

SEKSUAALIKASVATUS LASTENKODEISSA

Anna Repo

Marika Siivonen

Erika Tiilimaa

Opinnäytetyö, kevät 2015

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Hoitotyön koulutusohjelma

Sairaanhoitaja (AMK)

TIIVISTELMÄ

Repo, Anna; Siivonen, Marika & Tiilimaa, Erika. Seksuaalikasvatus lastenkodeissa. Diak, Helsinki, kevät 2015, sivumäärä 91, liitteitä 5.

Diakonia-ammattikorkeakoulu, Hoitotyön koulutusohjelma, Sairaanhoidaja (AMK).

Opinnäytetyönä tuotimme Pelastakaa lapset ry:n kahden lastenkodin henkilökunnan käyttöön oppaan seksuaalikasvatuksesta. Tavoitteenamme oli parantaa seksuaalikasvatuksen määrää ja laatua lastenkodeissa sekä luoda apukeino seksuaalisuudesta keskustelun tueksi. Tavoitteena oli lisätä ohjaajien tietoisuutta seksuaalikasvatuksen merkittävydestä, sekä ohjauksen laatuun vaikuttavista tekijöistä, jotta heillä olisi paremmat edellytykset toteuttaa seksuaalikasvatusta. Yhteistyökumppanit toivat esille seksuaalikasvatuksen materiaalin vähäisyyden ja toivoivat materiaalia laadukkaan seksuaaliohjauksen toteuttamiseen.

Materiaali sisältää tietoa seksuaalisuuden eri ulottuvuuksista, lasten ja nuorten seksuaalisesta kehityksestä sekä ohjausmateriaalia aikuisille seksuaalikasvatuksen tarjoamiseen. Liitteinä on lasten ja nuorten kanssa yhdessä pohdittavia ja heille kerrottavia asioita sekä tehtäviä.

Seksuaalisuudesta keskusteleminen ja siihen liittyvä ohjaus on haastavaa, sillä seksuaalisuus koetaan usein henkilökohtaiseksi. Produkti sisältää tietoa lasten ja nuorten ohjaamisesta erilaisissa tilanteissa. Produktissa on ohjeita, miten ottaa puheeksi seksuaalisuus lasten ja nuorten kanssa sekä mitä lasten ja nuorten tulisi tietää seksuaalisuudesta eri-ikäisinä.

Avainsanat: lastensuojelu, peruskouluikäisen lapsen kehitys, seksuaalisuus, lasten ja nuorten ohjaus

ABSTRACT

Repo, Anna; Siivonen, Marika and Tiilimaa, Erika.

Sexual education in child care institutions. 91p, 5 appendices.

Language Finnish. Helsinki, spring 2015.

Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Nursing, Option in Nursing. Degree: Nurse.

The purpose of this thesis was to provide material on sexual education for the staff. The first goal was to improve quality and quantity of sexual education in child care institutions and also to provide a helpful resource to support discussion about sexuality. Another aim was to increase the awareness of importance of sexual education among the staff of children's homes, and also to improve quality-affecting factors of children's mentoring, so that children's mentors have better means to carry out sexual education. The co-operation partner Pelastakaa lapset ry brought up the scarceness of sexual education materials available and hoped for more resources for executing high-quality sexual education.

The final production is meant for the staff of the two child care institutions of Pelastakaa lapset ry. The product includes information and advice on different dimensions of sexuality. It contains information on children's and young adults' sexual development and guidance for adults on sexual education. The appendices included thoughts and exercises meant to be done with children and youngsters.

Talking about sexuality and sexuality tutelage is sometimes difficult, because sexuality is often perceived as a personal matter. The product contains information on guiding children and young adults in different situations. The guidebook offers advice on how to bring up a topic of sexuality to the young and what children need to know about sexuality at different ages.

Keywords: child welfare, development of elementary school-aged child, sexuality, children and young adults' mentoring

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ	2
ABSTRACT	3
1 JOHDANTO	6
2 TARKOITUS JA TAVOITTEET	8
3 PRODUKTIN TOTEUTUS.....	9
3.1 Toimintaympäristö	10
3.2 Tiedonkeruu tuotteisiin.....	14
4 PROSESSIN KULKU	16
4.1 Eettisyys ja luotettavuus.....	17
4.2 Ammatillinen kasvu	18
4.3 Jatkoaiheet.....	19
4.4 Arviointi ja palaute	20
LÄHTEET.....	21
LIITE 1: OPAS SEKSUAALIKASVATUKSESTA.....	22
OPAS SEKSUAALIKASVATUKSESTA	22
1 PERUSKOULUIKÄISEN LAPSEN KEHITYS.....	25
2 SEKSUAALISUUS	30
2.1 Seksuaalisen suuntautumisen ja sukupuolen monimuotoisuus....	30
2.2 Seksuaaliterveys	33
2.3 Seksuaalisuuden kehitys.....	34
2.4 Seksuaalisuuden portaat toiminnallisena harjoituksena	39
2.5 Seksuaalioikeudet	40
2.6 Seksuaalisuus eri kulttuureissa	41
2.7 Seksuaalisuus mediassa.....	44

3 SEKSUAALIKASVATUS.....	47
3.1 Turvataitokasvatus.....	49
3.2 Seksuaalinen hyväksikäyttö.....	50
3.3 Lasten itsetyydytys.....	52
3.4 Ehkäisymenetelmät.....	53
3.5 Sukupuolitaudit.....	55
3.6 Raskaus.....	57
4 LASTEN JA NUORTEN OHJAUS.....	59
4.1 Ohjauksen eettiset periaatteet.....	59
4.2 Ryhmäohjaus.....	59
4.3 Yksilöohjaus.....	61
5 NUOREN SEKSUAALISUUDEN AMMATILLINEN KOHTAAMINEN.....	62
5.1 Minä seksuaalikasvattajana.....	64
5.2 Puheeksi ottaminen.....	65
LÄHTEET.....	67
LIITE 1: KERRO AINAKIN NÄMÄ.....	73
LIITE 2: KIPERIÄ KYSYMYKSIÄ JA VASTAUKSIA.....	75
LIITE 3: TEHTÄVIÄ TURVATAITOKASVATUKSEN TUEKSI.....	78
LIITE 4: VÄESTÖLIITON (2015, B) SEKSIMITTARI.....	83
LIITE 5: HYÖDYLLISIÄ NETTISIVUSTOJA JA PUHELINNUMEROITA.....	91

1 JOHDANTO

Opinnäytetyössämme käsittelemme lasten ja nuorten seksuaalisuutta. Yhteistyökumppaneina ovat kaksi Pelastakaa Lapset ry:n lastenkotia: Pärskä ja Tyrsky. Seksuaalikasvatus ja sen merkitys lapsuudesta aikuisuuteen on yhä tärkeämpi aihe tulevaisuudessa. Aihe on nostettu esille, koska vuoden 2013 Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen kouluterveyskyselyn mukaan nuorten tiedot seksuaaliterveydestä ovat heikentyneet vuoden 2008 jälkeen kaikilla opiskeluasteilla ja molemmilla sukupuolilla. Vuonna 2013 tehdyn kyselyn mukaan hyvät tiedot seksuaaliterveydestä oli peruskoulun tytöistä vain 20 prosentilla ja pojista 13 prosentilla. (Klemetti & Raussi-Lehto 2013.)

Lasten ja nuorten tietämykseen seksuaaliterveydestä tullaan tulevaisuudessa kiinnittämään enemmän huomiota. Uudessa seksuaaliterveyden toimintaohjelmassa 2014–2020 yhtenä painopisteenä ovat lapset ja nuoret. Toimintaohjelmassa tavoitteina on vuoteen 2020 mennessä parantaa väestön seksuaaliterveystietoutta ja lisätä koulujen opetussuunnitelmiin terveystietoa nykyistä laajemmin. (Klemetti & Raussi-Lehto 2013.) Kouluissa opiskellaan terveystiedon tunneilla perusasiat seksuaalisuudesta, mutta oppi jää pinnalliseksi. Kouluopetuksen lisäksi huoltajien tulisi antaa yksilöllistä ohjausta oman lapsen tai nuoren tarpeisiin.

Seksuaalisuuden käsittely vaatii luottamusta. Kenelle uskallan kertoa ja keneltä voin kysyä vaikeista ja kiusallisista asioista? Seksuaalikasvatusta on annettava ammattitaitoisesti ja aiheen tärkeyttä korostaen. Jokaisella lapsella ja nuorella olisi hyvä olla ainakin yksi vanhempi henkilö, jolle uskalletaan kertoa asioita. Lastensuojelun laitoshoidossa jokaisella lapsella on omahoitaja, ja olisi toivottavaa, että suhde lapsen ja omahoitajan välillä olisi tiivis. Seksuaalisuuden käsittely vaatii luottamusta, ja siksi onkin tärkeää huomioida omahoitajan rooli seksuaalikasvatuksessa.

Kävimme tutustumassa opinnäytetyömme yhteistyötahoihin lastenkoti Pärskeeseen ja Tyrskyyn. Haastatteleamalla lastenkoti Pärskeen työntekijää saimme selville, että lastenkodeilla on materiaalia seksuaalikasvatuksesta hyvin vähän. Lastenkotien työntekijät toivoivat meidän tekevän aiheesta opinnäytetyönä aineiston, jonka avulla he voisivat käsitellä seksuaalisuuteen liittyviä asioita lasten ja nuorten kanssa. Teimme yhteistyökumppaniemme kanssa tiivistä yhteistyötä, jotta opinnäytetyömme vastasi heidän tarpeitaan. Opinnäytetyömme on produkti, jonka tavoitteena oli luoda lastenkotien henkilökunnalle materiaalia seksuaalikasvatukseen. Työmme tuotos on kirjallinen informaatiopaketti, joka tulee lastenkotien käyttöön.

Opinnäytetyömme rakenne on yleislinjoista poikkeava. Päädyimme ratkaisuun yhteistyössä ohjaajien kanssa. Työssä esittelemme ensiksi tarkoituksen ja tavoitteet, jonka jälkeen kerromme produktin toteutuksesta, toimintaympäristöstä ja tiedonkeruusta. Pohdinnassa kuvaamme prosessin kulkua aiheen valinnasta opinnäytetyön julkistamiseen saakka. Esittelemme työn eettisyyden, luotettavuuden, jatkoaiheet sekä oman ammatillisen kasvumme.

Näistä lähtökohdista pääsemme työn varsinaiseen produktiin eli Seksuaalikasvatuksen oppaaseen. Oppaassa esitellään peruskouluikäisen lapsen fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista kehitystä, josta jatketaan lasten ja nuorten seksuaaliseen kehitykseen portaiden avulla. Portailta siirrytään seksuaalikasvatuksen pariin. Oppaassa käsitellään niin positiivista seksuaalikasvatusta kuin seksuaalisuuden negatiivisia puolia. Seksuaalisuudesta keskusteleminen on usein haastavaa, koska ihmiset ajattelevat seksuaalisuuden olevan henkilökohtaista. Oppaassa esitellään neuvoja seksuaalisuudesta keskustelemiseen sekä tapoja seksuaalisuuden ammatilliseen kohtaamiseen. Liitteinä on lasten ja nuorten kanssa yhdessä pohdittavia ja heille kerrottavia asioita sekä tehtäviä.

2 TARKOITUS JA TAVOITTEET

Opinnäytetyössä tuotimme lastenkotien työntekijöille materiaalia, jonka avulla he voivat tarjota lapsille ja nuorille seksuaalikasvatusta. Opinnäytetyö on apukeino seksuaalisuudesta keskustelun tueksi. Opinnäytetyössä esittelimme erilaisia tapoja käsitellä seksuaalisuutta lasten ja nuorten kanssa sekä kerroimme esimerkkejä, miten vastata lapsille ja nuorille seksuaalisuuteen liittyviin kysymyksiin. Tavoitteena oli parantaa seksuaalikasvatuksen määrää ja laatua yhteistyökumppaneina toimivissa lastenkodeissa. Tavoitteena oli myös lisätä ohjaajien tietoisuutta seksuaalikasvatuksen merkittävydestä, sekä ohjauksen laatuun vaikuttavista tekijöistä, jotta heillä olisi paremmat edellytykset toteuttaa seksuaalikasvatusta. Seuraavaksi esittelemme produktin tavoitteet:

- Tarkoituksena korostaa positiivisen seksuaalisuuden merkitystä lastenkodeissa.
- Tavoitteena lisätä tietoisuutta seksuaalisuudesta lasten ja nuorten keskuudessa.
- Tavoitteena saada lapset ja nuoret ymmärtämään mitä kaikkea heidän tulisi ottaa huomioon tulevaisuudessa seksuaalisuuteen liittyen.
- Tavoitteena lasten ja nuorten tietoisuuden kasvattaminen seksuaalisuuden portaiden mukaisesta kehityksestä ja seksuaalioikeuksista, jotta he voisivat rakentaa omaa seksuaalisuuttaan näiden tietojen pohjalta.
- Tavoitteena vähentää negatiivista seksuaalisuutta kuten ei-toivottuja raskauksia ja sukupuolitauteja lastenkodeissa.
- Tavoitteena on seksuaalisen identiteetin etsimiseen kannustaminen, vaikkei identiteetti olisi ”normien” mukainen.

3 PRODUKTIN TOTEUTUS

Opinnäytetyömme on produkti. Produktiin kuuluvat tuotteen suunnittelu- sekä valmistusprosessi, sekä toteutus ja lopuksi arviointi. Tärkeää on määritellä produktin tavoite ja sen tulee edistää ammatillista kasvua. Produktin pohjalla tulee olla tutkittua tietoa prosessin eri vaiheissa suunnittelusta arviointiin. Lopullinen tuotos voi olla yksittäinen esine tai palvelu jollekin käyttäjäryhmälle. Se voi olla perehdytysopas, video, kotisivut, kirjallinen tai kuvallinen tuotos. Produkti voi olla toiminnallinen kokonaisuus, joka on siirrettävissä toiseen toimintaympäristöön, kuten seurakunnan nuorisotyön leiri. (Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010, 33–34.) Toiminnallisessa opinnäytetyössä yhdistetään toiminnallisuus, teoreettisuus, tutkimuksellisuus ja raportointi. Toiminnallisuudessa keskitytään ammatilliseen taitoon ja kehitetään tai toteutetaan ammatillisen arjen toimintoja. Teoreettisuudessa päälimmäisenä on ammatillinen tieto, jota kuvataan käsitteiden ja eri mallien mukaisesti. Tutkimuksellisuudessa tehdään kohderyhmälle käyttäjätutkimus tutkivan tekemisen pohjalta, kun taas raportoinnissa sanallistetaan tutkiva tekeminen. (Vilka 2010, 2.)

Produkti muodostuu varsinaisesta tuotoksesta ja siihen liittyvästä raportoinnista. Työssä toteutetaan jatkuvan dokumentoinnin periaatteita. Oppimispäiväkirjan pito toiminnallisen opinnäytetyö prosessin aikana helpottaa lopullisen raportin kirjoittamista. (Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010, 34.) Toiminnallisessa opinnäytetyössä tutkimustieto kerätään tuotoksen tai toiminnallisuuden ideointiin ja kehittelyyn. Produkti tuotetaan olemassa olevan teoreettisen tiedon avulla ja tutkimustieto kerätään käyttäjien arvioinnista. Teoreettinen tieto rajataan oman tuotoksen kohderyhmälle sopivaksi. (Vilka 2010, 7–8.)

3.1 Toimintaympäristö

Lastensuojelun perustana on lastensuojelulaki, jonka mukaan lapsella on oikeus turvalliseen ja virikkeitä antavaan kasvuympäristöön, tasapainoiseen ja monipuoliseen kehitykseen sekä erityiseen suojeluun (Lastensuojelulaki 2007/417). Havaittuihin ongelmiin tulee puuttua välittömästi ja pyrkiä ehkäisemään uusien ongelmien syntyä. Lastensuojelun tarvetta pohdittaessa ja sitä toteutettaessa on aina etusijalla mietittävä lapsen etu. Jos lapsen elinolosuhteet eivät vastaa lapsen tarpeita, eikä lapsen etu toteudu toivotulla tavalla, on yhteiskunnalla oikeus puuttua lapsen elämään. (Puonti, Saarnio & Hujala 2004, 3.)

Lastensuojelun tehtäviin kuuluvat lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistäminen vaikuttamalla kasvuolosuhteisiin sekä huoltajien tukeminen lapsen kasvatuksessa ja huolenpidossa. Lapselle tulee turvata hyvän hoidon ja kasvatuksen lisäksi ikään ja kehitystasoon nähden tarpeellinen valvonta ja huolenpito. (Lastensuojelulaki 2007/417.) Huostaanotolla tarkoitetaan tilannetta, jossa lapsi sijoitetaan perheen ulkopuolelle ja lastensuojelun työntekijät ottavat vastuun lapsen hoidosta ja kasvatuksesta. Huostaanotto on lastensuojelutyön viimeinen keino turvata lapsen kasvu ja kehitys, jos avohuollon tukitoimet ovat osoittautuneet riittämättömiksi. (Sosiaaliportti 2014.)

Sosiaaliviranomaisilla on velvollisuus ottaa lapsi huostaan ja järjestää hänelle sijaishuolto, jos kaikki seuraavat kolme edellytystä täyttyvät yhtä aikaa:

1. Puutteet lapsen huolenpidossa tai muut kodin olosuhteet uhkaavat vakavasti vaarantaa lapsen tai nuoren terveyttä, tai jos lapsi tai nuori itse vaarantaa terveyttään käyttämällä päihteitä tai tekemällä muun kuin vähäisenä pidettävän rikollisen teon.
2. Avohuollon tukitoimet eivät ole tarkoituksenmukaisia tai mahdollisia, tai jos ne ovat osoittautuneet riittämättömiksi.
3. Sijaishuolto on lapsen edunmukaista.
(Asetus lapsen oikeuksista 1991/60.)

Lastensuojelulaitokset ovat paikkoja, joihin huostaan otettu lapsi tai nuori voidaan sijoittaa. Hyvin järjestettyä laitoshoittoa voidaan pitää parhaana ratkaisuna, kun sijoitus on väliaikainen ja laitoshoittoon liittyy tiivis työskentely lapsen vanhempien kanssa. Vaikka lapsen pysyvässä sijoituksessa yleensä perhekoti on tavoiteltu ratkaisu, ei tämä aina ole mahdollista esimerkiksi lapsen vaikeahoitoisuuden takia, jolloin lapsi täytyy sijoittaa laitokseen. Myös murrosikäiselle sijaishuollon tarpeessa olevalle nuorelle usein laitoshoidon tarpeen. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014.)

Lastensuojelulaitosten toiminnan edellytyksistä säädetään lastensuojelulaisissa. Laitoksessa on oltava asianmukaiset toimitilat ja riittävä määrä pätevää henkilökuntaa. Lapsella on oltava oikeus omaan rauhalliseen yksinoloon ja oman identiteetin kannalta välttämättömään omaan alueeseen, jossa lapsi saa tarvitsemansa yksityisyyden. Tavoitteena on tilava, normaalissa ympäristössä sijaitseva perheasunto, jonka tärkeimpiä elementtejä ovat viihtyvyys ja kodinomaisuus. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014.)

Lastenkotitoiminnan tavoitteena on turvata mahdollisimman hyvät edellytykset lapsen kasvuun ja kehitykselle ottamalla huomioon jokaisen lapsen yksilölliset tarpeet ja kehitysmahdollisuudet. Lastenkodissa jokaiselle lapselle turvataan riittävä aikuisen läsnäolo ja vuorovaikutus. Tärkeää on hyvä perushoidon ja huolenpito, joihin kuuluvat säännöllinen vuorokausirytmitys, ruokailu, riittävä lepo, puhtaudesta ja siisteydestä huolehtiminen sekä lapsen fyysisestä ja psyykkisestä terveydestä huolehtiminen. Lasten käyttäytymistä valvotaan jatkuvasti ja rajoja asetetaan lastensuojelulain mukaisesti. Lapsia osallistetaan arjen toimintoihin ja ikätasonsa mukaan he saavat hoitaa omia asioitaan ensin yhdessä aikuisen kanssa ja iän karttuessa itsenäisemmin. (Pelastakaa Lapset ry 2014.)

Lastensuojelulaitosten henkilökunnan tulee olla päteviä tehtäväänsä. Laissa on määritelty kelpoisuusvaatimukset (Kelpoisuuslaki, 272/2005). Haastavissa hoito- ja kasvatustehtävissä työskenteleville työntekijöille sopivia koulutuksia ovat sosionomin (AMK), sosiaaliohjaajan ja sosiaalikasvattajan tutkinnot. Harkinnan mukaan voidaan hyväksyä soveltuva opintotason tai ammattikor-

keakoulun tutkinto, mikäli siihen sisältyy lastensuojelutyöhön ja sosiaalihuoltoon liittyvää koulutusta (noin 30 op). Muihin hoito- ja kasvatustehtäviin soveltuu sosiaali- ja terveysalan perustutkinto, esimerkiksi lähihoitajan tutkinto. (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2014.)

Yhteistyötahonamme toimivat Pelastakaa Lapset ry:n ylläpitämät lastenkodit Pärske ja Tyrsky. Lastenkodit ovat pitkäaikaista lastensuojelun sijaishuoltoa tarjoavia kodinomaisia lastenkoteja Vantaalla (Pelastakaa Lapset ry 2014). Pärskeellä ja Tyrskyllä on yhteinen johtaja, mikä mahdollistaa tiiviin yhteistyön erilaisissa arjen toiminnoissa. Yhteistyötä helpottaa se, että lastenkodit sijaitsevat samassa pihapiirissä. Pärskeeseen ja Tyrskyyn mahtuu molempiin seitsemän lasta, ja kyseiset lastenkodit on tarkoitettu vantaalaisille kouluikäisille lapsille. Sijoitetut lapset ovat huostaan otettuja ja varhaisessa kehityksessä vaurioituneita lapsia. Lapset tarvitsevat pitkäaikaista, kodinomaista ja ammatillisesti laadullista sijaishoitoa sekä turvallisia tunnesuhteita hoitaviin aikuisiin. Tähän pystytään moniammatillisen työryhmän, ohjaajien tarvittavien koulutusten ja kokemusten avulla. (Pelastakaa Lapset ry 2014.)

Yhteistyötahoinamme toimivissa lastenkodeissa työskentelee kahdeksan hengen työryhmät, joihin kuuluu vastaavan hoitajan lisäksi kuusi ohjaajaa ja kodinhoitaja. Hoito- ja kasvatustyössä työskentelevillä on lain edellyttämä koulutus ja lisäksi lastensuojelullista ja lastenpsykiatrista kokemusta sekä osaamista. Henkilökunnan ammattitaitoa ylläpidetään jatkuvalla koulutuksella, työnohjauksella sekä lastenpsykiatrisen konsultaation keinoin. (Pelastakaa lapset ry 2014.)

Ohjaajan työnkuva lastenkodissa on moninainen. Siihen kuuluu esimerkiksi ruoan valmistus yhdessä lasten kanssa, arkisten askareiden hoitoa, yhteydenpito sosiaalityöntekijöihin, palaverien järjestäminen ja normaalin arjen toteuttaminen kodinomaisessa ympäristössä. Tärkein tehtävä on lapsen normaalin kasvun ja kehityksen turvaaminen. Lastenkoti Pärskeessä on tällä hetkellä kuusi huostaan otettua lasta ja Tyrskyssä seitsemän lasta. Lapset ovat kouluikäisiä ikähaarukaltaan 8–17-vuotiaita ja ovat joutuneet lastenkoteihin eri-ikäisinä ja erilaisten elämäntilanteiden kautta. Seuraavaksi kuva-

taan molempien lastenkotien lapset taulukon avulla iän ja sukupuolen mukaan.

TAULUKKO 1. Lastenkoti Pärskéen lapset

SUKUPUOLI	IKÄ
Poika	17
Tyttö	15
Poika	12
Poika	10
Poika	9
Poika	8

TAULUKKO 2. Lastenkoti Tyrskyn lapset

SUKUPUOLI	IKÄ
Tyttö	17
Tyttö	17
Tyttö	16
Poika	15
Tyttö	13
Poika	13
Poika	13

Yhteistyökumppaneina toimivissa lastenkodeissa ikäjakaumat ovat hyvin epätasaiset. Pärskeessä on lapsia 8–17-vuotiaaseen, kun taas Tyrskyssä ikäjakauma on pienempi. Epätasaisen ikäjakauman lisäksi tyttöjen ja poikien osuus lastenkodeissa vaihtelee suuresti. Lastenkoti Pärskeessä on vain yksi tyttö, kun taas Tyrskyssä tyttöjä on poikia enemmän. Epätasaisten ikä ja su-

kupuolijakaumien vuoksi tulee kiinnittää huomiota seksuaalikasvatuksen tarjoamiseen, esimerkiksi ryhmässä jossa on vain yksi tyttö, kannattaa tytölle tarjota seksuaalikasvatusta erikseen ilman poikia.

3.2 Tiedonkeruu produktiin

Olemme koonneet lastenkodeille tietopaketin seksuaalikasvatuksesta. Aineistonkeruussa huomioimme kohderyhmän ikäjakauman ja lastenkotien henkilökunnan toiveet tuotoksen sisällöstä. Henkilökunnan toiveita saimme selville haastatteleamalla lastenkoti Pärskéen työntekijää sekä Marika Siivosen harjoittelukokemuksen pohjalta. Erika Tiilimaalla on myös kokemusta lastenkodeissa työskentelemisestä, joten lastenkotiarki on ryhmällemme tuttua. Haastattelu tapahtui opinnäytetyömme prosessin alkuvaiheilla, jotta saimme huomioitua lastenkodin seksuaalikasvatuksen tarpeen. Haastatteleamalla lastenkodin työntekijää, saimme kerättyä arkipäiväistä taustatietoa lastenkodista ja sen toiminnasta. Tarvitsimme tietoa siitä, millaista materiaalia työntekijät tarvitsivat seksuaalikasvatuksen tueksi.

Olemme olleet yhteydessä lastenkoti Pärskéen työntekijään opinnäytetyön eri vaiheissa sähköpostitse, jotta olemme voineet vaihtaa kuulumisia. Sähköpostien avulla olemme saaneet päivitettyä tietojamme esimerkiksi aikatauluista ja lastenkotien lasten ikä- ja sukupuolijakaumista. Näin saimme paremman kuvan, minkä ikäisiä lapsia lastenkodeissa tällä hetkellä on ja näille ikäluokille kohdistettua työmme. Keräsimme tietoa seksuaalikasvatuksesta 7–18-vuotiaille lapsille sekä nettilähteistä, että kirjallisuudesta. Tietoa seksuaalisuudesta löytyi paljon.

Lastenkodeissa seksuaalisuus esiintyy monella eri tavalla, niin positiivisena kuin negatiivisenakin. Seksuaalisuus esiintyy julkisuuden henkilöiden ihailuna ja heidän kuviensa kiinnittämisenä seinälle. Tämän lisäksi on havaittavissa työntekijöiden ihailua ja tiettyyn työntekijään kiinnittymistä ja turvautumista. Idolisoimalla opetellaan ihastumisen tunteita myöhempää elämää varten. Useimmat lapset nauttivat hellyydestä ja hieronnasta, kun taas toiset vieras-

tavat suoraa fyysistä kosketusta. Seksuaalisuus näyttäytyy lastenkodeissa usein huomion hakemisena. Osa lapsista saattaa nauttia alastomuudesta ja itsensä paljastamisesta muille. Riisuutumisen lisäksi seksuaalisuus näyttäytyy tytöillä paljastavien ja huomiota herättävien vaatteiden käyttönä.

Huomionkeruuyrityksiin tulisi reagoida ja kertoa lapsille tai nuorille muita tapoja huomion hakemiseen. Seksuaalisuus voi esiintyä paljaan pinnan näytön lisäksi seksuaalisin liikkein ja sanoin. Seksuaalisuus saattaa näyttäytyä pornon tai eroottisten kuvien katselemisena tai jopa erilaisina tekoina yksin tai yhdessä muiden lasten ja nuorten kanssa. Usein nuorten keskuudessa kuuluu "homottelua", vaikka sanan varsinaista merkitystä ei välttämättä tunneta. Työntekijöiden olisi hyvä miettiä kunkin lapsen ja nuoren iän ja kehitystason perusteella, mikä on juuri hänen ikätasolleen sopivaa seksuaalisuutta ja keskustella tästä lapsen kanssa yhdessä. On tärkeää, että kaikki työntekijät reagoivat tilanteisiin samalla tavalla, jotta seksuaalisuudesta ei tule tabua eikä aikuisten käytös hämmäntäisi nuoria.

4 PROSESSIN KULKU

Opinnäytetyön tekeminen alkoi ryhmän kokoamisesta ja yhteisen aiheen valinnasta. Yhteiseksi aiheeksi valikoitui lapset ja nuoret. Valinnan perusteina toimivat kiinnostus lasten hoitotyöhön, sekä harjoittelu- ja työkokemukset. Lopullisen aiheen valintaan vaikutti sopivan yhteistyökumppanin löytyminen. Pelastakaa lapset ry:n lastenkodit Pärské ja Tyrsky ilmaisivat tarpeestaan saada materiaalia seksuaalikasvatuksen ohjaamiseen lapsille ja nuorille.

Alkuvuodesta 2014 esittelimme ideapaperin. Hyväksytyin ideapaperin pohjalta haastattelimme lastenkoti Pärskéen työntekijää heidän toiveistaan opinnäytetyön suhteen. Haastattelun avulla selvitimme millaista materiaalia yhteistyökumppanimme haluavat, ja millaista materiaalia heillä on jo olemassa. Haastattelun pohjalta työstimme opinnäytetyön suunnitelmaa, minkä esittelimme seminaarissa toukokuussa 2014. Tässä vaiheessa prosessia tarkoituksena oli tehdä lapsille ja nuorille opasvihkoja eri ikäryhmille ja molemmille sukupuolille omansa. Ikäryhmät olivat 7–10, 10–14 ja 14–18-vuotiaat. Lopullinen opinnäytetyö oli tarkoitus jäädä pelkistettynä henkilökunnan käyttöön.

Suunnitelmaseminaarissa päätimme yhdessä ohjaajien kanssa jättää opasvihot kokonaan pois suunnitelmista. Vihkojen painanta ja kustannukset olisivat olleet haaste. Lastenkodin työntekijät olivat yhtä mieltä siitä, että opasvihkojen teko olisi haasteellista. Vihkot saattaisivat hukkua lasten ja nuorten käsissä ja pienemmät lapset saattaisivat lukea isompien vihkoja, vaikka niin ei olisi tarkoitus. Opasvihkojen sijaan päädyimme tekemään oppaan henkilökunnalle ja he voisivat materiaalin avulla tarjota seksuaalikasvatusta lapsille ja nuorille. Aikuisten materiaalissa tulisi olemaan neuvoja seksuaalikasvatuksen ohjaamiseen ja aiheen puheeksi ottamiseen.

Syksyllä 2014 oli käsikirjoituksen työstämisen vuoro. Aiheen rajaaminen ja luotettavien lähteiden löytäminen vei odotettua enemmän aikaa. Käsikirjoituksen esittelimme seminaarissa marraskuussa 2014. Käsikirjoitus painottui negatiiviseen seksuaalisuuteen, joten saimme palautteeksi korostaa positiiv-

vista seksuaalisuutta. Keskityimme seminaarin jälkeen positiivisen seksuaalisuuden kirjoitukseen, sekä materiaaliin seksuaalikasvatuksen ohjaamisesta ja puheeksi ottamisesta lastenkodeissa. Alkuvuodesta 2015 työstimme opinnäytetyön lopullista versiota. Jätimme helmikuussa 2015 opinnäytetyömme esitarkastukseen, sekä osallistuimme julkaisuseminaariin maaliskuussa 2015.

Työryhmän tapaamisfrekvenssinä on ollut kaksi viikkoa. Luimme toistemme tekstejä, muokkasimme ja kommentoimme niitä säännöllisesti. Jokaisella tapaamiskerralla pohdimme miten työstimme opinnäytetyötä eteenpäin, ja mitä kukin seuraavaksi kirjoittaa. Työnjako on ollut tasa-arvoista ja suunniteltua alusta loppuun. Kehittämiskohteenamme ryhmätyöskentelyssä on aikataulutus. Kolmen henkilön aikataulujen sopiminen yhteen on ollut haastavaa, mutta opettavaista.

4.1 Eettisyys ja luotettavuus

Työn tilaajana toimivat Pelastakaa Lapset ry:n lapsenkodit Pärskö ja Tyrsky. Työmme on tavoitteellisesti työstetty Pelastakaa Lapset ry:n kyseisiä lastenkoteja varten. Käsittelemme työssämme seksuaaliterveyttä nimenomaan terveydellisistä ja kehitystä tukevista perspektiiveistä sekä nuoren normaalin kehityksen kannalta. Työhön liittyvien yhteistyökumppaniryhmittymisen vuoksi on pidettävä kiinni vaitiolovelvollisuudesta. Työssämme ei esitellä lasten ja ohjaajien nimiä tai luonteita, jotteivät kyseiset henkilöt ole tunnistettavissa. Pelastakaa Lapset ry:n luvalla käytämme kuitenkin työssämme lastenkotien virallisia nimiä.

Opinnäytetyön koonnin aloitimme perehtymällä aiheesta kertovaan kirjallisuuteen ja nettilähteisiin. Luotettavuus työhön syntyy lähdemateriaalin rajauksesta sekä sen kriittisestä tarkastelemisesta (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2004). Sähköistä tiedonhankinta menetelmää käyttäessämme, olimme tarkkoja lähteiden pätevyyden suhteen. Lähdemateriaalia olemme rajanneet laajasti, joten luotettavuuteen vaikuttaa se, olemmeko koonneet lähteistä lasten-

kodeille tarpeellisen kokonaisuuden. Lastenkodeilta olemme saaneet hyvää palautetta opinnäytetyömme aihevalinnoista ja sisällöstä kokonaisuudessaan.

4.2 Ammatillinen kasvu

Sairaanhoitajan ammatti vaatii jatkuvaa kehitystä. Valmistumisen jälkeen ammatillinen kasvu ja kehitys jatkuvat läpi koko sairaanhoitajanuran. Opinnäytetyötä tehdessä ymmärsimme, että valmistuttuamme ei tarvitse osata kaikkea sairaanhoitajan työnkuvaan kuuluvia asioita, vaan työ opettaa tekijäänsä. Opinnäytetyön teko opetti meille taitoa arvioida kriittisesti lähdemateriaalia, yleisimpien tietokantojen käyttöä sekä oleellisen sisällön hahmottamista. Näistä valmiuksista on varmasti hyötyä tulevaisuudessa, kun haluamme kehittää itseämme ammatillisesti esimerkiksi jatkokoulutuksen tai kehittämishankkeiden parissa. Tulevaisuudessa voimme omassa työssämme käyttää opinnäytetyön materiaalia hyödyksi potilaiden tai asiakkaiden ohjaimiseen seksuaalikasvatuksen parissa. Voimme miettiä, miten materiaalia voi hyödyntää eri osastoilla ja keskustella aiheesta muiden työntekijöiden ja osastonhoitajien kanssa.

Opinnäytetyön teko oli meille kaikille uutta ja jännittävää. Alussa tekemisen määrä pelotti, mutta ryhmän tuki ja ulkopuolinen ohjaus auttoivat hahmottamaan työnjakoa. Kolmen ihmisen aikataulujen yhteensovittaminen ei ollut helppoa, minkä vuoksi olemme oppineet tehtävien jakoa, aikataulutusta sekä joustamista prosessin aikana. Jokaisella ryhmämme jäsenellä on ollut runsaasti ideoita ja omia mielipiteitä opinnäytetyön kehittämiseen ja toteutukseen. Olemme kehittäneet ryhmätyötaitojamme toisen kuuntelemisen, rakentavan palautteenannon ja vastaanottamisen osalta. Jokainen on saanut vapaasti kertoa mielipiteensä ja yhdessä olemme niistä koonneet toimivan kokonaisuuden. Laajan ideavaraston pohjalta olemme oppineet tiedon rajaimista ja johdonmukaisen tekstin luomista.

Opinnäytetyön myötä käsityksemme seksuaalisuudesta on laajentunut paljon. Työtä tehdessä olemme ymmärtäneet, mitä kaikkea seksuaalisuuteen oikeastaan kuuluu, ja miten positiivinen ja negatiivinen seksuaalisuus toisistaan eroavat. Olemme laajentaneet teoretietoa seksuaalisuudesta ja taitoja seksuaalikasvatuksesta. Jo lapsen syntymästä lähtien seksuaalisuus aloittaa kehityksensä ja jatkaa kehitystään koko ihmisen elämänkaaren. Opinnäytetyötä tehdessä kiinnostus lasten kehitystä kohtaan on laajentunut ja ymmärrämme, millaista on normaali lasten seksuaalisuus eri ikäluokissa. Tästä on varmasti hyötyä työelämässä, kuin yksityiselämänkin kannalta omien tai tuttavien lasten kanssa toimimisessa. Ennen työn aloittamista kuvittelimme seksuaalisuuden olevan erilaista huostaan otetuilla lapsilla, mutta ymmärsimme pian sen olevan täysin samanlaista kaikilla. Kehitysaikataulu seksuaalisuudessa on jokaisella yksilöllinen. Huostaan otetut lapset ovat usein yhden tai kahden portaan edellä muita samanikäisiä lapsia tai nuoria, mutta muuten seksuaalisuus kuuluu heidän elämään samalla tavalla kuin muillakin lapsilla ja nuorilla.

4.3 Jatkoaiheet

Opinnäytetyön alkuvaiheilla suunnittelimme lapsille ja nuorille opasvihkoja, joista lapset ja nuoret voisivat itse lukea seksuaalikasvatuksesta oman ikätasonsa mukaan. Suunnitteilla olivat vihot sukupuolittain sekä ikäjakaumittain: 7–10-vuotiaat, 10–14-vuotiaat ja 14–18-vuotiaat. Vihkojen työstämistä emme kuitenkaan toteuttaneet painatuksen ja kustannusten takia. Jatkona opinnäytetyöllemme luontevasti tulisi nuorille suunnatut opasvihot seksuaalikasvatuksesta ja -terveydestä.

Opinnäytetyötämme voi hyödyntää soveltaen muiden vastaavien lastenkotien käyttötarkoituksiin. Aihetta voi jalostaa nuorten oman seksuaalietämyksen suunnalle (eri ikävaiheissa) ja seksuaalietämyksen määrän riittävyden arviointiin. Samassa yhteydessä on mahdollista kartoittaa, mistä nuoret saavat luo-

tettavaa tietoa, ja millainen on nuorten kokemus aiheeseen liittyvistä keskusteluista aikuisten kanssa ja keskusteluiden määrästä ja kattavuudesta.

4.4 Arviointi ja palaute

Sekä meidän että yhteistyötahojemme aikataulujen takia emme ehtineet saada palautetta tuotoksen toimivuudesta käytännössä. Lastenkotien henkilökunnat eivät ole vielä ottaneet käyttöön tekemäämme Seksuaalikasvatuksen opasta, mutta aikovat ottaa sen käyttöön kesän aikana. Tulemme kyselymään palautetta oppaan käytöstä sähköpostitse kesän jälkeen.

Olemme lähettäneet tuotoksemme lastenkodeille sähköpostitse aina uuden etapin saavutettuaamme. Lastenkodit ovat nähneet ideapaperin, suunnitelman, käsikirjoituksen sekä lopullisen heille tarkoitetun tuotoksen. Olemme saaneet sekä kehitettävää että kannustavaa palautetta lastenkotien työntekijöiltä. Työntekijät ovat kertoneet kehittämissuhteita työhömmä ja aiheita joita haluaisivat työhön lisäävän, kuten esimerkiksi seksuaalisuus eri kulttuureissa. Palautteen saamisella olemme saaneet muokattua työstä lastenkotien mielenkiinnon ja tarpeiden mukaisen kokonaisuuden.

LÄHTEET

Asetus lapsen oikeuksista 1991. Asetus lapsen oikeuksia koskevan yleissopimuksen voimaansaattamisesta sekä yleissopimuksen eräiden määräysten hyväksymisestä annetun lain voimaantulosta. 60/ 1991. Viitattu 15.8.2014.

<http://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sopsteksti/1991/19910060>

Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010. Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä. Viitattu 28.10.2014. [fi-](http://www.fi-)

[le:///C:/Users/Anna/Downloads/Kohti%20tutkivaa%20ammattik%C3%A4yt%C3%A4n%C3%B6%C3%A4.pdf](http://C:/Users/Anna/Downloads/Kohti%20tutkivaa%20ammattik%C3%A4yt%C3%A4n%C3%B6%C3%A4.pdf)

Hirsjärvi, Sirkka; Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2004. Tutki ja Kirjoita. Helsinki: Tammi.

Klemetti, Reija & Raussi-Lehto, Eija 2013. Edistä, ehkäise, vaikuta - Seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelma 2014-2020. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 22.1.2015.

http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116162/THL_OPAS33_VERKKO.pdf?sequence=1

Lastensuojelulaki 2007. Lastensuojelulaki. Viitattu 18.8.2014.

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417#P40>

Sosiaaliportti 2014. Lastensuojelun käsikirja. Viitattu 18.8.2014.

<http://www.thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/huostaanotto>

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2014. Lastensuojelun käsikirja. Lastensuojelulaitokset. Viitattu 24.10.2014. [http://www.thl.fi/fi/web/lastensuojelun-](http://www.thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/sijaishuolto/sijaishuollon-muodot/lastensuojelulaitokset)

[kasikirja/tyoprosessi/sijaishuolto/sijaishuollon-muodot/lastensuojelulaitokset](http://www.thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/sijaishuolto/sijaishuollon-muodot/lastensuojelulaitokset)

Pelastakaa Lapset ry 2014. Lastenkoti Pärskä. Viitattu 9.5.2014.

<http://www.pelastakaalapset.fi/toiminta/lastensuojelutyo/lastenkotitoiminta/lastenkoti-parske/>

Puonti, Annamajja; Saarnio, Tuula & Hujala, Anne 2004. Lastensuojelu tänään. Helsinki: Tammi.

Vilka, Hanna 2010. Toiminnallinen opinnäytetyö. Viitattu 20.3.2015.

http://vilka.fi/hanna/Toiminnallinen_ont.pdf

LIITE 1

OPAS SEKSUAALIKASVATUKSESTA

Anna Repo
Marika Siivonen
Erika Tiilimaa
Opinnäytetyö, kevät 2015
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Hoitotyön koulutusohjelma
Sairaanhoitaja (AMK)

Tuotos on opas seksuaalikasvatuksesta Pelastakaa Lapset ry:n lastenkodeille: Pärskeelle ja Tyrskylle. Työ on toteutettu vastamaan yhteistyökumppanien tarpeita seksuaalikasvatuksesta. Oppaassa käsitellään seksuaalisuutta ja seksuaalikasvatusta yksityiskohtaisesti. Käsittelemme seksuaalisuutta terveydellisistä ja kehitystä tukevista perspektiiveistä sekä nuoren normaalin kehityksen kannalta. Oppaan tavoitteina on parantaa seksuaalikasvatuksen määrää ja laatua yhteistyökumppaneina toimivissa lastenkodeissa sekä lisätä tietoisuutta seksuaalisuudesta lasten ja nuorten keskuudessa.

Oppaassa esitellään peruskouluikäisen lapsen fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista kehitystä, josta jatketaan lasten ja nuorten seksuaaliseen kehitykseen portaiden avulla. Portailta siirrytään seksuaalikasvatuksen pariin, jossa käsitellään niin positiivista seksuaalikasvatusta kuin seksuaalisuuden negatiivisia puolia. Käydään läpi seksuaalioikeuksia, seksuaalisuutta mediassa sekä seksuaalisuutta eri kulttuureissa. Seksuaalisuudesta keskusteleminen on usein haastavaa, koska ihmiset ajattelevat seksuaalisuuden olevan henkilökohtaista. Oppaassa esitellään neuvoja seksuaalisuudesta keskustelemiseen sekä tapoja seksuaalisuuden ammatilliseen kohtaamiseen. Liitteinä on lasten ja nuorten kanssa yhdessä pohdittavia ja heille kerrottavia asioita sekä tehtäviä.

Opas on suunnattu lastenkodeissa työskentelevälle henkilökunnalle. Materiaali ei ole tarkoitettu suoraan lastenkodin lapsille ja nuorille luettavaksi. Oppaassa on erikseen mainittu kohdat joita suosittelemme nuorille annettavaksi, kuten liitteen 4 nettisivut ja puhelinnumerot.

SISÄLLYS

1 PERUSKOULUIKÄISEN LAPSEN KEHITYS	25
2 SEKSUAALISUUS	30
2.1 Seksuaalisen suuntautumisen ja sukupuolen monimuotoisuus.....	30
2.2 Seksuaaliterveys	33
2.3 Seksuaalisuuden kehitys.....	34
2.4 Seksuaalisuuden portaat toiminnallisena harjoituksena	39
2.5 Seksuaalioikeudet	40
2.6 Seksuaalisuus eri kulttuureissa.....	41
2.7 Seksuaalisuus mediassa.....	44
3 SEKSUAALIKASVATUS	47
3.1 Turvataitokasvatus	49
3.2 Seksuaalinen hyväksikäyttö	50
3.3 Lasten itsetyydytys.....	52
3.4 Ehkäisymenetelmät.....	53
3.5 Sukupuolitaudit.....	55
3.6 Raskaus	57
4 LASTEN JA NUORTEN OHJAUS.....	59
4.1 Ohjauksen eettiset periaatteet	59
4.2 Ryhmäohjaus	59
4.3 Yksilöohjaus	61
5 NUOREN SEKSUAALISUUDEN AMMATILLINEN KOHTAAMINEN	62
5.1 Minä seksuaalikasvattajana	64
5.2 Puheeksi ottaminen.....	65
LÄHTEET	67
LIITE 1: KERRO AINAKIN NÄMÄ.....	73
LIITE 2: KIPERIÄ KYSYMYKSIÄ JA VASTAUKSIA	75
LIITE 3: TEHTÄVIÄ TURVATAITOKASVATUKSEN TUEKSI	78
LIITE 4: VÄESTÖLIITON (2015, B) SEKSIMITTARI	83
LIITE 5: HYÖDYLLISIÄ NETTISIVUSTOJA JA PUHELINNUMEROITA.....	91

1 PERUSKOULUIKÄISEN LAPSEN KEHITYS

Seksuaalikasvatusmateriaalimme kohderyhmänä ovat 7–18-vuotiaat lapset ja nuoret. Yhdistyneiden kansakuntien Lapsen oikeuksien sopimuksessa lapsi määritellään alle 18-vuotiaaksi henkilöksi (Asetus lapsen oikeuksista 60/1991). Kouluikäisyys alkaa Suomessa yleensä 7-vuotiaasta. Kouluikä on nuorille älyllisen kasvun ja kehityksen aikaa. Kouluikäisen fyysinen kasvu on melko tasaista, mutta motoriset taidot karttuvat nopeasti ja saavat varmuutta. 7-vuotias oppii nopeasti kellonajat, erottaa oikean ja vasemman ja alkaa laskea yksinkertaisia yhteen- ja vähennyslaskuja. Tässä vaiheessa vielä pojat ja tytöt leikkivät mieluiten erillään. (Muurinen & Surakka 2001, 54–55.) Seuraavassa taulukossa kuvaamme lapselle kerrottavia ja opetettavia asioita sekä teemoja, joissa lapsia tulisi auttaa seksuaalisuuteen liittyen.

TAULUKKO 1. Seksuaalisuus 7–9-vuotiailla (Terveyden ja Hyvinvoinninlaitos 2010, 43–44)

7–9 vuotiaat	Tiedot Lapselle on kerrottava:	Taidot Lapsille on opetettava:	Asenteet Lasta on autettava:
Ihmiskeho	<ul style="list-style-type: none"> - Ihmiskehon muutoksista - Naisten ja miesten välisistä biologisista, sisäisistä ja ulkoisista eroista - Hygieniasta 	<ul style="list-style-type: none"> - Tuntemaan ruumiinosat ja niiden toiminta - Tutkimaan omaa kehoa 	<ul style="list-style-type: none"> - Hyväksymään epävarmuus kehon muutoksista - Kehittämään myönteinen minäkuva ja sukupuoli-identiteetti
Seksuaalisuus	<ul style="list-style-type: none"> - Mitä on rakkaus ja hellyys - Seksistä mediassa - Asianmukaisesta seksuaalisesta kielenkäytöstä 	<ul style="list-style-type: none"> - Hyväksymään oma ja muiden yksityisyyden tarve - Käsittelemään seksiä mediassa 	<ul style="list-style-type: none"> - Ymmärtämään mikä on ”hyväksyttävä” seksi: tasa-arvoista, molemmat haluavat sitä, tilanteeseen sopivaa
Tunteet	<ul style="list-style-type: none"> - Ystävyyden, rakkauden ja intohimon välisistä eroista - Ystävyydestä ja rakkaudesta samaa sukupuolta kohtaan - Ensi-ihastuksesta 	<ul style="list-style-type: none"> - Ilmaisemaan omia tunteitaan - Käsittelemään pettymyksiä - Käsittelemään omaa ja muiden yksityisyyden tarvetta 	<ul style="list-style-type: none"> - Hyväksymään, että rakkauden tunteet ovat normaaleja - Ajattelemaan, että omat tunteet ja niiden ilmaisu on tärkeää
Ihmissuhteet	<ul style="list-style-type: none"> - Rakkauteen ja ystävyyteen liittyvistä suhteista - Perhesuhteista - Avioliitosta/avioerosta 	<ul style="list-style-type: none"> - Ilmaisemaan itseään ihmissuhteissa - Tekemään kompromisseja - Luomaan sosiaalisia suhteita ja ystävyytymään 	<ul style="list-style-type: none"> - Ymmärtämään, että ihmissuhteissa sitoudutaan, ollaan rehellisiä ja otetaan vastuuta - Kunnioittamaan muita ja hyväksymään erilaisuus

Viikonpäivät ja kuukaudet osataan yleensä noin 8–9-vuotiaana. Tämän ikäinen erottaa jo mitä päivää eletään ja on erittäin kiinnostunut lukemisesta. (Muurinen & Surakka 2001,55.) Tässä iässä korostetaan usein tyttöyttä ja poikuutta toistensa vastakohtina. Tytöt leikkivät tyttöjen leikkejä ja pojat poikien leikkejä. Välillä varotaan ”tyttö- ja poikabasilleja”. (Cacciatore 2006, 210.) Seuraavassa taulukossa käsittelemme WHO:n määrittelemiä seksuaalivastanteita tiedoista, taidoista ja asenteista 9–12-vuotiaille lapsille.

TAULUKKO 2. Seksuaalisuus 9–12-vuotiailla (Terveystieteiden ja Hyvinvoinninlaitos 2010, 45–47)

9-12 vuotiaat	Tiedot Lapselle on kerrottava:	Taidot Lapselle on opetettava:	Asenteet Lasta on autettava:
Ihmiskeho	<ul style="list-style-type: none"> - Kuukautisista, siemensyöksyistä - Murrosiän alkamisesta 	<ul style="list-style-type: none"> - Vastaanottamaan murrosiän muutokset ja puhumaan niistä 	<ul style="list-style-type: none"> - Ymmärtämään sukupuolten välisten muutosten erot - Kehittämään myönteinen minäkuva
Seksuaalisuus	<ul style="list-style-type: none"> - Ensimmäisestä seksuaalisesta kokemuksesta - Ehkäisyvälineistä, sukupuolitaudeista ja raskaudesta - Seksuaalisesta suuntautumisesta 	<ul style="list-style-type: none"> - Tekemään tietoinen päätös seksin harrastamisesta - Kieltäytymään ei-toivotusta seksistä - Erottamaan media-seksuaalisuus normaalin elämän seksuaalisuudesta 	<ul style="list-style-type: none"> - Hyväksymään ja ymmärtämään seksuaalisuuden eri muodot ja suuntautumiset - Ymmärtämään, että seksuaalisuus on oppimisprosessi
Tunteet	<ul style="list-style-type: none"> - Eri tunteista; pelko, rakastuminen, häpeä, mustasukkaisuus 	<ul style="list-style-type: none"> - Ilmaisemaan ja tuntemaan eri tunteita - Kunnioittamaan muiden tunteita 	<ul style="list-style-type: none"> - Ymmärtämään tunteita ja arvoja - Kunnioittamaan muiden yksityisyyttä
Ihmissuhteet	<ul style="list-style-type: none"> - Ystävyyden, kumppanuuden ja parisuhteen eroista - Erilaisista tavoista seurustella - Miellyttävästä ja epämiellyttävästä suhteesta (tasa-arvo) 	<ul style="list-style-type: none"> - Ilmaisemaan ystävyyttä ja rakkautta eri tavoin - Luomaan sosiaalisia suhteita, ystävystymään ja ylläpitämään suhteita 	<ul style="list-style-type: none"> - Suhtautumaan myönteisesti sukupuolten väliseen tasa-arvoon suhteessa - Valitsemaan kumppani itse - Kunnioittamaan muita

Kirjoittamisesta esimerkiksi sosiaalisessa mediassa kiinnostutaan usein 10–12-vuotiaana. Tämänikäinen saattaa kirjoittaa sukulaisilleen tai ystävilleen omatoimisesti ja kiinnostua lukemaan enemmän. Erityisesti seikkailu-, eläin- ja romanttiset tarinat ovat kiinnostavia. Tässä iässä kavereiden merkitys lisääntyy. Kaverit valitaan yhä huolellisemmin ja vastakkainen sukupuoli alkaa kiinnostaa. (Muurinen & Surakka 2001, 55.) Murrosiän alkamisen ajankohta on yksilöllistä. Murrosikä eli puberteetti on fyysisen kasvun ja seksuaalikehityksen aikaa. Siihen kuuluu nuoren kasvaminen aikuiseksi. Tämä onkin nuoren psykososiaalista kehitystä lapsuuden riippuvaisuudesta itsenäiseksi aikuiseksi. Tämä vaihe kestää usein 20-vuoteen asti. (Muurinen & Surakka 2001, 54.)

Murrosiässä nuori voi rakastua joko saman tai eri sukupuolen edustajaan. Nuorella voi olla seurustelusuhteita ja nuori voi hakea seksuaalisia kokemuksia. Tytöt kokevat yhdynnän keskimäärin 17-vuotiaana ja pojat 18-vuotiaana. (Cacciatore 2006, 208.) Tyttöillä murrosikä alkaa usein hieman poikia aikaisemmin noin 10–12 vuoden ikäisenä. Murrosikä tyttöillä käynnistyy pituuskasvulla ja painoa alkaa kertyä lisää. Tämän jälkeen tyttöillä alkavat rintarauhaset kehittyä. Pian kasvaa häpykarvoitus, kainalokarvoitus ja kuukautiset alkavat. (Muurinen & Surakka 2001, 54–55.) Pojilla ensimmäiseksi tulee kasvupyrähdys, mutta painonnousu on tyttöjä maltillisempaa. Tämän jälkeen tapahtuu kivesten ja kivespussien suureneminen. Penis ja häpykarvat kasvavat. Pojat saavat ensimmäisen siemensyöksynsä noin 14-vuotiaana. Usein murrosikään kuuluu finnit, niin tyttöillä kuin pojillakin. (Muurinen & Surakka 2001, 55.) Murrosiän aikana nuoret muodostavat käsityksensä seksuaalisuudesta ja siitä, mikä on sopivaa ja mikä ei. Tietolähteinä nuorille toimii oma koti, kouluopetus, kaverit, media, kuten Internet, kirjat ja lehdet. (Cacciatore 2006, 207.) Seuraavassa taulukossa käsittelemme WHO:n määrittelemiä seksuaalistan-dardeja tiedoista, taidoista ja asenteista 12–15-vuotiaille.

TAULUKKO 3. Seksuaalisuus 12–15-vuotiailla (Terveyden ja Hyvinvoinninlaitos 2010, 48–50)

12-15 vuotiaat	Tiedot Nuorelle on kerrottava:	Taidot Nuorelle on opetettava:	Asenteet Nuorta on autettava:
Ihmiskeho	<ul style="list-style-type: none"> - Kehonkuvan muutoksista - Kuukautiskierrosta - Seksuaalisista tunnusmerkeistä 	<ul style="list-style-type: none"> - Ymmärtämään, miten ihmisten ajatukset omasta kehostaan vaikuttavat minäkuvaan ja terveyteen 	<ul style="list-style-type: none"> - Suhtautumaan kriittisesti kehon muutoksiin ja hyväksymään ne
Seksuaalisuus	<ul style="list-style-type: none"> - Ehkäisystä, raskaudesta ja ehkäisyn luotettavuudesta - Seksuaalisesta kiihottumisesta - Sukupuolten eroihin liittyvistä rooliodotuksista 	<ul style="list-style-type: none"> - Tunnistamaan raskauden merkit ja hankkimaan ehkäisyvälineitä - Kehittämään intiimin viestinnän ja neuvottelun taitoja - Tekemään vapaita ja vastuullisia valintoja 	<ul style="list-style-type: none"> - Kehittämään oma suhtautumistapa vanhemmuuteen, aborttiin ja ehkäisyyn - Ymmärtämään yhteisvastuu ehkäisystä - Hyväksymään seksuaalinen erilaisuus
Tunteet	<ul style="list-style-type: none"> - Eri tunteista, kuten mustasukkaisuudesta ja rakastumisesta - Ystävyyden, rakkauden ja intohimon eroista 	<ul style="list-style-type: none"> - Ilmaisemaan ystävyyttä ja rakkautta eri tavoin - Ilmaisemaan omia tarpeita, tunteita ja rajoja 	<ul style="list-style-type: none"> - Hyväksymään se, että ihmiset tuntevat eri tavoin, esimerkiksi sukupuolen, kulttuurin tai uskonnon vuoksi
Ihmissuhteet	<ul style="list-style-type: none"> - Iän, sukupuolen ja uskonnon vaikutuksista - Perhesuhteista ja niiden muutoksista - Verbaalisesta ja non-verbaalisesta viestinnästä 	<ul style="list-style-type: none"> - Puuttumaan epätasa-arvoon, syrjintään ja epäoikeudenmukaisuuteen - Luomaan sosiaalisia suhteita ja ystävystymään - Viestimään suhteisiin liittyvistä odotuksista ja tarpeista 	<ul style="list-style-type: none"> - Luomaan tasa-arvoinen ja kumpaakin tyydyttävä suhde - Ymmärtämään miten uskonto ja kulttuuri vaikuttavat suhteisiin

Murrosikä vaikuttaa nuoriin henkisesti. Oma ulkonäkö kiinnostaa enemmän ja kavereiden merkitys lisääntyy entisestään. Murrosiän alkaessa pojat ja tytöt viihtyvät vielä erillään toisistaan. Tytöt alkavat usein poikia nopeammin kiinnostua vastakkaisesta sukupuolesta. (Muurinen & Surakka 2001, 56–57.) Nuoret muodostavat omaa yksilöllisyyttään pukeutumisella, meikkaamisella ja kuvaamalla itseään eri rooleissa. Tämä auttaa tottumaan muuttuvaan ulkonäköön. (Cacciatore 2006, 207.) Vanhemmistakin nuoren murrosikä voi tuntua raskaalta. Nuori haluaa itsenäistyä ja saattaa olla pahantuulinen ja tuntuu, että kaikista asioista riidellään. Usein murrosiän loppupuolella tämä ilmiö tasaantuu. (Muurinen & Surakka 2001, 56–57.) Viimeisessä taulukossa käsittelemme WHO:n määrittelemiä seksuaalistandardeja tiedoista, taidoista ja asenteista 15–18-vuotiaille nuorille.

TAULUKKO 4. Seksuaalisuus 15–18-vuotiailla (Terveyden ja Hyvinvoinninlaitos 2010, 51–54)

15-18 vuotiaat	Tiedot Nuorelle on kerrottava:	Taidot Nuorelle on opetettava:	Asenteet Nuorta on autettava:
Ihmiskeho	<ul style="list-style-type: none"> - Murrosiän psykologisista muutoksista - Kehonkuvan muutoksista - Median välittämistä kauneusihanteista 	<ul style="list-style-type: none"> - Tunnistamaan tosielämän ja median kauneusihanteiden erot - Vastustamaan painostusta päihteiden ja seksin suhteen 	<ul style="list-style-type: none"> - Suhtautumaan oikein ihmiskehoa koskeviin kulttuurinormeihin - Hyväksymään ja arvostamaan erilaisia kehoja
Seksuaalisuus	<ul style="list-style-type: none"> - Seksuaalisesta kanssakäymisestä, tasa-arvosta, sekä seksin riskeistä - Seksin kaupallisuudesta (prostituutio) - Hygieniasta ja seksuaalisista terveyspalveluista - Seksuaalisesta väkivallasta 	<ul style="list-style-type: none"> - Keskustelemaan suhteiden eri muodoista ja syistä harrastaa tai olla harrastamatta seksiä - Tunnistamaan ja tunnustamaan oma seksuaalinen suuntautuminen avoimesti - Tekemään päätöksiä ehkäisystä ja ei-toivotuista raskauksista 	<ul style="list-style-type: none"> - Suhtautumaan myönteisesti seksuaalisuuteen ja nautintoon - Hyväksymään erilaiset seksuaaliset suuntautumiset - Ottamaan vastuu omasta ja kumppaninsa seksuaaliterveydestä - Ottamaan sukupuolten väliset erot huomioon
Tunteet	<ul style="list-style-type: none"> - Käsittelemään erilaisia tunteita, kuten rakkaus ja mustasukkaisuus - Rationaalisen ajattelun ja tunteiden eroista - Epävarmuudesta suhteen alussa 	<ul style="list-style-type: none"> - Käsittelemään rakkautta, ristiriitaisuutta, pelkoa, vihaa, hylkäämistä, luottamista, syyllisyyttä ja epävarmuutta sekä keskustelemaan niistä 	<ul style="list-style-type: none"> - Hyväksymään, että eri ihmiset tuntevat eri tavoin, ja siihen voi vaikuttaa moni asia, kuten uskonto tai kulttuuri
Ihmissuhteet	<ul style="list-style-type: none"> - Sukupuoliroolin mukaisesta käyttäytymisestä, odotuksista ja väärinkäsityksistä - Perherakenteista 	<ul style="list-style-type: none"> - Puuttumaan epäoikeudenmukaisuuteen ja epätasa-arvoon, sekä syrjintään - Kehittymään kannustavaksi ja huolehtivaksi kumppaniksi 	<ul style="list-style-type: none"> - Suhtautumaan avoimesti eri suhteisiin ja elämäntyyliin

2 SEKSUAALISUUS

Seksuaalisuus on osana ihmisyyttä kaikissa elämänkaaren vaiheessa. Jokaisella on oma yksilöllinen kehitysaikataulunsa seksuaalisuudessa. Seksuaalisuus ei ole vain biologinen ilmiö tai erilaisia tekoja, vaan se nähdään erityisesti sisäisenä prosessina, tunteina, toiveina ja valmiuksien kehityksenä. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2010, 9–10.) Seksuaalisuuteen kuuluvat seksuaalinen kehitys, biologinen sukupuoli, seksuaalinen suuntautuminen, sosiaalinen sukupuoli-identiteetti ja suvun jatkaminen. Jokainen voi kokea seksuaalisuuden omalla tavallaan, kuten esimerkiksi asenteissa, arvoissa, uskomuksissa, suhteessa itseen ja toisiin. (Väestöliitto 2014.)

Lapsuuden seksuaalisuus on erilaista kuin aikuisen seksuaalisuus, sillä se ei tavoittele parisuhdetta, lisääntymistä tai seksuaalista kosketusta. Lapsuuden seksuaalisuus on sisäistä ja ulkoista ihmettelyä, tietojen karttumista, uteliaisuutta, omaan kehoon tutustumista, läheisyyden opettelua, estotonta leikkiä sekä huolenpidon, turvan ja mielihyvän kokemuksia. Nuoruusvuosiin kuuluu nopeasti muuttuva ja haavoittuva kehonkuva, yksityisyyden ja keskeneräisyyden kokemus sekä hitaasti voimistuva rohkaistuminen, ja halu hankkia jaetun seksuaalisuuden kokemuksia. (Cacciatore 2006, 205.)

2.1 Seksuaalisen suuntautumisen ja sukupuolen monimuotoisuus

Seksuaalinen suuntautuminen on ominaisuus, joka kertoo siitä kehen ihminen ihastuu, rakastuu tai tuntee eroottista vetovoimaa. Seksuaalinen suuntautuminen määritellään oman sukupuolen ja tunteiden kohteen perusteella, mikä ei ole aina yksiselitteinen asia. Henkilöä, joka rakastuu vastakkaiseen sukupuoleen, kutsutaan heteroksi. Jos henkilö rakastuu samaan sukupuoleen, käytetään termiä homo tai lesbo. Henkilöä, joka tuntee eroottista vetovoimaan molempiin sekä naisiin että miehiin tai ihastuu sukupuolesta riippumatta ihmiseen, kutsutaan biseksuaaliksi. (Seta 2015.)

Transvestiitti sanalla tarkoitetaan henkilöä, joka pukeutuu vaatteisiin, joita ei ole totuttu pitämään tavanomaisina hänen sukupuolen edustajilla. Transvestiitilla tarkoitetaan ihmistä, joka tunnistaa omakseen biologisen sukupuolen lisäksi vastakkaista sukupuolta siinä määrin, että haluaa ilmentää ajoittain itseään monipuolisesti myös toiselle sukupuolelle ominaisilla tavoilla. Transvestiitti ei koe vastakkaisen sukupuolen roolia vain ollessaan pukeutuneena toisen sukupuolen vaatteisiin, vaan transvestiitilla on mahdollisuus kokea miehisyyttä ja naiseutta itsessä samanaikaisesti. Transvestisuus on koko ajan olemassa sisäisesti riippumatta siitä, mikä näkyy ulospäin. (Leinonen 2006, 157, 163.)

Transsukupuolisella ihmisellä tarkoitetaan ihmistä, joka kokee syntyneensä väärään sukupuoleen. Usein transsukupuolinen henkilö on kasvatettu siihen sukupuolirooliin, jota hänen ulkoiset sukupuolielimensä ilmentävät. Transsukupuolinen saattaa kokea kärsimystä ollessaan ”vankina” väärässä sukupuolella. Suomessa tuli vuonna 2003 voimaan laki transsukupuolen vahvistamisesta ja asetus sukupuolen muuttamiseen tähtäävän hoidon ja tutkimuksen järjestämiseksi. (Pimenoff 2006, 164.) Transnuori tarvitsee erityistä tukea aikuiselta, sillä esimerkiksi sukupuolitetut tilat, kuten pukuhuoneet saattavat olla ylitsepääsemätön ongelma nuorelle. Erityisjärjestelyillä voidaan parantaa nuoren kokemaa turvallisuutta ja oikeutta itsemäärittelyyn. (Aaltonen 2012, 75.)

Aikuisten tehtävänä on luoda avoin ilmapiiri, joka sallii nuoren olla oma itsensä. Seksuaalisen identiteetin löytäminen voi kestää koko elämän, mutta nuori voi olla jo varhain tietoinen omasta seksuaalisesta suuntautumisesta. Nuoren yksityisyyttä ja itsemäärittelyä on kunnioitettava ja esimerkiksi transnuoren seksuaalinen suuntautuminen on hänen itsensä määriteltävissä. Nuori ei ole selitysvelvollinen seksuaaliseen identiteettiin liittyvistä asioista. (Aaltonen 2012, 74.)

Nuorten kanssa on hyvä käydä keskustelua heteroseksuaalisuudesta yhtenä seksuaalisuuden suuntautumisen muotona. Tällä tavalla voidaan vähentää sitä ajattelutapaa, että heteroseksuaalisuus on itsestäänselvyys tai ensisijainen vaihtoehto. Seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvat nuoret kokevat vaikeimmaksi aiheesta vaikenemisen tai huomiotta jättämisen opetuksessa. (Aaltonen 2012, 74.)

Ruotsalaisen Hon Han Hen -tutkimuksen mukaan LHBT-nuorten (lesbo, homo, bi, trans) hyvinvointi on selvästi huonompi kuin muiden. Nuorten pahoinvointia lisäävät syrjivät asenteet ja he joutuvat kiusaamisen, väkivallan ja uhkailun kohteeksi useammin kuin muut nuoret. LHBT-nuoret käyttävät tutkimuksen mukaan enemmän päihteitä ja tupakkaa, ja kokevat terveytensä ja henkisen hyvinvointinsa huonommaksi kuin heteroseksuaalinuoret. Tutkimuksen mukaan LHBT-nuoret tarvitsevat enemmän henkistä tukea heteronormatiivisessa yhteiskunnassa. (Ungdomsstyrelsen 2010, 10, 29)

LHBT-nuorilla ja seksuaalisesta suuntautumisesta epävarmoilla nuorilla on eniten itsetuhoisia ajatuksia ja itsemurhayrityksiä. Tutkimuksen mukaan 16–29-vuotiailla miehillä itsemurha-ajatuksia oli ollut 42 prosentilla homo- ja biseksuaalisista ja 29 prosentilla seksuaalisesta suuntautumisestaan epävarmoilla miehillä. Homo- ja biseksuaalisista miehistä 11 prosenttia ja seksuaalisesta suuntautumisestaan epävarmoista miehistä 17 prosenttia oli yrittänyt itsemurhaa. Heteroseksuaalisista miehistä 12 prosenttia oli ajatellut itsemurhaa ja kolme prosenttia yrittänyt sitä. (Ungdomsstyrelsen 2010, 37–38.)

Nuorilla naisilla vastaavat luvut ovat vielä korkeammat. 16–29-vuotista homo- ja biseksuaali naisista itsemurhaa oli ajatellut 47 prosenttia ja seksuaalisesta suuntautumisestaan epävarmoista naisista 34 prosenttia. Homo- ja biseksuaalisista naisista 27 prosenttia ja seksuaalisesta suuntautumisestaan epävarmoista naisista 21 prosenttia oli yrittänyt itsemurhaa. Heteroseksuaalisista naisista 20 prosenttia oli ajatellut itsemurhaa ja kahdeksan prosenttia oli yrittänyt sitä. (Ungdomsstyrelsen 2010, 37–38.)

2.2 Seksuaaliterveys

Maailman terveysjärjestö WHO määrittelee seksuaaliterveyden seksuaalisuuteen liittyvänä hyvinvoinnin tilana, johon liittyvät fyysiset, psyykkiset, emotionaaliset sekä sosiaaliset tekijät. Määritelmässä korostetaan nautinnon keskeistä asemaa, sekä jokaisen oikeuksia turvallisiin seksuaalisiin kokemuksiin ilman pakottamista, väkivaltaa tai syrjintää. (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2010, 17–19.) Raisa Cacciatoren mukaan seksuaaliterveys on ihmisen hyvinvoinnin tärkeä osa-alue. Seksuaaliterveys on kykyä huolehtia ja nauttia omasta itsestään, halutessaan hakeutua seksuaaliseen kontaktiin, kokea nautintoa läheisyydestä sekä aikuisena kykyä lisääntyä ja ottaa vastuu parisuhteesta ja vanhemmuudesta. Hyvä seksuaaliterveys edellyttää positiivista ja kunnioittavaa suhtautumista seksuaalisuuteen ja seksuaalisiin suhteisiin. (Cacciatore 2007, 31.)

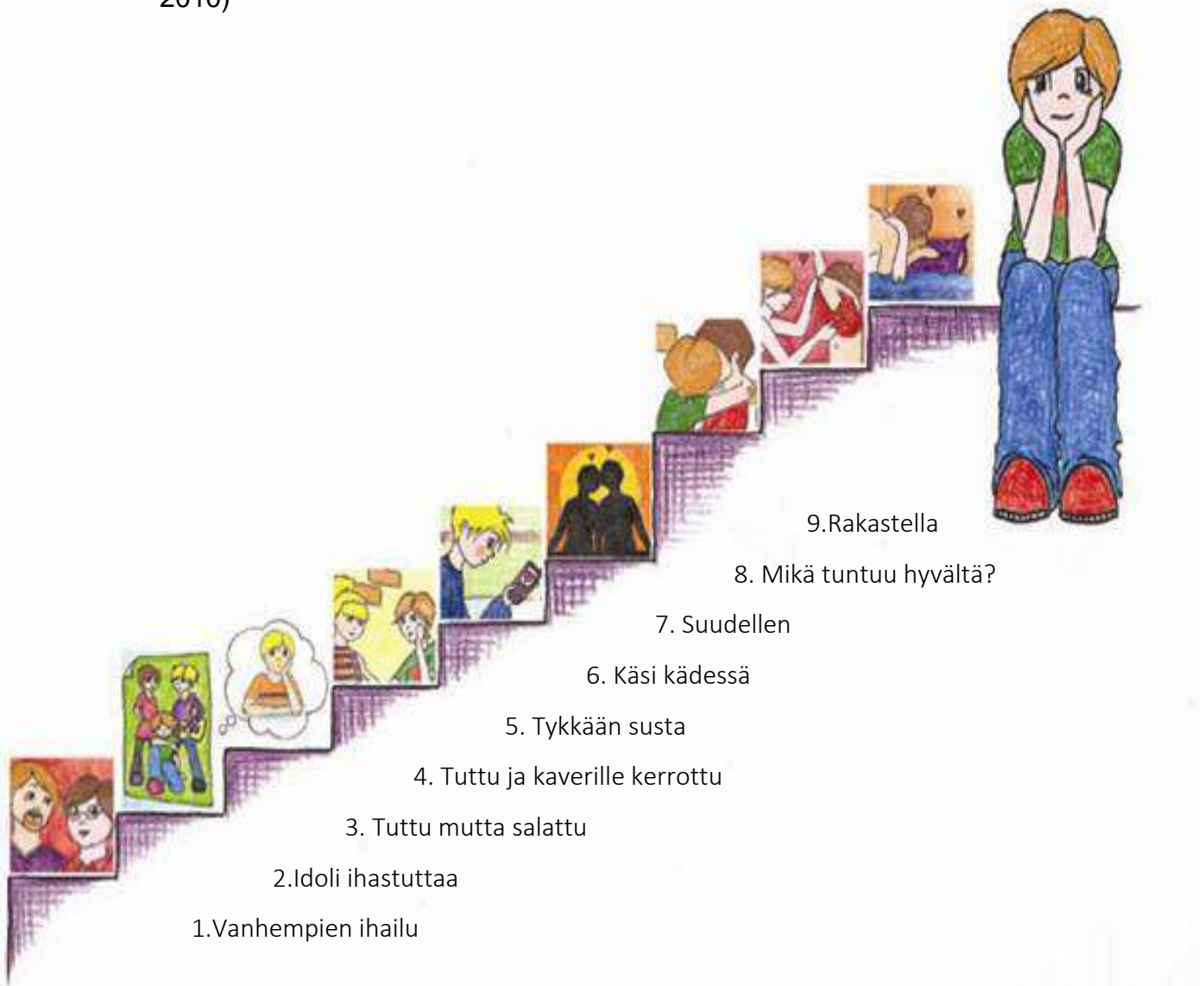
Lapsuuden seksuaaliterveys on jatkuvaa rakennusaineiden kokoamista aikuisuuden, kehoon ja kehollisuuteen tutustumista, omanarvontunnetta, tunteiden ja tuntemusten kokemista, oppimista ja opettelua sekä rakastamista ja ihastumista (Cacciatore 2007, 32). Lapsilla seksuaalisuuteen kasvaminen näyttäytyy uteliaisuutena seksuaalisuutta kohtaan ja seksuaalisväritteisillä leikeillä, jotka ovat yleisimpiä alle kouluikäisillä lapsilla. Lapset saattavat leikkiä ”lääkärileikkejä”, joihin kuuluu sukupuolielinten näyttäminen toiselle lapselle. Lapset kuitenkin ymmärtävät nopeasti, että seksuaalisuus ja siihen liittyvät leikit ovat yksityisiä ja oppivat pitämään leikkejä salassa aikuisilta. Aikuiset näkevät siis vain osan lasten seksuaalisesta käyttäytymisestä. (Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiiri 2015, A.) Lapsen seksuaalinen käyttäytyminen saattaa tulla esiin elämän erilaisten kriisien, kuten vanhempien avioeron tai läheisen kuoleman jälkeen. Lapset reagoivat kriiseihin ahdistuneisuudella ja ahdistuneisuus voi ilmetä lisääntyneenä itsensä kosketteluna tai fyysisen läheisyyden hakemisena. Itsensä koskettelu ja itsetyydytys tuottavat mielihyvää ja auttavat lasta rauhoittumaan. (Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiiri 2015,B.)

Aikuisten on tärkeää olla tietoisia lapsen normaalista kehityksestä. On hyvä tietää, minkälaista käyttäytymistä lapsilla esiintyy normaalin seksuaalisen kehityksen eri vaiheilla, jotta voi arvioida, mikä lapsen käyttäytymisessä on normaalia ja mistä tulisi huolestua. Jos lapsen tai nuoren seksuaalisuuteen liittyvästä toiminnasta puuttuu ilo ja tahattomuus, ja toiminnassa alkaa esiintyä väkivaltaa tai pakonomaisuutta, voidaan puhua yliseksuaalisesta käyttäytymisestä. Seksuaalisesta käyttäytymisestä voi tulla keskeinen osa lapsen elämänsisältöä, jolloin kaikki hänen tekonsa pyörivät seksuaalisuuden ympärillä. Lapsella voi olla ikätasoonsa nähden liikaa tietoa seksuaalisuudesta ja hänen käyttäytymisensä voi poiketa merkittävästi samanikäisten lasten käyttäytymisestä. Myöhemmällä iällä yliseksuaalisesti käyttäytyville lapsille saattaa syntyä ongelmia seksuaalisuuteen liittyen, kuten esimerkiksi suojaamattomia seksiä ja useita seksikumppaneita. (Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiiri 2015, B.)

2.3 Seksuaalisuuden kehitys

Erja Korteniemi-Poikela ja Raisa Cacciatore (2010) kuvaavat seksuaalisuuden kehitystä portaiden avulla. Seksuaalisuuden portaat ovat heti sovellettavissa oleva työväline vanhemmille ja ohjaajille seksuaalisuudesta puhumiseen eri-ikäisille lapsille ja nuorille. Portaat kuvaavat monia vuosia kestävästä muutosta seksuaalisuudessa. Mallissa esitellään yhdeksän eri kehitysvaihetta, mutta seksuaalisuuden kehittyminen jatkuu vielä portaidenkin yli. Nuoren olisi hyvä saada tietoa eri kehitysvaiheista jo hyvissä ajoin, jotta hän ymmärtää tulevaisuudessa tapahtuvia muutoksia. Tärkeää on kertoa esimerkiksi murrosiästä, jotta nuori ymmärtää, mitä hänessä murrosiän aikana tapahtuu, ja mitä asioita tulee ottaa huomioon. Nuorten tietoisuudella edistetään heidän seksuaalisuuden säilymistä elämää rikastuttavana voimavarana läpi elämän.

KUVA 1. Seksuaalisuuden portaat -malli (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2010)



Seksuaalisuuden portaat kuvaavat johdonmukaisesti sitä, miten seksuaalisuudessa tunteiden kohteet muuttuvat ihmisen kehityksen myötä. Tämä tapahtumasarja on sisäinen tunnematka lapsuudesta aikuisuuteen ja kuvaa seksuaalisuutta yksilön sisäisenä prosessina, eikä pelkistettynä toimintaan. Kehitys ja tunteet eivät ole kuitenkaan sidoksissa ikävuosiin, vaan portaita voidaan kokea päällekkäin, välillä perääntyen tai kiiruhtaen. Portaita katsellessa on hyvä muistuttaa nuorta yksilöllisestä kehityksestä, ja että jokaisella on oikeus viipyä omalla portaallaan niin kauan kuin siltä tuntuu. Tämä auttaa ymmärtämään ja kunnioittamaan mahdollisesti kumppanin eritahtista kehitystä. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2010.)

Seksuaalisuuden kehittyminen alkaa jo heti lapsen synnyttyä uteliaisuuden vaiheella. Vauva tutkii maailmaa eri aisteilla ja lapsen itsetunto ja kehonkuva rakentuvat. Uteliaisuuden vaihe liittyy osaltaan ensimmäiseen portaaseen, joka on nimeltään ”Vanhempien ihailu”. (Väestöliitto, Opetushallitus 2000.) Ensimmäisellä portaalla luodaan perusturvallisuus ja -luottamus vanhempiin. Porras ajoittuu leikki-ikään, noin 2–6-vuotiaaseen ja on seksuaalisen kehittymisen perusta. Tällä portaalla on tehtävänä kokea ensimmäinen rakastuminen sekä tuntea pettymystä ja siitä selviämistä. Rakastuminen tapahtuu usein omiin vanhempiin tai lähipiiriin aikuiseen. Seuraavana vaiheena on hermistymisvaihe, jossa lapsi joutuu ristiriitaan oman kehonsa ja tunteiden kanssa. Juuri kun hän oppi pelisäännöt, miten tyttönä tai poikana ollaan, alkaa sisäinen epävarmuus ja itsenäistymisen vaihe. Tämä vaihe sisältää suurimman osan seksuaalisuuden portaista. Toisena portaana on ”Idoli ihastuttaa”, jossa lapsen tehtävänä on opetella kokemaan ihastumiseen ja rakastumiseen liittyviä tunteita haaveilemalla. Idolirakkaus-portaalla ihastuksen kohde siirtyy kodin ulkopuolelle ja on usein julkisuuden henkilö, joten ihastuminen perustuu mielikuvitus- ja haavemaailmaan. Porras ajoittuu noin 7–15-vuotiaaksi. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2010.)

Seuraavalle portaalle kavuttaessa ihastumisen kohteena on tuttu lähipiiriin ihminen, kuten koulukaveri tai kaverin veli. Portaan nimi on ”Tuttu mutta salattu” ja tehtävänä on opetella sietämään lähellä olevaan ihmiseen kohdistuvia ihastumisen ja rakastumisen tunteita. Ihastumista ei osoiteta kohteelle, eikä siitä kerrota edes parhaalle kaverille, vaan tunteita käsitellään yksin turvallisesti haaveilemalla. (Väestöliitto, Opetushallitus 2000.) Porras tulee ajankohtaiseksi yksilöstä riippuen noin 8–18-vuotiaana. Neljännellä portaalla opetellaan luottamusta ja uskallusta kertoa omista tunteista toiselle ihmiselle. Tunteista ei kerrota kuitenkaan vielä ihastuksen kohteelle vaan useimmiten parhaalle kaverille. Tässä vaiheessa (noin 10–14-vuotiaana) nuori on kehittynyt tunne-elämässä jo niin pitkälle, että uskaltaa kertoa omat tunteensa toisen ihmisen arvioitavaksi. Siirtyäkseen portailla eteenpäin nuori tarvitsee ystävän tukea ja hyväksyntää omille tunteilleen. Tällä portaalla opetellaan ole-

maan ystävä ja vahvistetaan ajatusta kumppanuudesta. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2010.)

Viidennellä ”Tykkään sinusta”- portaalla harjoitellaan tunteiden ilmaisua ihastuksen kohteelle esimerkiksi paperilapun tai tekstiviestin välityksellä. Ensimmäistä kertaa ihastus tietää asiasta ja nuori saa kokemuksen, että on itse toiminut asioiden eteen. Vastarakkauten saaminen on mahdollista, mutta vastoinikäymisetkin kestetään. Jos vastarakkautta löytyy, nuoret saattavat sopia seurustelevana. Seurustelu ei välttämättä täytä aikuisten käsitystä seurustelusta, mutta sitä ei tule vähätellä, koska tämä on tärkeä vaihe ihmissuhteiden solmimisen opettelussa. Seurustelusuhde ei sisällä läheisyyttä ja päättyy usein nopeasti takaisin ystävyudeksi. Samoihin aikoihin portaan tunnekokemusten kanssa murrosiän muutokset alkavat usein tapahtua. Seuraavan portaan saavutettua ihminen rohkaistuu rakastettavaan läheisyyteen ja kertoo kaikille seurustelevana. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2010.)

Kuudes porras on nimeltään ”Käsi kädessä” ja sijoittuu noin 12–16 ikävuosille. Tämä porras on ihmissuhteiden kannalta yksi tärkeimmistä kehitysvaiheista ja vaikuttaa kaikkiin tulevaisuuden seurustelusuhteisiin. Tunteet ovat hyvin voimakkaita, niin rakastuminen kuin pettymyksen ja kaipuun tunteetkin. Vaikka rakastumisen tunne on voimakas, ei tähän portaaseen kuulu vielä suuteleminen. Tässä vaiheessa ollaan vielä käsi kädessä. Portaalla opetellaan hallitsemaan tunteita voimakkaan rakastumisen kuin eron hetkien surunkin osalta, opetellaan seurustelun pelisäännöt, mutta nautitaan myös itsetyydytyksen saloista. (Väestöliitto, Opetushallitus 2000.)

Käsi kädessä- vaiheesta siirrytään portaalle nimeltä ”Suudellen”. Tällä portaalla tehtävänä on opetella ilmaisemaan rakkautta suutelemalla. (Väestöliitto, Opetushallitus 2000.) Vaihe, johon kuuluu suutelu, osuu usein 14–18-vuoden ikään ja tällöin opitaan ottamaan huomioon myös kumppanin tunteet ja ymmärretään kiihottuminen normaalina ja hyvänä asiana. Suudellen-portaalla rakkauden tunnustuksena useimmiten kädestä pitäminen, halailu, yhdessä lähekkäin oleminen ja suuteleminen riittävät. Viimeistään tällä portaalla itsetyydytys tulee osaksi seksuaalisuutta ja nautinnon kokemista. Toi-

sen hyväily on ajankohtaista vasta kahdeksannella portaalla, tätä kutsutaan ”Mikä tuntuu hyvältä?”-vaiheeksi. Nuori etenee seurustelusuhteessaan kokeilemaan toisen ihmisen kehoa kokonaisuutena. Tällöin opetellaan antamaan ja ottamaan vastaan hellyyttä ja nautintoa, siis harjoitellaan rakastelemista. Tärkeintä on oppia puhumaan seksiin liittyvistä asioista ääneen. Kerrotaan omista peloista, jännityksestä ja estoista. Myös ei-sanan sanomista tulee harjoitella, koska ei tule tehdä mitään sellaista mihin itse ei ole valmis. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2010.)

Seuraavalle portaalle pääseminen tarvitsee rohkeutta, sillä yhdeksäs porttas on nimeltään ”Rakastella”. Tälle portaalle pääseminen tapahtuu usein noin 16–25-vuotiaana, jolloin on löytänyt sellaisen kumppanin, jonka kanssa tunneside, luottamus ja turvallisuus ovat niin syviä, että haluaa suhteelta paljon enemmän, jopa yhdyntää. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2010.) Nuori aikuinen voi saada rakastelusta sekä fyysistä että psyykkistä mielihyvää yhdistämällä fyysisen tapahtuman läheisyyden, turvallisuuden ja rakkauden tunteisiin. Ihmisellä tulisi rohkeuden lisäksi olla riittävä tietotaito seksiriskeistä ja niiltä suojautumiselta, sekä vastuuntunto, empatia ja kunnioitus kumppaniaan kohtaan, jotta lopputulos miellyttäisi molempia. (Väestöliitto, Opetushallitus 2000.)

Seksuaalisuuden portaat -mallissa kuvattujen portaiden jälkeenkin seksuaalisuuden tunnemaailman kehitys jatkuu. Muutoksia tapahtuu jatkuvasti koko ihmisen elämänkaaren ajan ja tunnemaailman kehitys ohjaa erilaisten ratkaisujen teossa kuin myös tuoden rakkauden tunteita elämään. Yhdeksäs porttas jatkuu useimpien ihmisten kohdalla sitoutumisen portaalle ja tästä eteenpäin yhteisen elämän rakentamisen ja yhteisen lapsen kaipuun portaalle. Seksuaalisuuden kehitys jatkuu aina vanhuuteen saakka omalla yksilöllisellä tavallaan kunkin ihmisen kohdalla. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2010.)

2.4 Seksuaalisuuden portaat toiminnallisena harjoituksena

Tutustu ennalta seksuaalisuuden portaisiin. Käy nuorten kanssa seksuaalisuuden portaat läpi ennen toiminnallista harjoitusta. Seksuaalisuuden portaat voidaan kuvata seinälle esimerkiksi kartongista rakennettuna tai paperille piirrettynä yhdeksän askelmaisena portaikkona. Pyydä nuorilta etukäteen nimetömiä kysymyksiä ystävyyteen, seurusteluun, kehoon, seksuaalisuuteen tai seksiin liittyen. Lue kysymykset ennen yhteistä toiminnallista harjoitusta ja hae kysymyksiin vastaukset. Näitä kysymyksiä voidaan käsitellä myöhemmin ryhmässä.

Seksuaalisuuden portaita käydään läpi porras kerrallaan ja keskustellen kunkin portaan kehitystehtävästä: mikä on tärkeää kunkin portaan kohdalla ja mikä on kunkin portaan kehitystehtävä? Jokainen ryhmäläinen voi pohtia mielessään, millä portaalla seisoo juuri nyt ja millaisia kehityshaasteita liittyy tähän elämänvaiheeseen ja millaisia portaita hänelle on vielä tulossa. Keskustelun olisi hyvä olla yleisellä tasolla, eikä kohdistaa huomiota kenenkään henkilökohtaisiin asioihin. Keskustelulle tulee varata hyvin aikaa.

Seksuaalisuuden portaiden jälkeen otetaan esille nuorten ennalta esittämät kysymykset ja vastataan niihin. Jokainen kysymys vastauksineen liitetään yhdessä nuorten kanssa sille portaalle, jolle katsotaan sen kuuluvan. Vastauksia miettiessä on hyvä muistaa, että kaikki kysymykset eivät välttämättä kuulu seksuaalisuuden portaille, esimerkiksi pornoon liittyvät tai muut provosoivat kysymykset. Tällaiset kysymykset voidaan liittää erilliselle porno/epätosi- seinälle ja kertoa nuorille että ne eivät kuulu normaaliin seksuaalisuuden kehittymiseen, vaan ovat seksuaalisuuden portaiden ulkopuolella. Jos kysymyksiä pornosta tai muista ei-seksuaalisuuden portaille kuuluvista asioista ryhmässä ilmenee, on hyvä keskustella nuorten kanssa aiheista ja tarjota mahdollisuutta kahden keskeiseen keskusteluun aikuisen kanssa.

2.5 Seksuaalioikeudet

Seksuaalioikeudet ovat yleismaailmallisia ihmisoikeuksia, jotka koskevat jokaista yksilöä. Oikeuksilla tarkoitetaan valtaa päättää tietoisesti ja vastuullisesti omaan seksuaalisuuteensa liittyvistä asioista. Seksuaalioikeudet pohjautuvat YK:n ihmisoikeusjulistukseen, sillä oikeuksien perustana on tasa-arvo, vapaus, yksityisyys ja itsemääräämisoikeus. Väestöliiton asiantuntijat ovat muokanneet yleismaailmallisista seksuaalioikeuksista erityisesti suomalaisille nuorille kohdistuneet seksuaalioikeudet:

1. Oikeus elämään, oikeus olla oma itsensä, tehdä itsenäisiä päätöksiä ja ilmaista mielipiteensä.
2. Nuorella on oikeus nauttia omasta kehostaan ja seksuaalisuudestaan.
3. Nuorilla ja lapsilla on oltava vapaus uskonnollisten tekstien, uskomusten, aatteiden ja perinteiden rajoittavista tulkinnoista tai omaan kehoon puuttuvista loukkauksista seksuaalisissa asioissa.
4. Kukaan ei saa kiusata, syrjiä tai loukata nuorta hänen sukupuolensa, seksuaalisten erityispiirteidensä, kehittyneisyytensä tai kehittymättömyytensä vuoksi.
5. Nuorta ei saa haukkua hänen seksuaalisuuttaan loukkaavasti (esim. huoraksi tai homoksi) eikä ahdistella seksuaalisesti.
6. Nuorella on aina oikeus sanoa mielipiteensä kun hänen seksuaalisuuteensa liittyvistä asioista keskustellaan tai niistä päätetään.
7. Oikeus valita vapaasti haluaako avioitua tai pysyä naimattomana sekä oikeus perhesuunnitteluun.
8. Jokaisella nuorella tulee olla oikeus seksuaaliseen suuntautumisensa mukaiseen tyydyttävään seksuaalisuuteen ja sukupuolielämään, kunhan ei vahingoita eikä alisteta ketään toista.
9. Jokaisen täytyy saada rauhassa päättää itse haluaako olla seksuaalisesti aktiivinen vai ei.
10. Nuorella on oikeus osoittaa seksuaalista halukkuutta ja oikeus peräytyä ja kieltäytyä missä tahansa seksuaalisen tapahtuman vaiheessa.
11. Nuorella on oikeus saada riittävästi tietoa ja välineitä ehkäistäkseen suunnittelemattomia raskauksia, oikeus ajoissa ja oikein tehtyyn raskauden

keskeytykseen ja oikeus myös jatkaa raskauttaan ja saada tällöin kaikki tarpeellinen tuki.

12. Oikeus tietoon seksuaalisuudesta, ehkäisymenetelmistä, sukupuolitaudeista ja HIV:stä sekä omista oikeuksistaan.

13. Aikuisten tulee kertoa nuorille seksiin liittyvistä riskeistä sekä niistä menetelmistä, joilla riskejä voidaan välttää. Nuorelle tulee tarjota tieto seksuaalisuuden luonnollisuudesta ja keinoista, joilla seksuaalista tyydytystä, onnellisuutta ja tasapainoa voi turvallisesti kokea.

14. Neuvontaa ja ehkäisyvälineitä sekä seksuaaliterveydenhoitoon tarkoitettuja lääkkeitä tulee olla nuorten saatavilla heille mahdollisissa paikoissa, mahdolliseen aikaan ja mahdollisella hinnalla.

15. Aikuisilla on velvollisuus tiedottaa nuorille heidän seksuaalisista oikeuksistaan, jotta he ymmärtävät vaatia niitä ja suojella itseään.

16. Ketään ei saa painostaa suojaamattomaan seksiin. Aikuisten on järjestettävä nuorille riittävästi neuvontaa ja tiedotettava siitä.

17. Aikuisten on määrätietoisesti taisteltava vastaan häiriintyneiden yksilöiden halua käyttää nuoria tai lapsia seksuaalisesti hyväkseen.

18. Oikeus seksuaaliterveydenhuoltoon, joka on luottamuksellista, korkeatasoista, ja johon nuorilla on varaa. Nuorille tarjotut seksuaaliterveydenhuollon palvelujen tulee olla alueellisesti ja laadullisesti tasa-arvoisia. (Väestöliitto 2015, A.)

2.6 Seksuaalisuus eri kulttuureissa

Monille ihmisille tutuin uskonto on evankelisluterilainen uskonto eli kristinusko. Siinä Raamattu on ihmisten oppaana. Raamatun perimmäinen sanoma kertoo, että maailmankaikkeus on Jumalan luoma ja Jumala toivoo ihmisten rakastavan toisiaan ja antavan toisilleen anteeksi. Luomiskertomuksen mukaan synnytyksen kipu on rangaistus naisille lankeemuksesta. Luterilainen uskonto hyväksyy ehkäisyn. Abortti on herättänyt luterilaisessa kirkossa mielipiteitä puolesta ja vastaan. Osa jäsenistä hyväksyy sen, jos raskaus uhkaa äidin henkeä. (Duodecim 2008 16–23.) Suomessa eduskunta hyväksyi lain tasavertaisesta avioliitosta. Uusi laki kuuluu näin; ”Kaksi henkilöä, jotka ovat

sopineet menevänsä avioliittoon keskenään, ovat kihlautuneet” (Laki avioliiton muuttamisesta 156/2015).

Jehovan todistajat ovat Suomessa pieni ryhmä. Heillä on oma uskonnollinen opetuksensa ja he elävät tiiviissä ryhmässä. Jehovan todistajat tulkitsevat Raamattua kirjaimellisesti. Jehovan todistajien mukaan seksuaalisuus kuuluu avioliittoon ja masturbaatio on epäsoveliaista. Seurustelua ei suvaita, ellei se johda avioliittoon. Jehovan todistajien odotetaan käyttävän säädyllisiä vaatteita ja käyttäytyvän hyvin. Aborttia ei hyväksytä missään tapauksessa, ei edes raiskauksen jälkeen. Aviopari saa kuitenkin itse päättää, koska haluaa hankkia lapsia. Homoseksuaalisia tekoja ei sallita. Jehovan todistajat uskovat oman uskontonsa oikeaksi ja muut uskonnot ovat väärä. Jos joku henkilö on erotettu yhteisöstä tai lähtenyt itse, häneen ei saa pitää yhteyttä. (Duodecim 2008, 47–53.)

Ortodoksinen kirkko on pieni vähemmistö Suomessa. Se noudattaa Raamatun sanomaa, pyhien isien ja äitien kertomuksia, sekä kanoneita. Kanonit tarkentavat ja selventävät Raamatun ohjeita. Ortodoksinen kirkon opetuksena seksuaalisuus on luonnollinen ja positiivinen asia. Sitä pidetään Jumalan lahjana ihmiselle. Vaikka seksuaalisuus nähdään positiivisena asiana, seksi kuuluu avioliittoon. Ortodoksinen kirkko kannustaa yksiavioisuuteen, mutta kirkossa voidaan mennä naimisiin kolmesti. Ortodoksit uskovat, että uusi elämä alkaa kun munasolu hedelmöittyy, joten ehkäisykeinoina sallitaan ne keinot jotka ehkäisevät hedelmöittymisen. Aborttia voidaan pitää jopa murhana. Ortodoksinen kirkko hyväksyy homoseksuaalisuuden, mutta ei tasa-arvoista avioliittoa. (Duodecim 2008, 56–69.)

Katolinen kirkko noudattaa Raamatun sanaa ja korostaa omantunnon ratkaisuja. Seksuaalisuuteen kannustetaan avioliitossa ja katolisen kirkon mukaan seksuaalisuus on lisääntymistä varten. Tämän vuoksi ehkäisyvälineitä ei suosita. Kirkko suhtautuu kielteisesti keinohedelmöitykseen, koska keino ei ole luonnollinen. Katolinen kirkko ei suvaitse sterilisaatiota, koska se loukkaa sukuelinten ulkonäköä. Katolisen kirkon mukaan on tärkeää harjoittaa siveyttä, koska seksuaalisuus kuuluu vain avioliittoon. Avioliitto on purkamaton, jo-

ten kirkko ei hyväksy eronneiden uudelleen naimisiinmenoa. Kirkko ei hyväksy homoseksuaalisuutta. Katolinen kirkko arvostaa selibaattia, vaikka seksuaalisuus kuuluu ihmisille, se ei edellytä seksiaktia. (Duodecim 2008, 135–141.)

Juutalaiset uskovat yhteiseen Jumalaan, sielun kuolemattomuuteen ja Messiaan saapumiseen. He noudattavat ainoastaan Vanhan testamentin Nooan seitsemää lakia ja heillä on 613 erilaista käskyä. Juutalaisuus ei salli avioliiton ulkopuolista seksiä, mutta avioliitossa seksi on hyväksyttävää. (Duodecim 2008, 145–154.)

Islam tarkoittaa alistumista yhdelle Jumalalle. Islamin uskon säännökset koskettavat jokapäiväisiä asioita. Moraalisäännökset koskevat moraalisesti vastuullisia asioita, kuten älä varasta. Suvunjatkamisvietti koetaan Islamissa niin vahvana, että sen vuoksi siveys- ja seksuaalisuussäännöt koetaan tärkeinä. Islamissa Koraani, hadithi, Islamin pilarit sekä uskontunnustus ovat pohja koko uskonnolle. Peruspilareihin kuuluu rukous viisi kertaa vuorokaudessa, almuvero Jumalalle, paasto kerran vuodessa ja pyhiinvaellus Mekkaan. Muslimit uskovat, että mitä tapahtuukin, se on Jumalan tahto. (Duodecim 2008, 98–100.) Islamissa moniavioisuus neljän vaimon kanssa on sallittua. Homoseksuaalisuus on ehdottoman kiellettyä ja masturbaatio paheksuttavaa. Avioliiton ulkopuoliset suhteet tuomitaan. Ehkäisy sallitaan niin kauan kun se ei ole pysyvää. Abortti on kielletty paitsi jos raskaus vaarantaa äidin hengen. Poikien ympärileikkaus on tavallista Islamissa. Raiskaus on erittäin tuomittava teko. Hoitotilanteessa on tärkeää, että hoitaja tai lääkäri on samaa sukupuolta potilaan kanssa, jos hoitotilanteessa tulee riisua vaatteita. Hätätilanteessa eloonjääminen on tärkeämpää kuin siveys. (Duodecim 2008, 102–111,114.)

2.7 Seksuaalisuus mediassa

Nykyajan nuorille ei ole ongelma enää tiedon löytäminen, vaan se, että mediasta löytyy väärää tietoa. Nuoret tarvitsevat medialukutaitoa käsitelläkseen päivittäistä mediaa. Medialukutaito tarkoittaa kykyä lukea ja ymmärtää mediaa. Hyvän medialukutaidon omaava henkilö pystyy arvioimaan, mille kohde-ryhmälle mainos on suunnattu tai millaisilla keinoilla mainostaja pyrkii vaikuttamaan vastaanottajaan. Mediaesitykset rakentuvat eri elementeistä, kuten tekstistä, äänestä ja kuvista. Medialukutaito on tämän median koodiston eli kielen hallinnan taitoa. (Yle, Mediakompassi 2015.)

On osattava tunnistaa, mikä mediassa on oikeaa tietoa seksuaalisuudesta ja mikä ei pidä paikkansa. Televisiossa, Internetissä sekä lehdissä kerrotaan miten pitäisi pukeutua ja millainen on unelmien poikaystävä. Myös uutisia kannattaa seurata kriittisesti. Uutiset voivat näyttää vain kapean osan käsiteltävästä aiheesta. (Fogelholm, Huuhka, Reinikkala & Sundman 2011, 22–24.) Seksuaalisuus esiintyy mediassa usein negatiivisena. Mediasta nuoret kuulevat ja näkevät hyväksikäyttöä ja vääränlaista suhtautumista seksuaalisuuteen. Vähemmälle jäävät lasten ja nuorten seksuaalisen kehityksen tukeminen ja onnellisten parisuhteiden kuvaaminen.

Markkinointiviestintä julkaisee kuvia ja kampanjoita, joihin pitää osata suhtautua kriittisesti. Kuvia usein muokataan, ja kuvakulmaa, valaistusta sekä sommittelua muutetaan. Usein kuvia käsitellään jälkikäteen kuvaustilanteiden päätyttyä. Kuvan tehtävä on pysäyttää ja jäädä mieleen. Usein markkinoija tekee mitä tahansa myydäkseen tuotettaan ja antaa siitä jopa tyhjiä lupauksia. Usein kuvissa käytetään tuttuja julkisuuden henkilöitä myynnin edistämiseksi ja heidän avullaan saatetaan myydä tuotetta. (Fogelholm, Huuhka, Reinikkala & Sundman 2011, 25.)

Yksi nykyajan yleisimmistä median muodoista on Internet. Internetissä on paljon hyviä puolia, mutta huonoja puoliakin on. Internetissä tietoa on erittäin monipuolisesti ja sitä voi hakea ja muokata kuka tahansa. Internetistä löytää niin ammattilaisen tekemiä tieteellisiä artikkeleita kuin sivustoja, joihin voi kir-

joittaa kuka vain, kuten Wikipedia. Tiedon luotettavuutta on arvioitava ja tarkistettava tekstin kirjoittaja, julkaisija ja milloin se on julkaistu. (Fogelholm ym. 2011, 25–26.)

Nykyisin suosituissa sosiaalisessa mediassa, kuten Facebook tai Instagram, voi pitää yhteyttä ystäviin ja lisätä kuvia. Käyttäjän on hyvä muistaa, että kaikki mitä julkaistaan netissä, kuten kuvat, jäävät sinne ikuisesti. (Fogelholm ym. 2011, 25–26.) Aaltosen (2012, 23–24) mukaan nuorten Internetin käyttöä on yhä vaikeampi valvoa, sillä nuorilla on Internet usein kännykässä ja omalla tietokoneellaan. Nuoret kokevat Internetissä tutustumisen helpoksi. Osalla nuorista on kavereita Internetissä, joita he eivät ole tavanneet kasvokkain. Pelastakaa Lapset ry:n kyselyn (2010, 7) mukaan kolmannes nuorista oli tavannut nettikaverin kasvokkain ja reilu kolmannes oli harkinnut nettikaverin tapaamista. Internet voi olla merkittävä väylä nuoren identiteetin rakentumisessa. Internetissä voi tavata samankaltaisia nuoria, joilta voi saada merkittävää tukea. Esimerkiksi nuorelle, joka miettii seksuaalista suuntautumistaan, voi Internet olla ainoa paikka, jossa kyseisestä asiasta uskaltaa puhua. (Aaltonen 2012, 23–24.) Pelastakaa Lapset ry:n kyselyn (2010, 8) mukaan vajaa 40 prosenttia nuorista oli puhunut seksistä ja seksuaalisuudesta nettikavereiden kanssa.

Internetissä voi puhua anonyymisti esimerkiksi keskustelupalstoilla. Tämä voi lisätä kiusaamista. Anonyymin käyttäjätunnuksen takana voi olla huijari tai pedofiili. Erilaisista nettiyhteisöistä voi saada vertaistukea ja vastauksia nuorten kysymyksiin. Internetissä voi kuitenkin olla kyseenalaisia yhteisöjä, jotka voivat kannustaa jopa vaaralliseen käytökseen. Siksi nämä yhteisöt on syytä tarkistaa tarkkaan. Internetissä voi olla vaarallisia tai laittomia sivuja, joista voi ilmoittaa osoitteeseen www.pelastakaalapset.fi/nettivihje/index.php. (Fogelholm ym. 2011, 25–26.)

Seksiä käsitteleviä viestejä on mediassa yhä enemmän ja usein niillä on suuri huomioarvo. Seksi myy esimerkiksi musiikkivideoissa, mainoksissa ja televisi-ohjelmissa. Suurin osa lasten ja nuorten kohtaamasta seksistä ei ole asiallista tai opettavaista. Oikean ja väärän tiedon erottaminen toisistaan on vai-

keaa ilman aikuisen tukea. Netti tuo pornon lasten ja nuorten ulottuville. Ongelmana tässä on se, että porno ei jätä tilaa lapsen tai nuoren omalle mielikuvitukselle ja usein porno luo suhteettomia paineita liittyen seksiin ja seksuaalisuuteen. (Aaltonen 2012, 69–70.)

Nuoret ovat usein perillä Internetiin liittyvistä riskeistä, mutta he eivät usko, että riskit voivat uhata heitä. Riskien nähdään kohdistuvan nuorempiin lapsiin. Tästä huolimatta moni nuori tunnistaa kokeneensa painostusta, kiusaamista ja häirintää Internetissä. (Aaltonen 2012, 24.) Viidesosa Internetiä käyttävistä nuorista on kokenut seksuaalista häirintää ja ahdistelua netissä (Pelastakaa Lapset ry 2010, 10). Keskustelemalla ja pohtimalla Internetin riskejä yhdessä nuoren kanssa voidaan lisätä nuoren ymmärrystä. Nuoret tarvitsevat tukea ja apuvälineitä asioiden tulkitsemiseen, ja samalla nuoret voivat arvioida omia tekemisiään Internetissä ja silti ylläpitää luottamuksellista vuorovaikutussuhdetta aikuisiin. (Aaltonen 2012, 24.) Pelastakaa Lapset ry (2010, 10) kehoittaa kasvattajia tutustumaan ennakkoluulottomasti nuorten Internetin käyttöön. On tärkeää käydä yhdessä läpi netin turvallisuuden liittyviä asioita.

Pornografia käsittelee ihmisten mielikuvia ja fantasioita seksistä. Pornon pyrkimys on seksuaalinen kiihottuminen. Porno jakaa ihmisten mielipiteitä kahdella tavalla, osa vihaa ja halveksuu sitä ja toiset kiihottuvat ja nauttivat siitä. Pornon vastustajat ovat olleet kautta aikojen sitä mieltä, että porno vaikuttaa haitallisesti lasten kehitykseen, toimii mallina seksuaaliselle väkivallalle sekä luo kuvan pornomallien hyväksikäytöstä. Monet nuoret ovat erityisen kiinnostuneita pornosta, koska saavat sitä kautta tutustua ihmisten alastomiin vartaloihin ja yhdyntään. (Kontula 2006, 392–400.)

3 SEKSUAALIKASVATUS

Seksuaalikasvatus alkaa jo varhaislapsuudessa ja jatkuu läpi elämän. Lasten ja nuorten kohdalla seksuaalikasvatuksen tarkoituksena on tukea ja suojella heidän seksuaalista kehitystään. Tavoitteena on opettaa ne tiedot, taidot ja positiiviset arvot, joita lapset ja nuoret tarvitsevat ymmärtääkseen seksuaalisuuttaan ja nauttiakseen siitä. Erityistä huomiota tulisi kiinnittää heikommassa asemassa oleviin nuoriin, kuten maahanmuuttajiin, vammaisiin, seksuaalivähemmistöihin ja heikosti koulutettuihin nuoriin. (Terveystieteiden tutkimuslaitos 2010, 20, 30.)

Lapsi oppii kotona, mikä on sallittua ja mikä ei ja millaiset ajatukset, tunteet ja teot ovat hyväksyttäviä. Lapselle tosiasioiden esittäminen seksuaalisuudesta ja lapsen tunteiden sekä kokemusten hyväksyminen ovat tärkeitä seksuaalisuuteen liittyvän epätietoisuuden vähentämiseksi. Aikuiset reagoivat usein eritavalla lasten seksuaalisuuteen liittyviin kysymyksiin. Ensimmäinen saattaa kieltää kysymykset, toinen kiertelee ja kolmas vastaa suoraan. Lapsi miettii mikä on oikein ja mikä väärin, ja onko seksuaalisuus kiellettyä vai ei. Usein seksuaalisuuteen liittyvä jännite aiheutuukin aikuisten välisistä erimielisyyksistä, joista lapsi hämmentyy. (Aigner & Centerwall 1999, 40–41; 116–117.) Asiallisen tiedon antaminen ei tarkoita yksityiskohtaista puhetta yhdyntästä, taudeista tai ehkäisystä. Se ei myöskään ole pelkkää moraalisaarnaa tai pelottelua. Vanhempien ei tarvitse kertoa kaikkea seksuaalisuudesta, vaan tärkeintä on positiivinen sävy kyseisestä aiheesta kerrottaessa. (Cacciatore 2007, 43–46.)

Päiväkodin ja koulun henkilökunta voi kohdata vaikeitakin aiheita seksuaalisuudesta. Miten kohtaamme lasten seksileikit, lasten kysymykset pornolehdistä tai vaikeimmat aiheet, kuten lasten seksuaalisen hyväksikäytön. Seksuaalisuus on lapsille uutta, ja he ovat uteliaita. Vaikka pornolehti saattaa etoa aikuista, niin lasta se voi kiinnostaa. Se on lapselle aivan uutta. Jos aikuinen reagoi pornolehteen vahvasti ja kieltää sen, saattaa lapsi kokea seksuaalisuuden olevan ylipäätään väärin. Lapset näkevät ja kokevat pornon eritavalla

kuin aikuiset, sillä lapselle ei ole kehittynyt moraalia. Kun me aikuiset näemme kuvassa alistetun naisen, lapsi näkee naisen sukupuolielimet. (Aigner & Centerwall 1999, 41, 62–63.)

Nuoret ovat uteliaita, ja jos he eivät saa aikuisilta haluamaansa tietoa, he etsivät sitä itse. Tästä koituu nykyajan ongelma. Nuoret etsivät tietoa internetistä, josta he löytävät vääristynyttä tietoa seksistä ja pornosta. Pojat saattavat videoita katsellessaan luulla, että naisten alistaminen on hyväksyttävää. Tästä syystä olisi tärkeää, että aikuiset kuuntelisivat, mitä nuorilla on kysyttävää ja kertoisivat avoimesti seksuaalisuudesta. (Aigner & Centerwall 1999, 138–139.) Nuoret tarvitsevat faktatietoa seksuaalisuudesta. Kahdeksasluokkalaista tytöistä 19 prosenttia laiminlyö ehkäisyn ja pojilla vastaava osuus on 20 prosenttia (Klemetti & Raussi-Lehto 2013). Luvut ovat huolestuttavia. Toinen nuorten tietämättömyydestä kertova asia on klamydiatartuntojen lisääntyminen 15–19-vuotiailla huomattavasti välillä 1996–2002 (Kosunen & Ritamo 2004, 42 & 52). Vaikka kouluissa nuoret saavat seksuaalivalistusta, usein se koetaan vanhanaikaisena ja yksipuolisena. Koulun terveystunnin aiheet painottuvat heteroseksuaalisuuteen ja ehkäisymenetelmien esittelyyn, sekä kondomin käyttöön. (Kosunen & Ritamo 2004, 149–150.)

Olisi hyvä kertoa lapsille kasvuiässä homoseksuaalisuudesta, jotta he tietäisivät mitä se sana tarkoittaa. Lapset saattavat kuulla toisilta lapsilta ”homoa” haukkumasanana ja he saattavat käyttää sitä tietämättään, mitä se sana tarkoittaa. Lasten on tärkeää tietää homoseksuaalisuudesta, ja siitä että se on yhtä hyväksyttyä kuin heteroseksuaalisuus. (Aigner & Centerwall 1999, 94–97.)

Aikuisten ja lasten on hyvä huomioida eri kulttuurien seksuaaliset normit. Esimerkiksi Suomessa ympärileikkaus on kiellettyä uskonnollisista syistä, mutta eri maista Suomeen muuttavat lapset saattavat olla ympärileikattuja uskonnollisista syistä. Osa kulttuureista ei pidä hyväksyttävänä miesten työskentelyä hoitoalalla ja osa vanhemmista ei halua, että miehet hoitavat tyttölapsia, mikä on Suomessa aivan normaalia. Tämä voi aiheuttaa kitkaa hoitohenkilökunnan ja vanhempien välille. On tärkeää huomioida eri kulttuurien

normit ja tutustua niihin. Jos päiväkotiin tai kouluun tulee eri kulttuurista oleva lapsi tai nuori olisikin hyvä käydä yhdessä läpi kulttuurin käytäntöjä ja normeja jotta eri kulttuurien normeista ei synny turhia väärinkäsityksiä. (Aigner & Centerwall 1999, 72–82.)

SEKSUAALIKASVATUKSEN ANTAMINEN:

- Seksuaalikasvatuksessa tiedon tulee pysyä yleistasolla
- Yksityisyyden kunnioittaminen on olennaista
- Seksuaalikasvattaja osaa arvostaa lapsen tai nuoren hämmennystä, yksilöllisyyttä ja keskeneräisyyttä
- Lapsi tai nuori voi olla nauravainen tai rajaton, mutta aikuisen on osattava kertoa, mikä on sopimatonta ja toimia asiallisesti
- Seksuaalikasvatukseen ei koskaan kuulu kaksimielinen vitsailu, flirtti tai seksin konkreettinen opettaminen
- Seksuaalikasvatuksen tarkoituksena on opettaa kunnioittamaan omaa kehitystä ja rajoja. Aikuinen ei koskaan ohjaa tai manipuloi lasta tai nuorta tietynlaisiin ajatuksiin tai tekoihin
- Kun neuvontatilanne tapahtuu oikein, kenenkään ei tarvitse tuntea oloaan epämiellyttäväksi.

3.1 Turvataitokasvatus

Lapset kohtaavat päivittäin väkivaltaa ja seksiä uutisissa ja mediassa. Lapset seksuaalisoidaan mainonnassa ja heidän kuviaan käytetään pornografisessa mielessä. Riski joutua seksuaalisen hyväksikäytön uhriksi on yhä suurempi, sillä lapsista seksuaalisesti kiinnostuneet saavat lapsiin yhä helpommin yhteyden esimerkiksi Internetin keskustelupalstojen kautta. (Lajunen, Andell, Jalava, Kempainen, Pakkanen & Yenius-Lehtonen 2012, 15.)

Turvataitokasvatuksen tarkoitus on vahvistaa lapsen itseluottamusta, edistää vuorovaikutustaitoja, parantaa lasten valmiuksia suojella itseään sekä ohjata lapsia kertomaan huolistaan aikuiselle. Aikuisten tehtävänä on huolehtia lapsesta, mutta lapsella on oikeus tietää miten hän voi itse huolehtia turvallisuudesta. (Lajunen ym. 2012, 15.) Nuorelle suunnatussa turvataitokasvatuksessa käsitellään lisäksi tunnetaitoja ja seksuaalisia oikeuksia. Nuoren on tärkeää pohtia vapaasti, kuka hän on, mitä hän haluaa ja mitä hän ei halua. Näin nuori ymmärtää omia rajojaan ja samalla oppii kunnioittamaan muiden asettamia rajoja. (Aaltonen 2012, 11.)

Turvataitokasvatus on erityisen tärkeää, jos lapsi tai nuori on joutunut seksuaalisen hyväksikäytön uhriksi. Lapsi, jonka rajoja on rikottu, ei osaa tunnistaa tai puolustaa omia rajojaan. Hyväksikäytettyjen lasten on vaikea ymmärtää, missä kulkee raja itsen ja toisen välillä. Erityistä tukea tarvitsevat lapset ovat toinen ryhmä, joille turvataitojen opettaminen on tärkeää. Näillä lapsilla on usein heikko itsetunto ja paljon epäonnistumisen kokemuksia. Erityistä tukea tarvitsevat lapset haluavat tulla hyväksytyiksi ja heillä on tarve miellyttää muita. Tämän takia he ovat suuressa vaarassa joutua hyväksikäytetyiksi. Oman ja toisen rajojen tunnistaminen voi olla vaikeaa ja he eivät välttämättä tunnista sopivaa ja sopimatonta kosketusta toisistaan. (Lajunen ym. 2012, 19–20.)

3.2 Seksuaalinen hyväksikäyttö

Seksuaalinen hyväksikäyttö tarkoittaa sitä, kun lapsi tulee aikuisten seksuaalisen kiinnostuksen kohteeksi. Seksuaalinen hyväksikäyttö voi olla myös lapsen loukkaamista, vaikka siihen ei sisältyisi tekoja. (Aigner & Centerwall 1999, 126.) Seksuaalinen hyväksikäyttö on laissa rangaistava teko. Lapsen hyväksikäyttö on laissa määritelty:

Joka koskettelemalla tai muulla tavoin tekee kuuttatoista vuot- ta nuoremmal- le lapselle seksuaalisen teon, joka on omiaan vahingoittamaan tämän kehi- tystä, tai saa tämän ryhtymään sellaiseen tekoon, on tuomittava lapsen sek- suaalisesta hyväksikäytöstä vankeuteen vähintään neljäksi kuukaudeksi ja enintään neljäksi vuodeksi. (Lastensuojelulaki 2011.)

Hyväksikäyttö on arkaluontoinen aihe ja siitä kertominen on todella vaikeaa. Tekijä on usein joku luotettava ihminen tuttavapiiristä ja lapsi saattaa kokea tämän ristiriitaisena. Tutkimuksessa kävi ilmi, että useimmiten hyväksikäyttö tapahtui hyväilynä tai määrittelemättömänä tekona ja 13,95 prosenttia hyväk- sikäytöstä oli yhdyntää. (Waterhouse 1996, 29,31 & 126–128.) Näitä tekoja ei pidä aliarvioida, kaikki lapsen seksuaaliseen hyväksikäyttöön liittyvät asiat aiheuttavat lapselle traumoja ja asioita, joita lapsen ei pitäisi nähdä tai tuntea.

Hyväksikäytetty lapsi voi käyttäytyä eritavalla kuin ennen. Merkkejä seksuaa- lisesti hyväksikäytöstä voi olla voimakas pelko tiettyjä paikkoja tai henkilöitä kohtaan, tummat ja pelottavat piirustukset tai selittämätön pelko fyysistä tut- kimusta, pesuja, nukkumista tai läheisyyttä kohtaan. Psykkinen oireilu voi ol- la monimuotoista. Merkkejä voivat olla äkillinen kiinnostus sukupuolielimiä kohtaan, kiinnostus seksuaalisiin tekoihin ja puheisiin, kuin myös yritykset saada muut lapset seksuaalisiin tekoihin. (Cacciatore 2007, 348.) Ulkoisia merkkejä voi olla turvotus, mustelmat, haavaumat sukupuolielimissä tai sisä- reisissä. Mikään yksittäinen tekijä ei tarkoita lapsen hyväksikäyttöä. Sosiaali- ja terveydenhuollon, opetustoimen ja nuorisotoimen palveluksessa olevilla on velvollisuus salassapitovelvollisuudesta huolimatta tehdä ilmoitus poliisille epäillessään seksuaalista hyväksikäyttöä. (Tiitinen 2013.)

Jos lapsen seksuaalista hyväksikäyttöä epäillään, tulee siitä aina ilmoittaa poliisille. Sosiaali- ja terveydenhuollon paikat pyytävät hyväksikäyttöä epäil- lessään virka-apua poliisilta, mutta kiireelliset tapaukset tutkitaan päivystyk- senä. Selvityksen tapahtuneesta tekee vähintään kaksi työntekijää tutkimus- suunnitelman avulla. Lapsen haastattelu videoidaan mahdollista oikeuskäsit- telyä varten. Poliisi tekee selvityspyynnön. Lapsi voi saada edunvalvojan, jos

epäilty on joku lähipiiristä. Epäillylle voidaan myös hakea lähestymiskieltoa. (Sosiaaliportti 2014.)

3.3 Lasten itsetyydytys

Itsetyydytys on vapaasta tahdosta tapahtuvaa itsensä seksuaalista hellimistä. Se on normaali, hyvä ja turvallinen asia, joka kuuluu useimpien ihmisten elämään jossakin elämän vaiheessa. Itsetyydytyksen ei tarvitse johtaa orgasmiin, vaan se voi olla lohtua, hyvää oloa ja rentoutumista. Sen avulla voi itse omaan tahtiin tutustua oman kehonsa tuntemuksiin ja reaktioihin. Lapsuudessa seksuaalisuuden tavoitteet eivät ole samoja kuin aikuisilla, joten lapset eivät yleensä harrasta itsetyydytystä samalla tavoin kuin aikuiset. Lapsen itsensä koskettelu saattaa joskus johtaa orgasmiin, mutta se ei tarkoita, että lasten seksuaalisuus olisi orgasmikeskeistä. Kun lapsi oppii nauttimaan eri tavoin, itsetyydytys voi tuntua luvalliselta ja oikealta. Lapsi voi tutustua turvallisesti omaan kehoonsa, eikä paineita muihin kokeiluihin tällöin synny liian varhain. (Cacciatore 2007, 299–301.)

Pojat löytävät itsetyydytyksen ja seksuaalisen nautinnon usein aiemmin kuin tytöt. Pojilla itsetyydytys alkaa usein 11–16-vuotiaana siemensyöksyjen alkamissa. Itsetyydytyksessä pojat voivat arvioida oman esinahkansa kireyttä, peniksen kokoa ja harjoitella kondomin käyttöä. Tyttöillä itsetyydytyksen löytäminen ei käy yhtä helposti kuin pojilla. Nautinnon löytymisessä tytöt ovat seksuaalisessa kehityksessään poikia jäljessä. Erityisesti tyttöjä tulisi rohkaista tutustumaan oman kehonsa kaikkiin paikkoihin. Nautinnon löytäminen omasta kehosta, itsensä rakastaminen, orgasmin opettelu ja omaan kehoon ja sen tuntemuksiin tutustuminen on kuitenkin jokaisen omalla vastuulla. (Cacciatore 2007, 305–308.)

3.4 Ehkäisymenetelmät

Yhtä oikeaa ehkäisymenetelmää ei ole. Suomalaiset suosivat kondomia ja ehkäisypillereitä. Menetelmiä on monia, joten jokainen voi valita itselleen ja kumppanilleen sopivan. Valintaan voi vaikuttaa ikä, paino, tupakointi, yleinen terveydentila ja käytössä olevat lääkkeet. Myös kuukautisten kesto, sekä mahdollinen kivunlievitys, ehkäisyn kesto ja tulevat raskaudet vaikuttavat ehkäisymenetelmän valintaan. (Tiitinen 2014, A.) On olemassa myös jälkiehkäisymenetelmä, mutta niitä tulee käyttää vain, jos ehkäisy on varmasti pettänyt tai unohtunut. Se ei korvaa muuta ehkäisyä, ja ehkäisyn käyttöä on jatkettava jälkiehkäisyn käytön jälkeenkin. Jälkiehkäisytabletti tulee käyttää 3-5 vuorokauden sisällä yhdynnästä. (Tamanen, Kosunen & Vuorela 2010.)

Kondomi on yleisimpiä ehkäisymenetelmiä. Kondomeja myydään useissa paikoissa ja niitä on saatavilla useita erilaisia malleja. Nykyään allergisille on tarjolla lateksittomia kondomeja. Jos kondomia käyttää oikein ja ohjeiden mukaan, se on turvallinen ehkäisymenetelmä, joka suojaa raskaudelta, sukupuolitaudeilta sekä tulehduksilta. Öljypohjaiset liukasteet ja osa lääkkeitä, kuten emättimeen asetettavat voiteet voivat heikentää kondomin vaikutusta. (Tiitinen 2014, A.) Kondomin käyttö edellyttää avoimuutta ja suhtautumista omaan seksuaalisuuteen hyväksyvästi ja vastuuntuntoisesti. Kondomin käyttöä kannattaa harjoitella kotona esimerkiksi itsetyydytyksen avulla. Kun kondomeja on kotona nuorien saatavilla ja tutustuttavissa, ei niistä tule tabuja. (Cacciatore 2007, 306.)

Hormonaaliseen ehkäisyyn kuuluu ehkäisypillerit, ehkäisyalaastarit ja ehkäisyrenkas. Ehkäisypillereissä eli yhdistelmäpillereissä, ehkäisyalaastareissa ja ehkäisyrenkaissa on estrogeenia ja keltarauhashormonia. Ehkäisymenetelmä perustuu ovulaation estämiseen. Yhdistelmäpillereitä käytetään kolmen viikon jaksoissa, ja välissä pidetään taukoviikko, jonka aikana kuukautiset alkavat. Taukoviikon voi pitää kahden liuskan, eli kuuden viikon jälkeen. Yhdistelmäpillereillä on paljon hyviä ominaisuuksia: ne auttavat epäsäännöllisissä ja kivuliaissa kuukautisissa, aknessa ja hiusten liiallisessa rasvoittumisessa. (Tiitinen 2014, B.) Kaikille yhdistelmäpillerit eivät kuitenkaan sovi. Haittavai-

kutuksina voi esiintyä mielialan laskua, ärtyisyyttä ja seksuaalista haluttomuutta. (Ruusuvaara 2006, 199.) Esteenä yhdistelmäpillereiden käytölle voi olla ylipaino, tupakointi, verenpainetauti, maksasairaus, diabetes, korkea ikä, aurallinen migreeni tai veritulpan riski. Yhdistelmäpillerit saattavat lisätä veritulpan riskiä. (Tiitinen 2014, B.)

Ehkäisyrenkas toimii samalla periaattella kuin yhdistelmäpillerit. Sen hormonipitoisuudet ovat kuitenkin tasaisempia kuin yhdistelmäpillereiden. Ehkäisyrenkas asetetaan kolmeksi viikoksi emättimeen ja poistetaan taukoviikon ajaksi. Ehkäisyrenkas saa olla enintään kolme tuntia pois, ilman että se heikentää ehkäisytehoa. Se kuitenkin harvemmin häiritsee yhdyntää. Jos ehkäisyrenkas lähtee vahingossa, se pitää asettaa heti takaisin. Ehkäisyylaastari toimii yhdistelmäpillereiden tavoin. Ehkäisyylaastari asetetaan paikoilleen keran viikossa kolmen viikon ajan, jonka jälkeen pidetään viikon taukoviikko, jonka aikana kuukautiset alkavat. Ehkäisyylaastarin käyttö saattaa aiheuttaa ihoärsytystä. (Tiitinen 2014, B.)

Minipillerit sisältävät pelkkää keltarauhashormonia. Niiden ehkäisyn teho perustuu kohdunkaulan limassa tapahtuviin muutoksiin ja osittain munasolun irtoamisen estoon. On erittäin tärkeää muistaa ottaa minipillerit säännöllisesti ja samaan aikaan. Niitä voidaan syödä ilman taukoja, joten kuukautiset voivat olla epäsäännölliset tai loppua kokonaan. Minipillerit sopivat vanhemmille, veritulppa riskiryhmälle, diabeetikoille, tupakoiville ja niille, joille estrogeeni ei sovi. Pelkkää keltarauhashormonia on myös ehkäisykapseleissa, jotka asetetaan ja poistetaan paikallispuudutuksessa. Kapseli voi olla paikallaan kolmesta viiteen vuoteen. (Tiitinen 2014, C.) Ehkäisykapseli voi aiheuttaa vuotohäiriöitä, kuukautisten poisjääntiä, ja ehkäisyn heikentymistä yli 75 kiloille. Haittavaikutuksina voi esiintyä seksuaalisen halun laskua, akne ja painon nousu. (Ruusuvaara 2006, 201.) Keltarauhashormoniehkäisyä on saatavana myös injektiona, joka pistetään kolmen kuukauden välein (Tiitinen 2014, C).

Kierukka sopii useimmille naisille. Valittavana on perinteinen kuparikierukka eri muodoissaan että uudempi kohdunsisäinen ehkäisin eli hormonikierukka. Hormonikierukka vapauttaa keltarauhashormonia, jonka vaikutuksesta kuu-

kautisvuoto vähenee ja kuukautiskivut lievittyvät. Hormonin määrä on kuitenkin niin pieni, että se ei yleensä vaikuta normaaliin syklisyyteen tai munasolun irtoamiseen. Kierukka estää kuitenkin munasolun hedelmöittymisen ja muuttaa kohdun rakenteen siten, ettei hedelmöittynyt munasolu voi kiinnittyä. Kuparikierukka saattaa päinvastaisesti lisätä kuukautisvuotoa ja kuukautiskipuja. (Ruusuvaara 2006, 202.) Kierukka asetetaan ja poistetaan aina lääkärin vastaanotolla ja pidetään usein viiden vuoden ajan. Kierukkaa ei voida laittaa, jos henkilö on raskaana tai hänellä on gynekologinen tulehdus, kohdun pahaalaatuinen kasvain, lisääntynyt vuototaipumus tai poikkeavat rakenteet esimerkiksi emättimessä tai kohdunkaulassa. (Tiitinen 2014, D.)

Sterilisaatio on lopullinen ehkäisymenetelmä, jos ei halua enää lapsia. Se ei kuitenkaan aina ole 100-prosenttisen varma. Sterilisaatiolla estetään munasolun kulkeutuminen kohtuun tai siittiöiden kulkeutuminen siemenjohtimeen. Sterilisaatioon tarvitaan erillinen lupa joko lääkäriltä tai Valviralta. Sterilisaation luvan saamiseksi tarvitaan perusteluja, esimerkiksi jos henkilöllä on kolme lasta tai enemmän, lapsella on huomattava sairauden riski tai jos raskaus vaarantaisi äidin hengen. (Tiitinen 2014, E.) Syitä sterilisaation tekkoon on myös raskauden pelko ja muiden ehkäisymenetelmien sopimattomuus (Ruusuvaara 2006, 201).

3.5 Sukupuolitaudit

Sukupuolitaudeiksi eli seksitaudeiksi kuvataan joukkoa bakteerien, virusten ja alkueläinten aiheuttama tauteja, jotka tarttuvat pääasiassa seksikontaktissa. Yleisin sukupuolitauti Suomessa on klamydia, joka on erityisesti nuorten ja nuorten aikuisten tauti. (Cacciatore 2006, 218.) Klamydia on bakteeri, joka tarttuu limakalvokontaktissa. Suomessa klamydiatapauksia vuonna 2007 oli 13 973 kappaletta. Klamydia on usein oireeton ja sen takia hoitoon hakeudutaan usein liian myöhään. Klamydia aiheuttaa paikallisia kudოსvaurioita ja sen takia voi aiheuttaa lapsettomuutta. Edellä mainittujen lisäksi klamydia voi aiheuttaa lisäkives- tai sisäsynnytintulehduksen ja tämä tulehdus voi myös

pahimmillaan johtaa lapsettomuuteen. (Fogelholm, Huuhka, Reinikkala & Sundman 2011, 128.)

Tippuri, Hiv ja Hepatiitti B ovat harvinaisempia sukupuolitauteja kuin klamydia. Kaikki näistä ovat ikäviä ja vaarallisia tauteja. Tippuri on bakteeri, joka tarttuu limakalvokontaktissa ja on tullut Suomeen pääosin ulkomailta. Tippuri on usein naisilla oireeton. Miehillä oireena esiintyy kellertävää vuotoa virtsaputkesta. Tippuri aiheuttaa lapsettomuutta hoitamattomana. Jos tippuribakteeri kulkeutuu käden kautta silmään, se voi aiheuttaa pysyvän sokeutumisen. (Fogelholm ym. 2011, 128.)

Hiv ja Hepatiitti B ovat viruksia. Hiv- virus eli Human immunodeficiency virus tarttuu veriteitse, likaisista huumeneuloista, seksistä tai synnytyksen aikana äidistä lapseen. Tauti voi olla aluksi oireeton, koska se etenee vaiheittain. Hiv on etenevä sairaus, joka muuttuu Aidsiksi. Aids-vaiheessa potilaan immuunipuolustus romahtaa ja hän altistuu tulehduksille ja kasvaimille. Aids on parantumaton sairaus ja johtaa hoitamattomana nopeasti kuolemaan. (Fogelholm ym. 2011, 128.) Hiv-virusta ei voida parantaa, mutta lääkitys hidastaa taudin etenemistä ja myös aids-vaiheessa saadaan virusmäärä alenemaan (Hiv säätiö 2014).

Hepatiitti B eli HBV tarttuu likaisista huumeneuloista, tatuointi neuloista, seksistä tai synnytyksen yhteydessä äidistä lapseen. Oireina hepatiitissa on väsymys, kuumeilu, vatsakivut, ripuli ja ihon ja silmien keltaisuus. Tauti voi olla myös oireeton. Hepatiitti B lisää maksatulehduksen, -kirroosin tai -syövän riskiä. Mitä nuorempa tartunnan saa, sitä suurempi todennäköisyys on jäädä kantajaksi. (Fogelholm ym. 2011, 128.)

HSV eli Herpes simplex virus ja kondylooma ovat yleisiä virus sukupuolitauteja. Herpestä esiintyi vuonna 2007 Suomessa 5000 tapausta ja kondylooma tapauksia 15 000. Herpes tarttuu iho ja limakalvokontaktissa. Oireina herpeksessä on toistuvasti esiin tulevat rakkulat sukupuolielimissä tai suun alueella. Jos äiti saa tartunnan loppuraskaudesta se voi vahingoittaa sikiötä. Kondylooma eli HPV on Human papillooma virus, sen oireina ovat syylämäi-

set rakkulat sukupuolielimissä. Se voi aiheuttaa piileviä tulehduksia. Jos infektio on jatkunut vuosia, eikä sitä hoideta se saattaa altistaa kohdunkaulan syöväälle. (Fogelholm ym. 2011, 128.)

Kuppa on yksi vaarallisimmista sukupuolitaudeista. Sitä sairasti vuonna 2007 Suomessa 184 henkilöä. Kuppa on bakteeri, joka tarttuu limakalvokontaktissa tai verensiirrossa. Kuppa on harvinaisempi Suomessa ja usein tartunnat ovat saaneet alkunsa Venäjän puolelta. Kuppa alkaa sukupuolielimistä, mutta leviää sieltä koko kehoon. Se aiheuttaa kroonisen tulehduksen. Kuppa on hoitamattomana hengenvaarallinen. (Fogelholm ym. 2011, 128.)

3.6 Raskaus

Raskaus alkaa hedelmöityksestä eli kun munasolu ja siittiö yhtyvät. Tämän jälkeen munasolu alkaa jakautua tytärsoluiksi ja siitä muodostuu alkio. Alkio jatkaa munanjohtimesta matkaa kohtuun, jossa se kiinnittyy kohdun seinämään. (Karling, Ojanen, Siven, Vihunen & Vilen 2008, 86.)

Usein ensimmäinen merkki raskaudesta on kuukautisten poisjääminen. Sen lisäksi äiti voi tuntea väsymystä, pahoinvointia tai rintojen arkuutta. Raskauden voi todeta käymällä lääkärissä, jolloin lääkäri tekee sisätutkimuksen jossa toteaa kohdunkaulan pehmentyneen ja kohdun suurentuneen. Raskauden voi todeta myös ultraäänitutkimuksella tai veri- tai virtsanäytteestä. Raskaustestit perustuvatkin istukan erittämään hormoniin, korionadotropiiniin. (Karling ym. 2008, 86.)

Kun raskaus on alkanut, neuvolassa lasketaan synnytyksen todennäköisin aika eli laskettu aika. Raskaus useimmiten kestää 40 viikkoa viimeisten kuukautisten alkamispäivästä lähtien. Lasketun ajan varmistamiseksi äidille tehdään ultraäänitutkimus 11-14 raskausviikolla, sekä 18-raskausviikolla. Jälkimmäisessä ultraäänitutkimuksessa tutkitaan sikiön kasvu ja rakenne ja toiminta, sekä lapsiveden määrä ja istukan toiminta. Äiti tuntee sikiön liikkeitä ja tämä viestittää äidille, että sikiöllä on kaikki hyvin. Toinen kuukausi on kriitti-

nen sikiön kehityksen kannalta, jos äiti polttaa tupakkaa tai juo alkoholia. (Karling ym. 2008, 86–90.)

Joskus raskauteen voi liittyä riskitekijöitä, kuten kohonnut verenpaine. Jos kohonneen verenpaineen lisäksi äidillä on turvotusta ja virtsassa valkuaista on kyse toksemiasta, joka on äidille ja lapselle vaarallinen ja voi johtaa ennenaikaiseen synnytykseen. Monisikiöinen raskaus, ennenaikaiset supistukset ja ennenaikainen lapsiveden meno ovat myös riskejä. Äidillä voi olla myös verenvuotoja, anemiaa tai voimakasta kutinaa, joka voi olla raskaushepatoosi, joka on maksantoiminnan häiriö. Sitä hoidetaan rasvattomalla ruokavaliolla, lääkkeillä ja se vaatii tiivistä seurantaa, koska kohdunsisäisen kuoleman riski kasvaa. (Karling ym. 2008, 88–91.)

4 LASTEN JA NUORTEN OHJAUS

4.1 Ohjauksen eettiset periaatteet

Sosiaali- ja terveysalalla ohjauksen perustana on lainsäädäntö, ammattietiikka, laatu- ja hoitosuositukset sekä terveys- ja hyvinvointiohjelmat. Etiikka tutkii käsityksiä oikeasta ja väärästä. Työtä koskevaa etiikkaa kutsutaan ammattietiikaksi. Sosiaali- ja terveysalan eettiset periaatteet sisältävät ohjauksen olennaisena osana hoitotyötä. (Eloranta & Virkki 2011, 11–12.)

Hoitajalla on ohjaustilanteessa vastuu siitä, että hänen toimintansa on eettisesti kestävä ja että hän toimii senhetkisen tietämyksensä mukaan ”oikein”. Eettiseen työskentelyyn kuuluu omien arvojen tutkiminen ja tunnistaminen sekä ohjattavan itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen. (Kyngäs ym. 2007, 153–155.) Elorannan ja Virkin (2011, 12) mukaan itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen ei saa kuitenkaan johtaa ohjausvastuusta vetäytymiseen, vaikka käsiteltävät asiat olisivat kiusallisia. Tarkoituksena on kannustaa ohjattavaa itsenäiseen päätöksentekoon ja tukea tässä päätöksenteossa välittämällä ajantasaista ja tutkittua tietoa asiasta.

4.2 Ryhmäohjaus

Ryhmiä on erilaisia. Käsittelemme tässä pienryhmää ja sen ohjausta, koska lastenkodissa toteutetaan pienryhmäohjausta. Pienryhmälle on tyypillistä, että siihen kuuluu 3-12 jäsentä ja jäsenet tunnistavat tai tuntevat toisensa. Kaikki ryhmän jäsenet ovat vuorovaikutuksessa keskenään ja heillä on yhteinen tehtävä tai tavoite (Tampereen Yliopisto 2014).

Ryhmäprosessi eli se miten ryhmän toiminta organisoituu, muodostuu tietyllä tavalla. Alkuvaiheessa ryhmänjäsenet tunnustelevat toistensa ominaisuuksia, ja sitä kautta alkavat luoda rooleja ryhmässä. Ryhmässä tuodaan esille myös ristiriitoja. Kun ryhmä oppii käsittelemään ristiriitoja, rakentaa ristiriito-

jen käsittely ryhmälle toimintasäännöt. Tämän jälkeen ryhmä voi keskittyä itse tehtävän suorittamiseen. (Tampereen Yliopisto 2014.)

Ryhmänohjaus nähdään vastuullisena kasvatuksena. Ohjaajan työ on tavoitteellista ja vastuullista ja olisi toivottavaa, että ryhmä kehittyisi ohjauksen aikana. Yksi ohjaajan tehtävistä onkin auttaa ohjattavaa löytämään oma kutsumuksensa ja antaa eväitä elämää varten. Ohjaaja on ryhmässä tietynlainen auktoriteetti. Vaikka hän keskustelisi ja antaisi valtaa ohjattaville, niin ”vallan” on kuitenkin pysyttävä ohjaajalla, ettei synny kaaosta. Tämä siis vaatii, että ohjattavat hyväksyvät ohjaajan auktoriteetiksi. (Marttila, Pokki & Talvitie-Kella 2008, 29,34,38–40 & 47–48.)

Ohjaamisen prosessi voidaan jakaa kolmeen vaiheeseen: suunnitteluun, kohtaamiseen ja arviointiin. Suunnittelutapoja on monia erilaisia. Osa ohjaajista suunnittelee ohjaustilanteet päässään ja osa luonnostelee kokonaisuuden paperille ennen jokaista tapaamista. Osa saattaa suunnitella ohjausta pitkään ja osa käyttää siihen viisi minuuttia. Toiset käyttävät suunnitelmaa tarkasti, kun taas toiset vain osittain. Ei ole oikeaa eikä väärää tapaa. Ohjaajan täytyy kehittyä jatkuvasti ja hänen täytyy löytää uusia tapoja toimia ja kehittää vanhoja metodejaan kokemuksensa pohjalta. Sen takia onkin tärkeää, että ohjaaja reflektoi jatkuvasti omaa työtään ja ryhmän toimintaa sekä löytää vaihtoehtoisia tapoja ryhmän ohjaamiseen ja sen parantamiseen. (Marttila, Pokki & Talvitie-Kella 2008, 72–73.)

Kohtaaminen tarkoittaa sitä, kun ohjaaja kohtaa ryhmän. Osa ohjaajista valmistele tulevaa kertomalla ryhmälle, mitä tapahtuu. Ohjaajan on luotava turvallinen fyysinen ja henkinen ympäristö. Ohjaajan tehtävä on johdattaa tilannetta haluamaansa suuntaan. Arvioinnissa ohjaaja arvioi omaa ja ryhmän toimintaa. Tämä on tärkeää kehittämisen kannalta. Kuten suunnittelussa, arvioinnissa ei ole yhtä oikeaa tapaa; voi pitää päiväkirjaa tai vain miettiä asioita oman pään sisällä. Oli tapa mikä hyvänsä, ohjaaja arvioi ryhmän tavoitteiden onnistumisia ja epäonnistumisia. (Marttila, Pokki & Talvitie-Kella 2008, 63–69.)

4.3 Yksilöohjaus

Yksilöohjaus on tilanne, jossa ryhmän sijaan ohjaaja keskustelee kahden kesken yhden henkilön kanssa. Toinen osapuolista on ohjaajan, kun taas toinen on ohjattava. Kahdenvälisessä suhteessa tapahtuva ohjaus on yhteistoimintaa, jonka tarkoituksina voivat olla ohjattavan kasvu-, oppimis-, työ-, tai ongelmanratkaisuprosessi. (Vehviläinen 2014, 58.) Yksilöohjaus on keino syventyä yhden ihmisen elämäntilanteeseen ja kokemuksiin kokonaisvaltaisesti (Obretenova 2012, 11). Vehviläisen (2014, 58) mukaan yksilöllinen ohjaus on yksi tärkeimmistä ohjauksen toimintamuodoista.

Yksilön ohjaustilanteessa ohjaajan tulee asettaa yhdessä ohjattavan kanssa tavoitteita, motivoida häntä sekä tarjota käytännön työkaluja tavoitteiden saavuttamiseksi (Obretenova 2012, 12). On tärkeää ymmärtää, että ohjaussuhteen luonne on aina pedagoginen, sillä ohjaaja asettuu tavalla tai toisella ohjattavan oppimis- tai kasvuprosessin palvelukseen (Vehviläinen 2014, 59). Pedagogisen ytimen lisäksi yksilöohjauksessa on tavoitteena luoda luottamukseen, kunnioitukseen ja avoimuuteen perustuva suhde ohjattavan ja ohjaajan välille. Suhteen luomiseksi tarvitaan aitoa dialogisuutta, mikä tarkoittaa kahden ihmisen välistä rakentavaa ja tasavertaista vuorovaikutusta. Dialogisuus on ihanteellista ihmisen kohtaamista, ja siihen työntekijän ja asiakkaan tai potilaan välisessä suhteessa tulisi pyrkiä. (Obretenova 2012, 12.) Näiden saavuttamiseksi yksilöohjauksessa olisi tärkeää, että sama ohjaaja pysyisi koko ohjausprosessin ajan. Lastenkodissa tämä näkyy omahoitajuudessa. Omahoitaja on usein paras vaihtoehto antamaan lapselle tai nuorelle yksilöohjausta, mutta tämäkin vaatii molemminpuolisen luottamussuhteen.

5 NUOREN SEKSUAALISUUDEN AMMATILLINEN KOHTAAMINEN

Jack Annonin luoma PLISSIT-malli on hyvä työväline jäsentäessämme seksologisia kysymyksiä. Tärkeä osa ammatillisuutta on omien rajojen ja kykyjen tunnistaminen. Kirjainyhdistelmä muodostuu sanoista P (permission) luvan antaminen, Li (limited information) rajatun tiedon antaminen, Ss (specific suggestions) erityisohjeiden antaminen ja It (intensive therapy) intensiivinen terapia. (Aho ym. 2008, 47.)

KUVIO 2. PLISSIT-malli (Aho ym. 2008, 47.)



Kuvion ensimmäiselle tasolle kuuluu luvan antaminen ja salliminen. Suurin osa lasten ja nuorten kanssa työskentelevistä sijoittuu tälle tasolle. Suureen osaan seksuaaliterveyteen liittyvistä kysymyksistä tarvitaan vain lupa olla sellainen kuin on, lupa omaan seksuaalisuuteen ja lupa puhua näistä asioista. Tärkeintä on, että nuori kokee tulleensa kuulluksi. (Aho ym. 2008, 47.) Ryttyläisen ja Virolaisen (2009, 4) mukaan hoitaja antaa sanallisen tai sanattoman viestin siitä, että nuoren seksuaalisuuteen liittyvät tunteet, tarpeet ja ajatukset ovat luvallisia ja normaaleja. Luottamuksellinen hoitosuhde on hyvä perusta

keskusteluille. Luvan antamisen tasolla on hyvä kiinnittää huomiota sanavalintoihin. Luvan antamisessa on merkityksellistä, kuinka kysymys on muotoiltu. Kysymysten tulee olla avoimia ja erilaisia toimintoja normalisoivia, eivätkä ne saa sisältää päätelmiä tai normittamista. On eri asia vastata kysymykseen: ”Harjoitko itsetyydytystä?” kuin ”Kuinka usein harjoitat itsetyydytystä?”. Jälkimmäiseen kysymykseen sisältyy itsetyydytyksen normalisointi. (Ilmonen 2006, 47.)

Usein jo nuoren kysymyksen muotoilusta voi päätellä, että hän on hakemassa lupaa johonkin. Nuori voi muotoilla kysymyksen esimerkiksi: ”Onko normaalia vai epänormaalia, onko tavallista vai epätavallista tai onko oikein vai väärin?”. Nuoret voivat pyytää lupaa ensimmäiseen yhdyntään esimerkiksi kyselemällä: ”Mikä on kondomi ja miten sitä käytetään?” tai ”Minkä ikäisenä voi saada ehkäisytabletit?”. Kyse ei siis ole vain tiedon hakemisesta vaan myös luvan kysymisestä. Nuorten kanssa on tärkeää puhua asioista rauhas- ja selvittää, onko todella kyse nuoren omasta halusta ja valmiudesta. Nuorella voi olla kuvitelma, että kaikki muut ovat kokeneempia, ja sen vuoksi hänenkin on aloitettava seksielämä. Toisinaan kyse voi olla puolison painostuksesta seksiin, jolloin aikuisen on asetettava turvalliset rajat. Aikuisen tulee muistuttaa, että kiirehtiminen ei kannata ja aina on oikeus kieltäytyä. (Ilmonen 2006, 50–51.)

Toinen taso sisältää rajatun tiedon antamista nuorelle juuri siitä asiasta, mikä häntä huolestaa (Ryttyläinen & Virolainen 2009, 4). Tällaiset kysymykset saattavat liittyä esimerkiksi sukupuolielinten anatomiaan, ehkäisyyn tai fantasioihin. Tarkennettu tieto askarruttavasta asiasta vähentää ahdistusta. Nuorta yleensä helpottaa tieto siitä, että muut nuoret pohtivat samoja asioita. Tiedon välittämiseen sisältyy nuoren palauttaminen reaalielämään, esimerkiksi pornosta saatujen harhakuvien oikaiseminen. (Aho ym. 2008, 47.) Nuorten kanssa on tärkeää keskustella erotiikan ja pornografian eroista, pornografian hyödyistä ja haitoista ja sen antamista mies- ja naiskuvista (Ilmonen 2006, 53).

Luvan ja rajatun tiedon antamisen tasoja voidaan kutsua seksuaalineuvonaksi. PLISSIT -mallin kolmas ja varsinkin neljäs taso kuuluvat pääasiassa seksologiaan koulutetulle henkilölle. Erityisohjeilla tarkoitetaan esimerkiksi turvaseksiohjeita tai neuvoja suorituspainneiden vähentämiseksi. Seksuaalineuvonta voi sisältää rajatusti erityisohjeiden antamista, mikäli ohjeet perustuvat ajanmukaiseen ja tutkittuun tietoon. Seksuaaliterapia vaatii koulutusta, ja se tulee jättää ammattilaisille. Työntekijöiden onkin hyvä selvittää, mihin voi ohjata nuoren, mikäli oma ammattitaito ei riitä nuorta auttamaan. (Aho ym. 2008, 47–48.)

5.1 Minä seksuaalikasvattajana

Oman seksuaalisuuden tarkastelu on tärkeä lähtökohta seksuaalisuuden parissa työskenteleville. Mitä paremmin työntekijä tunnistaa omat arvot, asenteet ja käsitykset, sitä vähemmän ne vaikuttavat negatiivisesti asiakastyössä. Jokainen henkilö kokee asiat erilalla, kuten mikä on sallittua tai nautinnollista, eikä yhtä oikeaa suhtautumistapaa ole olemassa. Työntekijän eettiset ja moraaliset säännöt saattavat erota ohjattavan säännöistä, tai jokin asia saattaa tuntua työntekijän mielestä vastenmieliseltä, mutta työntekijän on silti pystyttävä työskentelemään ammattimaisesti. (Aho ym.2008, 45–46.)

Aaltosen (2012, 75) mukaan työntekijä viestittää esimerkillään, sanavalinnoillaan ja reagoinnillaan nuorille, kuinka seksuaalisuuteen liittyviin asioihin tulisi suhtautua. Pahimmassa tapauksessa työntekijä, jolla on omia käsittelemättömiä asioita, siirtää taakkansa eteenpäin seuraavalle sukupolvelle. Ahon ym. (2008, 46) mukaan jokainen työntekijä voisi käydä läpi oman seksuaaliansa esimerkiksi seksuaalisuuden portaita kulkien. Aikuinen voi asettaa itsensä eri portaille ja pohtia omaa historiaansa niiden avulla. Jos prosessin aikana mieleen nousee ikäviä tai kipeitä asioita, olisi nämä selvitettävä ennen seksuaalikasvatukseen osallistumista.

Seksuaalisuuteen liittyvän keskustelun tulisi tarjota apua ja tukea, jonka avulla nuorta itseään kannustetaan ymmärtämään, mitä hänelle ja hänen seksuaalisuudelle kunakin hetkenä tapahtuu. Työntekijän ei tarvitse osata ja tietää kaikkea, sillä kohtaavalla työotteella mahdollistetaan toisen ihmisen kohtaaminen avoimesti. Kohtaamisia helpottaa, kun tietää ja ymmärtää kuka itse on. (Bildjuschkin & Ruuhilahti 2010, 79–80.)

5.2 Puheeksi ottaminen

Työntekijän velvollisuutena on luoda ilmapiiri, jossa seksuaalisuudesta puhuminen on mahdollista. Työntekijän vastuulla on viestittää että seksuaalisuudesta on lupa puhua ja seksuaaliset kysymykset ja ongelmat voi ottaa esille siinä kuin minkä tahansa muunkin asian. (Bildjuschkin & Ruuhilahti 2010, 80.) Ilmosen (2006, 48) mukaan sanattomalla viestinnällä on iso merkitys puheeksi ottamisessa. Työntekijä viestittää lupaa puhua asioista ilmeillä, eleillä ja äänenpainoilla. Asiakkaat rekisteröivät herkästi kuinka työntekijä puhuu seksuaalisuudesta tai kuinka hän reagoi kysymyksiin. Lupaa puhumiselle voi välittää myös asettamalla huoneeseen esille seksuaalisuudesta kertovaa materiaalia tai kirjallisuutta.

Keskustelun aluksi pitää aina tarkastaa, että puhutaan samasta asiasta yhteisillä sanoilla. Kulttuuritausta, ikä ja elämäkokemukset vaikuttavat käytettäviin sanoihin, sekä siihen, voiko asioista puhua suoraan vai ei. Sukupuolielinten nimet ovat vaihdelleet eri aikakausina ja nykyään niitä käytetään yhä enemmän kiroilutarkoituksessa. Etukäteen on hyvä pohtia, millaisia vaihtoehtoisia sanoja voi itse käyttää. Pahimmassa tapauksessa kaikki hankalat sanat korvataan sanoilla ”ne” tai ”se”. (Bildjuschkin & Ruuhilahti 2010, 80.)

Puheeksi ottamisen avuksi on olemassa erilaisia apukeinoja. Esimerkiksi Väestöliiton seksimittari auttaa työntekijää saamaan tietoa nuoren seksuaaliterveydestä, riskikäyttäytymisestä sekä mahdollistaa keskustelun näistä asioista. Mittarin avulla nuorelle voidaan kertoa yksilöllistä, juuri häntä kiinnostavaa tietoa. (Väestöliitto 2015, B.) Liite 3

BETTER -malli on kehitetty puheeksi ottamisen tueksi. Alunperin se oli tarkoitettu vain syöpää sairastavien hoidon tueksi, mutta sitä voi soveltaa myös muuhun käyttöön. BETTER -mallin mukaan seksuaalisuus ja siihen liittyvät asiat tulisi ottaa puheeksi huomioiden jokaisen ihmisen elämäntilanne, ikä- ja kehitystaso sekä oppimisen tavat. Esimerkiksi jos nuori omaksuu tietoa paremmin katselemalla, voi kuvia käyttää keskustelun apuna. (Bildjuschkin & Ruuhilahti 2010, 101.) BETTER -mallia voi käyttää esimerkiksi muistilistana puheeksiottamisen tukena.

KUVIO 3. BETTER -malli. (Bildjuschkin & Ruuhilahti 2010, 102)

BETTER -malli

Bring up the topic – Ota esille niitä asioita, jotka ovat oleellisia juuri hänen kannaltaan. Anna lupa ihmetellä ja puhua. Kannusta iloitsemaan, etsimään ja nauttimaan. Muista käyttää materiaalia puheen tukena.

Explain – Selitä mitkä kaikki asiat vaikuttavat seksuaalisuuteen. Huomioi nuoren ainutkertaisuus. Ole herkkä huomioimaan myös sanatonta viestintää

Tell – Kerro ja keskustele nuoren elämän ajankohtaisista seksuaalisuuteen liittyvistä asioista. Muistuta, että seksuaalisuuden haasteet ovat normaaleja ja muutkin kokevat näitä haasteita. Muista sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuus.

Timing – Suunnittele ajoitus huolellisesti: mitä ja milloin nuori on kykenevä vastaanottamaan. Älä painosta tai pakota. Älä jätä ottamatta puheeksi omien olettamuksien vuoksi.

Educate – Pidä oma tietosi ajan tasalla: lue ja opiskele aiheeseen liittyviä teemoja. Jokainen kohtaaminen voi olla myös kasvatustilanne. Noudata ammattietiikan sääntöjä ja huomioi seksuaaliset oikeudet.

Record – Kirjaa keskustelun aiheet. Huomioi myös seksuaalisuus hoitosuunnitelmaa tehdessä.

LÄHTEET

- Aaltonen, Jussi 2012. Turvataitoja nuorille. Opas sukupuolisen häirinnän ja seksuaalisen väkivallan ehkäisyyn. Opas 21, Tampere: Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos.
- Aalto, Leena 2006. Ryhmien ohjaus. Mitä iloa ryhmätöistä. Kehittämishanke raportti. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Viitattu 4.2.2015. <http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/20063/TMP.objres.70.pdf?sequence=1>
- Aho, Tuulia; Kotiranta-Ainamo, Anna; Pelander, Anna & Rinkinen, Tuija, Paula Alkio (toim.) 2008. Puhutaan seksuaalisuudesta - nuori vastaanotolla. Helsinki: Väestöliitto.
- Aigner, Gertrude & Cebterwall, Erik 1999. Lapset ja seksuaalisuus. Helsinki: Kirjayhtymä oy.
- Bildjuschkin, Katariina & Ruuhilahti, Susanna 2010. Puhutaan seksuaalisuudesta. Helsinki: Kirjapaja.
- Cacciatore, Raisa 2007. Huomenna pannaan pussauskoppiin, opas vanhemmille. Helsinki: WSOY.
- Cacciatore, Raisa 2006. Lasten ja nuorten seksuaalisuus. Teoksessa Dan Apter, Leena Väisälä & Kari Kaimola (toim.) Seksuaalisuus. Helsinki: Duodecim.
- Eloranta, Tuija & Virkki, Sari 2011. Ohjaus hoitotyössä. Helsinki: Tammi.
- Fogelholm, Mikael; Huuhka, Helena; Reinikkal, Paula & Sundman, Tuula 2011. Terve! Terveystieteiden perusteet. Helsinki: WSOY.
- Hiv-säätiö 2014. Hiv-infektion hoito. Hiv&Aids tukikeskus. Viitattu 2.11.2014. <http://hivtukikeskus.fi/hiv-ja-aids/hiv-infektion-hoito/>
- Lajunen, Kaija; Andell, Minna; Jalava, Leena; Kemppainen, Kaija; Pakkanen, Marjo & Ylenius-Lehtonen, Mira 2012. Turvataitoja lapsille - turvataitokasvatuksen oppimateriaali. Tampere: Stakes.
- Lastensuojelulaki 2011. Lapsen seksuaalinen hyväksikäyttö. Viitattu 10.5.2014. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1889/18890039001>
- Laki avioliiton muuttamisesta 2015. Laki avioliiton muuttamisesta. Viitattu 10.3.2015. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150156>

- Leinonen, Eeva-Kaisa 2006. Transvestisuus. Teoksessa Dan Apter, Leena Väisälä & Kari Kaimola (toim.) Seksuaalisuus. Helsinki: Duodecim.
- Helsingin ja Uudenmaan Sairaanhoidopiiri 2015, A. Lapsen seksuaalinen kehitys. Viitattu 2.2.2015. http://www.hus.fi/sairaanhoito/lasten-sairaanhoito/lastenpsykiatria/lasten_seks_hyv_kaytto/Tietoa/seksuaalinen_kehitys/Sivut/default.aspx
- Helsingin ja Uudenmaan Sairaanhoidopiiri 2015, B. Yliseksualisoitunut käyttäytyminen. Viitattu 2.2.2015. http://www.hus.fi/sairaanhoito/lasten-sairaanhoito/lastenpsykiatria/lasten_seks_hyv_kaytto/Tietoa/oireet/Yliseksualisoitunut_kaytt%C3%A4ytyminen/Sivut/default.aspx
- Ilmonen, Tuisku 2006. Seksuaalineuvonta. Teoksessa Dan Apter, Leena Väisälä & Kari Kaimola (toim.) Seksuaalisuus. Helsinki: Duodecim.
- Karling, Marjo; Ojanen, Tuija; Siven, Tuula; Vihunen, Riitta & Vilen, Marika 2008. Lapsen aika. Helsinki: WSOY.
- Klemetti, Reija & Raussi-Lehto, Eija 2013. Edistä, ehkäise, vaikuta - Seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelma 2014-2020. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 22.1.2015. http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116162/THL_OPAS3_3_VERKKO.pdf?sequence=1
- Kontula, Osmo 2006. Pornografia. Teoksessa Dan Apter, Leena Väisälä & Kari Kaimola (toim.) Seksuaalisuus. Helsinki: Duodecim.
- Korteniemi-Poikela, Erja & Cacciatore, Raisa 2010. Portaita Pitkin. Lapsen ja nuoren seksuaalisuuden kehittyminen. Juva: WSOY.
- Kosunen, Elise & Ritamo, Maija 2004. Näkökulmia nuorten seksuaaliterveyteen. Saarijärvi: Stakes.
- Kuvankaunis, Katariina & Puuhalhti, Sari i.a. Harjoitus tekee mestarin. Viitattu 15.3.2015. http://www.kylmalevy.fi/materiaali/harjoituksia_seksuaalikasvatukseen.pdf

- Kyngäs, Helvi; Kääriäinen, Maria; Poskiparta, Marita; Johansson, Kirsi; Hirvonen, Eila & Renfors, Timo 2007. Ohjaaminen hoitotyössä. Porvoo: WSOY.
- Marttila, Naana; Pokki, Kati & Talvitie-Kella, Tuuli 2008. Ammattina ryhmän ohjaaminen- ohjausprosessi ryhmänohjaajien kokemana ja kertomana. Pro-gradu tutkielma. Tampereen Yliopisto. Viitattu 14.1.2015.
<https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/78987/gradu02505.pdf?sequence=1>
- Muurinen, Erja & Surakka, Tuula 2001. Lasten ja Nuorten hoitotyö. Helsinki: Tammi.
- Obretenova, Vita 2012. Yksilöohjauksen asiakaslähtöinen kehittäminen. Yksinäisten asukkaiden arjen tukeminen. Viitattu 25.1.2015.
https://www.theseus.fi/xmlui/bitstream/handle/10024/41694/OPI_NNAYTETYO.pdf?sequence=1
- Pelastakaa Lapset ry 2011. Tutut tuntemattomat - Raportti lasten ja nuorten nettituttavuuksista sosiaalisessa mediassa. Viitattu 30.1.2015.
http://pelastakaalapset-fi-bin.directo.fi/@Bin/5e7a3d9820875424a3fd0644115047b5/1422606788/application/pdf/234470/Tutut%20tuntemattomat%20-%20raportti_web.pdf
- Pimenoff, Veronica 2006. Transsukupuolisuus. Teoksessa Dan Apter, Leena Väisälä & Kari Kaimola (toim.) Seksuaalisuus. Helsinki: Duodecim.
- Ruusuvaara, Leena 2006. Raskauden ehkäisy ja seksuaalisuus. Teoksessa Dan Apter, Leena Väisälä & Kari Kaimola (toim.) Seksuaalisuus. Helsinki: Duodecim.
- Ryttyläinen, Katri & Virolainen, Leila 2009. Lupa puhua. Asiakkaan ja potilaan seksuaaliohjaus hoitotyössä. Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Keski-Suomen sairaanhoitopiiri. Viitattu 20.2.2015.
<http://www.seksologinenseura.fi/tiedostot/LupaPuhua.pdf>
- Seta 2015. Seksuaalinen suuntautuminen. Viitattu 22.2.2015.
<http://seta.fi/seksuaalinen-suuntautuminen/>

Sosiaaliportti 2014. Pahoinpitely ja seksuaalinen hyväksikäyttö. Lastensuojelun käsikirja. Viitattu 10.5.2014.

<http://www.sosiaaliportti.fi/fiFI/lastensuojelunkasikirja/tyoprosessi/pahoinpitelyjahyvakskaytto/>

Tamanen, Kirsi; Kosunen, Elise & Vuorela, Piia 2010. Jälkiehkäisy. Terveyskirjasto Duodecim. Viitattu 22.2.2015.

http://www.terveyskirjasto.fi.anna.diak.fi:2048/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00165

Tampereen Yliopisto 2014. Sosiaalipsykologian peruskurssi. Ryhmät. Viitattu 14.1.2015.

<http://www.uta.fi/avoinyliopisto/arkisto/sosiaalipsykologia/ryhmat.html>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2010. Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa. Suuntaviivat poliittisille päättäjille, opetus- ja terveydenhoitoalan viranomaisille ja asiantuntijoille. Viitattu 24.10.2014.

<http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80220/039844e2-c540-4e81-834e-6f11e0218246.pdf?sequence=1>

Tiitinen, Aila 2013. Lasten seksuaalinen hyväksikäyttö. Lääkärikirja Duodecim. Viitattu 10.5.2014.

http://www.terveyskirjasto.fi/terveysportti/tk.koti?p_artikkeli=dlk00941

Tiitinen, Aila 2014 A. Raskauden ehkäisy. Terveyskirjasto Duodecim. Viitattu 22.2.2015.

http://www.terveyskirjasto.fi.anna.diak.fi:2048/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00165

Tiitinen, Aila 2014 B. Ehkäisypillerit. Terveyskirjasto Duodecim. Viitattu 22.2.2015.

http://www.terveyskirjasto.fi.anna.diak.fi:2048/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00752

Tiitinen, Aila 2014 C. Minipillerit ja muut progestiinia sisältävät ehäisymenetelmät. Terveyskirjasto Duodecim. Viitattu 22.2.2015.

http://www.terveyskirjasto.fi.anna.diak.fi:2048/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00735

- Tiitinen, Aila 2014 D. Kierukka (ehkäisy). Terveyskirjasto Duodecim. Viitattu 22.2.2015.
http://www.terveyskirjasto.fi.anna.diak.fi:2048/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00730
- Tiitinen, Aila 2014 E. Sterilisaatio. Terveyskirjasto Duodecim. Viitattu 22.2.2015.
http://www.terveyskirjasto.fi.anna.diak.fi:2048/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00747
- Turun kaupunki, Hyvinvointitoimialan hallinto 2010-2012. Selkenevää! Seksuaalisen hyvinvoinnin vahvistamishanke. Viitattu 8.3.2015.
<http://www.turku.fi/Public/default.aspx?nodeid=17589&culture=fi-FI&contentlan=1>
- Ungdomsstyrelsen 2012:2. Hon, hen, han. En analys av hälsosituationen för homosexuella och bisexuella ungdomar samt för unga transpersoner. Ungdomsstyrelsens skrifter.
http://www2.ungdomsstyrelsen.se/butiksadmin/showDoc/ff8080812568bac50126b80371e7001b/HON_HEN_HAN.pdf
- Vehviläinen, Sanna 2014. Ohjaustyön opas. Yhteistyössä kohti toimijuutta. Helsinki: Gaudeamus Oy.
- Väestöliitto 2014. Tietoa seksuaalisuudesta. Viitattu 23.8.2014.
<http://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/tietoa-seksuaalisuudesta/>
- Väestöliitto 2015, A. Nuorten seksuaalioikeudet. Viitattu 4.1.2015.
<http://www.vaestoliitto.fi/nuoret/seksi/seksuaalioikeudet/>
- Väestöliitto 2015, B. Seksimittari - apu riskikäyttäytymisen tunnistamiseen. Viitattu 21.2.2015.
http://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/tietoa-seksuaalisuudesta/ammattilaiset/tyokalupakki/valineita_nuoren_kohtaamiseen/seksimittari/
- Väestöliitto, Opetushallitus 2000. Seksuaalisuuden portaat. Viitattu 16.2.2015.
<http://www.vaestoliitto.fi/@Bin/386057/Portaat+selitys.pdf>
- Waterhouse, Lorraine 1996. Lasten seksuaalinen hyväksikäyttö ja hyväksikäyttäjät. Kuopio: Puijo.

Yle, Mediakompassi 2015. Medialukutaito. Viitattu 20.3.2015.

http://yle.fi/vintti/yle.fi/mediakompassi/mediakompassi/7-luokkalaiset/mediataju/median_viestiopas/medialukutaito/

LIITE 1

KERRO AINAKIN NÄMÄ:

Alla on 10 faktaa seksuaalisuudesta, jotka aikuisen tulisi ainakin kertoa nuorelle. Listassa on kymmenen kaunista asiaa seksuaalisuudesta.

1. Sinun seksuaalisuutesi on arvokas, ainutlaatuinen ja hyvä. Se on erilainen kuin kenelläkään toisella. Älä loukkaa seksuaalisuuttasi, äläkä anna muidenkaan loukata sitä.
2. Tunteesi ovat tärkeitä. Rakkauden ja hellyyden kaipuu kuuluvat elämään. Anna itsesi kokea tunteita. Vaikka sinut petettäisiin ja jätettäisiin, älä hylkää kykyäsi rakastaa äläkä tukahduta omaa rakkauden ja hellyyden janoasi. Rakkaus on aina hyvää.
3. Järjellä voi aina hallita tunteita ja viettelyksiä. Älä tee asioita, jotka ovat oman ymmärryksesi mukaan sopimattomia tai kiellettyjä. Älä tee mitään, mikä voisi loukata toista. Oikeuksia ei ole ilman vastuuta, joten vahvista tietojasi ja harkintakykyäsi.
4. Kehosi on omanlaatuinen – ei täydellinen, mutta ainutlaatuinen ja kokonaan hyvä. Tutustu joka kohtaan kehossasi. On tärkeää, että itse tunnet yksityisimmät alueesi ja voit ne hyväksyä.
5. Vaadi ja anna kehollesi, tunteillesi ja kokemuksillesi seksuaalisuudesta aina arvostavaa kohtelua. Älä koskaan painosta tai pakota ketään seksuaaliseen tilanteeseen, vaan arvosta kaikkien muidenkin seksuaalisuutta.
6. Seksuaalinen kehitys on portaittaista. Jokainen vaihe on hyvä ja tärkeä. Sinulla on oikeus tuntea, että olet oikealla portaalla, vaikka joku muu sa-

manikäinen olisikin jo seuraavalla portaalla. Liian varhaisiin kokemuksiin ei kannata kiirehtiä.

7. Tutustu kehosi reaktioihin ja kypsymisen merkkeihin kehossasi. Hyväksymällä ja tutustumalla kaikkeen itsessäsi voit oppia hallitsemaan itseäsi kokonaisuutena.
8. Muuttuva ja keskeneräinen seksuaalisuutesi kaipaa hyväksyntää ja on myös hyvin haavoittuva. Älä mene tilanteisiin, jossa voit joutua hyväksikäytetyksi tai kiusatuksi. Paljasta itsesi, mielesi ja kehosi vain harkiten ja harvoille. Älä pukeudu niin paljastavasti, että ihmiset alkavat kohdella sinua halveksien. Kerro aina kohtaamasi seksuaaliset loukkaukset henkilölle, johon luotat ja hae apua.
9. Ystävyys on paras pohja rakentaa kestävää ja arvostavaa ihmissuhdetta. Ystävyys voi kasvaa rakkaudeksi. Hyvän ystävän kanssa on turvallista lähteä oikeaan aikaan tavoittelemaan järjen ja tunteiden yhteyttä uusilla kokemuksilla. Seksissä kyse on ystävyden, rakkauden ja läheisyyden muuttamisesta teoiksi.
10. Ole aito. Seksuaalisuudessa ei lasketa suorituksia, eikä anneta pisteitä jonkin mallin matkimisesta. Jokainen seksuaalinen kohtaaminen on erilainen ja ainutlaatuinen. On kuunneltava omia tunteitaan ja toiveitaan, mutta huomioitava myös kumppanin toiveet. Kiirettä ei ole, sillä seksuaalisuus kehittyy koko elämän ajan ja jokainen on keskeneräinen seksuaalisuudessaan.

LIITE 2

KIPERIÄ KYSYMYKSIÄ JA VASTAUKSIA

Lapset ja nuoret kyselevät usein vaikeita kysymyksiä läheisiltä ihmisiltä seksuaalisuuteen liittyen, joten tässä muutama esimerkki kysymys lasten suusta ja niihin osuvat vastaukset Raisa Cacciatorelta (2007):

Esimerkkejä kysymyksistä ja vastauksista 7–12-vuotiaille:

1. Miten ihmiset lisääntyvät?

Vastaa esimerkiksi näin: Jotta lapsi voi alkaa kasvaa vauvan kodissa, äidin vatsassa, tarvitaan siemen sekä mieheltä että naiselta. Naisen siemenen nimi on munasolu ja miehen siittiösolu. Jos nämä siemenet pääsevät yhteen, ne voivat yhdistyä ja sulautua yhteen, jolloin niistä voi alkaa kasvaa vauva. Tämä yhdistyminen tapahtuu naisen kehon sisällä. Jotta miehen siemen pääsisi naisen kehoon, se laitetaan sinne yhdynnässä, vauvareiän kautta.

2. Mitä yhdynnässä tapahtuu?

Vastaa esimerkiksi näin: Jos nainen ja mies haluavat lapsia tai jos he muuten vain haluavat olla oikein lähellä toisiaan, he voivat tehdä sen yhdynnässä. Tämä tarkoittaa sitä, että miehen pippeli laitetaan naisen vauvareikään eli emättimeen. Se tuntuu näistä aikuisista hyvältä. Mies ja nainen liikkuvat yhdynnässä ja hellivät toisiaan. Muutamien minuuttien kuluttua pippelin päästä tulee annos vauvasiemeniä eli siittiöitä syvälle naisen vauvareikään. Nämä siemenet ovat hyvin pieniä ja näkymättömiä. Siittiöt osaavat itse liikkua ylös naisen vauvareiässä kohti vauvan kotia, kohtua.

3. Mitä on itsetyydytys?

Vastaa esimerkiksi näin: Itsetyydytys liittyy oman kehon hellimiseen ja hyväntäpitämiseen koskettelemalla sitä niin, että se tuntuu hyvältä. Itsetyydytys on sitä, että omaa kehoaan haluaa koskettaa etenkin alapäästä. Itsetyydytys

on turvallinen tapa tutustua omaan kehoonsa ja seksuaalisuuteensa. Ajatuksiin voi nousta kiihottavia ja jännittäviä ja seksiin liittyviä kuvitelmia, joiden ajattelemisen tuntuu etenkin alapäässä. Tämä hyvän olon, jännityksen ja kiihottumisen tunne saattaa kasvaa, jos jatkaa koskettelua ja asioiden ajattelua. Lopulta, minuuttien kuluttua, saattaa tulla laukeaminen, jota sanotaan orgasmiksi. Orgasmia seuraa usein rentoutuminen ja hyvän olon tunne koko kehossa. Orgasmin aikana pojan pippelistä purkautuu annos siemennestettä.

4. Mitä ja miten kertoa homo-, bi- ja heteroseksuaalisuudesta?

Kerro esimerkiksi näin: Useimmiten perhe muodostuu miehen ja naisen muodostamasta parista. On olemassa myös miespareja ja naispareja, jotka elävät rakkaussuhteessa ja voivat perustaa perheen. Rakkaus on aina hyvä asia. Jos poika rakastaa poikaa, se on oikein, eikä se kuulu kenellekään muulle. Jos tyttö rakastaa tyttöä, sekin on hienoa ja ihanaa rakkautta, eikä siitäkään saa kiusata. Jos kaksi miestä rakastaa toisiaan, heitä sanotaan homoiksi. Se ei ole mikään haukkumasana. Homot ovat toisilleen helliä ja voivat rakastellakin. Jos kaksi naista taas rakastavat toisiaan, heitä kutsutaan lesboiksi. Sitten on vielä henkilöitä, joita kutsutaan bi-seksuaaleiksi. He voivat rakastua sekä miehiin että naisiin. Tavallisinta on, että mies ja nainen rakastuvat ja rakastelevat, jolloin puhutaan heteroista. Kaikki ihmiset ja kaikki rakkaudet ovat samanarvoisia ja jokainen voi rakastaa ketä haluaa.

Esimerkkejä kysymyksistä ja vastauksista 12–15-vuotiaille:

1. Milloin on murrosikä?

Vastaa esimerkiksi näin: Naiseksi ja mieheksi kasvamisen merkit alkavat ilmaantua toisilla varhain ja toisilla myöhemmin. Jokainen kehittyy oman erityisen aikataulunsa mukaan. Aikataulu riippuu paljon perintötekijöistä. Ensimmäisiä murrosiän muutoksia tytöillä ovat rintojen kasvaminen ja valkovuoto. Nämä merkit alkavat usein 8–13 vuoden iässä. Pojilla alkumerkkinä on kivesten kasvaminen, mikä tapahtuu 9–14 vuoden iässä. Siemensyöksyt pojilla alkavat usein 14-vuotiaana. Samoihin aikoihin pojilla on pituuskasvupyrahdyks, äänenmurros ja peniksen kasvuvaihe. Tyttöillä ensimmäiset kuukautiset alkavat suurimmalla osalla 12–13 vuoden iässä. Kuukautisten al-

kaminen tytöillä ja siemensyöksyjen alkaminen pojilla tarkoittavat, että nuori on saavuttanut biologisen lisääntymiskykynsä. Järjen ja tunteen tasolla kypsyminen ei kuitenkaan ole vielä tässä vaiheessa tuonut taitoja lapsen kasvattamiseen.

2. Miten seurustella?

Vastaa esimerkiksi näin: Seurustelu on helliä katseita ja hipaisuja sekä sitä, että kaikki tietävät kyseisten ihmisten olevan kimpassa. Jokainen seurustelu on täysin erilainen kuin jokin toinen, koska siinä on kaksi uutta ihmistä, joilla on omat toiveensa ja tapansa. Siksi ei ole kiire esimerkiksi seksiin, vaikka joku muu sitä tekisikin heti seurustelun alkuvaiheilla. Välillä seurustelu on tasaista, välillä tulee riitoja. Seurustelu ei ole yksinkertaista, sillä väärinymmärryksiä, loukkaantumisia ja sotkuja tulee usein. Riitoja saa olla, mutta alistaminen, väkivalta, pakottaminen ja julmuus eivät kuulu seurusteluun. Rakkaussuhteessa tulee opetella rakentavaa riitelyä ja riidoista selviytymistä. Molempinpuolista luottamusta pitää kummankin rakentaa. Nuoruusiän seurustelu- ja kaverisuhteiden yksi tärkeä tehtävä on oppia selviytymään siitäkin, jos ystävä pettää tai jättää.

3. Milloin on valmis seksiin?

Vastaa esimerkiksi näin: Sen tietää, kun kuuntelee omaa sisintään ja sydämensä ääntä. Kaikki kehitys tapahtuu portaittain, myös seksuaalisuus ja rakastuminen. Yhdyntä ja rakastelu vaativat aivan erityistä varmuutta ja rohkeutta, niiden aika on vasta sitten, kun kumpikin on täysin varma, että ymmärtää mitä tekee. Tämä ratkaisu tehdään järjen avulla, ei sillä perusteella että haluaa vain miellyttää toista. Ei siis hetken mielijohteesta tai humalassa. Ne jotka ovat valmiita, tietävät riskit ja osaavat suojautua niiltä, eivätkä kadu tekojaan jälkeenpäin. He ovat yhdessä etukäteen keskustelleet ja päättäneet, että on yhdyntöjen aika. Jokainen yksilö on aina itse vastuussa omasta vanhemmuudestaan ja ehkäisystään. Sitä vastuuta ei kannata jättää kumppanille. Oma kypsyminen ei voi eikä kannata kiiruhtaa. Jos todella toista rakastaa, antaa hänelle oma aikansa kypsymiseen. Koskaan ei ole pakko.

LIITE 3

TEHTÄVIÄ TURVATAITOKASVATUKSEN TUEKSI

1. Mikä tää olo on? (Kuvankaunis & Puuhalahti i.a., 3.)

Ihminen on tunteva olento. Ihminen tuntee mukavia asioita, mutta myös epämiellyttäviä asioita. Tunteiden oppiminen alkaa jo vauvaikäisenä. Tunteet kertovat ihmiselle, milloin kannattaa varoa. Kun pelottaa, kannattaa omaan tunteeseen luottaa ja suhtautua pelottavaa tunnetta aiheuttavaan asiaan varoen. Myös rakkaus, tykkääminen, pettymys ja ulkopuoliseksi jäämisen tunne ovat ihmiselle tärkeitä tunteita. Elämässä kaikki asiat eivät aina mene niin kuin itse toivoo ja ajattelee. Silloin ihminen tuntee pettymystä, jopa vihaa. Rakkaus ja viha ovat suuria tunteita, joiden kanssa elämistä on opeteltava. Lapsi opettelee yhdessä aikuisen kanssa tunnistamaan erilaisia oloja. Outo olo itsessä tai mahan kipristys saattaakin olla tunne, jota lapsi ei osaa vielä nimetä.

Miltä nyt tuntuu? Mikä on tämä olo?

Piirrä kymmenen erilaista naamaa. Aikuinen voi piirtää ympyröitä valmiiksi tai niitä voidaan leikata yhdessä lasten kanssa. Piirtäkää seuraavanlaiset naamat: 1. iloinen, 2. surullinen, 3. pelkäävä, 4. tyytyväinen, 5. raivokas, 6. rakastunut, 7. välinpitämätön, 8. ujo, 9. nolo ja 10. kiukku.

Mieti missä kohtaa kehoa eri tunne tuntuu?

Missä kohtaa kehoa voi tuntua useampikin tunne?

Mieti minkä värisiä tunteet ovat? Mieti minkä muotoisia eri tunteet ovat?

Piirtäkää niitä yhdessä suurelle paperille. Muut voivat arvuutella piirrettyä tunnetta – mikä se on ja milloin se ilmenee. Mitä voi tehdä, jos tunne kasvaa niin suureksi, että se ei enää mahdu sisälle kehoon? Kenelle sen voisi kertoa? Miten sitä voisi kuvailla?

2. Vihreän ja punaisen valon kosketuksia (Lajunen, Andell, Jalava, Kemppinen, Pakkanen & Yenius-Lehtonen 2012, 154–155.)

- Tarkoituksena opettaa, että lapsi saa itse määrätä miten häntä kosketaan
- Opitaan tunnistamaan erilaisia kosketuksia, punaisen ja vihreän valon kosketuksia

1. Aloitetaan keskustelemalla siitä, mitä vihreän ja punaisen valon kosketukset ovat. Mukavia ja hyvälle tuntuvia kosketuksia voidaan sanoa vihreän valon kosketuksiksi. Epämukavia ja inhottavia kosketuksia voidaan sanoa punaisen valon kosketuksiksi.

Vihreän valon kosketukset

- saavat meidät tuntemaan, että meistä pidetään ja niistä tulee turvallinen ja hyvä olo. Vihreän valon kosketuksille sanomme mielessämme KYLLÄ.

Punaisen valon kosketukset

- tuntuvat ikäviltä, satuttavat tai tekevät kipeää. Ne voivat pelottaa, vihastuttaa ja niistä voi tulla paha mieli. Punaisen valon kosketuksiin ei tarvitse suostua ja niille pitää sanoa EI.
- tekevät meidän hämmentyneiksi ja olon epämukavaksi. Emme ole oikein varmoja, mitä niistä ajattelemme tai miltä ne tuntuvat. Punaisen valon kosketukset voivat kohdistua omiin, yksityisiin kehon osiin, jotka tavallisesti peittyvät uimapuvun alle.
- ovat tilanteita, joissa toinen pakottaa, painostaa, lahjoo tai suostuttelee toista koskettelemaan itseään esimerkiksi omiin yksityisiin alueisiinsa. Ei ole oikein pakottaa toista koskettelemaan itseään. Myös silloin on oikeus sanoa EI.
- Punaisen valon kosketuksia ei saa koskaan pitää salaisuutena, vaikka joku niin vaatisikin. On aina oikein kertoa niistä luotettavalle aikuiselle.

2. Piirtäkää yhdessä tai pyydä lasta piirtämään oman näköinen kuva paperille. Pyydä lasta värittämään kuvasta vihreällä ne kohdat, joihin häntä saa koskettaa ja punaisella ne kohdat, jotka ovat yksityistä aluetta, joihin ei saa koskea ilman lupaa tai joista lapsi saa itse määrätä.

3. Tärkeitä keskustelunaiheita

- **Lapsi saa itse määrätä, millä tavalla häntä kosketaan**

Kenelläkään ei ole oikeutta koskea lasta tavalla, joka tuntuu pahalle tai hämmentävälle. Kenelläkään ei ole lupa koskea hänen yksityisiin alueisiin, eikä ainakaan uimapuvun alle jääviin kohtiin ilman lupaa.

- **Lapsella on lupa luottaa tunteisiinsa**

Lapsella on oikeus olla tottelematta aikuista tai toista lasta, jos tämän ehdotukset hämmentävät lasta. Silloin on oikeus lähteä pois, kieltäytyä ja kertoa luotettavalle aikuiselle asiasta.

- **Mitään kosketusta ei tarvitse pitää salaisuutena**

Jos lasta on koskettu punaisen valon kosketuksilla, tai hän on joutunut suostumaan niihin, on oikein kertoa siitä. Se ei ole lapsen vika, jos hän on joutunut näihin tilanteisiin, vaan vastuu on aina aikuisella.

- **Aikuisten on suojeltava lasta**

Jos lapsi riehuu niin, että hän voi vahingoittaa itseään tai toisia lapsia tai jos hän rikkoo tavaroita, on aikuisen estettävä se esimerkiksi pitämällä kiinni. Se ei ehkä tunnu lapsesta mukavalle, mutta rajoittamalla lasta aikuinen suojelee lasta ja auttaa tätä rajoittamaan käyttäytymistään. Tämä ei ole punaisen valon kosketusta. Lapsen on hyvä suostua myös terveydenhoitajien ja lääkäreiden hoitoihin, vaikka ne tekisivät kiipeää, sillä ne ovat hyvinvoinnin kannalta tärkeitä. Tämä ei ole myöskään punaisen valon kosketusta.

3. Iso Ei, pieni ei (Aaltonen 2012, 89.)

Harjoitelkaa yhdessä viestimään iso Ei ja pieni ei. Miltä ne näyttävät? Miltä ne kuulostavat? Harjoitelkaa ison ja pienen ei:n ilmaisemista kuvitteellisissa tilanteissa esimerkiksi näyttelemällä. Kiinnittäkää huomiota mahdollisimman paljon äänen kuuluvuuteen, uskottavuuteen ja selkeyteen. Keksikää mahdollisimman monta tapaa viestiä ilman sanoja ”ei”. Pohtikaa yhdessä, millainen kehonkieli viestii päättäväisestä ja vakuuttavasta kieltäytymisestä.

4. Ota kantaa! (Turun kaupunki, Hyvinvointitoimialan hallinto 2010-2012.)

Tee numerot 1-5 erillisille lapuille. Aseta laput lattialle isoin välein. Pyydä oppilaita seisomaan jollekin numerolle väitteen kuultuaan. Numero 5 tarkoittaa, että on täysin samaa mieltä väitteen kanssa ja 1 taas, ettei ole väitteen kanssa lainkaan samaa mieltä. Pyydä sen jälkeen, että samalla lapulla olevat miettivät yhteisesti perustelun, miksi he seisovat juuri sillä numerolla. Yksi esittää perustelun. Seuraavaksi esittelemme väittämät:

1. Seksi ja rakkaus kuuluvat yhteen.
2. Naiset ja miehet haluavat seksistä samoja asioita.
3. Porno on hyvää seksivalistusta.
4. Seksikkäisiin vaatteisiin saa pukeutua kuka tahansa.
5. Seksistä ei pitäisi puhua kumppanin kanssa.
6. Seksistä puhutaan liikaa mediassa.
7. Miehen pitää osata kuin luonnostaan seksitaidot.
8. Jos alkaa suudella ja hyväillä toista, on suostuttava seksiin loppuun asti.
9. Toisen haluttomuutta tai osallistumattomuutta seksiin ei välttämättä huomaa.

5. Mitä on seksi? (Turun kaupunki, Hyvinvointitoimialan hallinto 2010-2012.)

Pyydä nuoria/nuorta kirjoittamaan ylös paperille kaikki asiat, joita heille/hänelle tulee sanasta seksi mieleen. Ei ole oikeita tai väärä vastauksia.

Pohtikaa:

Voiko seksiä olla yksin?

Onko seksiä muutkin asiat kuin yhdyntä?

Mikä seksissä on normaalia ja luonnollista? Miksi?

Rakkaus ja seksi. Millaisia ajatuksia sanat herättävät?

Milloin seksistä tulee hyvää?

Kummalle sukupuolelle seksi on tärkeämpää? Miksi?

Miten monta kumppania nuorella voi olla ennen kuin maineen menettää tai häntä aletaan pitää "huorana" tai "jakiksena" tai "sankarina". Onko sukupuolella merkitystä asiassa?

Millaisia seksisanoja käytetään? Millaisia viestejä sanat lähettävät? Tekevätkö ne heteroseksuaalisessa seksissä naisesta passiivisen kohteen ja miehestä suorittajan? Aiheuttavatko normitukset paineita tai epäilyksiä omasta normaaliudesta?

Miettikää seksin hyviä ja huonoja puolia.

Millaisena seksi esitetään erilaisissa medioissa? Millaisia asioita seksiin niiden mukaan kuuluu? Ohjaavatko ne ajatuksia seksistä?

Mistä löytää tietoa seksistä, jos sitä etsii?

Mitä eroa on seksillä ja seksuaalisuutta loukkaavalla toiminnalla?

Laatikaa seksin lyhyt oppimäärä ensikertalaiselle. Mitä pitäisi huomioida ja miten saadaan aikaan seksiä? Mitä pitäisi tietää ja taitaa?

MISTÄ TIETÄÄ...

Että toinen haluaa seksiä?

Että toinen ei haluakaan seksiä tai halut loppuivat kesken kaiken?

Että toista saattaa sattua seksi?

LIITE 4

VÄESTÖLIITON (2015, B) SEKSIMITTARI

Väestöliiton Seksimittari on tarkoitettu työkaluksi seksuaalisuuden puheeksi ottamiseen ja nuoruusikäisen seksuaalisen riskikäyttäytymisen tunnistamiseen.

- Anna nuoren täyttää lomake rauhassa. Anna nuorelle vain kyselylomake – älä muita sivuja.
- Älä jätä lomaketta nuoren haltuun, vaan talleta muiden papereiden joukossa tai tehtyäsi riittävät kirjausmerkinnät, laita lomake tietosuojarokkiin.
- Vastauksia ei ole pisteytetty – oleellista on jatkaa aiheesta keskustelua nuoren ja ammattilaisen välillä.

.

- Seksuaalisella riskikäytöksellä tarkoitetaan potentiaalisesti oman ja/tai kumppanin terveyttä ja turvallisuutta vaarantavaa toimintaa. Riskikäytöstä on esimerkiksi toistuva raskauden tai seksitautien ehkäisyn laiminlyönti, seksin käyttäminen kaupan välineenä ja seksin toistuva harrastaminen päihtyneenä.
- Nuorten seksuaalikäyttäytymistä voidaan kartoittaa tarkastelemalla mm. yhdyntöjen aloittamisikää, yhdyntäpartnereiden lukumäärää, ehkäisyn käytön toteutumista, sekä nuoren kokemia tunteita seksiin liittyen. Pelkät lukumäärät eivät ole merkityksellisiä, vaan kokonaisuuksien hahmottaminen yksityiskohtien ympärillä.

.

- Seksiriskikäytös ei yleensä esiinny yksinään, vaan usein yhdessä muiden terveyttä ja turvallisuutta vaarantavien terveystottumuksien ja -tapojen kanssa. Myös muiden elämänalueiden ongelmat, kuten sosiaaliset vaikeudet ja kouluongelmat ovat mahdollisia.
- Seksuaalisuudesta keskusteleminen antaa nuorelle tärkeää tukea nuoruusiän kehitysprosesseissa. Riskikäyttäytymisen tunnistaminen mahdollistaa haitalliseen käytökseen puuttumisen ja muutoksen nuoren omassa ajattelussa ja toiminnassa. Aivan yhtä tärkeää on nostaa esiin hyvin olevia asioita nuoren elämässä!

Miten ammattilainen voi auttaa, jos seksuaalista riskikäyttäytymistä tulee esiin?

Kuunteleva läsnäolo ja ymmärrys

- Tärkeintä on antaa nuorelle mahdollisuus tulla kuulluksi ja kohdatuksi omalla tavallaan tuntevana ja ajattelevana.
- Luottamuksen rakentuminen vie aikaa. Nuori kertoo enemmän, kun hän on siihen valmis.
- Varmistetaan, että akuuttia hoidettavaa ei ole (kuten jälkiehkäisy, raskaustesti tai seksitautitestit)
- Selvitetään, onko tarvetta nopealle väliintulolle esimerkiksi lastensuojelun keinoin.
- Nuoren voi olla vaikea nähdä toiminnassaan mitään huolta tai vaaraa aiheuttavaa. Tällöinkin riskikäyttäytymisestä voidaan puhua yleisellä tasolla osoittelematta.
- Riskitilanne on usein sellainen, ettei nuori sitä itse välttämättä tapahtumahetkellä tunnista tai ymmärrä sen vakavuutta. Riskin ymmärtäminen vaatii riittävästi tietoa, taitoja käyttää tietoa ja motivaatiota taitojen käyttöön

Vastuu ja tiedon antaminen

- Jokaisella on oikeus päättää siitä, mitä omalle keholle saa tehdä. Jokainen on oman elämänsä ja seksuaalisuutensa asiantuntija.
- Voidaan puhua seksuaalisuuden kehittämisestä yleisellä tasolla (Seksuaalisuuden portaat/Väestöliitto)
- Voidaan puhua seurustelun pelisäännöistä (Ystävyyspelisäännöt/Väestöliitto)
- Voidaan puhua päihteiden vaikutuksesta seksuaalikäyttöön
- Kerrotaan raskauden ja seksitautien ehkäisystä ja tarvittaessa ohjataan näitä hoitavien palveluiden ääreen.
- Riskitilanteisiin joutumista voidaan ennakoida miettimällä selviytymisstrategiaa. Mitä taitoja tarvitaan, jotta ongelmatilanteeseen ei joutuisi?

Toivon ja luvan antaminen

- Lupa nauttia seksistä; seksuaalisuus on luonnollinen, normaali asia.
- Ohjataan takaisin oman seksuaalisuuden portaille, vaikka ensin muutama porras alaspäin: näitä voi edelleen kivuta, saa tuntea, rakastaa, nauttia läheisyydestä.
- Aina on uusi mahdollisuus – kukaan ei saa tulla leimatuksi aiemman riskikäytön vuoksi
- Jokaisella on omat vahvuudet, toimiva ja pärjäävä puoli. Niiden esiin nostaminen voimavaraistaa nuorta.

Seksimittari – kysely nuorelle

1. Oletko harrastanut seksiä?

- a. Olen
- b. En ole

2. Jos vastasit edellä ”kyllä”, minkälaista seksiä olet harrastanut?

- a. Hyväilyä vaatteiden päältä/alta
- b. Nettiseksi/Puhelinseksiä
- c. Yhdyntää (emätinyhdyntää)
- d. Peräaukkoyhdyntää
- e. Suuseksiä
- f. Jotain muuta, mitä

3. Jos olet harrastanut seksiä, valitse seuraavista sanoja, jotka kuvaavat Sinun kokemuksiasi seksistä (voit valita useita)

- a. Ihanaa
- b. Nautinnollista
- c. Kivuliasta
- d. Pelottavaa
- e. Ahdistavaa
- f. Samantekevää / Ei tuntunut mitään
- g. Jotain muuta _____

4. Jos olet ollut yhdynnässä, minkä ikäinen olit ensimmäisen yhdynnän aikaan? _____

5. Montako yhdyntäkumppania Sinulla on ollut elämäsi aikana? _____

6. Jos olet harrastanut seksiä, niin mitä ehkäisymenetelmää olet käyttänyt?

7. Nykyisessä suhteessasi, onko jompikumpi käyttänyt jälkiehkäisyä

- a. Olen itse käyttänyt
- b. Kumppanini on käyttänyt

8. Oletko juonut toistuvasti itsesi reiluun humalaan asti? _____**9. Tupakoitko yli 10 savuketta päivässä? _____****10. Käytätkö/oletko käyttänyt kannabistuotteita/muita huumausaineita?**

11. Oletko kokenut tai tehnyt jotain seuraavista

- a. koskettelua vasten tahtoa?
- b. houkuttelua, pakottamista tai painostamisesta seksuaaliseen toimintaan?
- c. Oletko kokenut Internetissä tapahtuvaa kaltoinkohtelua (kuten saanut seksisävytteisiä ehdotuksia, sinusta otettujen intiimien valokuvien levittämistä, toisen henkilön seksisävytteisiä kuvien tai videoiden katsomista)?
- d. Oletko saanut tai antanut rahaa tai tavaraa, kuten vaatteita, alkoholia, tupakkaa seksiä vastaan?
- e. Oletko kuullut tai itse tehnyt seksuaalisävyistä nimittelyä tai kaksimielisyyksiä (esim. onko sinua homoteltu tai huoriteltu tai oletko joutunut kuulemaan kaksimielisiä vitsejä)?
- f. Oletko vasten omaan tahtosi nähnyt jonkun itsetyydyttävän tai oletko itsetyydyttänyt jonkun katsoessa vastentahtoisesti?
- g. Oletko kokenut jotain muuta, josta toivoisit voivasi kertoa?

Mistä seuraavista aiheista haluaisit lisää tietoa?

Ympyröi sinua kiinnostavat aiheet.

- a) Ihmissuhteet (esim. suhteet vanhempiin, seurustelu, ihastuminen, parisuhdeongelmat)
- b) Murrosiän kehitys (esim. murrosiän aikataulu ja merkit, tunnekuohut)
- c) Sukupuolielinten ulkonäkö ja niiden normaalisuus (esim. häpyhuulet, emättimen aukko, penis, esinahka)
- d) Sukupuolielinten toiminta (esim. kuukautiset, valkovuoto, siemensyöksyt, erektio)
- e) Seksitaudit (esim. niiden tarttuminen, testaaminen)
- f) Raskaaksi tuleminen (esim. raskaustestin tekeminen, raskauden keskeytys)
- g) Seksi (esim. seksiin valmistautuminen, tekeminen, seksiongelmat, itseyydytys)
- h) Raskauden ehkäisy
- i) Seksitautien ehkäisy
- j) Seksuaalinen suuntautuminen (esimerkiksi homo-, bi-, heteroseksuaalisuus)
- k) Sukupuoli-identiteetti (viihdytkö kehossasi?, esimerkiksi transsukupuolisuus)
- l) Porno
- m) Seksuaalinen häirintä, hyväksikäyttö ja väkivalta
- n) Seksiin liittyvät myytit, mielipiteet, uskomukset
- o) Uskonnot (esim. suhtautuminen seksuaalisuuteen)
- p) Jokin muu aihe, mikä? _____

Tulkinta

Jatka keskustelua teemoista kysymys kerrallaan yhdessä nuoren kanssa. Alle listatut havainnot auttavat yhteisessä pohdinnassa ja nostavat esiin erityisesti huomioitavia asioita riskinäkökulmasta. Havainnot ovat tutkimustulosten pohjalta tehtyjä yleistyksiä – eivät suoraviivaisesti johdettavissa yksilötasolle.

Yhtä tärkeää, kuin riskikäytöksen tunnistaminen, on havaita seksuaaliterveyttä tukevat hyvin olevat asiat nuoren elämässä ja keskustella myös niistä.

Yhdyntöjen aloitusikä

- Nuoret, jotka aloittavat yhdynnät ennen 16 -ikävuotta ovat erityisessä riskissä saada seksitautitartunta tai ei-toivottu raskaus, jos riittävää tietoa ehkäisy menetelmistä ei ole ehtinyt saada tai omaksua
- Hyvin nuorena aloitettujen yhdyntöjen takana voi olla tarve kerryttää kokemuksia ennemmin kuin toive nautinnosta ja mielihyvästä

Yhdyntäkumppanien määrä

- Suuri yhdyntäkumppanien lukumäärä voi kertoa vaikeudesta kieltäytyä seksuaalisesta toiminnasta
- Mikäli seksikumppani on aiemmin tuntematon partneri, koetaan kondomin käyttö haastavampana
- Useat yhdyntäkumppanit voivat myös liittyä masennukseen tai tiettyihin muihin psyyken sairauksiin. Myös päihteiden käyttö voi olla yleisempää.

Käytetty ehkäisy

- Pojat luottavat satunnaisissa seksisuhteissa tyttöjen käyttämään hormonaaliseen ehkäisyyn tai mahdollisuuteen käyttää jälkiehkäisytabletteja
- Jälkiehkäisyä käyttävät useimmin ne nuoret, joilla on seksuaalista riskikäyttäytymistä, kuten useita kumppaneita, seksin harrastamista päihtyneenä
- Varsinkin lyhyissä suhteissa yhteistä tapaa kommunikoida ehkäisystä ei välttämättä ole, jolloin ehkäisyn laiminlyönnin riski on suuri

Päihteiden käyttö

- Runsas alkoholin käyttö ja humaltuminen on yleinen syy itsensä suojaamattomuudelle seksisuhteessa, huolimattomalle ehkäisyn käytölle ja kondomin käyttövirheille
- Alkoholinkäyttö lisää nuorten jälkiehkäisytablettien käyttötarvetta
- Seksiriskikäyttäytyjillä on useimmin kannabiksen käyttöä kuin muilla nuorilla.

Seksuaalinen kaltoinkohtelu, hyväksikäyttö ja väkivalta

- Seksuaalinen kaltoinkohtelu-, hyväksikäyttö- tai väkivaltakokemus voi lisätä seksiriskikäyttäytymistä, tupakointia, huumeidenkäytön aloittamista, sekä alkoholin väärinkäyttöä
- Kaltoinkohtelua, hyväksikäyttöä tai väkivaltaa kokeneilla riski sairastua masennukseen on suurentunut
- Seksuaalisen kaltoinkohtelun, hyväksikäytön tai väkivallan tekijällä voi olla itsellään taustalla seksuaalisen hyväksikäytön kokemus tai ongelmia aggression hallinnassa

LIITE 5

HYÖDYLLISIÄ NETTISIVUSTOJA JA PUHELINNUMEROITA

Ammattilaisille tarkoitettuja nettisivustoja:

www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus – Sivuilta löytyy paljon ammattilaisille tarkoitettua tietoa seksuaalisuudesta ja monikulttuurisuudesta

www.seta.fi/tietoa-ammattilaisille ja www.seta.fi/materiaali – Tietoa muun muassa seksuaalisesta suuntautumisesta, itsemääräämisoikeudesta sekä sukupuolen moninaisuudesta ja näihin liittyvää materiaalia ammattilaisille.

Lapsille ja nuorille tarkoitettuja nettisivustoja:

www.munkroppa.fi – Sivustolla paljon nuorille tarkoitettua tietoa itsemääräämisoikeudesta

www.vaestoliitto.fi/nuoret – Väestöliiton nuorten nettisivujen tehtävänä on toimia alle 20-vuotiaiden nuorten tukena seksuaaliterveyteen liittyvissä asioissa. Sivuilta löytyy tietoa ja verkkopalveluja, joiden avulla nuori voi selvittää mieltä askarruttavia seksuaaliterveyteen liittyviä asioita.

www.poikientalo.fi – Poikien Talo on turvallinen, syrjinnästä ja kiusaamisesta vapaa, avoin yhteisö 10–28-vuotiaille pojille, miehille ja poikana olemista pohtiville.

www.tyttöjentalo.fi – Helsingin tyttöjen talo on kaikenlaisten tyttöjen oma kohtaamispaikka ja tarjoaa tukea 10–28-vuotiaille tytöille ja nuorille naisille

www.seta.fi/tietoa-nuorille - Nuorille suunnattua tietoa muun muassa seksuaalisesta suuntautumisesta, itsemääräämisoikeudesta sekä sukupuolesta

Seksuaaliterveysneuvonta 040 167 9005 ma–ke klo 13–15

Poikien Puhelin alle 20-vuotiaille. Puh. 0800 948 84, ma–pe klo 13–18.