

TOETA LAPSE ARENGUT

LAPSEST LÄHTUV SEKSUAALKASVATUS

Vanus
6 a.

MIS TOIMUB?	KEHA JA ARENG
LÄHEDUS, RAHULOLU, ENESEVÄÄRIKUS	Lapsel tekib selge arusaam keha ja arengu individuaalsusest. On oma kehaga rahul ja aktsepteerib seda. Mõistab hea ja halva, privaatsuse põhimõtteid.
TUNDED	Kogeb armastust, vihkamist ja armukadedust mõlema soo suhtes. Ei tea alati, mida nende tunnetega teha.
SUHTED JA ERINEVUSED	On sotsiaalsem, paindlikum ja jutukam. Oskab paremini reegleid järgida.
HEAOLU JA TERVIS	Iseseisvuspüüd ja soov ise hakkama saada muutuvad tugevamaks.
LASTE SAAMINE	Mõistab elutsüklit.
REEGLID JA TAVAD	Mõistab sotsiaalsete reeglite järgimist ja selle olulisust järjest paremini.
ÕIGUSED	Mõistab, et mitte kõik inimesed ei ole head. Sellest hoolimata ei pea kõiki võõraid kartma.

Vanus
4-5 a.

MIS TOIMUB?	KEHA JA ARENG
LÄHEDUS, RAHULOLU, ENESEVÄÄRIKUS	Lapsel areneb pilt endast kui poisist, tüdrukust, inimesest. Igatseb kiitust ja tunnet, et on aktsepteeritud, märgatud ja kuulnud. Mõistab, et kasvab suureks saades meheks, naiseks, täiskasvanuks.
TUNDED	Tunded on tugevad ja laps harjutab nendega toimetulekut. Õigluse vajadus kasvab.
SUHTED JA ERINEVUSED	Lapse tähelepanelikkus teiste suhtes, empaatia- ja koostööoskused suurenevad. Sõprussuhted muutuvad järjest olulisemaks. Tahab meele järele olla ja hakkama saada rühma liikmena.
HEAOLU JA TERVIS	Teab hästi, mis vahe on heal ja halval puudutusel ja mis tunne siis on. Tahab end hästi tunda ja vältida paha tunnet.
LASTE SAAMINE	Lapse teadmisanu ja arusaamisvõime suurenevad. Laps on huvitatud elust, rasedusest ja laste sündimisest.
REEGLID JA TAVAD	Õpib eri olukordades sobivat käitumist ja läheduse väljendamist. Õpib oma piiride kaitsmist. Hakkab huvituma eri kultuuride normidest, ehk mis on lubatud ja mis ei ole.
ÕIGUSED	Suhtleb aktiivsemalt omade ja võõrastega. Vajab turvaoskusi, ka teiste lastega suheldes. Lapsel on õigus saada eakohaseid teadmisi ja oskusi.

Vanus
2-3 a.

MIS TOIMUB?	KEHA JA ARENG
LÄHEDUS, RAHULOLU, ENESEVÄÄRIKUS	Laps on oma keha üle rõõmus ja uhke, sh selle üle, mida see toodab (piss või kaka potis). Lapse minapilt areneb.
TUNDED	Hakkab tunnete juhtimist harjutama. Areneb oma tahe ja algab iseseisvumise.
SUHTED JA ERINEVUSED	Laps muutub seltsivamaks. Õpib märkama teiste vajadusi. Julgeb ise ümbruskonda uurida, kui on turvaline süli, kuhu tagasi minna.
HEAOLU JA TERVIS	Laps õpib märkama, mis teeb teda ja teisi rõõmsaks.
LASTE SAAMINE	Lapse enda peres või lähikondlaste hulgas võib olla beebi tulekul.
REEGLID JA TAVAD	Sotsiaalsed reeglid muutuvad tasahaaval selgemaks. Laps õpib, mis on lubatud ja mis on keelatud, mis on avalik ja mis on privaatne.
ÕIGUSED	Lapse arusaam õigusest oma keha üle areneb. Laps tahab otsustada oma keha üle.

Vanus
0-1 a.

MIS TOIMUB?	KEHA JA ARENG
LÄHEDUS, RAHULOLU, ENESEVÄÄRIKUS	Laps märkab, et mõne kehaosa puudutamine tekitab hea tunde. Lapsel on vajadus tunda lähedust ja rahulolu.
TUNDED	Rõõm ja kiindumus muutub sügavamaks. Tunnete kiire vaheldumine - pidurdamatu rõõm vaheldub vihaga.
SUHTED JA ERINEVUSED	Laps huvitub alguses tuttavatest inimestest, järk-järgult ka ülejäänud maailmast ja eriti teistest lastest. Võib vahel võrrelda.
HEAOLU JA TERVIS	Laps tahab olla aktsepteeritud ja vältida paha tunnet. Lapse heaolu sõltub igast hetkest - nii heast kui halvast - mida laps kogeb.
LASTE SAAMINE	Lapse oma pere või tuttavate pere võib olla lapseootel.
REEGLID JA TAVAD	Positiivset minapilt tuleb kaitsta. Laps õpib kõnest aru saama, tema enda kõne areneb.
ÕIGUSED	Lapsel on õigus uurida ja mängida, näidata välja tundeid ja olla kaitstud.

MIDA LAPS VÕIB TEHA VÕI KÜSIDA?

Võib küsida detailseid küsimusi erinevate kehade, seksuaalvahekorra või seksuaalsuse kohta. Lapsed arutavad koos asjade üle ja seletavad neid üksteisele.

Oskab potil käia ilma abita. Unnutamine ja arstimängud toimuvad enamasti täiskasvanute eest varjatult.

Räägib ja küsib palju, harjutab tunnete väljendamist ja teiste tunnete mõistmist. Sõprus on oluline, sageli esineb ka kiindumus- ja armumisetunnet.

Oskab juba paremini oma korda oodata ja teisi kuulata, kui on nende kord. On võimeline lahendama tülisid, mis võivad pereliikmete ja sõprade keskel kergesti tekkida.

Tahab kogeda heaolutunnet. Iseseisvuspüüdluses liigub kodust väljapoole.

Seksuaalsus ilmneb joonistustes, mängudes ja jututeemades: naljad, riimid, ütised, vahetevahel vandumine.

Võib mõtiskleda sooliste, kultuuriliste ja vanuseliste erinevuste üle. Tunnustab kindlaid väärtusi ja mõtleb nende üle.

Võib näha kolemaid unenägusid ja vanemate külge klammerduda. Võib karta võõraid või kodust väljaspool üksi olemist. Harjutab turvalisust ja oma õiguste kaitsmist, ka sõprade seltskonnas.

MIDA TÄISKASVANU SAAB TEHA LAPSE TOETAMISEKS JA SUUNAMISEKS?

Õpeta austama ja tunnustama erinevusi, võrdõiguslikkust, igapäevaelu ainulaadust ja oma keha. Anna asjalikku teavet meheks, naiseks, inimeseks olemise kohta.

Paku lapsele tunnustavaid puudutusi. Julgusta positiivset puudutamist. Õpeta, et iga kehaosa on väärtuslik. Kasvata positiivset ja tunnustavat suhtumist iseendasse ja teistesse.

Õpeta, et seksuaalsus ja armastus on imelised. Õpeta tunnetest aru saama ja neid väljendama. Väldi kiindumuse ja armumise kirjeldamiseks täiskasvanute sõnavara kasutamist. Laps vajab tunnetega toimetulekuks täiskasvanu abi.

Õpeta sõpruse reegleid: kuidas peaks käituma. Toeta sõprussuhteid mõlemast soost sõpradega, kiindumust ja armumist.

Seleta, et lapsel on õigus valida lähedasi sõpru ja otsustada, kellel on õigus teda puudutada. Puudutus ei tohiks olla ebameeldiv. Turvaoskused: ütle EI, eemaldu, räägi juhtunust usaldusväärsele täiskasvanule. Heal puudutusel on kaitsev toime.

Kuula kannatlikult ja anna eakohaseid vastuseid seksuaalvahekorra, sünni jms kohta. Tekita turvaline ja avatud õhkkond. Õpeta kasutama sobivaid sõnu.

Õpeta, mis on sobilik ja mida tähendab privaatsus. Ei ole vaja ja ei saa kõigile kõike näidata. Õpeta võrdsust ja võrdõiguslikkust väärtustama.

Õpeta lapse õigusi ja hoiakut, mille kohaselt "minu keha kuulub mulle!" Räägi lapsele ohtlikest täiskasvanutest ja õpeta turvaoskusi. Suhtu tunnustavalt lapse küsimustesse. Lapse õiguse eest olla kaitstud vastutavad täiskasvanud.

MIDA LAPS VÕIB TEHA VÕI KÜSIDA?

Õpib ise pesema ja riietuma. Märkab erinevusi: vana/noor, naine/mees. Mõtiskleb erinevate kehaosade ja nende otstarbe kohta; kuidas keha tundub ja mida kehaga saab teha. Võib katsuda suguelundeid.

Keha avastamise ja uurimise mängud on tähtsal kohal. Unnutamine rahustab ja aitab magama jääda. Otsib erinevaid enesetunnetuse viise - mis valmistab heameelt. Võib mängida seksuaalseid mängu teiste lastega või nukkudega.

On eriti kiindunud ühte vanemasse, samastab ennast kas emaga või isaga. Võib olla kiindunud mõnesse sõbrasse, kelle sugu pole oluline. Aktiivne kujutlusvõime, võib ette tulla õudusunenägusid. Väljendab selgelt oma rõõmu, kiindumust ja viha.

Palju rollimänge, muinasjutte, salme. Võib tekkida kujuteldavaid sõpru. Tunded ägenevad kergesti. Vajab tuge nendega toimetulekul. Laps kallistab ja musitab siiralt. Võib aegajalt hoolelda. Vajab kiitust oma oskuste eest.

Otsib heaolutunnet keha uurides ja puudutades, mängides ja vigurdades. Mürab ja tahab olla täiskasvanu süles. Mõtiskleb hea ja halva üle ning erinevate tundmuste üle kehas.

Võib olla huvitatud sellest, kuidas beebi ema kõhtu saab ja kuidas sealt välja tuleb. Võib mängida arsti- ja kodumänge, "laste tegemist". Matkib täiskasvanute süle.

Tunnustab ja mõistab erinevaid tavasid ja elustiile. Küsib küsimusi ja mõtiskleb nende teemade üle. Testib reegleid ja viise, kuid aegajalt järgib ise reegleid väga täpselt. Eriti väsimuna ei jaks alati hästi käituda.

Võib testida head ja halba puudutust. Õpib oma soove, piire ja vajadusi väljendama. Vähehaaval siirdub huvi kodust väljapoole ja hakkab huvituma meedia poolt pakutavast teabest.

MIDA TÄISKASVANU SAAB TEHA LAPSE TOETAMISEKS JA SUUNAMISEKS?

Anna lapse küsimustele eakohaseid vastuseid. Ole abiks pesemisel. Seleta, kuidas suguelundite eest hoolitseda ja et need on lapse isiklikud ja väärtuslikud kehaosad. Toeta lapse individuaalsust. On vahva olla just selline laps nagu oled.

Tunnusta last ja ütle, et ta on tore: tüdruku või poisina, poisiliku tüdruku või tüdrukuliku poisina. Õpeta, et keha on väärtuslik ja kallis, oma kehast võib rõõmu tunda. Õpeta, et teistsugusedki inimesed on õiged ja toredad.

Õpeta last oma tundeid nimetama ja nendest aru saama. Järjekindel piiride seadmine tekitab lapses turvatunde. Kui laps jonnib, rahusta ka ennast. Ütle, et tunded on head, aga kellelegi ei tohi haiget teha. Põöra lapsele tähelepanu, kiida, tunnusta last.

Õpeta austust, õiglust ja erinevaid kombeid: nii oma kui ka teistes peredes. Julgusta ja tunnusta lapse iseseisvuspüüdlusi. Toeta last, kui ta peab toime tulema kaotusega. Ole turvaliseks süleks lapsele.

Iseenda puudutamine on hea asi, aga seda tehakse rahus ja omaette. Ennast võib ja saab kaitsta. Õpeta turvaoskusi: ütle EI, eemaldu, ütle tuttavale täiskasvanule, mis juhtub. Tugevda positiivset ellusuhtumist.

Vasta küsimustele eakohaselt. Beebi kasvab beebiseemnest ema kõhus. Seeme saab ema kõhtu erinevatel viisidel. Armastades näitavad täiskasvanud oma armastust teineteise vastu ja nii teevad nad beebisid. Last võib saada ka lapsendamise või viljatusravi teel.

Õpeta pehmel ja rahulikult viisil sotsiaalseid norme. Räägi, et eri kultuurides ja peredes võivad olla erinevad väärtused ja tavad. Õpeta enda ja teiste enesemääramisõigust: kust võib kedagi puudutada.

Õpeta, et puudutus ei tohiks tekitada halba tunnet. Lapsel on õigus keelduda halvast puudutusest ja sellest tuleb rääkida usaldusväärsele täiskasvanule. Lapsel on õigus olla kaitstud. Anna lapsele luba küsida, väljendada oma vajadusi ja soove.

MIDA LAPS VÕIB TEHA VÕI KÜSIDA?

Tekib loomulik huvi inimeste suguelundite vastu. Potilkäimise ajal lasteaias ja saunas uurib teiste inimeste suguelundeid ning arutab kõva häälega, mida ta näeb.

Puudutab ja uurib oma keha avalikult. Võib tunda mõnusat tunnet suguelundite piirkonnas (unnutamine). Tahab teiste kehasid puudutada. Tahab palju sülle.

Pettumus ja teised suured tunded väljenduvad tihti läbi kehalise tegevuse, näiteks löömise, kallistamise või musitamise. Näitab välja oma armastust vanemate vastu. Küsib igat sorti küsimusi, ka seksuaalsuse kohta.

Harjutab teistega koos mängimist, aga tüli korral võib kergesti ette tulla löömist. Võib olla raske vanemast eemal olla.

Otsib lohutust ja turvalisust oma lemmikmänguasjast ja lähedastest inimestest, oma keha ja suguelundite mõnuga puudutamist (unnutamist). Ütleb, mida ta soovib.

Paitab "beebikõhtu", imestab rinnaga toitmisel. Mõtleb valjusti, võib küsida kõikvõimalikke küsimusi.

Laps küsib palju. Eristab avalikku privaatsust, hakkab norme omaks võtma, näitaks ei jookse lasteaias alasti ringi. Võib katsetada piire keelatu ja lubatu vahel.

Laps harjutab tahtmist ja oma õiguste kaitsmist. Arsti juures võib keelduda läbivaatusest. Vajab täiskasvanu turvalisust ja kaitset.

MIDA TÄISKASVANU SAAB TEHA LAPSE TOETAMISEKS JA SUUNAMISEKS?

Seleta lapsele, et igapäevaelu on oma keha. Tüdrukutel on tussu, poisistel noku. Mõlemal on sama head. Õpeta pärast tualetit käimist käsi pesema. Õpeta teiste privaatsust austama.

Selgita hellalt piire: mis kehaosi võib teistele näidata ja puudutada, mis olukordades. Puudutamine on lubatud. Õpeta teisi austama. Hoiu last palju süles ja ole hell.

Toeta kaastunnet ja empaatiat. Nimeta tundeid: "Nüüd sa oled vihane". Õpeta, et kõiki tundeid võib tunda, aga ei või teistele haiget teha. Ürita ise rahulikult jääda, kui laps jonnib. Järjekindel piiride seadmine tekitab lapses turvatunde. Näita ette eri võimalusi, kuidas oma kiindumust välja näidata.

Õpeta lapsele mängu reegleid: ei tohi teisi sikutada ega haiget teha - see teeb nad kurvaks. Ole julgustav, mitte hukkamõistet. Lase lapsel rahulikult harjuda uute olukordadega. Selgita, et on erinevaid inimesi ja perekondi.

Ole mänguline ja hellita last. Näita välja oma tuge ja tunnustust. Ütle lapsele, et tema keha on hea ja selle puudutamine on loomulik.

Räägi lapsepärast, et beebi tuleb "beebiseemnest", kasvab ema kõhus ja lõpuks tuleb välja ema tupe kaudu. Vali endale sobivad sõnad: beebiseeme, beebi kodu, emakas, tussu, tupp.

Rääkides inimeste erinevustest, näita välja austust. Räägi hellalt privaatsusest ja sotsiaalsetest normidest. Oma keha võib puudutada, aga seda on parim teha omaette olles. Kõik võivad rahus käia potil ilma, et neid häiritsaks.

Austa lapse taht. Arsti juures või vannis seleta, et nüüd on aeg vaadata või pesta lapse peput, noku või tussu. Need on lapse isiklikud kohad, mille üle laps saab ise otsustada. Ujumisriiete all olevad kehaosad on privaatseid.

MIDA LAPS VÕIB TEHA VÕI KÜSIDA?

Kõik kehaosad pakuvad huvi - ka mähkme all olevad. Käte ja suu abil saab tutvust teha erinevate kehaosadega.

Laps on meeleldi paljalt ja puudutab ennast. Võib suguelundeid puudutada ja kogeda mõnusat tunnet (unnutamine).

Laps naeratab, valab pisaraid, hõiskab rõõmust. Hindab enda tundeid ja käitumist teiste inimeste reaktsioonide kaudu. Laps igatseb olla imetletud. Vajab abi rahunemisel.

Jälgib, matkib, klammerdub ja tõrjub. Vallutab usaldavalt oma ümbruskonda. Vahetevahel otsib turvatunnet tuttavast sülest. Meeldib näidata oma kiindumust.

Puudutab ja uurib maailma käte ja suuga. Mäletab kehaliisi kogemusi, näiteks valu.

Puudutab vabalt ja küsib siiralt kõige kohta, võib olla huvitatud ema suurest "beebikõhust".

Laps õpib puudutamise teel. Võib tahta puudutada enda ja teiste tussu või noku. Hakkab aru saama, mis on lubatud ja mis mitte.

Uurib innukalt ümbritsevat ja ennast.

MIDA TÄISKASVANU SAAB TEHA LAPSE TOETAMISEKS JA SUUNAMISEKS?

Hoiu last enda lähedal, paita teda ja häälitte rahustavalt. Anna sellega sõnum, et kõik kehaosad on head - kõrvad, noku, tussu ja kõik muu. Anna erinevatele kehaosadele oma nimetused. Koos võib vaadata pildiraamatuid, milles on näha erinevad inimesed ja nende kehad.

Räägi lapsega tunnustavalt: "See on tussu/noku. See on tore. Peseme selle puhtaks". Hoiu last süles. Näita, et tal on õigus olla uudishimulik.

Vasta lapse vajadustele: lohuta ja armasta teda. Paku palju hellust. Ole toeks ka siis, kui laps on vihane, võta süle ja rahusta teda. Õpeta hellalt, et tunded on lubatud, aga teistele ei tohi haiget teha.

Imetle ja räägi lapsega. Vasta tema sõnumitele. Paku lähedust ja rahustavaid puudutusi. Võimalda lapsel tutvuda erinevate inimestega. Selgita lapsele, mis tunne on, kui tehakse pai või kui tehakse haiget.

Näita lapsele, et ta teeb sind õnnelikuks. Keha on hea, selle puudutamine on tore. Armastus ja mõnutunne on lubatud.

Vaata koos lapsega pildiraamatut ja uurige koos, kuidas beebi ema kõhus kasvab. Võib rääkida "beebiseemnest" ja sellest, kuidas sellel on kodu ema kõhus.

Õpeta last austama sõna "ei". Lapsel on õigus ka ennast kaitsta. Õpeta sobivad ja lubatud sõnad, kasutades neid sõnu eeskujuna ise.

Kui vannit last või vahetad ta mähet, räägi lapsega sõbralikult. Juhenda last asjalikult, kuid hellalt. Ole alati olemas, kui laps otsib sinult abi.