

Õppematerjal

# TERVED JA TURVALISED SUHTED

Noorte kohtinguvägivalla  
ennetamine



Tartu 2019

**Õppematerjal**

# **TERVED JA TURVALISED SUHTED**

**Noorte kohtinguvägivalla  
ennetamine**

**Tartu 2019**

Õppematerjal 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: 1.–6. tund Denise Harding ja Kate Humphreys, 7. tund 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

Saateks .....	4
Noorte kohtinguvägivalla teema seotus riikliku õppekavaga .....	6
Tunnikavade selgituseks .....	8
Tunnikavad .....	9
1. Soostereotüübid – poolt ja vastu .....	9
2. Terved ja ebaterved suhted .....	14
3. Kas see on kohtinguvägivald? .....	21
4. Kohtinguvägivald – millised on lahendused? .....	27
5. Vägivallavabade lahenduste otsimine .....	36
6. Vägivalla spiraal .....	42
7. Seksuaalvägivald .....	49
Lisa 1 Tunni põhireeglid .....	55
Lisa 2 Nõu ja abi kohtinguvägivalla korral .....	56

## Saateks

Õppematerjal „Terved ja turvalised suhted – noorte kohtinguvägivalla ennetamine“ on suunatud **13–18-aastastele noortele**, selle eesmärk on **ennetada noorte paarisuhetes esinevat vägivalda**. Õppematerjal toetab noorte teadlikkust soostereotüüpidest, kohtinguvägivallast, lahendusi otsivatest käitumisviisidest, nõu ja abi saamise võimalustest. Õppematerjalis antakse selge sõnum, et vägivald noorte paarisuhetes ei ole aktsepteeritav. Õppematerjali täiendab **õpetaja juhendmaterjal**, mis annab vajaliku taustamaterjali tundide läbiviimiseks.

Käesoleva õppematerjali aluseks on Suurbritannia õppeprogramm „Expect Respect: A Toolkit for addressing Teenage Relationship Abuse“,<sup>1</sup> mille 2010. aastal töötas välja organisatsioon Women’s Aid Federation of England<sup>2</sup> kampaania „See on väärkohtlemine!“ (ingl „This is Abuse!“<sup>3</sup>) raames. Eesti Seksuaaltervise Liidu ja Inimeseõpetuse Ühingu projektis kohandati materjal kasutamiseks Eesti koolides vastavalt Eesti riiklikule õppekavale<sup>4</sup> ja kultuuriruumile. 1.–6. tunnikava autorid on Denise Harding ja Kate Humpreys, eestikeelset tõlget on kohandanud ja täiendanud Kai Part ja Merike Kull. Õppematerjalile liideti 7. tund seksuaalvägivallast, mille autorid on Kai Part ja Merike Kull. Projekti rahastas Siseministerium.

Õppematerjal on suunitletud tundide läbiviimiseks õppekava alusel **III kooliastmes ja gümnaasiumis**, kuid sobib kasutamiseks ka teistes noortega töötavates organisatsioonides (nt noorte nõustamiskeskustes).

Õppematerjali kolme esimest teematundi katsetas 2016. aastal õpetajatest ja noortenõustajatest koosnev testrühm 420 7.–12. klassi õpilase hulgas. Eel- ja järeluuringu hinnati õpetajate ja õpilaste hulgas õppetundide mõju kohtinguvägivallaga seotud teadmistele, oskustele ja hoiakutele. Samuti hinnati õppematerjali rakendatavust inimeseõpetuse tundides. Hindamise viis läbi Tartu Ülikooli ühiskonnateaduste instituudi teadur Kadri Soo.

Pilootprojekti tulemustest ilmnes, et pärast proovitud olid õpilaste hinnangud muutunud vägivalda oluliselt vähem sallivaks ning soorollide osas võrdõiguslikumaks. Kõige enam muutusid need õpilaste arvamused, mis käsitlevad meeste ja naiste ülesandeid kodus ja tööl, samuti neiu kohustust tulla vastu talle välja teinud noormehe soovidele, tüdruku „ei“ tähenduse moonutamist ja õigust otsustada poissvõi tüdruksõbra tegemiste üle. Noored hakkasid rohkem pidama vägivallaks pidevat helistamist partneri kontrollimise eesmärgil ning sõpradega suhtlemise keelamist. Tundide tulemusena muutusid tüdrukute hoiakud poiste omadest rohkem soolist võrdõiguslikkust pooldavaks ja vägivalda taunivaks. Õpilaste teadmised nõu ja abi saamiseks kohtinguvägivalla korral muutusid konkreetsemaks, üha rohkem nimetati spetsiaalselt vägivallaohvritele või teatud sihtrühmadele nende probleemide korral abi osutavaid asutusi, telefoninumbreid ja kodulehti. Enamik õpilasi sai enda hinnangul pilootprojektist uusi teadmisi, sealhulgas informatsiooni kohtinguvägivalla ja abi saamise võimaluste kohta. Suure osa õpilaste arvates olid tunnid huvitavad ja elulised.

1 Vt [http://dera.ioe.ac.uk/2012/1/2011\\_teen-abuse-toolkit.pdf](http://dera.ioe.ac.uk/2012/1/2011_teen-abuse-toolkit.pdf)

2 Vt [www.womensaid.org.uk](http://www.womensaid.org.uk)

3 Vt <http://thisisabuse.direct.gov.uk/home>

4 Vt <http://oppekava.innove.ee/>

Õpetajad pooldasid tunduvalt vähem traditsioonilisi soorolle ja vägivalda toetavaid arvamusi kui õpilased. Eel- ega järeluurimus ei nõustunud pedagoogid enamike vägivalda lubavate ja ohvrit süüdistavate hoiakutega. Erandina võib nimetada vägistamismüüte, mille kohaselt on ohver vägistamise oma riietumisstiili- ga põhjustanud ja alkoholi-joobe tõttu toimunu eest osaliselt vastutav. Väitega, et alkoholi tarvitanud neiu on osaliselt enda vägistamise eest vastutav, nõustus eeluuringus peaaegu viiendik (18%), kuid järeluurin- gus veidi alla kümnendiku (7%) õpetajatest. Tüdruku riietumisstiili vägistamise põhjuseks pidavaid õpeta- jaid oli eeluuringus isegi ligi kolmandik (30%), kuid järeluurimus vaid veidi alla kümnendiku (7%).

**Testrühma õpetajate tagasiside** põhjal hinnati õppematerjali rakendatavust ning kohtinguvägivalla teema käsitlemise valmidust ja koolitusvajadusi ning vastavalt sellele töötati välja lõplik õppematerjal.

Täname südamest testrühmas osalenud õpetajaid ja noortenõustajaid: Kristi Anderson, Eve Jürgens, Reelika Kiivit, Katri Kütt, Kaupo Kütt, Leelo Lusik, Eva Palk, Kristina Pikas, Silja Piir, Karin Pärtel, Hele Saareoks, Marili Suits, Eve Tammaru, Katrina Tammistu, Meelis Tasur, Tiina Tooding, Õie Veber. Täname kõiki proovitudides osalenud õpilasi.

Kai Part ja Merike Kull  
Tartus, 2016

# Noorte kohtinguvägivalla teema seotus riikliku õppekavaga

Käesolev õppematerjal on kooskõlas Eesti riikliku õppekava (2010) eesmärkidega ning inimeseõpetuse ainekava teemade ja õpitulemustega. **Inimeseõpetuse üldesmärgiks on aidata kaasa õpilase sotsiaalses elus vajalike toimetulekuoskuste arengule**, mille saavutamiseks kujundatakse õpilases terviklikku isiksust, sotsiaalset kompetentsust, terviseteadlikkust ja ausust, hoolivust, vastutustunnet ning õiglust. Inimeseõpetuse kaudu kujundatakse esmased teadmised ja hoiakud soolise võrdsuse osas. Käesolev õppematerjal pakub võimalust toetada kirjeldatud eesmärkide saavutamist läbi erinevate teemakäsitlemise ja aktiivõppemeetodite rakendamise.

Õppematerjal toetab samuti **üldpädevuste kujundamist**, tugev rõhuasetus on **väärtuspädevuse ning sotsiaalse pädevuse arendamisel** eri soost inimeste võrdse kohtlemise põhimõtete järgimise kaudu. Samuti toetatakse **enesemääratluspädevust** selliste teadmiste, oskuste ja hoiakute kujundamise abil, mis aitavad lahendada tõhusalt ja turvaliselt iseendaga, oma vaimse, füüsilise, emotsionaalse ning sotsiaalse tervisega seonduvaid ja inimsuhetes tekkivaid probleeme. Õppematerjalis kasutatavad õppemeetodid toetavad mitmekülgset **suhtluspädevust**.

Järgnevas tabelis on toodud kokkuvõtte teemade seostumisest inimeseõpetuse ainekavaga.

Tunni teema	Tunni õpitulemused	Inimeseõpetuse ainekava õpitulemused
	<b>Õpilased:</b>	<b>Õpilane:</b>
<b>I</b> <b>Soostereotüübid – poolt ja vastu</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ oskavad eristada bioloogilist ja sotsiaalset sugu,</li> <li>▶ teavad, mis on soostereotüübid ja oskavad tuua nende kohta näiteid,</li> <li>▶ mõistavad, et soostereotüüpide üle saab arutleda ja neid vaidlustada,</li> <li>▶ mõistavad, milline mõju võib olla soostereotüüpidel inimeste eluvalikutele, headlule ja inimestevahelistele suhetele.</li> </ul>	<b>Ainekursus „Inimene“ (7. klass)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ selgitab soorolli olemust ning kirjeldab soostereotüüpset suhtumist,</li> <li>▶ kirjeldab omadusi, mis teevad noormehe ja neiu meeldivateks suhtluskaaslasteks,</li> <li>▶ kirjeldab inimliku läheduse erinevaid avaldumisviise: vastastikust seotust ja meeldimist, sõprust ja armumist,</li> <li>▶ selgitab turvalise seksuaalkäitumise põhimõtteid.</li> </ul>
<b>II</b> <b>Terved ja ebaterved suhted</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ oskavad iseloomustada terveid ja turvalisi noorte käimissuhteid,</li> <li>▶ teavad, millised on kohtinguvägivalla vormid, ja oskavad tuua näiteid vastavate käitumisviiside kohta,</li> <li>▶ toetavad hoiakut, et vägivaldne käitumine paarisuhtes on lubamatu,</li> <li>▶ teavad, kuhu pöörduda abi ja nõu saamiseks kohtinguvägivalla korral.</li> </ul>	<b>Ainekursus „Tervis“ (8. klass)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ selgitab soorollide ja soostereotüüpide mõju inimese käitumisele ning tervisele,</li> <li>▶ väärtustab tundeid ja armastust suhetes,</li> <li>▶ nimetab, kuhu saab pöörduda abi ja nõu saamiseks seksuaal-tervise küsimustes,</li> <li>▶ kirjeldab levinumate riskikäitumiste tagajärgi, mõju inimese tervisele ja toimetulekule.</li> </ul>
<b>III</b> <b>Kas see on kohtinguvägivald?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ oskavad tuua näiteid, mis on kohtinguvägivald,</li> <li>▶ julgevad väljendada oma seisukohti kohtinguvägivalla teemal,</li> <li>▶ toetavad kohtinguvägivalda mittelubavaid hoiakuid,</li> <li>▶ oskavad nimetada terve ja turvalise suhte tunnuseid.</li> </ul>	
<b>IV</b> <b>Kohtinguvägivald – millised on lahendused?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ oskavad eristada paarisuhtes esinevaid toetavaid ja kahjustavaid käitumismustreid,</li> <li>▶ oskavad juhtumite näitel pakkuda lahendusi olukordadele, kus esineb kohtinguvägivald,</li> <li>▶ teavad, kuhu pöörduda nõu ja abi saamiseks kohtinguvägivalla korral.</li> </ul>	

Tunni teema	Tunni õpitulemused	Inimeseõpetuse ainekava õpitulemused
	<b>Õpilased:</b>	<b>Õpilane:</b>
<b>V</b> <b>Vägivallavabade lahenduste otsimine</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ toetavad hoiakut, mille kohaselt vägivaldne käitumine paarisuhtes pole lubatav ja konflikte on võimalik vägivallavabalt lahendada,</li> <li>▶ demonstreerivad murekirjale vastamise näitel oskust leida lahendus kohtinguvägivallale nii ohvri kui ka vägivallatseja vaatenurgast,</li> <li>▶ teavad, kuhu pöörduda nõu ja abi saamiseks kohtinguvägivalla korral.</li> </ul>	<b>Ainekursus „Perekonnaõpetus“ (gümnaasium)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ kirjeldab püsisuhte loomist ja säilimist mõjutavaid tegureid ning tähtsustab positiivseid tundeid ja negatiivsete tunnetega toimetulekut turvalise püsisuhte alusena,</li> </ul>
<b>VI</b> <b>Vägivalla spiraal</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ teavad, et kohtinguvägivallal on korduv ja süvenev iseloom – ohu märkidele suhte alguses järgneb üha tõsisem paarisuhtevägivald,</li> <li>▶ oskavad eristada kontrollivat käitumist tervetest paarisuhetest,</li> <li>▶ teavad, kuidas kehtestavalt vastu astuda kontrollivale käitumisele, aru saada ohumärkidest, aidata sõpra, kes kogeb kohtinguvägivalda ja mida ise kohtinguvägivalla ohvrina ette võtta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ mõistab püsisuhtest tulenevat vastutust ning kirjeldab toimetulekuväidse lähisuhete lõppemise korral (vägivald peresuhtes),</li> <li>▶ teadvustab lahkuminekku ja lahutuse põhjusi ning tagajärgi,</li> <li>▶ selgitab seksuaalsuhte seotust armastusega ning turvalise ja vastastikku rahuldust pakuva seksuaalkäitumise põhimõtteid inimsuhtes,</li> </ul>
<b>VII</b> <b>Seksuaalvägivald</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ eristavad, mis on sagedasti levinud vääruskumused ja mis on faktid seksuaalvägivalla kohta,</li> <li>▶ toetavad hoiakut, et inimestevaheliste seksuaaltegevuste eelduseks on nõusolek ning seksuaalvahekord ilma nõusolekuta on seksuaalvägivald,</li> <li>▶ oskavad tuua näiteid, kuidas küsida nõusolekut,</li> <li>▶ teavad, millised on abivõimalused seksuaalvägivalda kogunud inimestele.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ kirjeldab, kuidas mõjutavad ühiskond ja kultuur suhtumist seksuaalsusesse ning seksuaalsuhtes.</li> </ul>



## Tunnikavade selgituseks

Õppematerjal sisaldab seitsme teematunni näidiskava, mis on mõeldud läbiviimiseks 13–18-aastaste kooliõpilaste seas (III kooliaste ja gümnaasium). Tunnikavad on konspektiivsed, esitatud on õpitulemused, vajalike materjalide loetelu, viited õpetaja juhendmaterjalile, meetodite kirjeldus, esitluslaidid (kättesaadavad koolitustel), lisategevused, kodutööd ja töölehed.

Ühe teematunni läbimiseks kuluv aeg sõltub õpilaste arvust ja varasemast antud temaatika käsitlemise mahust. Üldjuhul kulub ühe teema peale 1–2 ainetundi.

### Ettevalmistus

Enne käesoleval õppematerjalil põhinevate tundide läbiviimist eeldame, et õpetajal on baasteadmised noorte kohtinguvägivallast ja selle mõjust ning samuti soorollide ja stereotüüpide mõjust vägivallale. **Selleks on vajalik tutvuda käesoleva õppematerjaliga ja selle juurde kuuluva õpetaja juhendmaterjaliga.**

**Soovitav on:**

- osaleda õppematerjali ja selle metoodikat tutvustaval koolitusel;
- paluda juhendamist kolleegidelt, kes on juba käesoleva õppematerjali põhjal tunde läbi viinud;
- lugeda kirjandust noorte kohtinguvägivalla kohta;
- külastada teemakohaseid kodulehti (vt lisa 2) ja lugeda seal esitatud materjale.

**NB!** Tundide käigus või pärast tunde võib ette tulla, et õpilane avaldab oma paarisuhtes või kodus toimuva/toimunud vägivalla. Õpetajal on vajalik teada, kuidas sellisel juhul käituda (vt õpetaja juhendmaterjal „Kui õpilane räägib paarisuhtevägivallast“). Õpetaja peab teadma, millistest teenustest saab pere- või paarisuhtevägivalla all kannatav noor nõu ja abi (vt lisa 2 ja õpetaja juhendmaterjal „Teave, nõu ja abi“). Kui õpetaja on oma isiklikus elus kogunud paarisuhtevägivalda (otseselt või kaudselt), siis tuleb tal eelnevalt kaaluda, milline on tema valmisolek vägivallateemaliste tundide läbiviimiseks ning kust vajadusel isiklikult nõu ja tuge saada.

### Toetava õpikeskkonna loomine

Käsitletaval teemal tundide läbiviimiseks on oluline luua klassis turvaline ja toetav õpikeskkond. Paarisuhtevägivald on õrn teema ja sellest rääkimine võib olla keeruline nii noortele kui ka õpetajale. Küllalt tõenäoliselt leidub klassis keegi, kes on kogunud isiklikult paarisuhtevägivalda või teab kedagi, kes on vägivaldses suhtes.

Eelnev **põhireeglite** kokkuleppimine võimaldab teemade tundlikku ja tasakaalustatud käsitlemiski. Õpilased, kellel on eelnev kohtinguvägivalla kogemus, peavad temaatilistes aruteludes tundma end võimalikult turvaliselt. Põhireeglid lepatakse kokku klassi ühise arutelu käigus, kuid mõned näited on toodud ka käesoleva materjali lisas 1.

### Nõu ja abi

Rõhutage tundide käigus, et kohtinguvägivalla all ei pea keegi kannatama, abi ja teenused sellealaseks nõustamiseks on olemas. Tooge välja konkreetset nõu ja abi saamise võimalused teie kooli piirkonnas. Mõned teenused on nimetatud käesoleva materjali lisas 2. Pärast teemakäsitlemist võib mõnel noorel tekkida soov kohtuda ja rääkida mõne koolis töötava asjatundjaga – andke õpilastele sellekohast teavet.

# Tunnikavad

## 1. Soostereotüübid – poolt ja vastu

### Õpitulemused

- Õpilased oskavad eristada bioloogilist ja sotsiaalset sugu.
- Õpilased teavad, mis on soostereotüübid, ja oskavad tuua nende kohta näiteid.
- Õpilased mõistavad, et soostereotüüpide üle saab arutleda ja neid vaidlustada.
- Õpilased mõistavad, milline mõju võib olla soostereotüüpidel inimeste eluvalikutele, heaolule ja inimestevahelistele suhetele.

### Õppekava

#### Inimene (7. klass)

Õpilane:

- ✓ selgitab soorolli olemust ning kirjeldab soostereotüüpset suhtumist.

#### Tervis (8. klass)

Õpilane:

- ✓ selgitab soorollide ja soostereotüüpide mõju inimese käitumisele ning tervisele.

### Vajalikud materjalid

- Väikesed klepppaberid (6 tk igale õpilasele), suured paberid rühmatöök, kirjutusvahendid, markerid, kleplint.
- Õpilase töölehe „Poolt ja vastu“ väited lahtilõigatuna.
- Soovi korral esitluslaidid.

### Õpetaja juhendmaterjal

„Kohtinguvägivald soolisest aspektist“.

#### A Sissejuhatus

- Leppige klassis ühise arutelu käigus kokku põhireeglid või tuletage meelde varem kokku lepitud põhireeglid. Mõned näited on toodud käesoleva materjali lisas 1.
- Tutvustage õpilastele tunni teemat „Soostereotüübid“ ja selgitage, et selles tunnis arutatakse uskumuste ja hoiakute üle, mis puudutavad meeste ja naiste rolle meie ühiskonnas – mida tähendab olla mees või naine? Eri ajastutel ja eri ühiskondades on välja kujunenud oma ettekujutus mehelikkusest ja naiselikkusest.

#### B Põhiosa

### Soostereotüübi mõiste

- Jagage igale õpilasele kuus klepppaberit ja paluge neil individuaalselt: a) kolmele paberile kirja panna kolm sõna, mis peamiselt seostuvad sõnapaariga „MEES JA MEHELIK“ (igale paberile 1 sõna); b) seejärel ülejäänud kolmele paberile kirjutada sõnad, mis peamiselt seostuvad sõnapaariga „NAINE JA NAISELIK“ (1+1 minutit).

- Moodustage rühmad (4–6 õpilast rühmas). Paluge rühmaliikmetel kinnitada suurele lehele kõik kleep-paberil olevad sõnad, mida individuaalse töö käigus üles märgiti. Kui sõnad rühma liikmetel korduvad, siis paluge need grupeerida. Tööleht jagage kolmeks: vasakusse veergu kinnitatakse mehi ja mehelikkust iseloomustavad sõnad, paremasse veergu naisi ja naiselikkust iseloomustavad sõnad, keskmine veerg jääb esialgu tühjaks. Paluge rühmadel esitleda tulemusi.
- Viige läbi arutelu:
  - ✓ millised sõnad korduvad rühma sees/rühmade vahel;
  - ✓ kas eri inimeste ettekujutus meestest ja naistest, mehelikkusest ja naiselikkusest võib olla erinev, millest see võib sõltuda;
  - ✓ kas on olemas sellist meest/naist, kellel on kõik need omadused, mida õpilaste poolt nimetati vastava soo kohta?
- Seejärel vahetage vasaku ja parema veeru pealkirjad ja arutage:
  - ✓ kas on võimalik, et sellised omadused/tunnused esinevad naisel/mehel;
  - ✓ mida me võidaksime, mida me kaotaksime;
  - ✓ milliseid omadusi ei ole võimalik omistada vastassugupoolele (nt suguelundid, sünnitamine, imetamine jms)?
- Neid omadusi tähistavad sõnad tõstke keskmisse veergu ja pealkirjastage see veerg: „BIOLOOGILINE SUGU“. Selgitage, et vasakusse ja paremasse veergu kinnitatud sõnad tähistavad mõistet „SOTSIAALNE SUGU“. Tooge välja bioloogilise ja sotsiaalse soo erinevused. Soovi korral kasutage esitluslaide.
  - ✓ Selgitage, et järgnevalt te arutlete meeste ja naiste kohta käivate väidete üle.

## I versioon: arutelu „Poolt ja vastu“

- Jagage õpilased neljaliikmelisteks rühmadeks ja rühmas moodustage paarid: „pooldajad“ ja „vastased“. Seejärel jagage igale rühmale üks väide töölehel „Poolt ja vastu“ ja „pooldajatele“ paber, millele on kirjutatud „Olen selle väitega nõus, sest ...“ ja „vastastele“ „Ma ei ole selle väitega nõus, sest ...“. Paluge paaridel väitega tutvuda ja mõelda endamisi paari minuti jooksul selle väite üle. „Pooldajad“ peavad välja mõtlema argumente, mis toetaks antud väidet, ning „vastased“ argumente, mis vaidlustaks antud väidet.
- Tuletage õpilastele meelde, et nad ei esitaks argumente, mis peegeldavad nende isiklike tundeid ja mõtteid, vaid lähtuksid neile etteantud rollist („poolt“ või „vastu“). Seejärel vahetage rühmas rollid ja paluge täiendada olemasolevaid argumente.
- Järgnevalt andke kõigile rühmadele võimalus esitada järjestikku teistele paari minuti jooksul oma väide ning selle kohta esitatud peamised poolt- ja vastuargumentid. Võimalusel kuvage/kirjutage väited ka tahvlile. Iga esitatud väite järel arutage klassis ühiselt, milliste esitatud argumentidega nõustuvad teised õpilased. Osalege ise arutelus, et kõlama ei jääks argumentid, mis ei ole eetiliselt aktsepteeritavad või on seadusevastased.

## II versioon: toolimäng „Poolt ja vastu“

Õpilased istuvad ringis toolide peal ja õpetaja loeb ette väiteid töölehel „Poolt ja vastu“. Õpilased, kes väitega nõustuvad, tõusevad püsti ja vahetavad kohad. Iga väite korral andke võimalus ka põhjenduseks ja aruteluks.

## Videod „Sooline stereotüüp“

- Vaadake näiteid Sotsiaalministeeriumi kampaania „Sooline stereotüüp“ videomaterjalist (nt KASSA [www.youtube.com/watch?v=RTJ0x2uMG2Q](http://www.youtube.com/watch?v=RTJ0x2uMG2Q),

JUHATUSE KOOSOLEK [www.youtube.com/watch?v=GzK9aYQIYu8](http://www.youtube.com/watch?v=GzK9aYQIYu8),  
AIAPIDU [www.youtube.com/watch?v=T31jLpHe1oY](http://www.youtube.com/watch?v=T31jLpHe1oY).

- Arutage õpilastega, kuidas võivad mõjutada soostereotüübid inimeste hoiakuid ja käitumist ning heaolu.

## C Tunni kokkuvõte

- Rõhutage õpilastele, et soostereotüübid ümbritsevad meid kõikjal meedias ja ka meie igapäevaelus (kodus, koolis, tänaval jm) ning meile võib tunduda, et stereotüüpsed soorollid kuuluvadki poisiks ja tüdrukuks või meheks ja naiseks olemise juurde. Tegelikult võivad nii poisid kui tüdrukud, mehed kui naised vaidlustada soostereotüüpe ja käituda viisil, mis on kooskõlas nende endi soovide ja valikutega, toetades võrdseid õigusi ja austust mõlema soo vastu erinevates rollides ja suhetes.

## D Lisategevus

1. Paluge õpilastel enne järgmist tundi pöörata tähelepanu meedias (muusikavideod, reklaamid, filmid vms) esinevatele soolistele stereotüüpidele ja järgmises tunnis kirjeldada vähemalt ühte näidet. Õpilased võivad teha fotosid, võimalusel näidata videolõike, ajakirjade reklaame vms.
2. Paluge õpilastel arutleda kodus vanematega mõne tunnis arutatud soorolli üle. Mõelda ja arutada koos vanematega: kuidas on põlvkondade lõikes muutunud poiste ja tüdrukute kasvatamine ja neile pandud ootused?

## Õpilase tööleht „Poolt ja vastu“



Poisid võivad kakelda, tüdrukud mitte.

Kui poiss tunneb valu või kurbust, siis ta ei peaks seda välja näitama.

Mehed sobivad paremini ettevõtte juhiks kui naised.

Igapäevaste koduste tööde tegemine peaks olema peamiselt naiste ülesanne.

Poisid peavad olema suhete algatamisel aktiivsem pool.

Tüdrukute „ei“ tähendab tegelikult „võib-olla“ või „jah“.

Kui noormees teeb neiuale välja, siis peaks neiu olema noormehe soovidele vastutulelik.

## Õpetaja tööleht „Poolt ja vastu“

### Poisid võivad kakelda, tüdrukud mitte.

Vägivalla teel konfliktide lahendamine ei ole lubatud ei poistele ega tüdrukutele.

### Kui poiss tunneb valu või kurbust, siis ta ei peaks seda välja näitama.

Oma kõikide tunnete (rõõmu, kurbuse jt) väljendamine ennast ja teisi mittekahjustaval moel on loomulik ja lubatud nii tüdrukutele kui poistele.

### Mehed sobivad paremini ettevõtte juhiks kui naised.

Nii mehed kui naised sobivad ettevõtte juhiks.

### Igapäevaste koduste tööde tegemine peaks olema peamiselt naiste ülesanne.

Igapäevased kodused tööd peaksid olema pereliikmete ühine ülesanne.

### Poisid peavad oleme suhete algatamisel aktiivsem pool.

Nii tüdrukud kui poisid võivad algatada suhte.

### Tüdrukute „ei“ tähendab tegelikult „võib-olla“ või „jah“.

Tüdrukute „ei“ tähendab „ei“, nii nagu ka poistel.

### Kui noormees teeb neiule välja, siis peaks neiu olema noormehe soovidele vastutulelik.

Väljategemine ei tähenda õigust nõuda vastuteeneid ja kohustust tulla vastu väljategija soovidele. Samuti on täiesti loomulik, et neiu maksab ise enda eest. Keegi ei peaks vastu võtma kingitusi, mille eest oodatakse vastuteeneid.

## 2. Terved ja ebaterved suhted

### Õpitulemused

- Õpilased oskavad iseloomustada terveid ja turvalisi noorte käimissuhteid.
- Õpilased teavad, millised on kohtinguvägivalla vormid, ja oskavad tuua näiteid vastavate käitumisviiside kohta.
- Õpilastel kujuneb hoiak, et vägivaldne käitumine paarisuhtes on lubamatu.
- Õpilased teavad, kuhu pöörduda abi ja nõu saamiseks kohtinguvägivalla korral.

### Õppekava

#### Inimene (7. klass)

Õpilane:

- ✓ kirjeldab omadusi, mis teevad noormehe ja neiu meeldivateks suhtluskaaslasteks;
- ✓ kirjeldab inimliku läheduse erinevaid avaldumisviise: vastastikust seotust ja meeldimist, sõprust ja armumist;
- ✓ selgitab turvalise seksuaalkäitumise põhimõtteid.

#### Tervis (8. klass)

Õpilane:

- ✓ väärtustab tundeid ja armastust suhetes;
- ✓ selgitab soorollide ja soostereotüüpide mõju inimese käitumisele ning tervisele;
- ✓ nimetab, kuhu saab pöörduda abi ja nõu saamiseks seksuaaltervise küsimustes.

### Vajalikud materjalid

- ✓ Paberid individuaalseks tööks, kirjutusvahendid.
- ✓ Õpetaja tööleht „Terved ja turvalised suhted“.
- ✓ Sedelid õpilase töölehel „Kohtinguvägivalla vormid“.
- ✓ Ümbrikus sedelid õpilase töölehel „Minu turvaplaan“.
- ✓ Lisa 2. Nõu ja abi kohtinguvägivalla korral.
- ✓ Soovi korral esitluslaidid.

### Õpetaja juhendmaterjal:

kõik peatükid.

**NB!** Käesoleva teema käsitlemiseks võib kuluda 2 õppetundi.

#### A Sissejuhatus

- Leppige klassis ühise arutelu käigus kokku põhireeglid või tuletage meelde varem kokku lepitud põhireeglid. Mõned näited on toodud käesoleva materjali lisa 1.
- Selles tunnis võivad mõned õpilased tunda soovi avaldada, et nad kogevad kohtinguvägivalda või et nende kodus on perevägivald. Tutvuge eelnevalt soovitud teemaga õpetaja juhendmaterjalis. Turvaline õpikeskkond ei julgusta noori oma suhtes toimuvat vägivalda tunnis avaldama, vaid annab teavet ja tuge pöördumaks vajadusel nõu ja abi järele.

- ✓ Tutvustage õpilastele tunni teemat „Terved ja ebaterved suhted“. Küsige õpilastelt, mis on lähisuhe. Selgitage, et suhe tekib kahe inimeste vahel, kes teineteist tunnevad ja korduvalt vastastikku mõjutavad. Lähisuhteid (nimetatakse ka paarisuheteks, näiteks käimissuhted, kooselu- või abielusuhted) iseloomustab tundeseotus.

## B Põhiosa

### Terved ja turvalised suhted

- Moodustage paarid või rühmad (4–6 õpilast). Paluge õpilastel paari minuti jooksul kirjutada paberile märksõnu, mis iseloomustavad terveid ja turvalisi noorte käimissuhteid.
- ✓ Kirjutage õpilaste poolt nimetatud märksõnad tahvlile. Pakkuge täiendavaid märksõnu õpetaja töölehel „Terved ja turvalised suhted“ ja küsige, millistega õpilased nõustuvad. Seejärel küsige õpilastelt, kuidas tunnevad ennast noored, kes on terves ja turvalises käimissuhtes.

### Murekiri

- Lugege õpilastele ette järgnev noore kirjutatud murekiri ja paluge mõelda, mis on selles suhtes valesti.

*Ma olen vist väga meeleheitel, et siia kirjutun, aga ma ei tea enam, kust abi otsida. Mul on selline mure, et ma käin ühe poisiga, kes on minust kaks aastat vanem. Asi on selles, et kohe suhte alguses oli ta väga-väga armukade. Alguses oli see isegi armas, kuid viimasel ajal on asi väga üle piiri läinud. Ta ütleb, et usaldab mind, kuid ta tegelikult ei tee seda. Kogu see räige süüdistamine ja ähvardamine teeb mulle väga haiget ja ma ei tea enam, mida teha. Ta ei ole kunagi mu käest vabandust palunud, nii et ta seda päriselt mõtleks. Ükskord ta karjus mu peale, nii et hakkasin lihtsalt nutma ja ei julgenud midagi ütelda. Ma tahaksin temast lahku minna, aga ma ei julge seda öelda talle. Põhjus, miks ma teda maha tahan jätta, on see, et ma ei tunne tema juures ennast enam nii turvaliselt kui enne. Ma kardan, et ükskord võib ta minu kallal vägivalda tarvitada.*

- Küsige õpilaste arvamusi:
  - ✓ mis on selles suhtes valesti?

Vajadusel täiendage: kirjutaja tunneb ennast suhtes halvasti; suhtes esineb ähvardamist ja vaimset vägivalda; üks partner võimutseb teise üle.

### Kohtinguvägivalla mõiste

- Järgnevalt küsige õpilastelt: mis on teie arvates kohtinguvägivald? Joonistage ühise arutelu käigus tahvlile skeem, mis aitab õpilastel mõista kohtinguvägivalla olemust. Skeemi joonistamise käigus küsige õpilastelt järgmisi küsimusi:
  - ✓ Missugune käitumine suhtes viitab kohtinguvägivallale?
  - ✓ Kes on peamiselt vägivalla toimepanijad?
  - ✓ Kes on peamiselt vägivalla all kannatajad?
  - ✓ Mis põhjustab kohtinguvägivalda?
  - ✓ Millist mõju avaldab kohtinguvägivald?
- Kokkuvõttes selgitage, et kohtinguvägivalla põhjuseks on eeskätt ühiskonnas levinud soostereotüübid, sest nendega sageli õigustatakse lähisuhetes vägivaldset käitumist meeste puhul ja vägivallale alistumist naiste puhul. Vägivalda kasutatakse peamiselt sel põhjusel, et soovitakse kontrollida teist



inimest ja omada võimu tema üle. Vägivaldal kasutatakse ka siis, kui ei osata oma ärritusega (nt vihaga, armukadedusega) toime tulla. Kohtinguvägivallale ei ole õigustust ja sõltuvalt vägivalla vormist võib see olla ka seadusevastane, st kuritegu.

✓ Kasutage eeskujuna õpetaja juhendmaterjalis ja esitluslaididel olevat skeemi ja teksti.

## Kohtinguvägivalla vormid

- Moodustage rühmad (4–6 õpilast) ja jagage igale rühmale lahtilõigatud sedelite komplekt töölehel „Kohtinguvägivalla vormid“. Paluge õpilastel rühmades mõelda ja sedelitele kirjutada, missugused käitumisviisid võiksid toodud vägivallavormide juurde kuuluda.
- Seejärel jagage igale rühmale ümbrikus lahtilõigatud sedelite komplekt töölehel „Vägivaldsed käitumisviisid“. Paluge rühmadel mõne minuti jooksul leida igale käitumisviisi sedelile vastav vägivallavorm.
- Kontrollige, et rühmad sobitaksid sedelid õigesti, ja andke võimalus täpsustavateks küsimusteks. NB! Mõned vägivaldsed käitumisviisid sobivad mitme vägivallavormi juurde, nt „tööl käimise takistamine“ võib olla nii majanduslik vägivald kui ka eraldamine.
- Viige läbi arutelu.
  - ✓ Milline käitumisviis oli üllatavalt toodud kui vägivaldne?
  - ✓ Milliseid käitumisviise õpilased enne selle ülesande lahendamist ei pidanud kohtinguvägivallaks?
  - ✓ Milliseid vägivalla vorme esines tunni algul esitatud juhtumis?
- Vaadake ingliskeelset videot kohtinguvägivalla kohta kampaaniast „This is Abuse“ ja arutlege, milliseid kohtinguvägivalla vorme esines antud olukorras.

[https://www.youtube.com/watch?v=r\\_IWQJPLd-8&list=UUpiKAni4x\\_F9hJLNnsUKDgQ&index=14](https://www.youtube.com/watch?v=r_IWQJPLd-8&list=UUpiKAni4x_F9hJLNnsUKDgQ&index=14)

## Nõu ja abi kohtinguvägivalla korral

- Küsige õpilastelt, kust leida internetis teavet kohtinguvägivalla kohta. Kelle poole võiks kohtinguvägivalla korral pöörduda?
- Laiendage ja kinnistage õpilaste teadmisi esitluslaididega. Kasutage slaidide selgituseks õpetaja juhendmaterjali („Teave, nõu ja abi“).

## Isikliku turvaplani koostamine

Jagage õpilastele infoleht „Nõu ja abi kohtinguvägivalla korral“ (lisa 2) ja paluge õpilastel koostada oma isiklik turvaplaan, pidades silmas töölehel „Minu turvaplaan“ esitatud küsimusi.

### C Tunni kokkuvõte

- Rõhutage, et mitte keegi ei pea taluma ega kasutama oma suhtes vägivaldat. See on lubamatu. Terve suhte aluseks on vastastikune hoolimine, austus ja võrdsus.
- Nõu ja abi on olemas nii pere- kui ka kohtinguvägivalla puhul. Kõikidel on õigus elada ja tunda ennast turvaliselt.

### D Kodutöö

Jagage õpilastele infoleht „Nõu ja abi kohtinguvägivalla korral“ (lisa 2) ja paluge õpilastel kodutööna külastada infolehel toodud kodulehti.

## Õpetaja tööleht „Terved ja turvalised suhted“

Terves käimissuhtes kohtleb kumbki osapool teist kui võrdset, nad usaldavad ja austavad teineteist. Terved suhted on VÕRDESED suhted.

### Terves ja turvalises käimissuhtes on:

- ✓ võrdsus, usaldus ja austus
- ✓ teineteise toetamine ja julgustamine
- ✓ teineteise tunnete ja mõtete ära kuulamine ja nendega arvestamine
- ✓ eriarvamuste korral rääkimine
- ✓ vaidluste korral kokkulepete sõlmimine
- ✓ koos aja veetmine on lõbus ja kummalegi tore
- ✓ mõlemal partneril on ka oma tegemised ja oma sõbrad
- ✓ ise enda tegude eest vastutamine
- ✓ võrdne austus meeste ja naiste, poiste ja tüdrukute vastu
- ✓ armukadeduse tunne on lubatud, selle ajal vägivaldselt käitumine mitte.

### Mida on öelnud noored oma terve ja turvalise käimissuhte kohta?

„Meil on lõbus ja meile meeldib koos olla“.

„Me ei ole kogu aeg koos. Meil mõlemad on oma tegemised ja oma sõbrad“.

„Meile mõlemale sobib, et temal on oma huvid seoses spordiga ja mina ei armasta sportida. Meile meeldib, et oleme erinevad“.

„Ma tunnen, et mu partner kuulab mind, ei anna hinnanguid, mõistab mind ja peab minu arvamusest lugu“.

„Meil on vaidlusi, aga me oleme head teineteise kuulajad ja teeme lõpuks otsused koos“.

„Tal on minust väga erinevad arvamused, kuid temaga on alati huvitav rääkida“.

„Ma saan temaga olla aus ja öelda, kui ma tunnen ennast ebakindlalt“.

„Kui ma midagi soovin, siis ma ütlen seda talle, mitte lihtsalt ei oota“.

„Mõnikord ma muutun veidi armukadedaks, kui ta teiste tüdrukutega räägib, aga see on OK, ma usaldan teda“.

### Kuidas noored tunnevad ennast oma käimissuhtes? Kas selle järgi saab otsustada, kas suhe on terve või mitte?

Terves käimissuhtes peaksid mõlemad partnerid tundma end hästi, toetatult ja turvaliselt. Terved suhted on võimalikud! Igaüks väärrib seda, et olla terves suhtes!

## Õpilase tööleht „Kohtinguvägivalla vormid“



MAJANDUSLIK VÄGIVALD

ÄHVARDAINE

SEKSUAALVÄGIVALD

KEHALINE VÄGIVALD

VAIMNE VÄGIVALD

ERALDAMINE

## Õpilase tööleht „Vägivaldsed käitumisviisid“



Löömine	Vastu tahtmist keha või suguelundite puudutamine	Raha kulutamise üle ainuisikuline otsustamine
Tõukamine ja raputamine	Sundimine seksuaalvahekorraks (vägistamine)	Töötamise ja raha teenimise takistamine
Juustest tirimine	Pornofilmi vaatama sundimine	Tehtud ostude pidev kritiseerimine
Asjade lõhkumine	Halvustamine, solvamine, karjumine	Hirmutavad pilgud ja liigutused
Sõpradega ja pereliikmetega suhtlemise piiramine	Solvamine	Löömise, vigastamise, vägistamine või tapmisega ähvardamine (sh partneri, talle kalli inimese, lemmiklooma)
Kõikjal kaasaskäimine	Mitte välja tegemine (ignoreerimine)	Endale viga tegemisega ähvardamine
Karjumine	Käikude ja tegevuste pidev kontrollimine	Avaliku halvustamisega ähvardamine

## Õpilase tööleht „Minu turvaplaan“

### Kui ma kogeksin kohtinguvägivalda, siis:

- Inimene, keda usaldan ja kellele ma võiksin sellest rääkida, on *(mõttele)*
- Mul on olemas tema telefoninumber ja aadress ja need on *(salvesta telefoni)*
- Teised inimesed, kellele võiksin helistada hädaolukorras *(mõttele)*
- Turvaline koht, kuhu saan hädaolukorras minna, on: .....
- Politsei number on: .....
- Kohtinguvägivalda korral võin helistada telefonile: .....
- Kohtinguvägivalda korral võin saata kirja internetinõustamise kodulehele: .....



### Kui ma kogeksin kohtinguvägivalda, siis:

- Inimene, keda usaldan ja kellele ma võiksin sellest rääkida, on *(mõttele)*
- Mul on olemas tema telefoninumber ja aadress ja need on *(salvesta telefoni)*
- Teised inimesed, kellele võiksin helistada hädaolukorras *(mõttele)*
- Turvaline koht, kuhu saan hädaolukorras minna, on: .....
- Politsei number on: .....
- Kohtinguvägivalda korral võin helistada telefonile: .....
- Kohtinguvägivalda korral võin saata kirja internetinõustamise kodulehele: .....



### Kui ma kogeksin kohtinguvägivalda, siis:

- Inimene, keda usaldan ja kellele ma võiksin sellest rääkida, on *(mõttele)*
- Mul on olemas tema telefoninumber ja aadress ja need on *(salvesta telefoni)*
- Teised inimesed, kellele võiksin helistada hädaolukorras *(mõttele)*
- Turvaline koht, kuhu saan hädaolukorras minna, on: .....
- Politsei number on: .....
- Kohtinguvägivalda korral võin helistada telefonile: .....
- Kohtinguvägivalda korral võin saata kirja internetinõustamise kodulehele: .....

## 3. Kas see on kohtinguvägivald?

### Õpitulemused

- Õpilased oskavad tuua näiteid, mis on kohtinguvägivald.
- Õpilased julgevad väljendada oma seisukohti kohtinguvägivalla teemal.
- Õpilastel kujunevad kohtinguvägivalda mittelubavad hoiakud.
- Õpilased oskavad nimetada terve ja turvalise suhte tunnuseid.

### Õppekava

#### Inimene (7. klass)

Õpilane:

- ✓ kirjeldab omadusi, mis teevad noormehe ja neiu meeldivateks suhtluskaaslasteks;
- ✓ kirjeldab inimliku läheduse erinevaid avaldumisviise: vastastikust seotust ja meeldimist, sõprust ja armumist;
- ✓ selgitab turvalise seksuaalkäitumise põhimõtteid.

#### Tervis (8. klass)

Õpilane:

- ✓ väärtustab tundeid ja armastust suhetes.

### Vajalikud materjalid

- Õpilase tööleht „Miina ja Aleks peol“.
- Õpilase tööleht „Kas see on kohtinguvägivald?“.
- Õpetaja tööleht „Kas see on kohtinguvägivald?“.
- Kleeplint pörandale joonemängu tarbeks.
- Suured paberid plakati valmistamiseks, ajakirjad, liim, vahendid plakati seinale kinnitamiseks.
- Pall või pehme mänguasi.
- Soovi korral esitluslaidid.

### A Sissejuhatus

- Leppige klassis ühise arutelu käigus kokku põhireeglid või tuletage meelde varem kokku lepitud põhireeglid. Mõned näited on toodud käesoleva materjali lisa 1.
- Selles tunnis võivad mõned õpilased tunda soovi avaldada, et nad kogevad kohtinguvägivalda või et nende kodus on perevägivald. Tutvuge eelnevalt soovitud õpetaja juhendmaterjaliga. Turvaline õpikeskkond ei julgusta noori oma suhtes toimuvat vägivalda tunnis avaldama, vaid annab teavet ja tuge pöördumaks vajadusel nõu ja abi järele.
- Tutvustage õpilastele tunni teemat „Kas see on kohtinguvägivald?“. Selgitage, et selles tunnis arutlete käimissuhetes esinevate olukordade üle ning arutlete, kas on tegemist kohtinguvägivallaga.

## Juhtumi analüüs „Miina ja Aleks“

- Moodustage õpilastest rühmad (4–6 õpilast) ja jagage rühmadele töölehed „Miina ja Aleks peol“. Paluge õpilastel tutvuda juhtumiga ja vastata töölehel toodud küsimustele. Arutlege ühiselt õpilaste pakutud vastuste üle.

## „Kas see on kohtinguvägivald?“

- Selgitage, et järgnevalt kirjeldate teatud olukordi ning õpilastel tuleb otsustada, kas tegemist on kohtinguvägivallaga või mitte.

### I versioon: joonemäng

- Paluge õpilastel tõusta ja tõmmake põrandale mõtteline joon või kleepige kleeplinti (vajalik suurem ruum). Ühte joone otsa kirjutage silt „JAH“, teise otsa „EI“ ja keskele „VÕIB-OLLA“. Võite kasutada ka nurgamängu põhimõtet, kus kolm nurka klassis on märgitud.
- Lugege ükshaaval ette olukorrad töölehel „Kas see on kohtinguvägivald?“ ja paluge õpilastel seista kohta mõttelisel joonel (või nurka), mis kõige paremini kirjeldab nende nõustumist/mittenõustumist antud olukorra puhul. Paluge õpilastel vabatahtlikkuse alusel selgitada oma arvamust. Lubage õpilastel vabalt otsustada oma koha üle joonel (nurgas) ja olla ka vastuolulistel seisukohtadel eri olukordade puhul (et õpilased ei tunneks survet seista „õigele“ kohale). Kui kõlavad argumendid, mis ei ole eetiliselt aktsepteeritavad või on seadusevastased, siis ärge lubage sellistel argumentidel kõlama jääda, vaid vaidlustage need.

### II versioon: tööleht

- Paluge individuaalselt, paaritöös või väikestes rühmades täita õpilase tööleht „Kas see on kohtinguvägivald?“.
- Paluge õpilastel anda tagasisidet ja arutage ühiselt poolt- ja vastuargumente.

### Arutelu

- Esitage iga olukorra kohta pärast arutelu ka korrektne vastus, vt õpetaja tööleht „Kas see on kohtinguvägivald?“.
- Soovi korral kasutage teadmiste kinnistamiseks esitluslaide.

### Plakat

- Tuletage meelde eelmisel tunnil koostatud nimekirja terve ja turvalise suhte tunnustest. Paluge õpilastel rühmades koostada plakat, mis kajastaks tervet ja turvalist suhet, ning panna sellele pealkiri. Plakati koostamisel võivad õpilased kasutada ajakirju ja ajalehti. Seejärel paluge neil oma plakati tutvustada.
- Alternatiivina võib plakati asemel kasutada palli/pehme mänguasja viskamise mängu, kus söödu saaja nimetab ühe märksõna tervete ja turvaliste suhete kohta.

## **C** Tunni kokkuvõte

- Rõhutage, et mitte keegi ei pea taluma ega kasutama oma suhtes vägivalda. See on lubamatu. Vägivaldse käitumise korral on olemas mitmeid käitumisvõimalusi ja kohti, kuhu saab pöörduda abi ja nõu saamiseks. Terve suhte aluseks on vastastikune hoolimine, austus ja võrdsus.

## **D** Lisategevused

- Vaadake koos või tehke õpilastele ülesandeks külastada nõu ja abi pakkuvate asutuste kodulehti.



## Õpilase tööleht „Miina ja Aleks peol“

Loe läbi järgnev juhtum. Vasta juhtumi lõpus toodud küsimustele.

### Miina ja Aleks peol

*Miina ja Aleks on juba hulk aega paar. Nad on käinud neli kuud. Ühel õhtul lepivad nad kokku, et kohtuvad Aleks'i koolis korraldatud peol.*

*Aleks paneb jalga oma parimad teksad ja selga T-särgi. Ta tahab hea välja näha.*

*Kui Aleks peole saabub, siis esialgu ei leia ta Miinat kusagilt. Aleks hakkab juba mobiililt Miinale helistama, kui äkki märkab Miinat. Miina pole üksinda. Ta astub ühe noormehe juurde, kallistab teda ja hakkab lõbusalt vestlema. Aleks tunneb armukadedust ja viha.*

*Lõpuks Miina märkab Aleksit. Ta hüüab rõõmsalt: „Hei, Aleks! Lõpuks sa tulidki. Tule siia, meie lauda!“ Aleks viipab Miina enda juurde ja käratab: „Enam selle tüübiga ei räägi, selge?“. Ta pöörab Miinale selja ja lahkub.*

*Miina jääb Aleksile jahmunult järele vaatama. Ta ei mõista, miks Aleks nii käitub.*

### Kas see on kohtinguvägivald? Vali sinu meelest kõige sobivam vastusevariant.

- ✓ Ei, see ei ole kohtinguvägivald. Aleks keelas tüübiga rääkida sellepärast, et armastab Miinat.
- ✓ Ei, see ei ole kohtinguvägivald. Miina ise ärritas Aleksit oma käitumisega – ta oleks pidanud mõtlema, et Aleks on ka peol, ja mitte nii käituma. Aleks'i käitumine sellises olukorras on õigustatud, sest ta armastab Miinat.
- ✓ Jah, see võib olla kohtinguvägivald. Miina ei käitunud lubamatult. Aleks võis tunda armukadedust, kuid tal ei olnud õigustust Miinale ebaviisakalt käratada ja ilma selgitusteta lahkuda.

### Kuidas peaks Aleks käituma? Milline oleks sobivaim käitumisviis?

- ✓ Aleks lahkub ega võta Miinaga enam ühendust.
- ✓ Aleks kohtub Miinaga järgmisel päeval ja süüdistab teda petmises.
- ✓ Aleks saadab samal õhtul SMS-i: „Palun vabandust, olin väga armukade, tahaksin rääkida.“
- ✓ Paku oma variant: ....

### Kuidas peaks Miina käituma? Milline oleks sobivaim käitumisviis?

- ✓ Miina jookseb Aleksile järele, palub vabandust ja lahkub koos Aleksiga peolt.
- ✓ Miina käratab Aleksile järele: „Jobu! Sina mind ei käsuta!“
- ✓ Järgmisel päeval helistab Miina Aleksile ja ütleb: „Ma olen segaduses ja ei mõista, mis eile juhtus. Me peame sellest rääkima. Mulle ei sobi selline suhe.“
- ✓ Paku oma variant: ....

## Õpilase tööleht „Kas see on kohtinguvägivald?“

Otsusta iga olukorra kohta, kas tegemist on kohtinguvägivallaga, märkides vastuse „JAH“, „EI“ või „VÕIB-OLLA“.

Üks partneritest nimetab teist pidevalt halvustavate nimetustega.

Noormees saadab oma tüdruksõbrale SMS-i ja ütleb, et ta armastab teda.

Noormees saadab oma tüdruksõbrale sadu SMS-e, et teada saada, kus ja kellega koos ta on.

Ta helistab oma endisele poiss-sõbrale pidevalt ja soovib, et nad oleksid taas koos.

Poiss muutub armukadedaks, kui tema tüdruk räägib teiste poistega.

Partnerid vaidlevad selle üle, mida telekast vaadata.

Neiu ei luba oma poiss-sõbral minna klassiekskursioonile.

Noormees sunnib oma tüdruksõpra seksuaalvahekorras olema, kuigi viimane ei taha seda.

Tüdruk kontrollib pidevalt oma noormehe telefoni, et näha, kellele ta on helistanud ja SMS-e saatnud.

## Õpetaja tööleht „Kas see on kohtinguvägivald?”

### Üks partneritest nimetab teist pidevalt halvustavate nimetustega.

VÕIB-OLLA. Kui see juhtub pidevalt käimissuhtes, siis see on kohtinguvägivald.

### Noormees saadab oma tüdruksõbrale SMS-i ja ütleb, et ta armastab teda.

Ei, see ei ole kohtinguvägivald.

### Noormees saadab oma tüdruksõbrale sadu SMS-e, et teada saada, kus ja kellega koos ta on.

JAH, see on kohtinguvägivald. Selline käitumine on kontrolliv käitumine.

### Ta helistab oma endisele poiss-sõbrale pidevalt ja soovib, et nad oleksid taas koos.

VÕIB-OLLA. Kui endine poiss-sõber ei soovi, et talle helistataks, kuid helistaja siiski jätkab helistamist, siis võib tegemist olla kohtinguvägivallaga. Kohtinguvägivald võib sageli jätkuda ka pärast suhte lõppemist. Kohtinguvägivald võib toimuda ka samasooliste endistes suhetes.

### Poiss muutub armukadedaks, kui tema tüdruk räägib teiste poistega.

VÕIB-OLLA. Kõik tunnevad mõnikord armukadeduse tunnet ja see on OK. Kui aga selle tunde ajal püütakse teise inimese tegevust takistada, halvustatakse või süüdistatakse teist inimest, siis võib see olla kohtinguvägivald.

### Partnerid vaidlevad selle üle, mida telekast vaadata.

Ei, see ei ole kohtinguvägivald. Vaidlusi tuleb ette igas paarisuhtes, kui tegemist on võrdsete partneritega ja kedagi ei kahjustata, on see OK.

### Neiu ei luba oma poiss-sõbral minna klassiekskursioonile.

JAH, see on kohtinguvägivald. Üks partneritel tahab kontrollida teise tegevusi. Kohtingupartneril pole õigust keelata suhtlemist sõprade ja tuttavatega.

### Noormees sunnib oma tüdruksõpra seksuaalvahekorras olema, kuigi viimane ei taha seda.

JAH, see on seksuaalvägivald käimissuhtes. Teise inimese sundimine seksuaalvahekorras või muudeks seksuaalseteks tegevusteks on lubamatu ja karistatav. Inimesed peavad omavahel rääkima ja küsima, kas nad on nõus seksuaalvahekorras.

### Tüdruk kontrollib pidevalt oma noormehe telefoni, et näha, kellele ta on helistanud ja SMS-e saatnud.

VÕIB-OLLA. Keegi ei tohiks ilma luba küsimata teise telefoni vaadata.

## 4. Kohtinguvägivald – millised on lahendused?

### Õpitulemused

- Õpilased oskavad eristada paarisuhtes esinevaid toetavaid ja kahjustavaid käitumisviise.
- Õpilased oskavad juhtumite näitel pakkuda lahendusi olukordadele, kus esineb kohtinguvägivald.
- Õpilased teavad, kuhu pöörduda nõu ja abi saamiseks kohtinguvägivalla korral.

### Õppekava

#### Tervis (8. klass)

Õpilane:

- ✓ väärtustab tundeid ja armastust suhetes;
- ✓ nimetab, kuhu saab pöörduda abi ja nõu saamiseks seksuaaltervise küsimustes;
- ✓ kirjeldab levinumate riskikäitumiste tagajärgi, mõju inimese tervisele ja toimetulekule.

#### Perekonnaõpetus (gümnaasium)

Õpilane:

- ✓ kirjeldab püsisuhte loomist ja säilimist mõjutavaid tegureid ning tähtsustab positiivseid tundeid ja negatiivsete tunnetega toimetulekut turvalise püsisuhte alusena.

Õpilane:

- ✓ mõistab püsisuhtest tulenevat vastutust ning kirjeldab toimetulekuviise lähisuhete lõppemise korral (vägivald peresuhtes).

**NB!** Käesolev teema on soovituslik gümnaasiumile, kuid seda võib käsitleda ka põhikoolis. Tund sisaldab süvendatult kordavat osa kohtinguvägivalla mõiste ja vormide meeldetuletuseks (kui eelnevad teemad on põhikoolis läbitud). Teemakäsitlemisele võib kuluda 1–2 õppetundi.

### Vajalikud materjalid

- Suured paberid tunni sissejuhatuseks (4 tk) ja A4 paberid nurgamänguks (3 tk), markerid, kinnituseks kleeflint.
- Õpilase tööleht „Lühilood“, „Lahendused“.
- Õpetaja tööleht „Käitumise kaardid“ (lahti lõigatuna).

### Õpetaja juhendmaterjal:

kõik peatükid.

#### A Sissejuhatus

- Leppige klassis ühise arutelu käigus kokku põhireeglid või tuletage meelde varem kokku lepitud põhireeglid. Mõned näited on toodud käesoleva materjali lisa 1.
- Selles tunnis võivad mõned õpilased tunda soovi avaldada, et nad kogevad kohtinguvägivalda või et nende kodus on perevägivald. Tutvuge eelnevalt soovitustega õpetaja juhendmaterjalis. Turvaline õpikeskkond ei julgusta noori oma suhtes toimuvat vägivalda tunnis avaldama, vaid annab teavet ja tuge pöördumaks vajadusel nõu ja abi järele.

- Tutvustage tunni teemat ja sissejuhatuseks viige läbi järgmine ülesanne. Pealkirjastage neli paber-tahvli lehte järgmiselt:
  - ✓ Miks leiab aset noorte kohtinguvägivald?
  - ✓ Kes satub sagedamini kohtinguvägivalla ohvriks?
  - ✓ Kes kasutavad sagedamini paarisuhtes vägivalda?
  - ✓ Miks mõnikord noored ei lõpeta vägivaldset suhet?
- Jaotage klass neljaks, jagage igale rühmale üks pealkirjastatud paberileht ja marker. Võite kinnitada paberilehed seinale klassiruumi 4 nurka. Paluge õpilastel mõelda lehel oleva küsimuse peale umbes minuti jooksul ja seejärel rühmadel kirjutada paberile võimalikke vastuseid.
- Umbes minuti pärast paluge rühmadel paberileht edasi anda/ rühmadel edasi liikuda vastuste täiendamiseks naaberrühmale. Korrake, kuni iga rühm on saanud võimaluse kirjutada neljale lehele.
- Paluge õpilastelt tagasisidet. Õpetajal on soovitatav lasta õpilastel esitada oma arvamusi, kuid vajadusel sekkuge arutellu ja vaidlustage kõlanud argument. Näiteks võivad kõlada argumendid, mis ei ole eetiliselt aktsepteeritavad või on seadusevastased – ärge lubage sellistel argumentidel kõlama jääda.
- Soovi korral kasutage esitluslaide.

## B Põhiosa

### Lühilood kohtinguvägivallast

- Moodustage rühmad ja jagage laiali töölehed „Lühilood“ nii, et mitu rühma saab arutada sama lühiloo teemat.
- Paluge õpilastel rühmades tutvuda lühilooga ja mõne minuti jooksul arutada, millis(t)e kohtinguvägivalla vormi(de)ga on neis lugudes tegemist. Tuletage õpilastele meelde, et kohtinguvägivald võib esineda erinevates vormides:
  - ✓ kehaline vägivald, ähvardamine, seksuaalvägivald, vaimne vägivald, eraldamine, majanduslik vägivald.
- Paluge järgnevalt arutada, millised on antud olukorras vägivalla all kannatava inimese jaoks võimalikud lahendusviisid. Seejärel paluge esitada rühmatöö tulemused teistele rühmadele ja andke võimalus neid täiendada. Võite lasta õpilastel esitada lahendused ka rollimänguna.
- Peale iga rühma esitlust lugege ette või paluge õpilastel lugeda lahendused töölehel „Lahendused“. Arutlege, kas õpilaste pakutud lahendused kattusid töölehe lahendustega.
- Rõhutage, kui tähtis on tugi ja abi vägivaldses lähisuhtes olevatele inimestele.

### Käitumise kaardid – nurgamäng

- Märgistage klassiruumis kolm nurka:
  - ✓ TOETAV KÄITUMINE
  - ✓ KAHJUSTAV KÄITUMINE
  - ✓ SÕLTUB OLUKORRAST
- Lugege üksikshaaval ette erinevaid käitumisi töölehel „Käitumise kaardid“ ja paluge õpilastel otsustada, kas nimetatud käitumine: a) TOETAB tervet ja hoolivat paarisuhet, b) on suhtes olijale KAHJUSTAV või c) SÕLTUB OLUKORRAST, kas käitumine on toetav või kahjustav. Õpilastel tuleb valida nende meelest sobiv nurk. Paluge õpilastel oma valikuid põhjendada. Julgustage õpilasi oma isiklikku arvamust avaldama ja teiste õpilastega väitlema. (Teise võimalusena võite paluda õpilastel rühmades lahti lõigatud „Käitumise kaardid“ jagada eelnimetatud põhimõttel kolmeks. Paluge õpilastel oma valikuid põhjendada.)
- Arutlege iga käitumise puhul järgmiste küsimuste üle.
  - ✓ Mis tunded kaasnevad minategelasel selle olukorraga?
  - ✓ Mil viisil tahetakse kontrollida partneri käitumist? Kas see suhe on mõlemale partnerile võrdne? Põhjendage vastust.

- Selgitage, et pealtnäha toetav käitumine (näiteks sage helistamine) võib olla tegelikult kahjustav, kui selle eesmärgiks on kaaslase kontrollimine ja allasurumine ning on seetõttu vägivalda üks vormidest.
- Kasutades paari näidet vägivaldse olukorra kohta (õpetaja töölehel „Käitumise kaardid“ märgitud tärniga), arutage ühiselt:
  - ✓ kuidas saaks sellises olukorras turvaliselt enda eest seista?
- Selgitage, et mina-teate kasutamine on üks vägivaldavabadest lahendusi otsivatest viisidest enda tunnete ja soovide selgitamiseks. Valitud näite põhjal paluge õpilastel kas individuaalselt / paaris- või rühmatöona sõnastada mina-teade:
  - ✓ olukorra kirjeldus + tunne + soov.
- Harjutage mina-teate sõnastamist ja edastamist.

## C Kokkuvõte

- Arutage ühiselt, kes võiks olla need inimesed, kellele noor võib toetuda, otsides väljapääsu vägivaldsest paarisuhtest.
- Rõhutage, et keegi ei ole vägivaldset kohtlemist „välja teeninud“ ning et turvalisust saab taastada usaldusväärsete täiskasvanute poole pöördudes.
- Tuletage meelde, millised on nõu ja abi pakkuvad asutused (lisa 2).

## D Lisategevused

- Juhul, kui te pole neid varasemates klassides vaadanud, siis ingliskeelsed videomaterjalid „This is Abuse“ on kättesaadavad [https://www.youtube.com/watch?v=r\\_IWQJPLd-8&list=UUpiKAni4x\\_F9hJLNnsUKDgQ&index=14](https://www.youtube.com/watch?v=r_IWQJPLd-8&list=UUpiKAni4x_F9hJLNnsUKDgQ&index=14).
- Koduse ülesandena soovitage mina-teate harjutamist erinevates olukordades ja küsige tagasidet järgmisel tunnil.

# Õpilase tööleht „Lühilood“

## 1 Maireeni lugu

Ma olen üsna hajameelne inimene ja mu poiss-sõber ütles mulle alati, et ta ei suuda seda taluda. Ta ütles mulle, et armastab mind ja et tema on minu elus ainukene inimene, keda vajan. Ta tahtis mind ainuüksi endale ja ta oli väga armukade. Mulle ei meeldinud, et ta näppis ja käppis mind koguaeg. Ma ei saanud kuskil käia ilma temata. Ta läks tigidaks ka siis, kui läksin oma koolisõpradega välja. Ma kaotasin kogu oma enesekindluse ja enamiku oma sõpradest – nad ei suutnud tema tujusid taluda ja nad ei saanud aru, miks ma sellega lepin. Tahtsin suhet lõpetada, aga ta ütles, et tapab ennast ära, kui ma lähen. Ta muutus mõnikord vihaseks ja löi mind, kui ma riietusin väljaminekuks, öeldes, et ma olen endale liiga palju make-up'i peale pannud ja et mu seelik on liiga lühike. Ühel päeval haaras ta mu telefoni ja viskas mind sellega, sest oli pealt kuulnud, kuidas ma ühe sõbraga telefonis rääkisin. Ta võis kaotada enesevalitsuse mõnest tühisest asjast. Ma õppisin märkama tema ärrituse märke ja ütleva „õigeid“ asju, et ta endast välja ei läheks. Mitte kunagi ma ei keeranud teda üles ega hakanud vastu. Ma katkestasin kõik sidemed oma sõpradega ja püüdsin teeselda, et kõik on hästi.

- Milliseid kohtinguvägivalla vorme esineb antud juhtumis (jooni alla): kehaline vägivald, ähvardamine, seksuaalvägivald, vaimne vägivald, eraldamine, majanduslik vägivald?
- Millised lahendusviisid oleksid Maireeni jaoks sobilikud sellises olukorras?



## 2 Grethe lugu

Minu poiss-sõber soovis veeta kogu oma vaba aja minuga. Ta ütles, et ta armastab mind. Ma arvasin, et ma armastan teda ka ja seetõttu ma veetsingi enamiku oma ajast temaga. Ta tahtis ainult kodus olla ja vaadata telekat, me ei käinud kunagi väljas. Ma polnud oma sõpru juba mitu nädalat näinud. Ühel õhtul kutsusid nad mind välja pitsat sööma ja kinno. Ma ütlesin, et tulen koos oma poiss-sõbraga. Tema aga ei tahtnud tulla ja ei tahtnud ka, et mina lähen, kuid ma läksin sellest hoolimata. Ta järgnes mulle pitsabaari ja nägi, kuidas ma sain kokku paari sõbraga. Ta läks täielikult endast välja – ta tormas meie juurde ja ütles, et ma proovin sellele poisile külge lüüa ja olen täiega lits. Mul oli väga piinlik ja kui ma palusin tal lõpetada, siis tormas ta minema, hüüdes, et ma veel kahetsen seda. Ma läksin talle õue järele ja ma nägin, kuidas ta põrutas rusikaga seina pihta ja ma sain aru, et kui lähen praegu temaga kaasa, siis võib ta mind lüüa. Ma olin täielikus šokis ja hirmunud, aga ütlesin talle, et jään oma sõpradega. Ta hakkas mind jälle söömama, nimetas mind „valelikuks libuks“ ja paljude muude inetute sõnadega.

- Milliseid kohtinguvägivalla vorme esineb antud juhtumis (jooni alla): kehaline vägivald, ähvardamine, seksuaalvägivald, vaimne vägivald, eraldamine, majanduslik vägivald?
- Millised lahendusviisid oleksid Grethe jaoks sobilikud sellises olukorras?

## Õpilase tööleht „Lühilood“

### 3 Priidiku lugu

*Sain oma tüdrukuga tuttavaks ühel kevadisel koolidevahelisel üritusel ning jätkasime suhtlemist kogu suve. Eialgu klappis kõik hästi, käisime koos väljas ja veetsime ühiselt palju aega. Esi-  
mene jama tekkis, kui sõbrad mind tänavakorvpalli turniiri kutsusid mängima. Ta ei nõustunud sellega kuidagi. Ta ütles, et kuna me oleme suhtes, siis peame ka aega koos veetma. Loobusin-  
gi minekust, sest mulle meeldis mu tüdruk väga. Keeruline olukord tekkis taas, kui meie klass  
tahtis suve lõpul pidada klassikaaslase sünnipäeva ühes turismitalus, kuhu ma loomulikult taht-  
sin ka minna. Minu tüdruk tegi aga tõelise stseeni ja ütles, et ega minusuguse nohikuga nagunii  
keegi teine käia ei tahakski. Ja kui ma lähen, siis jätab ta mu maha ning räägib teistele kui nõme  
ma olen. See ehmatas mind ja ma ei teadnud enam, et kas ma sellist suhet üldse tahangi.*

- Milliseid kohtinguvägivalla vorme esineb antud juhtumis (jooni alla): kehaline vägivald, ähvardamine, seksuaalvägivald, psühholoogiline vägivald, eraldamine, majanduslik vägivald?
- Millised lahendusviisid oleksid Priidiku jaoks sobilikud sellises olukorras?



# Õpilase tööleht „Lahendused“

## 1 Maireeni lugu jätkub

Ma ütlesin oma poiss-sõbrale, et tahan lahku minna, sest ma ei suuda tema äkilist ja armukadedat käitumist enam taluda. Ta läks väga vihaseks ja ütles, et mul peab olema keegi teine. Ma muudkui kordasin, et mul pole kedagi teist, vaid et tema käitumine oli lammutanud meie suhte. Ta ütles veel kõiksugu asju ja proovis mind uskuma panna, et see on minu enda süü, et ma ajasin teda vihaseks. Kuid ma tegin sellele suhtele lõpu kõigest hoolimata. Alguses ta helistas ja saatis tekstisõnumeid päeval ja öösel, kuid paari kuu pärast see lõppes ja ma pole temast sellest ajast saadik enam midagi kuulnud.

### Mis mind aitas?

Mu sõbrad (kelle arvasin olevat tema pärast kaotanud) ei olnud mind unustanud. Nad toetasid mind ja aitasid mul näha, et see ei olnud minu süü, et ma ei ole halb inimene. Lõpuks ma rääkisin sellest oma emale. Ema aitas mul aru saada, et olin kogunud nii vaimset, kehalist kui ka seksuaalset vägivalda ja et see on igal juhul vale.

### Mida ma ütleksin kellelegi, kes kogeb oma paarisuhtes vägivalda?

Räägi sellest kohe oma pereliikmele, sõbrale, õpetajale või nõustajale, keda usaldad. Kui sa tunned, et sa ei suuda sellest kellelegi rääkida, siis helista ööpäevaringsele lasteabi telefonile 116111 või naiste tugitefonile 1492, kus sa saad rääkida inimestega, kes saavad sulle anda abi. Sa võid ka interneti teel abi küsida (näiteks [www.amor.ee](http://www.amor.ee)). Pea meeles, et sinu partneri vägivaldne käitumine ei ole sinu süü ja sa ei ole seda kuidagi ise põhjustanud. Vägivalla eest vastutab see, kes seda kasutab.

## 2 Grethe lugu jätkub

Sel hetkel sain ma aru, et ta ei olnud mind kunagi päriselt armastanud, seega ma tegin sealsamas sellele suhtele lõpu ja läksin oma sõprade juurde tagasi. Ma kartsin ja nutsin, kuid ma teadsin, et ta oleks mulle kindla peale viga teinud kas selsamal õhtul või kunagi tulevikus. Me oleme nüüdseks üle aasta lahus olnud. Ma olen nüüd palju rõõmsam ja kujutan paremini ette, mida ma lähisuhtest ootan. Ta saadab mulle ikka veel tekstisõnumeid, et ta armastab mind, on muutunud ja tahab mind tagasi. Ma vastan talle ainult, et seda ei juhtu kunagi.

### Mis mind aitas?

Mu sõbrad ja ema olid lihtsalt suurepärased. Nad aitasid mind raskest ajast üle. Nüüd ma tean, et olen tugev ja võimas.

### Mida ma ütleksin kellelegi, kes kogeb oma paarisuhtes vägivalda?

Ma tean, et ma oleksin tol õhtul viga saanud. Oma südames olin juba ammu enne seda jubedat õhtut aru saanud, et asjad ei olnud meie vahel korras. Ma olen õppinud usaldama ja järgima oma sisetunnet. Kõige tähtsam on ennast usaldada – kui miski ei tundu õige, siis tõenäoliselt see ei olegi õige.

## Õpilase tööleht „Lahendused“

### 3 Priidiku lugu jätkub

Üha enam hakkas mulle tunduma, et miski on meie suhtes valesti. Pärast järjekordset tüli selle üle, et kas ma võin sõpradega kinno minna, otsustasin talle ütelda, et selline suhe mulle ei sobi. Selle peale ähvardas ta mind taas minu kohta kuulujuttude levitamisega. Lisaks postitas minu fotosid, mida ma poleks tahtnud. Tundsin, et kuigi see on mulle raske, pean selle suhte siiski lõpetama ja mida varem ma seda teen, seda parem. Seda ma ka tegin.

#### Mis mind aitas?

Mu sõbrad olid mulle väga toeks ja nad julgustasid mind suhet lõpetama. Nad pakkusid head seltskonda, kui ma olin kurb oma suhte lõppemise üle.

#### Mida ma ütlesin kellelegi, kes kogeb oma paarisuhtes vägivalda?

Ma tean, et tema nõudmised ja piirangud oleksid takistanud mul oma sõpradega suhelda. Mul on hea meel, et saan olla koos taas oma sõpradega ja suhelda vabalt ka klassikaaslastega. Usun, et leian endale tüdruku, kellega on koos tore olla ja kellele meeldivad ka minu sõbrad ja minu tegemised koos sõpradega.

## Õpilase tööleht „Käitumise kaardid“

Ta hoiab mu kätt ja kallistab kogu aeg	Ta halvustab mind, eriti avalikes kohtades	Ta kaisutab mind, kui olen ärritunud	Ta viib mind välja kohta, kuhu olen tõesti tahtnud minna
Ta ütleb mulle, et armastab mind	Pean tegema asju nii, et ta ei ärrituks	Ta helistab ja saadab pidevalt sõnumeid	Ta ütleb mulle, et ma näen kena välja
Ta naeratab mulle	Ta ei pööra mulle tähelepanu, kui oleme koos tema sõpradega väljas	Ta eeldab, et saan alati tema telefonikõne vastu võtta	Ta valmistab mulle üllatusi
Ta aitab mul valida riideid, kui me läheme šoppama	Ta heidab pidevalt ette, et olen kaalus juurde võtnud	Mõnikord ta karjub mu peale ja ostab pärast seda kingituse	Ta paneb mind tundma ennast erilisena
Ta kohtleb mind kui võrdset	Ta uurib, mida ma selga panen, kui me välja läheme	Ta ootab, et mina maksan kõige eest, kui me väljas käime	Ta valmistab mulle minu lemmiktoidu
Ta paneb mind tundma närvilisena, kui me oleme koos	Ta küsib, kuhu ma lähen või kus ma olen olnud	Ta pöörab kõik naljaks, mis ma räägin	Ta hoolitseb minu eest, kui olen haige
Ta karjub mu peale, kui mul miski ebaõnnestub	Ta segab vahele ja parandab mind, kui räägin	Ta teeb minu röömustamiseks ka asju, mis talle just eriti ei meeldi	Ta nimetab mind lemmiklooma nimedega
Ta tusatseb, kui veedan aega oma sõpradega	Ta küsib minu arvamust	Ta saab väikeste asjade pärast vihaseks, kui on joonud	Ta saadab pidevalt telefonis armusõnumeid

## Õpetaja tööleht „Käitumise kaardid“

Ta hoiab mu kätt ja kallistab kogu aeg	Ta halvustab mind, eriti avalikes kohtades*	Ta kaisutab mind, kui olen ärritunud	Ta viib mind välja kohta, kuhu olen tõesti tahtnud minna
Ta ütleb mulle, et armastab mind	Pean tegema asju nii, et ta ei ärrituks*	Ta helistab ja saadab pidevalt sõnumeid	Ta ütleb mulle, et ma näen kena välja
Ta naeratab mulle	Ta ei pööra mulle tähelepanu, kui oleme koos tema sõpradega väljas*	Ta eeldab, et saan alati tema telefonikõne vastu võtta*	Ta valmistab mulle üllatusi
Ta aitab mul valida riideid, kui me läheme šoppama	Ta heidab pidevalt ette, et olen kaalus juurde võtnud*	Mõnikord ta karjub mu peale ja ostab pärast seda kingituse*	Ta paneb mind tundma ennast erilisena
Ta kohtleb mind kui võrdset	Ta uurib, mida ma selga panen, kui me välja läheme	Ta ootab, et mina maksan kõige eest, kui me väljas käime*	Ta valmistab mulle minu lemmiktoidu
Ta paneb mind tundma närvilisena, kui me oleme koos*	Ta küsib, kuhu ma lähen või kus ma olen olnud	Ta pöörab kõik naljaks, mis ma räägin*	Ta hoolitseb minu eest, kui olen haige
Ta karjub mu peale, kui mul miski ebaõnnestub*	Ta segab vahele ja parandab mind, kui räägin*	Ta teeb minu rõõmustamiseks ka asju, mis talle just eriti ei meeldi	Ta nimetab mind lemmiklooma nimedega
Ta tusatseb, kui veedan aega oma sõpradega*	Ta küsib minu arvamust	Ta saab väikeste asjade pärast vihaseks, kui on joonud*	Ta saadab pidevalt telefonis armusõnumeid

## 5. Vägivallavabade lahenduste otsimine

### Õpitulemused

- ✓ Õpilased toetavad hoiakut, mille kohaselt vägivaldne käitumine paarisuhtes pole lubatav ning konflikte on võimalik vägivallavabalt lahendada.
- ✓ Õpilased demonstreerivad murekirjale vastamise näitel oskust leida lahendus kohtinguvägivaldale nii ohvri kui ka vägivallatseja vaatenurgast.
- ✓ Õpilased teavad, kuhu pöörduda nõu ja abi saamiseks kohtinguvägivalla korral.

### Õppekava

#### Tervis (8. klass)

Õpilane:

- ✓ väärtustab tundeid ja armastust suhetes;
- ✓ nimetab, kuhu saab pöörduda abi ja nõu saamiseks seksuaaltervise küsimustes; kirjeldab levinumate riskikäitumiste tagajärgi, mõju inimese tervisele ja toimetulekule.

#### Perekonnaõpetus (gümnaasium)

Õpilane:

- ✓ kirjeldab püsisuhte loomist ja säilimist mõjutavaid tegureid ning tähtsustab positiivseid tundeid ja negatiivsete tunnetega toimetulekut turvalise püsisuhte alusena;
- ✓ mõistab püsisuhtest tulenevat vastutust ning kirjeldab toimetulekuviise lähisuhete lõppemise korral (vägivald peresuhtes).

**NB!** Käesolev teema on soovituslik gümnaasiumile, kuid seda võib käsitleda ka põhikoolis.

### Vajalikud materjalid

- ✓ Õpilase tööleht „Murekirjad A ja B“.
- ✓ Õpilase tööleht „Kas nõustud või mitte?“
- ✓ Õpetaja tööleht „Kas nõustud või mitte?“
- ✓ Paberid ja kirjutusvahendid, igale õpilasele kolme värvi hääletussedelid (nt roheline, kollane, punane).
- ✓ Soovi korral esitluslaidid.

### A Sissejuhatus

- Leppige klassis ühise arutelu käigus kokku põhireeglid või tuletage meelde varem kokku lepitud põhireeglid. Mõned näited on toodud käesoleva materjali lisan 1.
- Selles tunnis võivad mõned õpilased tunda soovi avaldada, et nad kogevad kohtinguvägivalda või et nende kodus on perevägivald. Tutvuge eelnevalt soovitustega õpetaja juhendmaterjalis. Turvaline õpikeskkond ei julgusta noori oma suhtes toimuvat vägivalda tunnis avaldama, vaid annab teavet ja tuge pöördumaks vajadusel nõu ja abi järele.
- Tutvustage tunni teemat „Vägivallavabade lahenduste otsimine“ – räägitakse lahendusi otsivatest (mittevägivaldsetest) käitumisviisidest paarisuhtes.

## Murekirjadele vastamine

- Selgitage õpilastele, et järgnevalt tuleb neil nõustaja rollis vastata noorte murekirjadele.
- Jaotage klass neljaks või kaheksaks rühmaks ja jagage pooltele rühmadele kiri A ja pooltele kiri B töölehel „Murekirjad“. Õpilased ei tea, et kirjad on kahelt inimeselt samast paarisuhtest. Seega nelja rühma korral vaatlevad kõik õpilased üht ja sama paarisuhet, kuid kaks rühma ohvri ja kaks vägivaldseja vaatenurgast.
- Paluge õpilastel viie minuti jooksul rühmatööna leida parim lahendus, mis aitaks kirja saatjal oma olukorda lahendada.
- Seejärel lugege / paluge lugeda ette kiri A. Paluge rühmadel, kes sellele kirjale vastasid, oma vastused ette lugeda. Paluge ülejäänud õpilastel vastust omapoolsete ettepanekutega täiendada. Vajadusel täiendage ka ise õpilaste vastuseid:
  - ✓ A peaks KEHTESTAVALT VÄLJA ÜTLEMA: „Mulle ei sobi selline suhe, kus ma pean kogu aeg aru andma ja ma tunnen hirmu ja ebakindlust, ning ma soovin sellise suhte lõpetada“ (mina-teade);
  - ✓ A peaks OTSIMA ABI (vt. lisa 2).
- Viige läbi arutelu, kasutades õpetajapoolse teoreetilise raamistikuna õpetaja töölehte „Terved ja ebaterved suhted“ (2. tund) ja esitluslaide.
- Korrake sama kirjaga B. Vajadusel täiendage õpilaste vastuseid:
  - ✓ B peaks VABANDAMA, et on käitunud valesti, kuna vägivaldne käitumine on lubamatu;
  - ✓ B peaks AKTSEPTEERIMA, et mõlemal on õigus suhelda oma sõpradega;
  - ✓ kui A on otsustanud suhte lõpetada, siis B peaks AUSTAMA tema otsust;
  - ✓ B peaks OTSIMA ABI ja teavet, mis edaspidi aitab kaasa tervete, võrdsete ja turvaliste suhete kujunemisele, nt kui ta tunneb, et hakkab ärrituma, siis ta teadlikult teeb midagi selle nimel, et oma viha kontrollida: ütleb endale, et ta on vihane ja peab rahunema; mõtestab olukorra ümber; loeb kümneni või eemaldub, et võtta aega rahunemiseks, või kasutab mõnda muud vihajuhtimise meetodit.
- Nüüd õpilased tõenäoliselt mõistavad, et nad vaatlevad probleemi kahe inimese, ohvri ja vägivaldseja kirja kaudu. Kui õpilased ei ole seda veel mõistnud, siis pöörake sellele tähelepanu ning küsige, kas keegi soovib nüüd muuta oma vastust kirjutajale. (Võib juhtuda, et õpilased pisendavad kohtinguvägivalda ohvri puhul ja õigustavad vägivaldseja puhul – sellisel juhul pöörake sellele õpilaste tähelepanu ja lubage neil oma vastuseid korrigeerida.)

## Kas nõustud või mitte?

- Jagage igale õpilasele hääletussedelikud – nt roheline (tähistab nõusolekut), kollane (tähistab neutraalset hinnangut), punane (tähistab mittenõustumist). Selgitage, et järgnevalt esitate teatud väiteid ning õpilastel tuleb hääletades otsustada, kas nad nõustuvad toodud väitega või mitte.

## I versioon: hääletamine

Alternatiivina võib kasutada joonemängu või nurgamängu meetodit.

- Lugege ükshaaval ette väited töölehel „Kas nõustud või mitte?“ ja paluge õpilastel hääletada, tõstes hääletussedeli, mis kõige paremini kirjeldab nende nõustumist/mittenumist antud olukorra puhul.
- Paluge õpilastel vabatahtlikkuse alusel selgitada oma arvamust.

- Lubage õpilastel olla eri olukordade puhul ka vastuolulistel seisukohtadel (et õpilased ei tunneks survet hääletada „õigesti“). Samas võivad kõlada argumendid, mis ei ole eetiliselt aktsepteeritavad või on seadusevastased – ärge lubage sellistel argumentidel kõlama jääda, vaid vaidlustage need.
- Esitage iga väite kohta ka korrektne vastus, vt õpetaja tööleht „Kas nõustud või mitte?“.

## II versioon: tööleht

- Paluge individuaalselt, paaritöös või väikestes rühmades arutleda töölehel „Kas nõustud või mitte?“ toodud väidete üle. Töölehel toodud väited võib sedeliteks lahti lõigata.
- Paluge õpilastel anda tagasisidet ja arutage ühiselt väidete üle. Esitage iga väite kohta ka korrektne vastus, vt õpetaja tööleht „Kas nõustud või mitte?“.

## C Kokkuvõte

- Rõhutage, et mitte keegi ei pea taluma ega kasutama oma suhtes vägivalda.
- Vägivaldne käitumine paarisuhtes pole lubatav – konfliktide puhul on võimalik valida vägivallavaba käitumisviis ning vajalik on enda eest seismine turvalisel viisil.
- Korrake üle, millist abi ja toetust saab pakkuda sõbrale, kes on vägivaldses paarisuhtes.
- Tuletage meelde, millised on nõu ja abi pakkuvad asutused (vt lisa 2).

## D Kodutöö

- Paluge õpilastel kodutööna tutvuda Suurbritannia kohtinguvägivalla vastase kampaania videoga ja kampaaniamaterjalidega: <https://www.disrespectnobody.co.uk/>

## Õpilase tööleht „Murekirjad“

### Kiri A

Tere!

Palun, kas saate mind aidata? Olen käinud ühe poisiga 6 kuud ja ma tõesti armastan teda. Alguses oli kõik tore, ta oli lahke ja hooliv, ostis mulle väikesi kingitusi ja saatis armsaid SMS-e. Kuid hiljuti on ta hakanud muutuma. Ta saadab veel ikka tekstisõnumeid, kuid ta tahab teada, kus ma olen ja mida ma teen ja kellega. Ta ütleb, et ta armastab mind nii väga, et ta ei taha mind silmist lasta, aga see hakkab mulle juba hirmutav tunduma. Ta muutub väga vihaseks, kui ma hilinen meie kokkusaamisele. Eelmisel nädalal, kui ma käisin sõpradega keeglit mängimas, helistas ta mulle kogu aeg. Ta ootas klubi ees, kui ma väljusin, ja haaras mind juustest ning ütles, et ta tahab, et ma ei kohtuks kellegi teisega peale tema. Järgmisel päeval tõi ta mulle suure karbi šokolaadi ja vabandas. Ta ütles, et tema käitumine oli ajendatud sellest, kui väga ta mind armastab. Ta lubas, et edaspidi enam nii ei juhtu, aga ma olen hirmul ja ei tea, mida teha.

Muretsev tüdruk

### Kiri B

Tere!

Olen käinud ühe imelise tüdrukuga 6 kuud. Ta on vapustavalt kena ja ma peaaegu ei usu siia maani, et temasugune tüdruk tahab minusugusega käia. Probleem on selles, et ma muutun eriti armukadedaks, kui ta oma sõpradega välja läheb. Mina olen õnnelik ainult koos temaga ja ma ei saa aru, miks ta tahab ilma minuta väljas käia. Ta ütleb, et ta armastab mind – see peaks tähendama, et ta peaks tahtma kogu aeg minuga olla. Ma ei talu seda, kui ta ei ole minuga. Ma tahan teada, kus ta on ja kellega. Eelmisel nädalal juhtus midagi, aga see ei olnud tegelikult midagi erilist. Ta läks oma sõpradega välja keeglit mängima ja ma pulbitsesin seesmiselt vihast. Ma läksin talle vastu, kui ta uksest välja tuli. Ma ei tea, mis minuga juhtus, aga mul läks silme eest mustaks ja ma haarasin teda juustest. Mul oli hiljem selle pärast tõesti kahju ja ma ostsin talle suure karbi šokolaadi. Ma ei taha, et see uuesti juhtuks. Ma armastan teda nii väga. Mida ma saaksin teha?

Murelik poiss



## Õpilase tööleht „Kas nõustud või mitte?“

Loe järgmisi väiteid. Otsusta iga väite puhul, kas nõustud sellega või mitte. Põhjenda oma seisukohta.

Kui inimene ei lahku vägivaldsest suhtest, siis järelilikult talle meeldib selline suhe.

---

Kohtinguvägivalda esineb peamiselt nende noorte suhetes, kes on majanduslikult kehvemal järjel.

---

Kohtinguvägivalla all kannatavad võrdselt nii naised kui ka mehed.

---

Kohtinguvägivalla põhisüüdlaseks on alkohol.

---

Mõnikord on inimesed oma käitumise tõttu ise süüdi, kui nende partner vägivalda kasutab.

---

Kohtinguvägivalda põhjustavad suhtepartnerite vahelised eriarvamused.

## Õpetaja tööleht „Kas nõustud või mitte?“

### **Kui inimene ei lahku vägivaldsest suhtest, siis järelikult talle meeldib selline suhe.**

Mitte kellelegi ei meeldi olla vägivalla ohver või kontrolli all. Põhjused, miks ollakse vägivaldses suhtes, on erinevad: soov omada poiss/tüdruksõpra; soov olla armastatud ja vajatud; usk, et vägivaldselt käituja vabandused ja lubadused täituvad; eakaaslaste surve; ka meedias võib kohata vägivalla normaliseerimist. Noored jätkavad vägivaldseid suhteid mitmel eri põhjusel, alustades armastusest partneri vastu kuni hirmutundeni. Võidakse karta, et suhte lõpetamise katse toob kaasa uue vägivalla. Võidakse karta, et sõbrad ei usu toimuvat. Kui on vähe sõpru või pereliikmeid, siis võidakse mõelda, et niikuinii pole kellelki abi loota. Võidakse ka oma poiss-sõpra või tüdruksõpra armastada ja soovitakse vägivalla, mitte aga suhte lõppu. Sageli on lihtsalt hirm ja abitusetunne.

### **Kohtinguvägivalda esineb peamiselt nende noorte suhetes, kes on majanduslikult kehvemal järjel.**

Kohtinguvägivalda esineb igasuguse sotsiaalse, majandusliku, rassilise, rahvusliku, usu- ja kultuuritaustaga noorte hulgas. Seda esineb nii hetero- kui ka homoseksuaalsetes suhetes.

### **Kohtinguvägivalla all kannatavad võrdsest nii naised kui ka mehed.**

Nii naised kui ka mehed võivad olla paarisuhte- (sh kohtingu-) vägivalla ohvriks, kuid enamik ohvritest on naised. Kohtinguvägivald on kontrollivahend inimese üle, kellega ollakse suhtes – selliseid suhteid iseloomustab VÕIM ja KONTROLL. Kohtinguvägivallale ei ole mingit õigustust ja seda ei peaks aktsepteerima, olgu ohvriks naine või mees. Igal inimesel on õigus elada vägivallavaba elu.

### **Kohtinguvägivalla põhisüüdlaseks on alkohol.**

Kohtinguvägivalda ei põhjusta alkohol, vaid inimene ise. Mõnikord eelneb kohtinguvägivalla episoodile alkoholi tarvitamine, kuid see ei ole vabanduseks. Paljud vägivaldselt käitunud inimesed ei tarvita alkoholi ning paljud alkoholi tarvitavad inimesed ei ole vägivaldsed.

### **Mõnikord on inimesed oma käitumise tõttu ise süüdi, kui nende partner vägivalda kasutab.**

Ohver ei ole kunagi vägivallas süüdi. Vägivalla eest vastutab alati vägivallatseja. Otsuse, kas kasutada vägivalda või mitte, teeb inimene ise. Igal inimesel on võimalus valida vägivallavaba suhtlemisviis.

### **Kohtinguvägivalda põhjustavad suhtepartnerite vahelised eriarvamused.**

Eriarvamusi esineb kõikides suhetes. Kohtinguvägivald on tavaliselt korduv käitumismuster, mida kasutatakse võimu ja kontrolli saavutamiseks. Igas suhtes on lubatud eriarvamused, see on loomulik. Tervetes ja turvalistes suhetes on lubatud oma tunnetest rääkimine ja lahendusi otsiv vaidlus. Vägivald on lubatud ainult äärmuslikes situatsioonides, kus tuleb kaitsta enda või teiste tervist või elu.

## 6. Vägivalla spiraal

### Õpitulemused

- Õpilased teavad, et kohtinguvägivallal on korduv ja süvenev iseloom – ohu märkidele suhte alguses järgneb üha tõsisem paarisuhtevägivald.
- Õpilased oskavad eristada kontrollivat käitumist tervetest paarisuhetest.
- Õpilased teavad, kuidas kehtestavalt vastu astuda kontrollivale käitumisele, aru saada ohumärkidest, aidata sõpra, kes kogeb kohtinguvägivalda, ja mida ise kohtinguvägivalla ohvrina ette võtta.

### Õppekava

#### Tervis (8. klass)

Õpilane:

- ✓ väärtustab tundeid ja armastust suhetes;
- ✓ nimetab, kuhu saab pöörduda abi ja nõu saamiseks seksuaaltervise küsimustes; kirjeldab levinumate riskikäitumiste tagajärgi, mõju inimese tervisele ja toimetulekule.

#### Perekonnaõpetus (gümnaasium)

Õpilane:

- ✓ kirjeldab püsisuhte loomist ja säilimist mõjutavaid tegureid ning tähtsustab positiivseid tundeid ja negatiivsete tunnetega toimetulekut turvalise püsisuhte alusena;
- ✓ mõistab püsisuhetest tulenevat vastutust ning kirjeldab toimetulekuviise lähisuhete lõppemise korral (vägivald peresuhtes);
- ✓ teadvustab lahkuminekku ja lahutuse põhjusi ja tagajärgi.

### Vajalikud materjalid

- Õpetaja töölehed „Kohtinguvägivald“ ja „Ajaloolised faktid“.
- Õppefilm „Spiraal“ <https://www.tstk.ee/node/53> (eesti keeles) ja <https://www.tstk.ee/node/60> (vene keeles)
- Õpetaja tööleht „Märkmed filmi arutelu juhtimiseks“.
- Soovi korral esitluslaidid.

### Õpetaja juhendmaterjal:

kõik peatükid.

#### A Sissejuhatus

- Leppige klassis ühise arutelu käigus kokku põhireeglid või tuletage meelde varem kokku lepitud põhireeglid. Mõned näited on toodud käesoleva materjali lisas 1.
- Selles tunnis võivad mõned õpilased tunda soovi avaldada, et nad kogevad kohtinguvägivalda või et nende kodus on perevägivald. Tutvuge eelnevalt soovitud õpetaja juhendmaterjaliga. Turvaline õpikeskkond ei julgusta noori oma suhtes toimuvat vägivalda tunnis avaldama, vaid annab teavet ja tuge pöördumaks vajadusel nõu ja abi järele.
- Tutvustage tunni teemat, milleks on kohtinguvägivald, selle ohumärgid ja süvenev iseloom.

- Sissejuhatuseks lugege ette õpetaja töölehel „Ajaloolised faktid“ fakte Inglismaalt, mis illustreerivad paarisuhtevägivallaga seotud kultuuriliste hoiakute ja seaduste kujunemist aegade jooksul. Paluge õpilastel arutleda järgmiste küsimuste üle.
  - ✓ Mis sõnumeid annavad need ajaloolised faktid meestele?
  - ✓ Mis sõnumeid annavad need ajaloolised faktid naistele?
  - ✓ Miks teie arvates sellised seadused kehtestati?
  - ✓ Miks teie arvates inimesed lubasid sellistel asjadel toimuda?
  - ✓ Kuidas on inimeste hoiakud praeguseks muutunud?

## B Põhiosa

### Filmi vaatamine ja arutelu

- Tuletage ühiselt meelde, mis on kohtinguvägivald, vt õpetaja tööleht „Kohtinguvägivald“.
- Juhatage sisse järgnev filmi vaatamine – õppefilm „Spiraal“ (kättesaadav HITSA, Inimeseõpetuse Ühingu ja Eesti Seksuaaltervise Liidu koduleheküljel) on toodetud Inglismaal (*The National Youth Theatre with Domestic Violence Responses*), et suurendada noorte hulgas teadlikkust kohtinguvägivallast.
- Filmi võib kasutada õppetöös järgmiselt: 1) vaadata kuue eraldi osana koos vahepealsete aruteludega, 2) vaadata filmi tervikuna ja arutleda selle üle pärast filmi vaatamist, 3) vaadata filmi osi eraldi varasema viie õppetunni jooksul (lähtuvalt tunni teemast). Filmi arutelu on kõige tõhusam korraldada 10–12-liikmelistes õpilaste rühmades.
- Viige läbi arutelu vastavalt õpetaja töölehele „Märkmed filmi arutelu juhtimiseks“

## C Tunni kokkuvõte

- Kokkuvõttes rõhutage, et kohtinguvägivallale viitavad ohumärgid, mida on võimalik märgata ja seeläbi edasist vägivalda ära hoida.
- Keegi ei peaks kannatama kohtinguvägivalla all. Kui seda kogetakse, siis tuleks abi paluda ja oma turvalisus taastada. Tuletage meelde infolehte „Nõu ja abi kohtinguvägivalla korral“ (lisa 2).
- Kohtinguvägivald on oma kõikides vormides (kehaline, vaimne, seksuaalne, majanduslik) lubamatu ja paljudel juhtumitel kriminaalkorras karistatav.

## D Lisategevused

Arutlege, kas Nathan oli teadlik sellest, et ta käitus kontrollivalt? Kas sellisele käitumisele leidub vabandavaid asjaolusid? Missugust abi on olemas vägivallatsejatele? (Vt lisa 2.)

## Õpetaja tööleht „Kohtinguvägivald“

Noorte kohtinguvägivald on ühe partneri igasugune kehaliselt, psühholoogiliselt, seksuaalselt või majanduslikult vägivaldne käitumine või sellega ähvardamine, mis põhjustab kahju teisele partnerile.

Noorte kohtinguvägivald sarnaneb täiskasvanute vahel toimuvale paarisuhtevägivallale, kuna sisaldab sarnast vägivaldsete käitumismustrite avaldumist ja kujunemist suhte jooksul alates näiteks kontrollivast käitumisest suhte alguses kuni füüsilise ja seksuaalvägivallani suhte järgnevatel etappidel.

Sageli (kuid mitte alati) on kuritarvitajaks meessoost ja kuritarvitatavaks naissoost partner.

Kohtingu- ja paarisuhtevägivalda esineb iga rahvuse, rassi ja perekondliku taustaga noorte hulgas.

Noorte kohtinguvägivald võib jätkuda ka pärast suhte lõppemist.

Kohtinguvägivalda esineb nii hetero- kui homoseksuaalsetes paarisuhetes.

Kohtinguvägivald on sageli korduv käitumismuster.

Kohtinguvägivald on kontrollivahend inimese üle, kellega ollakse suhtes.

## Õpetaja tööleht „Ajaloolised faktid“

\*\*\*

Mees võib seaduse kohaselt oma naist peksta, kuid tingimuseks on, et kepp ei tohi olla jämedam kui tema põial (1857, Pöidla seadus, Inglismaa).

\*\*\*

Abielus mees vastutab oma naise ja laste tegude eest, mistõttu tal on õigus neid sõnaliselt ja kehaliselt karistada (1860, Inglismaa).

\*\*\*

Kella kümnest õhtul kuni seitsmeni hommikul on naise peksmine keelatud, kuna lärm võib häirida naabreid (1895, Naise peksmise keelutund, London).

\*\*\*

Kohtuvaidluses, milles meest süüdistati oma naise vastu vägivallatsemises, manitses kohtunik naist: „Teie, naiste, pidev jutuvad in ajab mehe endast välja, te saate õpetust ja siis te tulete siia õigust otsima. Paremini pidage oma suu kinni ja te saate oma mehega edaspidi paremini läbi“ (ajalehe väljavõte, 1905, Manchester Evening News).

\*\*\*

Enne, kui teie mees jõuab töölt koju: korrastage soeng, pange lint juustesse, koristage kodu, pange tema teetass valmis, värvige huuled, naeratage ja pange selga puhas pihikseelik. Ärge tüüdake meest oma päeva uudistega. Tal on olnud kiire tööpäev, mis on teie päevast tähtsam. Ärge küsige küsimusi, kui mees tuleb hilja või on olnud öösel ära (nõuanne naisteajakirjast *Good Housekeeping*, 1960).

\*\*\*

Perevägivald ja hulkuvad koerad segavad politsei tööd (kõrge politseiametnik Inglismaal, 1984).

\*\*\*

Abielus olemine tähendab ka nõusolekut seksuaalvahekorraks, see on mehe seaduslik õigus. Seetõttu pole see kuritegu, kui mees vägistab oma naist (Ajaleheartikkel 1981 Inglismaal. Abielus muutus vägistamine Inglismaal kriminaalkorras karistatavaks alles 1991.aastal. Enne seda peeti võimatuks, et abielus mees saab oma naist vägistada).

# Õpetaja tööleht „Märkmed filmi arutelu juhtimiseks“

## Tutvustage filmi tegelasi

**Lucy:** 17-aastane, meeldib ujuda ja joonistada

**Nathan:** Lucy poiss-sõber, veidi vanem, töötab aianduskeskuses

**Sara:** Lucy hea sõber samas koolis

**Matt:** Lucy ja Sara hea sõber

**Sam:** Nathani töökaaslane ja sõber

**Hanna:** Nathani hea sõber

**Andy:** Hanna poiss-sõber

## Paluge õpilastel filmi algust vaadates mõelda järgmistele küsimustele (kirjutage tahvlile).

- ✓ Miks Lucy on koos Nathaniga?
- ✓ Kas nende suhe muutub aja jooksul? Kuidas?

## Vaadake osasid 1 ja 2 (4 minutit).

- Viige läbi arutelu: miks Lucy on Nathaniga?
  - ✓ Ta armastab Nathanit.
  - ✓ Nathan ütleb, et ta armastab Lucy.
  - ✓ Nathan on kena ja Lucy sõbrad arvavad sama.
  - ✓ Nathan on Lucyst veidi vanem, tal on töö ja raha.
  - ✓ Lucy on Nathaniga koos tore olla.
  - ✓ Nad on juba mõnda aega suhtes olnud.
  - ✓ Lucyle meeldivad Nathani sõbrad.
  - ✓ Kõik arvavad, et nad sobivad kokku.
  - ✓ Nathan on parim poiss-sõber, kellega Lucy on käinud.
  - ✓ Neil on üsna palju ühist.
- Seejärel küsige õpilastelt:
  - ✓ Kas Lucy ja Nathani suhtes on midagi murettekitavat?
  - ✓ Kas nende suhe muutub, kuidas? Aktsepteerige, kui õpilased leiavad, et veel ei ole mingeid ohumärke näha.
  - ✓ Selgitage, et järgmises osas on näha, kuidas Lucy ja Nathani suhe edasi areneb.

## Vaadake osasid 2 ja 3: kontrolliv käitumine (6 minutit).

- ✓ Küsige õpilastelt, mida Nathan ütles või tegi selleks, et Lucy kontrollida, hirmutada või temaga manipuleerida?
- ✓ Koostage kontrolliva käitumise loetelu (vajalik järgmise osa jaoks).

- Milles väljendub Nathani kontrolliv käitumine?
  - ✓ Tusaselt Lucy ettepanekutega nõustumine ja hiljem selle eest „tasu“ nõudmine.
  - ✓ Ähvardav kehakeel – näiteks pilgud ja žestid baaris, kui Lucy rääkis Mattiga. Pöörake tähelepanu, et sedasorti kontrolliv käitumine saab toimuda ka teiste inimeste juuresolekul nii, et teised sellest arugi ei saa, nagu filmis baari stseenis.
  - ✓ Lucy otsuste alavääristamine ja kritiseerimine – riietumisel enne väljaminekut, koolimineku osas.
  - ✓ Ise mõlema eest otsustamine – kuhu minna, kas üldse välja minna.
  - ✓ Sõpradest eraldamine – helistamine ja SMS-de saatmine samal ajal, kui Lucy oli oma sõpradega väljas; katkestamine, kui Lucy vestles baaris Mattiga; süütunde tekitamine, kui Lucy ütles, et ta helistab Mattile; ootus, et Lucy veedaks aega Nathani sõpradega, aga mitte kunagi vastupidi (Nathan ei veetnud aega Lucy sõpradega); tunde tekitamine, et Lucy peaks kogu aeg Nathaniga koos olema.
  - ✓ Lucys ebakindlustunde tekitamine; tunde tekitamine, et ta pole kena – välimuse kritiseerimine.
  - ✓ Kaudne vägivallega ähvardamine – isegi, kui Nathan ei ütle, et ta teeb Lucyle haiget, on selle oht õhus – see on näha sellest, kuidas Lucy tunneb hirmu; teeb, mida Nathan ütleb (näiteks paneb baaris kampsuni selga).
  - ✓ Kehaline vägivald – Nathan seisab Lucyle ette, kasutab ähvardavat kehahoiakut; filmis on näha, kuidas Nathan lööb Lucy vannis; klubi tualetis on näha Lucy kehal verevalumeid; mõnes stseenis on selgesti näha, kuidas Lucy kardab Nathanit.
  - ✓ Seksuaalne vägivald – Nathan jätkas mingit seksuaalset tegevust, kuigi Lucy palus tal lõpetada. Nathan tekitab Lucys tunde, et Lucy on rumal, kui talle see ei meeldi.

- Viige läbi arutelu.
  - ✓ Millised on erinevused kontrolliva/manipuleeriva käitumise ja terves suhtes esineva eriarvamuse vahel?
  - ✓ Kas on tegemist kohtinguvägivallega (pöörake tähelepanu käitumisviisidele, kui Nathan ei löö Lucy)?
  - ✓ Mis soodustab ohvri poolelt vaadatuna kontrollivat käitumist (võimalikud vastused: hirm; armastus; mõeldakse, et nii on normaalne; ollakse sõpradest eraldatud; konflikti vältimise soov)?

Tehke kokkuvõtte: kontrolliv käitumine on püü sundida kedagi tegema midagi, mida ta ei taha, või takistada kedagi tegemast, mida ta just tahab teha – kasutades hirmutamist, manipuleerimist, ähvardamist, eraldamist jne. Seevastu terves ja turvalises suhtes tunnevad mõlemad partnerid vastastikku, et eriarvamuste korral on neil võimalik väljendada oma vaateid ja seisukohti, austades samal ajal partneri vaateid ja seisukohti. Terve vaidlus sisaldab mõningal määral nii andmist kui võtmist, keegi ei ole võitja ega kaotaja. Selgitage, et kontrolliv käitumine on tugevasti seotud kehalise vägivallega – kontrolliva käitumisega inimesed suure tõenäosusega kasutavad ka kehalist vägivalda.

## Vaadake osasid 4 ja 5: seksuaalvägivald (5 minutit).

- Arutlege nõusoleku üle (seksuaaltegevuseks). Esitage järgmised küsimused.
  - ✓ Lucy palus Nathanil lõpetada. Mis Te arvate, miks Nathan ei kuulanud Lucy?
    - ✓ Lucy ütleb: "Ma ütlesin EI ja sa ikkagi tegid seda!". Nathan naerab ja ütleb: "Tõsiselt räägid või?" Mis te arvate, miks Nathan ei võta Lucy tõsiselt?
    - ✓ Nathan ütleb: "Ma mõtlen, sa tahtsid seda ju ka, sama palju kui mina". Mis te arvate, kas inimesed (ka pikaajalises) lähisuhtes omavad õigust öelda oma partnerile EI?
    - ✓ Küsige: „Kas teie arvates Lucy vägistati?“ ja arutlege selle üle (ilma nõusolekuta seksuaalvahekord on vägistamine).



Täiendavalt selgitage, et kui keegi on joores ning sel või mõnel muul põhjusel ei ole võimeline oma nõusolekut andma, siis võib sellise inimese sundimine seksuaaltegevusele kaasa tuua kriminaalsüüdistuse.

Selgitage, et järgnevalt vaadeldakse kohtinguvägivallale viitava ohu märkamist ja mida kõrvaltvaataja saab teha ohvri abistamiseks.

## **Paluge järgmisi filmi osi vaadates mõelda järgmistele küsimustele (kirjutage tahvile).**

- ✓ Milliseid kohtinguvägivallale viitavaid ohumärke võisid Lucy sõbrad ja pereliikmed märgata?
- ✓ Milliseid ohumärke oskate veel nimetada, mis võivad viidata kohtinguvägivalla toimumisele?

## **Vaadake osasid 6 ja 7: ohu märkamine ja abistamine (5 minutit).**

Viige läbi arutelu. Paluge õpilastel meenutada kohti filmis, kus Lucy peaaegu palus kellelki abi, näiteks:

- ✓ kui Lucy rääkis Sarale, et Nathan ei lubanud tal välja minna, kuidas Sara reageeris?
- ✓ Kui Sara rääkis Hannale, mis tol õhtul Nathaniga toimus, kuidas Hanna siis reageeris? Mis te arvate, kuidas Hanna selle küsimuse Nathaniga jutuks võttis? Kas te arvate, et Hanna uskus Nathanit, kui viimane ütles, et pole midagi halba teinud? Mis te arvate, miks Hanna lahkus midagi tegemata või ütlemata?

Paluge õpilastel väiksemates rühmades arutleda, mida saavad sõbrad või pereliikmed taolistes olukordades ohvri abistamiseks teha. Küsige tagasisidet ja koostage selle põhjal nimekiri. Arutlege, kui tõhus võiks üks või teine abistav tegevus olla. Tuletage õpilastele meelde, et abistavad tegevused saavad olla vaid vägivallavabad. Rõhutage, et vähim, mida sõber saab teha, on leida keegi usaldusväärne inimene, kellelt abi küsida (nt kooli tugitöötaja, noortenõustaja, vanem, sugulane, lastekaitsetöötaja, politseinik või mõni teine usaldusväärne täiskasvanu).

## **Vaadake osa 8: nõu ja abi (2 minutit).**

Küsi, mida õpilased arvavad väljakujunenud situatsioonist Lucy ja Nathani suhtes.

Arutlege ühiselt järgmiste küsimuste üle.

- ✓ Mis takistab abi otsimist?
- ✓ Miks võib kohtinguvägivalla ohver tunda, et vägivallatsejat on raske maha jätta või et raske on enda eest seista? Mõelge praktilistele, tunnetega seotud ja teistele võimalikele tagajärgedele, mis kaasnevad lahkuminekuga.

## **Vaadake viimast osa – see meenutab filmi osalisi ja pakub statistikat kohtinguvägivalla kohta.**

Arutlege paari minuti jooksul, kuidas võiksid ennast erinevad filmi osalejad tunda. Kas mõni statistiline näitaja oli üllatav?

## 7. Seksuaalvägivald

### Õpitulemused

- Õpilased eristavad, mis on sagedasti levinud vääruskumused ja mis on faktid seksuaalvägivalla kohta.
- Õpilastel kujuneb hoiak, et inimestevaheliste seksuaaltegevuste eelduseks on nõusolek ning seksuaalvahekord ilma nõusolekuta on seksuaalvägivald.
- Õpilased oskavad tuua näiteid, kuidas küsida nõusolekut.
- Õpilased teavad, millised on abivõimalused seksuaalvägivalda kogenud inimestele.

### Õppekava

#### Perekonnaõpetus (gümnaasium)

Õpilane:

- ✓ selgitab seksuaalsuhete seotust armastusega ning turvalise ja vastastikku rahuldust pakkuva seksuaalkäitumise põhimõtteid inimsuhtes;
- ✓ kirjeldab, kuidas mõjutavad ühiskond ja kultuur suhtumist seksuaalsusesse ning seksuaalsuhtesse;
- ✓ teadvustab lahkuminekku ja lahutuse põhjusi ning tagajärgi.

### Vajalikud materjalid

- Õpilase tööleht „Viktoriin“.
- Õpetaja tööleht „Viktoriin“.
- Illustreeriv videomaterjal.
- Soovi korral esitluslaidid.

### Õpetaja juhendmaterjal:

„Seksuaalvägivald“.

**NB!** Käesolev teema on soovituslik gümnaasiumile ja selle käsitlemisele võib kuluda 2 õppetundi.

#### A Sissejuhatus

- Leppige klassis ühise arutelu käigus kokku põhireeglid või tuletage meelde varem kokku lepitud põhireeglid. Mõned näited on toodud käesoleva materjali lisas 1.
- Selles tunnis võivad mõned õpilased tunda soovi avaldada, et nad kogevad kohtinguvägivalla või et nende kodus on perevägivald. Tutvuge eelnevalt soovitustega õpetaja juhendmaterjalis. Turvaline õpikeskkond ei julgusta noori oma suhtes toimuvat vägivalla tunnis avaldama, vaid annab teavet ja tuge pöördumaks vajadusel nõu ja abi järele.
- Tutvustage õpilastele tunni teemat – seksuaalvägivald. Selgitage, et seksuaalvägivald on:
  - sunni abil toime pandud seksuaalvahekord või selle katse,
  - soovimatud seksuaalse alatooniga märkused või lähenemiskatsed (ahistamine),
  - muul moel isiku seksuaalsuse vastu sunni abil toime pandud teod teise isiku poolt sõltumata tema suhtest ohvriga ükskõik millises kohas, sh kodus, tööl või mujal (Maailma Terviseorganisatsioon, 2010<sup>5</sup>).

5 WHO (2010). *Preventing intimate partner and sexual violence against women. Taking action and generating evidence.* Geneva: World Health Organization, London School of Hygiene and Tropical Diseases.

## Viktoriin

- Jagage õpilased paarideks ja jagage igale paarile lahtilõigatuna 1–2 väidet töölehel „Viktoriin“. Paluge paaridel arutleda väidete üle – kas õige või vale?
- Seejärel paluge õpilastel anda tagasisidet ja arutage ühiselt, kas tegemist on õige või vale väitega. Paluge õpilastel oma arvamust põhjendada.
- Esitage iga väite kohta ka korrektne vastus, vt õpetaja tööleht „Viktoriin“. Täiendavalt võite väidet „Ligi pooled Eesti elanikest arvavad, et naised põhjustavad ise oma riietusega vägistamise ohvriks langemise“ illustreerida Eesti Arstiteadusüliõpilaste Seltsi videoga „Pargis“ (kättesaadav: <https://www.youtube.com/watch?v=OfQP5oSmUrw>).

## Nõusolek

- Vaadake koos videot „Tass teed“ („A cup of tea“), mis on kättesaadav <https://www.youtube.com/watch?v=oQbei5JGiT8> ingliskeelsena, <https://www.youtube.com/watch?v=LNQxIgwK-UY> eestikeelsete subtiitritega ja <https://www.youtube.com/watch?v=AqRfSydbopc> venekeelsete subtiitritega.
- Küsige õpilastelt, mis oli antud filmilõigus põhisõnumiks. Selgitage, et seksuaaltegevuste, sh seksuaalvahekorra toimumise eelduseks on mõlema partneri soov ja nõusolek. Kui ühel partneritest selleks soovi pole, siis tuleb teisel partneril tema seisukohta alati austada ja arvestada.

Nõusoleku küsimine: KÜSI JA KUULA!

- Paluge õpilastel arutleda järgmiste küsimuste üle (kirjutage esiletõstetud märksõnad tahvlile).
  - ✓ Kuidas on võimalik teada saada, kas teine partner on nõus mingi seksuaaltegevusega, mida esimene partner soovib?

Vajadusel suunake arutelu:

- ✓ nõusolekust tuleb **rääkida (küside ja kuulata vastust)**;
- ✓ kunagi **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 ning ka seadusega karistatavat (nt seksuaalvahekord ilma nõusolekuta = vägistamine).
- Soovi korral vaadake koos videot „Kuidas küsida nõusolekut?“ („How to ask for consent“) <https://www.youtube.com/watch?v=n6X5I7xoxEY>.
- Arutlege:
  - ✓ kes peab algatama nõusolekust rääkimise?  
Vajadusel suunake arutelu: rääkimise peab algatama **partner, kes soovib algatada** mingit seksuaaltegevust.
- Paluge õpilastel tuua näiteid:
  - ✓ **missuguste sõnadega alustada nõusoleku küsimist?**  
Nt „Kuidas Sulle tunduks ...“, „Kas sa sooviksid, et ...?“, „Kas see on OK, kui ...?“, „Mulle meeldiks ..., aga Sulle?“, „Ma olen alati tahtnud ..., aga Sina?“. Selgitage, et nõusoleku küsimise kohta me ei näe eriti palju eeskujusid meedias, aga tegelikus elus võib selleks olla mitmeid huvitavaid ja loominguviise; selle küsimine võib võtta vaid sekundi, kuid see muudab oluliselt järgnevat tegevuste kulgu.

- Arutlege:
  - ✓ missuguses etapis tuleb partneritel rääkida sellest, kas nad on nõus seksuaaltegevusega?  
Vajadusel suunake arutelu: **enne igat seksuaaltegevust** – nõusoleku kohta tuleb küsida ja vastust kuulata enne suudlemist, keha ja suguelundite puudutamist, seksuaalvahekorda; nõusolek näiteks suudlemiseks ei tähenda nõusolekut seksuaalvahekorraks; nõusolekust annab märku partneri positiivne sõnaline nõusolev vastus.
- Küsige:
  - ✓ kui vana peab olema seksuaalpartner, kes saab täiskasvanud isikule anda oma nõusoleku seksuaaltegevuseks?  
Vajadusel suunake arutelu: Eesti seaduste kohaselt **vähemalt 14-aastane**; kui mõlemad partnerid on alla 18-aastased, siis pole see seksuaalvahekord seadusevastane; seadus kaitseb alla 14-aastasi lapsi täiskasvanupoolse seksuaalvägivalla eest.
- Arutlege:
  - ✓ kuidas reageerida, kui partner ei ole nõus seksuaaltegevusega?  
Vajadusel suunake arutelu: **partneri otsust tuleb austada** – tuleb kohe lõpetada seksuaaltegevus, millega partner pole nõus. Nõusolek võib olla ka teatud tingimustega: näiteks ollakse nõus seksuaalvahekorraga, kui partner kasutab kondoomi. „Võib-olla“ või „hiljem“ ei tähenda nõusolekut! Partner võib oma mittenõustumise põhjusi jagada, kuid ta ei pea seda tegema.

## Nõusolekuvõimelisus

- Paluge õpilastel tuua näiteid, mis olukorras ei ole inimesed nõusolekuvõimelised.
  - Joobes, uimastatud, magav, teadvuseta inimene.
  - Ähvardamine, hirmutamine, surveamine.
  - Kehalise või vaimupuudega inimene.
  - Lapsed/noored, kes ei saa aru seksuaaltegevuse tähendusest.

## Ei tähendab Ei

- Vaadake koos Norra Amnesty Internationali videot „Ei tähendab Ei“ („Nej är nej“) (kättesaadav: <http://nei.ernei.amnesty.no/>). Eelnevalt paluge õpilastel filmi vaadates mõelda järgmistele küsimustele.
  - ✓ Kas filmis toimub seksuaalvägivald?
  - ✓ Kas mõlemad partnerid olid seksuaaltegevusega nõus? Millisteks seksuaaltegevusteks võis olla nõusolek ja millisteks mitte?
  - ✓ Kas mõlemad partnerid olid nõusolekuvõimelised?
- Öelge, et filmis on sõna „Ei“ tähistatud heliga.
- Arutlege koos nähtu üle. Vajadusel suunake arutelu: filmis toimus ilma nõusolekuta seksuaalvahekord = vägistamine; üks partneritest ei küsinud teise nõusolekut; teine partner ütles mitu korda selgelt Ei, kuid esimene ei austanud tema keeldumist; partner võis mitte olla nõusolekuvõimeline hirmu tõttu, kuid sellest hoolimata ta suutis selgelt öelda Ei).
- Seejärel vaadake sama filmi uue lõpuga: <http://kreativforum.no/arbeid/2013/01/nei-er-nei-2>  
Arutlege koos, mis tunne on mõlemal partneril filmi lõpus.

## C Tunni kokkuvõte

Tunni kokkuvõtteks rõhutage järgmist.

- Seksuaalvägivald on lubamatu ja seda ei saa õigustada.
- Seksuaaltegevuseks tuleb küsida partneri nõusolekut.
- Seksuaaltegevusest võib keelduda selle mistahes etapis.
- Nõusoleku küsimisel tuleb arvestada, kas teine inimene on nõusolekuvõimeline.

Selliste põhimõtete austamine ja nende arvestamine kuulub hoolivate ja turvaliste seksuaalsuhete alla.

## D Kodutöö

- Paluge õpilastel vaadata ja lugeda joonisnovelle „Esimene nädalavahetus juunis“ ja „Kõige hullem suvi“ <http://www.estl.ee/valdkonnad/seksuaalv%C3%A4givald/lood-seksuaalv%C3%A4givald/vaata-joonisnovelle/>. Ja vaadata seksuaalvägivald kriisiabikeskusi tutvustavat videot <https://www.youtube.com/watch?v=r841GQCkeSQ>

## Õpilase tööleht „Viktoriin“



Iga kaheksas naine Eestis on alates 15. eluaastast kogenud seksuaalvägivalda.

Meeste suhtes ei ole võimalik toime panna seksuaalvägivalda.

Enamik vägistamisohvritest on teismelised või noored naised.

Seksuaalvägivalda paneb enamasti toime ohvri jaoks võõras inimene.

Ligi pooled Eesti elanikest arvavad, et naised põhjustavad ise oma riidetusega vägistamise ohvriks langemise.

Kui ohver oli vägistamise ajal joobes, siis on ta toimunu eest osaliselt ise vastutav.

Vägistamine on kantud seksuaalsest ihast.

### Iga kaheksas naine Eestis on alates 15. eluaastast kogunud seksuaalvägivalda.

**Õige.** Euroopa Põhiõiguste Ameti uuringu (2014) andmetel ütles iga kaheksas naine Eestis, et teda on alates 15. eluaastast kas: a) sunnitud seksuaalvahekorda, b) proovitud sundida seksuaalvahekorda, c) sunnitud tahtevastaselts muudeks seksuaalseks tegevuseks, d) sunnitud muudeks seksuaaltegevusteks, millest ta ei olnud võimeline keelduma. Eesti naiste tervise uuringu (2014) andmetel oli elu jooksul kogunud vägistamist 7% 16–44-aastastest naistest.

### Meeste suhtes ei ole võimalik toime panna seksuaalvägivalda.

**Vale.** Mõlema soo esindajad võivad olla seksuaalvägivalda ohvrid. Suurem osa seksuaalvägivalda ohvritest on siiski naised. Seksuaalvägivalda toimepanijaks on nii mees- kui ka naissoost ohvrite puhul tavaliselt meessoost isik.

### Enamik vägistamisohvritest on teismelised või noored naised.

**Õige.** Vägistamisohvreid on igas vanuses inimeste hulgas, kuid 16–24-aastased naised on enim ohustatud.

### Seksuaalvägivalda paneb enamasti toime ohvri jaoks võõras inimene.

**Vale.** Enamasti on vägivallatsejaks ohvrile tuttav inimene: partner või endine partner, tuttav, sõber, pere-liige, sugulane, töökaaslane. Varasemast tuttava vägivalda toimepanijaga võib ohver sageli olla sunnitud edaspidi kohtuma (nt koolis, tööl, kodus). Kui ohver ei teata juhtunust politseile, siis võib vägivallatseja saada julgustust. Ohvri vaimse tervise huvides ja teiste võimalike ohvrite huvides tuleb seksuaalvägivald last alati teatada.

### Ligi pooled Eesti elanikest arvavad, et naised põhjustavad ise oma riietusega vägistamise ohvriks langemise.

**Õige.** Ohvrit süüdistavad ja vägivallatsejat õigustavad hoiakud on Eesti elanikkonna seas levinud. Igaühel on õigus valida oma riietust. Riieus ei tohi olla seksuaalvägivalda õigustuseks.

### Kui ohver oli vägistamise ajal joores, siis on ta toimunu eest osaliselt ise vastutav.

**Vale.** Kui ohver on joores, siis on raskem tema nõusolekust aru saada. Mõnikord kasutavad vägivallatsejad ohvri jooresolekut ära või soodustavad seda.

### Vägistamine on kantud seksuaalsest ihast.

**Vale.** Vägistamine ei ole kantud seksuaalsest erutusest või ihast. Seksuaalvägivald on enamasti planeeritud ja on kantud allutamissoovist (võim, viha, kontroll, frustratsioon).

# Lisa 1

## Tunni põhireeglid

### Mõned soovituslike tunni põhireeglite näited.

#### Mul on õigus:

- privaatsusele – kelleltki ei küsita isiklikke küsimusi,
- eeldada, et minu jutule ei segata vahele,
- et mind kuulatakse,
- oma isiklikule ruumile,
- oma tunnete ja mõtete väljendamisele,
- et minu vaateid ja seisukohti austatakse – ka siis, kui need erinevad kellegi teise omadest,
- õppida,
- teha vigu, ilma et keegi minu üle naeraks – pole olemas valesid vastuseid.

#### Me kõik peaksime püüdma:

- kaasa töötada ja anda oma panus, et tund oleks huvitav ja õnnestunud,
- toetada kaaslasi, kes on ebakindlad,
- kuulata ja austada seda, mida teised ütlevad.



## Lisa 2

### Infoleht „Nõu ja abi kohtinguvägivalla korral“

#### Teave internetis

Ohvriabi <http://www.palunabi.ee/>

Seksuaalvägivalla kriisiabikeskused – tutvustav video <https://www.youtube.com/watch?v=r841GQCkeSQ>

Justiitsministeerium: [www.kriminaalpoliitika.ee/perevagivald/noortele](http://www.kriminaalpoliitika.ee/perevagivald/noortele)

Eesti Seksuaaltervise Liit: <http://www.estl.ee/seksuaalv%C3%A4givald>

Politsei: <https://www2.politsei.ee/et/nouanded/noorele/kohtinguvagivald/>

#### Kellele rääkida?

Politsei: ööpäevaringne abi hädaolukorras **112**

Telefonid ja internetinõustamine

- Lasteabitelefon **116 111** [www.lasteabi.ee](http://www.lasteabi.ee)
- Ohvriabi kriisitelefon **116006** <http://www.palunabi.ee/kriisitelefon-116006>
- Eesti Naiste Varjupaigad – ööpäevaringne tugitelefon **1492**, [www.naisteliin.ee](http://www.naisteliin.ee)
- Eesti Seksuaaltervise Liit – noorte **internetinõustamine** [www.amor.ee](http://www.amor.ee)
- Veebikonstaablid – abi internet teel [www.politsei.ee/veebikonstaabel/](http://www.politsei.ee/veebikonstaabel/)
- Psühholoogiline abi [www.peaasi.ee](http://www.peaasi.ee), [www.lahendus.net](http://www.lahendus.net)

#### Arst või nõustaja

- Seksuaalvägivalla kriisiabikeskused <http://www.palunabi.ee/seksuaalvagivald>
  - Lääne-Tallinna Keskhaigla naistekliiniku erakorraline vastuvõtt, Sõle 23, Tallinn.  
Vastuvõtutoa tel 5342 4724
  - Ida-Viru Keskhaigla, Ilmajaama 12, Kohtla-Järve, sisenemine EMO kaudu.  
Günekoloogia osakonna valveõde: tel 331 1041
  - Pärnu Haigla, Ristiku 1, Pärnu, sisenemine EMO kaudu.  
Valvegünekoloog: tel 447 3505
  - Tartu Ülikooli Kliinikum, L. Puusepa 8, Tartu, sisenemine EMO kaudu.  
Günekoloogia osakonna valveõde tel 731 9954
- Noorte nõustamiskeskused [www.amor.ee](http://www.amor.ee)
- Naiste tugikeskused (ööpäevaringne turvaline koht, nõustamine ja abi [www.naisteliin.ee](http://www.naisteliin.ee))
- Õpetaja või muu koolis töötav spetsialist (koolipsühholoog, kooliõde, sotsiaalpedagoog)
- Söber
- Naaber

#### Abi osutavad veel

- 646 0770 Lapsemure usaldustelefon E-R 10.00-18.00 [www.lapsemure.ee](http://www.lapsemure.ee)
- MTÜ Living for Tomorrow [www.lft.ee](http://www.lft.ee) (inimkaubanduse ennetamise ja ohvrite abistamise nõustamistelefon 660 7320)



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)