

Perevanema/kasvataja kompetentsid selgitustega

1. Lapse arengu toetaja

Lapse arengu all mõistetakse tema terviklikku arengut kujunemisel toimetulevaks ja õnnelikuks inimeseks ning ühiskonnaliikmeks - see on intellektuaalne, sotsiaalne, emotsionaalne ja füüsiline areng. Perevanem/kasvataja on selles protsessis lapse toetaja, kes mõistab lapse eeldusi ja huvisid ning loob lapsele võimalused nendele vastavalt kujuneda. Olenemata lapse võimetest on oluline tema arengut toetada, et iga laps saaks kasutada oma olemasolevat arengupotentsiaali maksimaalselt.

1.1 Kontakti loomine lapsega

1. *Kogub lapse paremaks tundmaõppimiseks tema kohta infot.*
2. *Õpib last tundma läbi ühistegevuste.*
3. *Väljendab oma positiivset hoiakut lapse suhtes, kasutades ka sobivat hääletooni ja kehakeelt.*
4. *Mõistab turvalise kiindumussuhte vajalikkust lapsele ja pakub lähedust.*
5. *Loob lapsele turvalised rutiinid.*
6. *Annab lapsele aega muutustega kohanemiseks.*

Lapsega kontakti loomine sujub paremini, kui perevanem/kasvataja teab tema tausta ja eripärasid, millega suhte loomisel arvestada. Ta küsib lapsega varem kokku puutunud inimestelt (nt lastekaitsetöötaja, õpetaja, eelmine perekodu jne) delikaatselt infot, millega arvestamine aitab lapsel paremini uues olukorras kohaneda. Perevanem/kasvataja õpib ise last tundma temaga koos tegutsedes ja teda pere tegevustesse kaasates – mängides, kodutöid tehes.

Kontakti loomine lapsega tähendab, et teda tegelikult märgatakse – mitte üksnes seda, mida ta teeb, vaid ka mida ta mõtleb ja tunneb. Perevanem/kasvataja näitab omapoolselt märkamist kehakeelega, lapse tunnete ja mõtete peegeldamisega ja tähelepaneliku kuulamisega. Laps mõistab, et ta on vanema jaoks oluline ja õpib vastama samaga. Hea kontakt aitab lapse arengus soovitud suunas edasi liikuda ning jõuda vastastikuse usalduseni. Perevanem hoiab teadlikult lapsega toetavat kontakti ka konfliktsetes olukordades.

Turvaline kiindumussuhe on perevanema/kasvataja-lapse vaheline suhe, mille eesmärk on pakkuda lapsele turvatunnet, kindlust ja hoitust. Pere- või asenduskodusse elama asunud lastel, kes on kogunud ebaturvalisi suhteid, võivad kujuneda kiindumussuhte häired (näiteks läheduse kartus või liigne klammerdumine). Perevanem/kasvataja märkab lapse kiindumusmuutrit ja pakub omapoolset lähedust.

Uude keskkonda elama asunud laps tunneb end turvalisemalt, kui ta teab, mis teda ees ootab - kuidas selles peres asjad käivad ja mida temalt oodatakse. Perevanem/kasvataja selgitab lapsele perre tulles ühiseid reegleid ja päevakava ning kaasab teda edaspidi ühiste kokkulepete tegemisse.

Perereeglite ja uue keskkonnaga kohanemine võtab aega. Perevanem/kasvataja märkab ka väikeseid positiivseid arenguid ning toetab last ja kogu peret kohanemisprotsessis.

1.2. Lapse arenguvajaduste mõistmine

1. Näeb last tervikuna ja keskendub tema tugevustele.
2. Mõistab lapse tunde- ja mõttemaailma, tema vajadusi ning arvestab nendega.
3. Märkab ja arvestab traumade võimalikku mõju lapse arengule ja käitumisele.
4. Kasutab järjekindlalt positiivse vanemluse ja traumapädeva hoolduse põhimõtteid lapse toetamisel ning turvatunde suurendamisel.
5. Märkab lapse andeid ning pakub viise nende arendamiseks.
6. Märkab positiivseid muutusi lapses ja tunnustab ka väikeste edusammude eest.

Kompetentne perevanem/kasvataja märkab lapse tundeid ning nende taga olevaid vajadusi. Baasvajaduste – turvalisus, kuuluvus, lähedus – rahuldamine loob aluse usaldusväärsele suhtele lapse ja perevanema/kasvataja vahel ning tugeva pinnase lapse arengule. Lapse vajaduste märkamine väljendub eelkõige selles, et vanem peegeldab lapse tundeid, küsib ja kuulab ning võtab vastutuse lapse heaolu eest.

Perekodusse tulnud laps on enamasti traumakogemusega ja ei ole seetõttu alati eakohaselt arenenud. Seetõttu ei saa eeldada temalt ka eakohast käitumist, vaid vanem peab mõistma, millised on lapse arenguvajadused. Laps võib olla intellektuaalselt arenenud, kuid minevikusündmuste tõttu emotsionaalselt habras või siis füüsiliselt arenenud, kuid intellektuaalse ja sotsiaalse arengu mahajäämusega. Iga lapse arengutaset ja potentsiaali arvestades püstitab perevanem/kasvataja lapse arengu igakülgseks toetamiseks realistlikud ja võimetekohased eesmärgid ning väiksemad vahe-eesmärgid ning liigutakse edasi samm-sammult. Eesmärkide seadmise ja täitmise osas teeb perevanem/kasvataja koostööd lapse lastekaitsetöötajaga.

Positiivse vanemluse all peetakse silmas vanemlikku käitumist, mille puhul arvestatakse igati lapse huvidega ning mis on hoolitsev ja enesekindlust andev, vägivallavaba, tunnustav ja suunav, seades piire lapse täieliku arengu soodustamiseks. Traumapädev hooldaja on teadlik trauma mõjudest, oskab märgata ja reageerida last toetades, suurendades lapse tunnetatud turvalisust. Kui laps kogeb enda jaoks turvalisust, areneb usaldus, edeneb tervenemise ja õppimise protsess.

Iga laps on oma loomupäraste eelduste ja huvidega. Perevanem/kasvataja toetab teda erinevate huvialade proovimisel, et laps leiaks päris oma. Ta märkab, mis tuleb lapsel hästi välja, aitab tal oma tugevusi mõista, innustab teda oma andeid kasutama ja edasi arendama. Ta aktsepteerib last tema kõikides eripärades ning märkab ka väikesi positiivseid muutusi lapse käitumises ja tulemustes ning kiidab teda selle eest.

1.3. Lapse füüsilise ja seksuaalse arengu toetamine

1. Arvestab lapse eripärade ja tervisliku seisundiga.
2. Suunab last tegema tervislikke toiduvalikuid.
3. Innustab last aktiivselt liikuma.
4. On lapsele eeskujuks tervislike eluviiside kujundamisel.
5. Mõistab ja toetab lapse eakohast seksuaalset arengut.

Perevanem/kasvataja on kursis lapse tervisliku seisundiga ja võimalike diagnoosidega, ta arvestab igapäevaelus lapse arenguvajadusi, mis sellest tulenevad. Kui lapse tervis eeldab teistelt pereliikmetelt erilist tähelepanu, selgitab perevanem/kasvataja peres, kuidas teised last toetada saavad.

Toitumisharjumused saavad alguse perest. Perevanem/kasvataja seisab hea selle eest, et toit oleks vitamiinide ja mineraalide rikas. Ta selgitab lapsele, kuidas tervislik toit talle kasulik on ja kujundab seeläbi lapse toidueelistusi. Perevanem/kasvataja võimaldab lapsel toidukordade vahel võtta väiksemat vahepala, meenutab lapsele vee joomise vajalikkust, sest teab, kuidas vee ja toitainete puudus lapse (eriti traumakogemusega) ajukeemiat mõjutab.

Perevanem/kasvataja mõistab, et tulenevalt traumakogemusest võib alguses osade laste jaoks olla väga keeruline harjuda kindlate toidukordade ja teatud toiduainetega ning lapse toitumisharjumuste tervislikumaks muutmine võib võtta pikka aega. Perevanem oskab märgata võimalikke märke toitumishäiretest.

Perevanem/kasvataja jälgib, et lapsel oleks päeva jooksul piisavalt füüsilisi tegevusi või lihtsalt vabas õhus viibimist. Ta innustab last liikuma ja talle füüsiliselt sobivaid spordialasid harrastama. Ta on tervisliku käitumise osas eeskujuks – teeb ka ise seda, mida räägib ja lastelt ootab.

Perevanem/kasvataja märkab ja aktsepteerib muutusi, mis seoses seksuaalse küpsemisega lapse arengus toimuvad. Ta räägib lapsega sellest ja valmistab teda ette muudatusteks, mis tema kehalises arengus ja psüühikas toimuvad. Perevanem/kasvataja julgustab last oma keha austama ning selgitab, et lapsel on õigus teha oma kehaga seonduvaid otsuseid ise ning ta ei pea alluma välisele survele. Perevanem/kasvataja toetab last seksuaalse orientatsiooni kujunemisel ning austab lapse valikuid.

1.4. Lapse sotsiaalse, emotsionaalse ja vaimse arengu toetamine

- 1. Toetab last tema tunnete teadvustamisel ja juhtimisel.*
- 2. Aitab lapsel aktsepteerida oma eripärasid ja tulla toime ebaõnnestumistega.*
- 3. Aitab lapsel mõista teisi inimesi ja luua turvalisi suhteid.*
- 4. Suunab last kasutama nutiseadmeid mõõdukalt ja mõistlikult.*
- 5. Arendab usaldamise ja koostegemiste kaudu tema toimetulekuoskusi.*
- 6. Toetab lapse intellektuaalset arengut arvestades tema huvisid ja võimekust.*
- 7. On oma käitumisega lapsele eeskujuks.*

Kompetentne perevanem/kasvataja toetab lapse kujunemist iseseisvaks inimeseks, kes mõistab oma vajadusi, tunneb oma emotsioone ja arvestab teiste inimeste vajadustega. See algab lapse aktsepteerimisest sellisena nagu ta on. Perevanem/kasvataja õpetab last oma tundeid ära tundma ja neile nime andma: ma olen kurb, ma olen vihane jne. Oluline on, et ei oleks mittelubatud tundeid, mida laps peitma või endas blokeerima hakkab, lõpuks neid tundmata. Oma tundeid märkama õppinud, saab laps õppida ka nendega toime tulema. Selles osas on vanem eeskujuks ja emotsionaalselt rasketes olukordades toeks.

Perevanem/kasvataja jälgib lapse suhete kujunemist väljaspool perekodu – kas tal on sõpru, millised on tema suhtemustrid ning kuidas need kujunevad. Oluline on lapsega nendel teemadel rääkida ja luua lapses teadlikkus sellest, kuidas ta ise oma suhteid kujundab ja mõjutab.

Perevanem/kasvataja valmistab last ette iseseisvaks eluks. Ta kaasab last vastavalt tema võimetele igapäevatoimingutesse ja õpetab teda iseenda eest hoolitsema. Vanem võimaldab lapsele iseseisvust ning julgustab teda proovima uusi asju, samas olles alati toetajana ta kõrval.

Perevanem/kasvataja jälgib lapse emotsionaalset ja intellektuaalset arengut ning hakkamasaamist haridusasutustes. Probleemide korral toetab ta last ise või küsib vajalikku tuge väljastpoolt kodu (kool, kohalik omavalitsus).

2. Peretunde looja

Perekodus elades moodustavad perevanemad/kasvatajad ja seal elavad teised lapsed pere, mis peab pakkuma igale lapsele tema arenguks vajalikku turvatunnet ja kuuluvustunnet.

Perevanem/kasvataja võtab vastutuse, et see kooslus peresarnaselt toimiks ning iga laps tunneks, et ta on väärtuslik ja hoitud. Perele omaselt on perekodus omad traditsioonid, mis muudavad selle omanäoliseks ja koduseks.

2.1. Turvalise keskkonna loomine

- 1. Vastutab pere iga lapse heaolu eest.*
- 2. Kujundab õhkkonna, kus kõiki märgatakse ja igapäev on tähtis.*
- 3. Pöörab teadlikult tähelepanu laste turvatunde säilimisele perekoosluse muutumisel.*
- 4. Loob piire kaasates lapsi peresiseste kokkulepete tegemisse.*
- 5. Kaasab lapsi peretraditsioonide loomisse ning hoidmisse.*
- 6. Märkab väärkohtlemist ja reageerib sellele koheselt.*

Lapse heaolu eest vastutamine tähendab lapse vajaduste teadvustamist, tema vajaduste eest seismist ja talle arenguvõimaluste kindlustamist. See eeldab hästi toimivat koostööd perevanemate/kasvatajate vahel, aga ka koostööd haridusasutuste ja teiste lapsega tegelevate spetsialistidega ning bioloogiliste vanematega.

Koduse õhkkonna loomisel osaleb kogu pere. Perevanem/kasvataja jälgib, et peres ei oleks püsivaid, sh varjatud, konflikte pere liikmete vahel, kus keegi tunneb end eemale jäetuna või kiusatuna. Konfliktide ilmnemisel perevanem/kasvataja reageerib koheselt ega jää ootama iseeneslikke lahendusi või tülide kuhjumist. Pere puudutavates küsimustes küsib vanem arvamust kõigilt pereliikmetelt, ka äsja perre tulnud lapselt ning selgitab oma otsuseid.

Pere koosluse muutudes muutuvad ka omavahelised suhted. Kui keegi pere lastest on perekodust lahkunud (hooldusperre, tagasi bioloogiliste vanemate juurde, lapsendatud jne), jälgib perevanem/kasvataja perre jäänud laste emotsionaalset seisundit ja pakub välja pere kooshoidvaid ühiseid tegevusi. Vajadusel kasutab vanem kõrvalist abi (lastekaitsetöötaja, psühholoogiline nõustamine jms).

Väärkohtlemise all mõistame nii füüsilist, majanduslikku, seksuaalset ja psüühilist vägivalda ning hooletusse jätmist. See võib olla toime pandud pere sees või ka perest väljaspool – näiteks koolis või kohtumisel bioloogiliste vanematega. Perevanem/kasvataja reageerib kohe, kui märkab lapse juures midagi, mis väärkohtlemisele viitab. Vajadusel pöördub abi saamiseks tugispetsialistide või pere/asenduskodu juhi poole.

2.2. Peresuhete juhtimine

- 1. Loob lastele võimaluse olla loov ja mänguline, mängib kaasa.*
- 2. Toetab teadlikult laste põhiväärtuste kujunemist.*
- 3. Jälgib laste omavahelisi suhteid ja toetab heade peresuhete tekkimist ning arenemist.*
- 4. Ennetab ja lahendab erimeelsusi konfliktilahendamise meetodeid kasutades.*
- 5. Võimaldab igale pere lapsele privaatsust.*

Peresuhete juhtimine tagab selle, et pereliikmed toimivad tervikuna koos ja samas on iga laps märgatud ja hoitud.

Perevanem/kasvataja hoolitseb selle eest, et peres on laste arengule vastavaid mänguasju ning igal lapsel on mõni päris oma asi, mis loob turvatunnet. Ta loob kodus vaba rõõmsameelse olemise, võtab teadlikult aega ja mängib lastega koos nende mängude ning pakub omalt poolt mängudeid. Vanem aktsepteerib ka teismelise soovi mängida ja innustab neid aegajalt ühistes mängudes osalema. Ta jälgib, et koos mängides ei jäeta kedagi tahtlikult kõrvale ega kiusata. Perevanem/kasvataja loob mängulise õhkkonna. Mängulisus on stressivaba hoiak mitte võtta olukorda ja iseennast liiga tõsiselt. See avab loovuse muutes õppimise ja igapäevased toimetused pingevabaks ning põnevaks.

Mängu, aga ka lugude ja igapäevaste tegevuste kaudu kujundab perevanem/kasvataja lastes põhiväärtusi, mis on olulised pereelus, aga loovad ka aluse laste iseseisvaks eluks ja isiklikuks õnneks (näit ausus, lahkus, lubadustest kinnipidamine, järjekindlus). Ta räägib lastega sellest, mis on elus oluline, kuulab, mis neile on oluline ning on ise eeskujuks positiivsete väärtuste järgimisel.

Konfliktide puhul kuulab perevanem/kasvataja ära kõik konfliktis osalejad ning aitab koos lahendusi otsida. Perevanem on konfliktilahendamisel erapooletu ja õiglane. Kui rahumeelne lahendamine pole sel hetkel ühel või teisel põhjusel võimalik, teeb perevanem/kasvataja otsuse, mis välistab akuutse konfliktolukorra jätkumise ja laste üksteise kahjustamise ning otsib jätkusuutlikke lahendusi hiljem, vajadusel kaasates tugispetsialiste.

Iga laps, mõni suuremal, mõni vähemal määral, vajab oma ruumi eralduda ja üksi olla. See ei eelda tingimata oma tuba, mida perekodu ruumid ei pruugi võimaldada, vaid vaikset nugakest, võimalust mõnda aega omaette olla. Peres peab olema kokkulepe, et nendel hetkedel teist ei segata. Samuti peaks igal lapsel olema koht, kus hoida päris oma asju, mida ta ei taha teistega jagada. Perevanem/kasvataja selgitab, kui oluline on olla aegajalt üksi ja siis jälle teistega koos.

3. Meeskonnaliige

Perevanem/kasvataja on koos teiste perevanematega/kasvatajatega oma pere meeskonnaliige, samas enamasti suurema pere/asenduskodu töötaja ja organisatsiooni kui terviku meeskonnaliige.

Oma pere teiste töötajatega moodustatakse ühtne (pere)meeskond, kus hea koostöö ja vastastikune austus on väga olulised. Perel peavad olema ühised eesmärgid ja kokkulepped. Koos arutatakse, kuidas eesmärkide poole liikuda ja milline on iga meeskonnaliikme osa selles. Selleks, et peres oleks hea õhkkond ning lastel turvatunne, peab perevanemate/kasvatajate vahel olema hea üksteisemõistmine ning tihe infovahetus.

Kollegiaalsus puudutab nii oma peres kui ka kõiki teisi selles pere/asenduskodus töötavaid kolleege, et koos moodustada ühtehoidev ja ühtseid väärtusi järgiv organisatsioon.

3.1. Peremeeskonna vaimu hoidmine

- 1. Tegutseb peremeeskonnas ühtsustunde ja laste heaolu nimel.*
- 2. Seab ja järgib peremeeskonnas ühiseid eesmärke.*
- 3. Jagab peremeeskonnas infot arvestades lapse privaatsuse ja konfidentsiaalsusenoetega.*

Perevanem/kasvataja loob oma tegevusega ühtsustunnet meeskonnas. Ta toetab oma meeskonnakaaslast ja loob koos teistega ühise visiooni pere koostoimimiseks. Koos arutatakse läbi olulisemad tegevused ja sündmused ning jagatakse operatiivset infot. Infojagamisel peaks arvestama, et see on delikaatne ja lapse suhtes lugupidav (last ei „räägita taga“ ega halvustata).

Koostöö lähtekohaks on iga laps ja lapsed, nende turvalisus ja arengukeskkond.

3.2. Kollegiaalsus

- 1. Loob kolleegidega usaldusväärsed suhted ja hoiab head tööõhkkonda.*
- 2. Märkab kolleege ja tunnustab neid.*
- 3. Toetab kolleege oma kogemuste ja teadmistega.*
- 4. Annab kolleegidele konstruktiivset ja hoolivat tagasisidet.*
- 5. Märkab kolleegi ebasobivat käitumist ja reageerib sellele.*
- 6. Teab oma asutuse eesmärke ning järgib organisatsiooni väärtusi.*

Usaldusväärsete suhete loomise eeldus on üksteise aktsepteerimine ja ühise eesmärgi nimel töötamine. Iga töötaja panustab selle nimel, et tööõhkkond oleks sõbralik, avatud ja üksteist toetav. Tunnustamist ja märkamist ei pea ootama ainult juhtidelt, iga töötaja saab teise tööroõmu tõsta hea sõnaga, positiivse esiletoomisega ja julgustamisega.

Konstruktiivse tagasiside all mõistame ausat sõnumit selle kohta, mida oled teise tegevuses märganud. Kui see on tähelepanu juhtimine mõnele kitsaskohale, on see esitatud delikaatselt ja hoolivalt ning kannab eesmärki kolleegi toetada ning sellega laste heaolu tagada. Kui perevanem märkab kolleegi käitumist, mis võib kahjustada laste heaolu ja kolleeg tema tagasisidega ei arvesta, palub ta olukorra lahendamiseks abi juhtkonnalt.

Perevanem/kasvatataja teab, kuhu kogu tema organisatsioon liigub, ta toetab organisatsiooni eesmärke ning järgib oma tegevuses organisatsiooni väärtusi.

4. Enesejuhtija ja enesearendaja

Perevanema/kasvatataja töö nõuab suurt pühendumist, head pingetaluvust ja väga head iseenda tundmist. Perevanem/kasvatataja saab olla tasakaalus ja lapse vajadusi mõista ainult siis, kui ta teadvustab oma põhivajadusi ja hoolib endast. Perevanem/kasvatataja oskab hinnata oma emotsionaalset seisundit ja oma tundeid juhtida nii, et see ei kahjustaks lapsi ega kolleege. Ta tegeleb teadlikult oma vaimse tasakaalu hoidmisega ja ennetab läbipõlemist, küsides vajadusel abi.

Perevanem/kasvatataja on hästi kursis kaasaegsete kasvatusteooriatega ja meetoditega, mis eeldab pidevat enesearendamist talle sobival viisil (kirjandus, koolitused, supervisioonid, tugigrupid jm). Kuna kodukeskkonda ja tavaellu tuleb aina enam uut tehnikat ja digilahendusi, hoiab perevanem/kasvatataja end nendega kursis ja arendab end selles osas.

4.1. Eneseanalüüs

1. *Hindab teadlikult oma tugevusi ja arengukohti.*
2. *Pöörab tähelepanu oma vajadustele ning väljendab neid.*
3. *Teadvustab oma emotsionaalset seisundit ning küsib vajadusel abi kolleegidelt või juhtkonnalt.*
4. *Analüüsib ja reflekteerib oma käitumist ja hoiakuid ning on valmis neid muutma.*
5. *Teadvustab isikliku ajaloo ja läbielatu mõju oma käitumisele ja suhetele ning tegeleb vajadusel oma peremustritega.*

Perevanem/kasvatataja on kontaktis oma vajadustega ja oma tunnetega. Ta mõistab, mida ta vajab ja väärtustab ning oskab märgata oma tundeid. Ta seisab selle eest, et tema enda põhivajadused oleksid täidetud, mis tagab vaimse tasakaalu ja ennetab läbipõlemist. Vajadusel küsib ta abi kolleegidelt või juhilt.

Perevanem/kasvatataja reflekteerib oma käitumist ning selle mõju lastele ja kolleegidele. Ta loobub väljakujunenud hoiakutest ja käitumismustritest, mis enam ei tööta ning on valmis pidevaks enesearenguks. Kui perevanemal/kasvatatajal on läbi töötamata traumasid oma elust, tuleb nendega spetsialistide abiga tegeleda.

4.2. Enesejuhtimine

1. *Planeerib ja kasutab oma aega tulemuslikult, samas ennastsäästvalt.*
2. *Pingelistes olukordades jääb tasakaalukaks.*
3. *Valdab stressijuhtimise võtteid ja rakendab neid vajadusel.*
4. *Võtab aega iseendale ja erinevatele rollidele oma elus.*

Perevanema/kasvatataja töö nõuab teadlikku aja planeerimist, et igapäeva toimetuste kõrval jääks aega tegeleda asjadega, mida on kerge edasi lükata või mis kiirustades ära ununevad (näit lastega mängimine, üks-ühele suhtlemine, sportimine, lugude rääkimine). Hästi aega

juhtiv perevanem/kasvataja kaasab võimalusel lapsed kodutöodesse ning seab oma tegevustele prioriteedid.

Olukordades, mil laps käitub ettearvamatult ja ühiskondlikke või perenorme rikkudes, pole sageli kerge jääda rahulikuks, kuid just siis vajab laps vanema tuge kõige enam. Kompetentne perevanem/kasvataja säilitab tasakaalu, analüüsib olukordi ning püüab mõista, mida laps tegelikult vajab. Perevanem/kasvataja maandab oma tugevad negatiivsed tunded turvaliselt teisi kahjustamata.

Perevanem/kasvataja kujundab välja talle sobivad stressi maandamise võtted (näit viibimine looduses, sportimine, mediteerimine, muusika kuulamine). Ta jagab heas vaimses tervises püsimise kogemusi kolleegidega, kuulab ja õpib teistelt. Teadlikkuse suurendamiseks on soovitatav läbida stressijuhtimise koolitus või hankida sellekohast infot kirjandusest.

Perevanema/kasvataja roll nõuab suurt pühendumist ning tööl oldud perioodil elab ta täielikult perekodu elu. Ümberlülitumine oma isiklikule elule ja perele võib olla paljudele keeruline. Seepärast nõuab see erilist tähelepanu. Kompetentne perevanem/kasvataja saab hakkama ümberlülitumisega töörežiimilt puhkusele - ta lubab endale puhkust, pöörab teadlikult tähelepanu oma isikliku elu rollidele ja isiklike suhete kvaliteedile.

4.3. Enesearendamine

- 1. Arendab end erialaselt, näiteks osaleb koolitustel, supervisioonidel, loeb erialast kirjandust.*
- 2. Kasutab igapäevaselt kaasaegseid digivahendeid ja muud olmes vajalikku tehnikat.*

Enesearendamise kompetentsus on tugev perevanemate/kasvatajatel, kellel on hoiak õppida ja uut kogeda ning kes otsivad ise selleks pidevalt võimalusi. Koolitused ja supervisioonid annavad võimaluse lisaks teadmistele saada osa teiste kogemustest ja omi jagada. Kaasaegsete digivahendite osas on oluline, et perevanem ei väldi nende kasutamist, vaid läheb uuega kaasa, vajadusel õppides ka lastelt.

5. Aktiivne kaasvanem võrgustikus

Lapse jaoks on oluline, et tema elus osalevad inimesed teevad omavahel koostööd. Hea kaasvanemlus leevendab leina- ja kaotustunnet, mida lapsed sünniperest lahku mineku korral kogevad. Perekodu vanem on kaasvanem lapse võrgustikus, kuhu kuuluvad eelkõige bioloogilised vanemad ja kohalik omavalitsus lapse eestkostjana. Lapse arengu huvides on oluline, et selles võrgustikus ei tekiks huvide konflikte või märgatavaid vastuolusid. Perevanema/kasvataja roll on aktsepteerida teisi võrgustiku liikmeid ning seista lapse heaolu eest.

5.1. Koostöö päritoluperega

- 1. Tutvustab lapsele tema päritolu ja aitab luua sellega positiivseid seoseid.*
- 2. Toetab lugupidavalt lapse kontakti päritolupere- ja teiste lähedastega.*
- 3. Aitab lapsel lahti mõtestada tema minevikku ja praegust suhet päritoluperega.*

Perevanem/kasvataja viib end lapse lastekaitsetöötaja abil kurssi lapse looga ja toetab lapse sidemete hoidmist oma bioloogiliste vanematega, sugulastega ja teiste lapsele oluliste inimestega. Ta räägib vanematest ja teistest päritolupere liikmetest lugupidavalt, aitab lapsel talletada temale olulisi bioloogilise perega seotud pilte või muid mälestusesemeid.

Perevanem/kasvataja aitab lapsel tema minevikku ja praegusi suhteid bioloogiliste vanematega lahti mõtestada. Peale kohtumisi bioloogilise perega on perevanem/kasvataja tähelepanelik ning jälgib kohtumiste mõju lapsele. Ta võtab aega last kuulata ning teda toetada.

Kui perevanem/kasvataja saab infot, mis viitab lapse vaimsele või füüsilisele väärkohtlemisele bioloogilises peres või muul moel tema heaolu häirivatele asjaoludele, annab ta sellest koheselt teada asutuse sees kokku lepitud kontaktile (kas otse lapse lastekaitsetöötajale või asutuse juhile, kes seejärel teavitab lastekaitset) ja palub lapse turvalisuse tagamist.

5.2. Koostöö lapse võrgustikuga

- 1. Teeb lapse eestkostjaga koostööd avatult ja regulaarselt.*
- 2. Algatab ja teeb lapse arengu toetamiseks koostööd haridusasutuse ja tugispetsialistidega.*
- 3. Jagab võrgustikuliikmetele ausat infot ja tagasisidet.*

Hea koostöö eeldab avatust ja tihedat infovahetust. Siin peaks oluliseks kriteeriumiks olema heatahtlik ja lugupidav suhtumine lapsedesse – last ei kritiseerita, vaid otsitakse ressursse ja võimalusi tema toetamiseks ning probleemide lahendamiseks. Perevanem/kasvataja järgib ise seda põhimõtet ja juhib tähelepanu, kui teised selle vastu eksivad.

Mõnikord peavad perevanemad/kasvatajad kummutama eelarvamusi perekodu laste suhtes, mis on haridusasutustes ja naabruses elavatel inimestel. Perevanem/kasvataja juhib tähelepanu, kuidas selline suhtumine lapsele mõjub ja palub lapsega kokku puutuvatel inimestel sellekohaseid repliike ja suhtumist vältida.