

Rääkige lapsega soovimatu

Enamiku lapsevanemate jaoks on see heidutav mõte, et laps, kelle eest on aastaid hoolitsetud, on piisavalt vana seksuaalsuhteks.

Kahtlemata on vanema kõige loomulik reaktsioon teemat vältida ja teeselda, et midagi ei toimu. Kuid oluline on meeles pidada, et kuigi laps saab kiiresti suuremaks, võib ta teid praegu vajada rohkem kui kunagi varem.

Süütuse kaotamine võib olla hirmutav väljavaade ning paljude jaoks sümboliseerib see täiskasvanuks saamist. Kahtlemata kuuleb laps seksist ja raseduse vältimisest nii meedia kui Interneti vahendusel, koolis ning sõprade käest. Pidage siiski meeles, et uuringute kohaselt soovivad teismelised sellest hoolimata oma vanematelt toetavat nõu, infot, juhendamist.

Vanemad võivad lapse jaoks keerulises murde- ja varases täiskasvanueas mängida suurt rolli. Andke talle erapooletut ja faktidel põhinevat nõu, et tal oleks võimalik langetada teadlikke otsuseid rasedustumisvastaste vahendite ning turvalise seksi osas. Nii aitate minimeerida planeerimata raseduse ja sugulisel teel levivatesse haigustesse nakatumise riski.

Planeerimata raseduste esinemissagedus on teismeliste hulgas kõrge. Igal aastal rasedust maailmas ligikaudu 13 miljonit alla 20-aastasest tüdrukut.

Kuidas rääkida?

Hiljutisest teismeliste küsitlusest selgus, et ideaalne lapsevanem:

- on mõistev,
- on õiglane,
- on armastav,
- on aus,
- suhtleb lapsega,
- ei mõista last hukka,
- on lugupidav,
- on vastutustundeline,
- on enesekindel.

Teismelised tahavad lapsevanemat, kes ei räägi nendega üleolevalt, kellele meeldib nendega aega veeta ning kes paistab väliselt enesekindel.

Millal rääkida?

Emotsionaalse teema käsitlemiseks sobiva aja ja olukorra leidmine on vestluse õnnestumiseks väga oluline.

Valige aeg, mil teie vestlust ei segata ning varuge selleks mitu tundi.

Võiksite näiteks veeta päeva kodust väljas, eemal lapse sõpradest ja teistest pereliikmetest, kohas, kus saate vestelda avameelselt ja privaatelt (st kohas, kus teie laps ei tunne piinlikkust). Võtke infomaterjale endaga kaasa, et saaksite vajadusel fakte kontrollida ning neid oma lapsega jagada.

Levinuimad probleemid

■ Minu laps keeldub minuga rääkimast.

Sellest pole midagi! Praegu. Ärge käige oma lapsele liialt peale, kuna see võib tekitada teie vahele barjääri, mis muudab sellel teemal arutlemise hiljem keerulisemaks.

Teisalt, kui olete kindel, et teie laps on seksuaalses suhtes ning tal on puudulikud teadmised raseduse vältimise kohta, julgustage teda küsima nõu kelleltki kolmandalt, keda te mõlemad usaldate. See isik võib olla teie perearst, lähedane sõber või sugulane, mõni õpetaja.

Hoolimata sellest, et teie laps ei taha teiega antud ajahetkel rääkida, saab ta nii siiski kogu vajaliku info turvalise seksi harrastamiseks.

■ Minu laps arvab kõike teadvat, kuid ma tean, et tema teadmised on puudulikud.

Kui te kahtlustate, et teie laps teab vähem, kui väidab, siis kindlustage talle kerge ligipääs infole, mida ta arvab teadvat.

Kõige lihtsam viis selleks on jätta rasedustumisvastaseid meetodeid tutvustav infoleht (saadaval arsti juures) kohta, kust laps selle kergesti leiab.

Infolehte lugedes saavad asjad, mida te kahtlustate, et laps ei teadnud, kiiresti selgeks. Lisaks võib see teda ajendada teiega antud teemal vestlema.

■ Ma ei tea, kuhu teismelist rasedustumisvastaste vahendite saamiseks suunata.

Kondoome on võimalik osta apteekidest ja supermarketitest. Neid saab ka pereplaneerimise keskustest ja spetsiaalsetest tervisekeskustest (see oleneb muidugi teie elukohast). Kõigi muude rasedustumisvastaste vahendite saamiseks peab teismeline esmalt pöörduma arsti poole.

Tohter uurib, kas ta kasutab minigeid teisi ravimeid, ning annab täiendavat nõu sobiva rasedustumisvastase meetodi väljavalimiseks.

Kui teie tütar häbeneb meesarsiti juurde minna, võib ta paluda aega naisarsti juurde.

Sõltuvalt väljavalitud rasedustumisvastasest vahendist võidakse teismeline suunata spetsiaalse väljaõppega medõe või arsti juurde (nt spiraali paigaldamiseks või täiendavate uuringute ja läbivaatuse teostamiseks).

Raseduse vältimiseks tuleb kinni pidada valitud vahendi kasutusjuhistest. Võite need koos temaga läbi arutada. Nii saate mõlemad kontrollida, kas laps on nõuannetest täielikult aru saanud.

■ Ma kahtlustan, et mu tütar võib olla rase.

Esmlt kaalutlege, miks te arvate, et teie tütar võib olla rase. Kui kindel te selles olete? Kui te seda temalt otse küsite, siis kas te olete vastuse kuulmiseks valmis? Kaaluge ka seda, et kui te pärite raseduse kohta aru olukorras, kus olete väga ärritatud, ning teie kahtlused osutuvad alusetuks, võib see teid mõlemad endast välja viia.

Kui te aga olete oma tütreaga väga lähedased ning räägite asjadest avameelselt, siis võib teie mõlema jaoks olla parem, kui küsite temalt otse, kas ta on rase või mitte. Rääkige talle oma kahtluste põhjustest ning selgitage, et teie küsimuse eesmärk ei ole talle etteheiteid teha.

Tõenäoliselt on teie tütrele vaikimiseks hea põhjus. Kui ta ei ole rase, siis ei ole loomulikult millestki rääkida. Samas, kui ta on rase, võib ta karta, et reageerite uudisele halvasti. Suure tõenäosusega on tal hea meel, et saab oma suurt saladust teiega jagada, ning see võib teid lähedasemaks muuta.

■ Minu tütar on rase.

Tütre rasedusest teadasaamine võib teis tekitada väga erinevaid tundeid. Sõltuvalt asjaoludest võite olla rõõmus, vihane, põnevil või murelik või kogeda kõiki neid tundmusi ühekorraga. Kuna samasugust emotsionaalset ebakindlust tunneb kindlasti ka teie laps, vajab ta sel hetkel teie tuge rohkem kui kunagi varem. Et anda oma tütrele vajalikku nõu, peate püsima emotsionaalselt tugevana ning jääma kõigest hoolimata võimalikult rahulikuks ja