seda-tuleb-teha-enne-kolmandat-eluaastat> (viimati vaadatud 10.02.222)

Keltikangas-Järvinen, L. (2013). *Väikelapse sotsiaalsus*. Kirjastus: Koolibri

Koolieelse lasteasutuse riiklik õppekava (2008). RT I 2008, 23, 152. <https://www.riigiteataja.ee/akt/13351772> (Viimati vaadatud 21.01.2022)

Kraav, I. (2011). *Mida teha, et laps kuulaks sõna?* Perekasvatuse instituudi veebiväljaanne. <https://perekasvatuseinstituut.wordpress.com/2015/02/25/mida-teha-et-laps-kuulaks-sona/> (viimati vaadatud 10.04.22)

Kõnnussaar, T. (2009). *Kas laps peab sõna kuulama?* Pere ja kodu veebiväljaanne. <https://perejakodu.delfi.ee/artikkel/82317198/kas-laps-peab-sona-kuulama> (viimati vaadatud 10.04.22)

Männamaa, M. & Marats, I. (2009). Lapse üldoskuste areng. Rmt Kulderknup, E. (Koost) *Üldoskuste areng koolieelses eas*. (5 – 43). Riiklik Eksami- ja Kvalifikatsioonikeskus. Kirjastus Studium, Tartu.

Ošurkova, D. (2020). *Lapsevanemate teadlikkus lapse eneseteenindusoskuste arengust ja selle toetamisest*. Bakalaureusetöö.

Pere ja Kodu. (2015). *Mis juhtub, kui sa lapsele piire ei sea ja lased tal kõike ise otsustada?* Pere ja Kodu veebiväljaanne, 21. detsember <https://perejakodu.delfi.ee/artikkel/73180579/mis-juhtub-kui-sa-lapsele-piire-ei-sea-ja-lased-tal-ise-koike-otsustada> (viimati vaadatud 18.02.2022)

Pitamic, M. (2006). *Õpeta mind seda ise tegema*. Koolibri.

Saarits, Ü. (2008). Eneseteeninduse ja enesekohaste oskuste areng. Rmt. Kikas, E. (Toim) *Õppimine ja õpetamine koolieelses eas*. (79 – 90) Tartu: Tartu Ülikooli Kirjastus

Self-care Skills (s.a.). Center for Speech, Language, and Occupational Therapy <https://cslot.com/resources/informative-handouts/motor-sensor-and-self-help-skills/self-care-skills/> (viimati vaadatud 23.03.2022)

Stephens, K. (2007). Self Help Skills and Chores Build Children's Identity and Confidence <https://www.easternflorida.edu/community-resources/child-development-centers/parent-resource-library/documents/self-help-skills-chores.pdf>, (accessed February 17, 2022)

Tarkvanem. (2015). *Erinevad kasvatusstiilid. Suhe lapsega*. Artiklid. <https://tarkvanem.ee/kasvatamine-artiklid/erinevdkasvatusstiilid/> (viimati vaadatud 20.01.2022)

The Australian Children's Education & Care Quality Authority (2012). *Developmental milestones and the Early Years Learning Framework and the National Quality Standards*. <https://www.acecqa.gov.au/sites/default/files/201802/DevelopmentalMilestonesEYLFandNQS.pdf> (accessed February 17, 2022)

Tuulik, M. (2017). Millal saab küllalt? *Õpetajate Leht* 03.04.2017 <https://opleht.ee/2017/04/millal-saab-kullalt/> (viimati vaadatud 20.01.22)

Tümanok-Ionov, M. (2018). *Lasteaiaõpetajate ja lapsevanemate teadmised 2-aastaste laste eneseteenindusoskustest ja nende kujunemisest Maardu linna näitel*. Bakalaureusetöö.

Veisson, M. (2017). Lapse areng ja õppimine. Rmt. Nugin, K. & Õun, T. (Koost) *Õppe- ja kasvatusstegevus lasteaias*. (10 – 12). Tartu: AS Atlex

Буре Р.С. (2011). Дошкольник и труд. Теория и методика трудового воспитания. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. Москва: Мозаика – Синтез.

LISAD

LISA 1. Ankeet lapsevanemale

Добрый день

Я, Анастасия Зрелова, студентка третьего курса Нарвского Колледжа. Для проведения исследования мне нужна Ваша помощь. Цель моей дипломной работы узнать насколько осведомлены родители в развитии общих навыков ребенка и как родители поддерживают детей в развитии этих навыков. Ответьте пожалуйста на приведенные ниже вопросы и дополните своими словами. На вопросы уйдет у вас примерно 10 минут. Опросник анонимный. На вопросы можно отвечать до 10.04.22.

1. Возраст вашего ребенка

- 2
- 3
- 4

2. Ваш ребенок послушный?

- Всегда
- Чаще всего
- Редко
- Никогда

Объясните.....

3. Хвалите ли Вы ребенка?

- Всегда
- Чаще всего
- Редко
- Никогда

Объясните.....

4. Если Вы что-то запрещаете ребенку, объясняете ли вы причину запрета ребенку?

- Всегда

- Чаще всего
- Редко
- Никогда

Объясните.....

5. Соблюдает ли Ваш ребенок правила личной гигиены (моет руки перед едой, после туалета, умывается, чистит зубы, моет ноги и т.д.)

- Полностью самостоятельно
- Соблюдает самостоятельно, когда напомнят
- Соблюдает, но нуждается в помощи
- Не справляется самостоятельно

6. Считаете ли Вы, что Ваш ребенок самостоятельный?

- Полностью самостоятельный
- Скорее самостоятельный
- Скорее несамостоятельный
- Совсем несамостоятельный

Объясните.....

7. Проявляет ли интерес ребенок к уборке?

- Всегда
- Чаще всего
- Редко
- Никогда

Объясните.....

8. Охотно ли Ваш ребенок идет в ванную?

- Всегда
- Чаще всего
- Редко
- Никогда

Объясните.....

9. Осознает ли ребенок необходимость умывания?

- Осознает
- Скорее осознает
- Скорее не осознает

- Совсем не осознает

10. Выходя из-за стола Вы слышите(видите) благодарность от ребенка?

- Всегда
- Чаще всего
- Редко
- Никогда

11. Аккуратно ли Ваш ребенок ест (не крошит хлеб, не проливает пищу)?

- Всегда
- Чаще всего
- Редко
- Никогда

Объясните.....

12. Ваш ребенок самостоятельно моет руки?

- Полностью самостоятельно
- Нуждается в небольшой помощи
- Не справляется самостоятельно

Объясните.....

13. Ваш ребенок самостоятельно использует расческу?

- Полностью самостоятельно
- Нуждается в небольшой помощи
- Самостоятельно не использует

Объясните.....

14. Умеет ли ваш ребенок самостоятельно одеваться(раздеваться)?

- Справляется полностью самостоятельно
- Справляется, когда немного помогаешь
- Справляется, когда постоянно помогаешь
- Пытается, но самостоятельно не справляется
- Даже не пытается пробовать

Объясните.....

15. Ваш ребенок самостоятельно справляется с чисткой зубов?

- Справляется полностью самостоятельно
- Справляется, когда немного помогаешь

- Справляется, когда постоянно помогаешь
- Пытается, но самостоятельно не справляется
- Даже не пытается пробовать

Объясните.....

16. Как вы сами поддерживаете развитие общих навыков ребенка?

- Сразу же помогаю, если ребенок самостоятельно не справляется
- Даю ребенку достаточно времени, чтобы ребенок попытался справиться самостоятельно
- Немедленно выполняю все просьбы ребенка
- Я учу ребенка общим навыкам (мытьё рук, чистка зубов, уборка, одевание и т.д.)
- Покупаю для ребенка одежду, которая без сложных замков и завязок
- Показываю пример своему ребенку, используя правильные привычки в еде, одевании и уходе за собой

Объясните.....

17. Как Вы себя ведете, когда ребенок справляется с самообслуживанием – самостоятельно?

.....
.....

18. Как Вы себя ведете, когда ребенок не справляется с самообслуживанием – самостоятельно?

.....
.....

Благодарю Вас за участие!

