

VANHEMMAN
TIETOVIHKKO



TUTKIMUSMATKA UPEAAN KEHOON

NEUVOJA LEIKKI-IKÄISEN LAPSEN
SEKSUAALIKASVATUKSEEN

LAPSEN SEKSUAALISUUS, MITÄ IHMETTÄ?

Seksuaalisuus on luonnollinen osa ihmisen elämää, myös lapsena.

Seksuaalisuus liittyy turvallisuuteen, kosketukseen, läheisyyteen ja nautintoon.

Se liittyy myös siihen, miten lapsi muodostaa käsityksen itsestään tyttöinä, poikana, ihmisenä.

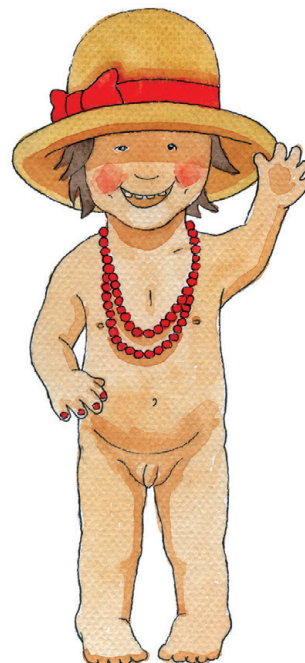
Lapsen seksuaalinen kehitys painottuu siihen, miten lapsi kokee oman kehonsa ja millainen kuva hänelle muodostuu omasta kehosta.

Seksuaalisuus liittyy vahvasti myös itsetuntoon ja tunteisiin. Lapsi tuntee tunteet voimakkaina kehossa ja mielessä.

Lapsen seksuaalisuus alkaa muotoutua jo syntymässä.

Seksuaalista kehitystä tapahtuu koko lapsuuden ajan, ja vanhemman on hyvä tukea sitä.

Lapsi oppii myös sääntöjä ja hyviä tapoja.



MIKÄ SEKSUAALIKASVATUS?

Lapsen seksuaalikasvatus on monelle vanhemmalle vieras asia.

Se on kuitenkin aivan luonnollinen ja oleellinen osa kasvatusta.

Todennäköisesti seksuaalikasvatus on jossain vaiheessa ajankohtaista myös teidän perheessä.

Seksuaalisuuden käsittelyä lapsen kanssa helpottaa, kun olet valmistautunut siihen etukäteen.

Lapsella on oikeus turvalliseen, nautinnolliseen ja tasapainoiseen seksuaalisuuteen.

Seksuaalikasvatuksen tavoitteena on tukea ja suojella normaalin seksuaalisuuden kehitystä.

Vanhempana olet lapsen tärkein seksuaalikasvattaja.

On tärkeää, että toteutat seksuaalikasvatusta tavalla, joka tuntuu sinusta hyvältä ja turvalliselta.

Pienten lasten seksuaalikasvatusta voidaan kutsua myös kehotunnekasvatukseksi.



KYSYMYKSI: "Miten voin valmistautua etukäteen?"

VASTAUS:

Tutustu aihetta käsitteleviin lasten kuvakirjoihin

Tutustu Väestöliiton Lapsi ja seksuaalisuus -verkkosivustoon

Keskustele muiden vanhempien kanssa omista ajatuksistasi

OLE LÄHELLÄNI

Lapselle on tärkeää, että osoitat ja kerrot oman rakkautesi lapseen ja sen, että hyväksyt lapsen.

Kun lapsi saa rakkautta, hän hyväksyy itsensä ja oppii arvostamaan ja rakastamaan itseään.

Voit tukea lapsen seksuaalista kehitystä antamalla lapselle turvallista läheisyyttä.

Hyviä läheisyyden keinoja ovat syli, silitys, silmiin katsominen ja yhdessä koetut hetket.



KYSYMYKSI: "Lapseni ei malta olla sylissäni. Saako hän tarpeeksi läheisyyttä?"

VASTAUS: Lapsi saa läheisyyttä myös yhdessä olosta. Leikkikää, pelailkaa ja hassutelkaa yhdessä! Mukava yhdessäolo on yksi läheisyyden muoto.

LAPSI TARKKAILEE TOIMINTAASI

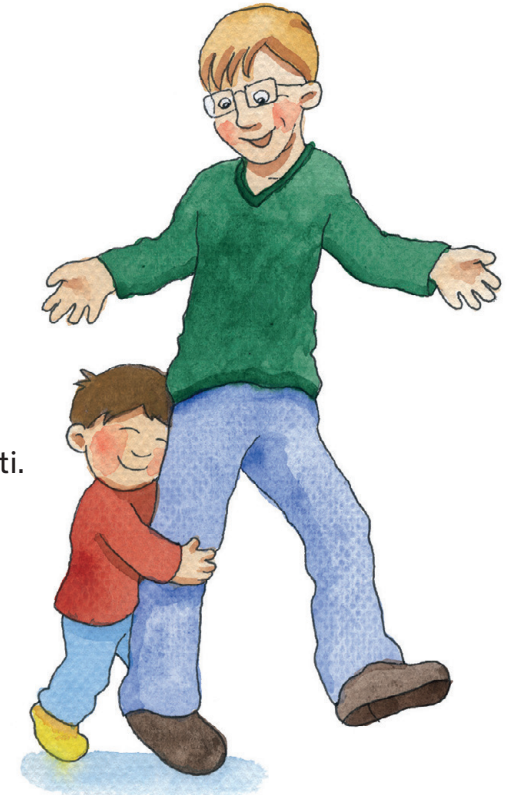
Sanojen lisäksi annat seksuaalikasvatusta myös ilman sanoja

Lapsi tarkkailee herkästi vanhempiansa ilmeitä, eleitä ja puheen sävyjä.

Kiinnitä erityistä huomiota siihen, miten ilmaiset itseäsi lapsen edessä.

Kun lapsi ilmentää seksuaalisuuttaan, suhtaudu siihen sallivasti. Se vahvistaa lapsen myönteistä kehitystä.

Anna lapselle myönteinen malli, kun puhut kehosta, läheisyydestä ja seksuaalisuudesta.



KYSYMYKSI: "Lapseni teki mielestäni hassun jutun, jolle luonnollisesti nauroin. Lapsi kuitenkin loukkaantui. Oliko väärin nauraa?"

VASTAUS: Jos lapsi kysyi vakavissaan ja asia on lapselle tärkeä, kannattaa pahoitella omaa nauruaan.

Näin käy helposti, koska asian tajuaa usein vasta sitten, kun lapsi loukkaantuu

Näin meille itsellemmekin on naurettu kehoon liittyvissä kysymyksissä.

Lapselle keho on ihmeellinen ja upea. Vastaa siis lapselle arvostaen häntä. Kaikilla on omanlaisensa keho, ihailkaa niitä yhdessä.

KUN LAPSI IHMETTELEE

Lapsi tutustuu seksuaalisuuteensa tutkimalla ja koskettamalla omaa kehoaan.

Kun lapsi oppii puhumaan, hän kyselee, ihmettelee ja pohtii ääneen seksuaalisuuteen liittyviä asioita.

Nämä ovat hyviä ja luonnollisia tilanteita keskustelulle.

Lapsi kaipaa kysymyksilleen selkeitä ja yksinkertaisia vastauksia.

Vastaa lapsen kysymyksiin totuudenmukaisesti ja siten, että otat huomioon lapsen iän.

Mitä pienempi lapsi on, sitä yksinkertaisemmin hänelle täytyy vastata.

Kun lapsen kiinnostus lisääntyy, voit lisätä vastauksiin enemmän yksityiskohtia.

Saattaa olla, että käsittelette samoja aiheita uudelleen, kun lapsi kasvaa.

On tärkeää huolehtia siitä, että sinulla on avoimet keskusteluvälit lapsen kanssa ja voit keskustella hänen kanssaan avoimesti. Näin lapsi uskaltaa jutella sinulle kaikesta.

On myös hyvä huomata, että lapsi ei osaa kysyä kaikkia asioita, jotka ovat tärkeitä hänen kehityksensä kannalta tärkeitä.

Sinun tehtäväsi on varmistaa, että lapsi saa kaikki tarpeelliset tiedot.

VINKKI:

Käyttäkää sanoja, jotka sopivat juuri teidän perheellenne.

Sanojen on hyvä olla sellaisia, että lapsi ymmärtää ne.

Sanojen on hyvä olla myös kuvailevia.

Esimerkiksi voit sanoa kohtua vauvan kodiksi.

KYSYMYS: "Kuinka kerron lapsen ikään sopivalla tavalla, mistä vauvat tulevat?"

VASTAUS: Voit kertoa, että vauvat kasvavat äidin mahassa.

Jos lapsi haluaa enemmän tietoa, kerro!

Äidin mahassa on vauvan koti tai kohtu, jossa vauva kasvaa.

Vauva saa alkunsa miehen ja naisen siemenestä tai solusta.

Vauvan siemen laitetaan pippelin avulla pimppiin, jonka kautta se menee vauvan kotiin kasvamaan.

Vauva syntyy pimpin kautta tai lääkäri auttaa vauvan ulos mahaan tehtävästä luukusta.



ENKÖ OLEKIN UPEA!

Lapsen mielestä oma keho on upea ja ihana.

Lapsi on utelias kehoaan kohtaan.
Sitä on kiva tutkia ja esitellä myös muille.

Kaikki kehon osat ovat lapselle samanarvoisia.

Lapsi oppii tunnistamaan kehonsa eri paikkoja etsimällä ja koskettamalla niitä.

On hyvä, että nimeät kehon osat ja kerrot niiden tärkeät tehtävät yhdessä lapsen kanssa.
Näin lapsi saa myönteisen ja todenmukaisen käsityksen kehostaan.

VINKKI:

Saunakulttuuri tukee lapsen seksuaalisuuden muodostumista.

Saunassa lapsi voi tehdä havaintoja sukupuolten ja kehojen eroista.

Saunassa lapsi oppii, että kehossa ei ole mitään hävettävää.

KUN LAPSI UNNUTTAA

Lapsen itsetyydytys eli unnutus on rauhallista omaan kehoon tutustumista.

Se on täysin vaaratonta mielihyvän hakemista.

Lapsen unnutusta ei voi rinnastaa aikuisen seksuaalisiin kokemuksiin.

Unnutus ei sisällä seksuaalisia mielikuvia.

Kun lapsi unnuttaa, hän tavoittelee yleensä rentoutumista tai unta.

Vaikka unnuttaminen saattaa hämmentää sinua, se on kuitenkin aivan luonnollinen osa kehitystä.

Voit sanoa lapselle, että unnuttaminen on hyvä tehdä omassa rauhassa

Kerro myös, ettei ole sopivaa unnuttaa muiden nähden.

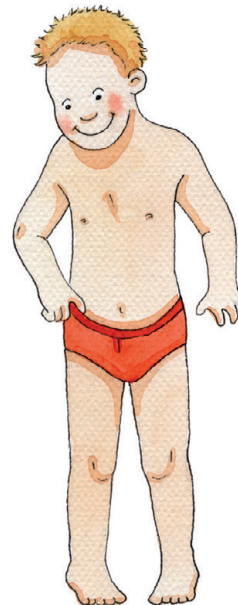
Unnutus on lapselle iloista ja miellyttävää kehon hellimistä.

KYSYMYKSI: "Lapseni tykkää olla paljon alasti ja esitellä alapäättään. Haluan sanoa lapselle, että se ei ole sopivaa muiden nähden. Kuinka voin tehdä sen niin, että en loukkaa lasta?"

VASTAUS: Lapselle voi todeta, että keho on todellakin upea ja kiinnostava joka paikasta. Siinä on kuitenkin paikkoja, jotka ovat ihan omia ja yksityisiä.

Se tarkoittaa, että niitä ei ole tapana näyttää kaikille.

Oman perheen kesken voi olla alasti, mutta kun mennään ulos tai on vieraita, pidetään ainakin housut jalassa.



KYSYMYKSI: "Lapseni tykkää hinkata alapäättään näkyvästi. Onko tämä lapselle sopivaa käytöstä? Minusta lapsen toiminta tuntuu hämmentävältä."

VASTAUS: Unnuttaminen voi olla sukupuolielinten tutkimista, painelua tai hieromista jotain vasten.

Se on aivan normaalia ja luonnollinen osa kehitystä

Unnuttelu on sopivaa tehdä omassa rauhassa, kuten omassa sängyssä tai silloin kun on yksin.

Tässä asiassa lasta voi ohjata lempeästi: nenää, hampaita, peppua, pimppiä tai pippeliä ei ole tapana kosketella niin, että toiset näkevät.

LEIKKI ON LAPSEN TAPA HARJOITELLA ELÄMÄÄ

Leikki on lapsen tapa ilmaista itseään.

Leikki kuvastaa lapsen tunteita ja sisäistä kokemusmaailmaa.

Lapsi käsittelee leikin kautta aiheita, jotka ovat hänelle merkityksellisiä.

Esimerkiksi lääkäroleikit ja kotileikit kuuluvat lapsen normaaliin seksuaaliseen kehitykseen.

Lapsi oppii näissä leikeissä tärkeitä vuorovaikutustaitoja ikätovereiden kanssa.

Leikkeihin voi joskus liittyä toisen kehon koskettamista tai tutkimista.

Lapsi on utelias kokeilemaan, miltä erilaiset kosketukset toisesta tuntuvat.



VINKKI:

Lapselle on tärkeää opettaa, että leikkeihin kuuluu sääntöjä:

Ilman lupaa toiselle ei saa tehdä mitään tai kosketella

Ruumiinaukkoihin ei saa laittaa mitään

Leikistä saa aina lähteä pois, jos siltä tuntuu

Leikki ei saa olla salaisuus

MUISTA KUNNIOITTAA LAPSEN YKSITYISYYTTÄ

Lapsi suojelee itseään määräämällä kuka saa koskea ja mihin kohtaan kehoa.

Lapsi saa itse päättää, kenet haluaa lähelleen, millä tavalla vai haluaako ollenkaan.

Lapsella on aina oikeus myös muuttaa mieltään ja vetäytyä, jos läheisyys ei tunnu hyvältä.

Joskus lasta joudutaan koskemaan hänen kiellostaan huolimatta, esimerkiksi erilaisissa hoitotilanteissa.

On kuitenkin tärkeää kunnioittaa lasta ja selittää, miksi niin on tehty.

Yksityisyys ja intymiteetti kehittyvät, kun lapsi kasvaa.

Lapsi voi aloittaa yksityisyyden harjoittelun esimerkiksi siten, että hän pyyhkii itse peppunsa ja tekee alapesut.



VINKKI:

Muista kunnioittaa lapsen yksityisyyttä myös sosiaalisessa mediassa.

Lapsella on oikeus vaikuttaa siihen, millaisia kuvia hänestä julkaistaan.

VINKKI:

Lapsen ei tarvitse antaa läheisyyttä toisen mieliksi, vain siksi, että joku toinen sitä haluaa.

Halailun ja syleilyn tulee tuntua lapsesta hyvältä.

Esimerkiksi sukulaisten tapaamiseen ei saa liittyä läheisyyttä, joka tuntuu lapsesta epämiellyttävältä

TURVATAIDOT SUOJAAVAT LASTA

Sinun tehtäväsi vanhempana on opettaa lapselle turvataidot eli keinot, joilla lapsi voi suojata omaa yksityisyyttä ja koskemattomuutta.

Intiimialueen rajat on helppo opettaa uimapukusäännöllä.

Ne kehon osat, jotka jäävät uimapuvun alle, ovat jokaisen omaa aluetta.

Opeta lapsi tunnistamaan, mitkä ovat sopivan kosketuksen tunnuspiirteet:

- Sopiva kosketus on vapaaehtoista
- Se tuntuu hyvältä
- Se ei tunnu pahalta jälkikäteen
- Kosketus ei ole koskaan salassa pidettävää, vaikka niin joku väittäisi

Voit harjoitella yhdessä lapsen kanssa, kuinka lapsi voi toimia pahalta tuntuvassa tilanteessa.

Opeta lasta sanomaan painokkaasti "Ei", lähtemään paikalta ja kertomaan asiasta luotettavalle aikuiselle.



KYSYMYKSI: "Miten voin kertoa lapselle vaarallisista aikuisista niin, että en pelottele lasta liikaa?"

VASTAUS: Kerro lapselle, että hänellä on oikeus aina sanoa, mitä hän haluaa tai ei halua tehdä tai pitääkö hän kosketuksesta.

Sano, että aina voi sanoa Ei, jokin tilanne tai kosketus tuntuu pahalta.

Sellainen tilanne voi tulla kenen tahansa kanssa, toisen lapsen, sisaruksen, ystävän tai jonkun aikuisen kanssa.

Voitte harjoitella erilaisia turvataitoja ja tilanteita.

Kun lapsi saa taitoja toimia tilanteessa, häntä ei pelota.

LAPSI ON HERKKÄ, SUOJAA HÄNTÄ!

Lapsen seksuaalisuus on vielä hauras.

Lapsi ei ole vielä valmis kokemaan asioita, jotka kuuluvat myöhempään ikään.

Sinun tehtäväsi vanhempana on suojella lasta.

Lapselle ei pidä näyttää aikuisviihteen kuvia tai videoita, eikä mitään aikuisten seksiä.

Vältä puheessa sanoja ja ilmaisuja, jotka eivät sovi lapsen maailmaan.

On myös hyvä olla tietoinen, millaisia asioita lapsi kuulee kavereilta ja näkee mediassa.



KYSYMYKSI: "Lapsemme yllätti meidät harrastamassa seksiä ja pelästyi. Miten voin käsitellä asiaa lapsen kanssa?"

VASTAUS: Sano, että se oli vahinko, että lapsi näki tilanteen. Sano myös, että se ei ole paha juttu, vahinkoja tapahtuu. Aikuisten oli tarkoitus leikkiä kahdestaan, koska leikki on aikuisten ja yksityinen.

Kerro että aikuisilla on omia hellyysleikkejä, joita aikuiset voivat tehdä keskenään, jos haluavat. Ne ovat vaarattomia ja vapaaehtoisia.

Näitä leikkejä kutsutaan joskus rakasteluksi tai seksiksi. Joskus silloin voidaan myös vaihtaa vauvansiemeniä, joista voi alkaa kasvaa vauva.

LAPSI TARVITSEE TUKEASI TUNNEMAAILMASSA

Alussa lapsen tunnemaailma on vielä niukka ja hallitsematon.

Sinun avullasi lapsi oppii tunnistamaan ja hallitsemaan erilaisia hyviä ja huonoja tunnetiloja.

On tärkeää, että autat lasta tunteiden käsittelyssä.

Muuten tunteet saattavat tuntua lapsesta liian suurilta sietää.

Anna lapselle kuitenkin mahdollisuus tuntea ja osoittaa kaikenlaisia tunteita.

Lapsen tunteista puhuminen, lohdutus ja rauhoittelu luovat lapselle turvallisen olon.

Turvallisen olon avulla lapsi oppii käsittelemään myös kielteisiä tunteita.



VINKKI:

Voit auttaa lasta sanoittamaan tunteita, esimerkiksi:

"Oletkohan sinä väsynyt, koska kiukuttaa niin kovasti?"



LAPSI IHAILEE SINUA

Lapsella on tapana matkia henkilöä, jota hän eniten ihailee ja kunnioittaa.

Ihailun kohteena olet sinä. Olet lapsesi idoli.

Osoita, että arvostat itseäsi, lastasi ja kaikkia monenlaisia ihmisiä ympärilläsi.

Sinun avullasi lapsi oppii tärkeitä tietoja, taitoja, arvoja ja asenteita.



KYSYMYS: "En ole itse saanut seksuaalikasvatusta lapsena. Miten osaisin puhua lapselleni seksuaalisuudesta?"

VASTAUS: Lapsuuden kokemukset vaikuttavat omaan kokemukseen seksuaalisuudesta.

Joskus seksuaalikasvatuksen antaminen voi tuntua vaikealta, jos oma kasvatusta on ollut niukkaa tai on itse kokenut ikäviä asioita.

Silloin on erityisen tärkeää opetella puhumaan näistä asioista ääneen, vaikka kumppanin tai ystävän kanssa.

Ohjeita saat Väestöliiton verkkosivustolta Lapsi ja seksuaalisuus.

Näin oma hämmennys vähenee.

Noora Juslén ja Erika Montonen | Metropolia AMK
Raisa Cacciatore ja Susanne Ingman-Friberg | Väestöliitto

Kuvat | Minna Kähkönen
Taitto | Tiina Vaahtera

ISBN 978-952-226-191-5

