

BZgA

Federal Centre  
for  
Health  
Education

Maailma Terviseorganisatsiooni (WHO)

Euroopa piirkondlik büroo ja BZgA

# Euroopa seksuaalhariduse standardid

*Standardid poliitikakujundajatele,*

*haridus- ja tervishoiasutustele ja teistele spetsialistidele*



EUROPE

Maailma Terviseorganisatsiooni  
Euroopa piirkondlik büroo ja BZgA

# Euroopa seksuaalhariduse standardid

*Standardid poliitikakujundajatele, haridus- ja tervishoiuasutustele ja  
teistele spetsialistidele*



Eesti Seksuaaltervise Liit  
Tallinn 2015

© BZgA Federal Centre for Health Education

*Algupärane inglisekeelne väljaanne:*

Standards for Sexuality Education in Europe – a framework for policy makers, educational and health authorities and specialists. Cologne, 2010.

*Eestikeelse tõlke väljaandja:*

Eesti Seksuaaltervise Liit. Tallinn, 2005.

[www.estl.ee](http://www.estl.ee)

Mardi 3, Tallinn 10145

Väljaandmist toetas Tervise Arengu Instituut ja Eesti-Šveitsi koostööprogrammi Vabaühenduste Fond ja Kodanikuühiskonna Sihtkapital



See väljaanne on tasuta levitamiseks.

Väljaande andmete kasutamisel tuleb viidata allikale.

Väljaandja vastutab tõlke korrektsuse eest.

ISBN 978-9949-38-253-8 (pdf)

## Eessõna

Maailma Terviseorganisatsiooni (WHO) Euroopa piirkondliku büroo ees seisab palju seksuaaltervisega seotud väljakutseid: HIV ja mõne seksuaalsel teel leviva haiguse esinemissageduse tõus, teismeliste rasedused ja seksuaalvägivald on vaid mõned neist. Lastel ja noortel on elanikkonna seksuaaltervise paranemises kriitilise tähtsusega roll. Nad peavad olema seksuaalsusest teadlikud nii selle riskide kui rikastavate külgede poolest, et neil kujuneks välja positiivne ja vastutustundlik suhtumine oma seksuaalsusesse. Nii suudavad nad käituda vastutustundlikult mitte ainult enda, vaid ka teiste suhtes.

Käesolev dokument on koostatud vastuseks hiljuti ilmnenu vajadusele luua ühtsed Euroopa seksuaalhariduse standardid. WHO Euroopa piirkond koosneb 53 riigist ja hõlmab suurt geograafilist ala Atlandi ookeanist Vaikse ookeanini. Enamikus Lääne-Euroopa riikides on nüüdseks olemas seksuaalhariduse riiklikud suunised või miinimumstandardid, kuid seni ei ole koostatud soovituslikke standardeid kogu Euroopa piirkonna või Euroopa Liidu tasandil. Käesolev dokument on esimene samm selle lünga täitmiseks.

Samuti on dokumendi eesmärgiks laiemalt kaasa aidata holistilise seksuaalhariduse (ingl k *holistic sexuality education*) levikule. Holistiline seksuaalharidus annab lastele ja noortele tasakaalustatud ja teadmistel põhinevat korrektset teavet seksuaalsuse kõikide aspektide kohta ning samal ajal aitab neil arendada oskusi, et vastavalt sellele teabele käituda. See soodustab lugupidavate ja avatud hoiakute kujunemist ning aitab luua võrdõiguslikke ühiskondi.

Traditsiooniliselt on seksuaalharidus keskendunud seksuaalsusega seotud riskidele, nagu soovimatu rasedus ja seksuaalsel teel levivad haigused. Selline negatiivne lähenemine on lastele ja noortele sageli hirmutav. Veelgi enam – see ei vasta nende vajadusele saada teadmisi ja oskusi ning enamasti ei haaku selline lähenemine üldse nende eluga.

Holistiline lähenemine, mis põhineb arusaamal seksuaalsusest kui inimese potentsiaali osast, aitab lastel ja noortel saada esmavajalikud teadmised ja oskused, et määratleda oma seksuaalsust ja suhteid, olles erinevatel arenguastmetel. See lähenemine toetab ja jõustab neid elama oma seksuaalsust ja suhetes täisväärtuslikku ja vastutustundlikku elu. Samuti on need oskused hädavajalikud, et kaitsta end võimalike riskide eest.

Seksuaalharidus on osa üldisest haridusest mõjutades seega lapse isiksuse arengut. Seksuaalhariduse ennetav iseloom aitab mitte ainult seksuaalsusega seonduvaid negatiivseid tagajärgi vältida, vaid parandab ka inimeste elukvaliteeti, tervist ja heaolu. Sel viisil annab seksuaalharidus oma panuse üldisse tervise edendamisse.

Seksuaalhariduse läbiviimine – eriti koolides – pole alati lihtne: väga sageli kohtab vastupanu, mis peamiselt põhineb hirmudel ja väärarusaamadel seksuaalhariduse kohta. Loodame, et käesolevad standardid annavad oma positiivse panuse, et julgustada riike seksuaalhariduse pakkumisega alustama või olemasolevaid õppekavasid laiendama holistilise seksuaalhariduse kontseptsiooni osas.

Holistilise seksuaalhariduse mõiste sõnastas 2008. aastal **Maailma Terviseorganisatsiooni Euroopa piirkondlik büroo** ja selle töötas välja WHO seksuaal- ja reproduktiivtervise koostöökeskus **Saksamaa Föderaalne Tervishoiuõppe Keskus (BZgA)**, tehes tihedat koostööd ekspertide rühmaga. Rühma kuulus 19 eksperti üheksast Lääne-Euroopa riigist, kellel on erinev taust alates meditsiinist ning lõpetades psühholoogia ja sotsiaalteadustega. Ekspertide rühma kuuluvatel inimestel on seksuaalhariduse vallas ulatuslikud kogemused, kas siis teooria osas või praktilisemat laadi. Rohkem kui poolteist aastat väldanud protsessi olid kaasatud ka riiklikud ja valitsusvälised organisatsioonid, rahvusvahelised organisatsioonid ja

teadlased ning tööseminarideks koguneti neljal korral. Rühma liikmed jõudsid käesolevate seksuaalhariduse standardite praeguse kuju osas ühisele kokkuleppele ning loodetavasti kasutavad riigid neid standardeid suunistena, et viia ellu holistilist seksuaalharidust. Standardid sisaldavad praktilist abi õppekavade koostamiseks ja seksuaalhariduse läbiviimiseks.

Käesolev dokument on jagatud kaheks osaks. Esimeses osas antakse ülevaade holistilise seksuaalhariduse põhifilosoofiast, põhjendustest, määratlustest ja põhimõtetest ning seksuaalhariduse elementidest. Tutvustatakse holistilise seksuaalhariduse laiemat kontseptsiooni ja põhjendatakse, miks see on teismeliste ja noorte jaoks eriti oluline.

Käesoleva dokumendi teise osa keskmes on maatriks, mis sisaldab teemasid, mida seksuaalhariduses peab teatud vanuserühmades käsitlema. See osa on rohkem suunatud koolis seksuaalhariduse läbiviimisele, kuigi käesolevad standardid ei ole mõeldud rakendussuunisteks.

## Tänuõnad

Saksamaa Föderaalne Tervishoiuõppe Keskus (BZgA) kui nende standardite väljaandja soovib siinkohal avaldada sügavat tänu paljudele inimestele: dr Gunta Lazdane WHO Euroopa piirkondlikust büroost, kes algatas selle olulise protsessi, ning ekspertide rühm, kuhu kuulusid professor Dan Apter (Väestöliitto seksuaaltervise kliinik), Doortje Braeken (Rahvusvaheline Pereplaneerimise Föderatsioon – IPPF), dr Raisa Cacciatore (Väestöliitto seksuaaltervise kliinik), dr Marina Costa (PLANeS, Šveitsi Seksuaal- ja Reproduktiivtervise Fond), dr Peter Decat (Rahvusvaheline Reproduktiivtervise Keskus, Ghenti Ülikool), Ada Dortch (IPPF), Erika Frans (SENSOA), Olaf Kapella (Austria Pereuuringute Instituut, Viini Ülikool), dr Evert Ketting (seksuaal- ja reproduktiivtervise ning HIV/AIDSi konsultant), professor Daniel Kunz (Luzerni Rakendusteaduste ja Kunstide Ülikool), dr Margareta Larsson (Uppsala Ülikool), dr Olga Loeber (Euroopa Kontratsepsiooniühing), Anna Martinez (seksuaalhariduse foorum, Lasteamet, Ühendkuningriik), dr Kristien Michielsen (Rahvusvaheline Reproduktiivtervise Keskus, Ghenti Ülikool), Ulla Ollendorff (Norra Tervisedirektoraat), dr Simone Reuter (kontratsepsiooni ja seksuaaltervise kliinik, Nottinghamshire kogukonna tervishoiuteenistus), Sanderijn van der Doef (Maailma Rahvastikufond), dr Ineke van der Vlugt (Rutgers Nisso Grupp) ja Ekua Yankah (UNESCO), kes töötasid selle projekti heaks väsimatult ja suure huviga. Nii pühendunud kolleegidega oli väga meeldiv koos töötada.



2008. aasta novembrist 2009. aasta detsembrini korraldas BZgA Kölnis neli tööseminari, millele kutsutud eksperdid koostasid ühiselt holistilise seksuaalhariduse standardid.

# Sisukord

## 1. osa: SISSEJUHATUS

1. Taust ja eesmärk .....	7
1.1 Formaalne ja mitteformaalne seksuaalharidus .....	8
1.2 Kooli seksuaalhariduse ajalooline kontekst .....	8
1.3 Seksuaalhariduse areng Euroopa koolides .....	10
1.4 Seksuaalhariduse korraldus Euroopas .....	11
1.5 Euroopa globaalsest vaatenurgast .....	13
1.6 Paralleelsed algatused .....	14
2. Seksuaalsus, seksuaaltervis ja seksuaalharidus .....	15
3. Seksuaalhariduse vajalikkus .....	19
3.1 Peamised argumendid seksuaalhariduse poolt .....	19
3.2 Laste psühhoseksuaalne areng .....	21
4. Seksuaalhariduse põhimõtted ja tulemused .....	26
5. Sihtrühmad ja partnerid .....	27
6. Kuidas seksuaalharidust edastada .....	28
6.1 Seksuaalhariduse seitse iseloomulikku joont .....	28
6.2 Õpetajate pädevus .....	30

## 2. osa: SEKSUAALHARIDUSE MAATRIKS

1. Sissejuhatus maatriksisse .....	31
1.1 Taust .....	31
1.2 Tugistruktuuride tähtsus .....	32
1.3 Miks peaks seksuaalharidus algama enne nelja-aastaseks saamist? .....	32
1.4 Kuidas maatriksit kasutada .....	33
2. Teemataabelid .....	34

### Kirjanduse loetelu

A. Viidatud allikad .....	53
B. Teaduslik kirjandus laste psühhoseksuaalse arengu teemal .....	55
C. Seksuaalhariduse õppekavad ja vastav kirjandus .....	58
D. Teemakohased veebilehed .....	61

# 1. osa: SISSEJUHATUS

## 1. Taust ja eesmärk

Käesolev dokument esitleb soovituslikke seksuaalhariduse standardeid Euroopas. Standardid määratlevad, mida eri vanuses lapsed ja noored peaksid teadma ja mõistma, milliste olukordade ja probleemidega nad peaksid suutma toime tulla ning millised väärtused ja hoiakud peaksid neil välja kujunema, et nende seksuaalne areng saaks kulgeda rahuldustpakkvalt, positiivselt ja tervislikult. Standardid on kasutatavad nii teavitustöös kui õppekavade väljatöötamisel või täiendamisel erinevatel haridusastmetel.

Standardeid saab kasutada veenmaks otsustajaid seksuaalhariduse olulisuses või olemasoleva seksuaalhariduse laiendamise vajalikkuses. See dokument on heaks lähtekohaks seksuaalhariduse alases dialoogis vastava ala otsustajate ja huvirühmadega. Olemasolevate õppekavade täiendamisel tuleb standardeid vajadusel kohandada. Dokument aitab otsustada, millised võiksid olla järgmised sammud teel holistilise seksuaalhariduse (ingl k *holistic sexuality education*) suunas ning annavad konkreetseid juhiseid õpitulemuste määratlemiseks – see on igasuguse õppekava lahutamatu osa.<sup>1</sup>

Käesoleva dokumendi koostamist ajendas vajadus Euroopa seksuaalhariduse standardite järele, sest mitmed Euroopa riigid pöördusid WHO Euroopa piirkondliku büroo poole, otsides juhiseid seksuaalhariduse õppekavade koostamisel. Selleks annabki käesolev dokument raamistiku. Standardite koostamisel võeti aluseks pikaajalise seksuaalhariduse traditsiooniga Euroopa riikide kogemused ja mitme Euroopa riigi vastava valdkonna spetsialistide teadmised.

### „Uus vajadus“ seksuaalhariduse järele

Uue vajaduse seksuaalhariduse järele on tinginud mitmed viimastel aastakümnetel toimunud muutused. Nende hulgas on globaliseerumine; uute, teistsuguse kultuurilise ja religioosse taustaga inimrühmade migratsioon; uue meedia kiire levik, eriti Interneti ja mobiilside osas; HIV/AIDSi ilmumine ja levik; kasvav mure seoses laste ja teismeliste seksuaalse väärkohtlemisega ning mitte vähemtähtsana ka muutuvad hoiakud seksuaalsusse ja muutused noorte seksuaalkäitumises. Need uued suundumused nõuavad tõhusaid strateegiaid, et noored suudaksid oma seksuaalsusega ohutult ja rahuldustpakkvalt toime tulla. Kooli õppekavasse integreeritud seksuaalharidus võimaldab jõuda enamike noorteni.

Euroopa seksuaalhariduse standardid võivad kujuneda väärtuslikuks töövahendiks ka teistele, rohkem ja vähem arenenud riikidele väljaspool Euroopat. Paljud neist riikidest võtavad Euroopast eeskuju kui väärtuslike teadmiste allikast ning paljud Euroopa riiklikud ja valitsusvälised organisatsioonid toetavad aktiivselt nendes riikides seksuaalhariduse arendamist.

Et käesolevast dokumendist paremini aru saada, anname esmalt ülevaate laste ja noorte seksuaalsest arengust ning selle sotsiaalsetest, kultuurilistest, religioossetest ja muudest mõjutajatest.

---

<sup>1</sup>Seksuaalhariduse vallas on mitmeid allikaid ja algatusi. Kirjanduse ülevaate osas C on ära toodud ilmunud väljaanded ja meetoodilised materjalid. Uue õppekava koostamisel võib kasulikuks osutada UNESCO andmebaas ning BZgA ja IPPF-i ülevaated seksuaalharidusest Euroopas, vt UNESCO HIV and AIDS Education Clearinghouse; IPPF (2006a, 2007), Lazarus & Liljestrand (2007) ja BZgA/WHO Euroopa piirkondlik büroo (2006).



## 1.1 Formaalne ja mitteformaalne seksuaalharidus

Kasvamise käigus saavad lapsed ja noored järk-järgult uusi teadmisi ja neil kujuneb oma ettekujutus, väärtused, hoiakud ja oskused seoses inimese keha, lähisuhete ja seksuaalsusega. Selleks kasutavad nad väga erinevaid teabeallikaid. Kõige olulisemad neist, eriti varasematel arenguetappidel, on mitteformaalsed allikad, sealhulgas lapsevanemad, kellel on kõige suurem tähtsus noorimate laste elus. Asjatundjate roll, olgu meditsiini-, haridus-, sotsiaal- või psühholoogia valdkonnas, on selles protsessis tavaliselt teisejärguline, mis on ka mõistetav, sest asjatundjate abi otsitakse peaaegu alati ainult siis, kui on tekkinud professionaalset lähenemist vajav probleem. Samas on lääne kultuuris üha suurem rõhuasetus probleemide ennetamisele, mis puudutab aina enam ka lähisuhete ja inimese seksuaalsuse teemasid ning asjatundjate kaasamist ennetustegevustesse.

### Positiivse professionaalse lähenemise tähtsus

Nagu kirjeldatud, toimub märkimisväärne osa seksuaalsuse alastest õppimisest väljaspool asjatundjate mõjuulatust. Samas on asjatundjatel siiski oluline roll. Õpetajate roll kipub keskenduma probleemidele (nagu soovimatu rasedus ja seksuaalsel teel levivad haigused) ja nende ennetamisele, mis on tekitanud kriitikat, et nende lähenemine on peamiselt negatiivne, st probleemidele orienteeritud. Probleemidele ja riskidele keskendumine ei ole alati kooskõlas noorte endi uudishimu, huvide, vajaduste ja kogemustega ning seetõttu ei pruugi sellel olla soovitud mõju nende käitumisele. See omakorda on toonud kaasa soovi näha positiivsemat lähenemist, mis on mitte ainult tõhusam, vaid ka realistlikum. Seetõttu on seksuaalhariduse areng olnud mõnes mõttes pidev püüe ühendada ühelt poolt professionaalsus ja ennetuslikkus ning teiselt poolt nõue, et seksuaalharidus oleks noorte vajadusi arvestav, tõhus, vastuvõetav ja atraktiivne.

### Noored vajavad nii mitteformaalset kui formaalset seksuaalharidust

Noored vajavad nii mitteformaalset kui formaalset seksuaalharidust. Need kaks ei tohi teineteisele vastanduda, vaid täiendavad teineteist. Ühest küljest vajavad noored oma igapäevases keskkonnas armastust, ruumi ja tuge, et nende seksuaalne minapiilt saaks välja kujuneda. Teisest küljest aga on neil vaja omandada ka spetsiifilised teadmised, hoiakud ja oskused ning selle juures on tähtis osa asjatundjatel. Peamisteks professionaalse teabe ja seksuaalhariduse edastajateks on koolid; lisaks ka haridusliku sisuga raamatud, brošüürid, voldikud ja CD-plaadid; hariduslikud veebilehed; haridusliku sisuga raadio- ja telesaated ja kampaaniad; ning (tervishoiu-)teenusepakkujad.

Käesolev dokument keskendub kooli seksuaalharidusele, kuigi tuleb arvesse võtta, et kool pole ainus seksuaalhariduse andja.

## 1.2 Kooli seksuaalhariduse ajalooline kontekst

### „Noorukiea“ esilekerkimine 1970-ndate aastate „seksuaalrevolutsiooni“ käigus

Lääne-Euroopa koolides hakati seksuaalharidust pakkuma 1970-ndatel ja 1980-ndatel aastatel, so suuresti samal ajal kui töötati välja ja muutusid laialt kättesaadavaks kaasaegsed tõhusad rasestumisvastased meetodid, eelkõige „pillid“, ning enamikus riikides legaliseeriti abort. Need uuendused võimaldasid esmakordselt eristada seksuaalsust soojätkamisest. Samad muutused tõid kaasa 1970-ndate aastate paiku „seksuaalrevolutsiooni“ ja toetasid koos muude teguritega soolise võrdõiguslikkuse arenemist. Seksuaalsusega seotud väärtused ja normid hakkasid teisenema ning seksuaalkäitumine hakkas muutuma. Seksuaalsus ei olnud enam tabuteema, vaid selle erinevate aspektide üle sai hakata avalikult arutlema.

Nende protsesside tulemusena tõusetus uus, lapsee ja täiskasvanuea vahepealne etapp, mida hakati nimetama „noorukieaks“ (ingl k *adolescence*). Järkjärgult hakkas seda vahepealset vanust iseloomustama suurenev sõltumatus lapsevanematest, armastussuhete ja seksuaalkontaktide loomine - ja seda (kaua aega) enne abielu ja vabaabielu. Samal ajal hakkasid inimesed oma elus edasi lükkuma ka abiellumist ja pereloomist.

Laias laastus on kirjeldatud ühiskondlike protsesside tulemusena kolmanda aastatuhande alguse Euroopa noortel esimesed seksuaalkontaktid keskmiselt 16–18 aasta vanuselt. Neil on mitu partnerit, enne kui nad umbes 25-aastaselt abielluvad (või püsivat kooselu alustavad) ja nad saavad esimese lapse 28–30-aastaselt.<sup>2</sup> Sellel eaperioodil, enne stabiilsesse suhtesse jõudmist, on nii indiviidi vaatenurgast kui rahvatervise seisukohast väga olulised kaks riski: soovimatu rasedus ja seksuaalsel teel levivad haigused. Lisaks, 1980-ndatel aastatel tõusetunud HIV/AIDSi epideemia osutus veelgi tõsisemaks riskiks ja sellest tulenevalt hakati tegema senisest suuremaid jõupingutusi haiguste ennetamiseks. Noorte seksuaalsusele ja seksuaaltervisele keskendumist soodustasid ka muud tegurid. Seksuaalne väärkohtlemine ja vägivald, mis traditsiooniliselt olid olnud tabuteemad ja enamasti varjatud, toodi nüüd rohkem avalikkuse ette ning põhjustasid moraalselt pahameelt ja üleskutseid selliste probleemide vältimiseks. Samamoodi leiti aina enam, et meedia ja reklaamide „seksualiseerimine“ avaldab noorte seksuaalsustajule negatiivset mõju ning seda peab millegagi tasakaalustama.

### **Seksuaalharidus koolides – ühiskonna vastus sotsiaalsetele muutustele**

Kõik need põhjanevad sotsiaalsed muutused, mis põhimõtteliselt tähendasid lapsee ja täiskasvanuea vahele uue sotsiaalse vanuserühma teket, millel on oma kultuur, käitumine ja vajadused, nõudis ühiskonnalt vastuseid. Seksuaalsuse vallas oli vaja luua uut tüüpi tervishoiuteenuseid või kohandada olemasolevaid ning vaja läks ka uut teavet ja uut lähenemist hariduses. Teadvustatud vajadus seksuaalhariduse järele 20. sajandi teises pooles sai alguse just kirjeldatud sotsiaalsetest muutustest. Uued vaated noorte (seksuaalsetele) õigustele ja rollidele ühiskonnas, eelkõige inimõiguste seisukohast, tõid vajaduse seksuaalhariduse järele veelgi teravamalt esile. Siin on oluline märkida, et see protsess toimus kõigis Euroopa riikides, kuigi mõned riigid kohanesid sellega varem või kiiremini kui teised. Seksuaalharidus, eriti koolides toimuv seksuaalharidus on selle kohanemisprotsessi lahutamatu osa. Kooli seksuaalhariduse vajalikkust on põhjendatud aastate jooksul erinevate argumentidega ja erinevalt ka riigiti, ulatudes soovimatute raseduste vältimisest kuni HIV ja muude seksuaalsel teel levivate haiguste ennetamiseni. Lisaks andsid seksuaalharidusele avalikkuse silmis tugeva tõuke seksuaalse väärkohtlemise skandaalid, mille tulemusena hakati nõudma seksuaalharidust ka noorematele lastele. Seda nõudmist on toetanud ka muutunud üldine arusaam lapsest – nüüd nähakse teda kui subjekti.<sup>3</sup> Kõik need erinevad motiivid on järk-järgult koondunud holistiliseks lähenemiseks seksuaalharidusele. Peamiseks motiiviks kujunes veendumus, et noori tuleb toetada, võimestada ja võimaldada neil käituda oma seksuaalsuse osas vastutustundlikul, turvalisel ja rahulduspakkuval moel, selle asemel et keskenduda peamiselt individuaalsetele ohtudele ja riskikäitumisele. Selline holistiline vaade, mis määratleb mõiste „seksuaalsus“ palju laiemalt kui ainult seksuaalvahekorra, on praegu kogu Euroopa seksuaalsuse ja seksuaaltervise ekspertide hulgas kõige valdavam.

<sup>2</sup> Vt OECD (2008). Vt ka WHO Euroopa piirkondlik büroo (2008).

<sup>3</sup> Last loetakse sõltumatuks isikuks, kellel on oma spetsiifilised võimed ja vajadused, muuhulgas selles osas, kuidas ta väljendab lähedust, sensuaalsust ja (kehalist) uudishimu. Lapse potentsiaali tuleb adekvaatselt soodustada.

### 1.3 Seksuaalhariduse areng Euroopa koolides<sup>4</sup>

Euroopas on seksuaalharidus olnud koolide õppekavas juba rohkem kui pool sajandit, seega kauem kui kus tahes mujal maailmas. Ametlikult sai see alguse Rootsist, kus see teema 1955. aastal kõigis koolides kohustuslikuks tehti. Praktikas kulus seksuaalhariduse õppekavadesse lülitamiseks palju aastaid, sest juhendite, käsiraamatute ja muude õppematerjalide koostamine ning ka õpetajate koolitamine võttis nii mõnedki aastad aega.

#### **Seksuaalharidus algas Lääne-Euroopas varem ...**

1970. ja 1980. aastatel viidi seksuaalharidus kooli õppekavadesse veel paljudes Lääne-Euroopa riikides, esmalt teistes Skandinaavia maades, aga ka mujal. Näiteks Saksamaal 1968. aastal ja Austrias 1970. aastal. Ka Madalmaades ja Šveitsis alustati sellega 1970. aastatel, kuigi sealsete koolide (või Šveitsi puhul kantonite) kõrge autonoomsuse tõttu ei muutunud see kohe kohustuslikuks.<sup>5</sup> Seksuaalhariduse sisseviimine kooli õppekavasse jätkus 20. sajandi viimasel ja 21. sajandi esimesel aastakümnel, esmalt Prantsusmaal, Ühendkuningriigis ja veel mõnedes Lääne-Euroopa riikides ning hiljem järk-järgult ka Lõuna-Euroopa riikides, nimelt Portugalis ja Hispaanias. Isegi Iirimaa, kus traditsiooniliselt on olnud tugev religioosne vastuseis, muutus seksuaalharidus 2003. aastal alg- ja keskkoolides kohustuslikuks. Vaid vähestes vanadest Euroopa Liidu liikmesriikidest, peamiselt Lõuna-Euroopas, ei ole kooli seksuaalharidust veel rakendatud.

#### **... kui Kesk- ja Ida-Euroopas**

Kesk- ja Ida-Euroopas algas seksuaalhariduse areng pärast kommunismi langust. Enne seda oli üksikutes riikides mõningaid algatusi tehtud, kuid tagantjärele saab neid vaevalt küll „seksuaalhariduseks“ nimetada. Enamasti kujutasid need endast „ettevalmistust abieluks ja pereeluks“, mis eitasid fakti, et noortel tekib järk-järgult tugev huvi armastussuhete vastu ning eriti seda, et nad võivad ka enne abielu seksuaalselt aktiivsed olla. Ettevalmistus seksuaalsuseks polnud peaaegu üldse teema. Selle tulemusena alustasid Kesk- ja Ida-Euroopa riigid seksuaalharidusega, nagu seda praegu enamikus riikides mõistetakse ja antakse, 20 või 30 aastat hiljem kui Lääne-Euroopa. Vaid mõnedes neist, kõige märkimisväärselt Tšehhi Vabariigis ja Eestis, on tõsiselt edendatud kaasaegset seksuaalharidust, mis erineb pereeluks ettevalmistamisest. Mitmetes teistes Kesk- ja Ida-Euroopa riikides on see areng hiljuti aeglustunud, kuna erinevates avalikes sfäärides on ilmnenud (poliitiline, kultuuriline ja religioosne) fundamentalism.

#### **Puudub riikidevaheline kogemustevahetus standardite ja poliitikate osas**

Seksuaalhariduse alaste poliitikate, õppekavade ja standardite väljatöötamisel on Euroopa riikide vahel olnud üllatavalt vähe omavahelisi mõjusid. Tõenäoliselt on selle peamiseks põhjuseks olnud keelebarjäärid – vastavaid dokumente on harva tõlgitud ja rahvusvahelistes väljaannetes avaldatud. Sama kehtib ka selle valdkonna teadustöö kohta. Uuringuid noorte haridusvajaduste kohta või haridusprogrammide kvaliteedi ja tõhususe kohta on peamiselt korraldatud siseriiklikel eesmärkidel ja avaldatud riigikeeltes, selle asemel et anda panus rahvusvahelisse teadusteabe kogumisse. Seetõttu ei ole kuigi üllatav, et hiljutises seksuaalhariduse mõjude uuringute ülevaates, mis toodi ära UNESCO rahvusvahelises seksuaalhariduse

<sup>4</sup> Toodud teave koolides toimuva seksuaalhariduse kohta põhineb peamiselt SAFE aruannetel. Vt IPPF (2006a, 2007), Lazarus & Liljestrand (2007).

<sup>5</sup> Madalmaades ei olegi seksuaalharidus kohustuslikuks muutunud ning Šveitsis muutus see kohustuslikuks alles kaks aastakümnet hiljem, kui oli alanud AIDSi epideemia.

alases väljaandes,<sup>6</sup> leidus vaid 11 uuringut „teistest arenenud riikidest“, võrreldes 47 uuringuga Ameerika Ühendriikidest. Enamik neist 11 Euroopa uuringust pärinesid Ühendkuningriigist ja vaid käputäis kõigist teistest Euroopa riikidest kokku. See võib kergesti tekitada väära mulje, nagu valitseks Euroopas huvipuudus seksuaalhariduse uuringute vastu, mis – nagu eelpool selgitatud – ei ole tegelikult õige.<sup>7</sup> Euroopas on sel alal palju kogemusi ja tõenäoliselt ka hästi dokumenteeritud tõendusmaterjal. Need tuleks rahvusvaheliselt kättesaadavaks teha, et uuringuid ja nende tulemusi oleks võimalik süstemaatilisemalt avaldada.

## 1.4 Seksuaalhariduse korraldus Euroopas

See, kas ja kuidas käesolevas dokumendis toodud standardeid saaks kasutada, sõltub suuresti sellest, kuidas seksuaalharidus on korraldatud ja kuidas seda antakse. See erineb Euroopa lõikes väga palju. Seetõttu on standarditest õige arusaamise tagamiseks ja nende väärtuslikkuse mõistmiseks hädavajalik anda mõningast teavet seksuaalhariduse tagamaade kohta.

### Seksuaalhariduse üldine kontseptsioon – alustada tuleb varakult

Seksuaalharidusega alustamise vanus on erinevates Euroopa riikides väga erinev. SAFE projekti aruande<sup>8</sup> kohaselt varieerub see vahemikus viis eluaastat Portugalis kuni 14 aastat Hispaanias, Itaalias ja Küprosel. Lähemal vaatlusel selgub siiski, et erinevused ei ole nii suured kui esmapilgul võib tunduda. See on seotud sellega, mida seksuaalhariduse all mõistetakse. Käesolevas dokumendis kasutatakse laia kontseptsiooni, mis hõlmab mitte ainult füüsilist, emotsionaalset ja vastastikusel tegevusel põhinevat aspekti seksuaalsusest ja seksuaalkontaktidest, vaid ka muid aspekte nagu sõprus, turvatunne ja meeldimine. Sellist laia kontseptsiooni kasutades muutub mõistetavaks, miks mitmes riigis algab seksuaalharidus algkooli tasandil. Riikides, kus see ametlikult keskkoolis algab, kasutatakse tavaliselt palju kitsamat, seksuaalkontaktidel põhinevat määratlust. See mõistete erinevus selgitab ka, miks mõnedes riikides eelistatakse „seksuaalhariduse“ asemel mõistet „seksuaalsuse- ja suhteõpe“ või muud sarnast sõnastust.

Käesolevas dokumendis otsustati kasutada lähenemist, mille kohaselt algab seksuaalharidus sünnist. Juba sünnist peale õpivad imikud kehalise kontakti väärtuslikkust ja nauditavust, soojust ja lähedust. Varsti pärast seda õpivad nad, mis on „puhas“ ja mis on „must“. Hiljem õpivad nad ära erinevuse poisi ja tüdruku vahel ning lähedaste ja võõraste vahel. Põhipunktiks on, et juba sünnist alates edastavad peamiselt lapsevanemad lapsele sõnumeid seoses inimese keha ja lähedusega. Teisisõnu – nad tegelevad seksuaalharidusega.

### Seksuaalharidus peab olema eakohane

Mõiste „eakohasus“ on selles kontekstis oluline. Tegelikult on õigem väljend „arengukohane“, sest kõik lapsed ei arene sama kiirusega. Sellegipoolest kasutatakse käesolevas dokumendis sõna „eakohane“, mis hõlmab siin nii vanusele kui arengule kohast. See tähendab, et laste puhul areneb järk-järgult edasi see, mis neid huvitab, mis on nende jaoks asjakohane ja kui üksikasjalikku teavet nad vajavad. See sõltub nende vanusest või arengustaadiumist. Nelja-aastane laps võib küsida, kust lapsed tulevad ja tavaliselt on tema jaoks piisav ja eakohane vastus: „Emme kõhust.“ Sama laps võib alles hiljem hakata mõtlema: „Kuidas laps

<sup>6</sup> Vt UNESCO (2009a).

<sup>7</sup> Vt ka peatükki 1.5 „Euroopa globaalsest vaatenurgast“.

<sup>8</sup> Vt IPPF (2006a).

emme kõhtu sai?“ ja selles vanuses on teistsugune vastus tema jaoks eakohane. Kindlasti ei sobi vastuseks: „Selle jaoks oled sa veel liiga noor!“ Eakohasus selgitab ka, miks seksuaalhariduses võib olla vaja üht ja sama teemat erinevates vanustes uuesti käsitleda; sest vanuse lisandudes uuritakse seda üksikasjalikumalt.

### **Seksuaalharidus multidistsiplinaarse õppeainena**

Euroopa lõikes on erinev ka see, millise õppeaine raames seksuaalharidust antakse ja milline on seda andva õpetaja haridustaust. Vahel antakse seksuaalharidust eraldi õppeainena, kuid sagedamini ühendatakse see teiste õppeainetega. Kõige ilmsem valik tundub bioloogia, kuid riigist, kooli tüübist ja muudest tingimustest sõltuvalt võidakse seda teha ka kodaniku- või inimeseõpetuse, sotsiaalõppe või sotsiaalsete toimetulekuoskuste, terviseõppe (tervise edendamise), filosoofia, religiooni, keele või spordi tundides. Põhiõppeaine ja õpetaja hariduslik taust mõjutavad suuresti nii õppe sisu kui kasutatavaid meetodeid. Kui seksuaalharidust antakse bioloogia või terviseõppe kontekstis, siis kiputakse keskenduma füüsilistele aspektidele, kui aga põhiõppeaine jääb humanitaarteaduste valda, siis pööratakse rohkem tähelepanu sotsiaalsetele aspektidele, suhetele ja moraaliküsimustele.

Holistilise käsitluse kindlustab see, kui seksuaalsuse erinevatest aspektidest räägivad erinevate õppeainete õpetajad, nii muutub seksuaalharidus multidistsiplinaarseks õppeaineks.<sup>9</sup> Kogemused on näidanud, et sellisel juhul peab kindlasti olema üks õpetaja, kes kogu õppetööd koordineerib. Teine levinud lähenemine on kaasata konkreetsete teemade käsitlemisse spetsialiste väljastpoolt kooli. Nendeks võivad olla arstid, medõed, ämmaemandad, noorsootöötajad või psühholoogid, kes on läbinud seksuaalhariduse alase erikoolituse. Samuti kasutatakse selleks sageli seksuaaltervise tegelevaid mittetulundusühinguid või noorte nõustamiskeskusi. Näiteks Rootsis või Eestis saavad lapsed osa oma seksuaalharidusest lähedalasuvates noorte nõustamiskeskustes. Eeldatakse, et see langetab ka nende keskuste juurdepääsuläve ja julgustab neid hiljemgi külastama.

Seksuaalhariduse kohustuslikuks muutmine on oluline aspekt selle aine edasiandmisel, sest – nagu mõnede riikide kogemused on näidanud – tõenäoliselt väheneb sellele pööratav tähelepanu, kui see aine on vabatahtlik. Teisest küljest ei tähenda aine kohustuslikuks muutmine automaatselt selle kvaliteetset ja holistilist pakkumist. Vaja on ka alt-üles suunatud protsessi õpetajate motiveerimiseks, koolitamiseks ja toetamiseks. Euroopas tervikuna on viimastel aastakümnetel olnud suundumus, mille kohaselt seksuaalharidus on kohustuslik ja vanematel ei ole õigus oma last tundidest ära võtta, isegi kui nad on vastu tundides õpetatavale. Tegelikus elus on lapsevanemad (sealhulgas vähemuste esindajad) sageli koolide seksuaalhariduse osas väga toetavad, sest nad ise tunnevad, et jäävad selle teemaga hätta või neil on piinlik sellest rääkida.

Siinkohal on oluline märkida, et valdavalt ei ole seksuaalharidus, kuigi mõned selle elemendid võivad eksamil teemaks tulla, kuna need on ühendatud kohustusliku õppeainega, näiteks bioloogiaga. Kuid selleks, et seksuaalharidus saaks piisavalt tähelepanu, on oluline teha sellest eksamiaine.

Õppekava koostamisel on kasulik organiseerida mingit liiki koostöö lapsevanematega – mitte ainult selleks, et saada nende vajalik toetus, vaid ka selleks, et kindlustada optimaalne „ühilduvus“ lapsevanemate mitteformaalse rolli ja kooli formaalse rolli vahel. Vähemalt ühes Euroopa riigis (Austrias) on selline koostöö isegi ametlikult nõutav. Kuid kool ei ole kindlasti ainuke institutsioon seksuaalhariduse edastamiseks. Oma panuse saavad anda ka paljud teised organisatsioonid, millel on laste ja noortega lähedane kontakt, samuti meedia.

<sup>9</sup> Näiteks Prantsusmaal annavad seksuaalharidust mitmed erinevad õpetajad.

Ja lõpuks on erinev ka õppekavade, sealhulgas seksuaalhariduse väljatöötamise ja elluviimisega tegelevate asutuste detsentraliseerituse tase. Selle tulemusena on erinevates riikides seksuaalhariduse andmine praktikas väga erinev. Näiteks Rootsis, kus on tugev tsentraliseeritud haridusameti traditsioon, otsustatakse ka õppekava tsentraalselt. Teistes kultuuriliselt võrreldavates riikides seevastu, näiteks Taanis ja Madalmaades, teevad neid otsuseid piirkondlikud omavalitsused või koolide juhtkonnad.

## 1.5 Euroopa globaalsest vaatenurgast

UNESCO rahvusvaheline ülevaade seksuaalhariduse programmide hindamiseks korraldatud uuringutest toob ära seksuaalhariduse programmide loetelu, mis annab tunnistust, et sellised programme viiakse tänapäeval ellu väga paljudes erinevates arenenud ja arengumaades.<sup>10</sup> Mitmete arengumaade programmide koostamisel on saadud inspiratsiooni ja abi arenenud maadest, eriti Ameerika Ühendriikidest ja Lääne-Euroopast.

### Kolm seksuaalhariduse programmide kategooriat

Ülemaailmses ajaloolises kontekstis saab seksuaalhariduse programmid jagada kolmeks põhiliseks kategooriaks.

1. Programmid, mis keskenduvad peamiselt või ainult abieluelsest seksuaalvahekorra hoidumisele. Neid tuntakse ka „kuidas öelda ei“ programmide või abstinentsi propageerivate programmidenä (1. tüüp).
2. Programmid, mis hõlmavad ühe valikuna abstinentsi, kuid pööravad tähelepanu ka rasestumise vältimisele ja turvalisele seksile. Neid programme nimetatakse sageli laiapõhjaliseks seksuaalhariduseks (2. tüüp).
3. Programmid, mis hõlmavad 2. tüüpi programmide elemente, kuid lisaks käsitlevad seksuaalsust laiemalt isiksuse seksuaalse arengu vaatenurgast. Neid programme nimetatakse käesolevas dokumendis holistiliseks seksuaalhariduseks (3. tüüp).

Teist ja kolmandat tüüpi programmide vaheline piir ei ole range ja sõltub peamiselt definitsioonist.

Esimest tüüpi seksuaalhariduse programme on Ameerika Ühendriikide vabariiklastest valitsus viimasel kümnel aastal aktiivselt propageerinud ja toetanud ning teatud määral on need mõjutanud ka mujal toimunud muutusi, eriti mõningates arengumaades ja Ida-Euroopa riikides. Teist tüüpi programmid on välja töötatud vastusena ainult abstinentsi propageerivatele programmidele. Ulatuslik uuring, milles võrreldi esimest ja teist tüüpi programmide tulemusi Ameerika Ühendriikides, näitas, et ainult abstinentsi propageerivatele programmidele ei ole seksuaalkäitumise ega teismeliste raseduse osas positiivset mõju, samas kui laiapõhjalistel programmidel on selline mõju olemas.<sup>11</sup>

Kahjuks on Ameerika Ühendriikides kasutusel peaaegu ainult esimest ja teist tüüpi seksuaalhariduse programmid, samas kui Lääne-Euroopas on valdavalt kolmandat tüüpi programmid. Rahvusvaheline seksuaalhariduse alane kirjandus on peaaegu et tervenisti inglisekeelne, kuid enamik Euroopa

<sup>10</sup> Vt UNESCO *et al.* (2009a), lk 13 ja edasi.

<sup>11</sup> Vt Kohler *et al.* (2008).

seksuaalhariduse alastest väljaannetest (juhised, käsiraamatud, õppematerjalid või isegi hindamisaruanded) on Euroopa riigikeeltes. Kuna need on rahvusvahelisele lugejaskonnale tavaliselt kättesaamatud, siis võib rahvusvahelise teaduskirjanduse põhjal kergesti tekkida väärarusaam, et inglisekeelsed programmid, millest enamik pärineb Ameerika Ühendriikidest, on peaaegu ainukesed olemasolevad seksuaalhariduse programmid.

Siinkohal on oluline rõhutada, et 3. tüüpi seksuaalhariduse programmid lähtuvad teistsugusest filosoofiast kui 1. ja 2. tüüpi programmid. Viimased on enamasti palju rohkem „käegakatsutavatele“ tulemustele orienteeritud, keskendudes eriti käitumise alastele tulemustele. 1. ja 2. tüüpi seksuaalhariduse õppekavade hindamisel on olulised küsimused näiteks: „Kas õpetus lükkab edasi esimese seksuaalvahekorra vanust?“, „Kas seksuaalpartnerite arv väheneb?“ või isegi „Kas see vähendab seksuaalvahekordade sagedust?“.

Euroopas on seksuaalharidus esmajoones isiklikule kasvule orienteeritud, samas kui Ameerika Ühendriikides on see peamiselt probleemide lahendamisele või ennetamisele suunatud. Sellel fundamentaalsel erinevusel on palju erinevaid ajaloolisi, sotsiaalseid ja kultuurilisi põhjuseid, mida käesolevas dokumendis ei saa käsitleda, kuid tähtis on siiski see erinevus siin ära märkida. Lääne-Euroopas ei peeta murdeas tekkivat ja arenevat seksuaalsust esmajoones probleemiks või ohuks, vaid nähakse seda kui väärtuslikku isikliku arengu osa.

## 1.6 Paralleelsed algatused

Käesolev dokument, milles esitatakse soovituslikud Euroopa seksuaalhariduse standardid, täiendab teisi Euroopa ja maailma tasandi algatusi, mis edendavad heatasemelist seksuaalharidust.

2001. aastal avaldati **WHO Euroopa piirkondlik seksuaal- ja reproduktiivtervise strateegia**.<sup>12</sup> See 10-aastane strateegia kutsus Euroopa Liidu liikmesriike üles teavitama ja harima teismelisi kõigis seksuaalsuse ja soojätkamise aspektides ning aitama neil omandada vajalikke eluoskusi, et nende teemadega rahuldustpakkvalt ja vastutustundlikult toime tulla. Samuti kutsus see strateegia üles koostama seadusandlikud ja õigusraamistikud seaduste ja poliitikate ülevaatamiseks, et need soodustaksid võrdõiguslikku juurdepääsu seksuaal- ja reproduktiivtervisealasele haridusele.

2006. aasta novembris korraldasid BZgA ja WHO Euroopa piirkondlik büroo Kölnis Euroopa konverentsi „**Noorte seksuaalharidus multikultuurses Euroopas**“. Sellel konverentsil arutasid rohkem kui 100 eksperti 26 riigist riiklike seksuaalhariduse strateegiate ja edukate algatuste üle. Samuti soodustas see antud teemal kogu Euroopa piirkonnas võrgustiku- ja koostööd. Konverentsi ettevalmistamise käigus koostati kogumik „**Noorte seksuaalharidus Euroopas**“<sup>13</sup>, mis kujutas endast esimest katset koguda kokku ja ühendada ühtseks tervikuks 16 Euroopa riigi seksuaalhariduse kogemused. Käesolevad standardid on järgmine samm Euroopa seksuaalhariduse arengus.

Peaaegu samaaegselt Kölnis toimunud konverentsiga avaldati „**SAFE projekti**“ („Seksuaalne teadlikkus Euroopas“) esimesed tulemused. Selle projekti algatasid 2005. aastal IPPF-i Euroopa regioon ja selle 26 liikmesriikide allorganisatsiooni koos Rootsi Lundi Ülikooliga ja WHO Euroopa piirkondliku bürooga.

<sup>12</sup> Vt WHO Euroopa piirkondlik büroo (1999/2001).

<sup>13</sup> BZgA/WHO Euroopa piirkondlik büroo (2006).

Rahaliselt toetas projekti Euroopa Komisjoni tervise ja tarbijakaitse direktoraat. Selle partnerluse eesmärgiks oli edendada Euroopas noorte seksuaal- ja reproduktiivtervist ja -õigusi. Selle ulatusliku ja uuendusliku projekti tulemuseks olid kolm aruannet,<sup>14</sup> üks neist pealkirjaga „Ülevaade seksuaalharidusest Euroopas“, mida on ka käesolevas väljaandes ulatuslikult kasutatud. Üks selle projekti soovitusi oli „tagada, et igakülgne seksuaalharidus oleks kohustuslik õppeaine nii alg- kui keskkoolis, kasutades selgelt määratletud miinimumstandardeid ja õppe-eesmärke.“<sup>15</sup> Käesolevad seksuaalhariduse standardid on küll sõltumatult kavandatud, kuid täiendavad siiski SAFE projekti tulemusi.

2009. aastal avaldas UNESCO (koos teiste ÜRO organisatsioonidega) kaheköitelise „Seksuaalhariduse alase tehnilise juhise“.<sup>16</sup> Juhise autoritega on vahetatud teavet, kogemusi ja vaateid, kuid ainult käesolevate standardite väljatöötamise teisel etapil. Need kaks dokumenti kattuvad osaliselt, kuid UNESCO dokument esitab globaalsed soovitusel, samas kui käesolevad standardid on piirkondlikud.

2009. aastal avaldas Rahvastikunõukogu seksuaalhariduse käsiraamatu pealkirjaga „See kõik on üks õppeaine. Juhis ja aktiivtööd ühtseks lähenemiseks seksuaalsuse, soo, HIV ja inimõiguste alasele haridusele“. Suunised koostas töörühm, kuhu kuulusid mitmed valitsusvälised organisatsioonid, sealhulgas IPPF.<sup>17</sup>

Eeltoodu näitab, et viimasel kümnendil on seksuaalhariduse vallas toimunud mitmeid algatusi. Käesolev neist püüab täita Euroopas esineva spetsiifilise lünga, jätkates varasemate ja paralleelsete algatuste tööd.

## 2. Seksuaalsus, seksuaaltervis ja seksuaalharidus

Soo, seksuaalsuse, seksuaaltervise ja seksuaalõiguste kontseptsioone ning nendega seotud mõisteid tõlgendatakse eri riikides ja kultuurides mõnevõra erinevalt.<sup>18</sup> Teistesse keeltesse tõlgituna võidakse neid jällegi erinevalt mõista. Seetõttu on vajalik selgitus selle kohta, kuidas neid kontseptsioone käesolevas dokumendis kasutatakse.

2002. aasta jaanuaris kutsus Maailma Terviseorganisatsioon kokku nõupidamise eesmärgiga määratleda mõned neist mõistetest, kuna neil puudusid rahvusvaheliselt kokkulepitud määratlused.<sup>19</sup> Selle tulemuseks olid soo, seksuaalsuse, seksuaaltervise ja seksuaalõiguste töömääratlused. Kuigi need ei ole ametlikud WHO määratlused, on need WHO veebilehel ära toodud ja neid kasutatakse üha rohkem. Ka käesolevas väljaandes kasutatakse just neid määratlusi.

“Sugu” on termin inimese bioloogiliste omaduste kohta, mis määratlevad inimese kui mehe või naise. Tavakeeles tõlgendatakse seda sõna sageli seksuaaltegevusena või seksuaalkäitumisena (ingl k *sex*).

“Seksuaalsus” on lai kontseptsioon, mida WHO määratleb järgmiselt: „Inimese seksuaalsus on

<sup>14</sup> Vt IPPF (2006a, 2007, Lazarus & Liljestrand 2007).

<sup>15</sup> IPPF (2007), lk 18.

<sup>16</sup> UNESCO (2009a, 2009b).

<sup>17</sup> Vt Rahvastikunõukogu (2009).

<sup>18</sup> Vt ka 1. peatükki.

<sup>19</sup> WHO (2006).



loomulik osa inimese arengust igal tema eluetapil ning hõlmab füüsilisi, psühholoogilisi ja sotsiaalseid komponente [...]”<sup>20</sup>

WHO poolt pakutud põhjalikum määratlus on järgmine.

„**Seksuaalsus** on inimeseks olemise keskne aspekt kogu elu jooksul ning hõlmab tema sugu, sooidentiteete ja soorolle, seksuaalset orientatsiooni, erootikat, naudingut, lähedust ja soojätkamist. Seksuaalsust kogetakse ja väljendatakse mõtetes, fantaasiates, ihades, uskumustes, suhtumistes, väärtushinnangutes, käitumises, tavades, rollides ja suhetes. Kuigi seksuaalsus võib hõlmata kõiki neid dimensioone, ei kogeta või väljendata alati neid kõiki. Seksuaalsust mõjutab bioloogiliste, psühholoogiliste, sotsiaalsete, majanduslike, poliitiliste, eetiliste, õiguslike, ajalooliste, religioosete ja vaimsete tegurite koosmõju.”<sup>21</sup>

See määratlus on mitmel põhjusel väga kasulik. See rõhutab, et seksuaalsus on inimeseks olemise juures keskse tähtsusega; et see pole piiratud teatud vanuserühmadega; et see on lähedaselt seotud sooga; et see hõlmab erinevaid seksuaalseid orientatsioone, ning et see on palju laiem kui soojätkamine. Samuti märgib see määratlus selgelt, et seksuaalsus hõlmab enam kui vaid käitumuslikke elemente ning et see võib tugevasti erineda, sõltuvalt paljudest erinevatest mõjuritest. See määratlus näitab otseselt, et ka seksuaalharidust tuleks tõlgendada palju laiemana ja mitmekülgsemana kui vaid „õpetus seksuaalkäitumise kohta“, milleks seda kahjuks vahel ekslikult peetakse.

Seksuaaltervis määratleti WHO poolt esmakordselt 1972. aastal toimunud kohtumisel<sup>22</sup> ning see kõlas järgmiselt: „Seksuaaltervis ühendab inimese kui seksuaalse olendi kehalisi, emotsionaalseid, vaimseid ja sotsiaalseid aspekte isiksust, suhtlust ja armastust positiivselt rikastaval ja tõhustaval moel“. Kuigi see määratlus on üsnä aegunud, kasutatakse seda siiski veel sageli.

WHO 2002. aasta konsultatsioonil lepidi kokku seksuaaltervise uus määratlus, mis kõlab järgmiselt: „**Seksuaaltervis** on seksuaalsusega seotud kehalise, emotsionaalse, vaimse ja sotsiaalse heaolu seisund; see ei ole mitte üksnes haiguse, puude või häire puudumine. Seksuaaltervis eeldab positiivset ja lugupidavat suhtumist seksuaalsusele ja seksuaalsuhetele ning võimalust nauditavateks ja turvalisteks seksuaalkogemusteks, milles puudub sund, diskrimineerimine ja vägivald. Seksuaaltervise saavutamiseks ja alalhoidmiseks peab austama, kaitsma ja rakendama kõigi isikute seksuaalõigusi.”<sup>23</sup>

See määratlus rõhutab vajadust positiivse lähenemise järele, naudingu olulisust ja seda, et seksuaaltervis hõlmab mitte ainult kehalisi, vaid ka emotsionaalseid, vaimseid ja sotsiaalseid aspekte, kuid see määratlus läheb ka kaugemale. See hoiatab potentsiaalsete negatiivsete aspektide eest ning mainib esmakordselt seksuaalõiguste olemasolu – need kaks teemat olid 1972. aasta määratlusest peaaegu täielikult puudu. Samas ei keskenduta määratluses neile negatiivsetele aspektidele, nagu seda sageli tehakse HIV ja AIDSi alases kirjanduses. Lühidalt, see on tasakaalustatud määratlus.

Seksuaaltervis on üks viiest peateemast 2004. aastal Maailma Tervishoiuassamblee poolt heakskiidetud WHO globaalses reproduktiivtervise strateegias.<sup>24</sup> Tuleb rõhutada, et WHO on alates 1950. aastate algusest kasutanud tervise mõiste jaoks väga laia ja positiivset määratlust ja lähenemist, viidates sellele kui inimese potentsiaalile, mitte vaid haiguse puudumisele, ning hõlmates sellesse nii kehalised,

<sup>20</sup> WHO Euroopa piirkondlik büroo (1999/2001), lk 13.

<sup>21</sup> WHO (2006), lk 10.

<sup>22</sup> WHO (1975).

<sup>23</sup> WHO (2006), lk 10.

<sup>24</sup> WHO (2004), lk 21.

emotsionaalsed, vaimsed, sotsiaalsed kui muud aspektid. Seetõttu leitaksegi, et WHO määratlused on ka seksuaalhariduse määratlemise jaoks aktsepteeritavaks ja kasulikuks lähtekohaks. Niisiis kasutatakse käesolevas dokumendis mõistet „seksuaalervis“, kuid hõlmatakse sellesse ka seksuaalse heaolu tähendus ja arusaam. Seksuaalverist mõjutavad mitte ainult isiklikud, vaid ka sotsiaalsed ja kultuurilised tegurid.

Seksuaalõigused – see hõlmab eelkõige õigust teabele ja haridusele. Nagu eelpool mainitud, koostati 2002. aasta WHO kohtumisel ka seksuaalõiguste määratluse tööversioon, mis kõlab järgmiselt.

„**Seksuaalõigused** hõlmavad inimõigusi, mida juba tunnustatakse riiklikes seadustes, rahvusvahelistes inimõiguste alastes ja muudes konsensusdokumentides. Seksuaalõiguste hulka kuuluvad kõigi inimeste järgmised sundusest, diskrimineerimisest ja vägivallast vabad õigused:

- parimale seksuaalverisele, sealhulgas juurdepääsule seksuaal- ja reproduktiivtervise teenustele;
- otsida, saada ja edasi anda seksuaalsusega seotud teavet;
- saada seksuaalharidust;
- kehalisele puutumatusetele;
- valida oma partner;
- otsustada, kas olla või mitte olla seksuaalselt aktiivne;
- konsensusel põhinevatele seksuaalsuhetele;
- konsensusel põhinevale abielule;
- otsustada, kas ja millal saada lapsi;
- elada rahuldustpakkuvat, turvalist ja nauditavat seksuaalelu.

Inimõiguste vastutustundlik teostamine eeldab, et kõik isikud austavad teiste õigusi.”<sup>25</sup> Kuigi see on vaid seksuaalõiguste määratluse tööversioon, kasutatakse seda käesoleva dokumendi lähtekohana, sest sellesse hõlmatud elementidele on tugev toetus kogu Euroopas. Samuti on oluline märkida, et sellesse määratlusesse on selgesõnaliselt kaasatud õigus teabele ja haridusele.

Siiski on siin vajalik teatav ettevaatus. Mõned nimetatud õigustest lähtuvad ilmselgelt täiskasvanud isikutest. See tähendab, et kõik need õigused ei kohaldu automaatselt lastele ja teismeliste. Muuhulgas on näiteks ilmne, et õigus konsensusel põhinevale abielule ei kohaldu veel lastele ega teismeliste. Lapse õigust teabele tunnustab ka ÜRO **lapse õiguste konventsioon**, mis koostati 1989. aastal ja mille on nüüdseks ratifitseerinud valdav enamus liikmesriike. Selles sätestatakse sõnaselgelt õigus väljendusvabadusele ning vabadusele otsida, saada ja anda mis tahes liiki teavet ja ideid (artikkel 13). Artikkel 19 viitab liikmesriikide kohustusele tagada lastele haridus, et kaitsta neid muuhulgas seksuaalse väärkohtlemise eest.<sup>26</sup>

---

<sup>25</sup> WHO (2006), lk 10.

<sup>26</sup> ÜRO (1989).

### **Lühike kõrvalepõige: lähisuhete kodanikuõigused**

Käesoleva dokumendi kontekstis on kasulik tuua sisse lähisuhete kodanikuõiguste kontseptsioon, mis käsitleb seksuaalõigusi sotsiaalteaduste vaatenurgast.

Käesoleval ajal kutsuvad sotsiaalteadustega ja seksuaalsete uuringutega tegelevad uurijad üles kehtestama tänapäeva seksuaalse moraalina moraalsed läbirääkimised. Selle moraali põhimõtteks on, et vastastikuse nõusoleku küsimusi tuleks arutada võrdse staatuse, õiguste ja võimutasemega küpsete osapoolte vaimus. Selle üheks oluliseks eeltingimuseks on, et osapooltel peab kujunema ühine arusaam sellest, mida tähendab „nõusolek“ ja nad peavad olema teadlikud oma tegude tagajärgedest – eriti suhetes ja seksuaalkäitumisel.

Kui see eeltingimus on täidetud, siis saab kasutada lähisuhete kodanikuõiguste kontseptsiooni. See on sotsioloogiline kontseptsioon, mis kirjeldab kodanikuõiguste teostamist kodanikuühiskonnas. Selle aluseks on moraalsete läbirääkimiste põhimõte. Lisaks seksuaalsusele hõlmab see seksuaalseid eelistusi, seksuaalseid orientatsioone, erinevaid mehelikkuse ja naiselikkuse vorme, erinevaid suhevorme ja erinevaid peremudeleid. Seega kattub mõiste „lähedus“ suuresti käesolevas dokumendis väljapakutud seksuaalsuse laia mõistega. Lähisuhete kodanikuõigused keskenduvad sotsiaalsele ja majanduslikule võrdõiguslikkusele üksikisikute vahel, kes säilitavad oma elus autonoomsuse ja austavad samal ajal teiste piire.<sup>27</sup>

Lähisuhete kodanikuõiguste nõudmised üksikisikule kajastuvad ühiskonna tasandil inimõigustes ja seksuaalõigustes. Nende õiguste teostamine eeldab austust, ning soolise võrdõiguslikkuse ja üksikisiku sundusest ja ärakasutamisest vaba seksuaalse autonoomia tunnustamist. Üksikisiku seksuaalõiguste tunnustamine ja arvestamine on hädavajalik, kui tahame neid õigusi ka teiste puhul edendada ja kaitsta.<sup>28</sup>

Seetõttu on tsentraalse hariduspoliitika ülesandeks seksuaalõigustega seoses rõhutada seda, kui tähtis on õpetada ja propageerida peresiseselt, koolides ja õppeasutustes konkreetseid õpi- ja analüüsiõigusi. See võimaldab lastel ja noortel – homsetel täiskasvanutel – edaspidi partneritega läbi rääkides autonoomia ja nõusoleku küsimustega edukalt toime tulla.

Samuti on oluline võime oma tundeid, mõtteid ja tegusid sõnades väljendada ning nende üle järele mõelda. Holistiline ja eakohane seksuaalharidus on eriti sobilik vastavate teadmiste andmiseks ja kajastamiseks – seega vajalike oskuste omandamiseks.

Hiljuti võttis seksuaal- ja reproduktiivtervise valdkonna juhtiv rahvusvaheline valitsusväline organisatsioon **IPPF** vastu **seksuaalõiguste deklaratsiooni**.<sup>29</sup> Sellel suuresti rahvusvaheliselt aktsepteeritud inimõigustel põhineval deklaratsioonil on sarnane struktuur nagu varasemal laialdast tunnustust leidnud **IPPF seksuaal- ja reproduktiivõiguste hartal**.<sup>30</sup> Ka see deklaratsioon hõlmab õigust haridusele ja teabele.<sup>31</sup>

**Maailma Seksuaaltervise Assotsiatsioon** avaldas 2008. aastal seksuaaltervise deklaratsiooni, mis samuti tunnustab seksuaalõigusi kui esmavajalikke õigusi kõigi inimeste seksuaaltervise saavutamiseks.<sup>32</sup>

Võttes aluseks eelnimetatud ja teised määratlused ning lähtudes holistilisest ja positiivsest lähenemisest, mis moodustab käesolevate standardite aluspõhja, mõistetakse käesolevas dokumendis seksuaalhariduse all järgmist.

<sup>27</sup> Plummer (2001), Schmidt (2004), Weeks (1998).

<sup>28</sup> WHO (2006) ja IPPF (2008), lk 10–11.

<sup>29</sup> IPPF (2008).

<sup>30</sup> IPPF (1996).

<sup>31</sup> IPPF (2008).

<sup>32</sup> Maailma Seksuaaltervise Assotsiatsioon (2008).

**Seksuaalharidus** on õpetus seksuaalsuse kognitiivsete, emotsionaalsete, sotsiaalsete, suhetega seotud ja kehaliste aspektide kohta. Seksuaalharidus algab varases lapseas ning kestab kogu nooruki- ja täiskasvanuea. Laste ja noorte puhul on selle eesmärgiks toetada ja kaitsta seksuaalset arengut. See annab lastele ja noortele järk-järgult teadmised, oskused ja positiivsed hoiakud, et mõista ja nautida oma seksuaalsust, omada turvalisi ja rikastavaid inimsuhteid ning võtta vastutus enda ja teiste inimeste seksuaaltervise ja seksuaalse heaolu eest. See võimaldab neil teha valikuid, mis tõstavad nende elukvaliteeti ja annavad panuse kaastundliku ja õiglase ühiskonna heaks. Kõigil lastel ja noortel on õigus saada eakohast seksuaalharidust.

Käesolevas määratluses keskendutakse peamiselt seksuaalsusele kui inimese positiivsele potentsiaalile ning rahulolu ja naudingu allikale. Selgelt mõistetav vajadus teadmiste ja oskuste järele, mis on vajalikud seksuaalsusega seotud riskide vältimiseks, on tähtsusetult üldise positiivse lähenemise järel teisel kohal. Lisaks peaks seksuaalharidus põhinema rahvusvaheliselt tunnustatud inimõigustel, eelkõige õigusel saada teadmisi, mis on kõrgema prioriteediga kui seksuaalse riskikäitumise ennetamine.

#### **Veel seksuaalhariduse määratlusi UNESCO-lt ja IPPF-ilt**

„Laiapõhjaline seksuaalharidus püüab anda noortele vajalikud teadmised, oskused, hoiakud ja väärtushinnangud, et oma seksuaalsus määratleda ja seda nautida – kehaliselt ja emotsionaalselt, individuaalselt ja suhetes. See käsitleb seksuaalsust holistiliselt ning emotsionaalse ja sotsiaalse arengu kontekstis. See tunnustab, et teabest üksi ei piisa. Noortele peab andma võimaluse omandada esmavajalikud eluoskused ning kujundada positiivsed hoiakuid ja väärtushinnanguid.“<sup>33</sup>

UNESCO ja teiste ÜRO organisatsioonide poolt hiljuti koostatud rahvusvahelises seksuaalhariduse alases tehnilises suunises kirjeldatakse seksuaalharidust järgmisel viisil: „Seksuaalharidus on eakohane ja kultuuriliselt asjakohane lähenemine soo ja suhete alasele õpetusele, andes teaduslikult õiget, realistlikku ja hinnanguvaba teavet. Seksuaalharidus annab võimaluse uurida omaenda väärtushinnanguid ja hoiakuid ning omandada otsuste langetamise, suhtlemise ja riskide vähendamise oskused seoses seksuaalsuse paljude aspektidega.“<sup>34</sup>

## **3. Seksuaalhariduse vajalikkus**

### **3.1 Peamised argumendid seksuaalhariduse poolt**

#### **Seksuaalsus on inimeseks olemise keskne osa**

Kõik inimesed sünnivad seksuaalsete olenditena ja nende seksuaalne potentsiaal peab ühel või teisel moel arenema. Seksuaalharidus aitab noori eluks ette valmistada, eriti seoses rahuldustpakkuvate suhete loomise ja alalhoidmisega, ning aitab kaasa nende isiksuse ja enesemääratluse positiivsele arengule.

#### **Inimestel on õigus teadmistele**

ÜRO lapse õiguste konventsioon<sup>35</sup> sätestab sõnaselgelt õiguse teabele ja liikmesriikide kohustuse tagada lastele haridus.

<sup>33</sup> IPPF (2006b), lk 6.

<sup>34</sup> UNESCO (2009b), lk 2.

<sup>35</sup> ÜRO (1989).

Seksuaalõigused kui seksuaalsusega seotud inimõigused annavad veel ühe raamistiku, mis hõlmab igaühe õigust saada seksuaalharidust. IPPF-i deklaratsiooni artikkel 8 sätestab: „Õigus haridusele ja teabele: eranditult kõigil inimestel on õigus üldisele haridusele ja teabele ning igakülgsel seksuaalharidusele ja teabele, mis on vajalik ja kasulik kodanikuõiguste ja võrdõiguslikkuse täielikuks teostamiseks isiklikus, avalikus ja poliitilises elus“.<sup>36</sup>

Inimõigused on juhtpõhimõtteks ka WHO reproduktiivtervise strateegias, millega soovitakse kiirendada rahvusvaheliste arengusuundade ja sihtide saavutamist<sup>37</sup> ning kus seksuaaltervise edendamine on üks viiest põhiaspektist.

Maailma Seksuaaltervise Assotsiatsioon tunnistab samuti seksuaalõigusi kui lahutamatu osa põhilistest inimõigustest ning seetõttu võõrandmatut ja universaalset õigust.<sup>38</sup> Oma hiljutises väljaandes pealkirjaga „Aastatuhande seksuaaltervis“<sup>39</sup> esitab assotsiatsioon idee, et seksuaaltervist on vaja propageerida kui esmavajalikku strateegiat aastatuhande arengueesmärkide saavutamiseks. Tuuakse välja kaheksa niisugust arengueesmärki, millest neljas on universaalne juurdepääs igakülgsel seksuaalharidusele ja teabele. Seksuaaltervist on võimalik saavutada ainult juhul, kui kõigil inimestel, sealhulgas noortel on kogu elu jooksul juurdepääs seksuaalharidusele ning seksuaaltervise alasele teabele ja teenustele.<sup>40</sup> Hirm, et seksuaalharidus võib tuua kaasa noorte sagedasema või varasema seksuaalelu, ei ole õigustatud ja seda näitavad uuringute tulemused.<sup>41</sup>

### **Mitteformaalne seksuaalharidus on kaasaegse ühiskonna jaoks ebapiisav**

Nagu eelpool selgitatud, on lapsevanemad, teised pereliikmed ja muud mitteformaalsed allikad inimsuhete ja seksuaalsuse kohta õppimisel olulised, eriti nooremates vanuserühmades. Samas jääb sellest kaasaegses ühiskonnas sageli väheks, sest neil mitteformaalsetel allikatel endil on sageli puudu vajalikest teadmistest, eriti kui vajatakse keerukat ja tehnilist teavet (näiteks rasestumisvastaste vahendite toimimise või seksuaalsel teel levivate haiguste levikuteede kohta). Lisaks eelistavad murdeealised noored sageli õppida teistest allikatest, mitte oma vanematelt, sest viimased tunduvad neile liiga lähedal seisvat.

### **Kaasaegse meedia mõju**

Kaasaegne meedia, eelkõige mobiiltelefonid Internet on väga lühikese aja jooksul muutunud olulisteks teabeallikateks. Kuid suur osa sealt saadavast teabest, eriti mis puudutab seksuaalsust, on moonutatud, tasakaalust väljas, ebarealistlik ja sageli halvustav, eriti naiste suhtes (pornograafia Internetis). Seetõttu on tekkinud uus põhjendus seksuaalharidusele, nimelt vajadus tasakaalustada ja korrigeerida eksitavat teavet ja kuvandeid, mida esitab meedia.

### **Vajadus edendada seksuaaltervist**

Kogu inimkonna ajaloo vältel on seksuaalsust nähtud ka ohuna inimeste tervisele: ravimatud seksuaalsel teel levivad haigused ja soovimatud rasedused olid varem suureks ohuks, mis seksuaalsuhetega seonduis. 21.

<sup>36</sup> IPPF (2008), vt ka peatükki 2.

<sup>37</sup> WHO (2004), lk 21.

<sup>38</sup> Maailma Seksuaaltervise Assotsiatsioon (1999).

<sup>39</sup> Vt Maailma Seksuaaltervise Assotsiatsioon (2008), lk 2.

<sup>40</sup> Maailma Seksuaaltervise Assotsiatsioon (2008), lk 4–5.

<sup>41</sup> Dokumendis UNESCO (2009a) (köide 1, lk 13–17) toodud ülevaade uuringute tulemustest näitab selgelt, et enamiku uuringute kohaselt lükkab seksuaalharidus sageli edasi esimese seksuaalvahekorra aega, vähendab seksuaalkontaktide sagedust ja seksuaalpartnerite arvu ning parandab ennetavat seksuaalkäitumist.

sajandil on need ja teisedki terviseriskid ennetatavad ja mitte ainult seetõttu, et on olemas vajalikud teadmised, vaid ka seetõttu, et seksuaalsus on palju vähem tabuteema ja seetõttu saab sellest ennetamise huvides rääkida. Niisiis täidab seksuaalharidus äärmiselt vajalikku ülesannet – edendada seksuaaltervist.

Tänapäeval väärtustatakse seksuaal- ja reproduktiivtervist väga kõrgelt ka globaalsel tasandil. Kaheksast rahvusvaheliselt tunnustatud aastatuhande arengueesmärgist kolm (sooline võrdõiguslikkus, emade tervis ning HIV/AIDS) on sellega vahetult seotud. Seksuaalharidusega saab nende universaalsete arengueesmärkide saavutamisele palju kaasa aidata.

### 3.2 Laste psühhoseksuaalne areng

Selles peatükis põhjendatakse vajadust alustada seksuaalharidusega varakult ning selgitatakse, miks teatud teemasid teatud vanuses käsitletakse. Kaks seksuaalhariduse valdkonnas tuntud organisatsiooni, SENSOA Belgias ja Rutgers Nisso Grupp Madalmaades, andsid käesoleva dokumendi jaoks kasutada oma materjalid, mida on siin lühendatud ja veidi kohandatud.<sup>42</sup> Teaduslik kirjandus, millel käesolev peatükk põhineb, on ära toodud kirjanduse loetelu osas B.

Psühholoogia, eriti arengupsühholoogia on näidanud, et lapsed sünnivad seksuaalsete olenditena ja nende seksuaalsus areneb erinevate etappidena, mis on seotud lapse üldise arenguga ja sellega seonduvate arenguülesannetega. Need seksuaalse arengu etapid tuuakse siin üksikasjalikult ära, selgitamaks eelmainitud vajadust alustada seksuaalharidusega varakult ja näitamaks, kuidas konkreetseid teadmisi, oskusi ja hoiakuid tutvustatakse lapsele kooskõlas tema arenguga. Ideaaljuhul tuuakse teemad sisse enne seda, kui laps vastavasse arenguetappi jõuab, et teda toimuma hakkavateks muutusteks ette valmistada (nt tüdruk peaks menstruatsiooni kohta teadma enne, kui ta seda esimest korda kogeb).

Laste ja noorte seksuaalkäitumisest rääkides on väga oluline silmas pidada, et seksuaalsus on laste ja täiskasvanute jaoks erinev ning täiskasvanud ei tohiks laste ja noorte seksuaalkäitumist enda vaatenurgast hinnata. Täiskasvanud omistavad käitumisele seksuaalset tähendust oma täiskasvanulike kogemuste põhjal ning vahel on neil väga raske asju laste pilguga näha. Samas on hädavajalik lähtuda just nende vaatenurgast.

Inimestel on oma arengu erinevatel etappidel oluline ja aktiivne roll. Seksuaalsuse ühendamine oma isiksuse muude aspektidega, näiteks eneseväarikuse, suhtekompetentsi ja kiindumuse arenguga, on noorte jaoks oluline arenguülesanne. Samuti mõjutavad kõiki seksuaalse arengu muutusi bioloogilised, psühholoogilised ja sotsiaalsed tegurid: inimestel tekib oma kogemuste põhjal arusaam sellest, milline seksuaalkäitumine, millal ja kellega, on „sobilik“, millised tulemusi ja reaktsioone oodata ja kuidas nad peaksid selle osas end tundma.

Seksuaalkäitumise, sellega seotud tunnete ja tajude areng algab juba enne inimese sündi ja jätkub kogu elu jooksul. Hilisemate seksuaalsete tajude eelkäijad, näiteks võime nautida kehalist kontakti, on olemas sünnist saadik. Inimese seksuaalset ja isiklikku arengut märgivad neli põhilist valdkonda (teadmiste kategooriat), mida laps kogeb juba väga varakult seoses oma vajaduste, keha, suhete ja seksuaalsusega: kas lapsel saab tekkida põhiusaldus, et tema näljale ja janule reageeritakse ning tema kehaline lähedus ja turvalisus tagatakse? Kas tema tundeid tunnistati ja aktsepteeriti? Mida ta õppis oma suhetest vanematega ja õdede-vendadega? Milliseid kogemusi ta sai? Kas ta õppis end oma kehas hästi tundma, seda armastama ja selle eest hoolitsema? Kas teda aktsepteeriti tüdrukuna või poisina? Ükski neist kogemustest ei ole kitsalt

<sup>42</sup> Vt Rutgers Nisso Groep (2008) ja Frans E & Franck T (2010).

võttes seksuaalne, kuid need on aluseks inimese iseloomu ja seksuaalsuse arengule.

Tavaliselt toimub laste ja noorte seksuaalkäitumine üksikisiku tasandil või kaaslaste vahel, mängimise või suhtlemise kontekstis – see on võimalus enda ja teiste uurimiseks. Nii saavad lapsed ja noored teada, mis neile meeldib ja mis ei meeldi, nii õpivad nad lähedusega toime tulema ja saavad selgeks reeglid selle kohta, kuidas seksuaalsetes olukordades käituda. Samamoodi kujunevad ka nende normid ja väärtushinnangud seoses seksuaalsusega.

Juba varasest east antakse meedia, lapsevanemate ja teiste õpetajate poolt edasi igasuguseid väärtushinnanguid ja käitumisnorme (nii soopõhiseid kui üldiseid). Igal erineval eluetapil väljendub seksuaalsus erineval viisil ja omandab erineva tähenduse.

Toimivate suhtlusoskuste väljakujunemine on inimese seksuaalelu jaoks keskse tähtsusega ning suuresti mõjutavad seda tema isiklikud kogemused. Pere taust, suhtlus kaaslastega, seksuaalharidus, autoerootilised kogemused ja esimesed seksuaalkogemused on kõik inimese seksuaalsete tajude ja tunnete, motivatsiooni, hoiakute ja suhtlusvõime kujunemisel määrava tähtsusega.

Neil kogemustel on oma otstarve. Need annavad raamid oma tunnete ja käitumise mõistmiseks ning teiste käitumise tõlgendamiseks. Selle käigus õpivad lapsed ja noored tundma ka piire.

Kuna seksuaalsuse kohta eksisteerib lai valik erinevaid arvamusi, siis on seda tõenäolisem, et inimene realiseerib oma individuaalseid valikuid ja otsuseid. Pealegi algab bioloogilise küpsemise protsess tänapäeval varem ning seksuaalsus on meedias ja noortekultuuris palju tugevamalt esindatud. See tähendab, et õpetajad ja lapsevanemad peavad tegema suuremaid pingutusi, et aidata lastel ja noortel ja oma seksuaalsuse arenguga toime tulla.

## Seksuaalne areng

### Esimesed 10 eluaastat

Esimese kuue eluaasta jooksul arenevad lapsed kiiresti täielikust sõltuvusest oma vanematest nn. piiratud sõltumatusse. Neil tekib teadlikkus oma kehast. Lastel on seksuaalseid tundeid isegi varases imikueas. Teise ja kolmanda eluaasta vahel avastatakse meeste ja naiste vahelised kehalised erinevused. Sel ajal hakkavad lapsed oma keha avastama (suguelundite puudutamine, enesestimuleerimine) ja nad võivad proovida ka oma sõprade keha uurida (arsti mängimine). Lapsed saavad oma keskkonna kohta teadmisi eksperimenteerides ja seksuaalsus ei erine selles osas muudest valdkondadest. Ulatuslike vaatlusuuringutega on leitud kõigile lastele omane seksuaalkäitumine, mis kinnitab, et seda tüüpi käitumine on normaalne.

Uurides oma seksuaalseid tundeid ning esitades küsimusi, õpivad lapsed seksuaalsuse kohta. Alates kolmandast eluaastast saavad nad aru, et täiskasvanud hoiavad seda teemat saladuses. Nad katsetavad täiskasvanute piire, näiteks ette hoiatamata lahti riietudes või seksuaalse tähendusega sõnu kasutades. Väikesed lapsed on äärmiselt uudishimulikud ja küsivad väga palju küsimusi. Sedamööda, kuidas nende enesekesksus järk-järgult väheneb, suudavad nad aina enam end teiste asemele panna. Keeleoskuse arenedes jääb kehaline kontakt enamasti tahaplaanile. Vanematel lastel hakkab kujunema häbitunne ja sageli mõjutab seda ühe tegurina peretaust.

Kuueaastaselt on lapsed ikka veel väga uudishimulikud, kuid hakkavad märkama, et täiskasvanud ei ole nende küsimustele enam nii vastuvõtlikud kui nad seda väidavad. Et rohkem teada saada, pöörduvad nad oma kaaslaste poole. Algkoolieas muutuvad lapsed introvertsemaks ja rõhutatult kombekamaks.

Seksuaalsus on tagaplaanil ja nende moraalne areng soodustab kasvavat häbitunnet oma seksuaalsuse suhtes. Sellel etapil toimuvad seksuaalset mängud. Seda on leitud kolmandikul kaheksa-aastastel poistel ja see protsent kasvab koos vanusega. Üldiselt on seksuaalne aktiivsus tüdrukute hulgas madalam, kuid ka nende seksuaalne huvi kasvab sedamööda, kuidas nad vanemaks saavad. Lastele (alates viiendast eluaastast ja eriti seitsme-kaheksa aastasel) meeldib oma suguelundeid näidata ja nad tahavad ka teiste laste omi vaadata. Nende peamiseks motivatsiooniks on uudishimu ja soov teadmisi saada. Laste seksuaalsus on palju mitmekesisem kui keskmisel täiskasvanul. Seda võib lugeda üheks aspektiks sensuaalsuse arengus, mis omakorda on osa psühholoogilisest, sotsiaalsest ja bioloogilisest arengust.

### **Elteismeliste huvide muutumine ning seksuaalne areng murdeeas**

Vanuses 11 kuni 13 eluaastat muutuvad elteismeliste laste huvid ning nad hakkavad rohkem keskenduma üksikasjalikule teabele keha ja suguelundite kohta, eriti vastassoo kohta. Murdeeas lisandub sotsiaalsele identiteedile oma psühholoogilise identiteedi otsing. Teismelised mõtlevad oma isikuomaduste ja olulisuse üle ning otsivad oma kohta maailmas. Murdeeas suurenevad ka teismeliste intellektuaalsed võimed ja toimub nende moraalne areng.

Murdeeas kiireneb laste seksuaalne areng. Seksuaalsusega seotud tajud ja motivatsioonid omandavad sotsiaalse mõõtme: koos teistega ja teiste kaudu. Samuti käib täie hooga seksuaalne küpsemine. Poiste ja tüdrukute vahelised erinevused muutuvad märgatavamaks. Samasoolised sõbrad on murdeea alguses olulised, et oleks, kellega rääkida, samuti hakatakse tegema lähenemiskatseid vastassoole. Murdeea käigus tekib ebakõla kehalise ja psühholoogilise arengu vahel.

Sellel eluetapil läbivad noored põhjaliku läbimõtlemiss perioodi. Järk-järgult õpivad nad mõtlema asjadest, mis ei ole käegakatsutavad ja sündmustest, mida nad ei ole isiklikult kogunud. Ka eneseanalüüs muutub võimalikuks. Lisaks omandavad noored võime üksikuid omadusi tervikuks kombineerida ning see võimaldab mõelda probleemidest lahenduskeskselt.

Vanuses 12 kuni 20 eluaastat areneb järk-järgult välja noorte seksuaalne orientatsioon. Samal ajal kujunevad välja ja arenevad edasi nende seksuaalsed eelistused.

Et anda selgem ülevaade konkreetsetest arenguetappidest – millel põhineb ka 2. osas kasutatav seksuaalhariduse maatriks –, toome siinkohal ära järgmise esituse, mis võtab eeltoodu täpsemalt kokku.

### **1. etapp: 0–3 eluaastat**

Avastamine ja uurimine

*Imikud:* 0 ja 1 aastat (avastamine)

- Laste seksuaalne areng algab **sünnist**.
- Imikud keskenduvad täielikult oma **meeltele**: nad puudutavad, kuulavad, vaatavad, maitsevad ja nuusutavad. Oma meelte kaudu on imikutel võimalik kogeda mugavat ja ohutut tunnet. Imiku **süles hoidmine** ja hellitamine on väga oluline, sest see paneb aluse tema tervislikule sotsiaalsele ja emotsionaalsele arengule.
- Imikud avastavad aktiivselt ümbritsevat maailma. Seda näitab asjaolu, et nad lutsutavad mänguasju (puutetaju), vaatavad inimeste nägusid ja liikuvaid voodikarusselle (nägemine) ning kuulavad muusikat (kuulmine). Imikud avastavad ka oma keha. Nad puudutavad end sageli, vahel ka oma **suguelundeid**. See juhtub pigem juhuslikult kui tahtlikult.



*Mudilased:* 2 ja 3 eluaastat (uudishimu /oma keha uurimine)

- Mudilastel tekib **teadlikkus** iseendast ja oma kehast. Samuti õpivad nad, et näevad välja teistsugused kui teised lapsed ja täiskasvanud (neil areneb oma minapilt).
- Mudilased õpivad, et nad on **poisid või tüdrukud** (neil areneb oma sooidentiteet).
- Mudilased hakkava tunda suurt huvi enda **keha** ja ümbritsevate inimeste kehade vastu. Sageli uurivad nad üksikasjalikult oma keha ja suguelundeid ning näitavad neid ka teistele lastele ja täiskasvanutele.
- Mudilased hakkavad tahtlikult oma suguelundeid puudutama, sest see tekitab neile hea tunde.
- Mudilastel on veel ikka suur vajadus **kehalise kontakti** järele. Neile meeldib süles istuda ja nad naudivad kaisutamist.
- Nad hakkavad õppima ka seda, **mida tohib ja mida ei tohi** (sotsiaalsed normid).

## **2. etapp: 4–6 eluaastat**

Reeglite õppimine, mängimine ja sõprussuhete loomine

- Lapsed puutuvad rohkem kokku suurte rühmadega (lasteaias ja koolis). Nad saavad aina rohkem teada, kuidas nad „**peaksid**“ käituma (sotsiaalsed reeglid).
- Nad õpivad ära, et täiskasvanud **panevad pahaks**, kui nad end avalikus kohas paljastavad või ennast või kedagi teist puudutavad. Seetõttu muutub avalikes kohtades alasti käimine ja oma suguelundite puudutamine harvemaks.
- Enda ja teiste inimeste kehade uurimine väljendub rohkem **mängude** kontekstis (seksuaalsed mängud): lapsed mängivad ema ja isa ning ka arste ja õdesid, alguses avalikult, aga hiljem sageli salaja, sest nad õpivad, et avalikus kohas alasti olla pole lubatud.
- „**Roppude sõnade etapp**“: lapsed avastavad piire. Nad märkavad, et neid ümbritsevad inimesed reageerivad teatud sõnade ütlemisele. See on põnev ja lõbus ning nad kordavad neid sõnu veel.
- Selles vanuses on lapsed väga huvitatud **soojätkamisest** ja küsivad lõputult selliseid küsimusi nagu „kust lapsed tulevad?“.
- Enamik lapsi hakkavad oma keha suhtes häbelikkust tunda ja piire tõmbama.
- Lapsed teavad, et nad on **poisid või tüdrukud** ja et see jääb alati nii.
- Neil tekivad selged arusaamad selle kohta, „mida poisid teevad“ ja „mida tüdrukud teevad“ (**soorollid**). Lapsed **sõbrunevad** teiste lastega: mõlemast soost või vahel ka ainult teiste poiste või tüdrukutega (oma soo esindajatega).
- Selles vanuses lapsed seostavad sõprust ja meeldimist sageli „**armumisega**“. Näiteks ütlevad nad sageli, et on armunud oma emasse, õpetajasse või küülikusse. Tavaliselt ei ole sellel midagi pistmist seksuaalsuse ja iha tunnetega. See on lihtsalt nende viis öelda, et nad on kellessegi kiindunud.

## **3. etapp: 7–9 eluaastat**

Häbi ja esimene armastus

- Lapsed võivad hakata end teiste inimeste juureolekul alasti olles **ebamugavalt tunda**. Nad ei taha enam täiskasvanute juuresolekul riidest lahti võtta ja lõpetavad alasti ringi jalutamise.
- Lapsed **küsiavad vähem küsimusi** seksuaalsuse kohta, mis aga ei tähenda, et nad sellest teemast vähem huvituksid. Nad on märganud, et see on „raske“ teema ja et sellest ei sobi avalikult rääkida.
- Lapsed **fantaseerivad** palju, kasutades seda, mida nad enda ümber näevad (pere, kool, teler jne).

Fantaasia ja reaalsus segunevad sageli. Nad võivad fantaseerida näiteks armastusest, vahel ka kellesegi omasoolisse armunud olemisest.

- Moodustuvad **poiste ja tüdrukute rühmad** ning kumbki pool uurib teist. Poisid arvavad sageli, et tüdrukud on „rumalad“ ja „plikalikud“, samas kui tüdrukud kipuvad arvama, et poisid on „liiga riiakad“ ja püüavad „karmid“ välja näha. Rühmades (klassis, sõprade seas) on nende jaoks sageli oluline näidata, kui täiskasvanud, tugevad ja targad nad on. Lapsed püüavad **üksteisest paremad olla**. Nad tahavad näidata, et teavad midagi vanemate laste ja täiskasvanute maailmast. Üks viis seda teha on näidata, kui palju nad teavad sugudest (ja seksist) ning kasutada seksuaalsusega seotud sõnu. Lapsed mõtlevad välja seksuaalsete sõnadega salmikesi ja räägivad üksteisele seksuaalseid nalju ja anekdoote. Sageli ei mõista nad, mida ütlevad.
- Selles vanuses kogetakse ka **esimesi tundeid** seoses armumisega.

#### **4. etapp: 10–15 eluaastat**

Elteismelise- ja murdeiga

*10 ja 11 eluaastat: elteismeliseiga*

- Saabub **murdeea algus**. Suguhoodoonid muutuvad aktiivseks ning väljenduvad käitumises ja kehalises arengus, kuid ka tajudes ja emotsioonide kõikumises. Tüdrukutel algab murdeiga tavaliselt kaks aastat varem kui poistel. Ilmsed kehalised muutused hõlmavad rindade kasvu ja pikkuse suurenemist.
- Alates 10. eluaastast hakkavad lapsed rohkem **huvituma täiskasvanute seksuaalsusest**. Nad fantaseerivad rohkem seksuaalsusest ning kuulevad ja näevad raamatutes, teleris ja Internetis kõiksugu asju, mis tekitab neis uudishimu. Sellegipoolest võib nende reaktsioon olla rõhutatult kombekas või kõrvaleheitev, kui püüda nendega nende seksuaalsusest rääkida.
- Sellel etapil võidakse teha **esimesed sammud** armastuse suunas: noored hakkavad teineteisega väljas käima ja teineteise suhtes ettevaatlikke lähenemiskaitseid tegema (käest kinni hoidmine, suudlus põsele jne).

*12–15 eluaastat: murdeiga*

- Nüüd algab ka enamikul **poistel** murdeiga. Nende munandid ja peenis hakkavad kasvama, nagu ka kaenlaalused karvad ja kubemekarvad. Tekib kasvuspurt. Nende hääl muutub madalamaks ja näol hakkavad karvad kasvama. Poistel tekib esimene **seemnepurse** 13-aastaselt (keskmise vanus) ning see on märk, et nad on seksuaalselt küpsed ja suudavad lapse eostada.
- Ka tüdrukute areng jätkub. Nende kasvuspurt on lõppenud ja nüüd hakkavad neil kasvama kaenlaaluste karvad ja häbemekarvad. Tüdrukute esimene **menstruatsioon** toimub 12-aastaselt (keskmise vanus) ning see on märk, et nad on seksuaalselt küpsed ja võivad rasedaks jääda.
- **Enese hellitamine ja seksuaalne rahuldamine** võib sagedana, seejuures poiste hulgas rohkem kui tüdrukute hulgas.
- Teismelised võivad oma keha kasvamise suhtes väga suurt **ebakindlust** tunda: „kas see on normaalne?“, „kas ma arenen teiste samavanustega võrreldes liiga aeglaselt?“
- Teismelised peavad oma „uue kehaga“ **harjuma** ning tunnevad sageli piinlikkust ja ebamugavust.
- Noortel kujuneb välja **seksuaalne identiteet**: nad näevad end kui inimesi, kes võivad kellegagi seksuaalvahekorras olla ning seetõttu on nende jaoks oluline olla atraktiivne. Kuna nad on sageli

oma keha suhtes ebakindlad, siis on neil samavõrd puudu ka kindlustundest seoses oma atraktiivsusega (potentsiaalse partneri jaoks).

- Selles vanuses noored on sageli väga tundlikud **teiste arvamusele**: nad võivad kaaslaste poolt mõjutatud olla.
- Samuti hakkavad samas vanuses inimesed neile **seksuaalselt atraktiivsed** tunduma.
- Poisid ja tüdrukud avastavad järk-järgult, kas neile meeldivad poisid või tüdrukud (**seksuaalne orientatsioon**).
- Sageli **armuvad** nad sel ajal esimest korda tõeliselt.
- Nad **flirdivad** üksteisega ja neil on esimesed suhted.
- Nad saavad rohkem kogemusi **suudlemise ja hellitamisega**, ka seksuaalsete hellitustega.

### **5. etapp: 16–18 eluaastat**

Täiskasvanuea lävel

- Noored muutuvad **sõltumatumaks** ja neil on vähem lähedased suhted oma vanematega.
- Noored teavad nüüd kindlamalt, kas nad on **heteroseksuaalsed või homoseksuaalsed**.
- Nad **katsetavad** suhetega.
- Noored saavad **seksuaalkogemusi** suudlemise ja hellitamise näol, mõned varem kui teised.
- Tavaliselt kulgeb noorte „seksikarjäär“ järgmiselt: suudlemine, puudutamine ja hellitamine läbi riiete, alasti hellitused, seksuaalvahekord (heteroseksuaalne) ning lõpuks oraalseks ja vahel anaalseks.
- Nad saavad rohkem kogemusi vastassooga suhtlemise osas: läbirääkimised, kommunikatsioon, **soovide ja piiride** edasiandmine ning austuse ülesnäitamine on kõik olulised teemad.

## 4. Seksuaalhariduse põhimõtted ja tulemused

Holistiline seksuaalharidus toetub järgmistele **põhimõtetele**.

1. Seksuaalharidus on eakohane, vastates noore inimese arengutasemele ja arusaamisvõimele, samuti võtab see arvesse kultuurilist ja sotsiaalset keskkonda ning on sootundlik. See vastab noorte reaalsele elule.
2. Seksuaalharidus põhineb seksuaal- ja reproduktiivõigustel.
3. Seksuaalharidus põhineb holistilisel heaolu kontseptsioonil, mis hõlmab ka tervist.
4. Seksuaalharidus põhineb kindlalt soolisel võrdõiguslikkusel, enesemääramisel ja erinevuste aktsepteerimisel.
5. Seksuaalharidus algab sünnist.
6. Seksuaalharidust tuleb mõista kui panust õiglase ja kaastundliku ühiskonna heaks, võimestades üksikisikuid ja kogukondi.
7. Seksuaalharidus põhineb teaduslikult õigel teabel.

Seksuaalharidus püüab saavutada järgmisi **tulemusi**:

1. Panustamine seksuaalsuse, erinevate elustiilide, hoiakute ja väärtushinnangute suhtes tolerantse, avatud ja austava keskkonna arenemisse.

2. Austus seksuaalsete erinevuste ja sugude erinevuste vastu ning teadlikkus seksuaalsest identiteedist ja soorollidest.
3. Inimeste võimestamine tegemaks teadlikke valikuid, mis põhinevad mõistmisel, ning käitumaks enda, teiste ja oma partneri suhtes vastutustundlikult.
4. Teadlikkus ja teadmised inimese keha, selle arengu ja funktsioonide kohta, eriti seksuaalsuse kohta.
5. Võime areneda seksuaalse olendina, st õppida oma tundeid ja vajadusi väljendama ning kogeda seksuaalsust nauditaval moel, samuti omaenda soorolli ja seksuaalse identiteedi väljakujunemine.
6. Kohase teabe omandamine seksuaalsuse kehaliste, kognitiivsete, sotsiaalsete, emotsionaalsete ja kultuuriliste aspektide kohta, rasestumise vältimise kohta, seksuaalsel teel levivate haiguste ja HIV ennetamise kohta ning seksuaalvägivalla ennetamise kohta.
7. Vajalike oskuste omandamine seksuaalsuse ja suhete kõigi aspektidega toimetulemiseks.
8. Teabe omandamine olemasoleva nõustamise ja tervishoiuteenuste ja nende külastamise kohta, eriti seksuaalsusega seotud probleemide ja küsimuste korral.
9. Järelemõtlemine seksuaalsuse ning erinevate normide ja väärtushinnangute üle seoses inimõigustega, et kujundada välja omaenda hoiakud.
10. Võime luua (seksuaal-)suhteid, mis põhinevad vastastikusel mõistmisel ja teineteise vajaduste ja piiride austamisel ning võime omada võrdväärseid suhteid. See aitab vältida seksuaalset väärkohtlemist ja vägivalda.
11. Võime rääkida seksuaalsusest, tunnetest ja suhetest ning selleks vajaliku sõnavara olemasolu.

## 5. Sihtrühmad ja partnerid

Seksuaalhariduse sihtrühmad ja partnerid võivad omavahel vahelduda ja sageli ka kattuvad. Üheks näiteks on siin noored ise: nad on enamasti sihtrühmaks, kuid võivad olla ka „noored noortele“ meetodil õpetajateks-partneriteks.

### **Seksuaalharidus on elukestev protsess**

Seksuaalharidus on elukestev protsess, kuid kõige vajalikum on see lapsepõlves ja noorukieas. Seksuaalharidus peab olema kohandatud erinevatele vanuserühmadele ja erinevatele sotsiaalsetele rühmadele, sest seksuaalsus on oluline küsimus kõigi inimeste elus. Erilist tähelepanu tuleb pöörata haavatavatele noortele, nagu sisserrännanud, seksuaalvähemused, puudega inimesed ja vähese haridusega inimesed. Kõigiga arvestava seksuaalhariduse väljatöötamiseks on hädavajalik omada teadmisi sihtrühmade seksuaal- ja reproduktiivtervisealastest vajadustest.

Seksuaalharidust tuleb edastada kaasaval viisil. Selleks peavad teadlased, poliitikakujundajad, õpetajad ja sihtrühmade esindajad viljakat koostööd tegema.

### **Olulised on nii otsesed kui kaudsed partnerid**

Koolipõhine seksuaalharidus on sobib suure osa laste ja teismelisteni jõudmiseks, kuid selle ülesande edukas elluviimine eeldab erinevaid partnereid. Seksuaalhariduse otsesteks partneriteks on lapsevanemad ja muud hooldajad, sotsiaaltöötajad, eakaaslaste esindajad ja noored ise, samuti meedikud ja nõustajad – inimesed,

kes laste ja noortega vahetult kokku puutuvad. Teisest küljest on seksuaalhariduses oluline roll ka kaudsetel partneritel nagu otsustajad, toetajad ja aktivistid, sealhulgas mittetulundusühingud, poliitikakujundajad, kogukonnajuhid, ülikoolid ning õigus- ja teadusasutused.

Potentsiaalsed partnerid on ka usu- ja kultuurilised organisatsioonid ning noorteorganisatsioonid – see, kas nad on otsesed partnerid (vahetus kokkupuutes noortega) või kaudsed partnerid, sõltub olukorrast ja kontekstist. Võrgustikutöö, teabevahetus ja koostöö selliste organisatsioonide ja asutustega on soovitatav, et tegeleda rühmadega, kelle jaoks kool ei pruugi olla ainus tõhus seksuaalhariduse kanal (sisserännanud, kultuurivähemused jne).

Kaasav lähenemine viib tõestatult paremate tulemusteni. Seksuaalhariduse planeerimine peab hõlmama oluliste partnerite tuvastamist ja kaasamist. Siinkohal on siiski oluline märkida, et partnereid tuleb koolitada, enne kui nad suudavad kvaliteetsesse seksuaalharidusse tõhusa panuse anda.

## 6. Kuidas seksuaalharidust edastada

Seksuaalhariduse peamiseks eelduseks – mis võib tunduda liiga lihtne, kuid mida sellegipoolest sageli eiratakse – on, et see vajab koolis konkreetset kohta ja seda tuleb õppekavas läbivalt üsna suure detailsusega kajastada. Seksuaalhariduse toimumiseks on vaja ruume, aega ja koolitatud personali.

Kuid isegi kui need eeldused ei ole paigas, saab seksuaalharidust siiski ellu viia.

### 6.1 Seksuaalhariduse seitse iseloomulikku joont

Nagu eelpool märgitud, hõlmab holistiline seksuaalharidus laia teemaderingi, mis seonduvad seksuaalsuse kehaliste, emotsionaalsete, sotsiaalsete ja kultuuriliste aspektidega. Seksuaalharidus ei tohiks piirduda vaid haiguste ennetamisega, vaid peaks kaasama need aspektid laiemasse, mittehinnangulisse lähenemisse; lisaks ei tohi see põhineda hirmutamisel. Seega eeldatakse positiivset suhtumist seksuaalsesse heaolusse. Selline holistiline arusaam seksuaalharidusest eeldab seda, et valitakse ka õppemeetodid, mis sobivad erinevat tüüpi õppijatele ja erinevatele mõtteviisidele.

Seksuaalhariduse puhul tuleb järgida olulist nõuet, et õpilased peavad end alati turvaliselt tundma: nende privaatsust ja piire peab austama. Kuigi neid julgustatakse olema avatud, ei tohiks klassiruumis isiklike kogemusi jagada, sest need ei ole üldiseks arutamiseks ja võivad jagaja ebamugavasse olukorda seada. Tuleb luua usalduslik õhkkond, kokku leppides reeglid, millega kogu rühm nõustub. Samuti soodustab õpilaste turvatunnet see, kui seksuaalharidust edastatakse sootundlikult.

Eelnevast lähtudes peaks seksuaalharidus püüdma järgida alljärgnevat.

- 1) Seksuaalhariduse kvaliteeti tõstab süstemaatiline **noorte osalus**. Õppijad ei ole seksuaalhariduse passiivsed vastuvõtjad, vaid neil on seksuaalhariduse organiseerimisel, edasiandmisel ja hindamisel aktiivne roll. See tagab, et seksuaalharidus on noorte vajadustele orienteeritud ning ei lähtu ainult õpetajate poolt ette määratud kavast. Noored noortele põhimõttel seksuaalhariduse edastamine kui üks võimalik noorte kaasamise viis on erinevates kontekstides edukaks osutunud, eriti kui püütakse jõuda raskesti ligipääsetavate rühmadeni. Kuid siin on oluline arvestada, et ka noored vajavad seksuaalhariduse edasiandmiseks koolitust.

- 2) Seksuaalharidust tuleb anda **interaktiivsel** viisil. Interaktsioon ühelt poolt õpetajate/koolitajate ja õppekava koostajate ning teiselt poolt õpilaste vahel toimub mitmel tasandil ja algab arusaamisest, et õpilastesse tuleb suhtuda kui partneritesse. Nende kogemusi tuleb arvesse võtta ning nende vajadused ja soovid on seksuaalhariduse teemade ja küsimuste määratlemisel keskse tähtsusega.

Seksuaalharidust tuleb anda lastele/noortele kohase keelekasutusega ning see peab võimaldama õpilastel adekvaatse sõnavara omandada, et tõsta nende suhtlusoskust seoses seksuaalsusega. Suhtlus on seksuaalhariduse puhul kesksel kohal; praktikas tähendab see, et koolitaja peab loobuma oma kesksest positsioonist ja tegutsema pigem abistajana, et võimaldada õpilaste vahelist mõtestatud suhtlust ning stimuleerida arutelusid. Nii saavad õpilased ise oma seisukohad määratleda ja oma hoiakute üle mõelda.

Samavõrd tähtis on ka see, et interaktiivne töö tähendab klassiruumis erinevate meetodite kasutamist, et sobituda erinevate õppimisstiilidega ja kasutada kõiki meeli. Muusika ja näitekunst võimaldavad erinevaid õppimise viise ja köidavad õppijaid vahetumal moel.<sup>43</sup>

- 3) Seksuaalharidust antakse **läbivalt õppekavas** ja see põhineb arusaamal, et seksuaalne areng on elukestev protsess. Seksuaalharidus ei ole ühekordne sündmus, vaid protsess, mida kohandatakse erinevate olukordadega õppijate elus. Sellega on tihedalt seotud eakohasuse: samu teemasid käsitletakse korduvalt, esitades teavet vastavalt õppija muutuvale vanusele ja arenguetappidele. Paralleelselt peavad olema kättesaadavad tervishoiu- ja nõustamisteenused (nt noorte nõustamiskeskused), mis on „noortesõbralikud“ - arvestavad noorte vajadustega ning on kergesti ligipääsetavad ja konfidentsiaalsed. Noored peavad neist teenustest teadma ning neil peavad kujunema vastastikusel austusel ja usaldusel põhinevad suhted neid teenuseid osutavate töötajatega, et nad tunneksid, et saavad vajadusel nõu ja abi.
- 4) Seksuaalhariduse jätkuvust ajas täiendab koostöö koolisiseste ja –välise partneritega. Kooli seksuaalharidus seotakse näiteks tervishoiuteenuste ja nõustamiskeskustega, nimetades siinkohal vaid kahte. Koolikeskkonnaga haakuvus kitsamas mõttes tuleb seksuaalharidust **lõimida eri ainete vahel** kogu õppekava ulatuses. Erinevate õppeainete raames saab käsitleda erinevaid, kuid ühtviisi olulisi aspekte.
- 5) Seksuaalharidus ei toimu tühjalt kohalt, vaid on tihedas vastastikusel seoses õppijate keskkonnaga ja sihtrühmade konkreetsete kogemustega. Seetõttu on seksuaalharidus **kontekstile orienteeritud** ja pöörab vajalikku tähelepanu õppijate vajadustele. Õppijatel on väga erinevad sotsiaalsed ja kultuurilised taustad, mida tuleb piisavalt arvesse võtta (pole olemas edukat „ühe vitsaga löödud“ lähenemist). Samuti on siin väga olulisteks teguriteks õppijate vanus, sugu, sotsiaalne taust, seksuaalne orientatsioon, arenguetapp ja individuaalne võimekus. Laiema raamistiku annavad konkreetseid õppekavad, mis määravad ära seksuaalhariduse ulatuse ja sisu, ning universaalsed inimõigused, millel seksuaalharidus peab kindlalt põhinema.
- 6) Seksuaalharidus loob tiheda **koostöö lapsevanemate ja kogukonnaga**, et ehitada üles toetav keskkond. Lapsevanemad kaasatakse koolis toimuvasse seksuaalharidusse, mis tähendab, et neid teavitatakse enne seksuaalhariduse toimumist ja neile antakse võimalus väljendada oma soove ja vastakaid

---

<sup>43</sup> Seksuaalhariduse õpetamismeetodite kohta on välja antud põhjalikke ülevaateid, vt näiteks Hedgepeth & Helmich (1996) ning Rahvastikunõukogu (2009).

arvamusi. Koolid ja lapsevanemad on jätkuva seksuaalhariduse protsessis vastastikku toetavad partnerid.

- 7) Seksuaalharidus on **sootundlik**, et võtta piisavalt arvesse erinevatest soost õppijate spetsiifilisi vajadusi ja muresid, näiteks soopõhiseid erinevusi õppimise viisides või seksuaalsuse küsimustega toimetulemise viisides; selleks tuleb valida sobivad meetodid. Üks võimalus seda teha on õpilased ajutiselt nende soolalusel rühmadeks jagada ning määrata õpetajate tiimid, mis koosnevad ühest mees- ja ühest naisõpetajast.

## 6.1 Õpetajate pädevus

Seksuaalhariduse keskmeks on õpetajate pädevus. Samas on oluline rõhutada, et seksuaalharidust andvad õpetajad ei pea olema kõrgetasemelised professionaalid. Õpetajad, kes seksuaalharidust annavad, peaksid ideaaljuhul olema selleks koolituse läbinud. Kui aga koolitatud õpetajaid ei ole võimalik kasutada, siis ei tohiks see saada ettekäändeks seksuaalhariduse ärajätmisele. Seksuaalharidus tuleb siiski ellu viia ja õpetajate koolitamine toimub sellega paralleelselt.

Koolituse korraldamisel peab arvesse võtma, millisel tasandil õpetaja seksuaalharidust andma hakkab – need nõuded varieeruvad sõltuvalt kooli tüübist ja vanuserühmast, nt lasteaiakasvataja vajab teistsugust ettevalmistust kui keskkooliõpetaja.

Pädevad õpetajad peavad olema seksuaalhariduse alase koolituse läbinud ning lisaks peab neil olema selle teema suhtes avatud meel ja tugev motivatsioon seda õpetada: nad peavad eelpool toodud seksuaalhariduse põhimõtetele kindlalt uskuma. See tähendab, et kool ei tohi avaldada survet kellelegi, kes ei taha seksuaalharidust anda. Selle asemel peab õpetajaid stimuleerima ja toetama.

Tähtis eeltingimus on õpetajate valmisolek mõelda järele enda hoiakute üle seksuaalsusse ja ühiskonna väärtushinnangutesse ja normidesse, sest neist saavad õppijatele eeskujud. Seksuaalhariduse õpetajad vajavad toetust ja juhendust ning neil peaks olema juurdepääs supervisioonile.

### **Õpetajad edendavad seksuaalhariduse kaudu oskuste arengut**

Seksuaalharidust andes peaksid õpetajad andma edasi faktid, kuid lisaks aitama õppijatel kujundada kohased hoiakud ja oskused: suhtlemise, läbirääkimiste, eneseanalüüsi, otsuste langetamise ja probleemide lahendamise oskused on kõik seksuaalhariduse südameks. Õpetajad peavad seksuaalküsimustest rääkides püsivalt neutraalset keelekasutust rakendama, et mitte õppijaid solvata ning et nende piire austada. Nad peavad seksuaalharidusele kindlasti inimõiguste pinnalt ja erinevuste aktsepteerimise pinnalt lähenema – seega peavad nad mõistma seksuaalsust ka inimõiguste ja erinevuste alase õppe kontekstis.

Õpetajate roll, arusaamad ja koolitus ning nende tegevuse struktuurne raamistik on kvaliteetse seksuaalhariduse jaoks üliolulised.

## 2. osa: SEKSUAALHARIDUSE MAATRIKS

### 1. Sissejuhatus maatriksisse

#### 1.1 Taust

Seksuaalharidus on laia teemaderingiga ning selle sisu muutub sedamööda, kuidas laps areneb teismeliseks ja edasi nooreks täiskasvanuks. Kolmeaastaselt vajab laps teistsugust teavet ja tuge kui kümme aastat hiljem. Lisaks mõjutab seksuaalharidus seksuaalseid hoiakuid ja seksuaalkäitumist ning aitab inimesel välja kujundada oma seksuaalset minapilti.

Järgnev maatriks on koostatud selleks, et anda ülevaade erinevatest teemadest, mida konkreetses vanuses võiks laste ja noortega käsitleda. **Maatriksi struktuur põhineb vanuserühmadel ja koosneb kaheksast peamisest teemavaldkonnast.** Maatriksit saab kasutada paindlikult kohandades seda vastavalt individuaalsetele või rühma vajadustele. Samuti saab seda kohandada erivajadustega inimestele ja teistele vähemustele. Sellest raamistikust saab õpetaja valida teemasid, mis tema õppijate rühmale eriti huvi pakuvad.

Seksuaalharidus seisneb lisaks teabe edastamisele ka oskuste ja pädevuste omandamises ning isiklike hoiakute kujundamises seksuaalsuse kohta. Selle kaudu aitab seksuaalharidus lastel ja noortel teha teadlikke ja teadmistel põhinevaid otsuseid. Seepärast on iga konkreetse teema juures toodud vastavad teadmised, oskused ja hoiakud.

#### **Teadmised/teave**

Käesolevas maatriksis mõeldakse teadmiste edastamise all tasakaalustatud, igakülgsel ja eakohasel viisil faktide edastamist, näiteks inimese keha, arengu, soojätkamise, seksuaalsuse positiivsete ja negatiivsete aspektide, soovimatu raseduse ennetamise, seksuaalsel teel levivate haiguste ja seksuaalvägivalda kohta. Teadmiste edastamine ei peaks olema kunagi hirmutav ega hukkamõistev. Positiivsel moel teadmiste edastamine võimendab lapsi ja noori ning annab neile teavet mõistmaks oma seksuaalõigusi.<sup>44</sup>

#### **Oskused**

Oskused on maatriksis määratletud kui teemaga seonduva käitumise võime. Seega tähendavad oskused teemaga seotud praktilisi oskusi: mida õppija peaks pärast õppimist oskama teha. Seksuaalhariduses hõlmab see väga erinevaid oskusi, näiteks kuidas suhelda, kuidas läbi rääkida, kuidas oma tundeid väljendada, kuidas soovimatuid olukordi lahendada. Samuti on oluline omandada oskused tõhusaks rasestumisvastaste vahendite kasutamiseks ja seksuaalsel teel levivate haiguste ennetamiseks ning probleemide puhul abi otsimiseks.

#### **Hoiakud**

Hoiakud on maatriksis määratletud kui seesmiselt omaks võetud seisukohad ja väärtused seoses käsitletavate teemadega. Hoiakud moodustavad põhialuse sellele, kuidas me käitume. Lapsevanemad ja õpetajad on kohustatud andma enda käitumise kaudu lastele ja teismelistele kindla hoiakute põhialuse.

---

<sup>44</sup> Seksuaalõigused vastavalt peatükis 2 toodud määratlusele, st mitte kõik seksuaalõigused ei kohaldu automaatselt lastele ja noortele.



Väikelaps peab tundma, et tal on turvaline olla ja et ta on väärtuslik, nagu ka teised inimesed on väärtuslikud. Vanemate laste puhul innustatakse austuse kujunemist erinevuste suhtes ja sedamööda, kuidas lapsed kasvavad teismeliseks ja nooreks täiskasvanuks, õpetatakse neile vastutustunnet enda ja teiste suhtes. Ühe olulise hoiakuna kujundatakse positiivne suhtumine enda seksuaalsusse.

## 1.2 Tugistruktuuride tähtsus

Lisaks teadmistele, oskustele ja hoiakutele vajavad noored ka tugistruktuure, et eakohaste arenguülesannetega edukalt toime tulla. Laste ja noorte küpsemine ei toimu isoleerituna, vaid osana sotsiaalsest ja ühiskondlikust süsteemist, mis kujundab ja mõjutab inimese arengut ja kogemusi. Vastavaid struktuure ei pruugi mõnes riigis reaalselt eksisteerida, mõnikord on vaja olemasolevaid struktuure kohandada noorte vajadustele ja noori teavitada olemasolevatest teenustest. Võimalikud tugistruktuurid on järgmised.

### **Inimestevaheline suhtevõrgustik**

Tuge võivad anda lapsevanemad, pereliikmed laiemalt, sõbrad ja ka professionaalid. Toetus tähendab, et tundeid ja kogemusi saab jagada, et noored leiavad kellegi, kes neid ära kuulab ja neid (neisse) usub. See tähendab ühtlasi, et ka noored ise võivad olla oluliseks toeks oma eakaaslastele.

### **Välised teabeallikad**

Noorte vajadustele kohandatud teabel (veebilehed, voldikud, raamatud jne) ning meedial (ajalehed, Internet, televisioon jne) võib olla oluline roll. Nende kanalite kaudu saab esitleda eeskujusid ja positiivseid näiteid ning pakkuda noortele faktidel põhinevat ja nende vajadustele kohandatud teavet.

### **Õpikeskkond**

See hõlmab lastele ja noortele põhiliste faktide õpetamist, nende õppeprotsessi ja suhtlemise soodustamist ning nende konkreetsetele vajadustele ja küsimustele kohandatud õppematerjalide väljatöötamist. Samuti peab see looma ruumi ja õppimisvõimalused, et lapsed saaksid ohutus ja stimuleerivas keskkonnas omaenda teadmisi ja kogemusi omandada.

### **Teenused ja poliitilised otsused**

Professionaalne nõu ja abi peab olema lastele ja noortele kättesaadav – noortega töötamiseks eri ettevalmistusega asjatundjad oskavad noorte küsimustele vastata ja vajalikku abi osutada. Seadused ja poliitilised otsused peavad kaitsema laste ja noorte õigusi ja turvalisust: noortesõbralikud teenused peavad olema piisavalt rahastatud, noortele kättesaadavad ja saama nende elu osaks.

## 1.3 Miks peaks seksuaalharidus algama juba enne nelja-aastaseks saamist?

Käesolevas dokumendis käsitletakse holistilist seksuaalharidust ja see põhineb arusaamisel, et seksuaalsus on inimese positiivne jõud. Laps on algusest peale seksuaalne olend, kuigi lapse seksuaalsus erineb paljuski täiskasvanu omast, näiteks selle väljendumises, sisus ja eesmärkides. Igas vanuses ja arenguetapil on iseloomulikud küsimused ja käitumisviisid (nt eakaaslaste omavaheline vastastikune avastamine ja uurimine

– „arsti mängimine“, rõõm oma kehaosade näitamisest ja teiste vaatamisest, teiste juuresolekul teatud tegevuste juures häbi tundmine jne) ning neile tuleb reageerida pedagoogiliselt. Lapsepõlves toimuv psühhoseksuaalne areng tähendab mitmete eakohaste kehaliste, emotsionaalsete, kognitiivsete ja sotsiaalsete oskuste arenemist. Laste psühhoseksuaalset arengut on üksikasjalikumalt kirjeldatud peatükis 3.2.

Seda arvesse võttes on seksuaalharidus palju enam kui vaid teadmiste andmine soojätkamise ja haiguste ennetamise kohta. See aitab arendada lapse meeli ja kehatunnetust/kehapilti, tugevdades samal ajal tema enesekindlust ja andes panuse tema enesemääratluse väljakujunemisse: lapsel on nii võimalik edaspidi enda ja teiste suhtes vastutustundlikult käituda.

Õppimine algab lapse sünni hetkest alates. Algul toimub see peamiselt mitteverbaalselt, hiljem aga aina rohkem ka sõnaliselt. Seksuaalharidus on osa lapse üldisest haridusest ning seda edastatakse lapsele alati, isegi kui seda ei tehta teadlikult. Näiteks see, kuidas lapsevanemad teineteisesse suhtuvad, annab lapsele otse elust saadud näiteid suhtes olemise kohta. Lapsevanemad on eeskujuks ka soorollide osas ning tunnete, seksuaalsuse ja õrnuse väljendamise osas. Seksuaalsusest mitte rääkides (näiteks suguelundite nimetusi mitte mainides) õpetavad lapsevanemad samuti midagi seksuaalsuse kohta (antud juhul võib laps nende vaikimist tõlgendada kui ebamugavustunnet seoses seksuaalteemadega). Lapse seksuaalset sotsialiseerimist mõjutab ka tema üldine keskkond, näiteks teised lapsed lasteaias või nende uudishimu enda ja teiste kehaosade suhtes.

Alateadlikku ehk loomulikku seksuaalhariduse edastamist saab täiendada aktiivse õpetamise ja teabe edastamisega. Sellise lähenemise eeliseks on, et seksuaalsuse teema muutub normaalseks. Lapse küsimustele vastatakse eakohasel viisil ja talle näidatakse, et seksuaalsusega seotud teemad on positiivsed ja toredad. Seega saab tal kujuneda positiivne suhtumine oma kehasse ja ta õpib kohaseid suhtlusoskusi (näiteks kehaosi õigesti nimetama). Samal ajal õpetatakse lapsele, et on olemas individuaalsed piirid ja sotsiaalsed reeglid ning et neid tuleb austada (ei tohi puudutada kõiki, keda tahad). Veelgi olulisem on, et laps õpib mõistma ja väljendama omaenda piire (sa võid öelda „ei“; sa võid abi paluda). Selles mõistes on seksuaalharidus ka sotsiaalne kasvatus ja annab panuse seksuaalse väärkohtlemise ennetamisse.

## 1.4 Kuidas maatriksit kasutada

Maatriksis on seksuaalhariduse teemad korraldatud **vanuserühmade** kaupa vastavalt lapse arenguülesannetele.<sup>45</sup> Vanuserühmadeks on 0–4, 4–6, 6–9, 9–12, 12–15, 15 aastat ja vanemad, valituna vastavalt arenguetappidele. Kahtlemata võivad lapsed oma individuaalsest arengust sõltuvalt sobituda paremini mõnda teise vanuserühma, mis ei vasta nende bioloogilisele vanusele, mistõttu tuleb toodud vanuserühmade piiridesse paindlikult suhtuda. Mitmed teemad võtavad arvesse hilisemaid või järgnevaid arenguetappe, et lapsed oleksid nendeks paremini ette valmistatud. Samuti võetakse arvesse erinevate laste erinevat arusaamisvõimet.

Kõigi vanuserühmade puhul on teemad kokku võetud **üldteemadena**: „Inimese keha ja selle areng“,

<sup>45</sup> Arenguülesanne on ülesanne, mis tekib inimese mingil arenguperioodil ning mille saavutamine teeb ta õnnelikuks ja hilisemates ülesannetes edukaks, mittesaavutamine aga õnnetuks, ühiskonna poolt taunitavaks ja tekitab hilisemates ülesannetes raskusi. Vt Havighurst (1971), lk 2.

„Viljakus ja soojätkamine“, „Seksuaalsus“, <sup>46</sup> „Tunded“, „Suhted ja elustiilid“, „Seksuaalsus, tervis ja heaolu“, „Seksuaalsus ja õigused“ ning „Seksuaalsuse sotsiaalsed ja kultuurilised mõjurid“. Need teemad on valitud seetõttu, et need on noorte kehalise, sotsiaalse ja emotsionaalse seksuaalse arengu seisukohalt olulised.

Oluline on silmas pidada, et kõiki teemasid tuleb käsitleda eakohasel ja arengutasemele sobival viisil. Näiteks vanuserühmas 0–4 eluaastat peaksid lapsed omandama suhtumise, et soolist võrdõiguslikkust tuleb austada. See võib tunduda nii väikeste laste jaoks mitteesjakohane, kuid selle mõtteks on õppida suhtumist, et poisid ja tüdrukud on võrdsed. Need põhiarusaamad peavad algusest peale kindlalt paigas olema, et neil saaksid põhineda hilisemad väärtused ja normid. Varajasel etapil antakse edasi teemade põhialused ning hilisematel etappidel käsitletakse neid teemasid süvendatult.

Maatriksis on kasutajale mõeldud **erinevad tähistused**: rasvases kirjas esiletõstetud teemad on põhiteemad või minimaalselt nõutavad teemad, mida tuleb seksuaalhariduses käsitleda. Kursiivis tähistatud teemad on lisateemad, mille võib õppekavasse lisada, kuid mis pole kohustuslikud. Mitterasvases kirjas on märgitud põhiteemad ja neile vastavad oskused ja hoiakud, mida on nooremas vanuserühmas varem käsitletud. See on nii paljude teemadega, sest paljude teemade juurde tullakse hilisemates vanuserühmades uuesti tagasi, rõhutades teisi aspekte ja andes varasemaga võrreldes üksikasjalikumat teavet. Halliga on tähistatud korduvalt ja süvendatult käsitletavat lisateemad.

- **põhiteema (uus)**
- põhiteema (süvendamine)
- *lisateema (uus)*
- *lisateema (süvendamine)*

Mõned teemad on läbivad ja leiavad käsitlemist erinevate teemakategooriate all. See on nii näiteks seksuaalse väärkohtlemisega, mille mõned aspektid on toodud kategoorias „Seksuaalsus, tervis ja heaolu“, mõned aga kategoorias „Seksuaalsus ja õigused“.

## 2. Teemataabelid

Vanus 0–4 aastat	35
Vanus 4–6 aastat	38
Vanus 6–9 aastat	41
Vanus 9–12 aastat	43
Vanus 12–15 aastat	46
Vanus 15 aastat ja vanemad	49

<sup>46</sup> Maatriksis kasutatakse praktilistel põhjustel seksuaalsuse kitsamat mõistet, mis puudutab ainult keha, lähedust ja seksuaalkogemusi.

0–4	Teadmised Mille kohta teavet anda	Oskused Milliseid oskusi aidata õppida	Hoiakud Milliseid hoiakuid aidata kujundada
Inimese keha ja selle areng	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ kõik kehaosad ja nende funktsioonid</li> <li>■ erinevad kehad ja erinevad sood</li> <li>■ keha hügieen</li> <li>● <i>enda ja teiste erinevused</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ kehaosade nimetamine</li> <li>■ hügieen (eri kehaosade pesemine)</li> <li>■ kehade erinevuste märkamine</li> <li>■ oma kehaga seotud vajaduste ja soovide väljendamine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ positiivne kehapilt ja minapilt; endast lugupidamine</li> <li>■ erinevuste austamine</li> <li>■ oma keha tunnustamine</li> <li>● <i>keha kogemisest ja kiindumusest tuleneva heaolutunde, läheduse ja usalduse väärtustamine</i></li> <li>● <i>soolise võrdõiguslikkuse austamine</i></li> </ul>
Viljakus ja soojätkamine	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ rasedus, sünn ja lapsed</li> <li>■ inimese soojätkamise põhialused (kust lapsed tulevad)</li> <li>● <i>lapse peresse tulemise erinevad viisid (nt lapsendamine)</i></li> <li>● <i>fakt, et mõnedel inimestel on lapsed ja mõnedel ei ole</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ nendel teemadel korrektse sõnavaraga rääkimine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>erinevate viiside aktsepteerimine, kuidas laps võib peresse tulla</i></li> </ul>
Seksuaalsus	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ meeldiv tunne ja nauding oma keha puudutamisest, varases lapsepõlves oma suguelundite puudutamine</li> <li>■ oma keha ja suguelundite avastamine</li> <li>■ fakt, et kehalise läheduse nautimine on elu loomulik osa</li> <li>■ õrnus ja kehaline lähedus kui armastuse ja kiindumuse väljendus</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ teadlikuks saamine oma sooidentiteedist</li> <li>■ oma kehaga seonduvatest (eba)meeldivatest tunnetest rääkimine</li> <li>■ oma vajaduste, soovide ja piiride väljendamine, näiteks „arstimängu“ kontekstis</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ positiivne suhtumine oma kehasse koos kõigi selle funktsioonidega = positiivne kehapilt</li> <li>■ austus teiste vastu</li> <li>● <i>uudishimu enda ja teiste keha vastu</i></li> </ul>

■ põhiteema (uus)

□ põhiteema (süvendamine)

● lisateema (uus)

○ lisateema (süvendamine)

0–4	Teadmised Mille kohta teavet anda	Oskused Milliseid oskusi aidata õppida	Hoiakud Milliseid hoiakuid aidata kujundada
Tunded	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ erinevat tüüpi armastused</li> <li>■ „jah“ ja „ei“ tunded</li> <li>● <i>tunnete kohta käivad sõnad</i></li> <li>● <i>privaatsusevajaduse tunne</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ empaatia tundmine ja väljendamine</li> <li>■ jah/ei ütlemine</li> <li>■ oma tunnete, soovide ja vajaduste väljendamine</li> <li>● <i>oma privaatsusevajaduse väljendamine</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ arusaam, et tunnete väljendamiseks on palju erinevaid viise</li> <li>■ positiivne tunne enda bioloogilise ja sotsiaalse soo kohta (hea on olla tüdruk või poiss!)</li> <li>■ suhtumine, et see, kuidas ise oma tundeid kogetakse ja väljendatakse, on õige</li> <li>● <i>positiivne suhtumine sellesse, et erinevates olukordades tekivad erinevad tunded</i></li> </ul>
Suhted ja elustiilid	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ erinevat tüüpi suhted</li> <li>■ erinevad peresuhted</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ enda suhetest ja perest rääkimine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ kiindumuse kogemisel põhinev läheduse ja usalduse tunne</li> <li>■ positiivne suhtumine erinevatesse elustiilidesse</li> <li>■ arusaam, et suhted võivad olla mitmekesised</li> </ul>
Seksuaalsus, tervis ja heaolu	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ head ja halvad kogemused enda kehaga / mis tundub hea? (oma keha kuulamine)</li> <li>■ kui kogemus/tunne ei ole hea, siis ei pea alati sellega leppima</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ oma sisetunde usaldamine ja kolmeastmelise mudeli kasutamine (ütles ei → mine ära → räägi kellegagi, keda sa usaldad)</li> <li>■ heaolutunde saavutamine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ oma keha tunnustamine</li> <li>■ arusaam, et tohib abi küsida</li> </ul>

■ põhiteema (uus)

□ põhiteema (süvendamine)

● lisateema (uus)

○ lisateema (süvendamine)

0–4	Teadmised Mille kohta teavet anda	Oskused Milliseid oskusi aidata õppida	Hoiakud Milliseid hoiakuid aidata kujundada
Seksuaalsus ja õigused	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ lapse õigus turvalisusele ja kaitstusele</li> <li>■ täiskasvanute vastutus laste turvalisuse eest</li> <li>■ lapse õigus seksuaalsuse kohta küsimusi esitada</li> <li>■ lapse õigus sooidentiteete tundma õppida</li> <li>● <i>lapse õigus tundma õppida ja olla uudishimulik alasti keha suhtes</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ „jah“ ja „ei“ ütlemine</li> <li>■ suhtlemisoskused</li> <li>■ oma vajaduste ja soovide väljendamine</li> <li>● <i>„heade“ ja „halbade“ saladuste eristamine</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ teadlikkus oma õigustest, mis viib enesekindluseni</li> <li>■ suhtumine „Minu keha kuulub minule“</li> <li>■ tunne, et võib teha ise enda otsuseid</li> </ul>
Seksuaalsuse sotsiaalsed ja kultuurilised mõjurid	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ sotsiaalsed reeglid ja kultuurilised normid/väärtused</li> <li>■ soorollid</li> <li>■ nõutav sotsiaalne distants erinevate inimeste puhul</li> <li>● <i>vanuse mõju seksuaalsusele ning eakohane käitumine</i></li> <li>● <i>normid seoses alastiolekuga</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ privaatse ja avaliku käitumise eristamine</li> <li>■ sotsiaalsete reeglite ja kultuuriliste normide austamine</li> <li>■ vastavalt kontekstile sobilikult käitumine</li> <li>● <i>teadmine, kus ja mida tohib puudutada</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ austus enda ja teiste keha vastu</li> <li>■ privaatsuse ja intiimsuse kohta käivate sotsiaalsete reeglite aktsepteerimine</li> <li>■ austus teiste „jah“ ja „ei“ ütlemise vastu</li> </ul>

■ põhiteema (uus)

□ põhiteema (süvendamine)

● lisateema (uus)

○ lisateema (süvendamine)

4–6	Teadmised Millile kohta teavet anda	Oskused Milliseid oskusi aidata õppida	Hoiakud Milliseid hoiakuid aidata kujundada
Inimese keha ja selle areng	<input type="checkbox"/> kõik kehaosad ja nende funktsioonid <input type="checkbox"/> erinevad kehad ja erinevad sood <input type="checkbox"/> keha hügieen <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>kehade vanusest tulenevad erinevused, areng</i></li> </ul>	<input type="checkbox"/> kehaosade nimetamine <input type="checkbox"/> hügieen (eri kehaosade pesemine) <input type="checkbox"/> kehade erinevuste märkamine <input type="checkbox"/> oma vajaduste ja soovide väljendamine <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>enda ja teiste privaatsuse-vajaduse märkamine</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>positiivne sooidentiteet</b></li> <li><input type="checkbox"/> positiivne kehapilt ja minapilt; endast lugupidamine</li> <li><input type="checkbox"/> erinevuste austamine</li> <li><input type="checkbox"/> soolise võrdõiguslikkuse austamine</li> </ul>
Viljakus ja soojätkamine	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>soojätkamisega seotud müüdid (nt mõnedes riikides räägitakse lastele, et uue lapse tõi kurg)</b></li> <li><input type="checkbox"/> elu: rasedus, sünn ja lapsed, elu lõpp</li> <li><input type="checkbox"/> inimese soojätkamise põhialused</li> </ul>	<input type="checkbox"/> nendel teemadel korrektse sõnavaraga rääkimine	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>erinevuste austamine: mõnedel inimestel on lapsed ja mõnedel ei ole</i></li> </ul>
Seksuaalsus	<input type="checkbox"/> meeldiv tunne ja nauding oma keha puudutamisest, suguelundite puudutamine varajases lapsepõlves <input type="checkbox"/> oma keha ja enda suguelundite avastamine <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>seksuaalsuse tähendus ja väljendamine (nt armastuse tunnete väljendamine)</i></li> <li>● <i>kohane seksuaalne sõnavara</i></li> <li>● <i>seksuaalsed tunded (lähedus, nauding, erutus) kui osa inimese tunnetest (need peaksid olema positiivsed tunded ning ei tohiks hõlmata sundi ega kellegi kahjustamist)</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>seksuaalteemadel rääkimine (suhtlemisoskused)</b></li> <li>■ <b>oma sooidentiteedi kinnitamine</b></li> <li>● <i>seksuaalse sõnavara kasutamine mittesolvaval viisil</i></li> </ul>	<input type="checkbox"/> positiivne kehapilt <input type="checkbox"/> austus teiste vastu

■ põhiteema (uus)

□ põhiteema (süvendamine)

● lisateema (uus)

○ lisateema (süvendamine)

4–6	Teadmised Mille kohta teavet anda	Oskused Milliseid oskusi aidata õppida	Hoiakud Milliseid hoiakuid aidata kujundada
Tunded	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ armukadedus, viha, agressioon, pettumus</li> <li>■ sõprus ja armastus samast soost inimeste vastu</li> <li>● erinevus sõpruse ja armastuse vahel</li> <li>● salajane armastus, esimene armastus (armumine, vastuseta armastus)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ toimetulek pettumustega</li> <li><input type="checkbox"/> oma tunnete, soovide ja vajaduste väljendamine ja edastamine</li> <li>● enda ja teiste privaatsusevajadusega arvestamine</li> <li>○ oma tunnete adekvaatne nimetamine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ aktsepteerimine, et armastuse tunded (osana kõikidest tunnetest) on loomulikud</li> <li><input type="checkbox"/> suhtumine, et see, kuidas ise oma tundeid kogetakse ja väljendatakse, on õige</li> </ul>
Suhted ja elustiilid	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ sõprus</li> <li>■ samasoolised suhted</li> <li><input type="checkbox"/> erinevat tüüpi (pere)suhted</li> <li>● erinevad pere kontseptsioonid</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ enda suhtestamine sõprade ja pereliikmetega</li> <li>■ koos elamine vastastikusel austusel põhinevates peredes</li> <li>■ suhete loomine ja hoidmine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ erinevuste aktsepteerimine</li> <li><input type="checkbox"/> erinevate elustiilide austamine</li> </ul>
Seksuaalsus, tervis ja heaolu	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> head ja halvad kogemused enda kehaga / mis tundub hea? (oma keha kuulamine)</li> <li><input type="checkbox"/> kui kogemus/tunne ei ole hea, siis ei pea alati sellega leppima</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> oma sisetunde usaldamine ja kolmeastmelise mudeli kasutamine (ütle ei → mine ära → räägi kellegagi, keda sa usaldad)</li> <li><input type="checkbox"/> heaolutunde saavutamine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ suhtumine, et lapsel on valikuvõimalus</li> <li>■ teadlikkus riskidest</li> <li><input type="checkbox"/> oma keha tunnustamine</li> <li><input type="checkbox"/> arusaam, et abi tohib küsida</li> </ul>
Seksuaalsus ja õigused	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ väärkohtlemine; mõned inimesed ei ole head; nad teesklevad, et on head, aga võivad olla vägivaldsed</li> <li><input type="checkbox"/> laste õigused (sh õigus teabele ja kaitstusele)</li> <li><input type="checkbox"/> täiskasvanute vastutus laste turvalisuse eest</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ küsimuste esitamine</li> <li>■ probleemide korral kellegi poole pöördumine, keda usaldad</li> <li><input type="checkbox"/> oma vajaduste ja soovide väljendamine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> suhtumine „Minu keha kuulub minule“</li> <li><input type="checkbox"/> teadlikkus oma õigustest</li> </ul>

■ põhiteema (uus)

põhiteema (süvendamine)

● lisateema (uus)

○ lisateema (süvendamine)



4–6	Teadmised Mille kohta teavet anda	Oskused Milliseid oskusi aidata õppida	Hoiakud Milliseid hoiakuid aidata kujundada
Seksuaalsuse sotsiaalsed ja kultuurilised mõjurid	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ inimeste soolised, kultuurilised ja vanusega seotud erinevused</li> <li>■ eri riikides ja kultuurides on erinevad väärtused ja normid</li> <li>■ kõiki tundeid tohib tunda, aga mitte kõik neist tunnetest tulenevad teod ei ole lubatud</li> <li><input type="checkbox"/> sotsiaalsed reeglid ja kultuurilised normid/väärtused</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ väärtuste erinevuste märkamine ja toimetulek</li> <li><input type="checkbox"/> sotsiaalsete reeglite ja kultuuriliste normide austamine</li> <li>● erinevustest rääkimine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ sotsiaalselt vastutustundlik käitumine</li> <li>■ avatud, hukkamõistuta suhtumine</li> <li>■ võrdsete õiguste aktsepteerimine</li> <li>■ austus seksuaalsusega seonduvate erinevate normide vastu</li> <li><input type="checkbox"/> austus enda ja teiste keha vastu</li> </ul>

■ põhiteema (uus)

põhiteema (süvendamine)

● lisateema (uus)

○ lisateema (süvendamine)

6–9	Teadmised Mille kohta teavet anda	Oskused Milliseid oskusi aidata õppida	Hoiakud Milliseid hoiakuid aidata kujundada
Inimese keha ja selle areng	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ kehalised muutused, menstruatsioon, seemnepurse, individuaalsed erinevused arengus</li> <li>■ (bioloogilised) erinevused meeste ja naiste vahel</li> <li><input type="checkbox"/> keha hügieen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ õigete sõnade teadmine kehaosade ja nende funktsioonide kohta ja nende sõnade kasutamine</li> <li>● kehaliste muutuste väärtustamine</li> <li>● enda keha uurimine ja selle eest hoolitsemine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ enda kehteadlikkusest tuleneva ebakindluse aktsepteerimine</li> <li><input type="checkbox"/> positiivne kehapilt ja minapilt; endast lugupidamine</li> <li><input type="checkbox"/> positiivne sooidentiteet</li> </ul>
Viljakus ja soojätkamine	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ valikud seoses lapsevanemaks olemisega ja rasedusega, viljatuse, lapsendamise</li> <li>■ rasedumise vältimise põhiline idee (pere loomist on võimalik planeerida ja selle üle otsustada)</li> <li>■ erinevad viljastumise viisid</li> <li>● viljakuse tsükli põhiline idee</li> <li>● soojätkamisega seotud müüdid</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> suhtlemisoskuste arendamine</li> <li>● mõistmine, et inimesed saavad enda viljakust mõjutada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ erinevuste aktsepteerimine – mõned inimesed otsustavad lapsi saada ja mõned otsustavad neid mitte saada</li> </ul>
Seksuaalsus	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ armastus, armumine</li> <li>■ õrnus</li> <li>■ seksuaalsus meedias (sh Internetis)</li> <li><input type="checkbox"/> meeldiv tunne ja nauding oma keha puudutamisest, (eneserahuldamine)</li> <li><input type="checkbox"/> kohane seksuaalne sõnavara</li> <li>● <i>seksuaalvahekord</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ enda ja teiste privaatsusevajaduse aktsepteerimine</li> <li>■ toimetulek seksuaalsuse kujutamise meedias</li> <li><input type="checkbox"/> seksuaalse sõnavara kasutamine mittedivulgeerivalt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ arusaam „aktsepteeritavast seksist“ (vastastikusel nõusolekul toimuv, vabatahtlik, võrdsetel alustel, eakohane, kontekstikohane ja eneseväärne)</li> <li>● arusaam, et meedias kujutatakse seksuaalsust erinevatel viisidel</li> </ul>

■ põhiteema (uus)

põhiteema (süvendamine)

● lisateema (uus)

○ lisateema (süvendamine)

6–9	Teadmised Mille kohta teavet anda	Oskused Milliseid oskusi aidata õppida	Hoiakud Milliseid hoiakuid aidata kujundada
Tunded	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ erinevus sõpruse, armastuse ja iha vahel</li> <li><input type="checkbox"/> armukadedus, viha, agressioon, pettumus</li> <li>○ sõprus ja armastus samast soost inimeste vastu</li> <li>○ salajane armastus, esimene armastus (armumine, vastuseta armastus)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> oma tunnete, soovide ja vajaduste väljendamine ja edastamine</li> <li><input type="checkbox"/> toimetulek pettumustega</li> <li>○ oma tunnete adekvaatne nimetamine</li> <li>○ enda ja teiste privaatsusevajadusega arvestamine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ aktsepteerimine, et armastuse tunded (osana kõikidest tundetest) on loomulikud</li> <li><input type="checkbox"/> suhtumine, et see, kuidas ise oma tundeid kogetakse ja väljendatakse, on õige ja oluline (enda tunnete väärtustamine)</li> </ul>
Suhted ja elustiilid	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ erinevad suhted seoses armastusega, sõprusega jne</li> <li><input type="checkbox"/> erinevad persuhted</li> <li>● <i>abielu, lahusus, kooselu</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ enda väljendamine suhetes</li> <li>■ kompromisside saavutamiseks läbirääkimine, tolerantsuse ja empaatia näitamine</li> <li>■ sotsiaalsete kontaktide loomine, sõprade leidmine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ aktsepteerimine, et suhete aluseks on pühendumus, vastutustunne ja ausus</li> <li>■ austus teiste vastu</li> <li><input type="checkbox"/> erinevuste aktsepteerimine</li> </ul>
Seksuaalsus, tervis ja heaolu	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ seksuaalsuse positiivne mõju tervisele ja heaolule</li> <li>■ seksuaalsusega seotud haigused</li> <li>■ seksuaalvägivald ja agressioon</li> <li>● <i>kust saada abi</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ piiride kehtestamine</li> <li><input type="checkbox"/> oma sisetunde usaldamine ja kolmeastmelise mudeli kasutamine (ütle ei → mine ära → räägi kellegagi, keda sa usaldad)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ vastutustunne enda tervise ja heaolu eest</li> <li><input type="checkbox"/> teadlikkus valikutest ja võimalustest</li> <li><input type="checkbox"/> teadlikkus riskidest</li> </ul>
Seksuaalsus ja õigused	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ eneseväljendamise õigus</li> <li>■ laste seksuaalõigused (teabele, seksuaalharidusele, keha puutumatusse)</li> <li><input type="checkbox"/> seksuaalne ahistamine</li> <li><input type="checkbox"/> täiskasvanute vastutus laste turvalisuse eest</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ abi ja teabe küsimine</li> <li><input type="checkbox"/> probleemide korral kellegi poole pöördumine, keda usaldatakse</li> <li>● <i>enda õiguste nimetamine</i></li> <li>○ <i>oma vajaduste ja soovide väljendamine</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ vastutustunne enda ja teiste eest</li> <li><input type="checkbox"/> teadlikkus oma õigustest ja valikutest</li> </ul>
Seksuaalsuse sotsiaalsed ja kultuurilised mõjurid	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ soorollid</li> <li><input type="checkbox"/> kultuurilised erinevused</li> <li><input type="checkbox"/> vanuselised erinevused</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ enda kogemustest, soovidest ja vajadustest rääkimine seoses kultuuriliste normidega</li> <li><input type="checkbox"/> erinevused äratundmine ja nendega toimetulek</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ austus erinevate elustiilide, väärtushinnangute ja normide vastu</li> </ul>

■ põhiteema (uus)

põhiteema (süvendamine)

● lisateema (uus)

○ lisateema (süvendamine)

9–12	Teadmised Mille kohta teavet anda	Oskused Milliseid oskusi aidata õppida	Hoiakud Milliseid hoiakuid aidata kujundada
Inimese keha ja selle areng	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ keha hügieen (menstruatsioon, seemnepurse)</li> <li>■ varajased murdeea muutused (vaimsed, kehalised, sotsiaalsed ja emotsionaalsed ning nende võimalik varieerumine)</li> <li>● <i>sisemised ja välimised suguelundid ja nende toimimine</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ nende teadmiste integreerimine enda eluga</li> <li><input type="checkbox"/> õigete sõnade teadmine ja kasutamine</li> <li>● <i>murdeea muutustest rääkimine</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ keha muutuste ja kehade vaheliste erinevuste mõistmine ja aktsepteerimine (peenise, rindade ja naise välissuguelundite kuju ja suurus võivad väga erineda olla, iluideaalid muutuvad aegade jooksul ja on kultuuriti erinevad)</li> <li>○ <i>positiivne kehapilt ja minapilt; endast lugupidamine</i></li> </ul>
Viljakus ja soojätkamine	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ soojätkamine ja pereplaneerimine</li> <li>■ erinevad rasestumisvastased vahendid ja nende kasutamine; müüdid</li> <li>■ raseduse sümptomid, ebatavalise seksi riskid ja tagajärjed (soovimatu rasedus)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ menstruatsiooni/ seemnepurske ja viljakuse vahelise seose mõistmine</li> <li>■ tulevikus tõhus kondoomi ja muude rasestumisvastaste vahendite kasutamine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ arusaam, et rasestumisvastaste vahendite kasutamise eest vastutavad mõlema soo esindajad</li> </ul>
Seksuaalsus	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ esimene seksuaalkogemus</li> <li>■ seksuaalne orientatsioon</li> <li>■ noorte seksuaalkäitumine (seksuaalkäitumise variatsioonid)</li> <li><input type="checkbox"/> armastus, armumine</li> <li>● <i>nauding, eneserahuldamine, orgasm</i></li> <li>● <i>erinevused sooidentiteedi ja tegeliku bioloogilise soo vahel</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ erinevatest seksuaalsetest tunnetest rääkimine ja nendest arusaamine, seksuaalsusest rääkimine kohasel viisil</li> <li>■ teadliku otsuse tegemine, kas saada seksuaalkogemusi või mitte</li> <li>■ soovimatutest seksuaalkogemustest keeldumine</li> <li>● <i>päriselu seksuaalsuse ja meedias kujutatava seksuaalsuse eristamine</i></li> <li>● <i>kaasaegse meedia kasutamine (mobiiltelefon, Internet) nende vahenditega seotud ohtudest ja eelistest teadlik olemine</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ seksuaalsuse ja seksuaalse orientatsiooni erinevuste aktsepteerimine, austamine ja mõistmine (seks peaks olema vastastikusel nõusolekul toimuv, vabatahtlik, võrdsetel alustel, eakohane, kontekstikohane ja eneseväärikas)</li> <li>■ arusaam seksuaalsusest kui õppimise protsessist</li> <li>■ seksuaalsuse erinevate väljenduste aktsepteerimine (suudlused, puudutused, hellitused jne)</li> <li>● <i>mõistmine, et igaühel on erinev seksuaalse arengu „ajakava“</i></li> </ul>

9–12	Teadmised Mille kohta teavet anda	Oskused Milliseid oskusi aidata õppida	Hoiakud Milliseid hoiakuid aidata kujundada
Tunded	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ erinevad tunded, nt uudishimu, armumine, kahevahel olek, ebakindlus, häbi, hirm ja armukadedus</li> <li>■ erinevate inimeste erinev intiimsuse ja privaatsuse vajadus</li> <li><input type="checkbox"/> erinevus sõpruse, armastuse ja iha vahel</li> <li>● <i>sõprus ja armastus samast soost inimeste vahel</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ enda ja teiste tunnete väljendamine ja äratundmine</li> <li>■ enda vajaduste, soovide ja piiride väljendamine ning teiste omade austamine</li> <li><input type="checkbox"/> toimetulek pettumustega</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ arusaam tunnetest ja väärtustest (nt mitte tunda häbi- või süütunnet seoses seksuaalsete tunnete või ihadega)</li> <li>■ teiste privaatsuse austamine</li> </ul>
Suhted ja elustiilid	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ erinevat tüüpi suhted, erinevad kohtamas käimise viisid</li> <li>■ erinevat tüüpi nauditavad ja ebameeldivad suhted, (soolise) ebavõrdsuse mõju suhetele</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ sõpruse ja armastuse väljendamine eri moel</li> <li><input type="checkbox"/> sotsiaalsete kontaktide loomine, sõprade leidmine ja suhete hoidmine</li> <li>● <i>suhetes enda ootuste ja vajaduste väljendamine</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ positiivne suhtumine soolisse võrdõiguslikkuse suhetes ning partneri valikuvabadusse</li> <li><input type="checkbox"/> aktsepteerimine, et suhete aluseks on pühendumus, vastutustunne ja ausus</li> <li><input type="checkbox"/> austus teiste vastu</li> <li>● <i>arusaam soo, vanuse, religiooni, kultuuri jms mõjudest suhetele</i></li> </ul>
Seksuaalsus, tervis ja heaolu	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ebaturvalise, ebameeldiva ja soovimatu seksi sümptomid, riskid ja tagajärjed (seksuaalsel teel levivad haigused, HIV, soovimatu rasedus, psühholoogilised tagajärjed)</li> <li>■ seksuaalse väärkohtlemise levimus ja liigid, kuidas vältida ja kust saada abi</li> <li><input type="checkbox"/> seksuaalsuse positiivne mõju tervisele ja heaolule</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ vastutuse võtmine suhtes enda ja teise jaoks turvalise ja nauditava seksi eest</li> <li>■ piiride ja soovide väljendamine ning ebaturvaliste või soovimatute seksuaalkogemuste vältimine</li> <li>● <i>probleemide korral abi ja toe küsimine (murdeiga, suhted jne)</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> teadlikkus oma valikutest ja võimalustest</li> <li><input type="checkbox"/> teadlikkus riskidest</li> <li>○ <i>vastastikune vastutustunne seoses tervise ja heaoluga</i></li> </ul>

■ põhiteema (uus)

põhiteema (süvendamine)

● lisateema (uus)

○ lisateema (süvendamine)

9–12	Teadmised Mille kohta teavet anda	Oskused Milliseid oskusi aidata õppida	Hoiakud Milliseid hoiakuid aidata kujundada
Seksuaalsus ja õigused	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>seksuaalõigused</b> <i>vastavalt IPPF-i ja WAS-i* määratlusele</i></li> <li>● <i>riiklik seadusandlus (seksuaalvahekorra konsensuslik vanusepiir)</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>seksuaalõigustest ja vastutusest juhindudes käitumine</b></li> <li>○ <i>abi ja teabe küsimine</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> teadlikkus enda õigustest ja valikutest</li> <li>● <i>enda ja teiste seksuaalõiguste aktsepteerimine</i></li> </ul>
Seksuaalsuse sotsiaalsed ja kultuurilised mõjurid	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>eakaaslaste surve, meedia, pornograafia, kultuuri, religiooni, soo, seaduste ja sotsiaalmajandusliku staatuse mõju seksuaalsusega seotud otsustele, partnersuhetele ja käitumisele</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>nende väliste mõjurite üle arutlemine ja neile isikliku hinnangu andmine</b></li> <li>● <i>pädevus kaasaegse meedia kasutamisel (mobiiltelefon, Internet, pornograafiaga toimetulek)</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> austus erinevate elustiilide, väärtuste ja normide vastu</li> <li>● <i>seksuaalsusega seotud erinevate arvamuste, vaadete ja käitumiste aktsepteerimine</i></li> </ul>

\* Rahvusvaheline Pereplaneerimise Föderatsioon (IPPF): Seksuaalõigused: IPPF-i deklaratsioon. London 2008 ja Maailma Seksuaaltervise Liit (WAS): Seksuaalõiguste deklaratsioon. Hongkong 1999.

■ põhiteema (uus)

□ põhiteema (süvendamine)

● lisateema (uus)

○ lisateema (süvendamine)

12–15	Teadmised Mille kohta teavet anda	Oskused Milliseid oskusi aidata õppida	Hoiakud Milliseid hoiakuid aidata kujundada
Inimese keha ja selle areng	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ teadmised keha kohta, kehapilt ja keha muutmine (naiste suguelundite sandistamine, meeste ümberlõikamine, neitsinahk ja selle taastamine, anoreksia, buliimia, augustamine, tätoveeringud)</li> <li>■ menstruaaltsükkel; teisesed sootunnused, nende funktsioonid meestel ja naistel ning nendega kaasnevad tunded</li> <li>● <i>ilu sõnumid meedias; keha muutused kogu elu vältel</i></li> <li>● <i>teenused, kust küsida nõu ja abi nende teemadega seotud probleemide korral</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ oskus kirjeldada, kuidas inimeste tunded nende keha kohta võivad mõjutada nende tervist, minapilti ja käitumist</li> <li>● <i>murdeeaga ja kaaslaste survega toimetulek</i></li> <li>● <i>meedia ja ilutööstuse sõnumite analüüsioskus</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>kriitiline mõtlemine seoses keha muutmisega</i></li> <li>● <i>erinevate kehakujude aktsepteerimine ja tunnustamine</i></li> </ul>
Viljakus ja soojätkamine	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ teismeliseeas/noorena lapsesaamise (emaduse, isaduse) mõju: laste kasvatamine, pere planeerimine, tööelu planeerimine, raseduse vältimine, otsuste langetamine ja teenused soovimatu raseduse korral</li> <li>■ teave rasestumisvastast nõuannet pakkuvate teenuste kohta</li> <li>■ ebatõhus rasedusest hoidumine ja selle põhjused (alkoholi tarbimine, võimalikud kõrvalnähud, unustamine, sooline ebavõrdsus jne)</li> <li>■ rasedus (ka samasoolistes suhetes) ja viljatus</li> <li><input type="checkbox"/> erinevate rasestumisvastaste meetoditega (sh SOS-pillidega) seotud faktid ja müüdid (tõhusus, eelised ja puudused)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ raseduse tunnuste ja sümptomite tundmine</li> <li>■ oskus pöörduda rasestumisvastaste vahendite saamiseks, nt vastavate (tervishoiu)-teenuste pakkujate poole</li> <li>■ teadliku otsuse tegemine, kas saada seksuaalkogemusi või mitte</li> <li>● <i>rasestumisvastastest vahenditest rääkimine</i></li> <li>○ <i>teadlik rasestumisvastase vahendi valik ja vajadusel selle tõhus kasutamine</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ isiklikud hoiakud (normid ja väärtused) seoses teismelisee emaduse ja isadusega, rasestumisvastaste vahenditega, raseduse katkestamisega ja lapsendamisega</li> <li>■ positiivne suhtumine rasestumise vältimise osas ühise vastutuse võtmisse</li> </ul>

12–15	Teadmised Mille kohta teavet anda	Oskused Milliseid oskusi aidata õppida	Hoiakud Milliseid hoiakuid aidata kujundada
Seksuaalsus	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>rolliootused ja rollikäitumine seoses seksuaalse erutusega ja sooerinevustega</b></li> <li>● <i>sooidentiteet ja seksuaalne orientatsioon, sealhulgas „kapist välja tulek“ / homoseksuaalsus</i></li> <li>● <i>kuidas seksuaalsust asjakohaselt nautida (võtta piisavalt aega)</i></li> <li>○ <i>esimene seksuaalkogemus</i></li> <li>○ <i>nauding, eneserahuldamine, orgasm</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>suhtlemis- ja läbirääkimisoskused lähisuhtepartneriga</b></li> <li>● <i>vabade ja vastutustundlike valikute tegemine, olles hinnanud iga võimaliku (partneriga, seksuaalkäitumisega seotud) valiku tagajärgi, eeliseid ja puudusi</i></li> <li>● <i>seksuaalsuse nautimine austaval moel</i></li> <li>○ <i>päriselu seksuaalsuse ja meedias kujutatava seksuaalsuse eristamine</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ <i>arusaam seksuaalsusest kui õppimise protsessist</i></li> <li>○ <i>seksuaalsuse ja seksuaalse orientatsiooni erinevuste aktsepteerimine, austamine ja mõistmine (seks peaks olema vastastikusel nõusolekul toimuv, vabatahtlik, võrdsetel alustel, eakohane, kontekstikohane ja eneseväärikas)</i></li> </ul>
Tunded	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ <i>erinevus sõpruse, armastuse ja iha vahel</i></li> <li>□ <i>erinevad tunded, nt uudishimu, armumine, kahevahel olek, ebakindlus, häbi, hirm ja armukadedus</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ <i>erineval viisil sõpruse ja armastuse väljendamine</i></li> <li>□ <i>enda vajaduste, soovide ja piiride väljendamine ning teiste juures nende austamine</i></li> <li>● <i>erinevate / vastuoluliste tunnete ja ihadega toimetulek</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>aktsepteerimine, et inimestel on erinevad tunded (oma soo, kultuuri, religiooni jms tõttu ja selle tõttu, kuidas nad neid tõlgendavad)</b></li> </ul>
Suhted ja elustiilid	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>vanuse, soo, religiooni ja kultuuri mõjud</b></li> <li>● <i>erinevad suhtlemise viisid (sõnalised ja mittedõnalised), kuidas suhtlemisoskusi parandada</i></li> <li>● <i>kuidas (lähi)suhteid luua ja alal hoida</i></li> <li>● <i>pere struktuur ja selle muutused (nt üksikvanemaks olemine)</i></li> <li>□ <i>erinevat tüüpi (nauditavad ja ebameeldivad) suhted, pered ja elustiilid</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>ebaõigluse, diskrimineerimise ja ebavõrdsuse käsitlemise oskus</b></li> <li>□ <i>erinevatel viisidel sõpruse ja armastuse väljendamine</i></li> <li>□ <i>sotsiaalsete kontaktide loomine, sõprussuhete loomine ja suhete alalhoidmine</i></li> <li>○ <i>suhetes enda ootuste ja vajaduste väljendamine</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>soov luua võrdseid ja rahuldustpakkuvaid (lähi)suhteid</b></li> <li>○ <i>arusaam soo, vanuse, religiooni, kultuuri jms mõjudest suhetele</i></li> </ul>

■ põhiteema (uus)

□ põhiteema (süvendamine)

● lisateema (uus)

○ lisateema (süvendamine)



12–15	Teadmised Mille kohta teavet anda	Oskused Milliseid oskusi aidata õppida	Hoiakud Milliseid hoiakuid aidata kujundada
Seksuaalsus, tervis ja heaolu	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ keha hügieen ja enda läbivaatus</li> <li>■ seksuaalvägivalla levik ja erinevad vormid, kuidas vältida ja kust saada tuge</li> <li>● riskantne (seksuaal)-käitumine ja selle tagajärjed: alkohol jt uimastid, eakaaslaste surve, kiusamine, prostitutsioon, meedia</li> <li>● seksuaalsel teel levivate haiguste, sealhulgas HIV sümptomid, ülekanne ja ennetamine</li> <li>● tervishoiusüsteemid ja -teenused</li> <li>○ seksuaalsuse positiivne mõju tervisele ja heaolule</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ vastutustundlike otsuste ja informeerituse põhinevate valikute tegemine (seoses seksuaalkäitumisega)</li> <li><input type="checkbox"/> probleemide korral abi ja toe küsimine</li> <li>● läbirääkimis- ja suhtlemis- oskused turvalise ja nauditava seksi huvides</li> <li>● ebameeldivast või ebaturvalisest seksuaalkontaktist keeldumine või selle peatamine</li> <li>● kondoomide ja rasestumisvastaste vahendite omandamine ja nende tõhusalt kasutamine</li> <li>● riskiolukordade äratundmine ja nendega toimetulek</li> <li>● seksuaalsel teel levivate haiguste äratundmine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> vastastikune vastutustunne seoses tervise ja heaoluga</li> <li>● vastutustunne seoses seksuaalsel teel levivate haiguste/HIV ennetamisega</li> <li>● vastutustunne seoses soovimatu raseduse ennetamisega</li> <li>● vastutustunne seoses seksuaalse väärkohtlemise ennetamisega</li> </ul>
Seksuaalsus ja õigused	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> seksuaalõigused vastavalt IPPF-i ja WAS-i* määratlusele</li> <li>● riiklik seadusandlus (seksuaalvahekorra konsensuslik vanusepiir)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ enda ja teiste seksuaalõiguste tunnustamine</li> <li><input type="checkbox"/> abi ja teabe küsimine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> enda ja teiste seksuaalõiguste aktsepteerimine</li> </ul>
Seksuaalsuse sotsiaalsed ja kultuurilised mõjurid	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> eakaaslaste surve, meedia, pornograafia, kultuuri, religiooni, soo, seaduste ja sotsiaalmajandusliku staatuse mõju seksuaalsusega seotud otsustele, partnersuhetele ja käitumisele</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ toimetulek peres ja ühiskonnas esinevate vastuoluliste isiklike (ja isikutevaheliste) normide ja väärtustega</li> <li><input type="checkbox"/> meediapädevus ja pornograafiaga toimetulek</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Isiklik (paindlik) vaade seksuaalsusele muutuv as ühiskonnas või rühmas</li> </ul>

\* Rahvusvaheline Pereplaneerimise Föderatsioon (IPPF): Seksuaalõigused: IPPF-i deklaratsioon. London 2008 ja Maailma Seksuaaltervise Liit (WAS): Seksuaalõiguste deklaratsioon. Hongkong 1999.

■ põhiteema (uus)

põhiteema (süvendamine)

● lisateema (uus)

○ lisateema (süvendamine)

15–...	Teadmised Mille kohta teavet anda	Oskused Milliseid oskusi aidata õppida	Hoiakud Milliseid hoiakuid aidata kujundada
Inimese keha ja selle areng	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>psühholoogilised muutused murdeas</b></li> <li><input type="checkbox"/> teadmised keha kohta, kehapilt ja keha muutmine</li> <li>● <i>naiste suguelundite sandistamine, meeste ümberlõikamine, anoreksia, buliimia, neitsinahk ja selle taastamine</i></li> <li>● <i>ilu sõnumid meedias; keha muutused kogu elu vältel</i></li> <li>● <i>teenused, kust küsida nõu ja abi nende teemadega seotud probleemide korral</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>meediakuvandite ja päriselu vaheliste erinevuste tuvastamine</b></li> <li><input type="checkbox"/> murdeega ja kaaslaste survega toimetulek</li> <li><input type="checkbox"/> meediasõnumite ja ilutööstuse, reklaamide ja keha muutmise potentsiaalsete riskide analüüsioskus</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>kriitiline vaade inimese kehaga seotud kultuurilistele normidele</b></li> <li><input type="checkbox"/> erinevate kehakujude aktsepteerimine ja tunnustamine</li> </ul>
Viljakus ja soojätkamine	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>viljakuse muutus vanusega (surrogaatemadus, meditsiiniliselt abistatud soojätkamine)</b></li> <li><input type="checkbox"/> rasedus (ka samasoolistes suhetes) ja viljatus, abort, rasedusest hoidumine, vahekorrajärgne kontratseptsioon</li> <li><input type="checkbox"/> ebatõhus rasedusest hoidumine ja selle põhjused (alkoholi tarbimine, võimalikud kõrvalnähud, unustamine, sooline ebavõrdsus jne)</li> <li><input type="checkbox"/> teave rasestumisvastast nõuannet pakkuvate teenuste kohta</li> <li><input type="checkbox"/> pere ja tööelu planeerimine, isiklik tulevik</li> <li><input type="checkbox"/> rasedusega seotud tagajärjed teismeliseas (tüdrukutele ja poistele)</li> <li>● <i>meditsiiniliselt abistavate tehnoloogiate abil sündinud lapsed, geneetika</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>partneriga võrdsetel alustel suhtlemine; keeruliste teemade üle arutlemine erinevaid arvamusi respektierides</b></li> <li>■ <b>läbirääkimisoskuste kasutamine</b></li> <li>■ <b>teadlike otsuste tegemine seoses rasedusest hoidumise ja (soovimatu) rasedusega</b></li> <li>● <i>teadlik rasestumisvastase vahendi valik ja vajadusel selle tõhus kasutamine</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>valmisolek võtta viljakuse, soojätkamise ja abordi osas arvesse soolisi erinevusi</b></li> <li>● <i>erinevate kultuuriliste / religioossete normide analüüsioskus, mis on seotud rasedusega, lapsevanemaks olemisega jms</i></li> <li>● <i>teadlikkus meeste positiivse rolli tähtsusest raseduse ja sünnituse ajal ning positiivsest mõjust aktiivselt osalevatele isadele</i></li> <li>○ <i>positiivne suhtumine rasestumise vältimise osas ühise vastutuse võtmise</i></li> </ul>

15–...	Teadmised Mille kohta teavet anda	Oskused Milliseid oskusi aidata õppida	Hoiakud Milliseid hoiakuid aidata kujundada
Seksuaalsus	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ seks – midagi enam kui vaid seksuaalvahekord</li> <li>■ seksi tähendus erinevas vanuses, soolised erinevused</li> <li>■ seksuaalsus ja puue, haiguste mõju seksuaalsusele (diabeet, vähk jne)</li> <li>■ seksitehingud (prostitutsioon, aga ka seks väikeste kingituste, lõunasöökidest / õhtul välja viimiste, väikeste rahasummade eest), pornograafia, seksisõltuvus</li> <li>● seksuaalkäitumise variatsioonid; seksuaalse erutuse tsüklid</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ erinevate suhtevormide ja suhete arengu üle arutlemine, seksimise või seksimisest keeldumise põhjuste üle arutlemine</li> <li>■ „kapist välja tulek“ (teistele oma homoseksuaalsete või biseksuaalsete tunnete tunnistamine)</li> <li><input type="checkbox"/> suhtlemis- ja läbirääkimis- oskused lähisuhetes</li> <li>● kontakti loomise raskustega toimetulek; vastuoluliste ihadega toimetulek</li> <li>● austavalt enda vajaduste, soovide ja piiride väljendamine ning teiste juures nendega arvestamine</li> <li>● seksuaalsuse ja võimu vahekorra mõtestamine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ positiivne suhtumine seksuaalsusse ja naudingusse</li> <li><input type="checkbox"/> erinevate seksuaalsete orientatsioonide ja identiteetide aktsepteerimine</li> <li>● aktsepteerimine, et seksuaalsus esineb erineval kujul kõigis vanuserühmades</li> <li>● muutus võimalikelt negatiivsetelt tunnetelt, jälestuselt ja vihkamiselt seoses homoseksuaalsusega, seksuaalsete erinevuste aktsepteerimisele ja tunnustamisele</li> </ul>
Tunded	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> erinevat tüüpi tunded (armastus, armukadedus); erinevus tunnete ja tegude vahel</li> <li>● teadlikkus ratsionaalsete mõtete ja tunnete vahelisest erinevusest</li> <li>● ebakindlus suhte alguses</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ armunud olemisega, kahevahel oleku, pettumuse, viha, armukadeduse, reetmise, usalduse, süütunde, hirmu ja ebakindlusega toimetulek; tunnete üle arutlemine</li> <li>● erinevate / vastuoluliste, tunnete ja ihadega toimetulek</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> aktsepteerimine, et inimestel on erinevad tunded (oma soo, kultuuri, religiooni jms tõttu ja selle tõttu, kuidas nad neid tõlgendavad)</li> </ul>

■ põhiteema (uus)

põhiteema (süvendamine)

● lisateema (uus)

○ lisateema (süvendamine)

15–...	Teadmised Mille kohta teavet anda	Oskused Milliseid oskusi aidata õppida	Hoiakud Milliseid hoiakuid aidata kujundada
Suhted ja elustiilid	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>käitumine, ootused ja väärarusaamad seoses soorollidega</b></li> <li>● <i>pere struktuur ja selle muutused; sunnitud abielu; homo- ja biseksuaalsus / aoseksuaalsus, üksikvanemlus</i></li> <li>● <i>kuidas suhteid luua ja hoida</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> ebaõigluse, diskrimineerimise ja ebavõrdsuse käsitlemise oskus</li> <li>● <i>ebaõiglusele vastu astumine ja (enda ja teiste poolse) alandava sõnavara kasutamise ja halvustavate naljade rääkimise lõpetamine</i></li> <li>● <i>tundma õppimine, mida tähendab emaks / isaks olemine</i></li> <li>● <i>hästi tasakaalustatud suhete taotlemine toetavaks ja hoolivaks partneriks olemine (meessoost või naissoost)</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>avatus erinevate suhete ja elustiilide suhtes</b></li> <li>● <i>suhete sotsiaalsete ja ajalooliste mõjurite mõistmine</i></li> </ul>
Seksuaalsus, tervis ja heaolu	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> tervishoiusüsteemid ja -teenused</li> <li><input type="checkbox"/> seksuaalne riskikäitumine ja selle võimalik mõju tervisele</li> <li><input type="checkbox"/> keha hügieen ja enda läbivaatus</li> <li><input type="checkbox"/> seksuaalsuse positiivne mõju tervisele ja healule</li> <li>● <i>seksuaalvägivald; ebaturvaline abort; emade suremus; seksuaalhälbed</i></li> <li>● <i>HIV/AIDSi ja seksuaalsel teel levivate haiguste ülekande, ennetamine ja ravi, haigete ravi ja toetus</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>vastu astumine seksuaalse ahistamisele; enesekaitse oskused</b></li> <li><input type="checkbox"/> probleemide korral abi ja toe küsimine</li> <li>○ <i>kondoomide omandamine ja nende tõhus kasutamine</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>vastutustunde seesmine omaksvõtt enda ja oma partneri seksuaaltervise eest</b></li> </ul>

■ põhiteema (uus)

□ põhiteema (süvendamine)

● lisateema (uus)

○ lisateema (süvendamine)

15–...	Teadmised Mille kohta teavet anda	Oskused Milliseid oskusi aidata õppida	Hoiakud Milliseid hoiakuid aidata kujundada
Seksuaalsus ja õigused	<input type="checkbox"/> seksuaalõigused: juurdepääs, teave, kättesaadavus, seksuaalõiguste rikkumised <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>seksuaalõiguste ja -kohustuste kontseptsioon</i></li> <li>• <i>soopõhine vägivald</i></li> <li>• <i>õigus abordile</i></li> <li>• <i>inimõiguste organisatsioonid ja Euroopa Inimõiguste Kohus</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>inimõigustega seotud sõnavara mõistmine</b></li> <li>■ <b>võimestatus nõudmaks oma seksuaalõigusi</b></li> <li>■ <b>seksuaalõiguste rikkumiste märkamise ning diskrimineerimise ja soopõhise vägivalda vastu sõna võtmine</b></li> </ul>	<input type="checkbox"/> enda ja teiste seksuaalõiguste aktsepteerimine <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>teadlikkus seksuaalõiguste ja võimu vahekorras</i></li> <li>• <i>sotsiaalne õiglustunne</i></li> </ul>
Seksuaalsuse sotsiaalsed ja kultuurilised mõjurid	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>sotsiaalsed piirid; ühiskondlikud standardid</b></li> <li>○ <i>kaaslaste surve, meedia, pornograafia, (linna)kultuuri, religiooni, soo, seaduste, religiooni ja sotsiaalmajandusliku staatuse mõju seksuaalotsustele, partnersuhetele ja käitumisele</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>isiklike väärtuste ja uskumuste määratlemine</b></li> <li><input type="checkbox"/>peres ja ühiskonnas esinevate vastuoluliste isiklike (ja isikutevaheliste) normide ja väärtuste konfliktiga toimetulek</li> <li>• <i>marginaliseeritud isikute toetamine; HIV või AIDSiga elavate inimeste õiglane kohtlemine ühiskonnas</i></li> <li>○ <i>meediapädevus</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>teadlikkus sotsiaalsetest, kultuurilistest ja ajaloolistest mõjudest seksuaalkäitumisele</b></li> <li>• <i>austus erinevate väärtuste õ ja uskumuste süsteemide vastu</i></li> <li>• <i>iseteadlikkuse ja enese väärtustamise tunnustamine enda kultuurilises keskkonnas</i></li> <li>• <i>vastutustunne enda rolli / vaatenurga eest seoses ühiskonna muutustega</i></li> </ul>

■ **põhiteema (uus)**

□ **põhiteema (süvendamine)**

• **lisateema (uus)**

○ **lisateema (süvendamine)**

# Kirjanduse loetelu

## A. Viidatud allikad

**BZgA/WHO Regional Office for Europe** (2006). Country papers on youth sex education in Europe. Cologne (<http://www.sexualaufklaerung.de/cgi-sub/fetch.php?id=489>).

**Frans E, Franck T** (2010). Vlaggensysteem. Praten met kinderen en jongeren over seks en seksueel grensoverschrijdend gedrag [Flagsystem. Talking with children and youngsters about sexuality and inappropriate sexual behaviour]. Antwerp, Sensoa.

**Havighurst RJ** (1971). Development tasks and education. New York, Longman.

**Hedgepeth E, Helmich J** (1996). Teaching about sexuality and HIV. Principles and methods for effective education. New York, New York University Press.

**IPPF** (1996). Charter on Sexual and Reproductive Rights. London (<http://www.ippf.org/NR/rdonlyres/6C9013D5-5AD7-442A-A435-4C219E689F07/0/charter.pdf>).

**IPPF** (2006a). Sexuality education in Europe. A reference guide to policies and practices. The Safe project. Brussels, IPPF European Network ([http://www.ysafe.net/SAFE/documents/Design\\_sex%20ed%20guide%20final%20final\\_30nov2006.pdf](http://www.ysafe.net/SAFE/documents/Design_sex%20ed%20guide%20final%20final_30nov2006.pdf)).

**IPPF** (2006b). Framework for comprehensive sexuality education. London (<http://www.ippf.org/NR/rdonlyres/CE7711F7-C0F0-4AF5-A2D5-1E1876C24928/0/Sexuality.pdf>).

**IPPF** (2007). A guide for developing policies on the sexual and reproductive health and rights of young people in Europe. The Safe Project. Brussels ([http://www.ysafe.net/SAFE/documents/Design\\_ippf-policy%20guide%20final\\_Sep07.pdf](http://www.ysafe.net/SAFE/documents/Design_ippf-policy%20guide%20final_Sep07.pdf)).

**IPPF** (2008). Sexual rights: an IPPF declaration. London (<http://www.ippf.org/en/Resources/Statements/Sexual+rights+an+IPPF+declaration.htm>).

**Kohler PK, Manhart LE, Lafferty WE** (2008). Abstinence-only and comprehensive sex education and the initiation of sexual activity and teen pregnancy. *Journal of Adolescent Health*, 42, 4:344-351.

**Lazarus JV, Liljestrand J** (2007). Sex and young people in Europe. A research report of the Sexual Awareness for Europe Partnership. The Safe Project. Lund, IPPF ([http://www.ysafe.net/SAFE/documents/Design\\_Safe%20Research%20Report%20final%20final\\_27Sep07.pdf](http://www.ysafe.net/SAFE/documents/Design_Safe%20Research%20Report%20final%20final_27Sep07.pdf)).

**OECD Social Policy Division Directorate of Employment, Labour and Social Affairs** (2008). SF 5: Age of mother at first child's birth. Paris (<http://www.oecd.org/dataoecd/62/49/41919586.pdf>).

**Plummer K** (2001). The square of intimate citizenship. Some preliminary proposals. *Citizenship Studies*, 5, 3:237-253.

**Population Council** (2009). It's all one curriculum. Guidelines and activities for a unified approach to sexuality, gender, HIV, and human rights education. New York ([http://www.popcouncil.org/pdfs/2010PGY\\_ItsAllOneGuidelines\\_en.pdf](http://www.popcouncil.org/pdfs/2010PGY_ItsAllOneGuidelines_en.pdf), [http://www.popcouncil.org/pdfs/2010PGY\\_ItsAllOneActivities\\_en.pdf](http://www.popcouncil.org/pdfs/2010PGY_ItsAllOneActivities_en.pdf)).

**Rutgers Nisso Groep** (2008). Opgroeien met liefde. Seksuele opvoedingsondersteuning aan ouders [Growing up with love. Sex education support for parents]. Utrecht.

**Schmidt G** (2004). Das neue DER DIE DAS. Über die Modernisierung des Sexuellen. [The new DER DIE DAS. On the Modernisation of the Sexual]. Giessen, Psychosozial Verlag.

**UNESCO** (2009a). International technical guidance on sexuality education. Vol. I – Rationale for sexuality education. Paris (<http://unesdoc.unesco.org/images/0018/001832/183281e.pdf>).

**UNESCO** (2009b). International technical guidance on sexuality education. Vol. II – Topics and learning objectives. Paris  
([http://data.unaids.org/pub/ExternalDocument/2009/20091210\\_international\\_guidance\\_sexuality\\_education\\_vol\\_2\\_en.pdf](http://data.unaids.org/pub/ExternalDocument/2009/20091210_international_guidance_sexuality_education_vol_2_en.pdf)).

**UNESCO HIV and AIDS Education Clearinghouse**. HIV and AIDS Library  
([http://hivaidsclearinghouse.unesco.org/search/index\\_expert.php](http://hivaidsclearinghouse.unesco.org/search/index_expert.php)).

**United Nations** (1989). Convention on the Rights of the Child. New York  
(<http://www.un.org/documents/ga/res/44/a44r025.htm>).

**Weeks J** (1998). The sexual citizen. *Theory, Culture & Society*, 15, 3-4:35-52.

**WHO** (1975). Education and treatment in human sexuality. The training of health professionals. Report of a WHO Meeting (WHO Technical Report Series, No. 572). Geneva  
([http://whqlibdoc.who.int/trs/WHO\\_TRS\\_572.pdf](http://whqlibdoc.who.int/trs/WHO_TRS_572.pdf)).

**WHO** (2004). Reproductive health strategy to accelerate progress towards the attainment of international development goals and targets. Global strategy adopted by the 57th World Health Assembly. Geneva  
([http://whqlibdoc.who.int/hq/2004/WHO\\_RHR\\_04.8.pdf](http://whqlibdoc.who.int/hq/2004/WHO_RHR_04.8.pdf)).

**WHO** (2006). Defining sexual health. Report of a technical consultation on sexual health, 28–31 January 2002. Geneva ([http://www.who.int/reproductivehealth/topics/gender\\_rights/defining\\_sexual\\_health.pdf](http://www.who.int/reproductivehealth/topics/gender_rights/defining_sexual_health.pdf)).

**WHO Regional Office for Europe** (1999/2001). Definitions and indicators in family planning, maternal and child health and reproductive health used in the WHO Regional Office for Europe. Copenhagen  
([www.euro.who.int/reproductivehealth](http://www.euro.who.int/reproductivehealth)).

**WHO Regional Office for Europe** (2001). WHO Regional Strategy on Sexual and Reproductive Health. Copenhagen ([www.euro.who.int/document/e74558.pdf](http://www.euro.who.int/document/e74558.pdf)).

**WHO Regional Office for Europe** (2008). Inequalities in young people's health. HBSC international report from the 2005/2006 survey. Edinburgh  
([http://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0005/53852/E91416.pdf](http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0005/53852/E91416.pdf)).

**World Association for Sexual Health (WAS)** (1999). Declaration of Sexual Rights. Hong Kong  
(<http://worldsexualhealth.org/sites/default/files/Declaration%20of%20Sexual%20Rights.pdf>).

**World Association for Sexual Health (WAS)** (2008). Sexual health for the millennium. A declaration and technical document. Minneapolis (<http://worldsexualhealth.org/millennium-declaration>).

## B. Teaduslik kirjandus laste psühhooseksuaalse arengu teemal

**Bancroft J** (2006). Normal sexual development. Barbaree HE, Marshall WL (eds.). The juvenile sex offender. New York/London, Guilford Press.

**Bancroft J** et al. (eds.) (2003). Sexual development in childhood. Bloomington, Indiana University Press.

**Barbaree E, Marshall WL** (eds.) (2006). The juvenile sex offender. New York/London, Guilford Press.

**Berger M** (1994). Sexualerziehung im Kindergarten. [Sexuality education in the kindergarten]. Frankfurt am Main, Brandes & Apsel.

**Bornemann E** (1994). Childhood phases of maturity. Amherst, NY, Prometheus Books.

**Burian B** (ed.) (2005). Doktorspiele. Die Sexualität des Kindes [Playing doctors and nurses. Child sexuality]. Vienna, Picusverlag.

**Cohen-Kettenis PT, Sandfort T** (1996). Seksueel gedrag van kinderen. Een kwantitatief onderzoek onder moeders [Sexual behaviour of children. A quantitative survey]. Tijdschrift voor Seksuologie, 20:254-265.

**Creemers C, Vermeiren R, Deboutte D** (2007). Seksueel grensoverschrijdend gedrag door kinderen [Inappropriate sexual behaviour in children]. In: Van Wijk AP, Bullens RAR, Van Den Eshof P (eds.). Facetten van zedencriminaliteit [Facets of sexual criminality]. The Hague.

**de Graaf H, Rademakers J** (2003). Seks in de groei. Een verkennend onderzoek naar de (pre-)seksuele ontwikkeling van kinderen en jeugdigen [A growing interest in sex. An exploratory study into the pre-sexual and sexual development of children and young people] (RNG-studies, No. 2). Delft, Rutgers Nisso Groep.

**de Graaf H; Rademakers J** (2007). Seksueel gedrag en seksuele gevoelens van prepuberale kinderen [Sexual behaviour and sexual feelings of prepubertal children]. Tijdschrift voor Seksuologie, 31:184-194.

**de Graaf H** et al. (2004). De seksuele levensloop [Sexual development]. In: Gijs L. et al. (eds.). Seksuologie [Sexology]. Houten, Bohn Stafleu van Loghum, pp. 167-190.

**Delfos MF** (1996). Kinderen in ontwikkeling. Stoornissen en belemmeringen [Child development. Interference and obstacles]. Lisse, Pearson.

**De Wit J, Van Der Veer G, Slot NW** (1995). Psychologie van de adolescentie [The adolescent psychology]. Baarn, Intro.

**Dieltjens S, Meurs P** (2008). Seksuele ontwikkeling en de rol van broers en zussen. Siblingseks: spelletjes, nieuwsgierigheid, misbruik en incest [Sexual development and the role of brothers and sisters. Sibling sex: games, curiosity, abuse and incest]. Cahiers seksuele psychologie en seksuologie, 3. Antwerp/Apeldoorn.

**Dunde SR** (1992). Handbuch Sexualität [Guide to sexuality]. Weinheim, Deutscher Studien-Verlag.

**Frans E** (ed.) (2008). Seksueel grensoverschrijdend gedrag. Algemene gids [Inappropriate sexual behaviour. A general guide]. Antwerp, Sensoa  
([http://www.sensoa.be/downloadfiles\\_shop/algemene\\_gids\\_grensoverschr\\_gedrag.pdf](http://www.sensoa.be/downloadfiles_shop/algemene_gids_grensoverschr_gedrag.pdf)).

**Fried L** (2000). Sexualität in Kindertagesstätten – immer noch ein Tabu? [Sexuality in kindergartens – still taboo?] In: Colberg-Schrader H et al. (eds.). KIT. Kinder in Tageseinrichtungen. Ein Handbuch für Erzieherinnen [Children in daycare. A guide for care workers. Velber, Sensoa.

**Friedrich WN** (2003). Studies of sexuality of nonabused children. In: Bancroft J et al. (eds.). Sexual development in childhood. Bloomington, Indiana University Press, pp. 107-120.

**Friedrich WN** et al. (1991). Normative sexual behavior in children. Pediatrics, 88:456-464.



- Friedrich WN** et al. (1998). Normative sexual behavior in children: A contemporary sample. *Pediatrics*, 101:9.
- Friedrich WN** et al. (2000). Cultural differences in sexual behaviour. 2-6 year old Dutch and American children. In: Sandfort T, Theodorus GM, Rademakers J (eds.). *Childhood sexuality. Normal sexual behaviour and development. Journal of Psychology and Human Sexuality [Special issue]*, 12:117-129.
- Fthenakis WE, Textor M** (eds.) (2004). *Knaurs Handbuch Familie. Alles was Eltern wissen müssen [Knaurs guide – family. Everything parents need to know]*. München, Knaur.
- Gavey N** (2005). *Just sex? The cultural scaffolding of rape*. London, Routledge.
- Goldman R, Goldman J** (1982). *Children's sexual thinking. A comparative study of children aged 5 to 15 years in Australia, North America, Britain and Sweden*. London, Routledge & Kegan Paul.
- Haeberle EJ** (1983). *The sex atlas*. New York, Continuum Publishing Company.
- Haug-Schnabel G** (1997). *Sexualität ist kein Tabu. Vom behutsamen Umgang mit einem schwierigen Thema [Sexuality is not taboo. Dealing sensitively with a delicate subject]*. Freiburg, Herder.
- Hayez J-Y** (2005). *Ook kinderen hebben een lichaam. Kinderen leren omgaan met seksualiteit [Children have a body too. Teaching children to deal with sexuality]*. Tielt, Lanoo.
- Heuves W** (2006). *Pubers. Ontwikkeling en problemen. [Puberty. Development and problems]*. Assen, Koninklijke Van Gorcum BV.
- Isaacs S** (1933 – reprint 2001). *Social development in young children*. London, Routledge.
- Jenkins P** (2003). *Watching the research pendulum*. In: Bancroft J et al. (eds.). *Sexual development in childhood*. Bloomington, Indiana University Press.
- Klaï T, Vermeire K** (2006). *La vie sexuelle des jeunes [Young people's sex life]*. Antenne, 24, 3:19-27.
- Lamb S, Coakley M** (1993). "Normal" childhood sexual play and games. Differentiating play from abuse. *Child Abuse & Neglect*, 17:515-526.
- Langfeldt T** (1990). *Early childhood and juvenile sexuality, development and problems*. In: Perry ME (ed.). *Handbook of sexology, Vol. 7. Childhood and adolescent sexology*. New York, Elsevier, pp. 179-200.
- Larsson I, Svedin CG** (2002). *Teachers' and parents' reports on 3- to 6-year-old children's sexual behavior. A comparison*. *Child Abuse & Neglect*, 26:247-266.
- Maccoby EE** (2000). *Die Psychologie der Geschlechter. Sexuelle Identität in den verschiedenen Lebensphasen [The psychology of the sexes. Sexual identity at various life stages]*. Stuttgart, Klett-Cotta. [Originally published in English as: Maccoby EE (1998). *The two sexes: growing up apart, coming together*. Cambridge, MA, The Belknap Press of Harvard University Press.]
- McKee A** et al. (2010). *Healthy sexual development: A multidisciplinary framework research*. In: *International Journal of Sexual Health*, 22, 1:14-19.
- Ohlrichs Y** (2007). *Normale seksuele ontwikkeling [Normal sexual development]*. In: Van Wijk AP, Bullens RAR, Van Den Eshof P. *Facetten van zedencriminaliteit [Facets of sexual criminality]*. The Hague, Reed Business BV.
- Okami P, Olmstead R, Abramson PR** (1997). *Sexual experiences in early childhood. 18-year longitudinal data from the UCLA Family Lifestyles Project*. *Journal of Sex Research*, 34, 4:339-347.
- Rademakers J** (2000). *Het kind als subject. De seksuele ontwikkeling van kinderen (0-12 jaar) [The child as subject. The sexual development of children (from birth to age 12)]*. *Tijdschrift voor Seksuologie*, 24:17-23.

- Ravesloot J** (1992). Jongeren en seksualiteit [Young people and sexuality]. In: Du Bois-Reymond M. Jongeren op weg naar volwassenheid [Young people moving into adulthood]. Groningen, Wolters-Noordhoff.
- Rossmann P** (1996). Einführung in die Entwicklungspsychologie des Kindes- und Jugendalters [Introduction to developmental psychology of children and adolescents]. Bern, Huber.
- Ryan G, Lane S** (eds.) (1997). Juvenile sexual offending. Causes, consequences and correction. San Francisco, Jossey-Bass.
- Sandfort TGM, Rademakers J** (2000). Childhood sexuality. Normal sexual behavior and development. New York, London and Oxford, Haworth Press.
- Schenk-Danzinger L** (1988). Entwicklungspsychologie [Developmental psychology]. Vienna, Österreichischer Bundesverlag.
- Schmidt G** (1988). Das große DER DIE DAS [The big DER DIE DAS]. Reinbek bei Hamburg, Rowohlt.
- Schmidt G** (2004). Kindessexualität – Konturen eines dunklen Kontinents [Childhood sexuality – outlines of a dark continent]. Zeitschrift für Sexualforschung, 4:312-322.
- Schuhrke B** (1991). Körperentdecken und psychosexuelle Entwicklung. Theoretische Überlegungen und eine Längsschnittuntersuchung im zweiten Lebensjahr [Discovery of one's body and psychosexual development. Theoretical considerations and a longitudinal study of children in their second year]. Regensburg, Roderer.
- Schuhrke B** (1997). Genitalentdecken im zweiten Lebensjahr [Discovery of the genitals in children in their second year]. In: Zeitschrift für Sexualforschung, 10:106-126.
- Schuhrke B** (1999). Scham, körperliche Intimität und Familie [Shame, physical intimacy and family]. In: Zeitschrift für Familienforschung, 11:59-83.
- Schuhrke B** (2002). Curiosity and privacy. The management of children's sexual interest in the family. In: Göttert M, Walser K (eds.). Gender und soziale Praxis [Gender and social practice]. Königstein, Ulrike Helmer, pp.121-143.
- Schuhrke B** (2005). Sexuelles Verhalten von Kindern. Zwischen Normalität und Abweichung [Sexual behaviour of children. Between normality and deviance]. In: Burian-Langegger B, ed. Doktorspiele. Die Sexualität des Kindes [Playing doctors and nurses. Child sexuality]. Vienna, Picus, pp.34-62.
- Schuster P, Springer-Kremser M** (1994). Bausteine der Psychoanalyse [Basic elements of psychoanalysis]. Vienna, WUV.
- Straver CJ, Cohen-Kettenis PT, Slob AK** (1998). Seksualiteit en levensloop [Sexuality and course of life]. In: Slob AK et al. (1998). Leerboek seksuologie [Textbook of sexology]. Houten/Diegem, Bohn Stafleu Van Loghum.
- Trautner HM** (2002). Entwicklung der Geschlechtsidentität [Development of sexual identity]. In: Oerter R, Montada, L (eds.). Entwicklungspsychologie [Developmental psychology]. Weinheim, Beltz, pp.648-674.
- van der Doef S** (1994). Kleine mensen grote gevoelens. Kinderen en hun seksualiteit [Little people, big feelings. Children and their sexuality]. Amsterdam, de Brink.
- Verhofstadt-Denève L** (1998). Adolescentiepsychologie [Adolescent psychology]. Leuven/Apeldoorn, Garant.
- Volbert R, van der Zanden R** (1996). Sexual knowledge and behaviour of children up to 12 years. What is age appropriate? In: Davies G et al. (eds.). Psychology, law and criminal justice. International development in research and practice. Berlin, De Gruyter, pp.198-215.
- Zwiep C** (2005). Kinderen en seksualiteit. Pedagogische begeleiding in de kinderopvang [Children and sexuality. Educational guidance in the context of childcare]. Amsterdam, SWP Publishers.

## C. Seksuaalhariduse õppekavad ja vastav kirjandus

**Advocates for Youth** (2002). Guide to Implementing TAP (Teens for AIDS prevention). A peer education programme to prevent HIV and STI. Washington, DC  
(<http://www.advocatesforyouth.org/storage/advfy/documents/TAP.pdf>).

**Blake S, Muttock S** (2004). Assessment, evaluation and sex and relationships education. A practical toolkit for education, health and community settings. London, National Children's Bureau.

**BZgA** (1994). General Concept for Sex Education of the Federal Centre for Health Education in cooperation with the Federal States. Cologne (<http://www.bzga.de/infomaterialien/?sid=-1&idx=777>).

**BZgA** (2004). Concept Sex Education for Youths. Cologne  
(<http://www.sexualaufklaerung.de/index.php?docid=694>).

**BZgA** (2006). Über Sexualität reden. Zwischen Einschulung und Pubertät. Ein Ratgeber für Eltern zur kindlichen Sexualentwicklung zwischen Einschulung und Pubertät [Talking about sexuality. From school entry to puberty. A guide for parents about child sexual development from school entry to puberty]. Cologne (<http://www.sexualaufklaerung.de/index.php?docid=900>).

**BZgA** (2006). Über Sexualität reden. Die Zeit der Pubertät. Ein Ratgeber für Eltern zur kindlichen Sexualentwicklung in der Pubertät [Talking about sexuality. Puberty. A guide for parents about child sexual development in puberty]. Cologne (<http://www.sexualaufklaerung.de/index.php?docid=901>).

**BZgA** (2007). Youth. Forum sex education and family planning, No. 3/2007. Cologne  
(<http://www.sexualaufklaerung.de/index.php?docid=1331>).

**International Bureau of Education** (2006). Manual for integrating HIV and AIDS education in school curricula. Geneva  
([www.ibe.unesco.org/fileadmin/user\\_upload/HIV\\_and\\_AIDS/publications/IBE\\_CurrManual\\_3v\\_en.pdf](http://www.ibe.unesco.org/fileadmin/user_upload/HIV_and_AIDS/publications/IBE_CurrManual_3v_en.pdf)).

**IPPF** (2006). Framework for Comprehensive Sexuality Education. London (updated version 2010:  
<http://www.ippf.org/NR/rdonlyres/CE7711F7-C0F0-4AF5-A2D5-1E1876C24928/0/Sexuality.pdf>).

**IPPF** (2007). Included, involved, inspired: a framework for youth peer education programmes. London  
(<http://www.ippf.org/NR/rdonlyres/60B87E63-649B-4523-B1F2-8599438249DE/0/peeredu.pdf>).

**IPPF** (2008). Sexual rights. An IPPF declaration. London (<http://www.ippf.org/NR/rdonlyres/9E4D697C-1C7D-4EF6-AA2A-6D4D0A13A108/0/SexualRightsIPPFdeclaration.pdf>).

**IPPF** (2009). From evidence to action. Advocating for comprehensive sexuality education. London  
([www.ippf.org/en/Resources/Guides-  
toolkits/From+evidence+to+action+advocating+for+comprehensive+sexuality+education.htm](http://www.ippf.org/en/Resources/Guides-toolkits/From+evidence+to+action+advocating+for+comprehensive+sexuality+education.htm)).

**IPPF** (2010). Voices of hope: guide to inspire dialogues on religion, faith, sexuality and young people. London  
(<http://www.ippf.org/en/Resources/Guides-toolkits/Voices+of+hope.htm>).

**IPPF** (in press). EXCLAIM! IPPF's guide to young people's sexual rights. London ([www.ippf.org](http://www.ippf.org)).

**Irvin A** (2004). Positively informed. Lesson plans and guidance for sexuality educators and advocates. New York, International Women's Health Coalition (<http://www.iwhc.org/index.php?option=content&task=view&id=2594>).

**Kirby D, Laris BA, Rolleri L** (2006). Sex and HIV Education programs for youth. Their impact and important characteristics. FHI, Washington, DC (<http://www.etr.org/recapp/documents/programs/SexHIVedProgs.pdf>).

**Kirby D, Rolleri LA, Wilson MM** (2007). Tool to assess the characteristics of effective STD/HIV education programs. Healthy Teen Network, Washington, DC (<http://www.healthyteennetwork.org/vertical/Sites/%7BB4DOCC76-CF78-4784-BA7C-5D0436F6040C%7D/uploads/%7BAC34F932-ACF3-4AF7-AAC3-4C12A676B6E7%7D.PDF>).

**Lafa Stockholm County AIDS Prevention Programme** (2004). The main thread. Handbook on sexuality and personal relationships among young people. Stockholm ([http://www.lafa.nu/upload\\_files/dokument/The%20Main%20Thread%20-%20a%20hanbook%20on%20sexuality%20and%20personal%20relationships%20%20from%20Lafa.pdf](http://www.lafa.nu/upload_files/dokument/The%20Main%20Thread%20-%20a%20hanbook%20on%20sexuality%20and%20personal%20relationships%20%20from%20Lafa.pdf)).

**Pädagogische Hochschule Luzern**; Hochschule Luzern, Soziale Arbeit [Lucerne University of Teacher Education; Lucerne University of Applied Sciences and Arts, Social Work Department] (2007). Sexualpädagogik und Schule. Eine Situationsanalyse [Sexuality education and the school. A situation analysis]. Lucerne ([http://www.bildungundgesundheit.ch/dyn/bin/87023-87027-1-situationsanalyse\\_sexualp\\_dagogik\\_und\\_schule\\_definitive\\_fassung.pdf](http://www.bildungundgesundheit.ch/dyn/bin/87023-87027-1-situationsanalyse_sexualp_dagogik_und_schule_definitive_fassung.pdf)).

**Pädagogische Hochschule Luzern**; Hochschule Luzern, Soziale Arbeit [Lucerne University of Teacher Education; Lucerne University of Applied Sciences and Arts, Social Work Department] (2008). L'éducation sexuelle à l'école. Analyse de la situation [Sexuality education and the school. A situation analysis]. Lucerne ([http://www.amorix.ch/upload/docs/Analyse%20de%20la%20situation\\_version\\_11-08.pdf](http://www.amorix.ch/upload/docs/Analyse%20de%20la%20situation_version_11-08.pdf)).

**Pädagogische Hochschule Luzern**; Hochschule Luzern, Soziale Arbeit [Lucerne University of Teacher Education; Lucerne University of Applied Sciences and Arts, Social Work Department] (2008). Grundlagenpapier Sexualpädagogik und Schule [Statement of principles on sexuality education and the school]. Lucerne ([http://amorix.phz.ch/upload/docs/Grundlagenpapier\\_Sexualpaedagogik\\_Version%204%201-D.pdf](http://amorix.phz.ch/upload/docs/Grundlagenpapier_Sexualpaedagogik_Version%204%201-D.pdf)).

**Pädagogische Hochschule Luzern**; Hochschule Luzern, Soziale Arbeit [Lucerne University of Teacher Education; Lucerne University of Applied Sciences and Arts, Social Work Department] (2008). Document établissant les bases d'une éducation sexuelle à l'école [Statement of principles on sexuality education and the school]. Lucerne ([http://amorix.phz.ch/upload/docs/Grundlagepapier\\_version\\_4\\_1\\_F\\_DEF\\_V3.pdf](http://amorix.phz.ch/upload/docs/Grundlagepapier_version_4_1_F_DEF_V3.pdf)).

**Path** (2002). Games for adolescent reproductive health. An international handbook. Washington, DC (<http://www.path.org/files/gamesbook.pdf>).

**PLANeS**, Schweizerische Stiftung für sexuelle und reproduktive Gesundheit [Swiss Foundation for sexual and reproductive health] (2008). Positionspapier von PLANeS zu Sexualpädagogik [PLANeS position paper on sexuality education]. Zürich ([http://www.plans.ch/IMG/pdf\\_PositionspapierPLANeSSexualpadagogik5\\_11\\_08.pdf](http://www.plans.ch/IMG/pdf_PositionspapierPLANeSSexualpadagogik5_11_08.pdf)).

**Population Council** (2009). It's all one curriculum. Guidelines and activities for a unified approach to sexuality, gender, HIV, and human rights education. New York  
([http://www.popcouncil.org/pdfs/2010PGY\\_ItsAllOneGuidelines\\_en.pdf](http://www.popcouncil.org/pdfs/2010PGY_ItsAllOneGuidelines_en.pdf),  
[http://www.popcouncil.org/pdfs/2010PGY\\_ItsAllOneActivities\\_en.pdf](http://www.popcouncil.org/pdfs/2010PGY_ItsAllOneActivities_en.pdf)).

**Rutgers Nisso Groep** (2007). RAP-Tool of the Youth Incentives Programme of the Rutgers Nisso Groep The Netherlands. Utrecht  
([http://hivaidsclearinghouse.unesco.org/search/resources/bie\\_rap\\_tool\\_engels\\_jan\\_2007.pdf](http://hivaidsclearinghouse.unesco.org/search/resources/bie_rap_tool_engels_jan_2007.pdf)).

**Senderowitz J, Kirby D** (2006). Standards for curriculum-based reproductive health and HIV education programs. Arlington, FHI  
([http://www.ibe.unesco.org/fileadmin/user\\_upload/temp/FHI\\_standards\\_senderowitz\\_kirby.pdf](http://www.ibe.unesco.org/fileadmin/user_upload/temp/FHI_standards_senderowitz_kirby.pdf)).

**Sensoa** (2000). Good lovers. A new concept of sex education. Ghent  
([http://www.sensoa.be/downloadfiles\\_shop/concept\\_good\\_lovers.pdf](http://www.sensoa.be/downloadfiles_shop/concept_good_lovers.pdf)).

**Sensoa** (2007). International resources on sexual and reproductive health education. Ghent  
([http://www.sensoa.be/pdf/docucentrum/infopakket\\_internationale\\_leermiddelen.pdf](http://www.sensoa.be/pdf/docucentrum/infopakket_internationale_leermiddelen.pdf)).

**Sex Education Forum** (2009). Celebrating sex and relationships education: Past, present and future. London, National Children's Bureau  
([http://www.ncb.org.uk/members\\_area/publication\\_view.aspx?PubID=611&searchTitle=Celebrating+Sex+and+Relationships+Education&searchAuthor=&searchISBN=&searchYear=2009&searchSeries=-1&searchKeyword=&pageIndex=1&searchSubject=0](http://www.ncb.org.uk/members_area/publication_view.aspx?PubID=611&searchTitle=Celebrating+Sex+and+Relationships+Education&searchAuthor=&searchISBN=&searchYear=2009&searchSeries=-1&searchKeyword=&pageIndex=1&searchSubject=0)).

**Siecus** (1998). Right from the start. Guidelines for sexuality issues (birth to five years). New York  
([www.siecus.org](http://www.siecus.org)).

**Siecus** (2000). Developing guidelines for comprehensive sexuality education. New York  
([http://www.siecus.org/\\_data/global/images/guideintl.pdf](http://www.siecus.org/_data/global/images/guideintl.pdf)).

**Siecus** (2004). Guidelines for comprehensive sexuality education. Kindergarten through 12th grade. New York  
([www.siecus.org/\\_data/global/images/guidelines.pdf](http://www.siecus.org/_data/global/images/guidelines.pdf)).

**Siecus** (2005). Talk about sex. New York (<http://www.siecus.org>).

**TARSHI** (2005). Basics and beyond: integrating sexuality, sexual and reproductive health and rights – a manual for trainers. New Delhi.

**Wight D, Abraham C** (2000). From psycho-social theory to sustainable classroom practice. Developing a research-based teacher-delivered sex education programme. In: Health education research, 15, 1:25-38.  
(<http://her.oxfordjournals.org/cgi/reprint/15/1/25.pdf>)

**World Population Foundation** (WPF) (2008). IM toolkit for planning sexuality education programs. Using intervention mapping in planning school-based sexual and reproductive health and rights education programs. Maastricht ([www.wpf.org/documenten/20080729\\_IMToolkit\\_July2008.pdf](http://www.wpf.org/documenten/20080729_IMToolkit_July2008.pdf)).

**Y-Peer** (2003). *Peer education. Training of trainers manual*. New York, United Nations Population Fund  
([http://www.aidsmark.org/jpc\\_en/pdf/sm/tm/Peer%20Education%20Training%20of%20Trainers%20Manual.pdf](http://www.aidsmark.org/jpc_en/pdf/sm/tm/Peer%20Education%20Training%20of%20Trainers%20Manual.pdf)).

## D. Teemakohased veebilehed

**Advocates for Youth**, United States of America:

[www.advocatesforyouth.org](http://www.advocatesforyouth.org)

**Aids Action Europe**. Clearinghouse on HIV and AIDS in Europe and Central Asia:

[www.aidsactioneurope.org/index.php?id=186&L=http%3A%25](http://www.aidsactioneurope.org/index.php?id=186&L=http%3A%25)

**Austrian Institute for Family Studies (ÖIF)**, University of Vienna:

[www.oif.ac.at](http://www.oif.ac.at)

**Deutsche Gesellschaft für Sexualforschung** [German Association for Sexual Research]:

[www.dgfs.info](http://www.dgfs.info)

**European Society of Contraception and Reproductive Health (ESC)**:

[www.contraception-esc.com](http://www.contraception-esc.com)

[www.contraception-esc.com/weblibrary/index.htm](http://www.contraception-esc.com/weblibrary/index.htm)

**Family Health International (FHI)**, United States of America:

[www.fhi.org/en/index.htm](http://www.fhi.org/en/index.htm)

**Family Planning Association (FPA)**, United Kingdom:

[www.fpa.org.uk](http://www.fpa.org.uk)

**Federal Centre for Health Education (BZgA)**, Germany:

[www.bzga-whocc.de](http://www.bzga-whocc.de)

[www.sexualaufklaerung.de](http://www.sexualaufklaerung.de)

[www.loveline.de](http://www.loveline.de)

[www.familienplanung.de](http://www.familienplanung.de)

[www.komm-auf-tour.de](http://www.komm-auf-tour.de)

[www.forschung.sexualaufklaerung.de](http://www.forschung.sexualaufklaerung.de)

[www.frauengesundheitsportal.de](http://www.frauengesundheitsportal.de)

**German Foundation for World Population (DSW)**:

[www.dsw-online.de](http://www.dsw-online.de)

**Guttmacher Institute**, United States of America:

[www.guttmacher.org](http://www.guttmacher.org)

**International Centre for Reproductive Health (ICRH)**, University of Ghent, Belgium:

[www.icrh.org](http://www.icrh.org)

**International Centre for Research on Women (ICRW)**:

[www.icrw.org](http://www.icrw.org)

**International Planned Parenthood Federation (IPPF)**:

[www.ippf.org](http://www.ippf.org)

**International Women’s Health Coalition (IWHC):**

[www.iwhc.org](http://www.iwhc.org)

**Kaiser Family Foundation (KFF), United States of America:**

[www.kff.org](http://www.kff.org)

**Kompetenzzentrum Sexualpädagogik und Schule** [Skills Centre Sex Education and Schools], Switzerland:

[www.amorix.ch](http://www.amorix.ch)

**NHS Choices**, United Kingdom:

[www.nhs.uk/Livewell/Sexandyoungpeople/Pages/Sex-and-young-people-hub.aspx](http://www.nhs.uk/Livewell/Sexandyoungpeople/Pages/Sex-and-young-people-hub.aspx)

**Population Council:**

[www.popcouncil.org](http://www.popcouncil.org)

**Pro familia** - German association for family planning, sex education and sexual counselling:

[www.profamilia.de](http://www.profamilia.de)

**Rutgers Nisso Groep (RNG)**, Netherlands:

[www.rutgersnissogroep.nl/English](http://www.rutgersnissogroep.nl/English)

**Schweizerische Stiftung für sexuelle und reproduktive Gesundheit** [Swiss Foundation for Sexual and Reproductive Health – PLANeS]:

[www.plan-s.ch](http://www.plan-s.ch)

[www.isis-info.ch](http://www.isis-info.ch)

**SENSOA**, Belgium:

[www.sensoa.be](http://www.sensoa.be)

**Sex Education Forum**, United Kingdom:

[www.ncb.org.uk/sef/home.aspx](http://www.ncb.org.uk/sef/home.aspx)

**Sexuality Information and Education Council of the United States (Siecus)**, United States of America:

[www.siecus.org](http://www.siecus.org)

[www.sexedlibrary.org](http://www.sexedlibrary.org)

**Swedish Association for Sexuality Education (RFSU):**

[www.rfsu.se](http://www.rfsu.se)

**UNESCO HIV and AIDS Education Clearinghouse. HIV and AIDS Library:**

[www.hivaidsclearinghouse.unesco.org/search/index\\_expert.php](http://www.hivaidsclearinghouse.unesco.org/search/index_expert.php)

**United Nations Population Fund (UNFPA):**

[www.unfpa.org/adolescents/education.htm](http://www.unfpa.org/adolescents/education.htm)

**United Nations Programme on HIV/AIDS (UNAIDS):**

[www.unaids.org/en](http://www.unaids.org/en)

**World Health Organization (WHO):**

[www.who.int/reproductive-health/index.htm](http://www.who.int/reproductive-health/index.htm)

[www.apps.who.int/rhl/en/index.html](http://www.apps.who.int/rhl/en/index.html)

**World Health Organization Regional Office for Europe (WHO/Europe):**

[www.euro.who.int/reproductivehealth](http://www.euro.who.int/reproductivehealth)

**World Population Foundation (WPF), Netherlands:**

[www.wpf.org](http://www.wpf.org)

[www.theworldstarts.org/start/begin.html](http://www.theworldstarts.org/start/begin.html)

**Youth peer education Network (Y-Peer):**

[www.youthpeer.org](http://www.youthpeer.org)

[www.youthpeer.org/web/quest/ypeer-toolkit](http://www.youthpeer.org/web/quest/ypeer-toolkit)





ISBN 978-9949-38-253-8 (pdf)