

Laval säravast baleriinist inimhingede terapeutiks

Jane Raidma-Voolaid (48) oli 35 aastat tantsinud balletti ja moderntantsu, kui kannapöörde tegi ja loovterapeudi eriala valis. «See oli paras šokk,» ütleb ta esimese kokkupuute kohta uue ametiga praktika ajal psühhiaatriaaias.

Tantsumaailma oli Jane haaratud juba varajasesest lapsepõlvest. Pikk, sihvakas, justkui eatu naine näeb praegugi välja nagu baleriin. Tallinna balletikoolile järgnesid tööaastad tantsijana Estonia teatris ja Saksamaal. Põnev aeg oli osalemine USAs professionaalses trupis, kus ta õppis ka moderntantsu. Kui elu tõi Jane tagasi kodumaale, töötas ta siin veel üle kümne aasta balleti- ja moderntantsuõpetajana.

Kui Jane elu oli kolmkümmend viis aastat keerelnud sõna otseses mõttes tantsu ümber, hakkas ta hinge uuristama igatsus muutuse järele: «Mulle meeldis laval olla ja õpetada, aga kõik oli juba tuttav. Oma südames otsisin midagi uut.»

Loomingulistel inimestel on andeid, mille kaudu end väljendada. Nii leidis Jane end ühtäkki käelisi tegevusi proovimas, teadmata, kuhu avastusterada välja jõuab: «Katsetasin maalimist, keraamikat ja siidimaali, ka käsitööd on mulle alati meeldinud teha.»

Nähes Janes tärkavat kunstihuvi, kutsus mõni aasta noorem sõbranna teda enda õpingukaaslaseks visuaalkunstiteraapia erialale Tallinna ülikoolis.

Jane astuski ettevalmistuskursustele: «Mingit kohustust ei olnud, läksin ja vaatasin, kuidas meeldib.» Meeldima hakkas aga kohe esimesest tunnist. Jane oli siis 43aastane.

Kaks aastat kestnud kursused, kus teoreetilised loengud olid tasakaalustatud praktiliste harjutustega, ühendasid nende õpingugrupi lausa perekonnaks.

Seiklushimuline Jane oligi leidnud midagi täiesti uut, mida võrrelda mõne uue maailma avastamisega. «Võib-olla oledki kuulnud sellest maast, aga ise sinna sõites ja kõike oma meeltega kogedes, nähes loodust ja inimesi, tundes lõhnasid, maitstes roogasid, kuuldes helisid, astudes sisse poodidesse ja katsudes asju, on mulje väga isiklik ja ehe,» ütleb ta mõtlikult.

45aastaselt uuesti ülikooli

Viimaks tuli aeg otsustada, kas minna edasi magistriõppesse.

«Kahtlesin veidi, kas ma ikka oskan ja suudan nii tähtsaid õpinguid lõpuni viia,» jagab Jane tekkinud ebakindlust. Kuid soov areneda oli suurem kui hirm.

Oma 45 eluaastast end heidutada laskmata astus Jane koos sõbrannaga magistriõppesse. «Meie erialal oli minust vanemaidki, sest see valdkond nõuabki küpsust inimesena,» sõnab ta.

Tiiu

01.11.2019 00:00

Kristina-Maria Hei...

46000

46,47

Estonia teater

Üsna kohe saadeti Jane praktikale. «Sattumine Põhja-Eesti regionaalhaigla psühhiaatria haiglasse oli paras šokk! Mul jalg ikka värises all.»

Avatud suhtlejana pole Janel raske uute inimestega tuttavaks saada. «Tundsin, et saan veidi ekstreemses keskkonnas hakkama küll ja inimesi saab oma elu teise nurga alt nägema panna.»

Nii esimene kui ka järgmised praktikad olid väga arendavad. Jane sai töötada noorte, täiskasvanute ja ka eakatega. Tantsija täpsus pani Janet pingutama, et ülikool nominaalajaga lõpetada.

Pärast õpinguid sai Jane justkui auhinna - teha veel üks praktika välismaal. Ta valis päikeselise Hispaania. «Just seal tabas mind piksena äratundmine, et soovin töötada lastega.» Unistus viiski ta õigesse keskkonda.

Panna lapsed endasse uskuma

Jane on nüüd töötanud poolteist aastat peamiselt laste ja noortega Fertilitase haigla taastusraviosakonnas visuaalkunstiterapeudina.

Ta on organisatsiooni loovterapeut ehk muusika-, draama-, visuaalkunsti- ja tantsu- ning liikumisterapeut. Meeskonnas on peale loovterapeudi psühholoog, tegevusterapeut, eripedagoog, füsioterapeut ja teised.

Iga klient on erinev ning tema teraapia eesmärgid individuaalsed.

Tavaliselt näeb Jane last kord nädalas ja kohtumise eesmärk seatakse rehabilitatsiooniplaani alusel. Töö delikaatses valdkonnas nõuab kannatlikkust, mõistvat suhtumist ja paindlikkust.

«Olenemata spetsialiseerumisest, on kõige tähtsam luua usalduslik ja hea suhe lapsega. See on kõige alus,» teab ta. Loovterapeut ei või kliendile midagi peale suruda, vaid peab lähtuma sellest, mis tegevus last kõnetab: «Ja nii me siis meisterdame, joonistame, maalime, voolime ja räägime.»

Lapsed on enamasti väga vahetud ja soovivad käelisi tegevusi teha. Üheskoos tegutsedes arendab Jane nende tähelepanu, keskendumist, loovust, sotsiaalseid ja emotsioonidega toimetulemise oskusi. «Püüame märgata oma emotsioone ja soove. Lapsel ja noorel on ehk kergem rääkida oma muredest võõramale inimesele, kes on seal just tema jaoks, kuulab ja toetab,» selgitab ta terapeudi kõige olulisemat ülesannet. «Ma näitan neile teed enesearmastuseni.»

Tantsijakarjäärile tagasi mõeldes ütleb loovterapeut, et teatrilaval tajus ta publikut eemal olevana. «Nad olid seal, ma tegin midagi nende heaks, kuid otsest kontakti ei olnud kellegagi ja seda ma ei soovinudki,» meenutab ta. Juba tantsuõpetajana tajus ta isiklikumat suhtlust.

Nüüd terapeudina on Jane jõudnud inimeste emotsionaalsesse intiimtsooni. «Ma kuulan nende rõõme ja muresid, nad on mulle väga lähedal,» teadvustab ta.

Tekst: Kristina-Maria Heinsalu Foto: Erakog