

# **Psykososiaalisten tekijöiden merkitys nuorten aikuisten seksuaaliterveydelle**

**Tarkastelussa identiteetti, itsetunto,  
kehonkuva ja parisuhde**

Susanna Vuorinen

Opinnäytetyö

Toukokuu 2017

Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala

Sosionomi (AMK), sosiaalialan tutkinto-ohjelma

Tekijä(t) Vuorinen, Susanna	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK	Päivämäärä Toukokuu 2017
	Sivumäärä 54	Julkaisun kieli Suomi
		Verkojulkaisulupa myönnetty: x
Työn nimi <b>Psykososiaalisten tekijöiden merkitys nuorten aikuisten seksuaaliterveydelle</b> Tarkastelussa identiteetti, itsetunto, kehonkuva ja parisuhde		
Tutkinto-ohjelma Sosiaalialan tutkinto-ohjelma		
Työn ohjaaja(t) Riitta Ala-Luhtala ja Tiina Lautamo		
Toimeksiantaja(t)		
Tiivistelmä  <p>Opinnäytetyön tavoite oli edistää nuorten, noin 18-25-vuotiaiden aikuisten seksuaaliterveyttä tuottamalla tietoa seksuaaliterveyteen vaikuttavista psykososiaalisista tekijöistä, sekä koota sosiaali- ja terveysalan työntekijää palvelevaa tietoa nuorten aikuisten seksuaaliterveyden tukemisen ja edistämisen tueksi. Työn tarkoitus oli kirjallisuuskatsauksen keinoin kartoittaa, millainen merkitys psykososiaalisilla tekijöillä – identiteetillä, itsetunnolla, kehonkuvalla ja parisuhteella – on nuorten aikuisten seksuaaliterveydelle.</p> <p>Tutkimusmetodina toimi integroiva kirjallisuuskatsaus. Aineiston hankinta tapahtui neljästä eri sähköisestä tietokannasta sekä manuaalisella haulla. Näiden hakujen tuloksena aineistoksi valikoitui yhdeksän alkuperäistutkimusta, jotka analysoitiin teorialähtöisen sisällönanalyysin menetelmällä.</p> <p>Tulosten perusteella kehonkuvalla, itsetunnolla, identiteetillä ja parisuhteella on tärkeä merkitys nuorten aikuisten seksuaaliterveydelle usealla sen osa-alueella. Hyvä itsetunto, positiivinen kehonkuva, selkeä identiteetti ja parisuhde edistävät yksilön seksuaaliterveyttä. Naiset ja miehet kuitenkin poikkeavat toisistaan, mikä puhuu sukupuolisensitiivisen työotteen tärkeydestä seksuaalikasvatuksessa.</p> <p>Tuloksia voidaan hyödyntää nuorten aikuisten kanssa tehtävässä työssä sosiaali- ja terveysalalla. Tulokset antavat viitteitä psykososiaalisten tekijöiden huomiointin tärkeydestä nuorten aikuisten seksuaaliterveyden edistämiseksi.</p>		
Avainsanat ( <a href="#">asiasanat</a> ) seksuaaliterveys, nuoret aikuiset, itsetunto, identiteetti, kehonkuva, parisuhde		
Muut tiedot		

Author(s) Vuorinen, Susanna	Type of publication Bachelor's thesis	Date May 2017 Language of publication: Finnish
	Number of pages 54	Permission for web publication: x
Title of publication <b>The relationship between psychosocial factors and young adults' sexual health</b> Examining identity, self-esteem, body image and relationships		
Degree programme Degree Programme in Social Services		
Supervisor(s) Ala-Luhtala, Riitta and Lautamo, Tiina		
Assigned by		
Abstract  <p>The aim of this study was to promote sexual health in young adults, aged approximately 18-25 years, by gathering information about psychosocial factors affecting sexual health, and gathering information to help social and health care employees promote and aid sexual health in young adults. Using literature review as a method, the purpose of this study was to examine the associations between psychosocial factors – identity, self-esteem, body image and relationship – and young adults' sexual health.</p> <p>The research method used was that of an integrative literature review. The material was gathered from four electronic databases as well as through a manual search. The final material collected through these measures consisted of nine original research papers, which were analyzed using theory-based content analysis.</p> <p>The results point to a notable link between the examined psychosocial factors and young adults' sexual health. High self-esteem, positive body image, coherent identity and being in a relationship positively influence an individual's sexual health. However, these associations are different for men and women, which speaks for the importance of gender-sensitive sexuality education.</p> <p>The results can be of use for social and health care employees working with young adults. Altogether the results highlight the importance of considering psychosocial factors in sexual health promotion targeting young adults.</p>		
Keywords/tags ( <a href="#">subjects</a> )  sexual health, young adults, self-esteem, identity, body image, relationships		
Miscellaneous		

## Sisältö

<b>1</b>	<b>Johdanto .....</b>	<b>3</b>
<b>2</b>	<b>Seksuaalisuuden ja seksuaaliterveyden määrittelyä.....</b>	<b>4</b>
	2.1 Seksuaalisuus.....	4
	2.2 Seksuaaliterveys .....	5
	2.3 Seksuaalioikeudet.....	7
	2.4 Seksuaaliterveyden edistäminen .....	7
	2.5 Seksuaalikasvatus ja sukupuolisensitiivisyys.....	8
<b>3</b>	<b>Nuori aikuisuus .....</b>	<b>11</b>
<b>4</b>	<b>Psykososiaaliset tekijät .....</b>	<b>13</b>
	4.1 Identiteetti.....	13
	4.2 Itsetunto .....	14
	4.3 Kehonkuva .....	15
	4.4 Parisuhde.....	17
<b>5</b>	<b>Tavoite ja tarkoitus .....</b>	<b>19</b>
<b>6</b>	<b>Kirjallisuuskatsauksen toteuttaminen .....</b>	<b>19</b>
	6.1 Integroiva kirjallisuuskatsaus .....	19
	6.2 Aineiston hankinta .....	20
	6.3 Aineiston kuvaus .....	26
	6.4 Aineiston arviointi ja analysointi .....	27
<b>7</b>	<b>Tulokset .....</b>	<b>30</b>
	7.1 Identiteetti.....	30
	7.2 Itsetunto .....	30
	7.3 Kehonkuva .....	31
	7.4 Parisuhde.....	32
<b>8</b>	<b>Pohdinta .....</b>	<b>33</b>
	8.1 Luotettavuus.....	33
	8.2 Tulosten tarkastelu ja johtopäätökset .....	35

<b>Lähteet .....</b>	<b>39</b>
<b>Liitteet .....</b>	<b>45</b>
Liite 1. Seksuaalioikeudet .....	45
Liite 2. Hakulausekkeet .....	46
Liite 3. Taulukko analysoiduista tutkimuksista .....	48

## **Kuviot**

Kuvio 1. Aineiston hankinnan kuvaus .....	23
---	----

## **Taulukot**

Taulukko 1. Sisäänto- ja poissulkukriteerit .....	21
Taulukko 2. Katsaukseen valitut aineistot .....	25
Taulukko 3. Esimerkki aineiston analysoinnista .....	29

# 1 Johdanto

Opinnäytetyön tavoite on edistää nuorten, noin 18–25-vuotiaiden aikuisten seksuaaliterveyttä tuottamalla tietoa seksuaaliterveyteen vaikuttavista psykososiaalisista tekijöistä, sekä koota sosiaali- ja terveysalan työntekijää palvelevaa tietoa nuorten aikuisten seksuaaliterveyden tukemisen ja edistämisen tueksi. Työn tarkoitus on kirjallisuuskatsauksen keinoin kartoittaa, millainen merkitys psykososiaalisilla tekijöillä – identiteetillä, itsetunnolla, kehonkuvalla ja parisuhteella – on nuorten aikuisten seksuaaliterveydelle.

Seksuaalisuus ja seksuaaliterveys ovat merkittävä osa ihmisen kokonaisvaltaista hyvinvointia ja terveyttä. Oman seksuaalisen hyvinvointinsa edistämiseksi ihminen tarvitsee asianmukaista tietoa. (Seksuaalinen hyvinvointi 2016.) Yksilön oikeus tietoon sekä kokonaisvaltaiseen seksuaalikasvatukseen taataankin seksuaalioikeuksien julistuksessa (Seksuaalioikeuksien julistus n.d.).

Nuorten aikuisten seksuaaliterveydestä Suomessa ei tällä hetkellä tiedetä riittävästi. Seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelmassa 2014–2020 on asetettu tavoitteeksi saada lisää tietoa kaikkien nuorten aikuisten seksuaaliterveydestä ja palvelujen käytöstä. (Edistä, ehkäise, vaikuta – Seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelma 2014–2020 2014, 55–57.) Seksuaalisuuteen ja seksuaaliterveyteen liittyvät kysymykset taas ovat osa sosiaali- ja terveysalan työntekijöiden perustehtäviä (Ryttyläinen-Korhonen 2011, 10).

Seksuaalisuuden ja seksuaaliterveyden tutkimus keskittyi pitkään seksuaalisuuden biologiseen puoleen (Greenberg, Bruess & Oswald 2016, 5). Tässä opinnäytetyössä on haluttu kiinnittää huomiota myös muihin seksuaalisuuteen ja seksuaaliterveyteen vaikuttaviin tekijöihin. Fokuksen valikoinnissa on pyritty huomioimaan nimenomaan nuorten aikuisten kannalta merkitykselliset elementit seksuaalisuudessa ja seksuaaliterveydessä.

## 2 Seksuaalisuuden ja seksuaaliterveyden määrittelyä

### 2.1 Seksuaalisuus

Seksuaalisuuteen yhdistetään usein ensimmäiseksi seksielämä ja seksuaalinen suuntautuminen. Seksuaalisuus on kuitenkin moniulotteinen käsite ja ihmisen ominaisuus, joka ilmenee monella muillakin kuin edellä mainituilla osa-alueilla. Maailman terveysjärjestö WHO (World Health Organization) määrittelee seksuaalisuuden keskeiseksi osaksi ihmisyyttä, joka on läsnä koko elämän ajan. Seksuaalisuus käsittää biologisen sukupuolen ja sukupuoli-identiteetin sekä roolit, seksuaalisen suuntautumisen, eroottisuuden, nautinnon, läheisyyden sekä lisääntymisen. Seksuaalisuutta koetaan ja ilmenetään kunkin henkilökohtaisissa ajatuksissa, arvoissa, asenteissa, fantasi-oissa, haluissa, käyttäytymisessä, teoissa, rooleissa ja ihmissuhteissa. Huolimatta siitä, että seksuaalisuus kattaa kaikki edellä mainitut ulottuvuudet, kaikki eivät ilmennä tai koe niistä kaikkia. Seksuaalisuuteen vaikuttavat puolestaan erilaiset biologiset, psykologiset, sosiaaliset, ekonomiset, kulttuuriset, eettiset, juridiset, historialliset, uskonnolliset ja hengelliset tekijät. (Defining sexual health 2006, 5.)

Greenberg ja muut (2016, 4) tarkastelevat ja määrittelevät seksuaalisuutta puolestaan kolmen eri ulottuvuuden kautta. Nämä ovat **biologinen, psykologinen ja sosio-kulttuurinen** ulottuvuus. Seksuaalisuus syntyy näiden ulottuvuuksien suhteesta sekä vuorovaikutuksesta, ja muodostaa samalla oman osansa ihmisen persoonallisuutta. (Mts. 4).

Biologinen ulottuvuus käsittää ihmisen ulkonäön ja osana tätä fyysisten seksuaalisten piirteiden kehityksen, lisääntymiskyvyn ja hedelmällisyyden kontrolloinnin. Huomattavaa on, että vaikka ihminen kehittyy lisääntymiskykyiseksi murrosiässä, biologinen seksuaalinen toiminta alkaa syntymästä ja jatkuu läpi eliniän. (Greenberg ym. 2016, 5.)

Seksuaalisuuden psykologisen ulottuvuuden muodostavia tekijöitä ovat muun muassa yksilön identiteetti ja minäkäsitys, tunteet, kokemukset, itseilmaisu, itsetunto sekä omat asenteet ja arvot (Greenberg ym. 2016, 6, 25). Merkittävä osa seksuaalisuuden psykologista ulottuvuutta on myös kehonkuva, eli se päänsisäinen kuva, jonka ihminen on muodostanut omasta ulkonäöstään (mts. 361). Seksuaalisuuden

psykologiseen ulottuvuuteen vaikuttavat voimakkaasti myös kaikki ne asiat, joita yksilö lapsesta asti oppii ja omaksuu ympäristön viestien kautta seksuaalisuudesta. Ympäristön kautta ihminen esimerkiksi oppii, mitä asioita pidetään kiellettyinä ja mitä sallittuina (mts. 6).

Sosio-kulttuurisen ulottuvuuden perustan luovat alati muuttuva yhteiskunta ja kulttuuri, jotka muokkaavat seksuaalisuutta sitä mukaa, kun yksilö omaksuu taitoja, arvoja ja merkityksiä kanssaihmisiltä. Seksuaalisuuden yhteiskunnallisia vaikuttajia ovat muun muassa uskonto, historia, sosioekonominen status, kulttuuri, etiikka, politiikka ja media. (Greenberg ym. 2016, 6.)

Seksuaalisuus on siten paljon enemmän kuin pelkästään tekoja ja seksuaalista käyttäytymistä (Greenberg ym. 2016, 4). Cacciatore (2006, 205) kuvaa seksuaalisuuden olevan nimenomaan olemista, ei tekemistä: seksuaalisuus on positiivinen elämää edistävä voimavara, jolla ihminen tavoittelee nautintoa, läheisyyttä, mielihyvää ja hellyyttä, sekä oman kehon kautta, että ihmissuhteissa. Kallio (2014, 81) puolestaan kuvaa seksuaalisuudessa kiteytyvän mahdollisuuden ja kyvyn olla hyvässä suhteessa sekä itseen että toiseen.

## 2.2 Seksuaaliterveys

WHO ja Seksuaaliterveyden maailmanjärjestö WAS (World Association for Sexual Health) määrittelevät seksuaaliterveyden ei pelkästään sairauden tai vamman puuttumisena, vaan fyysisenä, emotionaalisenä, henkisenä ja sosiaalisena hyvinvoinnin tilana. Hyvään seksuaaliterveyteen vaaditaan positiivinen ja kunnioittava asenne seksuaalisuutta ja seksuaalisia suhteita kohtaan, sekä mahdollisuus nautinnollisiin ja turvallisiin seksuaalisiin kokemuksiin ilman pakottamista, syrjintää ja väkivaltaa. Seksuaaliterveyttä ei voida määritellä, ymmärtää tai edistää ilman kattavaa ymmärrystä seksuaalisuudesta. (Declaration of Sexual Rights 2014.)

Seksuaalisuus on hyvin herkkä ja intiimi osa-alue ihmisessä, ja siksi siihen kohdistuvat loukkaukset vahingoittavat terveyttä sen muillakin osa-alueilla (Bildjuschkin & Ruuhilahti 2010, 43). Lottes (2000, 20) kuvaa seksuaalisesti terveen aikuisen käyttäytyvän vastuullisesti, arvostavan omaa kehoaan, kommunikoivan muita kunnioittavasti ja sa-



malla ilmaisevan rakkautta ja läheisyyttä omia arvojaan kunnioittaen. Seksuaaliterveyttä voidaan mitata ja havainnollistaa esimerkiksi seksitautitartuntojen, suunnittelemattomien raskauksien ja raskaudenkeskeytysten määrällä, ehkäisyn käytöllä, seksuaalisuutta loukkaavan väkivallan yleisyydellä sekä väestön seksuaaliterveystiedoilla (Kosunen 2006, 15–20).

**Lisääntymisterveys** on seksuaaliterveyden kanssa läheinen käsite, ja näiden kahden käsitteen merkitykset voidaan ymmärtää osittain päällekkäisiksi. Lisääntymisterveys ja seksuaaliterveyden hierarkkisista suhteista ei ole yksimielisyyttä, vaan sekä lisääntymisterveys- että seksuaaliterveys voidaan ymmärtää yläkäsitteinä, jonka alakäsite toinen on. (Edistä, ehkäise, vaikuta 2013, 10.) Tässä opinnäytetyössä käytetään kuitenkin seksuaaliterveyttä yläkäsitteenä, jonka yksi osa lisääntymisterveys on.

Linjassa muiden terveyden osa-alueiden määritelmiensä kanssa, WHO määrittelee myös lisääntymisterveyden ei pelkästään sairauden puuttumisena, vaan kokonaisvaltaisena henkisen, fyysisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tilana, sekä mahdollisuudeksi esimerkiksi terveeseen, turvalliseen ja vastuulliseen seksiin, kyvyksi lisääntyä sekä vapaudeksi päättää milloin ja kuinka usein näin tehdä. (Reproductive Health n.d.)

**Seksuaalinen riskikäyttäytyminen** voi uhata yksilön seksuaaliterveyttä. Riskikäyttäytyminen voi olla loukkaavaa sekä ikä- ja kehitystasoa vastaamatonta käytöstä (Halonen 2015, 169). Länsimaissa seksuaalisella riskikäyttäytymisellä tarkoitetaan usein oman tai kumppanin fyysisen terveyden vaarantavaa seksuaalista käyttäytymistä, kuten ehkäisyn laiminlyöntiä ja vaihtuvia kumppaneita (Kosunen 2006, 19), mutta riskikäyttäytymiseksi luokiteltava käytös on myös kulttuurisidonnaista (Halonen 2015, 169). Suomessa riskeinä nähdään usein myös seksi päihteiden vaikutuksen alaisena, vastikkeellinen seksi sekä seksikumppanien välillä vallitseva huomattava ikä- ja kehitysero (mts. 169). Yhdysvalloissa myös varhain aloitettu seksielämä nähdään riskikäyttäytymisenä. Tutkimuksissa on puolestaan havaittu yhteys seksuaalisen riskikäyttäytymisen sekä masennuksen ja haastavien perhetilanteiden välillä. (Kosunen 2006, 19–20.)

## 2.3 Seksuaalioikeudet

Seksuaalioikeudet määrittävät yksilön oikeutta tietoiseen ja vastuulliseen päätöksentekoon koskien omaa seksuaalisuuttaan (Ilmonen & Korhonen 2015, 7). Seksuaalioikeudet perustuvat paitsi ihmisoikeuksiin, myös tieteelliseen tietoon ihmisten seksuaalisuudesta ja seksuaaliterveydestä. Seksuaaliterveyden edistäminen ja ylläpitäminen vaativat seksuaalioikeuksien toteutumista. (Declaration of Sexual Rights 2014)

Kansainväliset ihmisoikeussopimukset turvaavat toteutuessaan myös seksuaalioikeuksien toteutumista. Toisaalta ilman seksuaalioikeuksien toteutumista muutkaan oikeudet eivät voi toteutua. (Ilmonen & Korhonen 2015, 9). Seksuaalioikeuksien määritelmiä on useita: sekä WHO, WAS että International Planned Parenthood ovat määritelleet seksuaalioikeudet. (Seksuaalioikeudet 2015)

Toteutuessaan seksuaalioikeudet edistävät sukupuolten välistä tasa-arvoa, yhteiskunnan kehitystä ja ihmisoikeuksien toteutumista. Valtiolla on vastuu yksilön oikeuksien turvaamisessa lakien kautta, ja yksilöllä on velvollisuus kunnioittaa muiden oikeuksia toteuttaessaan omia oikeuksiaan. (Ilmonen & Korhonen 2015, 5–6.)

Seksuaaliterveyden maailmanjärjestön seksuaalioikeuksien julistuksen mukaan yksilöllä on esimerkiksi oikeus tietoon, itsemääräämisoikeuteen ja henkilökohtaiseen koskemattomuuteen, kokonaisvaltaiseen seksuaalikasvatukseen, nautinnollisiin ja tyydyttäviin seksuaalisiin kokemuksiin sekä oikeus solmia vapaaseen suostumukseen perustuvia suhteita (Declaration of Sexual Rights 2014). Edellä mainitut ovat myös tämän opinnäytetyön kannalta oleellimmat seksuaalioikeudet. Seksuaalioikeudet kokonaisuudessaan WAS:n mukaan liitteessä 1.

## 2.4 Seksuaaliterveyden edistäminen

Suomessa seksuaaliterveyden edistämistä johtaa Sosiaali- ja terveysministeriö. Linjaukset seksuaaliterveyden edistämiseen kansallisella tasolla on koottu Seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelmaan. (Seksuaaliterveyden edistäminen n.d.) Seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistämisen toimintaohjelmassa on nuorten aikuisten osalta asetettu tavoitteeksi tiedon saaminen kaikkien nuorten aikuisten seksuaali- ja lisääntymisterveydestä ja palvelujen käytöstä: siinä missä korkeakouluopiskelijoiden

seksuaali- ja lisääntymisterveydestä sekä palveluiden käytöstä on tietoa, muiden nuorten aikuisten osalta tietoa ei ole tai se on vähäistä. (Edistä, ehkäise, vaikuta... 2014, 56–57)

Yksilön seksuaaliterveys muotoutuu erilaisissa seksuaalisissa vuorovaikutustilanteissa, joilla voi olla joko seksuaaliterveyttä tukeva tai sitä kuormittava vaikutus. Yksilön seksuaaliterveyttä voidaan katsoa edistettävän silloin, kun ihmisellä on mahdollisuus toteuttaa seksuaalisuuttaan hänen itsensä tyydyttäväksi katsomallaan tavalla. (Kontula 2000, 56.). Kontulan (mts. 56) mukaan tyydytystä tuottava suhde on parhaiten yksilön seksuaaliterveyttä edistävä tekijä, vaikka mahdollisuus seksuaalisuuden toteuttamiseen ja tyydytyksen kokemiseen on olemassa ilman kumppania/kumppaneitakin. Huomattavaa on, että vaikka monille tämän kaltainen suhde tarkoittaisi kahden ihmisen välistä parisuhdetta, on tarpeen ymmärtää suhde myös väljempänä käsitteenä. Suhde on voi olla myös tilapäinen, kenties vain yhden yön kestävä, tai suhteen voivat muodostaa useampi kuin kaksi ihmistä.

Seksuaaliterveyden edistämisen perustaksi yksilötasolla Kontula (2000, 57) esittää kolme pääresurssia, jotka ovat seksuaalioikeudet, sekä omat ja kumppanin resurssit. Positiivinen kehonkuva, terve itsetunto sekä hyvät vuorovaikutustaidot ovat niitä henkilökohtaisia resursseja, jotka vaikuttavat positiivisesti yksilön seksuaaliterveyteen (mts. 58–60).

## 2.5 Seksuaalikasvatus ja sukupuolisensitiivisyys

Seksuaalikasvatus on yksi seksuaaliterveyden edistämisen tärkeimpiä menetelmiä (Seksuaalinen hyvinvointi 2016). Seksuaalikasvatus voidaan jakaa tasoihin. Bildjuschkin määrittelee julkaisussa Seksuaalikasvatuksen tueksi (2015, 13) neljä eri seksuaalikasvatuksen tasoa, jotka ovat **valistus**, **opetus**, **ohjaus** ja **neuvonta**. Seksuaalivalistus on suurille joukoille tapahtuvaa viestin välittämistä, jolle on tyypillistä viestin yksisuuntaisuus, eikä viestin vastaanottaja siten pysty osallistumaan keskusteluun ja esittämään kysymyksiä (Seksuaalikasvatus elämänkulussa 2015). Seksuaaliopetus on pienemmälle joukolle, kuten ryhmälle koululaisia, suuntautuvaa opetusta. Opetus mahdollistaa dialogin ja eri menetelmien käytön. (Seksuaalikasvatus elämänkulussa 2015;

Bildjuschkin 2015, 13.) Ohjauksen Bildjuschkin määrittelee kohtaamisen näkökulmasta opetusta epämuodollisemmaksi ja toiminnallisuutta korostavaksi seksuaalikasvatuksen tasoksi (mts. 13). Seksuaalineuvonta on aina siihen koulutuksen saaneen ammattilaisen antamaa neuvontaa, jolloin neuvottavana on pääsääntöisesti yksi tai kaksi henkilöä kerrallaan (Ryttläinen-Korhonen 2011, 10).

Seksuaalisuuteen, seksuaaliterveyteen ja sukupuolisuuteen liittyvät kysymykset ovat kuitenkin osa jokaiselle sosiaali- ja terveydenhuollon ammattihenkilölle kuuluvia normaaleja hoito-, kasvatusta ja huolenpitotehtäviä (Ryttläinen-Korhonen 2011, 10). Näitä tehtäviä voivat olla esimerkiksi seksuaalisuuden ja seksuaaliterveyden puheeksiotto, tuen tarpeen tunnistaminen ja palveluohjaus, asiakkaan seksuaalisuuden kohtaaminen sekä seksuaalisuuden huomioiminen osana tarjottavaa palvelua tai hoitoa, mikä on olennaista, kun pyritään ihmisen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin sekä terveen ja turvallisen kasvun edistämiseen.

Seksuaalikasvatuksen keinoin pyritään tekemään sekä korjaavaa että ennaltaehkäisevää työtä. Elämäntilanteiden muutosten tuoma seksuaalisuuden tai sen kokemisen muuttuminen edellyttää, että seksuaalikasvatusta on saatavilla kaiken ikäisenä. (Seksuaalikasvatusta elämäntilanteissa 2015). Osana terveyttä tukevaa kasvua ja kehitystä on seksuaalisuuden ja sen moninaisuuden, seksuaaliterveyden eri osa-alueiden sekä sukupuolen moninaisuuden käsittely oleellisessa asemassa (Bildjuschkin 2015, 3).

Kahdeksaentoista ikävuoteen mennessä noin puolella nuorista on jo jonkinlaisia seksikokemuksia ja seksuaali-identiteetti on alkanut vahvistua ja vakiintua. Koska seurustelu on tavallista ja seksielämä voi olla alkanut, tarvitaan tietoa ja tukea parisuhdetaitoihin sekä itsenäisten päätösten tekemiseen koskien omaa seksuaalisuuttaan. Murrosiän loppuvaiheen seksuaalikasvatuksessa tulee panostaa riskikäyttäytymisen ennaltaehkäisyyn esimerkiksi tukemalla nuoren itsetuntoa ja positiivista minäkuvaa. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 37.)

Seksuaalikasvatuksen ytimessä on dialoginen lähestymistapa, joka perustuu asiakkaan aitoon kuunteluun, kuulemiseen ja kohtaamiseen. Dialoginen kohtaaminen luo hyvän pohjan ilmapiirille, jossa asiakas voi kokea, että seksuaalisuudesta on lupa puhua. (Bildjuschkin & Ruuhilahti 2010, 50.) Seksuaalikasvatuksen tulisi olla myös jatkuvaa, monialaista, tilannelähtöistä, osallistavaa, sukupuolisensitiivistä ja huomioida

seksuaalisuuden kehittymisen prosessinomaisen luonne (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010, 31).

**Sukupuolisensitiivisyydellä** tarkoitetaan kulttuurissamme esiintyvien sukupuolittuneiden käyttäytymismallien sekä niihin liittyvien ennako- ja rooliodotusten tunnistamista, laajentamista ja purkamista. (Sukupuolisensitiivisyys n.d.) Sukupuolisensitiivisyys pyrkii huomioimaan naiseuden ja mieheyden moniulotteisuuden, tunnistamaan tyttöinä ja naisena sekä poikana ja miehenä olemisen tapoja kiinnittäen huomiota sukupuolten erityiskysymyksiin (Sukupuolisensitiivinen tyttö- ja poikatyö n.d.) Sukupuolisensitiivisyyttä voidaan kuvata myös taitona tarkastella sukupuolta sen biologista ulottuvuutta laajemmassa määritelmässä, huomioiden sen sosiaaliset ja kulttuuriset näkökulmat (Ylitapio-Mäntylä 2012, 26).

Sukupuolisensitiivisen työn keskeisiä tavoitteita ovat muun muassa yksilön oman sukupuolen, sukupuoli- ja seksuaali-identiteetin pohtimisen tukeminen (Sukupuolisensitiivinen tyttö- ja poikatyö n.d.). Sukupuoleen liittyvien odotusten tunnistamisen, purkamisen ja laajentamisen kautta pyritään rakentamaan moninaisempaa käsitystä sukupuolen ja seksuaalisuuden ilmenemisestä. Sukupuolisensitiivisellä työotteella tehtävällä työllä tavoitellaan myönteisen sukupuoli-identiteetin muodostumista. (Bahmani & Honkasalo 2016, 31–32.)

Seksuaalisuuden ja seksuaaliterveyden ymmärtäminen vaatii myös ymmärrystä siitä, miten miehenä tai naisena oleminen käsitetään ja ymmärretään (Defining sexual health 2006, 6) – pitäähän seksuaalisuuden käsite pitää sisällään myös sukupuolen; niin biologisen kuin yksilön henkilökohtaisen sukupuoli-identiteetinkin. Seksuaalisuutta tarkasteltaessa onkin siten perusteltua pitää läsnä sukupuolisensitiivinen tarkastelukulma, jotta kiinnitetään huomiota sukupuolen merkitykseen ja sen mukanaan tuomiin erilaisiin odotuksiin. Lisäksi sen kautta voidaan myös huomata ja tarkastella seksuaalisuuteen liitettäviä sukupuolittuneita ajatusmalleja. Sukupuolella on esimerkiksi voimakas yhteys yksilön käsityksiin seksuaalisesta hyvinvoinnista, mikä näyttäytyy esimerkiksi erilaisina käsityksinä miehille ja naisille sopivasta seksuaalikäyttäytymisestä (Greenberg ym. 2016, 5–6).

### 3 Nuori aikuisuus

Nuorella aikuisella tarkoitetaan tässä opinnäytetyössä 18–25-vuotiasta. Nuoruuden ja aikuisuuden määritelmät eivät kuitenkaan ole yksiselitteisiä, eikä tieteessä tai kulttuurissa ole yksimielisyyttä siitä, miten jako nuorten, nuorten aikuisten ja aikuisten välillä tulisi asettaa. Tarkkarajainen jako on usein keinotekoinen ja joustamaton, sillä nuoruutta ja aikuisuutta voidaan määritellä ja käsitellä hyvin monesta näkökulmasta. Sen sijaan polut aikuisuuteen ovat moninaisia ja eritahtisia (Myllyniemi 2009, 138). Suomen lainmukainen täysi-ikäisyys alkaa henkilön täytettyä 18-vuotta (L 1.4.1999/442). Toisaalta nuorisolaissa nuorella tarkoitetaan alle 29-vuotiasta (L 1285/2016). Samaan aikaan Yhdistyneet kansakunnat (YK) määrittelee nuoriksi 15–24-vuotiaat, samalla todeten, ettei määritelmä ole yksiselitteinen, sillä nuoruus on muita ikävaiheita liukuvampi käsite, ja sitä määrittää usein myös siirtymävaihe koulutuksen ja työn välillä (Definition of Youth n.d.)

Vuonna 2013 toteutetun Nuorten vapaa-aikatutkimuksen mukaan kokemuksellinen muutos nuoresta aikuiseksi tapahtuu noin 20-vuotiaana. Tutkimuksessa havaittiin myös yhteys asuinpaikan ja aikuisuuden ja nuoruuden kokemisen välillä, sillä maaseutumaisemmissa kunnissa muutos nuoresta aikuiseksi oli jyrkkärajaisempi kuin kaupungeissa, joissa saattoi esiintyä nuoruuden pitkittymistä. (Myllyniemi & Berg 2013, 16.)

Vanhempien luota pois muuttaminen, opintojen päättäminen ja työelämään siirtyminen, sekä parisuhteen muodostaminen ja vanhemmaksi tulo nähdään usein kriteereinä aikuistumiselle (Salmela-Aro, Sortheix & Ranta 2016, 139). Nuorten ja nuorten aikuisten ajatukset aikuisuudesta ovat vuoden 2009 Nuorisobarometrin mukaan samankaltaisia. Suosituimmiksi aikuisuuden osoittimiksi nuoret nostivat erilaiset vastuullisuuden ja itsenäisyyden mittarit, kuten vastuu omista päätöksistä ja omasta taloudesta, sekä oman identiteetin löytyminen. Konkreettisista siirtymistä suosituin oli vanhemmaksi tulo. (Myllyniemi 2009, 138.)

Arnett (2000, 469) käyttää ikävuosista 18–25 käsitettä *emerging adulthood*, joka on tässä vapaasti suomennettu *kehittyväksi aikuisuudeksi*. Arnett (mts. 469) esittää kehittyvän aikuisuuden teoriassaan näiden ikävuosien muodostavan oman kehitysvaiheensa, joka on erillinen sekä nuoruudesta että nuoresta aikuisuudesta.

Kehittyvä aikuisuus ei kuitenkaan ole universaali kehitysvaihe, vaan sen piirteitä esiintyy teollistuneissa ja jälkiteollistuneissa maissa, joissa nuoruus on pitkittynyt ja aikuisuuden roolit ja odotukset, kuten avioliitto ja vanhemmaksi tulo, ovat siirtyneet myöhemmäksi (Arnett 2000, 478). 18–25-vuotiaat kehittyvän aikuisuuden vaiheessa ovatkin Arnettin mukaan jossain nuoruuden ja aikuisuuden välissä, jossa nuoruuden riippuvuudesta on siirrytty itsenäisyyteen, mutta ei kuitenkaan vielä aikuisuuden velvollisuuksiin (mts. 469).

Kehittyvää aikuisuutta leimaakin Arnettin (2007, 69) mukaan identiteettikokeilut, erilaiset mahdollisuudet, epävakaus, itseen keskittyminen sekä kokemus välivaiheesta. Kehitysvaihe on keskeinen identiteetin muodostumiselle ja jäsentymiselle sekä erilaisille kokeiluille ja etsinnälle työn, rakkauden ja maailmankuvan alueilla (Arnett 2000, 473). Kehittyvän aikuisuuden ikävuosina koetaan enemmän siirtymiä ja muutoksia, kuin missään toisessa elämänvaiheessa. Nämä siirtymät ovat toisaalta konkreettisia muutoksia esimerkiksi elinolosuhteissa (kuten muuttaminen pois vanhempien luota), ja toisaalta roolisiirtymiä (esimerkiksi opiskelijasta työntekijäksi). (Salmela-Aro ym. 2016, 139.)

Vastaavanlaisesta kehityksestä ja uuden kehitysvaiheen muodostumisesta on merkkejä myös Suomessa. Nuoret aikuiset siirtyvät opinnoista työelämään, menevät naimisiin ja hankkivat lapsia entistä myöhemmin. Korkeakoulusta suomalaiset nuoret aikuiset valmistuvat keskimäärin 25–29-vuoden iässä ja ensimmäisen kokopäivätyön suomalainen nuori aikuinen saa hieman alle 25-vuotiaana riippuen koulutusasteesta. (Salmela-Aro ym. 2016, 139.) Vuonna 2016 ensisynnyttäjien keski-ikä oli 28,8 vuotta (Äidit tilastoissa 2016 n.d.), isäksi tulon keski-ikä puolestaan oli vuonna 2015 hieman alle 31 vuotta (Ensisynnytysikä ja isäksi tulon ikä n.d.). Ensimmäisen avioliiton solmineiden naisten keski-ikä oli vuonna 2015 31,2 ja miesten 33,4 vuotta (Solmittujen avioliittojen määrä kääntyi lievästi kasvuun 2016). Lähes jokaisen nuoren aikuisen ensimmäinen solmittu liitto onkin avoliitto (Nikander n.d.), joka solmitaan keskimäärin 23-vuotiaana (Salmela-Aro ym. 2016, 143).

Myös Dunderfelt (2011, 99) kuvaa nuorta aikuisuutta jokseenkin samankaltaisesti kuin Arnett teoriassaan kehittyvästä aikuisuudesta; Dunderfelt kiteyttää nuoren aikuisuuden elämänvaihetta sanalla ”kohtaamisia”, ja kuvaa tätä toisaalta puberteetille

tyypillisen, epävarman ja holtittoman sisäisen maailman sävyttämänä, ja toisaalta ennakkoluulottomuuden, rohkeuden ja tahdonvoiman värittämänä elämänvaiheena. Kokemusmaailma saattaa olla vielä tasapainoton ja aikuisuuden haasteet tuntua pelottavilta, mutta samaan aikaan tapahtuu vakiintumista, kuten parisuhteiden muodostumista, siirtymistä työelämään ja vanhemmiksi tulemistä. (Mts. 100–101.)

## 4 Psykososiaaliset tekijät

Tässä luvussa määritellään tässä opinnäytetyössä tarkastelussa olevat seksuaaliterveyteen vaikuttavat psykososiaaliset tekijät: identiteetti, kehonkuva, itsetunto ja parisuhde.

### 4.1 Identiteetti

Identiteetti, yksilön vastaus kysymykseen siitä, kuka ja mikä hän on, on ihmisen sekä psyykkisen että sosiaalisen olemassaolon keskeinen tekijä. Henkilökohtaisen identiteetin kautta ihminen käsittelee ja pyrkii tunnistamaan omaa ainutkertaisuuttaan. Identiteettiin muodostuu ja muokkautuu vuorovaikutuksessa menneisyyden tapahtuminen ja tulevaisuuden näkymien kanssa. (Nissinen 2006, 137–138.) Identiteetin muodostavat yhdessä kaikki ne piirteet, roolit ja sosiaaliset ryhmät, joissa yksilö kokee olevansa jäsenenä. Näihin taas pohjautuu yksilön **minäkäsitys**, joka käsittää kaikki ne asiat, jotka yksilö yhdistää itseensä ja joiden kautta hän kuvaa omaa persoonallisuuttaan. (Oyserman, Elmore & Smith 2012, 69).

Identiteetin muodostuminen on tärkeä nuoruuden kehitystehtävä. Archerin (1982) mukaan identiteettiä rakentaessa yksilö pyrkii vastaamaan kysymyksiin siitä, mitä haluaa elämältään, työltään ja parisuhteeltaan, sekä pohtii omia arvojaan sekä maailmankuvaansa. (Schwartz, Zamboanga, Luyckx, Meca & Ritchie 2016, 401.) Nuori aikuinen on elämänvaiheessa, jossa hän tekee ensimmäisiä suuria, omaa identiteettiä määritteleviä valintoja. Nämä valinnat koskevat esimerkiksi tulevaisuuden uravalintaa, parisuhteita ja naimisiinmenoa, elämäntyyliä ja asuinpaikkaa. (Shulman & Connolly 2016, 235.)



Yksilö luo omaa identiteettiään myös seksin ja seksuaalisuuden avulla (Kontula 2015, 118). Seksuaalioikeudet tukevat toteutuessaan yksilön ehjän ja positiivisen identiteetin kehittymistä (Ilmonen & Korhonen 2015, 7). Seksuaalinen suuntautuminen, eli se, ketä kohtaan ihminen tuntee rakkautta ja emotionaalista tai eroottista vetovoimaa, voi myös olla osa ihmisen identiteettiä. ”Herääminen” omaan seksuaaliseen suuntautumiseen tapahtuu yleisimmin murrosiässä, mutta se voi tapahtua myös paljon myöhemmin ja muuttua elämän aikana. Ihmisen seksuaalinen suuntautuminen, esimerkiksi homo tai hetero, ei kuitenkaan välttämättä ole seksuaali-identiteetti, vaan se voi olla myös sosiaalinen identiteetti. (Seksuaalinen suuntautuminen 2016.)

Ihmisen seksuaalinen identiteetti vahvistuu sitä mukaa kun tiedot seksuaalisuudesta karttuvat ja ajatukset omasta seksuaalisuudesta jäsentyvät. Seksuaalisen identiteetin ei kuitenkaan voida sanoa tulevan koskaan valmiiksi, vaan se kehittyy jatkuvasti ihmisen ikääntyessä. Nuorena aikuisuudessa seksuaaliselle identiteetille keskeisiä pohdintoja ovat esimerkiksi ajatukset parisuhteen ja perheen perustamisesta, ja toisaalta miten ne sopivat yhteen muiden elämän tavoitteiden kanssa. (Seksuaalisuus 2016.)

## 4.2 Itsetunto

Itsetunnolla tarkoitetaan ihmisen ominaisuutta, jolla yksilö tarkastelee ja arvottaa omia ominaisuuksiaan sen suhteen, onko hän mielestään arvokas, hyvä ja onnistunut (Kiviruusu 2017, 14). Itsetunnolla on lukuisia määritelmiä, mutta Kiviruusun (mts. 14) mukaan yleisimmin on usein käytössä Rosenbergin (1965) määritelmän mukainen globaali itsetunto, joka tarkoittaa edellä kuvatun määritelmän kaltaisesti juuri itseen kohdistuvia arvottavia tunteita ja asenteita. Lisäksi itsetunnosta erottuvat erilaiset osa-alueet, joilla ihmisen itsetunto voi vaihdella suhteessa toiseen. Yksilön itsetunto voi vaihdella ja olla erilainen esimerkiksi ulkonäön ja ihmissuhteiden osa-alueilla. (Harter 1999, 129–130).

Myös seksuaalinen itsetunto voidaan erottaa omaksi osa-alueekseen. Seksuaalinen itsetunto rakentuu seksuaalisuutta, seksiä ja yksilöä itseään koskevasta asiallisesta tiedosta. Seksuaalinen itsetunto on paitsi itsetuntemusta, myös kehollista ja suku-

puolista itsetuntoa. (Kallio & Jussila 2010, 66–69.) Kehossa koetut voimakkaat muutokset, kuten murrosikä, erilaiset sairaudet ja raskaus koettelevat seksuaalista itsetuntoa. (Åberg 2010.)

Itsetuntoa voidaan tarkastella, ja toisaalta vahvistaa myös suhteessa seksuaalioikeuksiin; yksilöllä on esimerkiksi oikeus tuntea itsensä hyväksi, oikeus omaan kokemuksiinsa sukupuolestaan ja seksuaalisuudestaan, oikeus nauttia ja olla ylpeä omasta kehostaan sekä tehdä oma määritelmänsä siitä, mikä on seksikästä tai viehättävää. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 230).

Kiviruusun vuonna 2017 julkaistu väitöskirjatutkimus tutki itsetunnon kehitystä nuoruudesta aikuisuuteen. Keskimäärin itsetunto vahvistuu nuorena aikuisuudessa, mutta yksilöllisiä vaihteluja esiintyy. Tätä selittää luultavasti esimerkiksi nuoruuden kehityksellisistä haasteista selviäminen ja aikuisuuden roolien onnistunut haltuunotto. (Kiviruusu 2017, 56.) Itsetuntoon vaikuttavia tekijöitä ovat muun muassa sukupuoli (naisten itsetunto oli miehiä heikompi kaikissa elämänvaiheissa, vaikka erot pienivätkin iän myötä), ihmissuhteiden vaikeudet sekä sosioekonominen asema (mts. 58-62, 68).

### 4.3 Kehonkuva

Kehonkuvalla (vaihtoehtoisesti *ruumiinkuva*) tarkoitetaan yksilön omaa käsitystä hänen ulkonäöstään (Greenberg ym. 2016, 361). Kehonkuva voidaan ymmärtää myös laajemmin kokonaisvaltaisena kokemuksena siitä, miltä oma keho näyttää, tuntuu ja miten se liikkuu (Croll 2005, 155). Kehonkuvaan vaikuttavat ja sitä muokkaavat monet tekijät, kuten kulttuuri, media, eri tahoilta vastaanottamamme viestit ja toisaalta yksilön omat arvot ja käsitykset (Greenberg ym. 2016, 361). Kehonkuva on myös tärkeä identiteetin osatekijä (Tiggemann 2004, 34).

Kehonkuvasta voidaan määrittelystä riippuen erottaa kaksi ulottuvuutta, jotka Cashin ja Pruzinskyn (2002) mukaan ovat ihmisen kehonkuvallisen ja ulkonäöllisen antama arvo sekä ulkonäöstä tehdyt arviot. Arviot määrittelevät ihmisen tyytyväisyyttä tai tyytymättömyyttä suhteessa omaan kehoonsa. Arvo kuvastaa ihmisen edellä mainituille arvioille antamaa painoarvoa ja tärkeyttä. (Hargreaves & Tiggemann 2006, 568).

Lapsuudessa minäkuva ja suhde omaan kehoon kehittyvät vuorovaikutuksessa sen kanssa, miten kehosta puhutaan ja miten sitä kohdellaan. Kokemus omasta kehosta hyvänä, saatu ihailu ja turvallinen kosketus johtavat myös haluun suojella ja hoivata itseä. Samaan aikaan lapsuudessa koetut, omaan kehoon kohdistuneet väkivallan ja kivun kokemukset saattavat näkyä myös aikuisuuden seksuaalisuudessa. (Cacciatore 2006, 206–207.)

Murrosiässä nuoren keho kokee rajujakin muutoksia, mikä johtaa kehonkuvan hajoamiseen, ja toisaalta sopeutuminen uuteen kehoon alkaa (Ryttyläinen & Valkama 2011, 86). Murrosikään liittyy voimakkaasti myös oman kehon ja ulkonäön kelpaavuuden ja normaaliuden pohdinta. Murrosiän loppupuolella ja nuorena aikuisuudessa muuttuneeseen kehoon on jo sopeuduttu ja keho tuntuu taas tutulta, mikä auttaa hälventämään epävarmuutta ja hämmennystä sekä edesauttaa oman kehon seksuaalisten tuntemusten hyväksymistä. (Cacciatore 2006, 207-208).

Kehonkuvalla on merkittävä vaikutus myös ihmisen terveyteen. Kehonkuva on tutkimuksissa yhdistetty lukuisiin terveyttä edistäviin tai vähentäviin tekijöihin, kuten liikuntaan tai liikkumattomuuteen, terveellisiin ja epäterveellisiin ruokailutottumuksiin, tupakointiin sekä tarpeettomaan kosmeettiseen kirurgiaan. (Grogan 2006, 525.)

Tutkimusten mukaan naisten tyytymättömyys omaan kehoonsa liittyy yleensä haluun olla hoikempi siinä missä miehet puolestaan ovat huolissaan lihasmassansa riittäväyydestä (Grogan 2006, 526), mikä lienee seurausta länsimaisen yhteiskunnan ylläpitäjämielikuvausta koskien miehen ja naisen ihannevirtaloa (Hargreaves & Tigge-mann 2006, 568). Miesten kehonkuva ja siihen liittyvä tyytymättömyys olivat kuitenkin pitkään huomattavasti vähemmän huomion kohteena verrattuna naisiin. Tutkimukset miesten kehonkuvasta ovat kuitenkin lisääntyneet. (Grogan 2006, 526.)

Suomalaisista aikuisistakin huomattava osa ei ole tyytyväisiä painoonsa ja ulkonäköönsä, ja naiset ovat miehiä tyytymättömämpiä (Keldsen 2015). Vuoden 2014 Nuorisobarometrissa 15–29-vuotiaat nuoret ja nuoret aikuiset arvioivat tyytyväisyyttään omaan ulkonäköönsä kouluarvosana 8,1:n keskiarvolla poikien ollessa hieman tyttöjä tyytyväisempiä. (Myllyniemi 2014, 95–96.) Tyytyväisyys omaan ulkonäköön näyttää kuitenkin hieman laskevan iän myötä, mutta elämään tyytyväisyyden kanssa se korreloi voimakkaimmin 15–19-vuotiailla. (Myllyniemi & Berg 2013, 95–96.)

## 4.4 Parisuhde

Parisuhde voidaan ajatella kahden ihmisen yhteistyö- ja avunantosopimukseksi (Parisuhde n.d.). Romanttisemmin tulkittuna parisuhde voidaan nähdä perustuvaksi emotionaaliseksi ja seksuaaliseksi intiimiydelle (Kontula 2016, 9). Nuorten parisuhteisiin viitataan usein seurusteluna. Seurustelusuhdeet voivat olla lyhyitä, eivätkä ne välttämättä sisällä seksiä. (Seurustelu n.d.) Parisuhde käsitetään etenkin arkikielessä usein pysyvämmäksi ja vakiintuneemmaksi suhteeksi.

Parisuhde on usein yksi ihmisen elämän merkittävimmistä suhteista (Parisuhteen lähtökohtia, n.d.) Sen merkittävyys korostuu sen erityislaatuudessa; ihminen jakaa ja vastaanottaa parisuhteen kaltaisessa intiimissä suhteessa asioita, kuten huolenpitoa ja läheisyyttä, jotka laadultaan poikkeavat muissa suhteissa koetuista. Turvallisessa suhteessa koettu fyysinen kosketus, seksuaalinen tyydytys ja huolenpito ovat merkittäviä kokemuksia myös yksilön identiteetin ja itsetunnon kehittymisen kannalta. (Kontula 2016, 13.) Vuoden 2016 Perhebarometrin mukaan enemmistö suomalaisista tahtoisikin suhteeseen mieluiten uskollisen parisuhteen (Kontula 2016, 39).

Ihmiset arvostavat parisuhteissaan Kontulan (2016, 13) mukaan nykyään enenevässä määrin tunne-elämän laadukkuutta, emotionaalista tukea ja seksuaalista nautintoa. Parisuhteen seksuaalinen ulottuvuus ja seksuaalinen halu on nähty merkittävänä tekijänä sekä parisuhteen onnellisuudelle, että parisuhteen kestolle (Kontula 2015, 115).

Seurustelua ja parisuhteita harjoitellaan usein murrosiässä, mikäli sopiva ihminen sattuu kohdalle. Nämä suhteet ovat kuitenkin usein ennemminkin tilapäisiä ja herkkiä, kuin vakavia ja pitkäkestoisia. (Shulman & Connolly 2016, 231.) Shulman ja Connolly (mts. 231) viittaavat useisiin tutkimuksiin, joiden mukaan parisuhdetaitojen kehittyessä suhteiden kesto pitenee myöhäisnuoruudessa. Toisaalta Cohenin tutkimuksessa 17–27-vuotiaiden nuorten ja nuorten aikuisten parisuhteista huomattiin suurimman osan purkavan ja solmivan uusia parisuhteita näiden ikävuosien aikana riippumatta siitä, oliko suhde arvioitu vakavaksi. Monissa vakituisissakaan suhteissa kumppanit eivät välttämättä ole sitoutuneita toisiinsa eikä yhteisiä tulevaisuuden suunnitelmia ole. (Mts. 231–233.) Jokaisen henkilökohtainen kokemus kuitenkin määrittää suhteen merkittävyyden, siksi on tärkeää olla arvottamatta nuorten tai nuorten aikuisten suhteita niiden keston perusteella.

Samaan aikaan, kun nuori tai nuori aikuinen totuttelee seurustelu- ja parisuhteiden mukanaan tuomaan uudenlaiseen intiimiyteen, hän myös kamppailee henkilökohtaisen identiteetin ja itsenäisyyden säilyttämisen kanssa (Shulman & Connolly 2016, 231). Tämä, ja muut ikävaiheeseen liittyvät muutokset, kuten ammatinvalinta, koulu- ja työelämään siirtyminen asettavat erityisiä haasteita nuorten aikuisten parisuhteille (mts. 240). Nuoret aikuiset ovat yksilöstä riippuen myös verrattain alkuvaiheessa seksuaalielämässään, sillä ensimmäiset rakastelukokemukset koetaan keskimäärin 16–25-vuotiaana (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 24). Muuttuvaan elämäntilanteeseen ja uusiin kokemuksiin liittyvät haasteet kasvattavat tarvetta tiedolle seksuaaliterveydestä, seksuaalisuudesta sekä parisuhdetaidoista.

Parisuhde on vain yksi seksuaalisen suhteen muoto, ja toisaalta parisuhde ei välttämättä sisällä seksiä. Parisuhteen kaltaisen, pysyvämmän intiimisuhteen, jossa voi olla romanttinen ja seksuaalinen ulottuvuus, voi muodostaa myös useampi ihminen, jolloin puhutaan vastuullisista monisuhteista (Sateenkaarisanasto 2016). Tässä opinnäytetyössä parisuhteella tarkoitetaan kuitenkin kahden ihmisen intiimiä, romanttista suhdetta, joka sisältää myös seksiä, eikä sitä käsitellä erillisenä seurustelusta, tai avotai avioliitoissa elävistä pareista. Tämä on yksinkertaistus, sillä todellisuudessa jokainen päättää yhdessä kumppanin/kumppaniensa kanssa, miten suhteensa määrittelee, mitkä ovat sen pelisäännöt ja millaisia ulottuvuuksia se sisältää.

## 5 Tavoite ja tarkoitus

Opinnäytetyön tavoite on edistää nuorten, noin 18–25-vuotiaiden aikuisten seksuaaliterveyttä tuottamalla tietoa seksuaaliterveyteen vaikuttavista psykososiaalisista tekijöistä, sekä koota sosiaali- ja terveysalan työntekijää palvelevaa tietoa nuorten aikuisten seksuaaliterveyden tukemisen ja edistämisen tueksi. Työn tarkoitus on kirjallisuuskatsauksen keinoin kartoittaa, millainen merkitys psykososiaalisilla tekijöillä – identiteetillä, itsetunnolla, kehonkuvalla ja parisuhteella – on nuorten aikuisten seksuaaliterveydelle.

Edellä määriteltyjen tarkoituksen ja tavoitteen perusteella muodostettiin tämän kirjallisuuskatsauksena toteutettavan opinnäytetyön **tutkimustehtävä**. Tämän opinnäytetyön tutkimustehtävä on tarkastella ja kartoittaa identiteetin, itsetunnon, kehonkuvan ja parisuhteen yhteyttä nuorten aikuisten seksuaaliterveyteen.

## 6 Kirjallisuuskatsauksen toteuttaminen

Tässä luvussa esitellään työssä käytetty tutkimusmenetelmä, sekä raportoidaan kirjallisuuskatsauksen vaiheet aina aineiston keruusta lopullisen aineiston valintaan. Lopuksi kuvataan kirjallisuuskatsauksella löydetty aineisto ja esitellään sen analysointiin käytetty menetelmä.

### 6.1 Integroiva kirjallisuuskatsaus

Salminen (2010, 3) mainitsee viisi perustelua kirjallisuuskatsauksen tekemiselle, jotka ovat olemassa olevan teorian kehittäminen ja uuden rakentaminen, teorian arviointi, kokonaiskuvan muodostaminen asiakokonaisuudesta, ongelmien tunnistaminen ja tietyn teorian historiallisen kehityksen kuvaaminen. Tämän opinnäytetyön osalta perusteltuja syitä nimenomaan kirjallisuuskatsauksen tekemiselle ovat yllä kuvatun luokittelun valossa nimenomaan kokonaiskuvan muodostaminen ja ongelmien tunnistaminen. Kirjallisuuskatsauksen tyypit jaetaan tavallisesti kolmeen yläluokkaan, jotka ovat kuvailevat ja systemaattiset kirjallisuuskatsaukset sekä meta-analyysi (Salminen 2010, 6).

Tämän opinnäytetyön tutkimusmetodiksi valittiin integroiva kirjallisuuskatsaus. Salminen (2010, 6) määrittelee integroivan kirjallisuuskatsauksen kuvailevan kirjallisuuskatsauksen orientaatioksi, kun taas Suhonen, Axelin ja Stolt (2016, 13) luokittelevat sen systemaattisten katsauksien otsikon alle. Sekä Salminen (2010, 8) että Suhonen ja muut (2016, 3) huomauttavatkin integroivassa kirjallisuuskatsauksessa olevan piirteitä sekä kuvailevasta että systemaattisesta kirjallisuuskatsauksesta. Integroiva kirjallisuuskatsaus muistuttaa myös vaiheiltaan systemaattista katsausta. Nämä vaiheet ovat **tutkimusongelman nimeäminen, aineiston hankinta, aineiston arviointi, analyysi sekä tulkinta ja tulosten esittäminen** (Salminen 2010, 8).

Integroivalla otteella tehtävään katsaukseen on mahdollista valita eri metodein tehtyjä tutkimuksia tarkastelun kohteiksi. Valittu aineisto voi olla empiiristä tai teoreettista kirjallisuutta, mutta kysymyksenasettelusta riippuen myös molempia. Koska integroiva katsaustyyppi sallii eri metodeilla toteutettujen tutkimusten ottamisen katsauksen kohteeksi, on sen keskeinen piirre myös näiden tutkimusten tulosten synteesi (Suhonen ym. 2016, 13).

Tämän työn kannalta integroivan katsauksen valinta tutkimusmenetelmäksi on perusteltua siksi, että sen avulla on mahdollista kuvata tutkimuksen kohteena olevaa ilmiötä monipuolisesti, ja se sopii menetelmäksi, kun tarkoitus on tuottaa tietoa jo tutkitusta aiheesta (Salminen 2011, 8).

## 6.2 Aineiston hankinta

Syksyllä 2016 hakustrategiaksi asetettiin etsiä suomen- ja englanninkielisiä, tieteellisen tutkimuksen kriteerit täyttäviä aineistoja viimeisen kymmenen vuoden ajalta, mutta koska haut suoritettiin vuoden 2017 alussa, aikarajaus asetettiin vuoteen 2017, jotta uusimmatkin julkaisut pääsisivät mukaan. Tarkoituksena oli etsiä nuoria, noin 18–25-vuotiaita aikuisia käsitteleviä aineistoja, jossa tarkasteltaisiin identiteetin, itsetunnon, kehonkuvan ja parisuhteen merkitystä tämän ikäryhmän seksuaaliterveydelle. Katsaukseen voitaisiin tarvittaessa hyväksyä myös hieman vanhempia aikuisia koskevia aineistoja, jotta kokonaisaineisto ei jäisi liian suppeaksi. Mukaan ei hyväksyttäisi tutkimuksia, jonka vastaajat ovat hyvin erilaisesta kulttuurista, sillä tiedon tulisi olla hyödynnettävissä suomalaisessa sosiaali- ja terveysalan työympäristössä, ja

suhtautuminen seksuaalisuuteen vaihtelee eri kulttuurien välillä (Ilmonen & Korhonen 2015, 7). Lisäksi katsaukseen ei hyväksytä aineistoja, joissa käsitellään lääketieteellisiä tiloja tai sairauksia. Parisuhteita koskevien aineistojen osalta pois rajataan vanhemmuutta tai lapsettomuutta käsittelevät tutkimukset. Sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjä koskevat tutkimukset hyväksytään.

Taulukko 1. Sisäänotto- ja poissulkukriteerit

Sisäänottokriteerit	Poissulkukriteerit
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Käsittelee noin 18–25-nuoria aikuisia</li> <li>• Julkaistu 2006–2017</li> <li>• Seksuaaliterveydellinen näkökulma</li> <li>• Saatavilla kokotekstinä Jyväskylän ammattikorkeakoulun tai Jyväskylän yliopiston kirjastoilla</li> <li>• Suomen- tai englanninkielinen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Käsittelee selvästi nuorempaa tai selvästi vanhempaa väestöä</li> <li>• Julkaistu ennen vuotta 2006</li> <li>• Ammattikorkeakoulun opinnäytetyö tai pro gradu –työ</li> <li>• Käsittelee sairauksia tai lääketieteellisiä tiloja, vanhemmuutta tai lapsettomuutta</li> </ul>

Aineistoja haettiin neljästä sosiaali- ja terveysalan tietokannasta, jotka olivat Academic Search Elite, CINAHL, Medic ja PubMed. Tietokannat on valittu niistä sosiaali- ja terveysalan tietokannoista, joihin Jyväskylän ammattikorkeakoulun kirjasto tarjoaa käyttöoikeuden. Näistä taas on pyritty valitsemaan aihetta parhaiten palvelevat tietokannat. Ennen valintoja on tehty alustavia hakuja, joiden perusteella päädyttiin edellä mainittuihin tietokantoihin.

Integroivan kirjallisuuskatsauksen hakustrategian tulee olla täsmällinen. Sekä itse hakustrategian, että sen vaiheiden, sekä sisään- ja poissulkukriteerien selkeällä raportoinnilla voidaan ehkäistä puutteellisesta hausta ja valikoitumisharhasta aiheutuvia ongelmia. (Coughlan, Cronin & Ryan 2013, 17). Tämän kirjallisuuskatsauksen kohdalla tähän on pyritty tekemällä lukuisia harjoitushakuja kaikista tietokannoista ennen var-

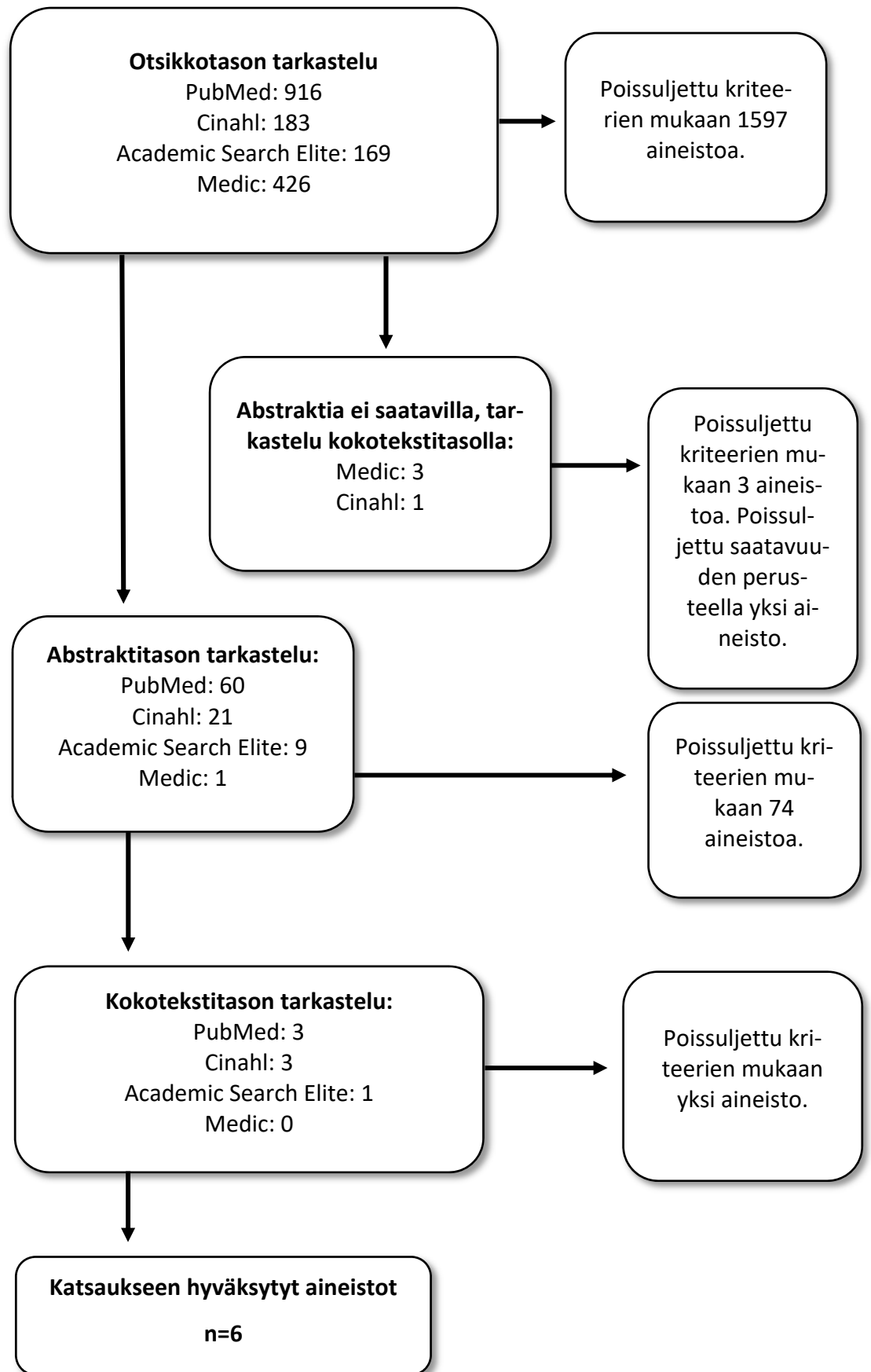


sinaisia hakuja parhaan hakustrategian sekä toimivimpien hakulausekkeiden luomiseksi. Tietokantoihin on tutustuttu ja niiden käyttöä on harjoiteltu ennen varsinaisten hakujen tekemistä. Tietokantojen käyttöön on myös saatu ohjausta Jyväskylän ammattikorkeakoulun kirjaston informaatikolta.

Kaikista tietokannoista tehtiin vapaa- ja asiasanojen yhdistelmähaku. Vapaasanoina toimivat hakua varten määritetyt käsitteet, jotka olivat *seksuaalisuus*, *seksuaaliterveys*, *nuoret aikuiset*, *identiteetti*, *itsetunto*, *kehonkuva* ja *parisuhde* sekä näiden englanninkieliset vastineet *sexuality*, *sexual health*, *young adults*, *identity*, *self-esteem*, *body image* sekä *relationship*. Vapaasanoja parhaiten vastaavat asiasanat etsittiin tietokannan käyttämästä asiasanahakemistosta. Osassa tietokannoista ei löytynyt kaikkia vapaasanoja vastaavaa asiasanaa. Hakulausekkeet pyrittiin kaikissa tietokannoissa pitämään mahdollisimman samankaltaisina. Lopulliset hakulausekkeet ja käytetyt rajoittimet on raportoitu kokonaisuudessaan liitteessä 1.

PudMedissä osumia alkuperäisellä hakulausekkeella oli erittäin runsaasti (n=1921 8.2.2017), joten joukosta päätettiin yrittää rajata sisäänotto- ja poissulkukriteerien mukaisesti katsaukseen kelpaamatonta aineistoa. Alkuperäiseen hakulausekkeeseen päätettiin yhdistää NOT-operaattorilla kuusi vapaasanaa (ks. liite 1). Rajauksen tuloksena osumien määrä pieneni merkittävästi.

Samoin Medicin kohdalla on tehty muutamia poikkeuksia. Medicissä nuoria aikuisia koskevat hakusanat jätettiin pois hakulausekkeesta, koska ne pienensivät hakutulosten määrää olennaisesti. Lisäksi päädyttiin pelkästään OR-operaattoreilla yhdistettyjen vapaa- ja asiasanojen yhdistelmähakuun. Tätä valintaa tukee myös ennen varsinaista hakua tehdyt harjoitushaut, joissa huomattiin erilaisten asiasanojen yhdistelmien lopulta pienentävän osumien määrää merkittävästi. Medicin hakulauseke tuotti paljon tuloksia, mutta ne sisälsivät hyvin vähän tämän katsauksen kannalta olennaisia aineistoja. Toisaalta väljäksi jätetty hakulauseke pienensi olennaisen materiaalin poisrajautumisen riskiä.



Kuvio 1. Aineiston hankinnan kuvaus

Kirjallisuuskatsauksen hakustrategialla löydettyjen viitteiden käsittely tapahtuu ensin otsikkotasolla, sitten abstraktitasolla ja lopulta kokotekstitasolla. Kaikissa sen vaiheissa pyritään sisäänotto- ja poissulkukriteerien ohjaamana karsimaan pois katsaukseen soveltumaton aineisto. (Niela-Vilén & Hamari 2016, 27.) Kaikki tätä katsausta varten suoritetuissa hauissa tarkasteluun löydetty otsikot (n=1694) luettiin huolellisesti läpi. Otsikkotason tarkastelun jälkeen pois karsiutui 1597 aineistoa. Jäljelle jääneet aineistot otettiin abstraktitason tarkasteluun (n=91), lukuun ottamatta niitä, joista abstraktia ei ollut saatavilla (n=4), jotka tarkasteltiin kokotekstitasolla. Näistä aineistoista yhtä ei ollut alkuperäisestä tiedosta poiketen saatavilla, joten se karsiutui saatavuuden vuoksi.

Abstraktitason tarkasteluun päätyi runsaasti aineistoja. Tähän vaikutti luultavasti se, että valtaosa otsikoista oli englanninkielisiä, joten otsikko saattoi sisältää termejä, joiden merkitys jäi vielä tässä vaiheessa epäselväksi, tai otsikoiden informatiivisuus saattoi olla kyseenalainen tai monitulkintainen. Abstraktitason tarkasteluun hyväksyttiin siten aineistoja herkästi, jotta otsikkovaiheessa ei karsiutuisi oleellista materiaalia.

Yllä kuvattua hakua täydennettiin vielä manuaalisella haulla. Aineistoa etsittiin jo valittujen aineistojen sekä muun tätä opinnäytetyötä varten luetun lähdemateriaalin lähdeluetteloista. Yksi harjoitushakujen aikana tallennettu aineisto, joka ei full text -rajoittimen vuoksi päätynyt varsinaisten hakujen tuloksiin, hyväksyttiin myös. Manuaalisen haun tuloksena katsaukseen hyväksyttiin kaksi aineistoa.

Aineisto on esitelty lyhyesti seuraavan sivun taulukossa. Aineiston tarkempi kuvaus, jossa on taulukoitu lisäksi tutkimuksen julkaisija, tutkimusmenetelmät, otannat ja keskeiset tulokset löytyvät liitteestä 3.

Taulukko 2. Katsaukseen valitut aineistot

<b>Tekijät, julkaisuvuosi, aineistotyyppi</b>	<b>Nimi</b>
Galinsky, A.M. & Sonenstein, F. L. 2011. Tutkimusartikkeli	The Association Between Developmental Assets and Sexual Enjoyment among Emerging Adults in the United States
Higgins, J. A., Mullinax, M., Trussell, J., Davidson, K. J. & Moore, N. B. 2011. Tutkimusartikkeli	Sexual Satisfaction and Sexual Health Among University Students in the United States
Hucker, A., Mussap, A. J. & McCabe, M. M. 2010. Tutkimusartikkeli	Self-concept clarity and women's sexual well-being
Maas, M. & Lefkowitz, E. 2015. Tutkimusartikkeli	Sexual esteem in emerging adulthood: Associations with sexual behavior, contraception use, and romantic relationships
Mark, K.P., Milhausen R. & Maitland, S. B. 2013. Tutkimusartikkeli	The impact of sexual compatibility on sexual and relationship satisfaction in a sample of young adult heterosexual couples
Merianos, A. L., King, K. A. & Vidourek R. A. 2013. Tutkimusartikkeli	Body Image Satisfaction and Involvement in Risky Sexual Behaviors Among University Students
Milhausen, R. R., Buchholz, A.C., Opperman, E. A. & Benson, L. E. 2015. Tutkimusartikkeli	Relationship Between Body Image, Body Composition, Sexual Functioning and Sexual Satisfaction Among Heterosexual Young Adults
Murray, S. & Milhausen, R. 2012. Tutkimusartikkeli	Factors impacting women's sexual desire: Examining long-term relationships in emerging adulthood
Pujols, Y., Seal, B. N. & Meston, C. M. 2010. Tutkimusartikkeli	The Association Between Sexual Satisfaction and Body Image in Women

### 6.3 Aineiston kuvaus

Kirjallisuuskatsauksen lopullinen aineisto koostui yhdeksästä tutkimusartikkelista. Tutkimuksissa selvitettiin seksuaalisen itsetunnon yhteyttä seksuaalikäyttäytymiseen, ehkäisyn käyttöön sekä romanttisiin ihmissuhteisiin nuorena aikuisuudessa (n=1), empatian, itsetunnon sekä autonomian yhteyttä seksuaaliseen nautintoon nuorilla aikuisilla (n=1), kehonkuvan yhteyttä seksuaaliseen tyytyväisyyteen naisilla (n=1), yliopisto-opiskelijoiden seksuaaliseen tyytyväisyyteen sekä seksuaaliterveyteen vaikuttavia tekijöitä (n=1), seksuaalisen yhteensopivuuden merkitystä parisuhdetyytyväisyyteen ja seksuaaliseen tyytyväisyyteen (n=1), naisten seksuaaliseen haluun vaikuttavia tekijöitä parisuhteessa nuorena aikuisuudessa (n=1), minäkäsityksen ja identiteetin merkitystä naisten seksuaaliselle hyvinvoinnille (n=1), kehonkuvan ja seksuaalisen riskikäyttäytymisen yhteyttä yliopisto-opiskelijoilla (n=1), sekä kehonkuvan ja kehonkoostumuksen yhteyttä seksuaaliseen tyytyväisyyteen (n=1). Tutkimukset käsitelivät siten itsetunnon, parisuhteen, kehonkuvan ja identiteetin suhdetta monipuolisesti seksuaaliterveyden eri osa-alueisiin.

Tutkimuksista kolmessa vastaajina oli ainoastaan naisia. Viidessä tutkimuksessa vastaajina oli pariskuntia (n=2) tai vastaushetkellä parisuhteessa olevia (n=3). Tutkimuksista kuudessa vastaajista joko kaikki tai merkittävä enemmistö oli heteroseksuaalisessa parisuhteessa tai heteroiksi identifioituvia, loppuissa kolmessa tutkimuksessa vastaajien seksuaalista suuntautumista ei eritelty. Yhdessä tutkimuksessa, jossa oli vastaajina sekä naisia että miehiä, ei naisten ja miesten tuloksia oltu raportoitu erikseen.

Tutkimuksista viisi oli toteutettu Yhdysvalloissa, kolme Kanadassa ja yksi Australiassa. Vastaajina painottuivat merkittävästi yliopisto-opiskelijat: tutkimuksista kolmessa vastaajat koostuivat yliopisto-opiskelijoista ja yhdessä college-opiskelijoista, ja neljässä vastaajia oli värvätty myös yliopistoilta. Vastaajien keski-ikä vaihteli välillä 18,43–26,03-vuotta. Artikkelien julkaisuvuodet vaihtelivat välillä 2010–2015, joten aineistoa voidaan pitää suhteellisen tuoreena ja ajankohtaisena.

Tutkimuksista enemmistö (n=8) oli kvantitatiivisia, mutta myös yksi kvalitatiivinen tutkimus oli mukana. Kvalitatiivisen tutkimuksen otoskoko oli 20, kvantitatiivisten

tutkimusten otoskoko vaihteli välillä 133–3237. Kaikissa tutkimuksissa arvioitiin niiden luotettavuuteen liittyviä seikkoja.

#### 6.4 Aineiston arviointi ja analysointi

Integroivaan kirjallisuuskatsaukseen liittyy oleellisesti katsaukseen valittujen aineistojen **laadun arviointi**, jossa voidaan käyttää apuna laadunarvioinnin työkaluja tai tarkistuslistoja (Sulosaari & Kajander-Unkuri 2016, 112). Eri metodeilla tehdyt tutkimukset on arvioitava käyttämällä niille sopivaa laadunarvioinnin menetelmää. Tutkimuksia voidaan arvioida tai käytetystä menetelmästä riippuen pisteyttää suhteessa niissä käytettyjen mittarien tehokkuuteen, tutkimuksen toistettavuuteen, aineiston edustavuuteen tai tutkimuksessa käytetyn teorian selkeyden ja eheyden suhteen. (Flinkman & Salanterä 2007, 93). Arviointi tehdään, jotta voitaisiin välttää virheellisesti painotuneita päätelmiä itse katsauksen tuloksissa sekä arvioida tiedon kattavuutta ja tulosten edustavuutta (Suhonen ym. 2016, 28).

Niela-Vilén & Hamari (2016, 29) toteavat, että Boothin (2012) mukaan arviointityökalujen käyttö parantaa katsauksen luotettavuutta, mutta niiden käyttö on aloittelijalle työlästä. Arviointityökalujen käyttöä harkitessa tuleekin huomioida käytettävät resurssit ja kirjallisuuskatsauksen tavoitteet (mts. 29). Tähän kirjallisuuskatsaukseen valitut tutkimusartikkelit oli julkaistu vertaisarvioituissa, tieteellisissä aikakauslehdissä, ja jokaisessa oli käsitelty luotettavuuteen liittyviä kysymyksiä. Tässä kirjallisuuskatsauksessa tavoitteena ei myöskään ollut arvioida tutkimusten näytön astetta, vaan kuvailla ja selittää käsiteltävää ilmiötä, joten perusteellisempaa laadun arviointia ei tämän tasoista kirjallisuuskatsausta varten suoritettu. Laadun arvioinnin periaatteet on kuitenkin pidetty mielessä tuloksia ja johtopäätöksiä kirjoitettaessa. Lisäksi on kiinnitetty huomiota tutkimusartikkelien omaan luotettavuuden arviointiin ja niissä esitettyihin luotettavuutta heikentäviin seikkoihin.

Integroivan kirjallisuuskatsauksen **aineiston analyysin** päämääränä on luoda käsitellystä aineistosta kokonaisvaltainen synteesi, eli laadukas ja lukijaa palveleva tiivistelmä. Aineiston analysointi on integroivan kirjallisuuskatsauksen vaiheista haastavin ja herkin erilaisille virheille. (Flinkman & Salanterä 2007, 94–95.)

Tämän kirjallisuuskatsauksen aineiston analyysi on muodostettu deduktiivisesti, eli teorialähtöisesti, jolloin analyysin luokittelu perustuu aikaisempaan teoriaan. Teorialähtöisessä aineiston analyysissä aineistosta poimitaan analyysirunkoon kuuluvat asiat. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 113.) Teorialähtöisessä sisällönanalyysissä aikaisempi tieto ohjaa kategorioiden muodostamista, ja aineistosta etsitään sisältöä näihin kategorioihin niitä kuvaavista lausumista. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 115.)

Sekä analyysirungon että sisällönanalyysin kategoriat tässä kirjallisuuskatsauksessa muodostivat tarkastelussa olleet psykososiaaliset tekijät, eli identiteetti, itsetunto, kehonkuva ja parisuhde. Ennen aineiston analysointia kaikki artikkelit luettiin huolellisesti läpi ja niistä alleviivattiin tutkimustehtävän kannalta oleelliset tiedot ja tulokset. Aineiston analysointia on havainnollistettu esimerkein seuraavalla sivulle sijaitsevassa taulukossa.

Taulukko 3. Esimerkki aineiston analysoinnista

Yläluokka	Alkuperäinen ilmaus	Pelkistetty ilmaus	Alaluokka
<b>Seksuaaliterveyteen vaikuttavat tekijät</b>	"The pattern of results is consistent with the propositions that women who possess a clear and integrated sexual identity are also more likely to achieve positive sexual self-efficacy, sexual self-esteem and sexual satisfaction."	Selkeä identiteetti lisää naisten seksuaalista tyytyväisyyttä	Identiteetti
	"Thus, among women, autonomy, empathy and self-esteem were all positively associated with all three measures of sexual enjoyment."	Hyvä itsetunto lisää seksuaalista nautintoa	Itsetunto
	"- - all subscales of BES were significantly associated with sexual satisfaction, with higher levels of body esteem related to more satisfaction. That is, the more body esteem women had for their own body parts and functions, the higher their sexual satisfaction with their partner beyond the effects of sexual functioning."	Positiivinen kehonkuva ja tyytyväisyys omaan kehoon lisäävät naisten kokema seksuaalista tyytyväisyyttä	Kehonkuva
	"- - with women who were involved in exclusive dating relationships being twice as likely as those who are not to be very physiologically satisfied (...) - - men involved in exclusive dating relationships were significantly more physiologically satisfied than were men not involved in such relationships."	Parisuhde lisää seksuaalista tyytyväisyyttä sekä miehillä että naisilla	Parisuhde



## 7 Tulokset

Tämän kirjallisuuskatsauksen tulokset esitetään luokiteltuna neljään eri kategoriaan, jotka muodostettiin tarkastelun kohteena olleiden psykososiaalisten seksuaaliterveyteen vaikuttavien tekijöiden perusteella.

### 7.1 Identiteetti

Selkeä ja integroitunut seksuaalinen identiteetti lisää naisten seksuaalista tyytyväisyyttä, mutta parantaa myös itsetuntoa ja itseluottamusta seksuaalisessa päätöksenteossa. Johdonmukainen ja vakaa minäkäsitys saattaa myös suojata riskikäyttäytymiseltä ja auttaa luomaan positiivisempaa kuvaa omasta seksuaalisuudesta. Selkeä käsitys omasta itsestä näyttäytyi merkittävänä tekijänä seksuaaliterveydelle, sillä se saattaa antaa itseluottamusta omaan päätöksentekoon sekä omien tarpeiden ja toiveiden tavoitteluun. Tutkimuksessa kuitenkin havaittiin, etteivät erilaiset seksuaali-identiteetin kriisit horjuttaneet tutkimukseen osallistuneiden naisten kokemaa seksuaalista hyvinvointia. (Hucker, Mussap & McCabe 2010, 74–75.)

Selkeä identiteetti näyttää lisäävän seksuaalista tyytyväisyyttä sekä naisilla että miehillä. Oman seksuaalisuuden hyväksyminen lisäsi sekä naisilla että miehillä heidän kokemaansa seksuaalista tyytyväisyyttä (Higging, Mullinax, Trussel, Davidson & Moore 2011, 1648–1649). Lisäksi miehet, jotka kokivat tekevänsä seksuaalisuuteen liittyviä päätöksiä, jotka perustuivat heidän omiin arvoihinsa ja ajatuksiinsa, olivat todennäköisemmin myös seksuaalisesti tyytyväisiä. Syyllisyyden tunteet taas vähensivät sekä miesten että naisten kokemaa seksuaalista tyytyväisyyttä. (Mts. 1648, 1651).

### 7.2 Itsetunto

Seksuaalinen itsetunto on yhteydessä ehkäisyn käyttöön. Miehillä, jotka eivät koskaan käyttäneet kondomia, oli korkeampi seksuaalinen itsetunto kuin kondomia käyttäneillä miehillä. Naisilla itsetunnon merkitys ehkäisyn käytölle oli puolestaan päinvastainen, sillä kondomia käyttäneillä oli korkeampi itsetunto kuin käyttämättömillä. (Maas & Lefkowitz 2015)

Seksuaalinen itsetunto on yhteydessä myös seksuaalisiin kokemuksiin, kumppanien lukumäärään ja parisuhteisiin. Useat kumppanit nostivat miesten seksuaalista itsetuntoa, ja parisuhde nosti seksuaalista itsetuntoa sekä miehillä että naisilla. Syy-seuraus-suhteesta ei kuitenkaan ole selvyttä. Seksuaaliset kokemukset ja parisuhde saattavat kohottaa seksuaalista itsetuntoa ja vahvistaa käsitystä itsestä seksuaalisena olentona, mutta parempi itsetunto saattaa myös auttaa kokemusten hankkimisessa ja kumppanin löytämisessä. (Maas & Lefkowitz 2015)

Hyvä itsetunto lisää seksuaalista tyytyväisyyttä sekä miehillä että naisilla. Miehillä korkeampi itsetunto oli yhteydessä sekä koettuun fysiologiseen, että psykologiseen seksuaaliseen tyytyväisyyteen. Naisilla parempi itsetunto ennusti psykologista tyytyväisyyttä. (Higging ym. 2011, 1648–1649.)

Itsetunnolla on yhteys myös koettuun seksuaaliseen nautintoon sekä seksuaaliseen haluun. Parempi itsetunto lisää naisten ja miesten kokemaa seksuaalista nautintoa (Galinsky & Sonenstein 2012) sekä seksuaalista halua naisilla (Murray & Milhausen 2012, 105).

### 7.3 Kehonkuva

Kehonkuva näyttää vaikuttavan koettuun seksuaaliseen tyytyväisyyteen sekä miehillä että naisilla, mutta naisten kohdalla tulokset olivat tässä kirjallisuuskatsauksessa osittain ristiriitaisia. (Milhausen, Buchholz, Opperman & Benson 2015; Pujols, Meston & Seal 2010, 7). Pujolsin ja muiden (2010) tekemässä tutkimuksessa positiivisempi kehonkuva oli yhteydessä parempaan koettuun seksuaaliseen tyytyväisyyteen. Kehonkuva vaikutti seksuaaliseen tyytyväisyyteen myös voimakkaammin kuin seksuaalinen toimintakyky (mt.). Milhausenin ja muiden (2015) tutkimuksessa, jossa kehonkuvaa ja seksuaalista tyytyväisyyttä tarkasteltiin myös suhteessa parisuhdetyytyväisyyteen, ei yhteyttä naisten kehonkuvan ja seksuaalisen tyytyväisyyden välillä enää löytynyt. Naiset ja miehet erosivat myös tässä suhteessa toisistaan, sillä miehillä kehonkuva oli merkityksellinen seksuaaliselle tyytyväisyydelle myös sen jälkeen, kun sitä tarkasteltiin suhteessa parisuhdetyytyväisyyteen (mt.)

Parisuhde ja kumppani saattavat siten olla merkittäviä tekijöitä sekä naisen kehonkuvalle, että koetulle seksuaaliselle tyytyväisyydelle. Kokemus siitä, että on kumppaninsa taholta haluttava, lisäsi myös naisten seksuaalista halua (Murray & Milhausen 2012, 106). Lisäksi naisten kokemus omasta seksuaalisesta viehättävyydestään lisää sekä seksuaalista tyytyväisyyttä (Pujols ym. 2010) että seksuaalista halua (Murray & Milhausen 2012, 106).

Huoli omasta ulkonäöstä intiimin kanssakäymisen aikana puolestaan vaikuttaa negatiivisesti seksuaaliseen tyytyväisyyteen sekä miehillä että naisilla (Milhausen ym. 2015). Negatiivisempi kehonkuva näytti naisilla myös lisäävän huolta kumppanin ajatuksista koskien heidän kehojaan, sekä lisäävän kehoon liittyviä häiritseviä ajatuksia. Näiden ajatusten esiintyvyys oli yhteydessä seksuaaliseen tyytyväisyyteen. (Pujols ym. 2010).

Yksi tutkimuksista tarkasteli kehonkuvan yhteyttä seksuaaliseen riskikäyttäytymiseen yliopisto-opiskelijoilla. Tutkimuksessa havaittiin, että kehonkuvaansa tyytyväisemmät olivat todennäköisemmin olleet yhdynnässä elämänsä aikana. Tulokset eivät sen sijaan antaneet viitteitä kehonkuvan ja seksuaalisen riskikäyttäytymisen yhteydestä. Positiivinenkaan kehonkuva ei toisaalta suojaa riskikäyttäytymiseltä, sillä epäjohtomukainen kondomin käyttö ja seksi alkoholin tai muiden päihteiden vaikutuksen alaisena oli suunnilleen yhtä yleistä kehonkuvaan tyytyväisempien ja tyytymättömämpien välillä. (Merianos, King & Vidourek 2013, 624.) Tutkimuksen tulokset antoivat kuitenkin viitteitä tarpeesta puuttua opiskelijoiden tyytymättömyyteen omaan kehoonsa sekä riskikäyttäytymisen yleisyyteen (mts. 628).

## 7.4 Parisuhde

Sekä parisuhde, tyytyväisyys parisuhteeseen, että seksuaalinen tyytyväisyys ovat kiinteästi yhteydessä toisiinsa nuorilla aikuisilla. Sekä parisuhde (Higgins ym. 2011, 1650), että tyytyväisyys parisuhteeseen (Milhausen ym. 2012) lisäävät seksuaalista tyytyväisyyttä naisilla ja miehillä. Toisaalta parisuhteessa koettu seksuaalinen tyytyväisyys on yhteydessä myös tyytyväisyyden kokemukseen koskien parisuhdetta. (Mark, Milhausen & Maitland 2013, 209.)

Markin ja muiden (2013, 209) tutkimuksessa tarkasteltiin seksuaalisen yhteensopivuuden merkitystä parisuhdetyytyväisyydelle ja seksuaaliselle tyytyväisyydelle. Parisuhteen kokema seksuaalinen yhteensopivuus nousi esiin molempien kokemaa seksuaalista tyytyväisyyttä lisäävänä tekijänä. Tutkimuksessa selvisi myös parien kokeman seksuaalisen yhteensopivuuden ennustavan seksuaalista tyytyväisyyttä paremmin kuin mitattu yhteensopivuus. (Mts. 209).

Parisuhteen vuorovaikutuksen eri elementit vaikuttavat naisten kokemaan seksuaaliseen haluun. Tärkeinä nähdään intiimi ja seksuaalinen vuorovaikutus, kuten keskustelu ja emotionaalinen läheisyys, kumppanin aloitteellisuus ja vaivannäkö sekä kumppanilta saatu tuki. (Murray & Milhausen 2012, 105)

## 8 Pohdinta

Seuraavissa luvuissa tarkastellaan kirjallisuuskatsauksen luotettavuuteen vaikuttavia seikkoja, tarkastellaan tuloksia ja esitetään niihin perustuvia johtopäätöksiä sekä tämän kirjallisuuskatsauksen perusteella nousevia jatkotutkimusaiheita.

### 8.1 Luotettavuus

Integroivaa, kuten muitakin kirjallisuuskatsauksia tehtäessä, on aineiston keruu, käytetyt hakulausekkeet ja rajoittimet raportoiva tarkasti. Lukijan pitäisi pystyä toteuttamaan samat haut ja saamaan samat lopputulokset. Lisäksi tarkka raportointi antaa lukijalle mahdollisuuden aineiston keruussa käytetyn strategian arviointiin. (Finkman & Salanterä 2007, 91.) Tämän kirjallisuuskatsauksen luotettavuutta lisää se, että aineiston keruuvaiheen raportoinnissa on menetelty edellä kuvatulla tavalla. Tehtyjä vaiheita ja valintoja on myös havainnollistettu sekä sanallisesti että kuvioin.

Flinkman ja Salanterä (2007, 91) toteavat, että ideaalitalanteessa integroivaan kirjallisuuskatsaukseen kootaan kaikki aiheita käsittelevä relevantti aineisto. Tähän pyrkivän kirjallisuuskatsauksen tekijän tulisi etsiä aineistoa sekä sähköisesti tietokannoista ja hakupalveluista, että manuaalisesti lähdeluetteloista ja lehtien sisällysluetteloista, sekä esimerkiksi verkostoitumalla muiden tutkijoiden kanssa (mt. 91). Tämän kirjallisuuskatsauksen aineistohaku on tehty sähköisistä tietokannoista ja manuaalisella

haulla, joten on mahdollista, että aivan kaikki aihetta käsittelevä relevantti aineisto ei ole päätynyt katsaukseen mukaan.

Aineiston hankintavaiheessa käytetyt hakulausekkeet tuottivat paljon osumia (n=1921), joista merkittävä osa karsiutui jo otsikon perusteella. Finkman ja Salanterä (2007, 92) toteavat, että mikäli integroivaa kirjallisuuskatsausta tehtäessä löydetty tutkimukset ovat hyvin heterogeenisiä tai eivät käsittele kiinnostuksen kohteena olevaa aihealuetta, ovat sisäänotto- ja poissulkukriteerit toimimattomia ja toisaalta niistä tehtävät johtopäätökset eivät voi olla erityisen merkittäviä ja vahvoja. Toisaalta väljät hakulausekkeet ja niillä saatu runsas osumien määrä pienensi oleellisen aineiston poisrajautumisen riskiä.

Katsaukseen on etsitty vain suomen- ja englanninkielisiä aineistoja, ja itse katsaukseen valikoitui vain englanninkielisiä aineistoja, mistä voi syntyä kieliharha (Pudas-Tähkä & Axelin 2007, 53). Kielirajauksesta johtuen pois on voinut rajautua muilla kielillä kuin suomeksi ja englanniksi julkaistuja, aiheen kannalta relevantteja aineistoja. Pudas-Tähkä ja Axelin (mts. 53) toteavat, että myös julkaisemattoman, niin kutsutun harmaan tiedon käyttö on suositeltavaa kirjallisuuskatsausta tehdessä, ja näin menettelemällä voidaan myös välttää julkaisuharha. Tämän kirjallisuuskatsauksen aineisto koostui yksinomaan julkaistuista tutkimuksista. Aineiston analyysivaiheessa löytyi myös uusi termi, *emerging adult*, joka viittaa Arnettin kehittyvän aikuisuuden teoriaan (ks. tämän opinnäytetyön s. 11), ja jonka puuttuminen hakulausekkeista on saattanut vaikuttaa hauilla löydettyihin aineistoihin.

Tämän kirjallisuuskatsauksen aineisto koostui kokonaan englanninkielisistä tutkimusartikkeleista, ja myös merkittävä osa aineiston keruuvaiheessa käsitellyistä aineistoista oli englanninkielisiä. Vieraskielisten aineistojen käsittelyyn varauduttiin päästämällä otsikkotason tarkastelussa herkästi aineistoja läpi abstraktitason tarkasteluun. Sekä otsikkojen, että abstraktien lukemiseen käytettiin runsaasti aikaa ja huolellisuutta, ja työtä tehtiin pienissä pätkissä. Suomennoksia on etsitty luotettavista lähteistä tarvittaessa.

Tämä on tekijänsä ensimmäinen kirjallisuuskatsaus. Sen toteuttaminen on vaatinut huolellisesta perehtymistä uuteen tutkimusmenetelmään ja sen periaatteisiin, mutta

kokemattomuus menetelmän käytössä heikentää silti katsauksen luotettavuutta. Lisäksi tämän kirjallisuuskatsauksen aineiston hankinnan ja mukaan otettavien sekä poissuljettavien aineistojen arvioinnin ja läpikäymisen on suorittanut vain yksi henkilö. Sulosaari ja Kajander-Unkuri (2016, 111) suosittelevat, että integroivan kirjallisuuskatsauksen aineiston keruuseen osallistuu kaksi henkilöä, sillä se parantaa tutkimuksen luotettavuutta.

Aineiston muodostaneiden tutkimusten vastaajina korostuivat opiskelijat, pohjois-amerikkalaiset ja seksuaaliselta suuntautumiseltaan heteroiksi identifioituvat tai heteroseksuaalisessa suhteessa elävät. Yksikään tutkimuksista ei käsitellyt suoraan seksuaali- tai sukupuolivähemmistöjä tai vähemmistöön kuulumisen merkitystä suhteessa tarkastelussa olleisiin seksuaaliterveyteen vaikuttaviin tekijöihin. Nämä tekijät tulee ottaa huomioon tuloksia yleistettäessä, sillä kulttuuri, seksuaali- ja sukupuoli-identiteetti ja sosioekonominen asema vaikuttavat kaikki yksilön kokemukseen hänen omasta seksuaalisuudestaan (Greenberg ym. 2016, 25).

Tätä kirjallisuuskatsausta tehdessä ja raportoidessa on noudatettu hyvää tieteellistä käytäntöä. Kirjallisuuskatsauksen kaikissa vaiheissa ja niiden raportoinnissa on pyritty rehellisyyteen, huolellisuuteen ja tarkkuuteen. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 24.)

## 8.2 Tulosten tarkastelu ja johtopäätökset

Tämän kirjallisuuskatsauksen tarkoituksena oli kartoittaa, millainen merkitys psykososiaalisilla tekijöillä on nuorten aikuisten seksuaaliterveydelle. Tavoitteena oli koota sosiaali- ja terveysalan työntekijää palvelevaa tietoa nuorten aikuisten seksuaaliterveyden edistämisen tueksi.

Tuloksista käy ilmi, että seksuaalisen tyytyväisyyden ja parisuhdetyytyväisyyden välillä on selvä positiivinen yhteys nuorilla aikuisilla. Samankaltaiseen tulokseen on päätenyt myös Kontula (2016, 102) tutkimuksessaan suomalaisista parisuhteista. Nuoret aikuiset, jotka saattavat olla ensimmäisessä pidempiaikaisessa parisuhteessaan ja vasta opettelevat parisuhdetaitoja, tarvitsevat siten myös seksuaaliterveyteen liittyvää tietoa parisuhteen vahvistamiseksi ja parisuhdeonnan turvaamiseksi.

Tulosten perusteella parisuhde myös edistää seksuaaliterveyttä ainakin lisäämällä seksuaalista tyytyväisyyttä sekä kohottamalla itsetuntoa. Tästä voitaisiinkin siis tehdä varovaisia johtopäätöksiä siitä, että nuorten aikuisten seksuaaliterveyttä edistettäessä tulisi kannustaa pidempiaikaisten, pysyvien suhteiden solmimiseen.

Ennen tällaisten johtopäätösten tekemistä on kuitenkin huomattava, että Higginssin ja muiden (2011, 1648) tutkimuksessa ilmeni, että etenkin naiset eivät pitäneet seksiä satunnaisen tuttavuuden kanssa hyväksyttävänä. Koska myös kulttuuri vaikuttaa ajatuksiin siitä, millainen seksuaalisuus on sopivaa, onkin pohdittava, liittyykö muihin seksuaalisiin suhteisiin syyllisyyttä tai häpeää, jotka sitä kautta heikentävät seksuaalista tyytyväisyyttä. Suomessa asenteet satunnaisia seksikumppaneita vaikuttavat nuorten aikuisten osalta sallivammilta, sillä noin 70 % 18–34-vuotiaista sekä miehistä että naisista oli vuonna 2007 sitä mieltä, että tilapäinenkin suhde voi olla onnellinen ja tyydyttävä. Samaan aikaan miehistä 18 % ja naisista 27 % kuitenkin allekirjoitti väitteen, että seksi ilman rakkautta on väärin. Luvut olivat korkeammat vanhemmissa väestöryhmissä. (Kontula 2013, 4.) Oikeus vapaaseen suostumukseen perustuvien suhteiden muodostamiseen on osa seksuaalioikeuksia (ks. liite 1).

Seksuaalisuuden parissa työskentelevien tulisi pyrkiä arvoneutraaliuteen ja tukea asiakkaan seksuaalista autonomiaa. Vahva seksuaalinen autonomia auttaa tekemään hyvinvointia tukevia, itselle sopivia valintoja ja vastustamaan ympäristön ja kulttuurin tuottamia paineita ja vaatimuksia. (Paalanen 2015, 53–54.) Siksi tietyn suhdemuodon esittämisessä seksuaaliterveyttä edistävänä on oltava kriittinen, sillä vertailua erityyppisten suhteiden välillä ei tässä kirjallisuuskatsauksessa käsitellyissä aineistoissa oltu tehty.

Itsetunnolla on tärkeä merkitys yksilön seksuaaliterveydelle nuorena aikuisuudessa, ja hyvä itsetunto edistääkin seksuaalista tyytyväisyyttä ja nautintoa. Miesten, joilla on hyvä itsetunto, kohdalla huolta herättävät toimintatavat, jotka voidaan nähdä seksuaalisena riskikäyttäytymisenä. Tuloksista ilmenee, että miehet, joilla on parempi itsetunto, käyttivät harvemmin kondomia ja heillä oli useampia kumppaneita. Tämän huomioiminen saattaa olla tarpeen nuorille aikuisille miehille suunnatussa seksuaalikasvatuksessa. Riskikäyttäytymisen arvioinnissa tulee kuitenkin huomioida sen taustalla vaikuttavat ajatusmallit, selitykset ja merkitykset, sillä pelkkä kumppanien luku-

määrä ei aina ole merkki riskikäytöksestä (Halonen 2015, 169). Miesten omien käsitysten tutkiminen liittyen mahdolliseen riskikäyttäytymiseen olisikin myös mielekäs jatkotutkimusaihe.

Selkeä ja integroitunut identiteetti, sekä oman seksuaalisuuden hyväksyminen näytettyvät tämän kirjallisuuskatsauksen tulosten perusteella tärkeinä seksuaaliterveyttä edistävinä tekijöinä. Nuoreen aikuisuuteen kuuluu kuitenkin tyypillisesti erilaiset identiteettikokeilut (Arnett 2007, 69), jolloin oma identiteetti saattaa olla vasta muotoutumassa ja minäkäsitys hajaantunut. Hucker ja muut (2010, 75) esittävät tutkimuksensa johtopäätöksissä, että erilaiset seksuaalisuuteen liittyvät kokeilut ja identiteetin epävarmuus koetaan yksilöstä riippuen hyvin eri tavoin riippuen siitä, mitkä ovat yksilön aiemmat uskomukset ja asenteet koskien seksuaalisuuden monimuotoisuutta ja seksuaalista käyttäytymistä. Asiallista tietoa kattavasti tarjoamalla voidaankin luoda hyvä ja varma pohja, jolle nuori aikuinen voi edelleen rakentaa omaa identiteettiään.

Vahva identiteetti myös tuki itsenäistä päätöksentekoa ja omanarvontuntoa, mikä saattaa auttaa yksilöä myös tavoittelemaan omien seksuaalioikeuksien toteutumista. Seksuaalioikeuksien toteutuminen on hyvän seksuaaliterveyden avaintekijä.

Itsetunnolla, kehonkuvalla, identiteetillä ja parisuhteella on tämän kirjallisuuskatsauksen tulosten perusteella huomattava merkitys nuorten aikuisten seksuaaliterveydelle usealla sen osa-alueella, ja tämä merkitys tulisi ottaa huomioon nuorten aikuisten seksuaalikasvatuksessa sen kaikilla tasoilla. Sosiaalialan työssä tulisi huomioida, että itsetuntoa, kehonkuvaa, identiteettiä ja parisuhdetta vahvistamalla tuetaan samalla myös yksilön seksuaaliterveyttä, joka on tärkeä osa kokonaisvaltaista hyvinvointia.

Tuloksista käy ilmi, että miehet ja naiset poikkeavat toisistaan suhteessa tarkastellussa olleiden tekijöiden merkityksessä seksuaaliterveydelle, mikä alleviivaa tarvetta sukupuolisensitiiviselle lähestymistavalle seksuaalikasvatuksessa. Tulokset naisten ja miesten välillä saattoivat olla jopa päinvastaisia. Tähän vaikuttaa osaltaan luultavasti kulttuurissamme esiintyvät sukupuolittuneet stereotyyppiä miesten ja naisten seksuaalisuudesta. Sukupuolisensitiivinen seksuaalikasvatus pyrkii aktiivisesti purkamaan



näitä stereotyyppioita. Tulevaisuudessa pitäisi pyrkiä tunnistamaan vaikuttavia tekijöitä näiden eroavaisuuksien taustalla.

Tämän kirjallisuuskatsauksen tuloksia voidaan hyödyntää sosiaali- ja terveysalan työssä, jossa ollaan tekemisissä nuorten aikuisten kanssa. Seksuaalisuus on erottamaton osa ihmisyyttä ja seksuaaliterveys merkittävä osa ihmisen kokonaisvaltaista hyvinvointia. Siitä huolimatta, ettei jokaisella sosiaali- ja terveysalalla toimivalla ole seksuaalikasvatukseen tai -neuvontaan pätevöittävä koulutusta, ovat seksuaaliterveyteen liittyvät kysymykset osa jokaisen alalla työskentelevän perustehtäviä, ja työnteelijän tulisi tarvittaessa esimerkiksi tunnistaa asiakkaan tarve tuelle ja neuvonnalle, sekä pystyä ohjaamaan oikean palvelun piiriin.

Tätä kirjallisuuskatsausta varten tehdyssä aineiston hankintaprosessissa mukaan ei löytynyt yhtään suomalaista tutkimusta. Tarve suomalaisia nuoria aikuisia käsittelevälle seksuaaliterveystutkimukselle on suuri. Lisätarve nuoria aikuisia koskevalle tiedolle on tunnustettu myös uusimmassa Seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelmassa (Edistä, ehkäise, vaikuta... 2014, 55). Koska sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjä koskevia tutkimuksia ei katsaukseen löytynyt, vaikuttaa tämän kirjallisuuskatsauksen perusteella siltä, että myös sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjä koskevalle tiedolle on tällä aihealueella tarvetta. Lisäksi, koska tässä kirjallisuuskatsauksessa tarkasteltiin vain parisuhteiden ja seksuaaliterveyden yhteyttä, muunlaisten suhteiden (kuten tilapäisten suhteiden tai monisuhteiden) merkitys seksuaaliterveydelle nousee huomionarvoiseksi jatkotutkimusaiheeksi.

Tämän kirjallisuuskatsauksen aineiston muodostaneet tutkimukset olivat heterogeenisiä ja tarkastelu kohdistui moneen eri seksuaaliterveyden osa-alueeseen. Jatkossa tutkimuksessa olisikin hedelmällistä pyrkiä kartoittamaan näiden tekijöiden merkitystä seksuaaliterveydelle kokonaisvaltaisemmin, sekä syventämään näkemystä nuorten aikuisten seksuaaliterveyteen vaikuttavista ja sille merkityksellisistä tekijöistä.

## Lähteet

- Arnett, J. 2000. Emerging Adulthood. A Theory of Development From the Late Teens Through the Twenties. *American Psychologist*, 55, 4, 469–480. Viitattu 4.5.2017. [http://www.jeffreyarnett.com/articles/ARNETT\\_Emerging\\_Adulthood\\_theory.pdf](http://www.jeffreyarnett.com/articles/ARNETT_Emerging_Adulthood_theory.pdf)
- Arnett, J. 2007. Emerging Adulthood: What Is It and What Is It Good For? *Child Development Perspectives*, 1, 2, 68–73. Viitattu 4.5.2017. [http://jeffreyarnett.com/ARNETT\\_2007\\_Emerging\\_Adulthood\\_What\\_is\\_it\\_and\\_What.pdf](http://jeffreyarnett.com/ARNETT_2007_Emerging_Adulthood_What_is_it_and_What.pdf)
- Bahmani, A. & Honkasalo, V. 2016. Kulttuurisensitiivinen sukupuoli. Monikulttuurinen sukupuolisensitiivinen työ setlementtiliikkeessä. Setlementtijulkaisuja nro 44. Vaasa: Fram. Viitattu 30.11.2016. [https://setlementti-fi-bin.directo.fi/@Bin/9859ebd56479f28bbc5b63c36891e556/1481204015/application/pdf/1372953/Kulttuurisensitiivinen\\_sukupuoli\\_WEB.PDF](https://setlementti-fi-bin.directo.fi/@Bin/9859ebd56479f28bbc5b63c36891e556/1481204015/application/pdf/1372953/Kulttuurisensitiivinen_sukupuoli_WEB.PDF)
- Bildjuschkin, K. 2015. Seksuaalikasvatus. Julkaisussa Seksuaalikasvatuksen tueksi. Toim. Bildjuschkin, K. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Työpaperi 35/2015, 13–15. Viitattu 30.11.2016. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-542-4>
- Bildjuschkin, K. & Ruuhilahti, S. 2010. Puhutaan seksuaalisuudesta. Ammatillisia kohtaantumisia sosiaali- ja hoitotyössä. Helsinki: Kotimaa/Kirjapaja.
- Cacciatore, R. 2006. Lasten ja nuorten seksuaalisuus. Julkaisussa Seksuaalisuus. Toim. Apter, D., Väisälä, L. & Kaimola, K. Helsinki: Duodecim, 205–225.
- Coughlan, M., Cronin, P. & Ryan, F. 2013. *Doing a Literature Review in Nursing, Health and Social Care*. London: SAGE Publication.
- Croll, J. 2005. Body Image and Adolescents. Julkaisussa *Guidelines for Adolescent Nutritional Services*, 155–166. Viitattu 2.5.2017. [http://www.epi.umn.edu/let/pubs/img/adol\\_ch13.pdf](http://www.epi.umn.edu/let/pubs/img/adol_ch13.pdf)
- Defining sexual health. Report of a technical consultation on sexual health 28–31 January 2002, Geneva. 2006. World Health Organization. Viitattu 26.10.2016 [http://www.who.int/reproductivehealth/publications/sexual\\_health/defining\\_sexual\\_health.pdf?ua=1](http://www.who.int/reproductivehealth/publications/sexual_health/defining_sexual_health.pdf?ua=1)
- Definition of Youth. N.d. United Nations Department of Economic and Social Affairs. PDF-dokumentti. Viitattu 4.5.2017. <http://www.un.org/esa/socdev/documents/youth/fact-sheets/youth-definition.pdf>
- Declaration of Sexual Rights. 2014. World Association for Sexual Health. Viitattu 26.10.2016 [http://www.worldsexology.org/wp-content/uploads/2013/08/declaration\\_of\\_sexual\\_rights\\_sep03\\_2014.pdf](http://www.worldsexology.org/wp-content/uploads/2013/08/declaration_of_sexual_rights_sep03_2014.pdf)
- Dunderfelt, T. 2011. Elämänkaaripsykologia. 14.–15. p. Helsinki: WSOYpro
- Edistä, ehkäise, vaikuta – seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelma 2014–2020. 2014. Toim. Klementti, R. & Raussi-Lehto, E. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino.

- Ensisynnytyksikä ja isäksi tulon ikä. N.d. Tilasto Pohjoismaisen yhteistyön verkkosivuilla. Viitattu 1.3.2017. <http://www.norden.org/fi/tietoa-pohjoismaista/gender-equality-indicators/vaestoe/hedelmäellisyyys/ensisyntytyksikae-ja-isaeksi-tulon-ikae>
- Flinkman, M. & Salanterä, S. 2007. Eri metodeilla tehdyn tutkimuksen hyödyntäminen katsauksessa. Julkaisussa Systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja sen tekeminen. Toim. Johansson, K., Axelin, A., Stolt, M. & Ääri, R-L. Turun yliopisto. Hoitotieteen laitoksen julkaisuja. Tutkimuksia ja raportteja. Sarja A51. Turku: Digipaino, 84–100.
- Greenberg, E., Bruess, C. & Oswalt, S. 2016. Exploring the Dimension of Human Sexuality. 6. p. Burlington: Jones & Bartlett Learning.
- Grogan, S. 2006. Body Image and Health. Contemporary Perspectives. Journal of Health Psychology, 11, 4, 523–530.
- Halonen, M. 2015. Nuoruusikäisen seksuaalinen riskikäyttäytyminen. Julkaisussa Seksuaalisuuden portaat. Oppaat ja käsikirjat 2015: 1. Helsinki: Opetushallitus.
- Hargreaves, D. A. & Tiggemann, M. 2006. Body Image is for Girls. A Qualitative Study of Boys' Body Image. Journal of Health Psychology, 11, 4, 567–576.
- Harter, S. 1999. The Construction of the self: a developmental perspective. New York: The Guilford Press.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15. uud. p. Helsinki: Tammi.
- Ilmonen, K. & Korhonen, E. 2015. Seksuaalioikeudet. Väestötietosarjan osa 28. Helsinki: Väestöliitto. Viitattu 17.4.2017. [http://www.vaestoliitto.fi/@Bin/5048510/va%CC%88esto%CC%88liitto\\_seksuaalioikeudet\\_web.pdf](http://www.vaestoliitto.fi/@Bin/5048510/va%CC%88esto%CC%88liitto_seksuaalioikeudet_web.pdf)
- Kallio, M. & Jussila, T. 2010. Syvyyttä seksiin. Kohti elävämpää seksuaalisuutta. Hämeenlinna: Minerva Kustannus
- Kallio, M. 2014. Varhaisen vuorovaikutuksen merkitys aikuiselämän intiimisuhteille. Julkaisussa Seksologinen aikakauskirja 1(1). Toim. Harviainen, J. T., Brusila, P., Kontula, O. & Vilka, H. Helsinki: Suomen Seksologinen Seura, 81–96. Viitattu 21.2.2017. [http://seksologinenseura.fi/tiedostot/SeksologinenAikakauskirja\\_1\(1\).pdf](http://seksologinenseura.fi/tiedostot/SeksologinenAikakauskirja_1(1).pdf)
- Keldsen, T. 2015. Yli kolmasosa suomalaisista ei ole tyytyväisiä kehoonsa. 20.8.2015. Artikkelit YouGovin verkkosivuilla. Viitattu 22.3.2017. <https://yougov.fi/news/2015/08/20/yli-kolmasosa-suomalaisista-ei-ole-tyytyvaisia-keh/>
- Kiviruusu, O. 2017. Itsetunnon kehitys nuoruudesta aikuisuuteen ja siihen vaikuttavat tekijät. 26 vuoden seurantatutkimus. Väitöskirja. Helsingin yliopisto, sosiaalitieteiden laitos. Kansanterveysratkaisut-osasto, mielenterveysyksikkö, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Valtiotieteellisen tiedekunnan julkaisuja 2017:37. Viitattu 22.3.2017. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-51-2580-4>
- Kontula, O. 2000. Seksuaaliterveyden edistäminen yksilötasolla. Julkaisussa Seksuaaliterveys Suomessa. Toim. Kontula, O. & Lottes, I. Helsinki: Tammi, 56–63.

- Kontula, O. 2013. Sukupolvet ja seksuaalisuuteen liittyvät arvot Suomessa. Väestöliiton Väestöntutkimuslaitoksen tutkimuspaperi 2013 (3). Viitattu 6.4.2017.  
[https://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/d3ffd8a2bbf65e4ad9477babff0e9b8a/1491464638/application/pdf/2307358/Ty%C3%B6paperi%203\\_Kontula.pdf](https://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/d3ffd8a2bbf65e4ad9477babff0e9b8a/1491464638/application/pdf/2307358/Ty%C3%B6paperi%203_Kontula.pdf)
- Kontula, O. 2015. Seksuaalisuus ja seksuaalinen hyvinvointi. Julkaisussa Seksuaalikasvatuksen tueksi. Toim. Bildjuschkin, K. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Työpaperi 35/2015, 116–120. Viitattu 6.4.2017. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-542-4>
- Kontula, O. 2016. Lemmen paula. Seksuaalinen hyvinvointi parisuhdeonnan avaimena. Perhebarometri 2016. Katsauksia/Väestöliitto, Väestöntutkimuslaitos. E50/2016. Helsinki: Väestöliitto.
- Korteniemi-Poikela, E. & Cacciatore, R. Seksuaalisuuden portaat. Oppaat ja käsikirjat 2015: 1. Helsinki: Opetushallitus.
- Kosunen, E. 2006. Seksuaaliterveyden edistäminen Suomessa. Muistio seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistämisen toimintaohjelmaa laativaa työryhmää varten. Stakesin työpapereita 2006/5. Helsinki: Stakes. Viitattu 6.4.2017.  
<http://www.stakes.fi/verkkajulkaisut/tyopaperit/Tp5-2006.pdf>
- L 1.4.1999/442. Laki holhustoimesta. Viitattu 4.5.2017.  
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990442>
- L 1285/2016. Nuorisolaki. Viitattu 4.5.2017.  
<http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20161285>
- Lottes, I. 2000. Uusia näkökulmia seksuaaliterveyteen. Julkaisussa Seksuaaliterveys Suomessa. Toim. Kontula, O. & Lottes, I. Helsinki: Tammi, 13–35.
- Myllyniemi, S. 2009. Taidekohtia. Nuorisobarometri 2009. Opetusministeriö, nuorisotutkimusverkosto, nuorisoasiain neuvottelukunta. Helsinki: Nuorisotutkimusseura. Viitattu 27.2.2017. [https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2013/05/Nuorisobarometri\\_2009.pdf](https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2013/05/Nuorisobarometri_2009.pdf)
- Myllyniemi, S. & Berg, P. 2013. Nuoria liikkeellä! Nuorten vapaa-aikatutkimus 2013. Nuorisoasiain neuvottelukunnan julkaisuja nro 49. Viitattu 27.2.2017.  
[https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2013/05/Nuoria\\_liikkeell%C3%A4\\_verkko.pdf](https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2013/05/Nuoria_liikkeell%C3%A4_verkko.pdf)
- Myllyniemi, S. 2014. Ihmisarvoinen nuoruus. Nuorisobarometri 2014. Opetus- ja kulttuuriministeriö, nuorisoasiain neuvottelukunta, nuorisotutkimusverkosto. Helsinki: Nuorisotutkimusseura. [https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2015/03/Nuorisobarometri\\_2014\\_web.pdf](https://tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2015/03/Nuorisobarometri_2014_web.pdf)
- Nikander, T. N.d. Viime vuosina naimisiinmenon suosio vähentynyt jyrkästi Suomessa. Artikkelit Statistics Explainedin verkkosivuilla. Viitattu 1.3.2017.  
[http://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Marriages\\_and\\_births\\_in\\_Finland/fi](http://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Marriages_and_births_in_Finland/fi)
- Nissinen, J. 2006. Seksuaalisuuden ja sukupuolikokemusten moninaisuus. Julkaisussa Seksuaalisuus. Toim. Apter, D., Väisälä, L. & Kaimola, K. Helsinki: Duodecim, 130–182.

Niela-Vilén, H. & Hamari, L. 2016. Kirjallisuuskatsauksen vaiheet. Julkaisussa Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. Turun yliopisto. Hoitotieteen laitoksen julkaisuja, tutkimuksia ja raportteja. Sarja A73. 2. korj. p. Turku: Juvenes Print., 23–34.

Oyserman, D., Elmore, K. & Smith, G. 2012. Self, Self-Concept and Identity. Julkaisussa Handbook of Self and Identity. 2. p. Toim. Leary, M. R. & Tangney, J. P. New York: The Guilford Press, 69–104.

Paalanen, T. 2015. Vapaus ja seksuaalisuus. Tutkielmia liberaalista etiikasta. Helsingin yliopisto, valtiotieteellinen tiedekunta, politiikan ja talouden tutkimuksen laitos, käytännöllinen filosofia. Helsinki: Sexpo-säätiö. Viitattu 5.4.2017.

[http://frantic.s3.amazonaws.com/sexpo/2011/12/Vapaus\\_ja\\_seksuaalisuus\\_Paalanen\\_web.pdf](http://frantic.s3.amazonaws.com/sexpo/2011/12/Vapaus_ja_seksuaalisuus_Paalanen_web.pdf)

Parisuhde. N.d. Artikkelin Mannerheimin lastensuojeluliiton Vanhempainnetissä. Viitattu 22.3.2017. [http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/vanhemman\\_hyvinvointi/parisuhde/](http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/vanhemman_hyvinvointi/parisuhde/)

Parisuhteen lähtökohtia. N.d. Artikkelin Väestöliiton verkkosivuilla. Viitattu 5.5.2017. [http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa\\_parisuhteesta/parisuhteen\\_lahtokohtia/](http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa_parisuhteesta/parisuhteen_lahtokohtia/)

Pudas-Tähkä, S-M. & Axelin, A. 2007. Systemaattisen kirjallisuuskatsauksen aiheen rajaus, halutermit ja abstraktien arviointi. Julkaisussa Systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja sen tekeminen. Toim. Johansson, K., Axelin, A., Stolt, M. & Ääri, R-L. Turun yliopisto. Hoitotieteen laitoksen julkaisuja. Tutkimuksia ja raportteja. Sarja A51. Turku: Digipaino, 46–57.

Reproductive Health. N.d. Artikkelin World Health Organizationin verkkosivuilla. Viitattu 24.2.2017. [http://www.who.int/topics/reproductive\\_health/en/](http://www.who.int/topics/reproductive_health/en/)

Ryttyläinen, K. & Valkama, S. 2010. Seksuaalisuus hoitotyössä. Helsinki: Edita.

Ryttyläinen-Korhonen, K. 2011. Mitä on seksuaalineuvonta? Julkaisussa Seksuaalineuvonnan tueksi. Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos, raportti 27/2011. Toim. Ritamo, M., Ryttyläinen-Korhonen K. & Saarinen, S. 2. uud. versio, 10–13. Viitattu 5.4.2017. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201205085325>

Salmera-Aro, K., Sortheix, F. M. & Ranta, M. 2016. Emerging adulthood in Finland. Julkaisussa Emerging adulthood in a European context. Toim. Žukauskienė, R. New York: Routledge, 138–153.

Salminen, A. 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyyppeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Vaasan yliopiston julkaisuja. Opetusjulkaisuja 62. Julkisojohtaminen 4. Viitattu 21.11.2016. [http://www.uva.fi/materiaali/pdf/isbn\\_978-952-476-349-3.pdf](http://www.uva.fi/materiaali/pdf/isbn_978-952-476-349-3.pdf)

Sateenkaarisanasto. 2016. Artikkelin Setan verkkosivuilla. Viitattu 22.3.2017. <http://seta.fi/sateenkaarisanasto/>

Schwartz, S. J., Zamboanga, B. L., Luyckx, K., Meca, A. & Ritchie, R. 2016. Identity in Emerging Adulthood: Reviewing the Field and Looking Forward. Julkaisussa The Oxford Handbook of Emerging Adulthood. Toim. Arnett, J. New York: Oxford University Press, 401–420.

Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa. Suuntaviivat poliittisille päättäjille, opetus- ja terveydenhoitoalan viranomaisille ja asiantuntijoille. 2010. Maailman terveysjärjestön (WHO) Euroopan aluetoimisto ja BZgA. Viitattu 30.11.2016. Helsinki: Valopaino. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201205085324>

Seksuaalikasvatus elämäkulussa. 2015. Artikkeliterveys ja hyvinvoinnin laitoksen verkkosivuilla. Viitattu 26.10.2016 <https://www.thl.fi/fi/web/seksuaali-ja-lisaantymisterveys/seksuaalinen-hyvinvointi/seksuaalikasvatus-elamankulussa>

Seksuaalinen hyvinvointi. 2016. Artikkeliterveys ja hyvinvoinnin laitoksen verkkosivuilla. Viitattu 26.10.2016 <https://www.thl.fi/fi/web/seksuaali-ja-lisaantymisterveys/seksuaalinen-hyvinvointi>

Seksuaalinen suuntautuminen. 2016. Artikkeliterveys ja hyvinvoinnin laitoksen verkkosivuilla. Viitattu 24.4.2017. <http://seta.fi/seksuaalinen-suuntautuminen/>

Seksuaalioikeudet. 2015. Artikkeliterveys ja hyvinvoinnin laitoksen verkkosivuilla. Viitattu 24.4.2017. <https://www.thl.fi/fi/web/seksuaali-ja-lisaantymisterveys/seksuaalinen-hyvinvointi/seksuaalioikeudet>

Seksuaalioikeuksien julistus. N.d. Seksuaaliterveyden maailmanjärjestön seksuaalioikeuksien julistuksen virallinen suomennos. Viitattu 26.10.2016. <http://www.world-sexology.org/wp-content/uploads/2013/08/DSR-Finnish.pdf>

Seksuaalisuus. 2016. Artikkeliterveys ja hyvinvoinnin laitoksen verkkosivuilla. Viitattu 24.4.2017. <https://www.thl.fi/fi/web/seksuaali-ja-lisaantymisterveys/seksuaalinen-hyvinvointi/seksuaalisuus>

Seksuaaliterveyden edistäminen. N.d. Sosiaali ja terveysministeriön verkkosivuilla. Viitattu 26.10.2016 <http://stm.fi/seksuaaliterveys>

Seurustelu. N.d. Artikkeliterveys ja hyvinvoinnin laitoksen verkkosivuilla. Viitattu 22.3.2017. <http://www.vaestoliitto.fi/nuoret/mina-ja-muut/seurustelu2/>

Shulman, S. & Connolly, J. 2016. The Challenge of Romantic Relationships in Emerging Adulthood. Julkaisussa The Oxford Handbook of Emerging Adulthood. Toim. Arnett, J. New York: Oxford University Press, 230–244.

Solmittujen avioliittojen määrä kääntyi lievästi kasvuun. 2016. Artikkelitilastokeskuksen verkkosivuilla 21.4.2016. Viitattu 1.3.2017. [http://www.stat.fi/til/ssaaty/2015/ssaaty\\_2015\\_2016-04-21\\_tie\\_001\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/ssaaty/2015/ssaaty_2015_2016-04-21_tie_001_fi.html)

Suhonen, R., Axelin, A. & Stolt, M. 2016. Erilaiset kirjallisuuskatsaukset. Julkaisussa Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. Turun yliopisto. Hoitotieteen laitoksen julkaisuja, tutkimuksia ja raportteja. Sarja A73. 2. korj. p. Turku: Juvenes Print, 7–22.

Sukupuolisensitiivinen tyttö- ja poikatyö. N.d. Dokumentti Helsingin Tyttöjen Talon verkkosivuilla. Ladattu ja viitattu 5.12.2016. <http://www.tyttojentalo.fi/sukupuolisensitiivisyys>

Sukupuolisensitiivisyys. N.d. Setlementtiliiton verkkosivuilla. Viitattu 5.12.2016. <http://www.setlementti.fi/sukupuolisensitiivisyys/sukupuolisensitiivisyys3/>

- Sulosaari, V. & Kajander-Unkuri, S. 2016. Integroitu kirjallisuuskatsaus. Julkaisussa Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. Turun yliopisto. Hoitotieteen laitoksen julkaisuja, tutkimuksia ja raportteja. Sarja A73. 2. korj. p. Turku: Juvenes Print, 107–117.
- Tiggemann, M. 2004. Body image across the adult life span: stability and change. *Body Image*, 1, 29–41.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Ylitalo-Mäntylä, O. 2012. Sukupuolittuneet käytännöt varhaiskasvatuksessa. Julkaisussa Villit ja kiltit. Tasa-arvoista kasvatusta tytöille ja pojille. Juva: PS-kustannus, 15–29.
- Åberg, R. 2010. Näin saavutat hyvän seksuaalisen itsetunnon. Artikkelit Väestöliiton verkkosivuilla. Viitattu 22.3.2017. <http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/ajankoh-taista/?x219373=805946>
- Äidit tilastoissa 2016. N.d. Artikkelit Tilastokeskuksen verkkosivuilla. Viitattu 1.3.2017. [http://tilastokeskus.fi/tup/tilastokirjasto/aidit\\_tilastoissa\\_2016.html](http://tilastokeskus.fi/tup/tilastokirjasto/aidit_tilastoissa_2016.html)

## Liitteet

### Liite 1. Seksuaalioikeudet

1. Oikeus tasa-arvoon ja syrjimättömyyteen
2. Oikeus elämään, vapauteen ja henkilökohtaiseen turvallisuuteen
3. Oikeus itsemääräämiseen ja keholliseen koskemattomuuteen
4. Oikeus vapauteen kidutuksesta ja julmasta, epäinhimillisestä tai alentavasta kohtelusta tai rangaistuksesta
5. Oikeus vapauteen kaikista väkivallan ja pakottamisen muodoista
6. Oikeus yksityisyyteen
7. Oikeus parhaimpaan saavutettavissa olevaan terveydentilaan sisältäen seksuaaliterveyden, johon kuuluu mahdollisuus nautinnollisiin, tyydyttäviin ja turvallisiin seksuaalisiin kokemuksiin
8. Oikeus nauttia tieteen edistyksen ja sen soveltamisen eduista
9. Oikeus tietoon
10. Oikeus saada opetusta ja kokonaisvaltaista seksuaalikasvatusta
11. Oikeus solmia, muodostaa ja purkaa avioliitto ja vastaavanlaisia ihmissuhteita, jotka perustuvat yhdenvertaisuuteen sekä täyteen ja vapaaseen suostumukseen
12. Oikeus päättää lasten hankinnasta, lapsiluvusta ja lasten ajoituksesta, sekä saada tietoa ja keinoja perhesuunnitteluun
13. Oikeus ajatuksen, mielipiteen ja ilmaisun vapauteen
14. Oikeus rauhanomaiseen kokoontumis- ja yhdistymisvapauteen
15. Oikeus osallistua julkiseen ja poliittiseen toimintaan
16. Oikeus hakea oikeutta, oikaisua ja hyvitystä

(Seksuaalioikeuksien julistus, n.d.)



## Liite 2. Hakulausekkeet

Tietokanta	Hakulauseke	Osumat ja päivämäärä	Rajoittimet
Pubmed	("Sexuality"[Mesh] OR "Reproductive Health"[Mesh] OR sexuality OR sexual health*) AND ("Young Adult"[Mesh] OR young adult*) AND ("Body Image"[Mesh] OR "Interpersonal Relations"[Mesh] OR body image* OR relationship* OR self esteem* OR "Spouses"[Mesh] OR "Self Concept"[Mesh] OR identit*) NOT (cancer OR hiv OR aids OR injur* OR autism* OR disablit*)	916 8.2.2017	Julkaisuaika 2006-2017, kokoteksti
Cinahl	( (MH "Sexuality") OR (MH "Sexual Health") OR sexualit* OR "sexual health" ) AND ( (MH "Young Adult") OR "young adult*" ) AND ( (MH "Interpersonal Relations") OR (MH "Dating") OR (MH "Body Image") OR (MH "Self Concept") OR "body image" OR "self esteem" OR relationship* OR identit* )	183 6.2.2017	Julkaisuaika 2006-2017, kokoteksti
Academic Seach Elite	( DE "HUMAN sexuality" OR DE "SEXUAL health" OR sexuality* OR "sexual health" ) AND ( DE "YOUNG adults" OR DE "YOUNG adults -- Sexual behavior" OR	169 6.2.2017	Julkaisuaika 2006-2017, kokoteksti, vertaisarvioitu

	"young adult*" ) AND ( DE "BODY image" OR DE "SELF-esteem" OR DE "SELF-esteem in young adults" OR DE "IDENTITY (Psychology)" OR DE "DATING (Social customs)" OR DE "INTERPERSONAL relations" OR "body image" OR "self esteem" OR relationship* OR identit* )		
Medic	ruumiinkuv* OR parisuh* OR itsetunt* OR identit* OR kehonkuv* OR "body image" OR "self esteem" OR seksuaali* OR "Body Image" OR "Self Efficacy" OR "Sexuality"	426 6.2.2017	Julkaisuaika 2006-2017, kielinä suomi tai englanti

## Liite 3. Taulukko analysoiduista tutkimuksista

Tekijät, nimi, julkaisu vuosi ja julkaisija	Tutkimuksen tarkoitus	Aineisto ja menetelmät	Keskeiset tulokset
<p>Galinsky, A.M. &amp; Sonenstein, F. L. 2011</p> <p>The association between developmental assets and sexual enjoyment among emerging adults in the United States</p> <p>Journal of Adolescent Health, 48, 6, 610-615.</p>	<p>Tutkimuksen tarkoitus oli tarkastella yhteyttä kolmen kehityksen voimavaran – empatian, autonomian ja itsetunnon – ja seksuaalisen nautinnon välillä nuorilla aikuisilla.</p>	<p>Haastattelu. Haastattelijana toimi ihminen ja tietokone. Lopullisessa otoksessa vastaajien lukumäärä oli 3237. Vastaajien keski-ikä oli 22 vuotta ja vastaajien tuli olla heteroseksuaalisessa parisuhteessa. Naisia vastaajista oli 58,6%.</p> <p>Logistic and ordered logistic regression.</p>	<p>Kaikilla tarkastelluilla kehityksen voimavaroilla oli yhteys seksuaaliseen nautintoon, mutta yhteys oli vahvempi naisilla kuin miehillä. Miesten itsetunto oli keskimäärin naisia korkeampi. Itsetunnolla oli positiivinen yhteys koettuun seksuaaliseen nautintoon.</p>
<p>Higgins, J. A., Mullinax, M., Trussell, J., Davidson, K. J. &amp; Moore, N. B. 2011.</p> <p>Sexual satisfaction and sexual health among university students in the United States</p> <p>American Journal of Public Health, 11, 9, 1643-1654.</p>	<p>Tutkimuksen tarkoitus oli selvittää seksuaaliseen tyytyväisyyteen vaikuttavia tekijöitä yliopisto-opiskelijoilla, tehdä vertailua nuorten ja aikuisten, sekä miesten ja naisten välillä seksuaalisessa tyytyväisyydessä, sekä tutkia, lisääkö ehkäisyn käyttö seksuaalista tyytyväisyyttä.</p>	<p>Kyselytutkimus. Lopullisessa otoksessa vastaajina 2168 opiskelijaa, joista 1351 naisia ja 847 miehiä, vastaajien keski-ikä 20,2 vuotta. Lopullisessa otoksessa oli vain heteroiksi identifioituneita.</p> <p>Separate multivariate logistic regression analysis.</p>	<p>Parisuhteessa oleminen lisäsi sekä miesten että naisten seksuaalista tyytyväisyyttä. Korkeampi itsetunto lisäsi seksuaalista tyytyväisyyttä sekä miehillä että naisilla. Positiivinen käsitys omasta seksuaalisuudesta, vahva itsetunto, parisuhde ja riittävän vilkas seksielämä nousivat myös esiin vastaajien seksuaalista tyytyväisyyttä lisäävinä tekijöinä.</p>

<p>Hucker, A., Mussap, A. J. &amp; McCabe, M. M. 2010.</p> <p>Self-concept clarity and women's sexual well-being</p> <p>The Canadian Journal of Human Sexuality, 19, 3, 67-77.</p>	<p>Tutkimuksen tarkoitus oli tutkia minäkäsityksen roolia naisten seksuaaliselle hyvinvoinnille.</p>	<p>Verkkokysely. Vastaajina 261 naista, joiden ikä vaihteli välillä 18-67 keski-ikä ollessa 25,8 vuotta. 91 % naisista kertoi, etteivät olleet koskaan olleet seksuaalisessa suhteessa miehen kanssa ja 9 % ei ollut koskaan ollut seksuaalisessa suhteessa.</p> <p>Mediation analysis.</p>	<p>Selkeä minäkäsitys ja integroitunut seksuaalinen identiteetti olivat yhteydessä itsetuntoon, itseluottamukseen omassa seksuaalisessa toimijuudessa sekä seksuaaliseen tyytyväisyyteen. Laajemmin tulokset antoivat viitteitä identiteetin ja sisäisten tekijöiden huomioon tärkeydestä naisille suunnatussa seksuaalikasvatuksessa.</p>
<p>Maas, M. &amp; Lefkowitz, E. 2015.</p> <p>Sexual esteem in emerging adulthood: Associations with sexual behavior, contraception use, and romantic relationships</p> <p>The Journal of Sex Research, 52, 7, 795-806.</p>	<p>Tutkimuksen tarkoitus oli tutkia seksuaalisen itsetunnon yhteyttä seksuaalikäyttämiseen, ehkäisyn käyttöön ja romanttisiin ihmissuhteisiin.</p>	<p>Verkkokysely. Yhden lukuvuoden mittainen pitkittäistutkimus, osallistujat vastasivat kyselyyn ensimmäisen ja viidennen jakson aikana. Otoskoko oli 518. Vastaajat olivat ensimmäisen vuoden college-opiskelijoita, joiden keski-ikä oli 18,43 tutkimuksen alussa. 56% vastaajista oli naisia, heteroseksuaaleja 97,7%.</p> <p>Linear regression models.</p>	<p>Parisuhteessa oleminen, sekä useammat suutelu- ja suuseksipartnerit olivat sekä naisilla että miehillä yhteydessä korkeampaan seksuaaliseen itsetuntoon. Miehillä myös useammat yhdyntäkumppanit olivat yhteydessä parempaan seksuaaliseen itsetuntoon. Ehkäisyn käyttämättä jättäminen oli miehillä yhteydessä parempaan seksuaaliseen itsetuntoon ja naisilla heikompaan seksuaaliseen itsetuntoon.</p>
<p>Mark, K.P., Milhausen R. &amp; Maitland, S. B. 2013.</p> <p>The Impact of Sexual Compatibility on Sexual and Relationship Satisfaction in a Sample of Young Adult Heterosexual Couples</p> <p>Sexual and Relationship Therapy, 28, 3, 201-214.</p>	<p>Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää seksuaalisen yhteensopivuuden ja koetun seksuaalisen yhteensopivuuden vaikutusta seksuaaliseen tyytyväisyyteen ja parisuhdetyytyväisyyteen heteroparikunnilla.</p>	<p>Verkkopohjainen kyselylomake. Vastaajina 133 pariskuntaa, jotka olivat olleet yhdessä minimissään 12 kuukautta, ja molemmat osapuolet vastasivat kyselyyn erikseen. Naisten ikä vaihteli välillä 19-37 keski-ikä ollessa 21,87 vuotta, miehillä vastaavat luvut olivat 19-41 ja 23,04 vuotta.</p> <p>Regressioanalyysi.</p>	<p>Seksuaalinen tyytyväisyys ennusti tyytyväisyyttä parisuhteeseen. Parisuhteen toisen osapuolen tyytyväisyys ennusti myös toisen osapuolen tyytyväisyyttä. Seksuaalinen yhteensopivuus ennusti seksuaalista tyytyväisyyttä. Koettu seksuaalinen yhteensopivuus ennusti mitattua seksuaalista yhteensopivuutta paremmin tyytyväisyyttä parisuhteeseen.</p>

<p>Merianos, A. L., King, K. A. &amp; Vidourek R. A. 2013.</p> <p>Body Image Satisfaction and Involvement in Risky Sexual Behaviors Among University Students</p> <p>Sexuality and Culture, 17, 4, 617-630.</p>	<p>Tutkimuksen tarkoitus oli selvittää kehonkuvan vaikutusta seksuaaliseen riskikäyttäytymiseen yliopisto-opiskelijoilla</p>	<p>Kysely, johon vastasi 465 opiskelijaa, joista 64,9 % oli naisia. Vastajien keski-ikä oli 21,62 vuotta. Vastajista 43,4 % oli parisuhteessa, 49,1 % sinkkuja, 7,6 % kihloissa tai naimisissa. 53,8 % vastajista oli tyytymättömiä kehoonsa, 78,9 % vastajista oli ollut yhdynnässä elämänsä aikana.</p> <p>Aineisto analysoitu käyttämällä Statistical Package for Social Sciences (SPSS) -ohjelmaa.</p>	<p>Yhdynnässä olleista 80 % oli ollut yhdynnässä ilman kondomia, 76 % alkoholin vaikutuksen alaisena ja 21 % laittomien päihteiden vaikutuksen alaisena. Kehonkuvaansa tyytyväisemmät olivat todennäköisemmin olleet yhdynnässä. Kehonkuva ei vaikuttanut riskikäyttäytymiseen, vaan vastajien todennäköisyys riskikäyttäytymiselle oli suunnilleen yhtä suuri kehonkuvaansa tyytyväisempien sekä tyytymättömämpien välillä.</p>
<p>Milhausen, R. R., Buchholz, A.C., Opperman, E. A. &amp; Benson, L. E. 2015.</p> <p>Relationship Between Body Image, Body Composition, Sexual Functioning and Sexual Satisfaction Among Heterosexual Young Adults</p> <p>Archieve of Sexual Behavior, 44, 6, 1621-1633.</p>	<p>Tutkimuksen tarkoitus oli selvittää kehonkuvan, kehonkoostumuksen yhteyttä seksuaaliseen toimintakykyyn, seksuaaliseen tyytyväisyyteen sekä suhteessa parisuhdetyytyväisyyteen.</p>	<p>Kyselylomake, johon vastasi 143 18-25-vuotiasta. Vastajien keski-ikä oli 21,4 vuotta, heidän tuli olla heteroseksuaalisessa parisuhteessa ja heidän tuli olla ollut yhdynnässä vähintään kerran viimeisen kuukauden aikana. Vastajista 75 oli naisia ja 68 miehiä. Kehonkoostumuksen mittaamiseen käytettiin röntgeniä.</p>	<p>Miehillä positiivinen kehonkuva oli yhteydessä parempaan seksuaaliseen tyytyväisyyteen sekä seksuaaliseen toimintakykyyn. Naisilla kehonkuva ei ennustanut seksuaalista tyytyväisyyttä enää sen jälkeen, kun sitä tarkasteltiin suhteessa parisuhdetyytyväisyyteen. Miehillä seksuaalista tyytyväisyyttä ennusti parhaiten parisuhdetyytyväisyys, seksuaalisen toimintakyvyn merkityksen ollessa vähäisempi. Naisilla sekä parisuhdetyytyväisyys että seksuaalinen toimintakyky olivat yhteydessä seksuaaliseen tyytyväisyyteen.</p>

<p>Murray, S. &amp; Milhausen, R. 2012.</p> <p>Factors impacting women's sexual desire: Examining long-term relationships in emerging adulthood</p> <p>The Canadian Journal of Human Sexuality, 21, 2, 101-115.</p>	<p>Tutkimuksen tarkoitus oli selvittää, mitkä tekijät vaikuttavat seksuaaliseen haluun nuorilla naisilla pidemmissä parisuhteissa. Tutkimuksessa haluttiin saada selville sekä tekijöitä, jotka lisäävät halua, että tekijöitä, jotka vähentävät sitä.</p>	<p>Puolistrukturoitu teema-haastattelu. Haastattelut olivat kaksikymmentä 21-29-vuotiasta (keski-ikä 24,25) naista, joiden nykyinen parisuhde oli kestänyt vähintään 30 kuukautta.</p> <p>Grounded theory methodology.</p>	<p>Haastattelujen perusteella muodostetut teemat olivat henkilökohtaiset tekijät, parisuhdetekijät, kumppaniin liittyvät tekijät sekä ulkoiset tekijät. Merkittävimmät haluun vaikuttavat tekijät olivat energiataso, itsensä kokeminen seksikkääksi, koettu fyysinen vetovoima kumppania kohtaan, kumppanin aloitteellisuus, intiimi kommunikointi, elämänsiirtymät sekä raskauden mahdollisuus.</p>
<p>Pujols, Y., Seal, B. N. &amp; Mes-ton, C. M. 2010.</p> <p>The association between sexual satisfaction and body image in women</p> <p>The Journal of Sexual Medicine, 7, 2, 905-916.</p>	<p>Tutkimuksen tarkoituksena oli tutkia yhteyttä seksuaalisen tyytyväisyyden ja kehonkuvan välillä nuorilla naisilla.</p>	<p>Verkkopohjainen kyselylomake. 154 vastaajaa, joiden ikä vaihteli välillä 18-49 keski-ikä ollessa 26,03-vuotta, ja jotka tutkimukseen osallistuesaan olivat parisuhteessa. 38 naista ilmoitti heillä olevan jokin lääketieteellinen sairaus tai psyykinen ongelma.</p> <p>Regressioanalyysi.</p>	<p>Kehonkuvalla oli merkittävä vaikutus naisten seksuaaliseen tyytyväisyyteen. Mitatuista kehonkuvan osa-alueista (huoli painosta, fyysinen terveydentila, seksuaalinen viehättävyys) kaikki olivat yhteydessä seksuaaliseen tyytyväisyyteen positiivisemmän kehonkuvan ennustaessa parempaa tyytyväisyyttä. Vahvin yhteys seksuaaliseen tyytyväisyyteen oli seksuaalisella viehättävyydellä. Ulkonäköön liittyvät ajatukset seksuaalisen toiminnan aikana vaikuttivat negatiivisesti seksuaaliseen tyytyväisyyteen. Ahdistus omista seksuaalisista vaikeuksista ja kumppanin havainnoista koskien näitä vaikeuksia vaikuttivat negatiivisesti kehonkuvaan.</p>