

Õigusrikkumiste ennetamine hakkab pihta algusest

Analüütilise psühholoogia rajaja, Šveitsi psühhiaater Carl Gustav Jung, kes elas aastatel 1875-1961, on õigustatult pööranud alateadvusele suurt tähelepanu. Ta on seisukohal, et alateadvus sisaldab nii teadvusest väljatõrjutut kui ka kogu ülejäänud teadvustamata psüühilist materjali, sealhulgas alaläviseid meeltetajusid. Alateadvus sisaldab ka materjali, mis ei ole veel ületanud teadvuse läve, need on n-ö hilisema teadvusssisu algmed. Alateadvus on lakkamatult tegevuses oma sisude rühmitamise ja organiseerimisega. Ta eristab individuaalset ja kollektiivset alateadvust. Viimasest kasvab välja esimene.

Elame ajal, mil küllaltki lihtsate olukordade lahendamiseks on kohustuslik pöörduda spetsialisti poole või omada teatavaid eeldusi. Näiteks tuleohutuse seaduse kohaselt peab igal kütteseadmega maja omanikul olema ette näidata kutselise korstnapühkija akt; vastavalt liiklusseadusele peab 10–15-aastaselt isikul sõiduteel sõitmiseks olema jalgratta juhtimisõigus. Neid tingimusi ei saa hukka mõista. Kui aga tegeleme kõige olulisemaga – elu loomisega, ei nõua keegi selleks mingeid erioskusi. Nii algabki inimese sünniga kasvamine õiguskuulekaks või õiguskorda eiravaks kodanikuks.

Alates hetkest, mil uus kodanik ilmavalgust näeb, hakkab tema aju salvestama infot. Info on energia. Teadmiste kõrval salvestuvad ka tunded ja emotsioonid. Teadvus ei ole prügikast – kõik surutakse alateadvusesse. Alateadvusest on võimalik infot kätte saada, näiteks meenutamise teel. Kogetu, millest me hetkel ei mõtle, asubki alateadvuses.

Imikut hakkab mõjutama keskkond tema ümber. Kõige suuremaks mõjutajaks on perekond. Väikese lapse edasist elukäiku mõjutab drastiliselt temaga kokku puutuvate inimeste oskus suhelda, sealhulgas lahendada probleeme rahumeelsel viisil. Igal lapsevanemal tuleb silmitsi seista olukordadega, kus armas järeltulija, kes oma emotsioone veel juhtida ei oska, käitub viisil, mil vanema närvid on viimseni pingule tõmmatud. Nüüd on lapse edasise psüühilise tervise mõttes oluline hetk, kuidas lapsevanem olukorra lahendab: kas laps saab füüsiliselt karistada, last alandatakse muul viisil või probleem lahendatakse rahumeelsel moel ilma väikest inimhinge lõhkumata. On ilmselge, et probleemid on elu osaks. Kuidas need ikkagi lahenevad?

See sõltub suures osas ümbritsevate inimeste alateadvusesse salvestunud kogemustest probleemide lahendamisel, empaatiavõimest, impulsiivsusest, unikaalsest sünnipärasest iseloomust. Kuna inimene on mõjutatud teiste poolt, ulatuvad põhjus-tagajärje juured generatsioonide kaupa aegade algusesse. Kui ema ei oska lapse emotsioone juhtida, ei osanud seda tõenäoliselt ka tema ema, vanaema ega vaaremagi.

Alateadvuse riiulisse talletuvad muuhulgas ka psüühilise ja füüsilise vägivalla jäljed. Inimene surub negatiivse energia teadvusest alateadvusesse selleks, et ellu jääda. Tulemuseks on emotsionaalne külmus. Empaatiavõime on oskus tunda, mida tunneb teine. Puudulik empaatiavõime on kõikide seadusrikkumiste kurjajuur.

Empaatiavõime on igal inimesel sündides erinev, kuna sündimisega on meile kaasa antud unikaalne iseloom. Empaatiilisust on väliste mõjutuste abil võimalik arendada või maha suruda. Kollektiivse heaolu, sh ühiskonna turvalisuse seisukohalt on eelistatav arendada empaatiavõimet.

Kõige tugevamad mõjutajad on lapse kasvatajad – eelkõige vanemad. Lapsevanematel tuleb olla oma lapse suhtes tundeliselt avatud, mõttega kohal ning avaldada armastust. Ameerika

psühholoogiaprofessor Abraham Maslow' inimvajaduste hierarhia püramiidis on turvalisus- ja armastuse vajadus teisel ja kolmandal kohal. Seega on armastuse ja turvatunde pakkumine lapse jaoks olulised vajadused. Kui lapsevanem ei oska oma lapsele armastust avaldada ega temaga lähedust saavutada, tunneb laps end ebaturvaliselt ning hingeliselt haavununa. Ta püüab vanemaid emotsionaalselt avada oma oskuste tasemel. Nii tekivad pahandused, mis nõuavad vanematelt emotsioonide ja tähelepanu käikulaskmist. Mida rohkem vanemad aga negatiivseid emotsioone õhku paiskavad, seda enam laps haiget saab. Ennast tuleb kaitsta – haavunud tunded pressitakse alateadvusesse. See on esimene aste emotsionaalse külmuse suunas. Haavunud ja emotsionaalses kaitstes asuv laps läheb lasteaeda ja kooli, kus hakkab mõjutama ka teisi.

Elame infoajastul. Raamatud, internet, filmid, joonisfilmid, arvutimängud, mobiilimängud, reklaamid, saated ja muud mõjutavad meie igapäevaolu. Kui panna telerist mängima suvaline joonisfilm, ei lase vägivald end kaua oodata. Tegelikult tuleb tikutulega taga otsida meelelahutust, mis ei sisalda vägivalda. Tihti peale on vägivald väljamõeldis, kuid tunded ja emotsioonid, mis tekivad, on tõelised. Inimene harjub aga praktiliselt iga olukorraga – seda analoogsel põhjusel, et elus püsimiseks lahtine haav armistub. Kui esimesel korral on hingeliselt valus või ebamugav vaadata kellegi tapmist telerist või tappa videomängus, siis juba mõne aja pärast suureneb selles osas emotsionaalne tuimus. Nii kahandab inimene endas vaikselt empaatiavõimet.

Vägivalla kogemine suurendab ka impulsiivsust. Maria Teiverlaur on kliinilise psühholoogina selgitanud impulsiivsuse tähendust. Selle kohaselt on inimene tegutsemises väga tormakas ja mõtlematu ning põhjustab nii endale kui ka kaaslastele pidevalt probleeme. Ta leiab, et impulsiivsus on reageerimine oma alateadlike tungide, tunnete, emotsioonide mõjul.

Alateadvus mõjutab meie igapäevaolu. Nagu eelnevalt öeldud – kõik kogetu surutakse alateadvusesse. Alateadvusest see ei kao, küll aga võivad kuhjunud negatiivsed emotsioonid käitumises avalduda. Kui negatiivseid emotsioone on alateadvuses tühine hulk, ei kajastu need oluliselt inimese käitumises. Kui kogetud vägivaldsus on kuhjunud, piisab halvasti käitumiseks või lausa õigusrikkumise toimepanemiseks kõige väiksemast stiimulist. Nii võib laps, kes vaatab telerist vägivaldset saadet, käituda vahetult pärast vaatamist rahulikult, kuid veidi pingelisemas olukorras vallanduvad alateadvusesse salvestunud ja kuhjunud tunded, ning ta lööb lasteaias kaaslastele pliiatsiga silma. Tööl olles päeva jooksul kuhjunud, kuid välja elamata negatiivseid tundeid elatakse kodus läbi lähedaste peal näiteks nendega pahandades, kui väline põhjus on tegelikult minimaalne või puudub. Teadvus on alateadvuse poolt kõige haavatavam pingelistel hetkedel. Edasisel õiguspärasel või õigusvastasel käitumisel mängivad rolli empaatiavõime, impulsiivsus, probleemi lahendamise oskused, lähedased toetavad inimesed, unikaalne iseloom jne. Kui inimesel on olnud maast madalast tugev sotsiaalne toetusüsteem, ei pane tõenäoliselt õigusrikkumist toime.

Käesoleval ajal pakutakse õigusrikkujatele muuhulgas järgmisi sotsiaalse rehabilitatsiooni programme: viha juhtimine, milles õpetatakse viha vaos hoidma, et see ei pääseks inimest valitsema; sotsiaalsete oskuste treening, milles õpitakse end igapäevaelu väljendama, oma mõtteid analüüsima ja käitumist kontrollima ning täiendatakse ja arendatakse oskusi, mida on vaja teiste inimestega suhtlemisel; praktiliste harjutuste, rollimängude, arutelude jm harjutuste abil õpitakse erinevates olukordades teisi ja ennast kahjustamata toime tulema; agressiivsuse asendamise treening, milles õpitakse agressiivse käitumise asemel kasutama positiivseid sotsiaalseid oskusi, eesmärgiks on muuta osalejat nii, et teiste inimestega arvestamine oleks

mõtlemises ja käitumises tähtis tegur; EQUIP, mille eesmärgiks on õpetada noortele vastutusrikast mõtlemist ja käitumist kaaslaste abistamise kaudu; pere- ja paarisuhte vägivalla vähendamine, mille eesmärk on kasvatada enda ja oma lähedaste turvalisust jne.

Kõige selle õppimist tuleks alustada mitte kriminaalhoolduse raames, vaid juba varajasest lapsepõlvest alates. Kuna lapsevanemaks saamine ei eelda sotsiaalseid oskusi ega teadmisi olulistest väärtustest, tuleks need teadmised lastele garanteerida riikliku õppekava kaudu lasteaedades ja koolides. Kõige olulisem on suhtlemise õpetus. Inimene võib algebras tark olla, aga kui ta suhelda mõista ning elus tõelist lähedust saavutada ei oska, siis pole ta tõeliselt õnnelik. Väärtusi, mida tuleb õpetada, on näiteks enda ja teiste armastamine ja hoidmine, läheduse saavutamine, sõprade leidmine ja hoidmine, ausus ja austus, vastutus, empaatia, kaastunne, rõõm, huumor, suhete ja perekonna hoidmine, probleemide lahendamine, toimetulek negatiivsete emotsioonidega, hoolimise väljendamine, nõrgemate eest hoolitsemine, tunnete avaldamine, annete avastamine ning enda kasuks pööramine, unistuste täideviimise etapid, põhjused ja tagajärjed üldiselt, analüütilise mõtlemise kõrval ka tunnetuse kasutamine jne.

Lapsevanematele võiks teha kampaaniaid ja koolitusi, mis õpetavad, kuidas suhelda lastega nii, et mõlema osapoole psüühika terveks jääks; kuidas saavutada lähedust ning avaldada armastust, kuidas hoida suhteid. Lapsevanematele tuleks südamele panna, et nad kontrolliksid, millist meelelahutust nende lapsed tarbivad, millise infoga kokku puutuvad. Teadlikult tuleks piirata lapsi vägivaldse meelelahutusega kokku puutumast, et hoida ära nende empaatiavõime vähenemine.

Nii kuhjuksid aastate vältel indiviidide alateadvusesse ja seeläbi ka kollektiivsesse alateadvusesse tugevalt väärtused, mis aitavad inimestel elus hakkama saada – probleeme lahendada ning õnnelik olla. Probleemide esinemise korral tuleksid sel juhul alateadvusest kergemini esile õiged probleemi lahendamise oskused ning empaatiavõime tõttu suudaks inimene aduda, mida võib tunda teine, kui temale halba teha. Empaatiline inimene, kes oskab oma emotsioone juhtida ja probleeme lahendada, ei pane suure tõenäosusega toime õigusrikkumisi. Seetõttu algabki õigusrikkumiste üldpreventsioon pihta algusest.