

## Kuidas rääkida lapsega seksuaalsusest ja mida teha, kui laps räägib võimalikust seksuaalsest väärkohtlemisest



Seksuaalsus ja seksuaalne areng on normaalne osa lapse arengust. Nii lastekaitsetöötajatel kui teistel lastega töötavatel spetsialistidel võib ette tulla olukordi, kus neil on vajadus lapsega vestelda ka seksuaalsuse ning seksuaalse väärkohtlemisega seotud teemadel. See võib tekitada ebamugavust, kuid oluline on anda lapsele adekvaatset ning eakohast infot ning vestelda nendel teemadel nii, et aidata kujundada hoiakuid, mis õpetaksid last austama enda ja teiste piire ning aitaksid tulevikus luua terveid ja turvalisi suhteid.

### Kuidas rääkida lapsega seksuaalsusest:

- Selgita lapsele selgelt ja rahulikult, milline on sobilik ja milline sobimatu füüsiline (sh seksuaalne) kontakt laste või laste ja täiskasvanute vahel.
- Selgita lapsele, millised on privaatsed kehaosad, mida üldiselt teistel isikutel pole luba puutada (va erandid, näiteks arstlik läbivaatus).
- Uuri lapse seksuaalteemadega seonduvaid suhtumisi, hoiakuid ja teadmisi läbi lapse sõnakasutuse, küsimuste ja mängu.
- Tutvusta lapsele füüsilise kontakti ja seksuaalsusega seotud piire. Need piirid on seotud nii laste enda kehaga (nt avalikus kohas ei ole sobilik privaatseid kehaosasid katsuda) kui ka teiste privaatsusega (privaatsed toimingud tualett- või duširuumis).
- Hoidu andmast lapsele liiga detailset ning sügavuti minevat informatsiooni, mis ei ole lapsele eakohane.
- Piira võimalusel lapse liiga detailset kokkupuudet laste seksuaalse väärkohtlemise juhtumite kajastamisega meedias ning väldi lastes paranoia või püsiva kartuse tekkimist läbi selliste juhtumite üksikasjaliku kirjeldamise. Selle asemel räägi antud teemast ja vasta küsimustele nii, et see rõhutaks turvalisi suhteid, enda ja teiste piiride austamist ning avatust ja kindlustunnet.
- Selgita lastele võimalikke riskiolukordi ning julgusta lapsi võimalikke ohuolukordi vältima: nt kommade, kingituste ja muude esemete vastu võtmine võõrastelt ilma vanema nõusolekuta, vanemate või teiste usaldusväärsete täiskasvanute eest varjamine, kui keegi on teinud neile lähenemiskatseid, üksinda ilma täiskasvanuta kõrvalistes kohtades viibimine, ebasobiv või last ebamugavalt tundma panev puudutamine ükskõik millise (kaasa arvatud lapse lähedase) isiku poolt.
- Tähtis on anda lapsele teadmised tema õigustest ning veendumus ja hoiak, et tema keha on tema oma ning vaid tema otsustab, kes ja kuidas seda puudutada tohib.
- Kui laps ei soovi või ei ole valmis rääkima, saab küsida: „Kas on keegi teine, keda sa usaldad ja kellega sa oleksid nõus vestlema?“



**Nii lastekaitse, õpetajate, treenerite kui teiste lastega kokku puutuvate spetsialistide töös võib ette tulla olukordi, kus laps räägib, et teda on füüsiliselt või seksuaalselt väärkoheldud. Inimesed on erinevad ning erinev on ka nende ettevalmistus ning valmisolek taolistel keerulistel teemadel rääkida. Oluline on see, et laps on teid usaldanud ning juhtunud rääkides otsib ta tegelikult toetust ja abi.**

#### **Kui laps räägib seksuaalsest väärkohtlemisest:**

- Jää rahulikuks ja kontrolli enda emotsioone. Lapsed jälgivad täiskasvanute reaktsiooni ning see võib mõjutada, kas ja kui palju nad juhtunud edasi julgevad rääkida. Oluline on anda lapsele signaal, et tema öeldule reageeritakse ning teda võetakse tõsiselt.
- Varu piisavalt aega. Leia turvaline ja rahulik koht, kus saate lapsega segamatult vestelda. Kui see ei ole koheselt võimalik, siis ütle lapsele, et see, mis ta ütles, on väga oluline ning te kindlasti räägite sellest sobilikumas kohas.
- Julgusta last rääkima, kuid ära kiirusta teda. Lase lapsel rääkida nii palju nagu ta on hetkel valmis.
- Lapsega vesteldes arvesta tema vanust ja arengutaset. Ära kasuta sõnu ja väljendeid, mida laps ei mõista ja mille tähendusest ta aru ei saa.
- Anna lapsele mõista, et sa usud teda ning ei kahtle selles, mida ta rääkis. Ära pisenda öeldut ega sisenda lapsele, et ta võib olla olukorrast valesti aru saanud. Oluline on last tõsiselt võtta ka olukorras, kus ta väljendab võimalikku väärkohtlemist ka Sinule lähedase isiku poolt. Lähedase isiku poolt toime pandud võimalikku väärkohtlemist võib olla raske uskuda või aktsepteerida, küll aga näitab statistika, et paljudel juhtudel on lapse väärkohtlejaks just lapsele lähedane isik.
- Ära anna lapsele lubadusi, mis ei vasta tõele või mida sa ei saa täita (nt et sa ei räägi sellest kellelegi või et keegi ei saa sellest teada). Anna lapsele tõest ja asjakohast infot selle kohta, mis edasi saab (nt „See, millest sa praegu mulle rääkisid, on väga oluline ning laste suhtes ei ole lubatud niimoodi käituda. Seetõttu on väga oluline, et see info jõuab ka vastava spetsialistini.“).
- Selgita lapsele, mis edasi hakkab saama, et teda ette valmistada ning tema ärevust vähendada (nt „Minu ülesanne on see, mida sa rääkisid, edastada politseile ning võimalik, et seejärel tahab politsei ka sinuga vestelda. Hästi oluline, et sa räägiksid politseile ka kõigest sellest, mida sa praegu mulle rääkisid.“).
- Kui lapsel on küsimusi, mille vastust sa ei tea, siis vasta talle ausalt, et sa ei oska vastata, aga sa uurid selle kohta.
- Kui laps ei soovi või ei ole valmis sinuga rääkima, saad küsida: „Kas on keegi teine, keda sa usaldad ja kellega sa oleksid nõus vestlema?“ Või uuri, kas on mingisugune parem aeg või koht, kus laps oleks nõus vestlema.

#### **Võimalikke sõnumeid, mida lastele öelda, kui nad on sattunud seksuaalse väärkohtlemise ohvriks:**

- Mul on väga kahju selle pärast, mis sinuga juhtus.
- Ükski laps ei peaks midagi sellist tundma ja läbi elama.
- Sina ei ole selles süüdi.
- See on väga hea, et sa sellest rääkisid.
- Täiskasvanute ülesanne on hoolitseda laste eest ja tagada, et neil oleks turvaline.
- Sina ei vastuta täiskasvanute või teiste käitumise eest.
- Me teeme kõik, et sa abi saaksid.



## Kelle poole pöörduda?

Lastekaitseeadus kohustab igaüht teavitama abivajavast ja hädaohus olevast lapsest! Abivajavast lapsest teavita kohaliku omavalitsuse lastekaitsetöötajat või pöördu lasteabi telefonile 116 111. Hädaohus olevast lapsest on kohustus teavitada viivitamatult hädaabinumbri 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](http://www.lasteabi.ee) või e-kirja teel [info@lasteabi.ee](mailto: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. Lastemaja poole võib pöörduda ka lapsevanem või laps ise, samuti tavakodanik või spetsialist, kellele teeb muret lapse seksuaalne käitumine.

Lastemajaga saab võtta ühendust [info@lastemaja.ee](mailto:info@lastemaja.ee) või lasteabiga telefonil 116 111. Palun võta arvesse, et lastemaja vastab pöördumistele esimesel võimalusel tööaja raames (E-R 8:30–17:00), lasteabi on kättesaadav ööpäevaringselt.

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](http://www.synnitusmaja.ee))
- Tartu Ülikooli Kliinikum (L. Puusepa 8, Tartu, sisenemine erakorralise meditsiini osakonna (EMO) kaudu. Telefon 731 9954, [www.kliinikum.ee](http://www.kliinikum.ee))
- Ida-Viru Keskhaiglas (Ilmajaama 12, Kohtla-Järve, sisenemine erakorralise meditsiini osakonna (EMO) kaudu. Telefon 331 1094, [www.ivkh.ee](http://www.ivkh.ee))
- Pärnu Haiglas (Ristiku 1, Pärnu, sisenemine erakorralise meditsiini osakonna (EMO) kaudu. Telefon 447 3393, [www.ph.ee](http://www.ph.ee))

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



## 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

