



# Lastekaitse Liit

Estonian Union for Child Welfare

## **MTÜ Lastekaitse Liit**

Endla 6-18 Tallinn 10142

Tel:+372 631 1128

[www.lastekaitseliit.ee](http://www.lastekaitseliit.ee)

## **Lastekaitse Liidu Koolituskeskus**

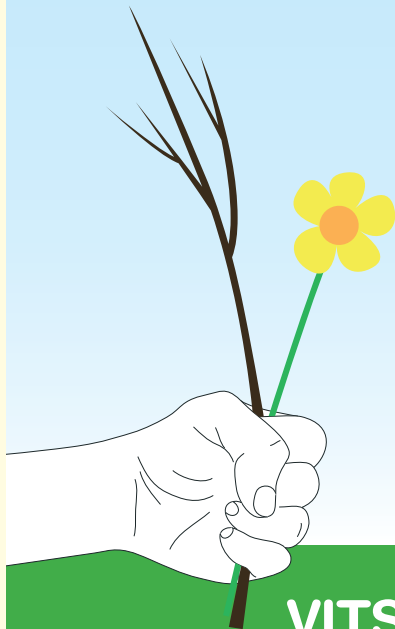
Endla 4, 6 korrus, Tallinn 10142

Tel:+372 626 3128; +372 52 07 991

Projekti toetab Hasartmängumaksu nõukogu

Projekti koostööpartnerid on Sotsiaalministeerium ja

Perekeskus Sina ja Mina



# VITSAGA VÕI VITSATA

## VITSAGA VÕI VITSATA

Lapsed jälgivad täiskasvanuid juba sünnist saadik ning käituvad oma vanematega vägagi sarnaselt. Oma lastega koos olles on seda ehk raske märgata, kuid tasub meeles pidada, et laps võtab omaks kõik sinu harjumused ja käitumismustrid. Kui mitte kohe, siis mõni aeg hiljem. Nii on ka vanemate vägivaldse käitumisega. Last kehaliselt või sõnaliselt karistades õpetad talle, et oma tahtmise saamiseks võib ta kasutada vägivalda. Näiteks kui laps sind lööb, hammustab või vastu räägib, siis talle samamoodi vastamine jätab mulje, et tegelikult ongi selline suhtlusviis normaalne. Igal vanemal on võimalik valida, kas kasvatada oma last VITSAGA või VITSATA.

### **1 . Ole oma lapsega siiras!**

Oma paha tuju ära väljenda last lüües, sakutades ega karjudes. Kasuta mina-sõnumit, mis ütleb selgelt, kuidas SINA ennast tunned ja miks.

### **2 . Arvesta lapse ealiste iseärasustega!**

Lapsega tuleb olla kannatlik. Näita lapsele ise ette, millist käitumist temalt ootad. Karistuseks reeglite kehtestamine ei õpeta lapsele vastutuse võtmist vaid laps allub hirmu tõttu.

### **3 . Pühenda iga päev aega oma lapsega koos olemisele!**

Sel ajal märka oma lapse vajadusi, kuula tema mõtteid, mängi temaga koos tema poolt pakutud mängu, ole lihtsalt tema juures.

### **4 . Leia aega iseendale!**

Püüa mõista oma tegelikke soove ja vajadusi, et jaksaksid olla lapse jaoks olemas. Kui Sinu „tass“ on täis, siis suudad last kasvatada ka vitsata.

### **5 . Leia aega oma partneriga mõnusalt kahekesi koos olla!**

Kui vanemad on õnnelikud ja rahulolevad on õnnelikud ka nende lapsed.