

Õpetaja juhendmaterjal

# TERVED JA TURVALISED SUHTED

Noorte kohtinguvägivalla  
ennetamine

Tartu 2019

**Õpetaja juhendmaterjal**

# **TERVED JA TURVALISED SUHTED**

**Noorte kohtinguvägivalla  
ennetamine**

**Tartu 2019**

Õpetaja juhendmaterjal on valminud Eesti Seksuaaltervise Liidu ja Inimeseõpetuse Ühingu projektis „Vägivallaennetuse programmi „Expect Respect: Teen Abuse toolkit“ kohandamine ja koolipõhine rakendamine Eestis“

Rahastaja: EV Siseministeerium

Teine trükk 2018

Kolmas trükk 2019

Tõlgitud ja kohandatud väljaandest „Expect Respect: A Toolkit for addressing Teenage Relationship Abuse“ (Women’s Aid Federation of England, 2010)

Autorid: I peatükk „Noorte kohtinguvägivallast õpetajale“ Denise Harding ja Kate Humphreys

II peatükk „Tundide läbiviimiseks vajalik taustamaterjal“ Kai Part ja Merike Kull

Toimetajad: Kai Part ja Merike Kull

Väljaanne sobib kasutamiseks õppekava alusel III kooliastmes ja gümnaasiumis

Kujundus ja küljendus: Risto Bakhoff

Kaanegraafika: Freepik

Keelekorrekatuur: Anna-Liisa Lutsar

ISBN (trükis) 978-9949-9836-4-3

ISBN (pdf) 978-9949-9836-0-5

# Sisukord

<b>Sissejuhatus</b> .....	<b>4</b>
<b>1. Noorte kohtinguvägivald</b> .....	<b>5</b>
Kohtinguvägivaldalla levimus .....	<b>5</b>
Noorte kohtinguvägivald – varjatud probleem .....	<b>6</b>
Olulised faktid .....	<b>6</b>
Ohu märgid .....	<b>7</b>
Mõju õpivõimekusele .....	<b>7</b>
Kui õpilane räägib paarisuhtevägivallast .....	<b>8</b>
<b>2 Tundide läbiviimiseks vajalik taustamaterjal</b> .....	<b>9</b>
Terved ja turvalised käimissuhted .....	<b>9</b>
Kohtinguvägivaldalla mõiste .....	<b>9</b>
Kohtinguvägivald soolisest aspektist .....	<b>10</b>
Kohtinguvägivald tunnete juhtimise aspektist .....	<b>11</b>
Seksuaalvägivald .....	<b>13</b>
<b>Teave, nõu ja abi</b> .....	<b>14</b>
<b>Allikad</b> .....	<b>15</b>

# Sissejuhatus

Kohtinguvägivald noorte paarisuhetes on **levinud probleem**. Igas koolis on tõenäoliselt noori, kes kogevad või panevad toime kohtinguvägivalda.

Paljud noored on tunnistanud, et nad ei tea, mida ette võtta ja kust abi otsida vaimse, kehalise või seksuaalse vägivalla korral suhetes. **Kool on turvaliseks kohaks**, kus saab õpilastega rääkida paarisuhte- ja perevägivallast laiemalt, sh kohtinguvägivallast. Paarisuhtevägivald on pikka aega olnud tabuteema, alles viimastel aastatel on seda Eestis hakatud laiemalt teadvustama ning rohkem on hakatud otsima ka abi. Mõiste „kohtinguvägivald“ (ingl *dating violence*) on alles hiljuti kasutusele võetud märkimaks noorte käimisuhetes esinevat vägivalda. Kuna vägivald võib esineda eri vormides, siis võib noortel olla keeruline mõista, mis on vägivald, milline on selle dünaamika ja sooline iseloom. Kohtinguvägivallast rääkimine võib valmistada ebamugavust, kuid turvalises õpikeskkonnas soovib enamik noortest seda teemat käsitleda.

Kui teadvustada ja aidata noortel märgata kohtinguvägivallale viitavaid märke paarisuhtes, siis on võimalik otsida ja leida ka abi. Varajane märkamine ja probleemi teadvustamine aitab **ennetada vägivallast tingitud kehalist, psühholoogilist ja sotsiaalset kahju**. Teadmised kohtinguvägivallast, vägivalda mittelubavad ja võrdõiguslikud hoiakud, lahendusi otsivad sotsiaalsed oskused on need õpieesmärgid, mis aitavad kaasa tervete (vägivallavabade) ja turvaliste lähisuhete tekkimisele ja püsimisele nii noorte hulgas kui ka hiljem täiskasvanueas.

Seetõttu on vajalik, et õpetajal oleks võimalik:

- omandada baasteadmised kohtingu- ja laiemalt paarisuhtevägivallast,
- jagada neid teadmisi kolleegidega,
- koos teiste õpetajatega jagada ühist arusaamist vägivallaennetusest,
- toetada noori, kes jagavad oma isiklike kogemusi kohtingu- või perevägivallast,
- edastada teavet nõu ja abi pakkuvatest asutustest,
- osata noori suunata märkama paarisuhtevägivalla vastaseid kampaaniaid (nt [www.avasilmad.ee](http://www.avasilmad.ee), [www.estl.ee/eioleseks](http://www.estl.ee/eioleseks), politsei ennetustegevused),
- omandada meetodika noorte kohtinguvägivalla teemaliste tundide läbiviimiseks.

**Käesolev materjal on abiks ja toeks õpetajale kohtinguvägivalla probleemi käsitlemiseks** ning pakub teoreetilist taustamaterjali tundide läbiviimiseks.

# 1. Noorte kohtinguvägivald

## Kohtinguvägivalla levimus

Uuringud näitavad, et kohtinguvägivald on noorte hulgas **levinud probleem**. On noori, kes aktsepteerivad vägivalda paarisuhtes. Sageli õigustatakse vägivalla toimumist ohvri käitumisega (nt truudusetusega).

Suurbritannias viidi läbi uuring<sup>1</sup> 1353 noore hulgas vanuses 13–17 aastat, mille tulemused näitasid:

- 33% tüdrukutest ja 16% poistest olid kogenud suhtes mõnda seksuaalvägivalla vormi;
- 25% tüdrukutest ja 18% poistest olid kogenud suhtes mõnda kehalise vägivalla vormi;
- 75% tüdrukutest ja 50% poistest olid kogenud suhtes mõnda vaimse vägivalla vormi – kõige enam nimetati mõlema soo esindajate poolt „minu üle nalja tegemist“ ja „pidevat kontrollimist partneri poolt“;
- tüdrukud ütlesid poistest sagedamini, et suhtevägivald oli korduv ning et see pigem süvenes aja jooksul, eriti suhte lõpu poole;
- nooremate teismeliste (13–15-aastased) puhul oli kohtinguvägivalla tõenäosus samasugune kui vanemate (üle 16-aastaste) puhul;
- vaid väike osa kohtinguvägivalla all kannatanud noortest rääkis sellest mõnele täiskasvanule;
- noorte suhtevägivalla tõenäosust suurendas päritoluperes kogetud vägivald, varasem kehaline ja seksuaalne väärkohtlemine ja vägivalla esinemine suhetes eakaaslastega – seega on eri vägivallaliigid omavahel seotud.

Noorte hulgas on levinud mitmed kohtinguvägivalda soosivad hoiakud – nt arvatakse, et teatud olukordades on löömine paarisuhtes või sunnitud seks õigustatud; sageli ei peeta sunnitud seksuaalvahekorda vägistamiseks. Paljud peavad naisi ja tüdrukuid endid vastutavateks nende vastu suunatud paarisuhtevägivalla eest.

Mida noored on öelnud:

*„Ta tõstis oma käe, et mind lüüa ja ma seisin seal ja mõtlesin ühel hetkel (ma tean, et see kõlab rumalalt), et ma soovingi, et ta mind lööks – sellepärast, et ma tundsin, et olen selle ära teeninud. Aga tegelikult ma olin väga hirmul.“*

*„Kui mu tüdruk minuga õiendama hakkab, siis mu käsi nagu iseenesest tõuseb ja ma löön talle vastu põske. Ma tahaksin teda raputada. See pole nagu mina – ainult minu käsi. Mu käed elavad minust nagu eraldi elu.“*

Teismeliste kohtinguvägivald võib olla tõsiste tagajärgedega – depressioonist enesetapuni, samas on võimalik ennetustööga tõsta oluliselt noorte teadlikkust ohu märkidest ja oskusi vägivaldse suhtega toimetulekuks.

---

<sup>1</sup> Uuringu tulemusi on kirjeldatud: [https://www.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment\\_data/file/97773/teen-abuse-toolkit.pdf](https://www.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/97773/teen-abuse-toolkit.pdf)

## Noorte kohtinguvägivald – varjatud probleem

Noorte käimissuhetes esineb sama palju vägivalda kui täiskasvanute paarisuhetes. On näidatud, et 40% noorte käimissuhetest sisaldavad vägivaldset käitumist. Varjatust suurendab tõik, et ühiskonnas on perevägivald ikka veel varjatud probleem, kuigi järjest vähem. Veelgi varjatum on see teismeliste suhetes – noored aktsepteerivad täiskasvanutest enam suhtevägivalda ega teadvusta sageli ohu märke.

Kohtinguvägivalla teema vähest märkamist ja toimumist soodustavad järgmised põhjused.

- Sageli ei võta täiskasvanud noorte suhteid tõsiselt. Tegelikult on teismeliste paarisuhted küll lühiaegsed, kuid sageli sama intensiivsed kui täiskasvanute paarisuhted.
- Noortel võib olla raskusi vägivalla ära tundmisega paarisuhtes.
- Noored on täiskasvanutest enam mõjutatud soostereotüüpidest.
- Isikliku turvalise ja terve paarisuhte kogemuse puudumine.
- Meedia poolt portreteeritavad iluideaalid ja suhtetüübid võivad soosida stereotüüpset ja vägivaldset käitumist noorte paarisuhetes.
- Kui noored ei ole veel valmis avaldama, et neil on paarisuhe, siis ei ole nad ka valmis rääkima selles paarisuhtes toimuvast vägivallast. Eriti võib see kehtida homoseksuaalsete suhete puhul.
- Kui kohtinguvägivalla all kannatav noor käib vägivallatsejaga samas koolis või muus rühmas, siis võib see suurendada ohvri hirmu ja lõksus olemise tunnet.

## Olulised faktid

### Rasedus teismeliseeas

Kohtinguvägivalla all kannatavatel noortel esineb sagedamini teismeliseeas rasestumist võrreldes noortega, kellel ei ole suhtes vägivalda. Mina noorem teismeline rase, seda suurema tõenäosusega on tegemist vägivallaga. Lisaks, raseduse ajal lähisuhtevägivald sageneb.

### LGBT noorte suhted

LGBT (lesbide, geide, biseksuaalide ja transsoolist) suhetes esineb tõenäoliselt kohtinguvägivalda sama palju kui heteroseksuaalsetes suhetes, samas LGBT noortel võivad olla täiendavad barjäärid abi otsimisel (seksuaalse orientatsiooni avalikustamine, hirm homofoobsete reaktsioonide ees, teadmatus nõu ja abi olemasolust).

### Kodune perevägivald

Tunnis noortega kohtinguvägivallast rääkimine võib tõstatada küsimusi nende noorte jaoks, kes on kodus näinud pealt või kogunud perevägivalda. Sellest tuleb olla teadlik ja vajadusel käsitleda laiemalt ka perevägivalda. Abi vajava lapse/noore puhul tuleb kaasata teised spetsialistid (nt sotsiaaltöötaja).

### Õpetaja isiklikud kogemused

Õpetaja või mõni teine koolis töötav spetsialist võib olla ise kogunud paarisuhtevägivalda. Kohtinguvägivalla teemal tundide läbiviimine koolis võib tekitada kollektiivis erinevaid küsimusi ja vajadusi. Psühholoogilise abi võimalus ja kogu kooli personali koolitamine kohtinguvägivalla teemal pikema aja jooksul toetab ühtsete hoiakute teket ja tegevuskava kokkuleppimist.

### Naiste- ja tüdrukutevastase vägivalla aktsepteerimine

Uuringud näitavad, et Eesti ühiskonnas on levinud vägivalla ohvrit süüdistavad hoiakud. Näiteks pidas märkimisväärne hulk vastajatest vägistamise ohvrit selle teo eest (kaas)vastutavaks sagedamini juhul, kui ohver oli alkoholi tarbinud. Samuti oldi nõus, et kallistamise ja suudlemise järgselt ei tohiks naine enam

seksist keelduda<sup>2</sup>. Taolised hoiakud põhinevad müütidel ja soostereotüüpidel. Ohver ei ole süüdi tema vastu toime pandud seksuaalvägivallas, vägivalla eest vastutab üksnes vägivallatseja. Võib juhtuda, et kooli kollektiivis on inimesi, kes jagavad ohvrit süüdistavaid hoiakuid – see on lubamatu. Kool ei tohi vägi-valda õigustada ja võimendada kahjustavaid hoiakuid.

## Ohu märgid

Allolevas loetelus on toodud mõned ohu märgid, mis võivad viidata, et noor kogeb kohtinguvägivalda.

- Vigastused kehal (nt verevalumid)
- Haigestumine
- Koolist puudumine
- Hinnete halvenemine
- Enesesse tõmbumine, passiivsus, järeleandlik olek
- Sõpradest ja pereliikmetest eraldumine
- Sagedased telefonikõned ja SMS-d suhtepartnerilt
- Ebasobiv seksuaalkäitumine, sobimatu seksuaalne sõnavara ja hoiakud
- Depressioon
- Rasedus
- Uimastite, sh alkoholi kasutamine (varem ei kasutanud)
- Enese vigastamine
- Söömishäired
- Unehäired
- Post-traumaatilise stressi tunnused
- Teiste kiusamine, kiusatavaks olemine
- Meeleolu ja isiksuse muutused

## Mõju õpivõimekusele

Kohtinguvägivald võib mõjuda negatiivselt noore kognitiivsele võimekusele. Kohtinguvägivald võib vähendada ka turvatunnet ja seeläbi käitumist koolis (osalemine tegevustes, saavutused, õppimine). Noore juures võib märgata järgnevat.

- Kooli hilinemine, koolist puudumine (eriti kui suhtepartner käib samas koolis).
- Eriti vara saabumine, pärast tundide lõppu koolis aja veetmine (nt et vältida vägivallatsejaga kohtumist).
- Häiritud uni, selle tagajärjena keskendumisraskused.
- Tähelepanu hajumine tundides (keskendumisraskused, muremõtted, hirm).
- Sooliselt stereotüüpsed ootused töötamisele ja saavutustele.
- Muretsemine, et kõik koolis teavad, mis toimub.
- Eraldatud ja kõrvalejätetud olek.

---

2 Soo, K.; Laanpere, M.; Lippus, H.; Part K. (2015). Seksuaalvägivalla levimus ja hoiakud Eestis: uuringute ülevaade. Tallinn, Eesti Seksuaaltervise Liit. [http://www.estl.ee/admin/upload/Dokumendid/SVV\\_ULEVAADE\\_EESTIS\\_2015.pdf](http://www.estl.ee/admin/upload/Dokumendid/SVV_ULEVAADE_EESTIS_2015.pdf) (15.12.2015).



## Kui õpilane räägib paarisuhtevägivallast

Õpilased võivad pöörduda õpetaja või muu koolis töötava spetsialisti poole murega, et nad kogevad kohtinguvägivalda või nende kodus on perevägivald. Iga taolist avaldust tuleb võtta tõsiselt, sest noore turvalisus võib olla ohus.

### 1. KUULA!

Noort tuleb esmalt kuulata. Ärge sekkuge, laske noorel rääkida. Ärge esitage suunavaid, detailseid või kahtlevaid küsimusi.

Püüdke aru saada:

- kas noor on praegu ohustatud?
- kas noor võib olla ohustatud tulevikus?
- kas keegi veel on ohustatud?
- kas on vajalik meditsiiniline abi?
- mis on see, mida noor vajab?
- mida noor ise antud hetkel oluliseks peab?

### 2. TUNNUSTA!

Tunnustage noort, et ta tuli rääkima. Ärge heitke talle ette seda, miks ta varem ei pöördunud või ei rääkinud (Sa oled TUBLI, et sa sellest rääkisid. See on ÕIGE, et sa rääkisid. See võis olla Sulle RASKE).

Ärge väljendage oma šokki või uskumatust, jääge rahulikuks ja empaatiliseks (Mul on KAHJU, et see Sinuga juhtus).

Kuulake ja peegeldage noore tundeid, kuid ärge öelge, mida ta peaks tundma.

Ärge olge hinnangulised või kahtlevad (Ma USUN sind. Ma võtan sind TÕSISELT. See POLE SINU SÜÜ).

Ärge kritiseerige vägivallatset – tegemist võib olla noore kohtingupartneriga, kelle vastu tal on tunded.

### 3. AITA LEIDA ABI!

Õpetaja eesmärk on kuulata ja **vägivalla kahtluse korral aidata leida professionaalset abi**. Õpetaja roll ei ole juurdlust toimetada ja otsustada, mis juhtus ja kas juhtus – seda teevad vajadusel lastekaitsetöötaja ja politsei.

Varajane sekkumine annab selge signaali, et kohtinguvägivald pole lubatav, et teie koolis on turvaline, ja see takistab vägivalla eskaleerumist. Kui õpilane annab Teile konfidentsiaalset teavet, mille põhjal võite oletada, et tema turvalisus on ohus, siis tuleb Teil seda teavet jagada mõne teise spetsialistiga, kes saab õpilast aidata – nt kooli vastutava tugispetsialistiga / juhtkonnaga, lastekaitsetöötajaga, politseiga. Ärge lubage noorele, et hoiate tema poolt edastatud teavet saladuses – olge aus selles osas, mida Te saate teha ja mida mitte.

Rääkige noorele, mida kavatsete ette võtta – nt soovite kaasata kooli tugispetsialisti ja koos noorega vestelda. Hea on noore nõusolekul kaasata vanem(ad), kui tegemist ei ole vägivalla toimepanijatega (tähelepanu perevägivalla korral!). Kui tegemist on tõsise vägivallajuhtumiga või vägivallakuriteoga, siis võib olla vajalik teavitada politseid, lastekaitsetöötajat või arsti. Kui Te ei tea, mida teha, siis küsige nõu ööpäevaringiselt **lasteabi infotelefonilt 116 111**.

Pange kirja, mida õpilane Teile rääkis. Kasutage võimalikult täpselt noore sõnu, ärge tõlgendage. Pange kirja, mida tegite järgmiseks, kellega rääkisite.

Noored, kes on vägivallatsetjad kohtingusuhtes, võivad vajada eraldi tähelepanu lastekaitsetöötaja ja politsei koostöös.

Leidke toetust ka iseendale. Kellegi isikliku kohtinguvägivalla juhtumiga kokkupuutumine võib olla stressitekitav kogemus.

## 2 Tundide läbiviimiseks vajalik taustamaterjal

### Terved ja turvalised käimissuhted

Kohtinguvägivalla ennetuses on olulisel kohal positiivsete eeskujude loomine ja koos õpilastega arutlemine, millised on terved ja turvalised käimissuhted.

Terved ja turvalised suhted on **VÕRDESED suhted**.

Teemakäsitluse alguses on soovitatav paaris- või väiksema rühma tööna nimetada märksõnu, mis iseloomustavad õpilaste meelest terveid ja turvalisi paarisuhteid.

Näiteks:

- vastastikune võrdsus, usaldus ja austus,
- teineteise toetamine,
- vastastikune tunnete ära kuulamine ja teineteisega arvestamine,
- eriarvamuste korral rääkimine,
- vaidluste korral teineteise kuulamine ja kokkulepete sõlmimine,
- koos aja veetmine on lõbus ja mõlemale meeldiv,
- partneritel on ka oma tegemised ja oma sõbrad,
- teineteise julgustamine,
- ise enda tegude eest vastutamine,
- võrdne austus meeste ja naiste vastu,
- armukadeduse tunne on lubatud, selle ajal vägivaldselt käitumine mitte,
- kumbki partner tunneb ennast austatuna, rõõmsana, toetatuna, turvaliselt.

Teemakäsitluse lõpus paluge kokkuvõtteks õpilastel rühmades valmistada plakat, mis iseloomustab terveid ja turvalisi suhteid.

### Kohtinguvägivalla mõiste

**Paarisuhtevägivall** on ühe partneri igasugune kehaliselt, vaimselt, seksuaalselt või majanduslikult vägivaldne käitumine või sellega ähvardamine, mis põhjustab kahju teisele partnerile.

Paarisuhtevägivalda võib esineda nii käimissuhtes, kooselusuhtes, elukaaslaste vahel kui ka abielus. Lapsed ja noored võivad olla oma vanemate vahelise paarisuhtevägivalla tunnistajateks ja selle all otseselt kannatajateks. Noored võivad kogeda paarisuhtevägivalda ka enda suhetes – sellist noortevahelist paarisuhtevägivalda nimetatakse **kohtinguvägivallaks** (ingl *dating violence*).

Kohtinguvägivall on kontrollivahend inimese üle, kellega ollakse suhtes – selliseid suhteid iseloomustab **VÕIM** ja **KONTROLL**. Need on ebaturvalised ja kahjustavad suhted.

Kohtinguvägivalda **soodustavad soostereotüübid**, kuid ka **puudulikud oskused agressiivsete tunnetega toimetulekul** ja konfliktiolukorras lahenduste otsimisel.

Kohtinguvägivallale iseloomulikud jooned on:

- Sagedamini (kuid mitte alati) on vägivallatsejaks mees ja ohvriks naine.
- Kohtinguvägivald võib jätkuda ka siis, kui suhe on lõppenud.
- Paarisuhte-, sh kohtinguvägivald on **korduv käitumismuster**, mis hõlmab sageli mitmeid vägivallavorme ning **süveneb aja jooksul**.
- Noorte kohtinguvägivald sarnaneb täiskasvanute paarisuhtevägivallale, kuna sisaldab sarnast vägi-valdsete käitumismustrite avaldumist ja kujunemist suhte jooksul alates näiteks kontrollivast käitumisest suhte alguses kuni kehalise ja seksuaalvägivallani suhte järgnevatel etappidel.
- Paarisuhte-, sh kohtinguvägivalda esineb iga rahvuse, rassi ja perekondliku taustaga inimeste hulgas.
- Kohtinguvägivalda esineb nii hetero- kui homoseksuaalsetes paarisuhetes.

### Paarisuhte-, sh kohtinguvägivalla vormid:

- kehaline vägivald
- vaimne vägivald
- seksuaalne vägivald
- majanduslik vägivald
- ähvardamine
- eraldamine

## Kohtinguvägivald soolisest aspektist

Kohtinguvägivalla käsitlemine peaks lähtuma soolisest aspektist, sest see on sageli seotud soostereotüüpidega ning nende lahtimõtestamine aitab kaasa kohtinguvägivalla olemuse mõistmisele ja ennetamisele. Käesoleva õppematerjali testimisele eelnenud ja järgnenud uuringus ilmnes tugev seos, mille kohaselt testrühma noorte **soostereotüüpsed hoiakud olid seotud kohtinguvägivalda lubavate hoiakutega**.

### Soorollid ja soostereotüübid

**Bioloogiline sugu** (ingl *sex*) – määratud inimese anatoomia, füsioloogia ja geneetikaga, mille alusel eristatakse mees- ja naissoost inimesi.

**Sotsiaalne sugu** (ingl *gender*) – ühiskonnas loodav arusaam mehelikuks ja naiselikuks peetavatest omadustest, käitumisest, soorollidest, ühiskonna ootustest naiseks ja meheks olemisele, mis määravad sugu-de võimaluste erinevuse, hierarhia ja kihistumise.

Seega tuleb bioloogilise soo kõrval alati silmas pidada sotsiaalset sugu – see kujuneb välja viisil, kuidas ühiskond ja kultuur tõlgendavad ja kujundavad bioloogilist sugu, st kuidas õpetatakse ja õpitakse olema poiss või tüdruk, mees või naine. Kasvades hakatakse soorollidest mõtlema kui „loomulikest“ või „normaalsetest“. Noorte mehelikkust ja naiselikkust kujundavad ja hindavad pidevalt nii täiskasvanud (vanemad, õpetajad jt) kui ka eakaaslased, samuti meedia (kuulsuste, filmide jms kaudu).

**Soorollid** (ingl *gender roles*) – mingis kultuurikontekstis ja ajaperioodil kehtivad ootuspärased ja sobivaks peetavad meeste ja naistega seotud käitumisviisid, tegevused ja vastutused. Soorollid võivad olla traditsioonilised/stereotüüpsed või liberaalsed/paindlikud.

**Soostereotüübid** (ingl *gender stereotypes*) – mingis kultuurikontekstis ja ajaperioodil kehtivad lihtsustatud ja liigselt üldistavad sügavalt juurdunud uskumused ja hoiakud meeste ja naiste erinevuste, iseloomude, omaduste, neile sobivate rollide, ametite, käitumise, välimuse jms kohta

Soostereotüübid võivad pärssida noorte vastastikku austavate ja tervete paarisuhete arengut ning suurendada naiste- ja tüdrukutevastase vägivalla tõenäosust. Näiteks on leitud, et kui naisi hinnatakse eelkõige nende välimuse järgi (naiste objektistamine), siis seletab see (naistevastase) paarisuhtevägivalla

esinemist ühiskonnas. Nii naised kui ka mehed võivad kogeda objektistamist, kuid naised kogevad seda meestest sagedamini. Naiste seksuaalne objektistamine võib ilmneda inimestevahelistes suhetes alates märkuste tegemisest naise välimuse kohta kuni soovimatu tähelepanu osutamise ja paarisuhtevägivalda toimepanemiseni.

Soostereotüübid tekitavad ebavõrdseid võimusuhteid (ebavõrdsed õigused, kohustused, vastutused, erinev staatus ja erinevad võimalused otsustusprotsessides) meeste ja naiste, poiste ja tüdrukute vahel. See võimaldab meestel traditsioonilistes ühiskondades ja eraelus domineerida ja kontrollida naisi, kasutades vahendina ka vägivalda.

Soostereotüübid õigustavad ja soodustavad teatud käitumist, sh paarisuhtevägivalda, mis on nii soolise ebavõrdsuse tagajärjeks kui ka põhjuseks. Paarisuhtevägivalda toetavad hoiakud, selle eitamine ja normaliseerimine võivad olla üsna levinud ühiskonnas, kus domineerivad soostereotüübid.

### Paarisuhtevägivald – peamiselt naistevastane

Meestel ja naistel esineb agressiivseid tundeid sama palju. Kuigi paljud mehed ei käitu vägivaldselt, siis mehed käituvad võrreldes naistega siiski sagedamini vägivaldselt – seda „lubavad“ soostereotüübid. Vägivaldaga kasutatakse vahendina võimu ja kontrolli saavutamiseks paarisuhtes (instrumentaalne paarisuhtevägivald). Kontrollitaktikana võidakse kasutada hirmutamist ja alandamist, vägivaldaga ähvardamist, kontrollimist, manipuleerimist, kehalist, seksuaalset ja majanduslikku vägivalda. Naistelt seevastu oodatakse soostereotüüpset alistumist ja allumist vägivaldsele käitumisele. Hoiakud poiste ja meeste vägivaldse käitumise suhtes on sageli sallivamad, isegi pisendavad, võrreldes hoiakutega tüdrukute ja naiste vägivaldse käitumise suhtes.

Seetõttu kannatavad noorte paarisuhtevägivalda (kohtinguvägivalda) all peamiselt naised ja tüdrukud. Samas on kohtinguvägivalda ohvrite hulgas ka mehi – seda ei tohiks unustada. Soostereotüübid piiravad ja kahjustavad ka noorte meeste ja poiste elu ja tervist. Nimetatud aspekte arvestades on väga tähtis kohtinguvägivalda ennetusse ja sekkumisse kaasata ka poisid (mitte tegeleda ainult tüdrukutega).

## Kohtinguvägivald tunnete juhtimise aspektist

Kohtinguvägivalda tuleb käsitleda ka tunnete juhtimise aspektist – puudulike tunnete juhtimise ja konflikti lahendamise oskuste tõttu võivad mõlemad partnerid käituda vägivaldselt situatsioonis, kus tekivad (lahendamata) konfliktid ja emotsionaalne pingeseisund (situatsiooniline kohtinguvägivald). Riskiteguriks on alkoholi tarvitamine.

### Tunne pole veel tegu

Eesmärk on võimaldada õpilastel **õppida rääkima ka negatiivsetest tundetest**, mida võidakse käimisuhtes kogeda: kurbus, armukadedus, hirm, viha, süütunne. Tunded iseenesest pole ei head ega halvad, „õiged“ ega „valed“. Arutelu selle üle, mis olukorras ja mis ajendil keegi neid tundeid tunneb (nt viha), aitab end paremini tundma õppida ja oma tundeid juhtida. Oma tunnete üle ei saa sageli otsustada, kuid on võimalik valida käitumistaktika. Näiteks, kui tunda kellegi suhtes viha, saab inimene valida, kas seda inimest lüüa, tema peale karjuda või hoopis lahkuda ja rahuneda.

Õpilastel on oluline teada, et **agressiivseid tundeid esineb kõikidel inimestel, nende juhtimine on keeruline, aga võimalik**. Tähtsam on see, kuidas viha korral käitutakse. Viha tundmine ei ole sama mis vihaselt käitumine – **tunne pole veel tegu**. Selge sõnumina tuleb edastada, et vägivald on alati väär. Agressiivsel käitumisel on tagajärjed, see kahjustab nii ennast kui ka teisi.

### Viha ja teiste tugevate tunnete juhtimine konfliktiolukorras

Eesmärk on anda võimalus õppida tunnete juhtimist ja käitumist konfliktiolukorras. Õpilastes kujundatakse hoiakut, et vägivald ei või vastata vägivaldaga.

„Konfliktidega toimetulek on oskus, mis võimaldab analüüsida ja hinnata erinevaid käitumisviise, valida nende hulgas sobiv ja seda rakendada. Konfliktiga toimetulekuks kasutatakse peamiselt kolme viisi: **vältimine, vastandumine ja konflikti lahendamine**.

**Vältimine** on püüd jääda neutraalseks kõikides probleemides eesmärgiga ära hoida pingeid. Konflikti vältimine aitab hoiduda teatud hetkel probleeme tõstatamast ja laseb osalistel rahuneda, ent pikas perspektiivis tekitab see frustratsiooni ja enesehinnangu langust.

**Vastandumine** on teise osapoole püüdlustele vastutöötamine. Vastanduja tahab domineerida ja demonstreerida võimu teise konflikti osapoole üle. Oma huve peetakse ainuõigeteks ja vaidlustamisele mittekuuluvateks ning teise osapoole huve püütakse maha suruda neisse süvenemata.

**Lahendamine tähendab, et püütakse leida osapooli rahuldavat lahendust ning arutletakse erimeelsuste põhjuste üle.** Mõlemal osapoolel on võimalik avaldada oma arvamust ning kuulata teise poole oma. Parima konfliktilahenduseni viib koostööle suunatud käitumine. Edukalt lahendatud konflikt võib olla edasiviivaks jõuks ja pakkuda olukorrale uudseid lahendusi. Konflikti lahendamine on keerukas protsess, sest pingelises olukorras võib inimeste käitumine tavapärasest erineda. Lahendus tuleb lihtsamalt, kui püütakse mõista teise osapoole olukorda, tundeid ja vajadusi.“<sup>3</sup>

**Vägivallaennetuses on toimetulek konfliktidega oluline, sest efektiivse suhtlemise osana aitab see oskus vähendada ärevuse ja stressi kuhjumisega seotud agressiivset käitumist.**

Konfliktidega toimetuleku, stressi juhtimise, viha ja agressiivsuse ning vihaga toimetuleku teemat ja meetodeid on käsitletud põhjalikumalt õppematerjalis „Uimastiennetuse õpetajaraamat põhikoolile“ (2015), kust õpetaja võib leida aktiivtöid eri vanuses õpilastele.

Nimetatud õpetajaraamatu kaks suurt teemamoodulit „Suhtlemine“ ja „Enesejuhtimine, emotsioonide ja stressiga toimetulek“ toetavad igati ka kohtinguvägivalla ennetamist. Suhtlemise teemamooduli alateemad on: efektiivne suhtlemine, kehtestav käitumine, konflikti lahendamine, suhete loomine ja lähisuhted. Enesejuhtimise mooduli alateemad on: eneseteadlikkus, enesejuhtimine, stressi ja ärevusega toimetulek, viha ja agressiivsus, toimetulek vihaga. Kõiki nimetatud teemasid käsitletakse läbivalt kõikides kooliastmetes.

Näide viha ja vihaga toimetuleku teema kohta.

II kooliastme aktiivtöö „Rahu, ainult rahu!“ õpitulemused on: õpilane oskab analüüsida oma tundeid, sh vihareaktsioone; teab, millised olukorrad võivad tal tekitada viha; tunneb ja oskab kasutada erinevaid viha talitsemise tehnikaid; saavutab hoiaku, et negatiivsed tunded pole head ega halvad, halb on vaid enesekontrolli kaotus.

III kooliastme aktiivtöö „Kuri Muri“ õpitulemused on: õpilane oskab ära tunda olukorrad, mis tekitavad viha; oskab ära tunda kehalisi reaktsioone, mida viha temas põhjustab; tunneb ja oskab kasutada erinevaid viha talitsemise tehnikaid.

Õpetajaraamat on kättesaadav Tervise Arengu Instituudi terviseinfo.ee veebilehelt [https://intra.tai.ee/images/prints/documents/144248000590\\_Uimastiennetuse\\_opetajaraamat.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/144248000590_Uimastiennetuse_opetajaraamat.pdf)

---

3 Kull M, Saat H, Kiive E, Põiklik E. Uimastiennetuse õpetajaraamat põhikoolile. Tervise Arengu Instituut, 2015.

## Seksuaalvägivald

**Seksuaalvägivald** on sunni abil toime pandud seksuaalvahekord või selle katse, soovimatud seksuaalse alatooniga märkused või lähenemiskatsed, muul moel isiku seksuaalsuse vastu sunni abil toimepandud teod teise isiku poolt sõltumata tema suhtest ohvriga ükskõik millises kohas, sh kodus, tööl või mujal (*Maailma Terviseorganisatsioon 2010*).

Õppeprotsessis on oluline käsitleda seksuaalvägivalda kohta käivaid **müüte ja fakte**; arutleda, miks pi-sendatakse mõnikord seksuaalvägivalda ja selle mõju ja mis takistab ohvritel, sh noortel, abi otsimist (taasohvristamine).

Antud teema käsitlemise juures on oluline välja tuua, et seksuaaltegevuste eelduseks on mõlema partneri nõusolek. **Nõusoleku küsimine seksuaaltegevusteks on vajalik ja peaks olema suhte loomulik osa.**

**Nõusolek seksuaaltegevuseks tähendab, et:**

- mõlemad partnerid on nõus seksuaaltegevusega – on küsinud ja kuulnud teise nõusolekut;
- mittenõustumise korral austatakse partneri otsust;
- ühe seksuaaltegevusega nõustumine ei tähenda automaatselt mõne teise tegevusega nõustumist;
- nõustumine ühel korral ei tähenda automaatselt nõustumist edaspidi – inimesel on igal korral õigus otsustada, kas nõustuda või mitte;
- seksuaaltegevusest võib keelduda selle mistahes etapis.

Nõusoleku küsimisel tuleb arvestada, kas teine inimene on **nõusolekuvõimeline**.

NB! Nõusolekuvõimelisus puudub / on vähenenud inimestel, kes on

- **jobbes**, uimastatud, magav, teadvuseta,
- **hirmul** ähvardamise, hirmutamise, survestatamise tõttu,
- kehalise või vaimse **puudega**,
- **lapsed/noored**, kes ei saa aru seksuaaltegevuse tähendusest.

Õppeprotsessis on oluline normaliseerida nõusoleku küsimist ja rõhutada selle vajalikkust. Selleks võib kasutada **mudelit „KÜSI JA KUULA!“**. Selle olulised põhimõtted on järgmised.

- Nõusolekust **tuleb rääkida, ei või eeldada**, et partner on nõus – ka siis, kui ta pole selgelt öelnud Ei. Kui tehakse midagi ilma partneri nõusolekuta, siis võidakse teha midagi vägivaldset ja ka seadusega karistatavat – nt seksuaalvahekord ilma nõusolekuta = vägistamine.
- Nõusolekust rääkimise peab **algatama partner, kes soovib algatada mingit seksuaaltegevust**. Nõusoleku küsimise kohta me ei näe eriti palju eeskujusid meedias, aga tegelikus elus võib selleks olla mitmeid huvitavaid ja loominguilisi viise – harjutage õpilastega, kuidas võiksid kõlada selliste lau-sete algused, millega küsida partneri nõusolekut.
- Nõusolekust tuleb rääkida **enne** igat seksuaaltegevust. Nõusolek näiteks suudlemiseks ei tähenda nõusolekut seksuaalvahekorraks.
- Eesti seaduste kohaselt saab täiskasvanud isikule oma nõusoleku seksuaaltegevuseks anda **vähemalt 14-aastane**; kui mõlemad partnerid on alla 18-aastased, siis pole see seadusevastane. Seadus kaitseb alla 14-aastasi lapsi täiskasvanupoelse seksuaalvägivalda eest.
- Kui partner ei ole nõus seksuaaltegevusega, siis tuleb seda kuulata ja partneri otsust **austada**. Nõusolek võib olla ka teatud tingimusega: näiteks ollakse nõus seksuaalvahekorraga, kui partner kasutab kondoomi.

# Teave, nõu ja abi

Kohtinguvägivalla teema käsitlemise sõnumid peavad olema selged ja üheselt mõistetavad:

- 1) noored ei pea taluma ega kasutama oma suhetes vägivalda;
- 2) vägivald suhetes on lubamatu;
- 3) vägivaldse käitumise korral peres ja paarisuhtes on olemas mitmeid nõu ja abi saamise võimalusi;
- 4) kõikidel on õigus elada ja tunda ennast turvaliselt.

Rääkige **konfidentsiaalsuse põhimõttest**: abiandev spetsialist hoiab üldjuhul noore saladust. Ka vanematele ei edastata teavet ilma noore nõusolekuta. Kuid olukorras, kus noore elu või tervis on ohus, võib spetsialist omakorda abi saamiseks teiste asjatundjate või täiskasvanute poole pöörduda ja selleks võib olla vajalik konfidentsiaalset teavet edastada.

**Abiandvad telefoniliinid ja nõustamine internetis** – nõu ja abi annavad spetsiaalse väljaõppe saanud asjatundjad, kes ei edasta teavet, kui helistaja/kirjutaja ei palu tal seda teha või kui helistaja/kirjutaja ei ole ohus. Mure kuulatakse ära ja aidatakse välja selgitada, mida on võimalik ette võtta ja kust on võimalik edasist abi saada.

**Sõber / usaldusväärne täiskasvanu** – vahel on kõige lihtsam rääkida oma murest sõbrale. Sõber võib aidata leida kedagi täiskasvanute hulgast, kes aitaks leida edasist abi. Kui sõbrad teavad, mis on toimumas, siis saavad nad hädaolukorras kiiresti reageerida ja abi organiseerida.

**Politsei 112** – eriti hädaolukorras on politseisse pöördumine igati õigustatud. Politsei palub tavaliselt kirjeldada, mis on toimunud ja kes viibivad sündmuskohal; kas keegi on viga saanud; helistaja nime ja sündmuskoha aadressi. Mõnikord palutakse jääda telefoniliinile kuni politsei saabumiseni.

**Õpetaja / muu koolis töötav inimene** – teavad, et mõned õpilased võivad elada peredes, kus esineb perevägivalda, ning et mõned noored võivad kogeda kohtinguvägivalda. Mõnikord saab õpetaja aidata, küsides abi näiteks sotsiaaltöötajalt või mõnelt pereliikmelt.

**Arst / psühholoog / noorte nõustamiskeskuse töötaja** – nendele spetsialistidele võib alati rääkida, kui kodus on perevägivald või suhtes on kohtinguvägivald. Arst aitab teiste asjatundjatega koostöös korraldada vajalikku abi.

**Vanem** – vanem on sageli esimene inimene, kellele noor saab kohtinguvägivallast rääkida. Mõnikord ei ole vanemaga usalduslikke suhteid, kuid tavaliselt vanemad toetavad oma lapsi raskes olukorras. Mõnikord on vanem ise vägivalla toimepanijaks – sellisel juhul tuleb kiiresti abi otsida mõnelt teiselt usaldusväärsest täiskasvanult.

## Allikad

Õpetaja juhendmaterjali koostamisel on kasutatud järgmisi allikaid:

1. Cacciatore R. Agressiooni astmed. Tallinn: Menu, 2015.
2. Expect Respect: A Toolkit for addressing Teenage Relationship Abuse. Bristol: Women's Aid Federation of England, 2010. Veebilink: [http://dera.ioe.ac.uk/2012/1/2011\\_teen-abuse-toolkit.pdf](http://dera.ioe.ac.uk/2012/1/2011_teen-abuse-toolkit.pdf)
3. Eesti Naisteühenduste Ümarlaura Sihtasutus. Portaali „Haridus ja sugu“ <http://www.haridusjasugu.ee/about/>
4. Hyttinen S. Haaveita ja haluja (Unistused ja soovid). Kehitysvammaliitto Ry, 2009.
5. Kull M, Part K (toim). Seksuaalkasvatus : II ja III kooliaste : õpetajaraamat. Tallinn: Tervise Arengu Instituut, 2005. Veebilink: [https://intra.tai.ee/images/prints/documents/13033880271\\_Seksuaalkasvatus\\_II\\_ja\\_III\\_kooliaste\\_est.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/13033880271_Seksuaalkasvatus_II_ja_III_kooliaste_est.pdf)
6. Kull M, Saat H, Kiive E, Põiklik E. Uimastiennetuse õpetajaraamat põhikoolile. Tervise Arengu Instituut, 2015. Veebilink: [https://intra.tai.ee/images/prints/documents/144248000590\\_Uimastiennetuse\\_opetajaraamat.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/144248000590_Uimastiennetuse_opetajaraamat.pdf)
7. Soo K, Laanpere M, Lippus H, Part K. Seksuaalvägivalla levimus ja hoiakud Eestis. Tartu: Eesti Seksuaaltervise Liit, 2015, 1–56. Veebilink: [http://www.estl.ee/admin/upload/Dokumendid/SVV\\_ULEVAADE\\_EESTIS\\_2015.pdf](http://www.estl.ee/admin/upload/Dokumendid/SVV_ULEVAADE_EESTIS_2015.pdf)
8. Soo K, Lukk M, Ainsaar M, Beilmann M, Tamm G, Espenberg K, Murakas R, Arak T, Aksen M, Vahaste-Pruul S, Kutsar D. Laste ja noorte seksuaalse väärkohtlemise leviku uuring. Tartu: Tartu Ülikool, 2015. Veebilink: <http://www.kriminaalpoliitika.ee/sites/www.kriminaalpoliitika.ee/files/elfinder/dokumendid/raport.pdf>
9. World Health Organization. Preventing intimate partner and sexual violence against women. Taking action and generating evidence. Geneva: World Health Organization, London School of Hygiene and Tropical Diseases, 2010.





SISEMINISTEERIUM



Inimeseõpetuse  
Ühing



EESTI  
SEKSUAALTERVISE  
LIIT

Home Office

women's aid  
until women & children are safe  
[www.womensaid.org.uk](http://www.womensaid.org.uk)