



TURVARUUM LAPSE ÜMBER

TURVALINE SUHE EHITAB LAPSE „MULLI“

Laps õpib turvatunnet läbi suhte.

Rahulik täiskasvanu aitab lapse närvisüsteemil rahuneda ja kasvada.





OLULINE MÕTE VANEMALE JA ÕPETAJALE

Laps ei vaja täiuslikku vanemat.

Ta vajab täiskasvanut, kelle juures keha tunneb end turvaliselt.

AJU JA TURVATUNNE

Kui keha tunneb end turvaliselt:




-  närvisüsteem rahuneb →
-  aju saab õppida →
-  kujutlus ja loovus arenevad →
-  tekib eneseusk.

“MULLITEOORIA” JA LAPSE ARENG

“Mulliteooriat” kasutatakse sageli selleks, et kirjeldada lapse:

- turvatunnet,
- eneseregulatsiooni,
- arengulist valmisolekut,
- ja seda, kui palju ümbritsevat „maailma“ laps parasjagu taluda suudab.

MULLI EHITAVAD:

-  turvaline suhe
-  pilkkontakt
-  rahulik hääl ja rütm, hoidekeel

- 🧠 mõistmine
- 🏃 liikumine ja mäng
- 🕒 eneseusk ja enesetõhusus
- 🌿 puhkus ja rahu



MIS ON “LAPSE MULL”?



Lapse “mull” tähendab kujuteldavat turvaruumi lapse ümber.



Selles mullis:

- laps tunneb end turvaliselt,
- aju suudab õppida,
- keha on rahulikum,
- kontakt teistega on võimalik,
- kujutlusmäng areneb.

Kui mull läheb katki või muutub liiga väikeseks:


- laps võib minna stressi,
 - kontrollivajadusse,
 - ärevusse,
 - sulguda,
 - muutuda agressiivseks,
 - või hakata otsima tugevaid aistinguid.
-



ARENG JA “MULL”

Esimesel eluaastal


Vanema rahulik närvisüsteem aitab:


 lapse “mulli” üles ehitada.


Seda toetavad:

- pilkkontakt
- hoidekeel
- rütm
- puudutus
- kiigutamine
- ennustatavus

Laps õpib:

 “Mul on turvaline.”


 “Ma ei ole üksik.”

 “Keegi aitab mul rahuneda.”



KUIDAS SEE SEOSTUB KUJUTLUSMÄNGUGA?


Kujutlusvõime tekib hästi siis, kui:

 alumised ajutasandid tunnevad end turvaliselt.


Kui laps on pidevas:

- stressis,
- sensoorse ülekoormuse all,
- või “ellujäämisrežiimis”,

siis aju kasutab energiat:

 kaitseks

mitte:

 mänguks ja loovuseks.



TERVES “MULLIS” LAPS:

- mängib “nagu päriselt”
- kasutab sümboleid
- loob lugusid
- proovib rolle
- suudab fantaseerida
- talub väikseid muutusi



KUI “MULL” ON HABRAS

Laps võib:

- mängida jäigalt
 - korrata samu tegevusi
 - kontrollida mängu
 - ärritada muutustest
 - vältida kujutlusmänge
 - otsida ainult sensoorseid tegevusi
 - “kinni jääda” detailidesse
-



SEOS PRIMITIIVSETE REFLEKSIDEGA

Kui refleksid püsivad:

- keha võib olla pidevas valvelolekus
- turvatunne on nõrgem
- laps kasutab rohkem energiat regulatsioonile

See võib mõjutada:

- kujutlusmängu
 - vaimset paindlikkust
 - sotsiaalset mängu
 - sümbolmängu arengut
-



LIHTNE SELGITUS VANEMALE JA ÕPETAJALE

“Laps vajab turvalist mulli enne, kui ta saab päriselt mängida, õppida ja kujutleda.”



PRAKTILISED VIISID “MULLI” TOETAMISEKS

Aita lapsel:

- ennustada päeva
 - kogeda rahulikku rütmi
 - saada süvasurvet (massaž) ja liikumist
 - kogeda turvalist kontakti
 - mängida ilma liigse parandamiseta
 - olla koos rahuliku täiskasvanuga
-




Väga oluline mõte

Sageli ei vaja laps:

✘ rohkem sundimist

✘ rohkem käske

vaid:

 suuremat turvatunnet närvisüsteemis.