



SEKSUAALISUUS

Vanhempien tapa suhtautua omaan ja toisten seksuaalisuuteen vaikuttaa lapsen kasvuun.

Lapsi tarvitsee kasvurauhaa ja kokemuksen turvallisesta läheisyydestä.

Luonteva ja rakastava kosketus, kuten sylissä pitäminen ja halaaminen vahvistaa lapsen kehotietoisuutta.



KEHOTIETOISUUS

Kehotietoisuus auttaa tiedostamaan ja hahmottamaan itsen kokonaisvaltaisella tavalla. Sen avulla ihmisellä on yhteys omaan kehoonsa, sen rajoihin, eri osiin ja niiden tehtäviin - ja sitä kautta muihin ihmisiin ja asioihin ympärillään.

Kehotietoisuus on yksi itsetuntemuksen osa-alue. Kehon viisaus ja ymmärrys on usein syvempää ja intuitiivisempaa kuin mielen. Esimerkiksi tunteet saattavat ilmetä kehollisina jo paljon ennen kuin tiedostamme niitä mielessä.

- Mitä viestejä itsestäsi ja ympäröivästä maailmasta kehosi on välittänyt sinulle tänään?
- Missä kehon osissa eri tunteet tuntuvat?



KEHOTUNNE- JA SEKSUAALIKASVATUS

Lapsella on oikeus kehittyä turvassa, omaan tahtiinsa ja häiritsemättä. Seksuaalikasvatusta tarvitaan koko elämän ajan, jotta lapsi oppii arvostamaan omaa ja toisten kehoa sekä kehon rajoja ja yksityisyyttä. Lapsen tasoisen kasvatuksen avulla lapsi oppii myös tietoja, taitoja ja asenteita seksuaalisuuteen liittyen. Pienimpien lasten kohdalla puhutaan kehotunnekasvatuksesta.

Vanhemman seksuaalisuuteen liittyvät arvot, asenteet ja kipukohtat välittyvät lapselle. Siksi vanhemman on hyvä pohtia, mitä välittää lapselle tietoisesti tai tiedostamatta.

AIKUINEN ON MYÖNTEINEN MALLI

Vanhemman tavalla suhtautua omaan ja muiden kehoon, sukupuoleen ja seksuaalisuuteen on merkitystä. Siitä, miten kelpaat itsellesi ja puhut toisista, lapsi tulkitsee myös omaa kelpaamistaan sinulle.

Jokainen lapsi on yksilöllinen. Moninaisuus ilmenee ja sitä koetaan niin kehossa, sukupuolella kuin seksuaalisuudessakin.

- Mistä olet erityisen iloinen kehossasi?
- Mikä merkitys kehonkuvalla on vanhemmuudessa?
- Mitä ajatuksia sinussa herää sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuudesta? Miten tuttua se on sinulle?

KOSKETUS

Iho tuntee ja muistaa ihmeellisen paljon. Rakastava kosketus välittää lapselle hyväksytyksi tulemistä. Kosketus rauhoittaa ja on usein mukana hyvissä hetkissä läheisten kanssa. Hyvää ja turvallista koskettamista voi opetella.

- Millaisesta kosketuksesta lapsesi pitää?
- Miten voit rakentaa hyvän koskettamisen kulttuuria ja vaalia sitä kotona?