

HEI, MITÄ MINUSSA TAPAHTUU?

Lapsen seksuaaliterveys

11-12
VUOTTA

MITÄ LAPSESSA TAPAHTUU?	KEHO, KEHITYS
Monilla lapsilla keho alkaa muuttua lapsen kehosta nuoren kehoksi. Osalla lapsista murrosiän muutokset alkavat myöhemmin. Tytöt ovat usein pitempiä kuin pojat.	
TUNTEET	Lapsen mielialat ja tunteet voivat vaihdella. Hämmennys ja epävarmuus ovat tavallisia. Lapsella voi olla ihastumisen ja rakkauden tunteita eri-ikäisiin.
SEKSUAALISUUS, LÄHEISYYS, ITSETUNTO	Lähestyvä murrosikä saa lapsen kiinnittämään huomiota itseensä. Muuttuva keho voi vaikuttaa lapsen käsitteeseen itsestä.
IHMISUUTEET	Kavereiden ja ystävyysmerkit korostuu. Kehityksen eriaikaisuus voi johtaa siihen, että kaverit vaihtuvat.
HYVINVOINTI, TERVEYS	Hormonit alkavat monilla vaikuttaa kehoissa ja mielessä. Hygieniasiat ovat tärkeitä.
LISÄÄNTYMINEN	Joillain lapsilla kuukautiset ja siemensyöksyt alkavat.
NORMIT, TAVAT	Lapsi pohtii aikuisten sääntöjä ja tapoja. Kaveripiiriin säännöt ja tavat puhua ja toimia vaikuttavat.
OIKEUDET	Lapsella on oikeus saada tietoa oikeuksistaan hänen ikätasolleen ja kehitystasolleen sopivalla tavalla.

MITÄ LAPSI VOI TEHDÄ TAI KYSYÄ?
Oman kehon tutkiminen ja vertailu muihin on tavallista. Lasta voivat kiinnostaa nuorten pukeutuminen ja käytös sekä mediassa näkyvät kehot.
Lapsi voi näyttää tunteet avoimesti tai hän voi yrittää salata niitä. Lapsi voi tuntea kaukorakkautta, salaista rakkautta, tai hän voi myös ilmaista ihastuksensa. Monia lapsia ihastumiset eivät kiinnosta.
Moni kaipaa enemmän yksityisyyttä ja esimerkiksi riisuutuminen toisten nähden voi olla vaikeaa. Lapsi voi tutustua oman kehon reaktioihin ja tuntemuksiin. Asioiden kysyminen aikuisilta voi tuntua hankalalta. Jotkut lapset haluavat korostaa "aikuisuuden merkkejä".
Lapsi voi kysyä monia asioita ystävydestä. Lasten välillä voi olla käsi kädessä olemista tai suukkoja.
Lapsi on kiinnostunut monenlaisista asioista ja hankkii tietoja kotoa, koulusta, kavereilta, kirjoista, mediasta ja internetistä. Lasten välillä esiintyy helpommin nimittelyä tai kiusaamista.
Lasta voivat kiinnostaa raskaus, raskauden ehkäisy ja ehkäisyvälineet.
Lapsi voi kysyä miten kuuluu olla tai mikä on normaalia. Lapsi voi pohtia monenlaisia tietoja seksuaalisuudesta.
Lapsi tarvitsee tietoa omista oikeuksistaan, vaikka ei kysyisi niistä. Lapsen käyttäytyminen on joskus hänen tapansa kysyä, mitkä ovat omat ja toisten oikeudet.

MITÄ TIETOA JA TUKEA LAPSI TARVITSEE?
Kerro, että ihmiset ovat rakenteeltaan erilaisia ja kehittymisen aikataulu on kaikilla erilainen. Opeta lasta arvostamaan jokaisen yksilöllistä kehitystä ja kehoa. Myös sukupuolielimet ovat yksilölliset sekä tytöillä että pojilla, ja kaikenlaiset sukupuolielimet ovat sopivat.
Anna lapselle malleja, miten lapsi voi puhua tunteista ja tarpeista ihmisuhteissa. Anna tietoa ystävydestä, läheisyydestä ja ensimmäisistä seurusteluista. Kerro, että pettymykset ovat tavallisia kaikilla ja että niistä selviää.
Lapsi tarvitsee itsetunnon tukea ja joskus omaa rauhaa. Omaan kehoon tutustuminen on sallittua ja tukee lapsen kehitystä. Auta lasta ymmärtämään ja kunnioittamaan seksuaalisuuden moninaisuutta.
Opeta lasta kunnioittamaan ystävyys sääntöjä. Kerro että seurustelun pitää perustua molempien ikätasoon, haluun ja kunnioitukseen. Puhu sukupuolen moninaisuudesta ja sukupuolen kokemista monilla eri tavoilla. Kerro myös, että jokainen voi tykätä kenestä haluaa.
Kerro, miten lapsi voi edistää hyvinvointia. Korosta, että kiusaaminen ei ole hyväksyttävää missään tilanteessa. Jokaisella on vastuu suojata itseään ja toisia sekä ehkäistä terveysriskejä.
Puhu vanhemmuudesta. Kerro pääasiat ehkäisytaivoista. Vastuu ehkäisystä on jokaisen oma.
Kerro lapselle, että kaikkien ei tarvitse olla samanlaisia. On sallittua olla yksilöllinen, sellainen kuin on.
Kerro lapselle, että aikuisten tehtävä on aina suojata lasta. Opeta lasta hakemaan apua tarvittaessa. Kerro lapselle seksuaalioikeuksista tavalla, joka sopii hänen ikätasolleen.

TULOSSA OLEVA MURROSIKÄ

Murrosikä muokkaa lapsen keho nuoren kehoksi.

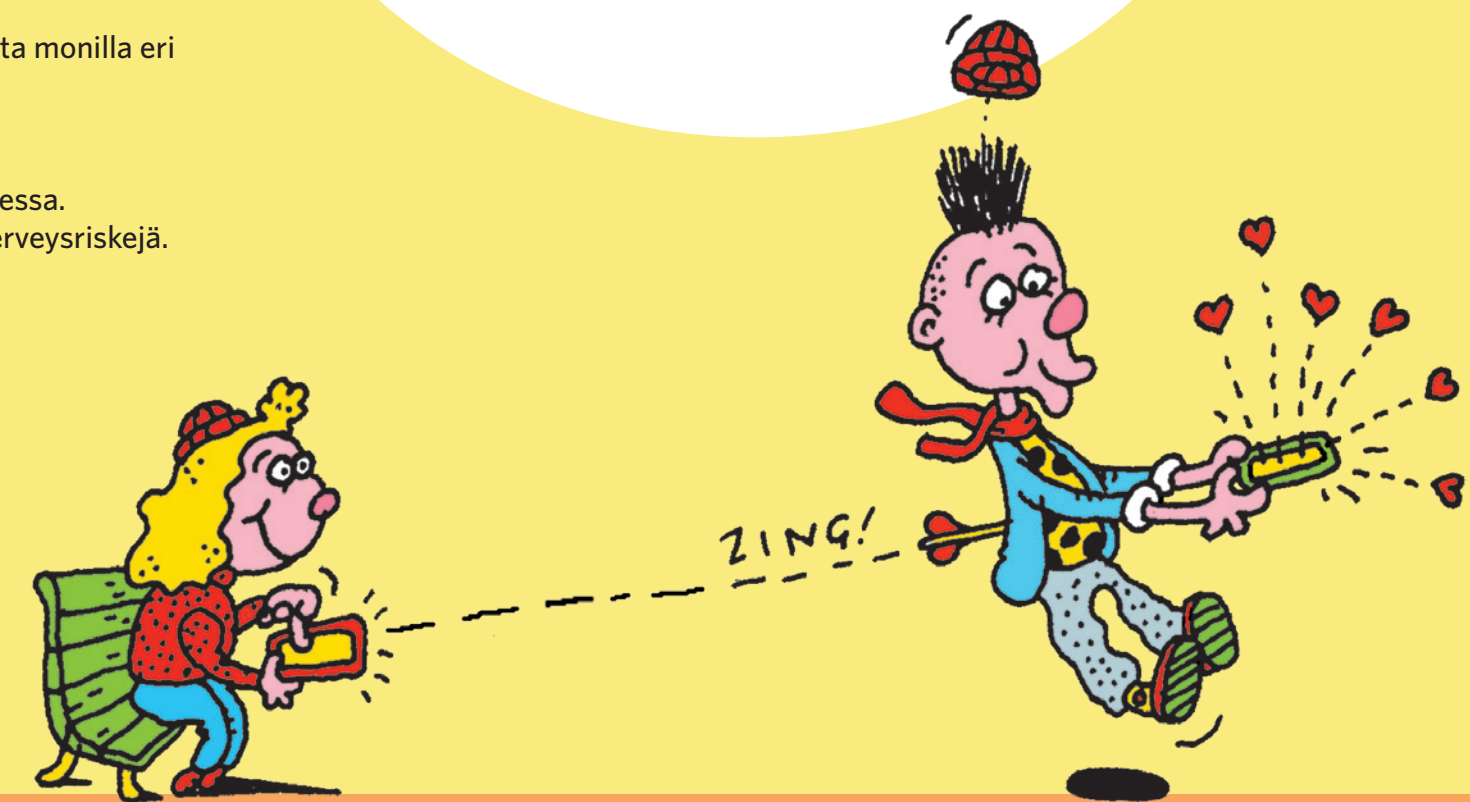
Tytöt ja pojat kehittyvät eri tahtiin niin, että tyttöjen kehitys on 1-2 vuotta edellä.

Jaikaterän kasvu, pituuskasvu, hien haju ja ihon rasvoittuminen aloittavat murrosiän.

Samalla alkaa rintojen ja kivesten kasvu, sukupuolielimet kehittyvät, valkovoitto muuttuu runsaammaksi, karvoitus lisääntyy, äänenmurros alkaa.

Kuukautisten ja siemensyöksyjen alkaminen tarkoittaa lisääntymiskyvyn kehitystä.

Aivojen kehityksessä tunteet ja itsenäistymisen tarve vahvistuvat, älykkyys lisääntyy, empatiakyky heikkenee tilapäisesti, kyky arvioida riskejä on vielä heikko.



9-10
VUOTTA

MITÄ LAPSESSA TAPAHTUU?	KEHO, KEHITYS
Suurimmalla osalla lapsista ei vielä näy murrosiän merkkejä. Joillakin lapsilla niitä voi näkyä.	
TUNTEET	Lapsella voi olla ihastumisia eri ja samaa sukupuolta oleviin ikätovereihin tai aikuisiin.
SEKSUAALISUUS, LÄHEISYYS, ITSETUNTO	Oma keho voi tuottaa iloa, ylpeyttä tai epävarmuutta.
IHMISUUTEET	Lapsen omatunto ja oikeudentunto vahvistuvat. Kavereiden mielipiteet ovat tärkeitä.
HYVINVOINTI, TERVEYS	Lapsella on kyky oppia monenlaisia terveyteen liittyviä taitoja.
LISÄÄNTYMINEN	Pienellä osalla lapsista kuukautiset ja siemensyöksyt voivat alkaa.
NORMIT, TAVAT	Lapsi ymmärtää, että eri perheissä on erilaisia tapoja. Esimerkiksi eri kulttuureissa voi olla erilaiset sukupuoliroolit.
OIKEUDET	Lapsen turvallisuus on aina aikuisten vastuulla.

MITÄ LAPSI VOI TEHDÄ TAI KYSYÄ?
Lapsi voi vertailla omaa kehitystään toisiin.
Lapsi harjoittelee puhumaan tunteistaan, toiveistaan, peloistaan ja tarpeistaan.
Lapsi voi kysyä monia asioita seksuaalisuudesta ja tutustuu omaan kehoonsa myös koskettamalla.
Lapsi opettelee pärjäämään monenlaisten ihmisten kanssa.
Lapsi voi pohtia monia asioita seksuaaliterveydestä ja hyvinvoinnista.
Lapsi voi kysyä murrosiän muutoksista tai raskauden alkamisesta.
Lapsi voi kysyä erilaisia tavoista ja elämäntyylyistä.
Lapsi opettelee puolustamaan omia oikeuksiaan lapsiryhmässä aikuisten avulla. Lapsi voi oppia omat oikeudet vain, jos ne hänelle opetetaan.

MITÄ TIETOA JA TUKEA LAPSI TARVITSEE?
Kerro tulevasta kehon muutoksesta. Kerro, että oman kehityksen aikatauluun ei voi vaikuttaa.
Kerro lapselle, että kaikki tunteet ovat sallittuja ja luonnollisia. Unelmoi ja hyvä asia, se vahvistaa lasta.
Vastaa kaikkiin lapsen kysymyksiin. Opeta lapselle ikätasoon sopivalla tavalla, että seksuaalisuus on myönteinen asia.
Opeta lapselle, että ihmisuhteiden perustana on turvallisuus. Keskustele lapsen kanssa omastatunnosta ja siitä, miten hän voi olla hyvä kaveri tai ystävä.
Kerro, että itseä voi ja pitää suojata. Kukaan lapsi, nuori tai aikuinen ei saa tehdä pahaa toisille.
Kerro lapselle murrosiästä ja lisääntymisestä tavalla, joka sopii hänen ikätasolleen. Kerro, että rakastelu on aikuisten tapa rakastaa ja joskus tehdä vauvoja.
Tue lasta löytämään sellaisia samastumisen kohteita, jotka tukevat hänen myönteistä minäkuvaansa. Anna lapselle tietoa erilaisista tavoista tuntea, tehdä asioita ja elää.
Kerro, että pelottavista kokemuksista pitää kertoa luotettavalle aikuiselle. Salaisuuksia ei ole pakko pitää, vaikka joku sitä vaatisi tai uhkaisi. Lapsella on oikeus kysyä kaikista asioista, ja aikuisen pitää vastata lapsen ikätasoon sopivalla tavalla.

7-8
VUOTTA

MITÄ LAPSESSA TAPAHTUU?	KEHO, KEHITYS
Kiinnostus omaan kehoon voi lisääntyä.	
TUNTEET	Lapsi osaa tunnistaa useita tunteita.
LÄHEISYYS, ITSETUNTO	Lapsen itsenäistyminen ja itsetunto kehittyvät.
IHMISUUTEET	Lapsi haluaa pärjätä ryhmän jäsenenä. Lapsi hyväksyy luonnostaan sen, että on olemassa monenlaisia ihmisiä.
HYVINVOINTI, TERVEYS	Lapsi ymmärtää oman käyttöksensä vaikutukset omaan ja toisten hyvinvointiin. Lapsi oppii ikätasoonsa mukaisesti huolehtimaan hygieniastaan.
LISÄÄNTYMINEN	Lasta voivat kiinnostaa asiat, jotka liittyvät lasten saamiseen ja seksuaalisuuteen.
NORMIT, TAVAT	Lapsi oppii uusia asioita ja tutustuu uusiin ihmisiin.
OIKEUDET	Lapsella on oikeus olla turvassa, saada ikätasolleen sopivia tietoja ja taitoja sekä sanoa oma mielipiteensä.

MITÄ LAPSI VOI TEHDÄ TAI KYSYÄ?
Lapsi voi tutustua kehoonsa katsomalla ja koskettamalla.
Lapsen tarve itsenäistyä lisääntyy, se voi näkyä tunteiden vaihteluna. Lapsi voi osoittaa myös ihastumisen ja rakastumisen tunteita.
Lapsi voi pohtia sukupuolta ja sitä, miten sukupuoleen liittyvät erot näkyvät kehoissa ja käytöksessä.
Lapsi etsii paikkaansa ryhmässä.
Lapsi opettelee hyväksymään omaa ja toisten yksityisyyttä.
Lapsi voi kysyä asioista, jotka liittyvät lasten saamiseen.
Lapsi opettelee ryhmässä toimimisen ja ystävyys sääntöjä. Lapsi voi kiinnostua sukupuolirooleista, kulttuurieroista ja ikäeroista. Lapsi voi kysellä uusista sanoista, joita hän on kuullut tai luenut.
Lapsi opettelee ilmaisemaan toiveitaan ja tarpeitaan ja pyytämään apua.

MITÄ TIETOA JA TUKEA LAPSI TARVITSEE?
Kerro, että jokainen keho on oikeanlainen sellaisenaan. Kerro, että kehosta pitää huolehtia.
Anna lapselle paljon huomiota ja turvaa, kehu ja kannusta häntä. Opeta lasta tunnistamaan, ilmaisemaan ja sietämään omia tunteitaan ja tarpeitaan.
Kerro, että kaikenlaisia ihmisiä ja myös itseä pitää arvostaa. Omasta kehosta ja toisen ihmisen läheisyydestä saa nauttia. Anna lapselle tilaa olla sellainen tyttö tai poika, joka hän itse haluaa olla.
Anna lapselle hyväksyvää tietoa monenlaisista perheistä ja ihmisuhteista. Ehkäise kaikin tavoin kiusaamista. Kerro ryhmässä toimimisen säännöistä ja reiludeesta.
Kerro, että lapsi voi luottaa omaan tunteeseensa siitä, mikä tuntuu hyvältä ja mikä pahalta. Kannusta lasta puhumaan avoimesti.
Lapsi tarvitsee oikeaa, hänen ikätasolleen sopivaa tietoa elämän perusasioista: lapsen saamisesta ja perheen perustamisesta.
Opeta lapselle, että on olemassa monenlaisia ihmisiä. Kerro, että eri kulttuureissa ja perheissä on erilaisia arvoja ja tapoja, joita tulee kunnioittaa. Opeta lasta käyttämään asioista oikeita sanoja.
Kerro lapsen oikeuksista. Kerro, että aikuisten velvollisuus on turvata lapsen oikeudet ja kuulla lapsen mielipide. Kerro, että lapsi saa aina pyytää apua aikuisilta.

OPETA LAPSELLE TURVATAIDOT

Kannusta lasta puhumaan avoimesti.

Lapsi voi saada oikeaa tai epäasiallista tietoa kavereilta tai mediasta. Tieto voi joskus ahdistaa.

Opeta lapselle, että median tai pornon kuva kehosta ja ihmisuhteista ei ole aito.

Kerro hyvän koskettamisen säännöt ja läheisyyteen liittyvä turvallisuus.

Opeta lapselle, että kosketus ei saa tuntua pahalta. Jos tilanne tuntuu pahalta, lapsella on oikeus kieltäytyä ja mennä pois. Opeta, että omaa ja toisen tunnetta pitää kunnioittaa.

Opeta lapselle, että uimapaun alla on erityisiä, yksityisiä ja arvokkaita paikkoja.

Opeta, mitä lapsi voi tehdä epämiellyttävässä tilanteessa: Sano EI, lähde pois, kerro tutulle aikuiselle.

Puhu nettittävyyksistä ja turvallisuudesta. Kerro, millaiset kuvat ja tavat ovat turvallisia netissä.

Opeta lapselle turvallisuutta mediassa: älä kerro henkilötietoja ja älä lähetä koskaan kuvia yksityisistä kehonosista.



Erja Korteniemi-Poikela – Raisa Cacciatore
SEKSUAALISUUDEN PORTAAT
Suunnitelmallista, kokonaisvaltaista ja ikätasoisista seksuaalikasvatusta lapsille ja nuorille. Käsikirja opettajille ja terveydenhoitajille. Opetushallitus 2015.
www.edu.fi/seksuaalisuudenportaat

Handboken finns också på svenska
SEXUALITETEN STEG FÖR STEG
www.edu.fi/sexualiteten

www.oph.fi/verkkokauppa
www.oph.fi/svenska/bokhandel
tilaukset@kirjakeskus.fi
020 166 2222

Haloo?!

Poikien Puhelin on auttava palvelu, joka vastaa kaikkiin sinua askarruttaviin kysymyksiin. Mottomme on suoriin kysymyksiin suoria vastauksia.

Poikien Puhelin auttaa numerossa
0800-94884

Auki olemme ma-pe 13-18.
Soittaminen on sinulle ilmaista.

Poikien Puhelin myös Youtubessa.

Laajemmin tietoa aiheesta: vaestoliitto.fi/lapsijaseksuaalisuus