

# Hyväksytään häpeää

Raisa Cacciatore

# Kehotunnekasvatuksessa on keskeistä puhua häpeästä

"Mietin, että häpeä on yksi puheeksiottamisen taustalla vaikuttavista asioista. On kyllä uskomatonta, mistä kaikesta voikaan tuntea häpeää ja vieläpä kaikki osapuolet tahoillaan. Eihän tässä häpeän määrässä ole mitään järkeä."

Häpeäteema puhututti kehotunnekasvatuksen opiskelijoiden kommentteissa.

"Sitä kun on tuo avoimmuus itellä hukassa seksuaalisuus asioissa. Onhan se totta, että sekin kuuluu kaikille... Ja asioita ja kysyttävää ois ollut enemmän, kuin aikaa, sitten kun ois rohjennu kysyä..."

**Vanhemman kommentti v. 2020**

"Haasteena on omat lukot ja häpeä, jotka ovat muovautuneet jo lapsuudessa. Niiden selvittäminen on tärkeää, ettei tiedostamattaan siirrä omia opittuja haitallisia malleja ja häpeää lapsille. He kun aistivat kehonkielestä, ilmeistä ja epävarmuudesta, että tämä aikuinen ei osaa nyt jutella tästä asiasta ja ehkä tässä on nyt jotakin kummallista ja hävettävää."

**Ammattilaisen kommentti v. 2020**



## Ensisijainen tarve: olla rakastettu ja hyväksytty

- Häpeä rikkoo tunteen, että on rakastettu.
- Se on tunne siitä, että ei ole rakastamisen ja toisten hyväksynnän arvoinen.
- Se osuu ihmisarvomme ytimeen, ja tuntuu siksi niin lamauttavalta.

# Häpeässä tunnet olevasi

- Arvoton, kelpaamaton, ei-hyväksyty, ei-rakastettu, huono
  - Paljas, suojatton, avuton
  - Ulkopuolinen, hylätty, yksinäinen
- 
- Sen sijaan syyllisyys koskee tekoa: *TEIN sen. TEIN väärin. -> Minun pitää hyvittää ja oppia toimimaan toisin.* Syyllisyys on rakentavampi tunne.



# Häpeä muuttaa lasta

- Häpeä koetaan hävettävänä. Siksi se on kiellettävä tai piilotettava.
- Häpeä on tunteena sitä voimakkaampaa, mitä tärkeämpi on meidät torjuva ihminen tai yhteisö.
- Häpeä saa niin lapsen kuin aikuisen luopumaan tai tukahduttamaan halunsa tai etsimään vaihtoehtoisia keinoja niiden tyydyttämiseen.



# Häpeää ja paheksuntaa pitäisi vähentää kaikessa kasvatuksessa

"Yksi asenne, johon olen törmännyt on se, että lapsi ei saisi hyväillä itseään. Lapselta on kielletty unnutus vedoten siihen, että se on häpeällistä."

**Ammattilaisen kommentti v. 2020**

**Vanhemman kommentti v. 2014**

"On kiusallista puhua pimpistä ja pippelistä ja itsensä koskettelemisesta, mutta niistä pitää puhua eikä häpeää saa siirtää omille lapsilleen. Niinpä vedän syvään henkeä ja pelkoa sekä kiusallistumista näyttämättä keskustelen asiasta ikätasoisesti ja suoraan lapseni kanssa."

# Kehotunnekasvatus ja häpeä

- Mitä häpeät? Mitkä ovat omat häpeäkuormasi tai opitut mallit? Mitä ylipäättäen ajattelet häpeästä?
- Koetko häpeää, kun kehotunnekasvatat tai kohtaat lasten seksuaalisuutta?



”Toisten kasvattajien lähellä hävetti vastata lasten kysymyksiin seksuaalisuudesta. Tilanteessa leijaili häpeä. Olisi auttanut, jos yhdessä olisimme puhuneet, miten vastaamme lasten kysymyksiin ja mitä ajattelemme aiheesta. Ilman tietoa tuntui vain työkavereiden virnuilevat katseet selässä sekä tunne toisten tutkailusta: ”Mitenhän hän selviää tuosta?!”.



# Onko isiin vaikeampi suhtautua?

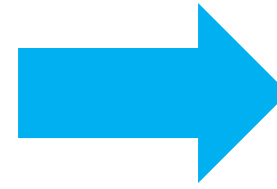
”Hoitolapset potalla puhuivat että tytöillä on pimppi ja pojilla pippeli. Yksi 2v lapsi tokaisi että ”minun isillä on IIIISO pippeli”. Isän hakiessa oli hiukan vaikea pidätellä naurua.”

”Jostain syystä alkoi hymyilyttää, kun isä haki poikaansa hoidosta.”

”Oli isä nolona hakiessaan kun kerroin hauska ruokahetkestä.”

- Tarinoissa toistui nauru tai nolous isien kohtaamisessa (5hlö). Äitien kohtaamisessa sitä ei mainittu.
- Tarvitaan taitoja puhua pojan/miehen kehosta ja seksuaalisuudesta isien kanssa ilman hämmennystä ja noloutta.

Kikattelu



Hyväksyvä  
lempeys

Hämmennys

Puhumattomuus

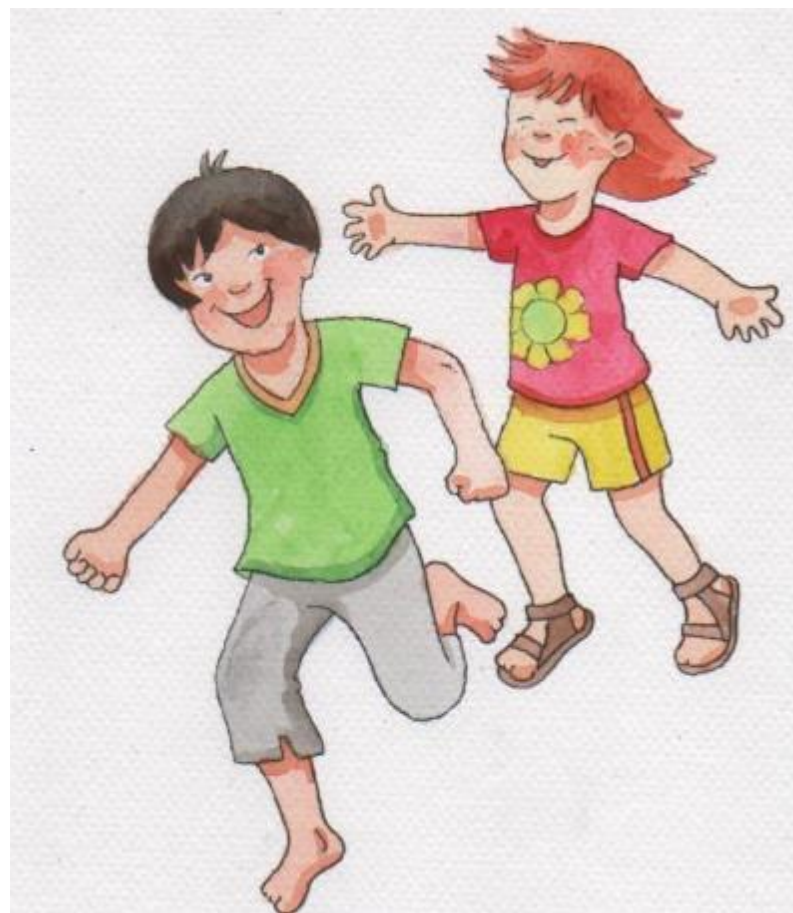
Nolostus

Häpeää

*Tällaisia me ihmiset olemme! Joistain asioista on hankalaa puhua.*

# Häpeä herättää tunteita

- Olemme kaikki häpeän kokijoita.
- Ei tuomita itseämme tai toisiamme. Häpeää saa kokea. Saa hämmentyä.
- Häpeä on myös hyvä: tapakasvatus on tärkeää.
- Piereskely ei ole sopivaa ruokapöydässä. Ei myöskään unnuttelu kaikkien nähden.
- Pikkuhiljaa opitaan ja erehdyksiä tulee.



# Hyvä tapakasvatus

## Käytös ei ole sopivaa siinä tilanteessa

- Ei paheksuta asiaa (unnutus, piereskely, nenän kaivaminen...)
- Ei paheksuta lasta
- Joku teko jossain tilanteessa ei sovi.
- Lapsi ja teko sinänsä ovat OK.
- Hyväksyvä lempeys



# Lapsi ja teko ovat ok, tila tai tilanne ei

”Itsetyydytys on luonnollista, siitä ei saisi tehdä suurta numeroa, jottei siitä häpeän tunteminen vaikuttaisi kielteisesti lapsen normaaliin ja suotuisaan seksuaalisuuden kehitykseen.

Kerromme tarvittaessa lapselle, että sille on oma paikkansa esim. levolla peiton alla tai WC:ssä.”

”Sanon hänelle ettei tarvitse tuntea häpeää, mutta että on paikka ja aika sille mitä lapsi tekee... esim. on okei tyydyttää itseään mutta ehkei muiden lasten edessä.”

*Miten suhtautuisit  
esim. piereskelyyn  
tai nenän kaiveluun  
tässä tilanteessa?*





Minun isällä on  
tosi iso pippeli!

- Lapset tekevät maailmasta hauskoja huomiota!
- Valmistaudu siihen. Ettei se tapahdu yllättäen ja sitten nolostutaan ja annetaan lapselle malli häpeästä.
- Aina voi sanoa: *”Olipa hyvä kysymys tai hyvä huomio, keskustellaan asiasta vaikka kun palataan kotiin kirjan ääressä...”*