

TERVIST EDENDAVATE LASTEAEDADE  
VÕRGUSTIKU XII SUVEKOOL LAPS JA  
SEKSUAALSUS: KEHA, TUNDED JA TURVALISUS  
11.–12. juuni 2019 Valgamaa, Kääriku  
Spordikeskus  
Kai Part, Tiivi Pihla, Siim Värv



# Milline on eelkooliealise lapse seksuaalsus?

Eelkooliealise lapse seksuaalsus on loomulik, uudishimulik, rõõmsameelne, uuriv ja avatud



Lühivideod

<https://tarkvanem.ee/videod/>

# Seksuaalsusest lastega rääkimine – mis mõju sellel on?

Seksuaalharidus peab algama varases eas → suurem tõenäosus, et noored alustavad seksuaalelu hiljem ja tehakse tervist toetavamaid valikuid

Kui anname lastele õiget teavet, on vähem tõenäoline, et nad lähevad seda mujalt otsima

Kui oleme valmis rääkima lastega suhete ja seksuaalsuse teemal, siis näitame sellega, et oleme nende jaoks olemas, kui neil tekib küsimusi või probleeme



# Vanemad ja lasteaed on koostööpartnerid!

- Turvaline perekeskkond ning oma last toetavad ja tema vastu huvi tundvad vanemad – lapse jaoks parim
- Mõned vanemad ei suuda adekvaatselt oma lapse seksuaalset arengut toetada – nad kas ei anna ise teavet või teevad seda liiga hilja
- Kõik täiskasvanud ei tunne ennast kindlalt, samas enamik soovib lastele asjatundlikku SHst
- Lapsed saavad teavet ka mujalt

# Seksuaalhariduse andmine koolis ärgitab laste ja noorte uudishimu seksi vastu

Uuringute järgi see nii ei ole: seksuaalhariduse andmine  
→ suurem tõenäosus, et noored alustatavad seksuaalelu hiljem ja tehakse tervist toetavamaid valikuid:

- seksuaalelu ei nihku varasemasse vanusesse
- teadmised seksuaalsusest ja -tervisest paranevad
- läbirääkimis- ja suhtlemisoskused paranevad
- kasutatakse rohkem kondoomi ja tõhusaid rasestumisvastaseid vahendeid
- väheneb soovimatute raseduste arv
- teatakse paremini oma õigusi ja kust saab nõu ja abi

WHO: seksuaalharidus peab algama võimalikult vara!

# Eakohaselt antud teadmised toetavad ja kaitsevad lapsi!

Väikese lapse arenguülesanne on oma **keha tundmaõppimine** – see peab olema toetatud, lubatud ja võimalik!



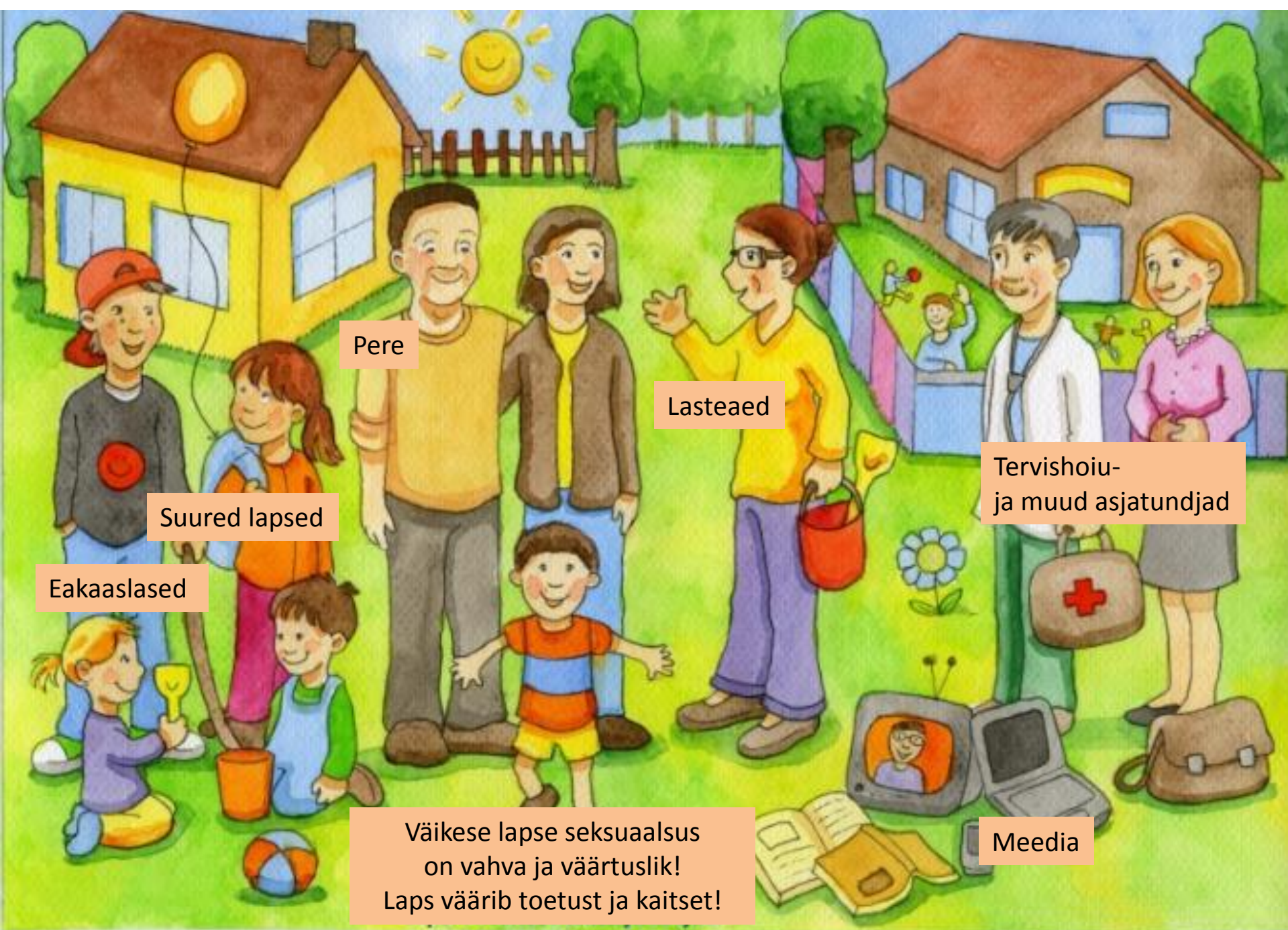
**Lähedusoskused** – lapsel on õigus õppida lähedane olemist, puudutada ja tunda rõõmu turvalisest ja armastavast kontaktist – see on tähtis osa sellest seksuaalsusest, mida me täiskasvanutena vajame



**Enesemääramisõigus** – laps ei tea seda iseenesest, sellest tuleb lapsele rääkida! Muidu laps ei tea, et tal on õigus öelda EI ja kaitsta ennast mittesoovitud puudutuste eest







Pere

Lasteaed

Tervishoiu- ja muud asjatundjad

Suured lapsed

Eakaaslased

Väikese lapse seksuaalsus on vahva ja väärtuslik!  
Laps väärrib toetust ja kaitset!

Meedia

15.00 - 15.30 WHO Euroopa seksuaalhariduse  
standardid

# Seksuaalhariduse ajalooline areng

1. **Abstinentstil põhinevad** “ütle ei” programmid

2. **Riskikäitumisele keskendunud**

Abstsidents + rasedusest hoidumine ja turvaseks/HIV

3. **Holistiline/laiapõhjaline seksuaalharidus**

*holistic/comprehensive*

Isiklik ja seksuaalne areng; seksuaalharidus kui inimõigus, terved ja turvalised lähisuhted

BZgA

Federal Centre  
for  
Health  
Education

## WHO Regional Office for Europe and BZgA

### Standards for Sexuality Education in Europe

*A framework  
for policy makers,  
educational and health authorities  
and specialists*



BZgA

Federal Centre  
for  
Health  
Education

## Maailma Terviseorganisatsiooni (WHO) Euroopa piirkondlik büroo ja BZgA

### Euroopa seksuaalhariduse standardid

*Standardid poliitikakujundajatele,  
haridus- ja tervishoiuasutustele ja teistele spetsialistidele*



## Lähtekoht: uus vajadus SH järele

- Globaliseerumine ja migratsioon (erinev kultuuriline ja religioosne taust)
- Uued meediakanalid pakuvad (vastuolulist) teavet
- HIV/AIDS
- Laste seksuaalse ärakasutamise skandaalid
- Keerulised teemad → vanemad ei ole pädevad käsitlema

Lühivideo

Millest lähtub Maailma Terviseorganisatsioon  
eelkooliealiste laste seksuaalkasvatuses?

<https://tarkvanem.ee/videod/>

4–6	Teadmised Mille kohta teavet anda	Oskused Milliseid oskusi aidata õppida	Hoiakud Milliseid hoiakuid aidata kujundada
Viljakus ja soojätkamine	<p><b>soojätkamisega seotud müüdid (nt mõnedes riikides räägitakse lastele, et uue lapse tõi kurg)</b></p> <p>elu: rasedus, sünn ja lapsed, elu lõpp</p> <p>inimese soojätkamise põhialused</p>	nendel teemadel korrektses sõnavaraga rääkimine	<p><i>erinevuste austamine:</i> <i>mõnedel inimestel on lapsed ja mõnedel ei ole</i></p>
Tunded	<p><b>armukadedus, viha, agressioon, pettumus</b></p> <p><b>sõprus ja armastus samast soost inimeste vastu</b></p> <p><i>erinevus sõpruse ja armastuse vahel</i></p> <p><i>salajane armastus, esimene armastus (armumine, vastuseeta armastus)</i></p>	<p><b>toimetulek pettumustega</b></p> <p>oma tunnete, soovide ja vajaduste väljendamine ja edastamine</p> <p><i>enda ja teiste privaatsusevajadusega arvestamine</i></p> <p><i>oma tunnete adekvaatne nimetamine</i></p>	<p><b>aktsepteerimine, et armastuse tunded (osana kõikidest tundetest) on loomulikud</b></p> <p>suhtumine, et see, kuidas ise oma tundeid kogetakse ja väljendatakse, on õige</p>
Suhted ja elustiilid	<p><b>sõprus</b></p> <p><b>samasoolised suhted</b></p> <p>erinevat tüüpi (pere)suhted</p> <p><i>erinevad pere kontseptsioonid</i></p>	<p><b>enda suhtestamine sõprade ja pereliikmetega kohasel moel</b></p> <p><b>koos elamine vastastikusel austusel põhinevates peredes</b></p> <p><b>suhete loomine ja alalhoidmine</b></p>	<p><b>erinevuste aktsepteerimine</b></p> <p>erinevate elustiilide austamine</p>

6–9	Teadmised Mille kohta teavet anda	Oskused Milliseid oskusi aidata õppida	Hoiakud Milliseid hoiakuid aidata kujundada
Inimese keha ja selle areng	<p><b>kehalised muutused, menstruatsioon, seemnepurse, individuaalsed erinevused arengus</b></p> <p><b>(bioloogilised) erinevused meeste ja naiste vahel (sisemised ja välimised)</b></p> <p>keha hügieen</p>	<p><b>õigete sõnade teadmine kehaosade ja nende funktsioonide kohta ja nende sõnade kasutamine</b></p> <p><i>kehaliste muutuste väärtustamine</i></p> <p><i>enda keha uurimine ja selle eest hoolitsemine</i></p>	<p><b>enda kehateadlikkusest tuleneva ebakindluse aktsepteerimine</b></p> <p>positiivne kehapilt ja minapilt; endast lugupidamine</p> <p>positiivne sooidentiteet</p>
Viljakus ja soojätkamine	<p><b>valikud seoses lapsevanemaks olemisega ja rasedusega, viljatus, lapsendamine</b></p> <p><b>rasestumise vältimise põhiline idee (pere loomist on võimalik planeerida ja selle üle otsustada)</b></p> <p><b>erinevad viljastumise viisid</b></p> <p><i>viljakuse tsükli põhiline idee</i></p> <p><i>soojätkamisega seotud müüdid</i></p>	<p>suhtlemisoskuste arendamine</p> <p><i>mõistmine, et inimesed saavad enda viljakust mõjutada</i></p>	<p><i>erinevuste aktsepteerimine – mõned inimesed otsustavad lapsi saada ja mõned otsustavad neid mitte saada</i></p>



9–12

**Teadmised**

Mille kohta teavet anda

**Oskused**

Milliseid oskusi aidata õppida

**Hoiakud**

Milliseid hoiakuid aidata kujundada

Inimese keha ja selle areng

**keha hügieen**

(menstruatsioon, seemnepurse)

**varajased murdeea muutused (vaimsed, kehalised, sotsiaalsed ja emotsionaalsed ning nende võimalik varieerumine)**

*sisemised ja välimised suguelundid ja nende toimimine*

**nende teadmiste**

**integreerimine enda eluga**

õigete sõnade teadmine ja kasutamine

*murdeea muutustest rääkimine*

**keha muutuste ja kehade**

**vaheliste erinevuste**

**mõistmine ja**

**aktsepteerimine (peenise, rindade ja naise**

**välissuguelundite kuju ja suurus võivad väga**

**erinevad olla, iluideaalid muutuvad aegade jooksul ja on kultuuriti erinevad)**

*positiivne kehapilt ja minapilt; endast lugupidamine*

<p>Seksuaalsus</p>	<p>esimene seksuaalkogemus seksuaalne orientatsioon</p> <p>noorte seksuaalkäitumine (seksuaalkäitumise variatsioonid)</p> <p>armastus, armumine</p> <p><i>nauding, masturbeerimine, orgasm</i></p> <p><i>erinevused sooidentiteedi ja tegeliku bioloogilise soo vahel</i></p>	<p>erinevatest seksuaalsetest tunnetest rääkimine ja nendest arusaamine, seksuaalsusest rääkimine kohasel viisil</p> <p>teadliku otsuse tegemine, kas saada seksuaalkogemusi või mitte</p> <p>soovimatutest seksuaalkogemustest keeldumine</p> <p><i>päriselu seksuaalsust ja meedias kujutatava seksuaalsuse eristamine</i></p> <p><i>kaasaegse meedia kasutamine (mobiiltelefon, Internet) nende vahenditega seotud ohtudest ja eelistest teadlik olemine</i></p>	<p>seksuaalsuse ja seksuaalse orientatsiooni erinevuste aktsepteerimine, austamine ja mõistmine (seks peaks olema vastastikusel nõusolekul toimuv, vabatahtlik, võrdsetel alustel, eakohane, kontekstikohane ja eneseväärikas)</p> <p>arusaam seksuaalsusest kui õppimise protsessist</p> <p>seksuaalsuse erinevate väljenduste aktsepteerimine (suudlused, puudutused, hellitused jne)</p> <p><i>mõistmine, et igaühel on erinev seksuaalse arengu „ajakava“</i></p>
--------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>Viljakus ja soojätkamine</p>	<p>teismeliseeas/noorena lapsesaamise (emaduse, isaduse) mõju: laste kasvatamine, pere planeerimine, tööelu planeerimine, raseduse vältimine, otsuste langetamine ja teenused soovimatu raseduse korral</p> <p>teave rasestumisvastast nõuannet pakkuvate teenuste kohta</p> <p>ebatõhus rasedusest hoidumine ja selle põhjused (alkoholi tarbimine, võimalikud kõrvalnähud, unustamine, sooline ebavõrdsus jne)</p> <p>rasedus (ka samasoolistes suhetes) ja viljatatus</p> <p>erinevate rasestumisvastaste meetoditega (sh SOS-pillidega) seotud faktid ja müüdid (tõhusus, eelised ja puudused)</p>	<p>raseduse tunnuste ja sümptomite äratundmine</p> <p>oskus pöörduda rasestumisvastaste vahendite saamiseks, nt vastavate (tervishoiu)-teenuste pakkujate poole</p> <p>teadliku otsuse tegemine, kas saada seksuaalkogemusi või mitte</p> <p><i>rasestumisvastastest vahenditest rääkimine</i></p> <p><i>teadlik rasestumisvastase vahendi valik ja vajadusel selle tõhus kasutamine</i></p>	<p>isiklikud hoiakud (normid ja väärtused) seoses teismeliseeas emaduse ja isadusega, rasestumisvastaste vahenditega, raseduse katkestamisega ja lapsendamisega</p> <p>positiivne suhtumine rasestumise vältimise osas ühise vastutuse võtmisse</p>
---------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

15–...	Teadmised Mille kohta teavet anda	Oskused Milliseid oskusi aidata õppida	Hoiakud Milliseid hoiakuid aidata kujundada
Seksuaalsus	<p>seks – midagi enam kui vaid seksuaalvahekord</p> <p>seksi tähendus erinevas vanuses, soolised erinevused</p> <p>seksuaalsus ja puue, haiguste mõju seksuaalsusele (diabeet, vähk jne)</p> <p>seksitehingud (prostitutsioon, aga ka seks väikeste kingituste, lõunasöökide eest / õhtul välja viimiste, väikeste rahasummade eest), pornograafia, seksisõltuvus</p> <p><i>seksuaalkäitumise variatsioonid; seksuaalse erutuse tsükli erinevused</i></p>	<p>erinevate suhtevormide ja suhete arengu üle arutlemine, seksimise või seksimisest keeldumise põhjuste üle arutlemine</p> <p>„kapist välja tulek“ (teistele oma homoseksuaalsete või biseksuaalsete tunnete tunnustamine)</p> <p>suhtlemis- ja läbirääkimis- oskused lähisuhetes</p> <p><i>kontakti loomise raskustega toimetulek; vastuoluliste ihadega toimetulek</i></p> <p><i>austavalt enda vajaduste, soovide ja piiride väljendamine ning teiste juures nendega arvestamine</i></p> <p><i>seksuaalsuse ja võimu vahekorra mõtestamine</i></p>	<p>positiivne suhtumine seksuaalsusse ja naudingusse</p> <p>erinevate seksuaalsete orientatsioonide ja identiteetide aktsepteerimine</p> <p><i>aktsepteerimine, et seksuaalsus esineb erineval kujul kõigis vanuserühmades</i></p> <p><i>muutus võimalikelt negatiivsetelt tunnetelt, jälestuselt ja vihkamiselt seoses homoseksuaalsusega, seksuaalsete erinevuste aktsepteerimisele ja tunnustamisele</i></p>

# Näide eakohasest seksuaalkasvatusest meedias

## Pikku Kakkonen

[https://yle.fi/aihe/artikkeli/2019/06/05/pikku-kakkosessa-annetaan-kaikille-kehon-osille-nimi-ja-opetellaan?utm\\_source=facebook-share&utm\\_medium=social&fbclid=IwAR3Y9\\_QGQd1bOXrEwSu0FoENlsaCaT4xFd1Taf\\_pB5DMwT1cn-SC9KHRuFc](https://yle.fi/aihe/artikkeli/2019/06/05/pikku-kakkosessa-annetaan-kaikille-kehon-osille-nimi-ja-opetellaan?utm_source=facebook-share&utm_medium=social&fbclid=IwAR3Y9_QGQd1bOXrEwSu0FoENlsaCaT4xFd1Taf_pB5DMwT1cn-SC9KHRuFc)

16.00 – 17.30

Lapse seksuaalsus ja seksuaalne areng

# Vanus 0-3 aastat

## AVASTADES JA UURIDES

### 0-1a (avastamine)

Erinevate meelte kaudu maailma tajumine

Hellitamine ja kallistamine → **minu keha on väärtuslik** → loomulik tunne olla teise inimese lähedal → alus tervetele suhetele ja tunnete

Oma keha uurimine ja avastamine: käed ja suu → jalad → nina ja kõrvad → suguelundite juhuslik puudutamine → **hea tunne kehas**

Kiindumussuhe vanemaga → usaldus **turvalise maailma** vastu

**Inimsuhete püsivus:** ema-isa, vanemad-lapsed

## 2-3a (uudishimu ja uurimine)

Lapsed on erinevad, lapsed erinevad täiskasvanutest

On poisid ja tüdrukud, mõlemad on väärtuslikud

**Huvi oma keha vastu** - detailne suguelundite uurimine, teistele näitamine, alasti olek → kogu keha on hea ja kõikidel kohtadel on nimed

**Huvi teiste kehade vastu** (lapsed ja vanurid, mehed ja naised, puudega inimesed)

Meeldivate kehapiirkondade tahtlik puudutamine → see on lubatud, kuid kõiki kohti ei saa igas olukorras puudutada

Suur vajadus kehalise kontakti järele (sülesistumine, hellitamine, kallistamine)

Hell ja sõbralik kombekusreeglite tutvustamine – mis on sobilik ja mis mitte (sotsiaalsed normid)

**Palju küsimusi** elu nähtuste suhtes! (“Kuidas beebi kõhtu sai”)



# Vanus 4-6 aastat

## REEGLITE ÕPPIMINE, MÄNG JA SÕPRUS

**Mis sobib ja mis ei sobi** (teiste puudutamine, alastiolek, suguelundite puudutamine)

Avastus, et keha puudutamisega kaasneb **nauding** (lohutus, rahu, ja rõõm).

Oma isiklikke kohti **võib rahulikult uurida**, kuid omaette (avalik – privaatne).

Enda ja teiste **keha avastamine mängu kaudu**: mängime ema ja isa, sünnitust, arstimängud; avalikult → üha salajasemalt.

**Rumalate sõnade** faas (kaka, pissi ja puuksumängud): piiride tunnetamine.

Teatud sõnade kasutamine kutsub esile teiste reaktsiooni (see on lõbus).

Kindel **teadmine oma bioloogilisest soost** (poiss, tüdruk) ja soorollist (mida teevad poisid, mida tüdrukud)

Tee ka ise seksuaalsusest juttu – **õiged kehaosade nimetused**, paljunemine

**Sõprussuhete** tekkimine nii enda kui vastassoolistega (= meeldimine, = armastus). Sellel pole seost seksuaalse erutuse ja ihaga.

# Vanus 7-9 aastat

## HÄBI JA ESIMENE ARMUMINE

*Olen see, mida õpin*

**Ebamugavustunne teiste juuresolekul alasti olles** – ei meeldi enam riietuda täiskasvanute juuresolekul

Vähem avalikke küsimusi seksuaalsuse kohta

Fantaseerimine ja tegelikkus segunevad (pere, kool, TV).

Rühmas oma teadmiste ja tarkuse demonstreerimine, võistlemine (vihjed, et teatakse seksi ja muu sellise kohta)

Seksuaalse sisuga **naljad ja anekdoodid** (tihti ei mõista nende sisu)

**Esimese armumise** tunne (kättesaamatud iidolid)

# Vanus 10-15 aastat (EEL)MURDEIGA

**Murdeea algus** (tüdrukud 2a enne poisse), menstruatsioon ja seemnepursked  
Seksuaalfantaasiad, **seksuaalhuvi suur**enemine (raamatud, TV, internet).

Seksuaalsusest rääkimine pole kerge.

Esimesed sammud armastuse suunas: koos väljaskäimine, käest kinni hoidmine, põsemusi

**Eneserahuldamine** täiskasvanulikus mõttes

Kõik kehaga seonduv saab äärmiselt tähtsaks: **kas mu keha on normaalne?** Kas ma arenen teistega võrreldes liiga aeglaselt, liiga kiiresti?

Hakatakse ennast nägema kui kedagi, kes võib kunagi olla seksuaalvahekorras

**Seksuaalne iha** samaealiste suhtes

Sageli **esimese armumise** kogemus.

**Seksuaalsed kogemused**: suudlemine, hellitamine, intiimsed puudutused

**Palju uusi teadmisi** seksuaalsuse kohta

**Väärtushinnangute kujunemine** seksuaalsusega seonduvalt (mis on hea, mis on õige)

# Vanus 16-18 aastat

## PEAAGU TÄISKASVANU

**Iseisvuse suurenemine**, suhted vanematega ei ole enam nii lähedased

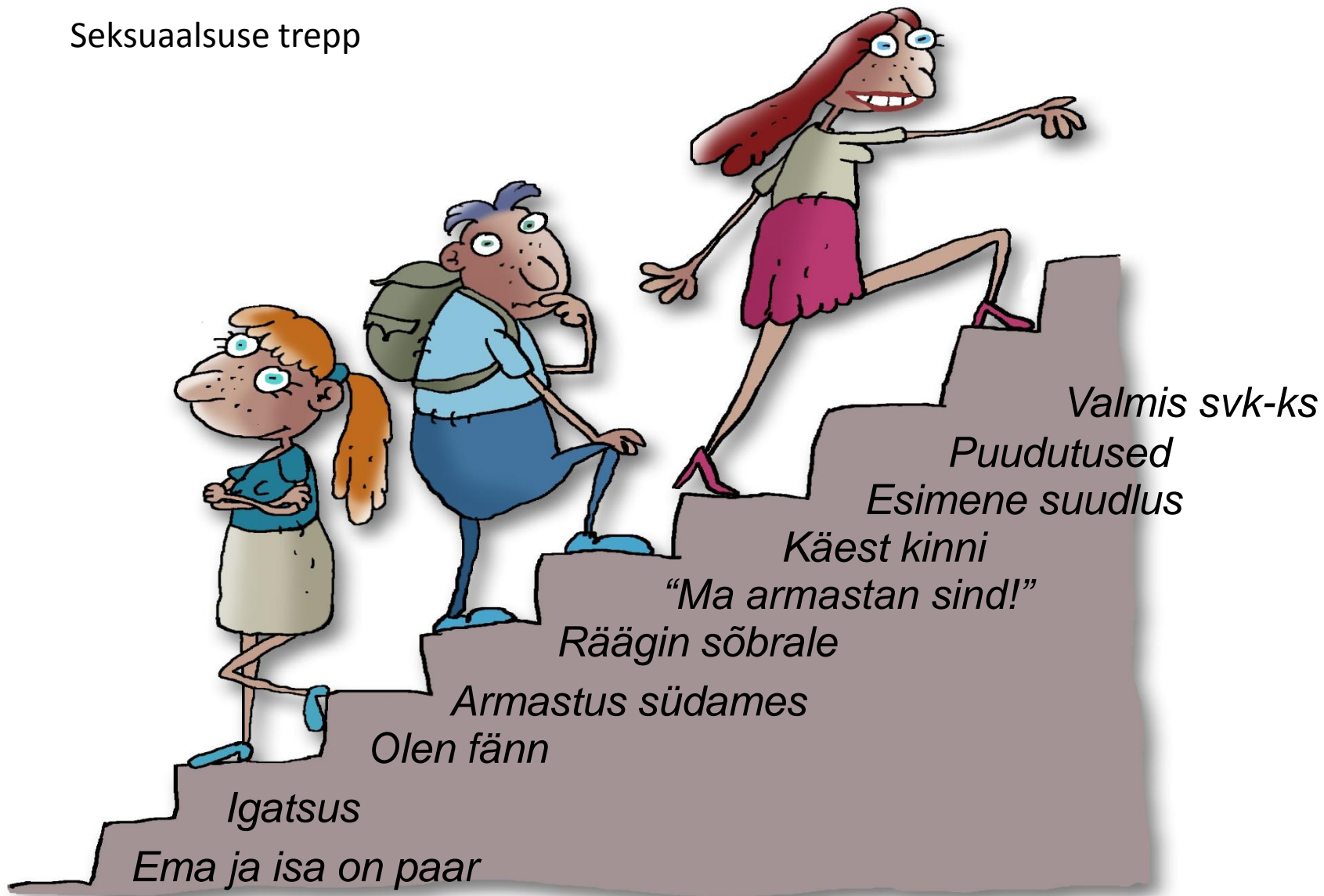
Selgem **teadlikkus oma seksuaalsest orientatsioonist**

**Seksuaalkogemuste lisandumine**: suudlemine, petting, seksuaalvahekord

Rohkem kogemusi, kuidas **vastassugupoolega suhelda**: läbirääkimine, suhtlemine, soovide väljendamine, piiride kehtestamine, austuse näitamine.

Eeldused olemaks tasapisi **valmis astuma iseennast kaotamata intiimsesse suhtesse**

# Seksuaalsuse trepp



# TÖÖTUBA

Milline on loomulik või muret tekitav  
seksuaalkäitumine koolieelses eas?

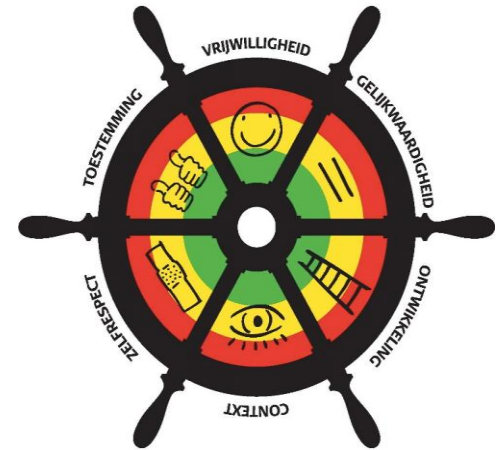
Sensoa Flag System©

Kai Part

12.06.2019

# 1. samm: Käitumise kirjeldamine

- Nõusolek
- Vabatahtlikkus
- Võrdne
- Arengu- ja eakohane
- Taustasobiv
- Toetab eneseaustust



## 2. samm: Seejärel otsustame, kas käitumine on:

- Lubatav ja aktsepteeritav (roheline lipp)
- Mõõdukalt lubamatu (kollane lipp)
- Tõsiselt lubamatu (punane lipp)
- Äärmiselt lubamatu (must lipp).





### 3. samm: Kas ja kuidas peaksime käitumisele reageerima?

- Käitumise lõpetamine (nt eemale juhtimine) või eiramine
- Käitumisele nime andmine ja arutelu algatamine

*„Seisad siin liumäe peal püksid alla lastud otse kõikide silma all. Nii on selgelt näha sinu isiklikud kehaosad“*

- Emotsioonide tuvastamine

*„Kas sul on sellega seoses rahulik tunne? Mulle teeb muret, mida teised lapsed mõtlevad, kui sind nõnda seismas näevad.“*

- Kinnitamine ja selgitamine, missugune käitumine on lubatud ja miks
- Selgitamine, missugune käitumine on keelatud ja miks

*„Oma isiklike kehaosi ei ole sobiv teistele inimestele näidata.. See võib teisi pahandada.“*

- Kokkulepete sõlmimine → tähelepanelik jälgimine

Arutage lapsega, kuidas ta saaks oma käitumist kohandada ja mida on selleks teha tarvis. Siinkohal on oluline, et laps saaks ise lahendusi sõnastada.

*„Mis on sinu arvates parim, mida teha saaksid?“*

Jälgimine tähendab, et suurendate järelevalvet, et vältida probleemkäitumise juurdumist või uuestikinnitamist. Selles etapis võib olla tarvis probleemkäitumist täiendavalt analüüsida ning korraldada konkreetseid kasvatuslikke ja toetavaid sekkumisi.

*Mis on selle käitumise võimalikud põhjused? Kas esineb provotseerivaid või põlistavaid tegureid? Mida ütleb selline käitumine lapse vajaduste kohta?*

- Tegutsemine

*Hetkel peame teilt basseinikasutuse õiguse ära võtma ja peame juhtunust teada andma*

- Teatamine, nõustamisele suunamine