

Seistes silmitsi lapse sobimatu seksuaalkäitumisega



(soovitusi vanematele, kellele tekitab muret lapse seksuaalne käitumine)

Avastamine, et teie laps käitub seksuaalselt sobimatult või on teisi seksuaalselt väärkohelnud, võib olla üsna šokeeriv ja ootamatu. See võib põhjustada erinevaid tundeid ja reaktsioone nagu viha, kurbus, eitamine, häbi ja süütunne. Õige abi ja toetuse leidmine on väga oluline, et aidata oma last ja hoida ära taolist käitumist tulevikus.

Kõige olulisem, mida te saate teha, on toetada kõigi oma laste, s.h. seksuaalselt kahjustavalt käituvate laste, turvalisust ja heaolu. See sisaldab nii sobilikumate valikute tegemist kui ka turvalisemat käitumist. Tõhusad sekkumisviisid aitavad tulevikus probleemset seksuaalkäitumist ära hoida ning õpetavad paremini austama iseenda ja teiste piire. Enda ja teiste piiride austamist ning sobilikumat käitumist on võimalik õppida ka sel juhul kui problemaatilise seksuaalkäitumise põhjused jäävad ebaselgeks.

Kuidas ma saan oma last aidata?

Teie laps vajab praegusel hetkel toetust enam kui kunagi varem. Tuleb meeles pidada, et seksuaalne käitumine on vaid osa lapse identiteedist ning ei määra kogu tema olemust. Uuringud on näidanud, et suunatud sekkumise ning toetava vanemluse, järelevalve ning abi korral ei jätku enamik noori kahjustavat seksuaalkäitumist. Vanemlik toetus ning suunamine on äärmiselt olulised positiivsete tulemuste saavutamiseks. Vanemad võivad pöörduda abi saamiseks kohaliku omavalitsuse lastekaitse või vajadusel mõne teise spetsialisti (vastavalt vajadusele nt perearst, vaimse tervise õde, psühholoog, psühhiaater, jurist) poole.

Kas ma olen teinud midagi valesti? Kuidas inimesed suhtuvad nüüd minusse ja minu lapsesse?

Üsna loomulik on see, et lapsevanemad või lapse hooldajad võivad tunda ennast süüdi, et nad varem ei märganud lapse probleemset seksuaalkäitumist ning küsida endalt, kas nad oleksid saanud midagi teha selle ärahoidmiseks. Häbi- ja süütunne on sellises olukorras üsna tavalised ning on üsna harv, et hooldajad on teadlikud või kahtlustavad lapse taolist käitumist. Noored varjavad sageli oma seksuaalkäitumist täiskasvanute (eriti oma vanemate) eest ning vanemad saavad sobimatust seksuaalkäitumisest teadlikuks alles pärast seda, kui see on juba toimunud. Seetõttu poleks vanemad ebasobivat käitumist saanud kuidagi ära hoida, kuid neil on aktiivne roll edasise turvalisuse loomisel ning tulevikus sobimatu käitumise ärahoidmisel.

Probleemsel seksuaalkäitumisel on ühiskonnas üsna tugev negatiivne silt, millel võivad olla ka lapse jaoks negatiivsed sotsiaalsed tagajärjed (nt piiratakse lapse osalemist huviringides, laagrites vmt). Olulised täiskasvanud lapse elus peaksid siiski mõistma, et lapse sildistamine on kahjulik ning ei aita kaasa olukorra lahendamisele ning tuleks hoolikalt mõelda, kuidas antud teemat last sildistamata käsitleda.



Järelevalve ja jälgimine

Ebasobiva seksuaalse käitumisega lapsed vajavad jälgimist ja järelevalvet, kui nad suhtlevad ja käivad läbi teiste lastega. Ainult informeeritud ja asjast teadlikele täiskasvanutele saab anda vastutuse jälgida lapsi, kes on käitunud seksuaalselt ebasobivalt. Selgete ootuste ning reeglite väljendamine aitab lastel mõista, mis on lubatud ja mis mitte. Lapsed, kes on rikkunud teiste isiklikku piiri, ei tohiks teha pesemistoiminguid, magada koos või veeta järelevalveta aega endast nooremate lastega. Kodus viibivad täiskasvanud peaksid oma käitumisega aitama samuti kujundada lastes arusaama, millised on lubatud käitumisreeglid ja millised mitte.

Laps ei pruugi saada aru või osata põhjendada, miks ta nii käitus

Laste ebasobivat seksuaalset käitumist võib põhjustada nii uudishimu kui ka impulsiivsus. Lapsed võivad ka süüdistada teist last, õigustada või täielikult eitada oma käitumist. See ei tähenda, et teie lapsest kasvaks teiste suhtes hoolimatu inimene, vaid sellised reaktsioonid on tavalised. Empaatiat on oskus, mida saab õppida ning ka sobimatu seksuaalkäitumise korral on seda oskusliku ja asjakohase käsitlemise kaudu võimalik arendada.

Ole valmis kuulama, kui laps räägib sobimatust seksuaalsest käitumisest ja aita tal mõista ning õppida, milline oleks olnud sobilik reageerimisviis. Sobimatu seksuaalne käitumine leiab tavaliselt aset lapse lähimas suhtlus- ja sõprusringis ning tõenäoliselt võite tunda ja teada ka seda teist last, kellega on kahjustavalt käitunud. Sellises olukorras võib olla keeruline oma tunnetega toime tulla, kuid arvestada tuleks kõigi laste vajadustega.

Kuidas ma saan toetada oma lapsi, eriti kui üks neist on käitunud teise suhtes seksuaalselt sobimatult?

Kui laps käitub seksuaalselt sobimatult, võib see olla murettekitav ja raskesti mõistetav mitte ainult vanematele ja lapse hooldajatele, vaid ka pere teistele lastele, eriti kui üks lastest on olnud juhtunu teine osapool. Vanematel võib olla keeruline kõiki oma lapsi toetada ning abistada, stress ja pinget võib panna peresuhted proovile ning perekonda kurnata. Tuleb leida lahendus küsimusele, kas laps, kes käitus kahjustavalt, jääb koju või peaks elama mõni aeg eraldi. Samuti tunnevad sageli pere teised lapsed, eriti laps, kellega juhtunu aset leidis, hirmu ja kurbust ning ka süütunnet, kui perekond tuleb ajutiselt lahutada.

Lapsel, kes on kogunud seksuaalset väärkohtlemist, võivad tekkida käitumisprobleemid, unehäired, depressioon või ärevus. Need lapsed võivad kergelt ehmuda, vältida teatud kohti või õde/venda, kes tema suhtes kahjustavalt käitus. Kui teil või teie lapsel esineb mõni neist sümptomitest, on soovitatav pöörduda psühholoogi või mõne muu vaimse tervise spetsialisti poole ja otsida abi.

Lapsi tuleks kaitsta seksuaalsuse üleliigse eksponeerimise eest meedias

Lastel ei tohiks olla juurdepääsu seksuaalse ja pornograafilise sisuga ajakirjadele, raamatutele, videotele, videomängudele, arvutifailidele, veebisaitidele, lugudele või telesaadetele, kus selliste teemade kajastus on moonutatud. Samuti tuleks jälgida nutiseadmete kasutamist laste poolt, et vältida nende tahtmatut kokkupuudet täiskasvanutele suunatud seksuaalse sisuga materjalidega.



Nutiseadmete kasutamisevõimaluste piiramine esmase ohutusmeetmena on hea, kuid see ei asenda järelevalvet. Lisaks selle jälgimisele, kellega laps silmast-silma suhtleb, on oluline jälgida ka lapse veebisuhtlust.

Kuidas nõustamine aitab minu last?

Kahjustava seksuaalkäitumisega laste nõustamisest võib olla mitmeti kasu. Esiteks on lastel võimalik mõista, et nad ei ole üksi. Samuti võivad paraneda laste ja vanemate vahelised suhted ning vanemate oskused oma lapse käitumist juhtida. Asjatundlik nõustamine võimaldab lapsel saada eakohast seksuaalharidust, õppida enda ja teiste piiride austamist, sobilikku käitumist ning arendada sotsiaalseid oskuseid ja impulsside juhtimise oskust. Nõustamise ja teraapia eesmärk on lahendada probleemkäitumine ning vältida täiendavat probleemset, nii seksuaalset kui mitteseksuaalset, käitumist. Arendada võib ka seksuaalselt ennast või teisi kahjustavalt käituva lapse empaatiavõime.

Kuidas vanem saab nõustamisele kaasa aidata?

Vanemad ja lapse hooldajad on nõustamisprotsessis väga olulised ning neil on tähtis roll nõustamise või teraapia käigus õpitud oskuste hilisemal rakendamisel igapäevaelus. Lapsevanem on kõige olulisem inimene, kes saab lapsele tuge pakkuda. On tähtis, et laps teab, et vanemana olete valmis teda toetama ja seisate abi saamisel tema kõrval. Paljudel lastel ja ka vanematel võib olla hirm, et neid arvatakse kahjustava seksuaalkäitumise pärast perekonnast või kogukonnast välja või suhtumine neisse seetõttu muutub. Nõustamisprotsessis osalemine annab vanemale võimaluse olla oma tunnete suhtes aus ja vältida üksi jäämist. Kahjustava seksuaalkäitumise korral saavad nõustamist ja abi nii lapsed kui nende vanemad ning nõustamist saanud lapsed ja noored kordavad hilisemas elus antud käitumist vähem tõenäoliselt.

Kuidas ma saan enda ja teiste lapsi aidata?

- Uskuge last ja seda, mida laps teile räägib.
- Täna last, kui ta jagab teiega enda jaoks olulist infot!
- Julgustage last rääkima oma tunnetest ja asjadest, mis talle muret valmistavad.
- Olge lapse kuulamisel võimalikult neutraalne.
- Kui räägite lapsega (või lapse kuulates) teistest juhtunuga seotud isikutest, siis jääge neutraalseks.
- Kui laps räägib teile asjadest, mida ta on teistele teinud või mida teised on temale teinud, siis kuulake last tähelepanelikult, hinnanguid andmata ning jääge võimalikult neutraalseks.
- Toetage oma last, olge valmis teda kuulama, kui ta soovib juhtunust rääkida.
- Kontrollige oma emotsioone ja nende väljendumist.
- Vastake lapsele tema vanusest ja arengutasemest lähtuvalt. Selgitage pigem lühidalt ja lapsele arusaadavalt.
- Olge oma lapse jaoks alati olemas.
- Pöörduge abi ja nõu saamiseks spetsialisti poole.

Hea on meeles pidada ja oma lapsele õpetada ning meelde tuletada põhilisi seksuaalkäitumise reegleid:

- Ei ole sobilik näidata teistele oma privaatsid kehaosi



- Ei ole sobilik vaadata teiste privaatseid kehaosi
- Ei ole sobilik katsuda teiste isikute privaatseid kehaosi
- Oma keha puudutamine ei ole taunitav, kuid seda ei tehta avalikus kohas ning see ei tohiks hakata segama/mõjutama lapse igapäevast elu.
- Ei ole sobilik kommenteerida teisi seksuaalsete väljenditega või häirida neid ja oma seksuaalse käitumisega tekitada teistes ebamugavust.

Vanemad saavad lapsi toetada, andes neile sõnumi, et:

„Sa tegid õigesti, et juhtunust rääkisid.“

„Me otsime meie perele abi.“

„Me otsime võimalusi, et kogu meie pere saaks abi ja kõik tunneksid end hästi ja turvaliselt.“

Kuhu ma saan pöörduda, et leida tuge ja abi lapse seksuaalkäitumise probleemide korral?

Nõu ja abi saamiseks saad võtta ühendust oma kohaliku lastekaitsetöötajaga, lasteabi telefoniga numbril **116111** või lastemajaga info@lastemaja.ee. Eestis on olemas ka seksuaalvägivalla kriisiabikeskused, mis asuvad:

- Lääne-Tallinna Keskhaiglas (Sõle 23, Tallinn, sisenemine naistekliiniku erakorralise vastuvõtu kaudu. Telefon 5342 4724, www.synnitusmaja.ee)
- Tartu Ülikooli Kliinikum (L. Puusepa 8, Tartu, sisenemine erakorralise meditsiini osakonna (EMO) kaudu. Telefon 731 9954, www.kliinikum.ee)
- Ida-Viru Keskhaiglas (Ilmajaama 12, Kohtla-Järve, sisenemine erakorralise meditsiini osakonna (EMO) kaudu. Telefon 331 1094, www.ivkh.ee)
- Pärnu Haiglas (Ristiku 1, Pärnu, sisenemine erakorralise meditsiini osakonna (EMO) kaudu. Telefon 447 3393, www.ph.ee)

Kui Sa ei ela selles piirkonnas, siis pöördu endale lähimasse kriisiabikeskusesse ja vajadusel palu abi politseilt lühinumbril 112.

Lasteabi on lastega seotud murede korral olemas ööpäevaringselt üle Eesti. Kõne telefonile 116 111 on helistajale tasuta ja helistada saab ka kõneaja puudumisel. Nõustamine toimub eesti, vene ja inglise keeles. Lasteabisse saab pöörduda ka veebivestluse kaudu www.lasteabi.ee või e-kirja teel info@lasteabi.ee. Soovi korral saab pöörduja jääda anonüümseks.

Lastemaja on lapsesõbralik teenus seksuaalselt väärkoheldud ja kahjustava seksuaalkäitumisega lastele, mis asetab esikohale lapse õigused ja toob kokku spetsialistid, kelle ühine eesmärk on taastada lapse heaolu ja turvatunne. Lastemajad asuvad Tallinnas, Tartus, Jõhvis ja Pärnus, kuid teenus on kättesaadav kõikidele abi vajavatele lastele Eestis.

Lastemaja teenuse osutamiseks töötavad lapse heaolu nimel koos erinevad spetsialistid nagu lastekaitsetöötaja, politsei, prokurör, psühholoog ja paljud teised. Lastemaja teenuse meeskond hindab lapse tervislikku ja sotsiaalset olukorda ja edasist abivajadust, viib läbi juhtumi lahendamiseks vajalikud uurimistoimingud ning pakub lapsele vajalikku abi, nõustamist ja suunab pere psühholoogi või terapeudi vastuvõtule. Teenusele saamiseks tuleb kohaliku omavalitsuse lastekaitsetöötajal võtta ühendust lastemaja spetsialistiga info@lastemaja.ee. Lastemaja poole võib pöörduda ka lapsevanem või laps ise, samuti tavakodanik või spetsialist, kellele teeb muret lapse seksuaalne käitumine.



Lisalugemist ja kuulamist:

- [Laste seksuaalne areng vanuses 0 kuni 18 aastat](#)
- [Toeta lapse arengut. Lapsest lähtuv seksuaalkasvatus](#)
- [Minu keha ja turvalisus](#)
- [Laste seksuaalne väärkohtlemine](#)
- [Lastemaja õpetab \(0-3 aastased lapsed\)](#)
- [Lastemaja õpetab \(4-6 aastased lapsed\)](#)
- [Lastemaja õpetab \(7-10 aastased lapsed\)](#)
- [Lastemaja õpetab \(10-13 aastased lapsed\)](#)
- [Lastemaja õpetab \(14-18 aastased lapsed\)](#)
- Laste seksuaalkasvatus. R. Cacciatore
- Nii kuum on tunne! Noorte oma seksiraamat. P. Brandt, E. Korteniemi-Poikela, R. Cacciatore, M. Huovinen

