

”NAAMA NÄYTTÄÄ PUNASELTA”

Seksuaalisuuden portaat toiminnallisin opetusmenetelmin kehitysvammaisille
nuorille

Niina Kuula

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosiaalialan koulutusohjelma

Sosionomi (ylempi AMK)

Johanna Hellanmaa

Seinäjoen ammattikorkeakoulu

Kansalais- ja aluelähtöinen sosiaalialan
käytäntöjen kehittäminen

Sosionomi (ylempi AMK)

Opinnäytetyö, kevät 2016

TIIVISTELMÄ

Hellanmaa Johanna & Kuula Niina. ”Naama näyttää punaselta” Seksuaalisuuden portaat toiminnallisilla opetusmenetelmin kehitysvammaisille nuorille. Diakonia-ammattikorkeakoulu / Seinäjoen ammattikorkeakoulu, kevät 2016, 72s., 5 liitettä. Sosiaalialan koulutusohjelma, sosionomi (ylempi AMK).

Toteutimme opinnäytetyömme toimintatutkimuksena. Ohjasimme kehitysvammaisille nuorille tytöille suunnattua keskustelukerhoa seksuaalisuuteen liittyvistä aiheista. Tavoitteenamme oli lisätä nuorten seksuaalitietämystä sekä tutkia, miten eri toiminnalliset opetusmenetelmät toimivat käytännössä kehitysvammaisen nuoren seksuaalikasvatuksessa. Testasimme opinnäytetyössämme kuvataideterapeutista toimintaa, elokuvakasvatusta sekä musiikillisen ilmaisun ja opetuskeskustelun menetelmiä.

Kerhosarja perustui teorialtaan seksuaalisuuden portaisiin. Kävimme jokaisella kerhokokoumisella läpi ennalta suunnitellut porrasaskelmat, ja rakensimme luokan seinälle seksuaalisuuden portaat konkreettisesti nähtäviksi. Portaiden rakentaminen toimi pedagogisena menetelmänä, jossa korostui osallistava ja toiminnallinen ote.

Palautteen saimme ryhmähaastattelujen, talking mats - keskustelumatto menetelmän sekä omien havaintojemme kautta. Kerholaisten palautteen sekä omien havaintojemme perusteella valitsemamme opetusmenetelmät olivat pääsääntöisesti toimivia ja mieluisia.

Avainsanat: seksuaalisuus, kehitysvammaisuus, seksuaalikasvatus

ABSTRACT

Hellanmaa Johanna & Kuula Niina. "Face looks like red" Steps of sexuality by functional teaching methods for mentally handicapped young. 72 p., 5 appendices. Language: Finnish. Spring 2016. Pori Diaconia University of Applied Sciences / Seinäjoki University of Applied Sciences. Master's Degree Programme in Social Services.

This thesis was practical and functional. We led a conversation club for young, mentally retarded girls. The aim of this thesis was to give more information about sexuality for youth and research how functionally teaching methods work in sex education for mentally handicapped. We tried out functional teaching methods, that selected to be art therapy, film education, musical expression and study conversation.

The theoretical base of this thesis was the steps of sexuality. We built the steps of sexuality on the wall in the class by pictures, prints and texts. Building these steps, was a pedagogical method, it pronounced participatory and practicality. When we built these steps, we used these for functional methods which were mentioned above.

We got the feedback from the group interviews, by using talking mats - communication tool and our own observations. From the result by the feedback and our own observations, teaching methods that we used, were mainly working and acceptable.

Keywords: sexuality, mental retardation, sex education

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	6
2 KESKEISET KÄSITTEET JA AIKAISEMMAT TUTKIMUKSET	8
2.1 Seksuaalisuus	8
2.2 Kehitysvammaisuus	10
2.3 Seksuaalikasvatus	11
2.4 Aiheeseen liittyviä tutkimuksia	12
3 KEHITYSVAMMAISTEN OPPIMINEN	16
4 TOIMINNALLISET OPETUSMENETELMÄT	18
4.1 Kuvataideterapeuttinen toiminta	18
4.2 Musiikillinen ilmaisu	20
4.3 Elokuvakasvatus	20
4.4 Opetuskeskustelu	23
5 SEKSUAALISUUDEN PORTAAT	25
5.1 Olen ihana	26
5.2 Tykkäyskaveri	26
5.3 Vanhempien ihailu	27
5.4 Idoli ihastuttaa	27
5.5 Tuttu mutta salattu	28
5.6 Tuttu ja kaverille kerrottu	29
5.7 Tykkään sinusta	30
5.8 Käsi kädessä	31
5.9 Suudellen	32
5.10 Mikä tuntuu hyvältä	33
5.11 Rakastella	34

6	TUTKIMUKSELLINEN KEHYS	36
	6.1 Opinnäytetyöpäiväkirja	37
	6.2 Ryhmähaastattelu	37
	6.3 Havainnointi	39
	6.4 Talking mats - keskustelumatto menetelmä haastattelussa	40
7	KERHOKOKOONTUMISTEN SUUNNITTELU, TOTEUTUS JA ARVIOINTI	43
	7.1 Ensimmäinen kerhokokoonntuminen	43
	7.2 Toinen kerhokokoonntuminen	45
	7.3 Kolmas kerhokokoonntuminen	47
	7.4 Neljäs kerhokokoonntuminen	49
	7.5 Viides kerhokokoonntuminen	52
	7.6 Viimeinen kerhokokoonntuminen	54
	7.7 Opetusmenetelmien toimivuus käytännössä	56
	7.8 Toimintatutkimuksen toteuttamisen eettiset kysymykset	57
8	JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	59
	LÄHTEET	63
	LIITE 1. Kerhoesite	67
	LIITE 2. Tervetuloa kerhoon	68
	LIITE 3. Ystävyyden pelisäännöt	69
	LIITE 4. Musiikkikappaleet ja niistä nousseet tunteet	70
	LIITE 5. Nuorten seksuaalioikeudet	71

1 JOHDANTO

Kehitysvammaisten seksuaalisuus on nähty pitkään tabuna. Kehitysvammaista henkilöä on kutsuttu väliinputoajaksi, sillä häntä ei nähdä lapsena, mutta ei aikuisenakaan. Olemme aiempina vuosina pitäneet seksuaalisuuteen liittyviä luentosarjoja Ammattiopisto Luovin opiskelijoille ja huomanneet, että opiskelijat ovat kiinnostuneita käsittelemään aihetta. Lisäksi olemme huomanneet, että opiskelijoiden tietoisuus seksuaalisuuteen liittyvistä asioista on paikoittain hyvin puutteellista. Tavoitteenamme oli auttaa kehitysvammaisia nuoria vahvistamaan omaa seksuaalisuustietoisuutta sekä antaa välineitä seksuaalikasvatusta opettaville henkilöille omaan opetukseensa sekä rohkaista heitä puhumaan asioista niiden oikeilla nimillä. Kehitysvammaisten seksuaalisuus on arka ja tietyllä tapaa myös hyvin vaiettu aihe. Puhumattomuus ja asioiden kiertäminen ei tue kehitysvammaisen seksuaalisuutta. Kehitysvammaisen henkilö tarvitsee tuekseen aikuisia, jotka ohjaavat heitä seksuaalisuuteen liittyvissä kysymyksissä. Myös kehitysvammaisella henkilöllä on oikeus tulla osalliseksi seksuaalisuuteen liittyvissä asioissa, turvallisesti.

Opinnäytetyömme oli käytännönläheinen ja toiminnallinen toimintatutkimus. Tarkoituksena oli pitää kehitysvammaisille nuorille tytöille suunnattua keskustelukerhoa seksuaalisuuteen liittyvin aihein. Opinnäytetyön tavoitteena oli tutkia, miten eri toiminnalliset opetusmenetelmät toimivat käytännössä kehitysvammaisen nuoren seksuaalikasvatuksessa. Testasimme opinnäytetyössämme luovia ja osallistavia kuvataideterapeuttista toimintaa, elokuvakasvatusta sekä musiikillisen ilmaisun ja opetuskeskustelun menetelmiä. Opinnäytetyön kohderyhmäksi muodostui joukko Ammattiopisto Luovin opiskelijoita, jotka ilmoittivat vapaaehtoisesti halukkuutensa osallistua opinnäytetyöhön. Kerhoa mainostettiin ja nuorten halukkuutta osallistua kerhoon kysyttiin kerhoesitteen (Liite 1) avulla. Halukkaille jaettiin vielä Tervetuloa kerhoon – esite (Liite 2). Opiskelijat olivat täysi-ikäisiä ja antoivat kaikki luvan oman kuvansa käyttöön tässä opinnäytetyössä. Opiskelijoiden kertomissa esimerkkitarinoissa esiintyvien henkilöiden nimet on muutettu. Hyödynsaajina ovat esimerkiksi itse opiskelijat, sekä vastaavanlaista ryhmää ohjaavat henkilöt. Opinnäytetyön nimi ”Naama näyttää punaselta”, on suora lainaus erään kerholaisen kokemuksista, miltä ihastuminen ja rakastuminen tuntuvat. Lainaus

kuvaa hyvin tunteiden ja ajatusten aitoutta kehitysvammaisten nuorten naisten kokemuksista omaan seksuaalisuuteensa liittyen.

Kerhosarja perustui seksuaalisuuden portaisiin. Kävimme jokaisella kerhokokouksella läpi ennalta suunnitellut porrasaskelmat, ja rakensimme luokan seinälle seksuaalisuuden portaat konkreettisesti nähtäviksi. Portaiden rakentaminen oli pedagoginen menetelmä, jossa korostui osallistava ja toiminnallinen ote. Portaita rakentaessa käytimme erilaisia toiminnallisia opetusmenetelmiä, kuvataideterapeuttista toimintaa, musiikillista ilmaisua, elokuvakasvatusta sekä opetuskeskustelua.

Opinnäytetyömme tavoitteena oli lisätä nuorten seksuaalietämystä sekä testata, miten eri toiminnalliset opetusmenetelmät toimivat käytännössä kehitysvammaisen nuoren seksuaalikasvatuksessa. Tavoitteena oli löytää hyviä kehitysvammaisille nuorille suunnattuja opetusmenetelmiä.

2 KESKEISET KÄSITTEET JA AIKAISEMMAT TUTKIMUKSET

Keskeisinä käsitteinä työssämme ovat seksuaalisuus, kehitysvammaisuus ja seksuaalikasvatus. Tutkijoiden oli haastavaa löytää aiheesta tehtyjä pro graduja. Tämä voi olla merkki siitä, että kehitysvammaisten seksuaalisuusteema on noussut vasta lähivuosina tarkemman tarkastelun alle.

2.1 Seksuaalisuus

Platonin mukaan rakastuminen on hetkellistä, kun taas rakastaminen ja rakkaus ovat pidempiaikaisia ja joskus pysyviä tunteita. Rakkauden tunnusomaisia piirteitä ovat hellyys ja hoivaaminen, rakkauden kohteelle osoitettu kunnioitus sekä kiinnostus oppia tuntemaan hänet. Seksuaalisuus on pysyvä ominaisuus ihmisellä, mutta rakkaus muuttaa sen ilmenemistapoja. Seksuaalisuudella tarkoitetaan sekä sukupuolen määräytymistä joko tytöksi tai pojaksi että sukupuolisuutta ja sukupuolielämää. (Palo 1999, 225–229.) Tärkeä osa ihmisen hyvinvointia ja terveenä olemista on mahdollisuus kokea oma seksuaalisuus myönteiseksi ja hyväksyttäväksi asiaksi (Bildjuschkin & Malmberg 2000, 18–22).

Vammaisuuteen ja seksuaalisuuteen liittyy monenlaisia uskomuksia ja näiden kahden asian yhdistäminen on melko vaikeaa ja pelättyä. Usein uskotaan, että vammaisuus sulki pois seksuaalisuuden tai vammaisten ihmisten seksuaalisuus olisi jotenkin kiellettyä. Jokaisella ihmisellä tulee olla oikeus omaan seksuaalisuuteensa ja sen toteuttamiseen omilla ehdoillaan. Myös kehitysvammaisella tulee olla oikeus seksuaalisuuteen, läheisiin ihmissuhteisiin ja seurusteluun. Kehitysvammaiset kuitenkin kohtaavat elämässään enemmän kieltoja ja rajoituksia kuin vammattomat ihmiset, kun taas samanaikaisesti he saavat keskimääräistä vähemmän tietoa ja valmiuksia oman seksuaalisuutensa ja ihmissuhteidensa käsittelyyn. (Ilmonen 2001, 5.)

Usein kehitysvammaisen henkilön rakkauden tarvetta aliarvioidaan helposti. Tavallista on myös, että kehitysvammaisten parisuhteet eivät kestä kovin pitkään ja ne ovat hauraampia kuin vammattomien, usein hyvin vaikeatkin, suhteet. Kehitysvammaisten parisuhteiden lyhytkestoisuuteen on paljolti syynä yleinen välinpitämättömyys ja se, että kehitysvammaiset eivät löydä tukea omaan parisuhteeseensa. Vauvahaaveet ovat usein käytännössä hyvin mahdottomia kehitysvammaisten keskuudessa, sillä vanhemmuus on todella raskas, vaikea ja kallis asia. Vanhemmuus vaatii todella paljon jo ihan käytännön tasolla. Usein päädytään huostaanottoon, kun kehitysvammaisen pari saa vauvan. (Kiuttu 2010, 25.)

Kehitysvammaisten seksuaalisuus-teemaa tahdotaan usein vältellä, koska ollaan huolissaan omasta imagosta tai tavoitteiden saavuttamattomuudesta. Myös perheet välttelevät aihetta, vaikka tiedostavatkin ilmassa olevat kysymykset ja huolenaiheet. Perheet toivovat, että haasteet katoaisivat vain itsestään, sillä he eivät tiedä, miten asioita tulisi käsitellä. Toisaalta vanhemmat tahtoisivat kohdella kehitysvammaista perheenjäsentä niin kuin vammattomiakin ja suoda samat mahdollisuudet, toisaalta vanhemmat eivät uskalla antaa turhia odotuksia ja toiveita. Perheet ovat näin ollen kahden tulen välissä, kun haluaisivat edistää normalisointia, mutta kuitenkin pelkäävät ajaa kehitysvammaisen oikeuksia. (Shakespeare, Gillespie-Sells & Davies 1996, 4.)

Ilari Koivunen esitti hyvin vaikuttavan monologin ”Mukavammaksi vammaiskulttuuripäivillä 2014”. Monologi on nähtävissä Youtube-sivustolla. Monologissaan Koivunen kertoo siitä, kuinka monelle ihmiselle kehitysvammaisen seksuaalisuus on hämmentävä ja kiusallinen asia ja että olisi paljon helpompaa, jos kehitysvammaisilla ei olisi ollenkaan seksuaalisia tuntemuksia. Koivunen kertoo hyvin avoimesti cp-vammaisuudestaan ja siitä, kuinka vamma ei vaikuta hänen omaan seksuaalisuuteensa. Koivunen painottaa sitä, ettei kukaan voi päättää hänen puolestaan esimerkiksi siitä, kenestä hän tykkää. Monologissa kiteytyy myös se, että kyse ei ole pelkästään seksistä vaan rakkaudesta ja läheisyydestä, kahden ihmisen välisestä vuorovaikutuksesta ja kohtaamisesta. Koivunen painottaa kosketuksessa olevaa voimaa ihmisen elämässä. ”*Ihminen ei toivo muuta kuin olla kosketuksen alla*”. (Koivunen 2014.)

2.2 Kehitysvammaisuus

Voimassaoleva kehitysvammalaki määrittelee Suomessa kehitysvammaisuus -käsitteen tarkoittamaan henkilöä, jonka kehitys tai henkinen toiminta on häiriintynyt tai estynyt synnynnäisen tai kehitysiässä saadun sairauden, vamman tai vian vuoksi ja joka ei muihin lakeihin nojaten voi saada tarvitsemiaan palveluja (Finlex 2015, Laki kehitysvammaisten erityishuollosta).

Kehitysvammaisuus ilmenee ennen 18 vuoden ikää ja on pysyvä tila. Kehitysvammalla tarkoitetaan mitä tahansa fyysistä tai psyykkistä vajavuutta, joka heikentää pysyvästi henkilön suorituskykyä (Kuparinen 1995, 11). Merkittävimmän ryhmän muodostavat hermoston kehityshäiriöt, erityisesti aivojen kehityshäiriöt, joihin usein liittyy älyllisten toimintojen vajavuutta, älyllistä kehitysvammaisuutta (Kaski ym. 2012, 17–21).

Simo Vehmas vammaistutkimukselle tekemässään esitelmässä kertoo, että vammaisuus koostuu ihmisten luonnollisten ominaisuuksien, sekä ulkopuolisessa, sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ilmenevistä toiminnan tai osallisuuden rajoituksista. Vammaisten ihmisten ongelmat esimerkiksi oppimisen, sosiaalisen osallisuuden tai perheen perustamisen eivät hänen mukaansa selity heidän diagnoosiansa perusteella, vaan pikemminkin yhteiskunnallisilla ja kulttuurisilla tekijöillä. (Vehmas 2013.)

Kehitysvammaisella on samat sosiaaliset, emotionaaliset ja seksuaaliset tarpeet kuin muillakin ihmisillä. Tärkeä osa täysipainoista elämää on mahdollisuus parisuhteen solmimiseen, rakkauteen, ystävyteen ja seksuaalisuuteen. Kehitysvammaisen lapsi käy läpi normaalit seksuaalisuuden kypsymisprosessin vaiheet. Samoin seksuaalinen kiinnostus toista ihmistä kohtaan herää kuten kaikilla muillakin ihmisillä. Tämä saattaa kuitenkin tapahtua keskimääräistä myöhemmässä iässä. Kehitysvammaisten seksuaalisuus ei välttämättä ole helppo asia vanhemmille tai erityishuollon työntekijöille. Useimmat tuntevat itsensä epävarmoiksi ja avuttomiksi joutuessaan kohtaamaan sitä tai puhumaan siitä. Kehitysvammaiset joutuvat usein sietämään keskimääräistä enemmän rajoituksia ja kieltoja. (Kaski ym. 2012, 211–212.)

Kehitysvammaiset ovat usein tottuneet olemaan ulkoisen avun tarpeessa. Kun lapsesta saakka on tottunut olemaan riippuvainen toisista, hämärtyy herkästi myös oman ja toi-

sen välillä oleva raja. Haasteellista voi olla käsittää oman kehon määräysvalta. Omia rajojaan voi olla vaikeaa puolustaa, ellei sitä opeteta. Tärkeää on auttaa ja tukea henkilöä ikätasonmukaisuuteen. Aikuinen, joka käyttäytyy lapsenomaisesti, voi joutua herkästi seksuaalisestikin hyväksikäytetyksi. (Härkönen 2013, 9.)

2.3 Seksuaalikasvatus

Seksuaalikasvatus on valistusta, opetusta ja neuvontaa. Se on ihmiseksi kasvamisen tukemista. Seksuaalikasvatuksessa käsitellään tunnetaitoja, jotka auttavat henkilöä välttämään riskikäyttäytymistä ja tuo valmiuksia suojautua väkivallalta ja hyväksikäytöltä. Turvataitokasvatus on usein yksi seksuaalikasvatuksen tärkeä osa-alue. Sen avulla opetellaan arvostamaan omaa ja toisen kehoa ja lisätään itsetuntemusta. (Härkönen 2013, 5.)

Seksuaalikasvatus määrittellään ihmisen kasvun ja kehityksen tukemiseksi sukupuolise-
na ja seksuaalisena yksilönä. Sen lähtökohtana on, että ihminen on seksuaalinen yksilö,
jolla on seksuaaliset tunteet, haluja ja tarpeita, sekä oikeus seksuaalisuuteen. Seksuaali-
kasvatus on suunnitelmallista ja tavoitteellista jota toteutetaan esimerkiksi ohjauksen,
opetuksen ja valistuksen avulla. Ympäristössä, jossa seksuaalisuuteen suhtaudutaan
kielteisesti tai vaieten, opitaan, että seksuaalisuus on kielteinen asia, josta kuuluisi vai-
eta. Ihmisen seksuaalisuus on läsnä koko elämän ajan, mutta sen muodot ja mielihyvän
lähteet muuttuvat. Seksuaalikasvatuksessa korostuu toisen ihmisen kohtaamisen merki-
tys ja huomioiminen, eikä siinä käsitellä pelkästään seksuaalisuuteen liittyvää asiatietoa,
kuten ehkäisystä huolehtiminen. Seksuaalikasvatus auttaa omien asenteiden ja arvojen
selkiytymistä. Seksuaalikasvatusta saaneet henkilöt pystyvät tekemään vastuullisempia
päättöksiä kuin siihen osallistumattomat. Se ei lisää kokeilunhalua tai seksuaalista aktii-
visuutta, vaan seksuaalikasvatusta saanut nuori hakeutuu oma-aloitteisemmin esimer-

kiksi kouluterveydenhoitajan luokse keskustelemaan seksuaalisuuteen liittyvistä asioista. (Ilmonen 2001, 11–13.)

Seksuaalineuvoja, draamapedagogi Anu Hagmanin (Kiuttu 2010, 18) mielestä seksistä kuuluu puhua suoraan ja ymmärrettävästi. Hagman haluaa muistuttaa, että seksuaalisuus ilmenee monissa eri muodoissa. Osa kehitysvammaisista ihmisistä haluaa parisuhdetta ja pystyy siihen. Joku on seksuaalisuutensa portaisissa siinä vaiheessa, että pelkkä suukottele ja kädestä pitäminen riittää. Kaikki eivät koe tarvetta seurusteluun tai seksiin, mutta kaipaavat silti läheisyyttä. (Kiuttu 2010, 18.)

Hagmanin mielestä monella kehitysvammaisella on suuri aukko seksiin liittyvissä asioissa. Monesti kehitysvammaisille opetetaan paljon esimerkiksi arjen taitoja, kuten ruoanlaittoa ja siivoista, mutta seksuaalisuuteen liittyvät asiat jäävät vähemmälle huomiolle. Hagman painottaa, että esimerkiksi hoitohenkilökunnan tulee osata ja uskaltaa puhua seksuaalisuuteen liittyvistä asioista kehitysvammaisen kanssa. Jos näin ei ole, niin paikalle tulee hankkia joku, joka pystyy antamaan seksuaalikasvatusta. Hagmanin mielestä kehitysvammaisten seksuaalisuus on edelleen hieman vaiettu asia ja seksuaalisuus kääntyy helposti negatiiviseksi asiaksi. Näin ei kuitenkaan pitäisi olla, vaan seksuaalikasvatuksen pitäisi luoda ajatus ja tunne, että seksi on iloinen ja hyvä asia. (Kiuttu 2010, 18.)

2.4 Aiheeseen liittyviä tutkimuksia

Vammaisten oikeudesta seksuaalisuuteen ja rakkauteen on kiperänä aiheena kiinnostanut myös muita alan opiskelijoita. Aiheesta on opinnäytetyönsä tehnyt muiden muassa Aittokoski ja Pietilä (Centria ammattikorkeakoulu), jotka ovat tehneet selkokielisen seksuaalivalistusoppaan. Oppaassa on perustietoa murrosiästä, seurustelusta ja seksistä. Oppaaseen on kerätty myös tietoa turvataidoista, jonka tarkoituksena on ennaltaehkäistä hyväksikäyttöä. Oppaasta toivotaan olevan hyötyä nuorelle, työntekijöille ja vanhemmille. (Aittokoski & Pietilä 2012.)

Barsk ja Alamommo (Kemi-Tornion ammattikorkeakoulu) ovat tehneet toiminnallisen opinnäytetyön, jossa he pitivät porinapiiriä viidelle seurustelevalle ja parisuhteessa elävälle kehitysvammaiselle ihmiselle. Porinapiiriin osallistujat olivat iältään yli 50-

vuotiaita. Tutkijat kokivat, että aiheen käsittely osallistujien kanssa olisi ollut ajankoh-
taista jo paljon aikaisemmin. (Alamommo & Barsk 2011.)

Saari ja Tervo (Kajaanin ammattikorkeakoulu) ovat tehneet työn, jossa he pitivät kolme
seksuaalisuuteen liittyvää ohjaustuokiota lievästi kehitysvammaisille naisille. Ohjaus-
tuokioiden aiheina olivat seksuaalisuus -käsite, vuorovaikutustaidot ja oman kehon it-
semääräämisoikeus ja omasta hygieniasta huolehtiminen. Opetusmenetelminä Saari ja
Tervo käyttivät selkokieliä tarinoita, keskustelua, kuvakortteja, rentoutumista sekä
musiikkia. Havaintojen ja saadun palautteen perusteella voitiin päätellä, että ryhmäläis-
ten ajatukset seksuaalisuudesta monipuolistuivat ohjaustuokioiden aikana ja seksuaali-
suuden käsitteleminen herätti heissä erilaisia tunteita. (Saari & Tervo 2012.)

Saini (Diakonia-ammattikorkeakoulu) on tehnyt toiminnallisen opinnäytetyön, jossa
tavoitteena oli tukea kehitysvammaisten nuorten aikuisten itsetuntoa hyödyntäen Seu-
rustelun palikat – nimistä, Kirkkohallituksen kristillisen perhe- ja parisuhdetyöryhmän
kehittämää työvälinettä. Johtopäätöksenä voidaan todeta, että kertaluontoisetkin toi-
menpiteet, kuten tuokit, tukevat kehitysvammaisten positiivista käsitystä omasta itses-
tään, valinnoistaan sekä elämästään. Seurustelun palikat työvälineenä puolestaan tarjoa-
vat erilaisia näkökulmia aiheeseen ja haastavat pohtimaan vaikeita aiheita. Työväli-
neen kautta kehitysvammaisilla nuorilla aikuisilla on mahdollisuus lähestyä seurustelua
kokemuksellisen tiedon näkökulmasta ja olla asiantuntijoina teemoja käsiteltäessä. (Sai-
ni 2013.)

Nahkamäki ja Väkiparta (Jyväskylän yliopisto) ovat tehneet erityispedagogiikan pro
gradu – tutkielman, jonka tarkoituksena oli selvittää opettajien kokemuksia kehitys-
vammaisten oppilaiden seksuaalikasvatuksesta. Tutkimustulokset osoittivat, että nuo-
ruus ja seksuaalisuuden kehitys ovat samankaltaisia niin kehitysvammaisilla kuin vam-
mattomilla henkilöillä. Seksuaalikasvatuksella voidaan kuitenkin parantaa kehitysvam-
maisten nuorten seksuaalisuuteen liittyviä taitoja ja tietoja, jotka saattavat olla puutteel-
lisia. (Nahkamäki & Väkiparta 2001.)

Strömberg on tehnyt kasvatustieteen pro gradu-tutkielman kehitysvammaisen perheen-
jäsenen itsenäistymisestä. Tutkielman mukaan kehitysvammaisella oleva mahdollinen
ymmärryksen vamma saattaa monin tavoin estää aikuistumiskehitystä, sillä vammaiselle

henkilölle nuoruusiän kriisin läpityöstö sekä siirtyminen varhaisaikuisuuteen ovat paljon vaikeampia ja haastavampia asioita kuin valtaväestölle. Merkittävä rooli kehitysvammaisen itsenäistymisprosessissa on hänen omalla perheellä sekä lähiympäristöllä. Lähi-ihmiset saattavat joko edesauttaa tai ehkäistä yksilön aikuistumista. Nykyisin itsenäistymisen mittapuuna pidetään vahvasti sitä, että kehitysvammaisella olisi oikeus tehdä valintoja ja päätöksiä oman elämänsä suhteen. Tämä ei ole läheskään aina niin yksiselitteistä, sillä monet vanhat käsitykset ja asenteet vaikuttavat taustalla. (Strömberg 2007.)

Yksi merkittävä asia kehitysvammaisen aikuistumisen esteenä on aikuisuuden kieltäminen; kehitysvammaisen henkilön ei anneta kasvaa ulos lapsuudesta ja monet asiat tehdään hänen puolestaan. Tällä tavoin esimerkiksi sosiaaliset taidot ja vuorovaikutustaidot eivät pääse kehittymään tarpeeksi. Kehitysvammaisen nähdään usein väliinputoajana; hän ei ole lapsi eikä aikuinen. Tärkeää olisi tukea kehitysvammaista nuorta esimerkiksi ystävyysuhteiden sekä parisuhteen rakentamisessa. Tutkielman mukaan moni vanhempi toivoi, että kehitysvammaisen lapsi pysyisi mahdollisimman pitkään kotona ja seurustelua vastakkaisen sukupuolen kanssa ei katsottu hyvällä. Tutkielman yhteenvetona todettiin, että vanhemmat ovat usein hyvin epävarmoja siitä, pärjäävätkö heidän lapsensa itsenäisesti lapsuuden kodin ulkopuolella. Lisäksi vanhemmat kokivat, että sopivia vaihtoehtoja on liian vähän ja tuista ja palveluista ei tiedetä tarpeeksi. (Strömberg 2007.)

Parchomiuk on tehnyt tutkielman, jossa tutkija tarkastelee älyllisen kehitysvamman mallin suhdetta asenteisiin liittyen kehitysvammaisten seksuaalisuuteen. Tämä yhteys on vahvistettu kirjoittajan oman tutkimuksen aikana useiden lääketieteellisten tiedekuntien parissa, kuten lääkärit, hoitajat ja fysioterapeutit. Tutkielmassaan Parchomiuk etsii vastauksia siihen; minkälainen yksilöllinen (lääketieteellinen) tai sosiaalinen kehitysvamma on useimmiten hyväksytty osallistuvien opiskelijoiden keskuudessa sekä millaisia ovat opiskelijoiden asenteet kehitysvammaisten ihmisten seksuaalisuutta kohtaan, erityisesti huomioonottaen emotionaaliset ja kognitiiviset aspektit? Parchomiuk pohtii yhteyttä lääketieteellisen kehitysvamman ja kehitysvammaisten ihmisten seksuaalisuutta koskevien asenteiden välillä mukaan lukien emotionaaliset ja kognitiiviset tekijät. (Parchomiuk 2012.)

Suurimmalla osalla tutkielmaan osallistujista ei ollut kokemuksia liittyen laajaan käsitukseen kehitysvammaisten seksuaalisuudesta. Vastaajista suurimmalla osalla (28 henkilöllä) kokemukset olivat hyvin sattumanvaraisia (kadulla, puistossa, bussissa) ja selkeällä vähemmistöllä (13 henkilöllä) kokemukset olivat opetukseen liittyviä. Vastaajat mainitsivat erilaisia käyttäytymistapoja, lähinnä sanallisia ivauksia, itsensä paljastelua sekä vähiten masturbointia. Vastaajat joko yllättyivät tilanteista tai eivät vastaavasti reagoineet ollenkaan. Enemmistö vastaajista (153 henkilöä) eivät tieneet yhtään naimisissa olevaa paria, joista toisella tai kummallakin olisi kehitysvamma (Parchomiuk 2012.)

Henkilöt (83 henkilöä), joilla ei ollut opetussuunnitelmassaan aiheita liittyen kehitysvammaisten seksuaalisuuteen, olivat vertailukelpoisia ryhmän kanssa, jonka opetussuunnitelmassa oli tällaisia sisältöjä (50 henkilöä). Yleisesti ottaen, yleisempää oli se, ettei kehitysvammaisten seksuaalisuuteen liittyviä aiheita sisältynyt opetussuunnitelmiin. (Parchomiuk 2012.)

Tutkimuksen tulokset osoittivat, että kyseessä olevan aiheen analysointi vaatii pidempää työstämistä. Tutkielman lyhyiden ja hyvin tarkkojen muuttujien jaottelun vuoksi tutkielma laiminlyö mahdolliset eriävyydet eri sosiodemokraattisissa tahoissa (kuten ikä, sukupuoli, asuinpaikka ja siviilisääty). Ikä näyttää erityisen tärkeänä muuttujana, vaikkakin tässä tutkielmassa sillä ei ole suurta merkitystä opiskelijoiden pienen ikäjakautuksen vuoksi. Pienen ikäjakautuksen vuoksi tarkkaa vertailua eri sukupolvien välillä ei pystytä tekemään. Vertailtaessa tätä tutkimusta muihin tämän päivän tutkimuksiin aiheesta, voidaan päätellä että vastaajien persoonallisuus vaihtelee, kuten empatiakyky ja arvomaailma, kuten myös heidän asenteensa kehitysvammaisten seksuaalisuutta kohtaan. Lopuksi Parchomiuk vielä toteaa, että jotta tutkielmasta voisi tehdä tarkkoja päätelmiä, tulisi sen olla kaksivaiheinen. Ensin kysely tehtäisiin, kun vastaajat ovat vielä opiskelemassa ja seuraavan kerran sitten, kun ovat jo vakiintuneet työelämään. (Parchomiuk 2012.)

3 KEHITYSVAMMAISTEN OPPIMINEN

On hyvin tärkeää huomioida, että jokainen oppii asioita eri tavalla ja tyylillä. Joku muistaa hyvin näkemänsä, toinen voi muistaa helposti kuulemiaan tarinoita. Joku jaksaa keskittyä yhteen asiaan vain hetken kerrallaan, toinen voi tarvita pelkkään tekemisen lämmittelyyn pitkän ajan eikä näin ollen ehdi välttämättä mukaan käsiteltävään asiaan. Eri-tyyppisten, eri aistikanavia käyttävien materiaalien yhteiskäytöllä on huomattavia etuja, sillä silloin kukin opiskelija pystyy hyödyntämään hänelle ominaisinta oppimistapaa. Hyvin tärkeää on myös, että opiskelija pääsee itse toimimaan. Tästä muistutuksena on eräs vanha kiinalainen ajatelma:

Minkä kuulen, sen unohdan,
minkä näen, sen muistan,
minkä teen, sen ymmärrän.

(Ikonen & Virtanen 2007, 270.)

Kehitysvammaisten opettamisessa tulee huomioida jokaisen yksilön erilaisuuden kunnioittaminen ja huomioon ottaminen. Kehitysvammaisen tulee saada henkilökohtainen opetussuunnitelma, joka huomioi hänen yksilöllisyytensä ja antaa mahdollisuuden oppia ja kasvaa omien taitojensa mukaan. Opetussuunnitelmassa tulee huomioida eriyttämis-toimenpiteet, yksilöllistäminen ja henkilökohtaistaminen. Jokaisen yksilön omat mielenkiinnonkohteet tulee huomioida. Oppiminen perustuu toiminnallisuuteen ja aktiiviseen oppijan työskentelyyn, jossa pitäisi käyttää hyväksi kaikki koulun ja sen ympäristön tarjoamat mahdollisuudet. Näin ollen vanhanaikainen ”pulpetissa istuminen” ei ole enää mahdollista, eikä mielekästäkään. (Ikonen 1998, 76–77.)

On arvioitu, että kehitysvammaisilla on kahden tyypin vaikeuksia oppimisessa. Nämä vaikeudet ovat rakenteellisia heikkouksia, kuten lyhytkestoisen muistin heikkous ja tarkkaavaisuuden, sekä havaintokyvyn häiriöt ja/tai prosessiheikkouksia, kuten kertaa-minen, mieleen painaminen ja mieleen palautus. (Ikonen 1998, 101–102.) Yleinen käsitys kehitysvammaisten oppimiskykyä arvioitaessa on, että he ovat heikompia kaikilla oppimisen alueilla. Kehitysvammaisen oppii hitaammin ja muistaa vähemmän kuin

normaalit opiskelijat. Yksilöllisiin oppimiseroihin vaikuttavat psyykkisen kehitysvamman aste ja laatu sekä mahdolliset lisävammat. (Ikonen 1998, 86.)

Oppimisympäristö voidaan jakaa psyykkiseen, sosiaaliseen, kognitiiviseen ja fyysiseen oppimisympäristöön. Nämä kaikki oppimisympäristöt liittyvät vahvasti opiskelijoiden oppimisprosesseihin. Psyykkinen oppimisympäristö on kokemuksellinen tila, jossa yksilö on joko tasa-arvoinen tai syrjäytynyt jäsen. Tämän vuoksi psyykkinen ympäristö voi merkitä opiskelijalle parhaimmillaan hyvinvointia tai vastaavasti pahimmillaan pahoinvointia. Psyykkisessä oppimisympäristössä opiskelijakavereilta saatu myönteinen palaute on hyvin tärkeää. Erilaisuus ryhmässä pitää oppia hyväksymään osana elämän rikkautta. Sosiaalisessa oppimisympäristössä keskeistä on oppilaiden välinen vuorovaikutus ja sen laatu. Opettajan/ohjaajan rooli tässä on valita pedagogisia lähestymistapoja, jotka tukevat sosiaalista vuorovaikutusta. Fyysinen oppimisympäristö tulisi olla kaikille turvallinen; siinä on huomioitava tarkasti myös erityistä tukea tarvitsevien tarpeet. Tällaisia tarpeita on esimerkiksi esteetön kulkeminen. Kognitiivisessa oppimisympäristössä tärkeää on tukea opiskelijan tiedollista eli kognitiivista kehitysprosessia. Tällaisia tukemisen muotoja ovat esimerkiksi eriyttämisen mahdollisuus eritasoisille opiskelijoille sekä kullekin sopivan oppimistyylin mahdollistaminen. (Ikonen & Virtanen 2007, 241–243.)

4 TOIMINNALLISET OPETUSMENETELMÄT

Toiminnallisiin opetusmenetelmiin kuuluvat muun muassa luovat terapiat, kuten elokuva, musiikki, kuvataide, tarinallisuus ja tanssi. Toiminnallisissa opetusmenetelmissä merkittävää on, että osallistuja luo itse, mutta yhtä hyvin voi käyttää myös valmiita tuotoksia, kuten elokuvia tai musiikkia. Toiminnallisiin menetelmiin ei kuulu opettaminen ja luennointi, vaan nimensä mukaisesti niissä on paljon toimintaa ja vähän sanoja. Keskustelu tulee mukaan vasta sitten, kun työskentely on loppuvaiheessa, purkutilanteissa ja kokemusten vaihdossa. Toiminnallisissa opetusmenetelmissä ohjaajan tehtävä on antaa erilaisia menetelmiä työskentelyn avuksi. (Heiskanen & Hiisijärvi 2015.)

Toimintatutkimuksessa testatut opetusmenetelmät valikoituivat tutkijoiden ammatillisen kokemuksen myötä nousseiden positiivisten kokemusten perusteella. Kiinnostuksena oli testata uudenlaisia opetusmenetelmiä sekä hyödyntää aiemmin hyväksi havaittuja menetelmiä.

4.1 Kuvataideterapeuttinen toiminta

Kuvataideterapeuttisessa toiminnassa käsitellään tunteita maalaamalla, piirtämällä, muovailemalla tai rakentamalla. Nuori tiedostaa ja työstää kokemuksiaan, ristiriitojaan ja toiveitaan. Kuvataideterapeuttisessa toiminnassa puhuminen tai tekninen osaaminen ei ole tärkeää vaan tekeminen; toiminnan tärkein työväline on kuvat. Tärkeää terapeuttisessa ryhmässä on luottamuksellisuus, vapaaehtoisuus, rauhallinen rytmi ja oma rauha. (Grönvall 2011, 173.)

Taideterapiaistunto etenee vaiheittain. Tunnelmaan virittäytymisessä istutaan piirissä niin että kaikki näkevät toisensa ja keskustellaan sen hetken mielialasta ja nuoren tapahtumista arjessa. Jokainen saa oman vuoronsa puhua. Keskustelun jälkeen on taidetyöskentelyvaihe. Jakamisvaiheessa katsotaan kuvia ja puhutaan mitä ajatuksia, tunteita, muistoja tai kokemuksia kuvia tehdessä on herännyt. Kuvia ei ole tarkoitus tuomita oikeaksi tai vääräksi, hyväksi tai huonoksi. Kuvia voi katsella tarpeen mukaan myös uudelleen. Taideterapeuttinen toiminta on prosessi, jossa kuvia tehdään useita, pitkällä

aikavälillä. Terapeutti ei tulkitse kuvaa vaan ottaa vastaan sen, mitä nuori maalaa ja haluaa kertoa omasta kuvastaan. (Grönvall 2011, 173–174.)

Kuvataideterapeuttista toimintaa käytetään jonkin verran Suomen kouluissa. Kuvataideterapeuttisen toiminnan avulla voidaan edistää oppimista ja oppijoiden terveyttä sekä kehittää visuaalisia taitoja, itsetuntemusta ja tunteiden ilmaisua. Kasvatuksella ja terapialla on paljon yhteisiä tavoitteita; ongelmanratkaisutaidot, luovuus, riskinotto, yksilöiden välisten taitojen kehittäminen, motivaation parantaminen, stressinsietokyvyn lisääminen, jännityksen laukaiseminen sekä itsetietoisuuden lisääminen. (Grönvall 2011, 178.)

Grönvall on ohjannut kuvataideterapeuttisia ryhmiä kehitysvammaisille opiskelijoille. Terapeuttisuus on syntynyt tilasta, joka on pysyvä ja rauhallinen sekä kokoontumisten säännöllisyydestä. Kiirettä ei ole, ohjaaja on sillä hetkellä vain osallistujia varten. Ohjaajan tehtävä taideterapeuttisessa ryhmässä on auttaa, tukea, ohjata ja kuunnella. Ryhmässä opitaan toisten kunnioittamista ja huomioon ottamista. Työskentely ryhmässä on sosiaalisesti vaativaa ja antoisaa. Opiskelija saa onnistumisen kokemuksia sekä kokemuksen, että hänet huomataan. Kuvataideterapeuttinen toiminta sopii hyvin koulun arkeen, sillä uudet opetus suunnitelmat korostavat kokemuksellista, kokonaisvaltaista oppimista. Kuvataideterapeuttisen toiminnan avulla opiskelija voi purkaa ahdistuneisuuttaan ja jännittyneisyyttään. (Grönvall 2011, 179–181.)

Luovuus on jokaisen ihmisen perustarve. Sanotaan, että ilman luovuutta ei voi kasvaa tasapainoiseksi tunne-elämältään. Esimerkiksi kehitysvammaisten mielenterveysongelmia ja aggressiivisuutta voidaan ennaltaehkäistä taidetoiminnan avulla sekä korjata jo syntyneitä vaurioita. Taiteen merkitys kehitysvammaisen elämässä on hyvin merkittävä; se toimii psyykkisen minän rakentajana sekä itsetunnon lisääjänä. Konkreettisesti ottaen taide voi olla kehitysvammaisen henkilön kommunikaatiokeino. Esimerkiksi piirtämisen ja maalaamisen avulla voi läpikäydä itselle tärkeitä asioita ilman sanoja tai puhuttua kieltä. Taiteen hyötyinä nähdään keskittymiskyvyn ja pitkäjänteisyyden lisääntyminen, sosiaalisten taitojen paraneminen, aistien vahvistuminen sekä mielikuvituksen aktivoituminen. Taidetoiminnassa kehitysvammaisella henkilöllä on turvallinen ilmapiiri, joka mahdollistaa itsensä toteuttamisen kokemuksen. Tällaisten kokemusten myötä itsearvostuksen ja itseluottamuksen on mahdollista lisääntyä. (Ahonen 1994, 97–98.)

4.2 Musiikillinen ilmaisu

Musiikki on kaikkien yhteinen kieli. Se on myös informaation välittäjä, aivan samaan tapaan kuin puhe, kuva, ele tai ilme. Musiikki tuo kuulijalle mieleen erilaisia sanoja, värejä, tunteita, kuvia tai kokemuksia. Musiikin avulla on helppo ilmaista erilaisia vahvojakin tunteita kuten vihaa, ristiriitaa, rauhaa, lepoa tai antautumista. Jotta voi käyttää musiikkia opetuksen apuvälineenä, ei tarvitse olla musiikillisesti lahjakas. Musiikin mahdollisuutta ei saisi jättää käyttämättä oman arkuuden takia. Musiikki tukee opiskelua varsinkin tilanteissa, joissa käytetään meditaatiota, rentoutusta, mielikuvatyöskentelyä tai luovaa ideointia. Musiikin käyttö itsessään riittää rentoutumiseen; siinä ei ole pakko käyttää lisänä mitään muita rentoutusharjoituksia. Musiikki saattaa toimia myös hyvänä innoittajana, se myös kannattaa hiljaisuutta, koska se peittää kaikki narinat ja mahan kurinat sekä muut pienet äänet. Musiikkia valitessa tulee kiinnittää huomiota siihen, minkälainen musiikki sopii mihinkin tilanteeseen; esimerkiksi rockki ei ole paras valinta rentoutumista varten. (Vuorinen 1993, 167–174.)

Musiikki voi rauhoittaa ja suojata ihmistä vaikeissa tilanteissa. Ihminen voi kuunnella jotakin tiettyä musiikkikappaletta tilanteissa, jotka hän kokee ahdistaviksi tai pelottaviksi ja näin ollen epämiellyttävät tunnetilat on helpompi kohdata. Myös tilanteissa, joissa ihminen kokee alakuloisuutta tai yksinäisyyttä, voi musiikki auttaa näkemään uudenlaisia näkökulmia ja parantaa oloa. (Takala 2010, 102–103.) Musiikin avulla on hyväksyttävää tuoda esiin myös tunteita, joita pidetään muutoin tabuina. Musiikki kuvaa paljon seksuaalisuuteen liittyviä teemoja sekä yhteiskunnan ongelmia. Esimerkiksi murrosikäinen nuori saattaa purkaa hämmennyksen ja epävarmuuden tunteitaan kovaääniseen ja rytmisesti organisoituun musiikkiin. (Ahonen 1994, 70.)

4.3 Elokvakasvatus

Elokvakasvatus tarkoittaa käytännössä sitä, että lapsen/nuoren kanssa katsotaan yhdessä elokuvaa sekä jaetaan elokuvasta saatu kokemus. Jokainen aikuinen voi olla elokuvakasvattaja, jos on aidosti valmis keskustelemaan elokuvasta ja olemaan läsnä elokuvan katsomistilanteessa. Elokuvan katsominen toimii hyvänä virikkeenä hyvin arkaluontoisillekin keskusteluille tai vastaavasti arkisiin teemoihin. Elokuva mahdollistaa katsojan

saavuttamaan kokonaisvaltaisia elämyksiä; elokuva laajentaa ymmärrystä ympäröivästä maailmasta sekä omasta itsestään. Elokuvaelämys saattaa tukea lapsen/nuoren minäkuvan ja identiteetin rakentumisessa. Erilaiset tunnekokemukset opettavat ihmistä samais- tumaan toisten kokemiin tunteisiin. (Kovanen 2013, 11.)

Elokuvat auttavat käsittelemään vaikeita teemoja ja rikkovat jäätä haastavien asioiden ympäriltä. Merkittävä elokuvan tehtävä on tarjota välineitä tunteiden käsittelyyn ja tun- netaitojen oppimiseen. Lapsi/nuori omaksuu katsomiskokemustensa kautta asenteita ja arvoja sekä oppii ymmärtämään erilaisia näkemyksiä. Toki elokuva voi tarjota nuorelle myös hänelle haitallisia ihannekuvia ja johtaa esimerkiksi erilaisiin syömishäiriöihin. Hyvänä positiivisena esimerkkinä identiteetin rakentumiselle on kehitysvammaisten punk-bändistä kertova dokumentti *Kovasikajuttu*. Dokumentti välittää vahvan kuvauk- sen siitä, miten ihmisarvo kuuluu meille jokaiselle. Elokuvien avulla voidaan auttaa ihmisiä ymmärtämään elämän monimuotoisuus. (Kovanen 2013, 11–12.)

Elokuvakasvatus kannustaa lasta/nuorta omaan ajatteluun. Elokuvakasvatuksessa hienoa on vastavuoroisuus; aikuinen voi yhtä hyvin haastaa omia ajattelutapojaan ja oppia tai jopa laajentaa omia ajatuksiaan keskustellessaan kokemuksista nuoren kanssa. Aikuisen roolina ja tehtävänä nähdään auttaa nuorta jäsentämään elokuvasta heränneitä mieliku- via. Tärkeää on tiedostaa se, että ei ole olemassa yhtä ainoaa, oikeaa tapaa katsoa, vas- taanottaa ja ymmärtää elokuvaa. Elokuvakasvattajan tärkein tehtävä on tarjota turvalli- set ja kannustavat puitteet. (Kovanen 2013, 12–13.)

Elokuvakasvatus tuo tunteet luontevasti kouluun, koulu on yksi erittäin tärkeä paikka tunteiden harjoittelulle. Itsetuntemuksessa, empatiakyvyssä ja sosiaalisten taitojen omaksumisessa tunnetaidot ovat avainasemassa. Tunteet liittyvät tiiviisti oppimiseen sekä käyttäytymiseen. Onnistunut elokuva tempaa katsojan mukaan tunteiden vuoristo- rataan. Elokuva toimiikin hyvin tunnetyöskentelyn välineenä; kuka tahansa voi saada elokuvakokemuksesta työkaluja tunteidensa työstämiseen. Elokuva toimii terapeuttisena ympäristönä, jossa saa kohdata ja tuntea myös rankkoja tunteita turvallisesti. On tärke- ää, että elokuvan synnyttämät rankat ja pelottavat tunteet käydään yhdessä läpi aikuisen kanssa. Joskus asioista on helpompi puhua, kun niitä käydään läpi esimerkiksi joidenkin elokuvahahmojen avulla. (Kovanen 2013, 48–51.) Elokuva voi toimia hyvin sekä omi- en, että toisten tunteiden havainnoinnin harjoituskenttänä (Kovanen 2013, 11). Ketään

ihmistä ei kuitenkaan voida pakottaa liikuttumaan; kaikki tapahtuu itsestään, luonnollisella tavalla (Bergala 2013, 51).

Pekka Lehto on koonnut internetiin laajan katsauksen elokuvaterapiasta. Lehto kirjoittaa, että kuten taide yleensäkin, elokuva pohjautuu passiiviseen transferenssisuhteeseen eli yksisuuntaiseen tunteen siirtoon. Katsoja heijastaa valkokankaalla näkyviin tapahtumiin omia, tunteitaan ja antaa tapahtumille arvovaruksia. Lehto jakaa terapian aktiiviseen ja passiiviseen muotoon. Ensin mainitussa asiakas tai terapoitava valmistaa itse liikkuvaa kuvaa, jälkimmäisessä taas tyydytään valmiisiin tuotteisiin. Työssämme käytämme passiivista muotoa, supportiivista, eli tukea antavaa elokuvaterapian muotoa. Lehto kirjoittaa, että katsoja kohtaa elokuvan ääressä oman itsensä, peilaa omia tunteitaan, vahvuuksiaan ja heikkouksiaan, alitajuisia pelkojaan ja toiveitaan. Ilmiön tekee kiehtovaksi se, että tunteet ja merkitykset toimivat tajunnassamme miltei yksinomaan hahmottomalla symbolitasolla, joille tietoinen minuutemme pyrkii antamaan selkeästi ymmärrettävämmän, "konkreettisemmän" hahmon. Elokuvan pitää koskettaa ja puhutella, jotta sillä olisi terapeuttista merkitystä. Lehdon mukaan hoidollinen kokemus alistaa sivuseikaksi taidenautinnon. (KV-Tietopankki 2004.)

Elokuvakasvatuksella voidaan ihminen osallistaa käsittelemään omaa elämäänsä. Voidaan käsitellä koettuja ongelmia, vaikeuksia, käsitellä sairautta ja myötävaikuttaa positiivisesti ja rakentavasti ihmisten väliseen vuorovaikutukseen. Kuten kaikissa luovuusterapioissa, elokuvaterapiassakin elokuva on vain väline ihmisten vuorovaikutuksessa. Elokuva on jo sinällään jostain tarpeesta syntynyt viesti tekijöiltä katsojille. Elokuvatrapiassa voidaan käyttää elävää kuvaa hoidollisesti. Elokuvan tyyli laji riippuu kulloisestakin käyttötarkoituksesta, ja mikään tyyli laji ei ole toistaan parempi tai terapeuttisempi. Elokuvatrapiassa käytetään elokuvaa, joka koskettaa ja puhuttelee terapoitavaa. (Mäkipää 1996, 14–15.)

Saarinen kirjoittaa, että usein elokuvan teemat aktivoivat uusia tunteita, jotka voivat olla piilossa ihmisen mielessä. Tärkeänä hän pitää sitä, että terapoitava tunnistaa parhaillaan olevan vallitsevan tunteen tai elämäntilanteensa teeman, ja valitsee elokuvan niiden mukaan. Elokuvaa katsellessa on alistuttava ja koettava sen mukanaan tuomia tunteita ilman sensuuria. Jokainen katsoja näkee elokuvassa erilaisia asioita. Saarinen muistut-

taa, että kaikki ihmiset ovat erilaisia, ainutlaatuisia yksilöitä, joten sama elokuva voi herättää hyvin erilaisia tunteita eri ihmisissä. Kokemus riippuu heidän elämänsisänsä, katseluympäristöstä, kokemuksista ja nykytilanteesta. (Saarinen 2006, 41–43.)

Elokvaterapian tekemiseen ei ole olemassa toistaiseksi varsinaista koulutusta. Elokvaterapian tekeminen edellyttää työntekijältä riittävää hoitotyön hallintaa ja käytännön kokemusta, elokuvien ja elokuvailmaisun perusteiden tuntemista, audiovisuaalisien laitteiden käytön hallintaa sekä luovuutta ja motivaatiota. Elokvaterapia soveltuu kaikille, iästä ja psyykkisen häiriön muodosta riippumatta. (Mäkipää 1996, 21–22.)

4.4 Opetuskeskustelu

Opetuskeskustelulle tyypillistä on, että siinä vaihtelevat luentojaksot, opettajan kysely ja yhteiskeskustelut. Vastuu työskentelystä jakaantuu opettajan ja ryhmän jäsenien välillä. Myös aktiivisuus ryhmässä lisääntyy ja opettaja voi saada suoraa palautetta ryhmältä, jolloin asioita voidaan tarkentaa. Opetuskeskustelu on havaittu hyvin mieluisaksi työtavaksi. Taitava opettaja hyödyntää koko ryhmän osaamisen ja kokemukset. Opetuskeskustelun myönteisiä puolia ovat sosiaalisten taitojen ja viestinnän harjoittelu. Opetuskeskustelu parantaa ryhmän opiskeluilmastoa, sillä ryhmä on itse vastuussa työskentelyn onnistumisesta. Opetuskeskustelussa on tärkeää huomioida tiettyjä seikkoja; jotta keskustelusta voi tulla hyvä, tulisi kaikkien nähdä toistensa kasvot. (Vuorinen 1993, 81–84.)

Puheenjohtajan rooli opetuskeskustelussa ei ole lainkaan välttämätön, mutta sen olemassaoloa puoltaa muutamia seikat; on hyvä, että jollakin on vastuu keskustelun kulkusta, ajan käytöstä sekä annettujen tehtävien suorittamisesta. Jos ryhmässä sattuu olemaan sekä puheliaita, että hiljaisia, puheenjohtajan avulla osallistujien aktiivisuus saadaan tasaisemmaksi. Aktiivisuuden osalta yksi merkittävä tekijä on opettajan esittämät kysymykset. Hyvät kysymykset aktivoivat ajattelua ja herättävät mielenkiintoa, ohjaavat ajatuksia tiettyyn asiaan, selvittää väärinymmärryksiä sekä kontrolloi keskeisten asioiden oppimista. Kannattaa kiinnittää huomiota siihen, ettei esitä liian vaikeita kysymyksiä, sillä silloin opiskelija saattaa pelätä vastaavansa väärin. Hyvien kysymysten esittämisen lisäksi opettajalla tulee olla taito kuunnella ja olla hiljaa sekä antaa riittävästi ai-

kaa vastauksille. Opiskelijalle merkittävä kokemus on tunne siitä, että tulee kuulluksi ja ymmärretyksi sekä se, että opettaja on täydellisesti läsnä. (Vuorinen 1993, 84–89.)

5 SEKSUAALISUUDEN PORTAAT

Seksuaalisuuden portaat on malli seksuaalikasvatuksesta. Sen kautta voidaan opettaa seksuaalisuuden kehitystä. Seksuaalisuuden portaat ohjaavat lasta tai nuorta tunnistamaan oman kehitysvaiheensa ja arvostamaan ja kunnioittamaan kokemuksiaan. Malli lisää vanhempien ja kasvattajien ymmärrystä lapsen tai nuoren tärkeistä kehitysvaiheista. Seksuaalisuuden portaat kuvaavat sitä, miten seksuaalisuudessa tunteiden kohteet kehityksen myötä. Kehitys ei ole sidoksissa ikävuosiin, vaikka niitä on mallissa hahmoteltukin. Eri vaiheita voidaan kokea myös päällekkäin, välillä askelia taaksepäin ottaen, välillä portaissa kiiruhtaen. Tasapainoinen kehitys edellyttää kuitenkin, että lapsi tai nuori viivähtää kullakin portaalla hetken, pohtien sen haasteita ja tehden niistä omat ratkaisunsa. (Kortetniemi-Poikela & Cacciatore 2010, 9-10.)

Kertomalla portaiden sisällöstä, kasvattaja auttaa lasta tai nuorta tunnistamaan oman kehitystasonsa ja arvostamaan sitä ilman kiirehtimistä eteenpäin. Jokainen porras on tärkeä ja nautinnollinen. Malli antaa kasvattajallekin ajateltavaa ja muistoja siitä, miten omat portaat on aikoinaan noustu. Seksuaalisuuden portaat antavat lapselle tai nuorelle mahdollisuuden oman kokemuksen vahvistamiseen. Malli toimii vastapainona liian varhaisen seksikokemusten ihannoimiselle. Sen antaa välineitä tarkastella sosiaalisia ja emotionaalisia taitoja, ystävyys- ja turvallisen ihmissuhteen tunnistamista, taitoja pettymysten käsittelyyn sekä omien ja toisten rajojen tunnistamiseen. Seksuaalisuuden portaat soveltuvat kaikenikäisten lasten ja nuorten seksuaalikasvatukseen. Se vastaa maailman terveysjärjestön, WHO:n laatimia seksuaalikasvatuksen standardeja. (Kortetniemi-Poikela & Cacciatore 2010, 13–14.)

Seksuaalisuuden portaat soveltuvat myös kehitysvammaisten seksuaalikasvatukseen ja neuvontaan. Kasvattajan tulee ottaa huomioon se, että ihminen voi olla biologiselta iältään jo aikuinen (ja sopisi ikänsä puolesta 9. portaalle) mutta samanaikaisesti emotionaaliselta kehitykseltään hän voi olla vasta 4. portaalla. (Kortetniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 15.)

5.1 Ensimmäinen porras; Olen ihana

Ensimmäinen porras on nimeltään Olen ihana. Tällöin puhutaan 0-4 vuotiaista lapsista, jotka rakastavat ja hyväksyvät itsensä sellaisinaan. Lapsi tutkii eri aistein kehoaan ja mielellään muidenkin kehoja, etsii kehon paikoille nimiä ja merkityksiä. Lapsi oppii tällä portaalla säätämään tunteitaan aikuisen avulla. Tavallisin keino on aikuiseen turvautuminen, kuten syliin meno ja turvan hakeminen. Toinen keino on pelon poissulkeminen, kuten silmät ja korvat sulkemalla tai televisio-ohjelmaan uppoutumalla, silloin kun vanhemmat esimerkiksi riitelevät. Kolmanneksi keinoksi lapsi keksii jonkin itseään tyynnyttävän, aisteja stimuloivan tavan, kuten peukalon imemisen. Väsymys ja kiukku vie lapsen aikuisen luo hakemaan apua. Aikuisen on tällöin hallittavat tunteensa ja tyynnyttävä itsensä. Lasta tulee rauhoitella ja lohduttaa, niin lapsi rauhoittuu. Samankaltaisten tapahtumien jälkeen aikuisen rauhallisuus ja turvallisuus tulevat lapsen omiksi keinoiksi, kun hän ryhtyy hallitsemaan omia tunteitaan. Lasta kannustetaan esittämään kysymyksiä, ja hänelle pyritään antamaan selkeät, lapsen omaan kehitystasoon sopivat vastaukset. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 49–53.)

5.2 Toinen porras; Tykkäyskaveri

Toisella portaalla lapsi on keskimääräisesti 3-8 vuotias. Hän saattaa halaten ja pussaten näyttää, kuka on hänen kaveri, ja miettii myös ihastuksen ja kaveruuden eroja. Tykkäyskaverin sukupuolella ei ole lapselle mitään väliä. Ihastumisen, tykkäämisen ja hellyyden sekä ystävyuden tunteet ovat voimakkaita. Lapsi opettelee merkittäviä sosiaalisia suhteita, ikävöimällä ja kaipaamalla tykkäämiään ihmisiä, hän kokee myös itsensä erityiseksi ja merkitykselliseksi toisille. Tykkäystunne voi myös olla haavoittava, koska siihen liittyy aina menetyksen mahdollisuus. Lapsi alkaa ymmärtää millaiset syyt ja sidokset yhdistävät eri ihmisiä toisiinsa. Oman perheen ihmiset ovat erityisiä ja heidän kanssaan toimiessaan lapsi sietää erilaisia käyttäytymismalleja, kuin muissa suhteissa. Käyttäytymissäännöt vaihtelevat lapsen elämän erilaisissa ihmissuhteissa, kuten päiväkodissa, kavereiden kesken tai ydinperheen kesken. Lasta opetetaan kunnioittamaan toisten kehoa, kuten myös omaa kehoaan. Hänelle tulee opettaa, että hän itse määrää kehostaan, ja hänellä on oikeus sanoa ”EI”. Lasta tulee kannustaa luottamaan omiin

tunteisiinsa ja vaistoihinsa, sekä tunnistamaan ja osoittamaan empatiaa muita ihmisiä kohtaan. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 55–57.)

5.3 Kolmas porras; Vanhempien ihailu

Vanhempien ihailun portaalla lapsi on keskimäärin 3-9 vuotias. Porras sijoittuu samaan aikaan tykkäyskaveriportaan kanssa. Lapsi huomioi ympärillään olevia eri sukupuolta olevia ihmisiä, ja tutustuu omaan rakkauden tunteeseensa. Hän oppii sukupuolten eron, lapsen kehonkuva ja itsetunto vahvistuvat. Hän ei vielä tajua, miksei aina ole sopivaa esimerkiksi näyttäytyä alasti, koskettaa ja puhua toisen kehosta, mutta oppii aikuisten opastamana kulttuuriin soveltuvat käyttäytymissäännöt. Tässä iässä opitaan myös sukupuolirooleista ja niihin liittyvistä arvoista. Lapsi rakastaa leikki-ikäisenä suunnattomasti lähellä olevia ihmisiä ja eläimiä, jopa leluja tai luontokappaleita. Hän etsii rakkaudellisille tunteilleen turvallista ja erityistä kohdetta, joihin tunteen voisi osoittaa. Lapsi ottaa ympäristöstään vahvasti mallia. Aikuisen tehtävä on tukea näitä tunteita. On tärkeää, että lapsi saa kokea, että hänen tunteensa ovat hyväksytyjä. Lapsi huomaa ympärillään olevien ihmisten parisuhteita, ja jossain vaiheessa lapsi alkaa osoittaa omaa rakkaudentunnettaan lähimpiin ihmisiin, äitiin tai isään. Rakkauden kohteen sukupuolella ei ole väliä. Lapsen tulee saada tuntee, että hänen tunteensa ovat aivan oikeita ja aikuisen tehtävänä on olla tämän rakkaudenosoituksen arvoinen. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 59–60.)

5.4 Neljäs porras; Idoli ihastuttaa

Tällä portaalla, lapsen ollessa 6-12 vuotias, hän valitsee ihailun kohteen oman lähimpiensä ulkopuolelta. Lapselle on selvinnyt, ettei hän voi luoda parisuhdetta vanhempiinsa tai lähimpiin kanssa. Hänellä on kuitenkin kaipuu saada rakastaa jotakuta erityistä, ja usein tähän kaipuuseen lapsi kehittää idolirakkauden. Se voi olla kuuluisa laulaja tai näyttelijä, jota lapsi palvoo ja osoittaa avoimesti rakkauttaan. Kohde voi olla myös sellainen, jonka kanssa ei todellisuudessa koskaan kuvitellakaan mentävän yhteen, vaan siitä vain haaveillaan. Tällä portaalla lapsi on rakastunut omaan rakastumiseensa. Ihailu ja palvonta tuovat suurta nautintoa, ja lapsi usein halusi lahjoa idoliaan ja lähettää hä-

nelle ihailijapostia. Lapsi oppii tällöin epäitsekkyyttä sekä hyväntahtoisuutta, mutta on tässä vaiheessa usein myös hyvin haavoittuva. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 63–64.)

Idoleista etsitään samaistumisen kohdetta. Idoli voi olla kuten mielikuvitusystävä, josta haetaan hyväksyntää ja rohkeutta pelkotiloihin tai pettymyksiin. Lapsi saattaa omaksua samoja ominaisuuksia kuin ihailun kohteellakin on, tai hän voi leikkiä itse olevansa menestynyt tähti tai prinsessa, kuten ihailun kohteensa. Rakkauden ja ihastumisen tunteminen on hienoa ja tekee lapsen itsetunnolle hyvää. Usein tässä vaiheessa lapsen rakkauden kohteeksi saattaa tulla esimerkiksi harrastusten ohjaaja, opettaja tai muu aikuinen lähipiiristä. Tällöin ihastumisen kohteeksi valitun aikuisen tulee osoittaa, että hän arvostaa lapsen tunteita, mutta ei aio vastata niihin. Näin aikuinen osoittaa asiallista ja vastuullista aikuisuutta, on ammatillinen ja tietää seksuaalisuuden rajat ja niitä seuraten noudattaa myös lakia. Lapselle tulee näin selväksi aikuisenkin noudattamat sosiaaliset säännöt, joita myös lapsen tulee oppia kun itse on aikuinen. Idolirakkaus laimenee itsestään lapsen siirtyessä seuraavalle portaalle. Myös seksuaalinen mielihyvä, ensimmäiset itsetyydytyksen merkit voidaan kokea tällä portaalla. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 65–67.)

5.5 Viides porras; Tuttu mutta salattu

Viidennellä portaalla, lapsi alkaa kohdistaa rakkauden ja ihastuksen tunteita lähipiiriinsä, tavallisimmin lapsi on tällä portaalla 8-13 vuotias. Lapsi on tietoinen omasta ja toisten kehosta, ja niiden lähettämistä viesteistä ja hän opettelee kontrolloimaan omia tunteitaan. Tällä portaalla unelmointi idolista tai muista ihailuista aikuisista alkavat tuntua lapsellisilta. Aikuisten ihailu on menettänyt hohtonsa, jolloin aikuisten läheisyys saattaa tuntua epämukavalta. Lapsi toivoo kumppania ikätovereistaan, ja haaveilee läheisestä ihmissuhteesta. Usein tunteiden kohteeksi valikoituu ikätoveri, mutta ihastuksen kohteelle ei kuitenkaan uskalleta osoittaa ihastumista, eikä siitä kerrota edes parhaille ystäville. Lapsi tai nuori käsittelee tunteitaan omissa oloissaan ja tarkastelee oloaan. Hän pohtii itsekseen, voisiko rakentaa parisuhdetta juuri tuon ihastuksen kohteensa kanssa. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 69–70.)

Lasta tai nuorta alkaa kiinnostaa oma ulkonäkö ja siisteys, ja hän pohtii, mitä hänestä ajatellaan, millaisen vaikutelman hän tekee muiden silmissä. Motivaatio seurustelun opetteluun ja ystävyuden sääntöihin kasvaa. Tällä portaalla lapsi tai nuori keskittyy kokonaan ihastumisen tunteen käsittelyyn, edes omat vanhemmat eivät saa tietää mitään rakkauden kohteesta. Hän oppii sietämään hallitsemaan tunteitaan, käydessään läpi tunteiden kirjjon, ihastumisesta pettymykseen, ihan yksin. Salaisen rakkauden portaalla ihminen saa turvallisesti tutustua rakastumisen ja haaveilun maailmaan, koska kukaan muu ei asiasta ole tietoinen. Ihminen saattaa rakastua toiseen ihmiseen, sukupuolesta huolimatta. Oma sukupuoli koetaan tässä vaiheessa usein turvallisempänä vaihtoehtona ja näitä asioita mietitään sisimmässä. Tämän portaan rakastumiset eivät kuitenkaan lopullisesti vaikuta siihen, kasvaako nuoresta homo, hetero tai biseksuaali, kun koko rakastumisen tunnekin on vielä etäällä varsinaisista seksuaalisista tuntemuksista. Aikuisen tulee tässä vaiheessa antaa lapselle tai nuorelle täysi tuki, hänen on saatava tuntea, että hänen oma ihastumisensa on arvokas ja hyväksyttävä, vaikka siitä ei tiedäkään kukaan. Lapsi ja nuori on yksin oman rakkautensa kanssa ja haluaa pitää sen salaisuutena. Salainen rakkaus johtaa ehkä myöhemmin oikeaan parisuhteeseen. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 70–73.)

5.6 Kuudes porras; Tuttu ja kaverille kerrottu

Kuudennella portaalla lapsi tai nuori on useimmiten 9-14 vuotiaana, hän uskaltaa jo puhua rakkauden tunteistaan läheisille ihmisille. Hän omaksuu yhteisön malleja siitä, miten tunteista puhutaan. Lapsen tai nuoren minäkuva vahvistuu. Verrattuna edelliseen portaaseen, nyt lapsi tai nuori haluaa kuulla, mitä mieltä toiset ovat hänen tunteistaan. Luotettujen ihmisten ja lähipiirin tuki ja palaute ovat nyt tärkeitä. Ystävyuden pelisääntöjä on harjoiteltu jo pienestä lapsesta saakka, ja nyt lapsi tai nuori on päässyt siihen vaiheeseen, että ystävän kanssa jaetaan jo sisintä, sekä hyvin haavoittuvaa tunne-elämää. Idoli-ihastus oli kenties ystävän kanssa yhteinen, mutta tämän portaan ihastus on jo henkilökohtainen valinta ja siihen liittyy aina henkilökohtainen unelma. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 75–76.)

Kaverilta tarvitaan tukea omille tunteille ja halutaan kaverinkin hyväksyntä tunteille. Tällä portaalla lapsi tai nuori arvioi yhdessä ystävän kanssa, onko ihastuksen kohde

hyväksyttävä. Lapsi tai nuori luottaa ystävän arviointiin ja ihastuminen voi päättyä ystävien yhteispäätöksellä. Tämä vaihe on hyödyllinen ja turvallisuuden tunnetta lisäävä, sekä opettaa lapselle tai nuorelle tunteista puhumisen taitoa. Aikuisen on hyvä olla tässä vaiheessa opettajana ja mallina, vaikka lapsi tai nuori ei välttämättä otakaan neuvonantajansa mielipidettä sellaisenaan huomioon ja punnitsee tunteitaan uudelleen, mikäli he vastustavat ihastusta. Rakastumisen tunteista kertominen vaatii nuorelta rohkeutta, ja aikuisen suhtautuminen on suuri, kun keskustellaan näin suurista asioista. Asiallinen ja nuoren valintoja arvostava käytös ja rohkaiseva suhtautuminen ovat parasta, mitä aikuinen voi nuorelle nyt välittää. Tällä portaalla nuorelle avautuu uusi kehitysvaihe, ajatukset edellisten portaiden lapsellisyydestä ja typeryydestä näyttäytyvät nuorelle. Hän saattaa hävetä aikaisempaa lapsellisyytään ja korostaa olevansa nyt rohkeampi ja vakuuttaa itselleen ja läheisilleen omaa valmiuttaan kokea uusia kokemuksia. Tämä porras voi olla myös jo sellainen, että seksistä puhumista opetellaan, vaikka sitä ei vielä ole koettu. Nuori tarvitsee luotettavaa ja asiallista tietoa, sekä totuudenmukaisia vastauksia. Helposti internetistä saatavan tiedon luotettavuuteen on aikuisen syytä puuttua. On tärkeää, että aikuiset osallistuvat näihin keskusteluihin. Nuori odottaa aikuisten arviota myös siitä, ovatko hänen toiveensa ja tunteensa hyväksyttäviä. (Korteniemi-Poikela & Caciatore 2015, 76–79.)

5.7 Seitsemäs porras; Tykkään sinusta

Seitsemännellä portaalla nuori on noin 10–15 vuotiaana, silloin tapahtuu usein myös murrosiän aiheuttamat kehon muutokset ja nuori voi kokea tunteet erityisen voimakaina. Rakastamisen tunne on jo tuttu, ja nuori jakaa näitä tunteita mahdollisen rakastetunsa kanssa. Ihastuksia on voinut olla jo useita, ja nyt ihastuksen ja rakkauden tunteet uskalletaan myös ilmaista. Kun nuori ilmaisee tunteitaan avoimesti ja rohkeasti, on uskallettava ottaa vastaan myös se, että vastakaikua tunteilleen ei saa. Tällä portaalla nuorella on kuitenkin jo kyky selviytyä vastoinkäymisistä ja pettymyksistä. Torjutuksi tuleminen on ikävä kokemus, jonka sattuessa aikuisen on hyvä keskustella nuoren kanssa itsearvosta ja kunnioituksesta. Internet on mullistanut mahdollisuuksia etsiä kumppania. Nuori voi ihastua, vaikka ei olisi koskaan tavannut esimerkiksi keskustelupalstoilla kohtaamaansa ihmistä. Nuorta tulee opastaa varovaisuuteen nettisuhteissa ja muistuttaa,

ettei netin kautta kannata koskaan esimerkiksi lähettää sellaisia kuvia, joita ei kehtaisi näyttää tutuille arjen aikuisille. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 85–90.)

5.8 Kahdeksas porras; Käsi kädessä

Tällä portaalla nuori on usein noin 12–16 vuotias, hän uskaltaa jo tavoitella tunteesta kertovaa kosketusta. Koskettamalla ihastustaan hellästi kädestä, nuori viestii, että haluaa olla lähellä ja on ihastunut. Sanat eivät ole merkityksellisiä, vaan kosketus sisältää lukuisia tunteita. Tällä portaalla opetellaan miten pitäisi seurustella, ja mahdollisesti myös, miten erosta selviytyy. Käsi kädessä -vaiheessa nuori voi ilmaista kiintymystään monen eri kumppanin kanssa, tai voi aloittaa seurustelun, vaikka ei vielä tiedä, mitä se tarkoittaa. Ikätoverit saattavat olla hyvinkin eri kehitysvaiheissa, eikä koskaan voi tietää, millä portaalla ihastuksen kohde on. Lähestymisvaiheessa on tärkeää opastaa nuorta, ja kerrata läheisyyteen liittyviä sääntöjä. Ensimmäiseksi tulisi keskustella itsemääräämisoikeudesta omaan kehoon, ja siitä, kuka saa koskea ja miten. Tärkeää on myös keskustella kunnioituksesta toista ihmistä kohtaan sekä siitä, että ketään ei saa painostaa tai pakottaa sellaisiin asioihin, joita ei halua tehdä. Kun nuori voi olla tässä iässä seksuaalisuuden portailla lähestulkoon millä portaalla tahansa, on tärkeää oppia kunnioittamaan jokaisen yksilöllistä kehitysaikataulua. Myös omaa itseään on kunnioitettava ja suojeltava, ettei ihastuksen kohde voi painostaa nuorta sellaisiin tekoihin, joihin hän ei ole vielä valmis. Yhteisöön liittyviä sääntöjä on punnittava ja pohdittava yhteisön normeja. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 93–96.)

Kun käsi on päätynt toiseen käteen, nuori kokee voimakkaita tunteita. Seksuaalista kanssakäymistä tai sukupuolista kiihottumista ei vielä kuitenkaan ole, mutta kädestä kiinni pitäminen on tärkeä osa suhdetta. Nuori keskittyy enemmän kosketuksen voimaan, kuin puhumiseen. Tässä vaiheessa käsikkäin uskalletaan olla jo julkisestikin, muiden ihmisten keskellä. Vasta omassa rauhassaan, yksin unelmoiden, nuori käsittelee seksuaalisia tunteitaan ja mielikuvien avulla hän voi kokea seksuaalista kiihottumista. Tällä portaalla monet löytävät itsetyydytyksellä mielikuvia yhteisestä seksistä. Seurustellessa nuori oppii suunnan seksuaalisen läheisyyden tielle. Sanaton kommunikaatio ja sähköinen vetovoima seurustelukumppaneiden välillä tuo suhteeseen onnea ja tyydytystä ja vakiinnuttaa tunteen siitä, onko kädestä pidettävä kumppani tärkeän tuntuinen ih-

minen. Pettymyksiäkin kuuluu tähän vaiheeseen, kun käsi irtoaa kädestä. Hylätyksi tulemisen tunne on opeteltava. Tällä portaalla eteen tulevat pettymysten tunteet ovat tärkeitä kokemuksia aikuisuuden parisuhteita ajatellen. Pahan olon tunteet on hyväksyttävä, ja usein nuori tarvitsee aikuisen apua ja neuvoja toivottomuuden tunteessaan. Aikuisten elämäkokemus ja heidän rauhallisuutensa helpottavat nuorta, kun yhdessä keskustellaan siitä, että aikuiset itsekkin ovat kokeneet pettymyksiä ja selvinneet niistä. Nuoren tunnetta ei sovi vähätellä, vaikka seurustelu olisikin ollut lyhyt. Myös ulkopuolinen aikuinen, koulukuraattori tai terveydenhoitaja voi olla nuoren tukena näissä kokemuksissa. Seurustelevia nuoria kannattaa kannustaa myös vanhojen ystävyys-suhteiden ylläpitoon, oli nuori sitten kuinka rakastunut tahansa. Seurustelusuhteen tarkoitus ei ole koskaan korvata ystävyys-suhteita. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 96–98.)

5.9 Yhdeksäs porras; Suudellen

Tällä portaalla nuori on usein 14–18 vuotias. Hänellä herää halu tutustua suutelemiseen. Jos hänen ihastuksensa kohde on samalla portaalla, suutelemalla vartalon eri kohtia tutustutaan ja koetaan ensiaskeleita seksuaalisen kontaktin kokeilemisessä. Tällä portaalla nuori haluaa ja kykenee vastaanottamaan sellaista läheisyyttä, jossa ollaan vartalot toisiinsa vasten, mutta vaatteet päällä. Nuori voi kokea seksuaalista jännitettä kehossaan suudelmien myötä. Hänen on osattava harkita ja ilmaista se, mitä hän haluaa ja mihin on valmis. Myös se, mihin ei ole vielä valmis, on osattava ilmaista. Seksuaalisuuden portailla otetaan suudellen – vaiheessa iso askel eteenpäin. Suudellessa koetaan kiihottumista ja intiimiä kosketusta. Kyse ei ole enää tunteista, vaan biologia on yhtä vahvana mukana. Suutelemista ei kannata tehdä vastoin omia tuntemuksiaan. Nuoren tulee tietää jo se, että mitään sellaista ei pidä tehdä, mikä ei tunnu hyvältä. On hyvä oppia myös se, missä ja milloin suuteleminen on sopivaa. On tunnistettava yksityisyys ja sosiaaliset normit. Ulkopuolisten on oikeus olla näkemättä kiihottavaa tai seksiin liittyvää tapahtumaa. Aikuisella on velvollisuus opettaa, missä yksityisyyden raja kulkee. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 101–103.)

Tällä portaalla nuoret eivät ole kypsiä eivätkä halukkaita riisuutumaan. Toiseen painautuminen tuo jo niin paljon tyydytystä, että se on riittämiin, ja se, mitä tässä vaiheessa kaivataan. On olennaista se, että nuori osaa osoittaa rakkauden tunteita kosketuksella ja

ottaa vastaan kumppaninsa tunteenilmaisuja. Suudellen – portaalla kosketus ja nautinto keskittyvät vielä kuitenkin kädestä pitämiseen, halailuun ja suuteluun. Nuori nauttii seksuaalisista ja eroottisista tuntemuksista, eivätkä ne johda lisätoimintaan. Tässä vaiheessa seurustelu on jo hyvin vastavuoroista. Kumppani koetaan erillisenä ja todellisena henkilönä, joka halutaan pitää lähellä, ja jonka toiveet ja yhdessä koetut kokemukset muuttuvat tärkeämmiksi. Aikuisen kannattaa käydä nuoren kanssa keskustelua seksuaalisesta kehityksestä. Kannattaa käydä läpi sitä, koska nuoret ovat valmiita siirtymään seuraaville portaille, joskus tähän saattaa kulua vuosikausia. Oma seksuaalihistoriaansa aikuisen ei kuitenkaan tule kertoa. Seksuaalisuuden yksityisyys on opetettava asia. Samalla kun aikuinen kieltäytyy kertomasta omia seksuaalisia kokemuksiaan, hän opettaa nuorelle, ettei yksityisyyttä kuulu paljastaa. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 103–106.)

5.10 Kymmenes porras; Mikä tuntuu hyvältä?

Tällä portaalla nuoret rohkaistuvat jakamaan seksuaalista nautintoa kumppanin kanssa kosketuksen kautta. Nuori on tässä kehitysvaiheessa noin 15–20 vuotias. Hänellä on valmiudet kuunnella omaa itseään ja omaa kypsyyttään seksuaalisessa kontaktissa ja hän osaa arvioida, haluaako todella sitä, mihin on ryhtymässä. Nuori on valmis intiimimpään kosketukseen toisen ihmisen kanssa ja tavoittelee jaetun seksuaalisuuden nautintoa. Hyväilyjen portaalla nuori kykenee yhdistämään rakkauden tunteen seksuaalisiin tuntemuksiin. Hän tuntee kumppanin kanssa seksuaalista mielihyvää ja rakkautta. Suutelu – portaalta hyväilyjen portalle edetessä nuori on todennut, että kykenee kumppaninsa kanssa ilmaisemaan seksuaalisuuttaan suudellen ja kosketellen. Itsetyydytys on usein jo tuttu asia ja tapa purkaa seksuaalisuutta sekä tutustua omaan kehoonsa. Eteneminen intiimeihin hyväilyihin kumppanin kanssa on jaettuun seksuaalisuuteen tutustumista. Nuori punnitsee, miltä kumppanin kädet, huulet ja vartalo tuntuu omaa kehoa vasten. Samalla nuori harjoittelee sanallista ja sanatonta kommunikaatiota viestimään siitä, haluaako kumppanin jatkavan hyväilyjä, vai ei. Kun edetään molemmille kumppaneilla sopivassa tahdissa, seksuaalinen herkkyys ja jännite lisääntyvät, ja toiminta on vastavuoroista sekä kumpaakin kunnioittavaa. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 109–111.)

Seurustelevan parin turvallisuus on tällä portaalla tärkeässä osassa. Itsemääräämisoikeuden ymmärryksen on oltava jo sillä tasolla, ettei toista loukkaavaa ja epäkunnioittavaa käytöstä tarvitsisi sietää. Keskinäinen rakkaus ja luottamus voi säilyä ja lisääntyä, jolloin pystytään etenemään kohti suurempaa nautintoa yhdessä. Kukaan ei kuitenkaan kehity samassa aikataulussa, joten on kunnioittavaa odottaa, jos kumppani haluaa hidastaa etenemistä. Tällä tasolla yhdyntä ei ole tavoite, vaan seksuaalisuuden leikillinen kokemus. Yhdyntä voi ajatuksena olla vielä pelottava, tai se ei vielä kiinnosta. Nuori vertailee itseään ja kokemuksiaan toisiin nuoriin. Kun nuorella on riittävästi kypsyyttä, hän pärjää tällä portaalla hyvin, ilman kiirehtimistä seuraavalle. Hän pystyy nauttimaan kaikista läpikäymistään seksuaalisuuden portaista, ja kontrolloimaan käyttäytymistään sekä kunnioittamaan itseään ja muita. Hyväilyseksivaihe voi kestää vain hetken, tai jopa vuosia. Mitä pidempään se kestää, sitä enemmän nuori aikuinen oppii kehojen kieltä, havainnointia ja nautintoon heittäytymistä. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 111–114.)

5.11 Yhdestoista porras; Rakastella

Keskimäärin 16–25 –vuotiaana nuori aikuinen rohkaistuu etenemään viimeiselle portaalle. Hän on valmis entistä intiimimpään yhteyteen kumppaninsa kanssa. Nuori on riittävän sinut oman kehonsa kanssa ja hallitsee viettinsä sekä pystyy heittäytymään. Hänelle on kertynyt jo kokemuksia oman kehonsa hallinnasta hyväilyjen tilanteissa. Oma seksuaalinen identiteetti on jo tunnistettu ja nuori tavoittelee rakastelukokemuksella uudenlaista mielihyvää ja syvempää yhteyttä kumppaniin. Hyväilyjen portaalla hän on jo koonnut kokemuksia ja taitoja rakasteluun liittyen, on oppinut tuottamaan itselleen ja kumppanilleen mielihyvää koskettamalla. Hyväilyseksin ja rakastelun ero on pieni, ja ne kokemukset, jotka toisen mielestä voi liittyä hyväilyvaiheeseen, voivat toisen mielestä olla jo rakastelua. Tällä portaalla nuori haluaa jakaa itsensä kumppanin kanssa syvemmin ja fyysisemmin kuin koskaan aikaisemmin. Ensimmäinen rakastelukokemus on iso askel aikuisuuden seksuaalisuudessa. Vaikka ensi kerrat olisivatkin haparoivia, niin silti jokainen askel on merkittävä. Portaissa jokaisen askeleen läpikäyminen on nuoren seksuaalisen minäkuvan tärkein perusta. Toisilla portailla lapsi tai nuori voi viivähtää vain hetkisen, kun taas joku porras voi viedä pitkän ajan. Kokiessaan viimeisellä portaalla olevansa valmis rakasteluun, nuori on suhteellisen sinut oman seksuaalisuutensa

kanssa ja pystyy sisäistämään rakastelun merkityksen ja tunteen osana aikuisuutta. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 117–119.)

Omasta kypsyystä kertoo kyky tunnistaa ja ehkäistä seksiriskejä, kuten hyväksikäytyksi tulemista, seksitauteja ja ei-toivottua raskautta. Hän voi keskustella näistä asioista luottamuksellisesti kumppaninsa kanssa ja vaihtaa ajatuksia. Nuorella on tässä vaiheessa jo hyviä ihmissuhdevalmiuksia. Hän osaa käsitellä parisuhteen mahdollisia ongelmia ja syventää rakkaussuhteita. Nuori ymmärtää, että arkinen rakkaus on yhdessä toimeen tulemista, silloinkin kun kumppanin mielipiteet eivät ole yhdenmukaisia oman mielen kanssa. Jotkut ihmiset eivät koe tarvitsevansa parisuhdetta tai toista aikuista jonka kanssa olisi valmis jakamaan kehonsa. Se on valinta, joka jokaisen on mahdollista tehdä. Seksuaalisuuden portaat kuitenkin kuvaavat askel askeleelta valmiuksien kypsymistä ja etenemistä kohti rakkaudellista ja seksuaalista ihmissuhdetta. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 119–122.)

6 TUTKIMUKSELLINEN KEHYS

Opinnäytetyömme on laadullinen toimintatutkimus. Nimensä mukaisesti toimintatutkimuksessa yhdistyvät samanaikaisesti sekä tutkimus että toiminta. Toimintatutkimuksen tavoitteena on tutkia ja kehittää käytännön työelämässä toimivien ihmisten omaa työtä. Toimintatutkimus ei siis ole pelkästään tutkijoiden työtä, sillä olennainen rooli on niillä ihmisillä, jotka ovat mukana työelämässä. Merkittävä elementti toimintatutkimuksessa on pysyvä muutos; toimintatutkimuksella pyritään saavuttamaan jotakin parempaa, toimintaa pyritään parantamaan jatkuvasti. Toinen oleellinen elementti on yhteistyö. Yhteistyöhön osallistuvat kaikki henkilöt, joita ongelmat koskevat. Yhteistyö edellyttää yhteistä tavoitetta. Toimintatutkimuksen sykleiksi luetellaan esimerkiksi nykytilan kartoitus, suunnittelu, toimeenpano, havainnointi sekä reflektointi. Toimintatutkimus on siis jatkuva, syklinen prosessi, jonka päämääränä on pysyvä muutos sekä kehittäminen. (Kananen 2014, 11–13.)

Toimintatutkimuksessa tutkitaan ihmisten toimintaa ja tuotetaan tietoa käytännön kehittämiseksi. Toimintatutkimus kohdistuu sosiaaliseen toimintaan, ihmisten väliseen vuorovaikutukseen. Toimintatutkimus on tutkimus- ja kehittämisprojekti, joka on usein rajattu ajallisesti. Toimintatutkimuksen avulla on kehitetty esimerkiksi koulujen opetusmenetelmiä. Toimintatutkija ei odota olevansa ulkopuolinen vaan aktiivinen vaikuttaja ja toimija. Toimintatutkimuksen pyrkimys on saada ihmiset uskomaan omiin kykyihinsä ja toimintamahdollisuuksiinsa, toisin sanoen valtauttamaan (empower) ja voimaannuttamaan heitä. Tutkijan rooli on käynnistää muutos ja rohkaista ihmisiä tarttumaan asioihin. Tavoitteena on kehittää asioita ihmisten kannalta paremmiksi. Toimintatutkimuksessa tutkijan omalla kokemuksella ja havainnoinneilla on vahva merkitys. (Heikkinen 2007, 16–20.)

Räsänen mukaan kvalitatiivisia menetelmiä käytetään yleensä tutkimusongelmissa, jotka keskittyvät henkilön käyttäytymisen tai kokemuksen paljastamiseen tai kun halutaan ymmärtää jotakin ilmiötä, josta ei tiedetä paljoa. Kvalitatiiviset tutkimukset ovatkin hyvin yleisiä sosiaali- ja käyttäytymistieteiden parissa. Tieto kvalitatiivisiin tutkimuksiin kerätään yleensä haastattelujen ja havainnoinnin kautta. Ryhmäkeskustelujen avulla

tutkija saa kerättyä helposti useita vastauksia samanaikaisesti. Ryhmäkeskusteluissa vuorovaikutus on sekä haastattelijan ja vastaajan että vastaajien välistä. (Räsänen 2015.)

6.1 Opinnäytetyöpäiväkirja

Opinnäytetyöpäiväkirjan pidolla on myös tärkeä merkitys työn eettisyyden kannalta. Opinnäytetyöpäiväkirja on henkilökohtainen. Se voi olla sanallinen tai kuvallinen ja toimii ikään kuin omana muistina. Opinnäytetyöpäiväkirja auttaa muistamaan mitä ratkaisuja on tehty missäkin eri opinnäytetyön vaiheessa. Opinnäytetyöpäiväkirjasta on apua vain, jos sitä käyttää järjestelmällisesti. (Airaksinen & Vilkkä 2003, 19–22.)

Käytimme opinnäytetyöpäiväkirjaa säännöllisesti. Kirjasimme sinne mieleen tulevia ajatuksia ja ideoita sen mukaan, kun ajatuksia ilmaantui ja mietimme myöhemmin yhdessä miten asiat tehdään. Opinnäytetyöpäiväkirjasta oli helppo tarkistaa myöhemmin asioita. Teimme myös Internetin facebookkiin oman sivumme, johon laitoimme liitteitä, tiedostoja ja muistiinpanoja opinnäytetyöhön liittyen.

6.2 Ryhmähaastattelu

Ryhmähaastattelu tarkoittaa haastattelua, jossa on osallisena useita haastateltavia. Taavoitteena on saada aikaan ryhmäkeskustelu tutkijan haluamasta aiheesta tai teemoista. (Eskola & Suoranta 2001, 94.) Arkikeskustelusta poiketen haastattelussa on tutkimuksellinen ote, jolloin haastattelulla on erityinen tarkoitus ja erityiset osallistujaroolit. Tieto on haastateltavilla ja tietämätön osapuoli on haastattelija. Spontaanista keskustelusta eroten, haastattelulla on jokin tietty päämäärä; näin ollen haastattelija tekee kysymyksiä, aloitteita, kannustaa haastateltavaa vastaamaan, ohjaa keskustelua sekä fokusoi sitä tiettyjen teemojen suuntaan. (Ruusuvoori & Tiittula 2005, 22–23.) Yksilöhaastattelun sijaan voidaan käyttää ryhmähaastattelua, kun esimerkiksi ajatellaan haastateltavien jännittävän haastattelijaa. Ryhmähaastattelutilanteessa haastateltavat saavat tukea toisistaan sekä tietoa saatetaan saada enemmän, kun haastateltavat rohkaisevat toisiaan tai herättävät muistikuvia yhdessä muistelemalla. (Eskola & Suoranta 2001, 94.)

Sopivana haastateltavien määränä voidaan pitää 4-8 henkilöä. Tavoitteena on saada ilmapiiri, joka on avoin ja vapaa. Haasteen saattavat muodostaa yksittäiset dominoivat henkilöt. Haastattelijan tulisi olla mahdollisimman hiljaa, kun on saanut ensin keskustelun alkuun. (Eskola & Suoranta 2001, 96–97.) Haastattelutilanteessa tutkimuksellinen ote näkyy siinä, että haastattelu nauhoitetaan tai tehdään muistiinpanoja. Kun haastattelija on esittänyt kysymyksen, saattaa tulla yllättävä hiljaisuus eikä vastausta saadakaan. Tällöin haastattelija miettii, miksi näin tapahtuu. Saattaa olla, että kysymys on ollut liian vaikea ja sitä on vaikea ymmärtää. Tällaisissa tapauksissa kysymystä täytyy tarkentaa tai kysymisen tapaa pehmentää. (Ruusuvoori & Tiittula 2005, 23–26.)

Haastattelun suurena etuna ja hyötynä nähdään sen joustavuus. Haastattelutilanteessa haastattelijalla on mahdollisuus toistaa kysymys, oikaista väärinkäsityksiä sekä selvittää kysymyksiä ja sanavalintoja. Haastattelutilanteessa esitetyt kysymykset voidaan esittää missä järjestyksessä tahansa. Haastattelun ei ole tarkoitus olla mikään tietokilpailu vaan tarvittavaa ja haluttua tietoa on tarkoitus saada mahdollisimman paljon. Haastattelun etuihin kuuluu myös se, että haastattelija voi toimia haastattelijan roolinsa lisäksi myös havainnoitsijana. Tällöin muistiin voidaan kirjoittaa sanotun lisäksi myös se, millä tavoin asiat on sanottu. (Sarajärvi & Tuomi 2009, 73.)

Tärkeä tehtävä laadullisella tutkimusmenetelmällä tehdyllä tutkimuksella on olla emansipatorinen. Tämä tarkoittaa käytännössä sitä, että haastateltavat eivät ole ainoastaan väline saada tietoa, vaan tutkimuksen tulisi lisätä myös tutkittavien ymmärrystä asioista. Erityisen tärkeää emansipatorinen näkökulma on tilanteissa, joissa informantti on lapsi, nuori tai vajaakykyinen. Emansipatorisuuden tavoitteena on saada tutkittavalle tunne siitä, että hän on tullut aidosti kuunnelluiksi. (Vilka 2015, 125–126.)

Ryhmähaastattelu käytiin jokaisen kerhokerran päätteeksi. Tilanne rauhoitettiin ja istuttiin yhdessä sohvaryhmälle keskustelemaan. Keskustelua ohjasi toinen kerhon vetäjistä ja toinen toimi kirjaajan roolissa. Jotkut keskusteluista nauhoitettiin, mutta todettiin, että nauhurin läsnäolo jännitti kerholaisia sen verran, että vapautunut keskustelu häiriintyi. Ryhmähaastattelu tuntui luontevalta tavalta saada tietoa tutkittavilta. Ketään osallistujista ei ottanut liian dominoivaa roolia, vaikka joukossa oli puheliaampia ja vastaavasti hiljaisempia henkilöitä. Haastateltavat rohkaisivat myös hiljaisempia henkilöitä osallistumaan esittäen heille henkilökohtaisesti joitakin kysymyksiä. Tällainen tapa todettiin

hyväksi, eikä tuntunut siltä että ketään tutkittavista olisi ahdistunut haastattelutilanteesta.

6.3 Havainnointi

Havainnointi tarkoittaa sitä, että tutkija tarkkailee (enemmän tai vähemmän objektiivisesti) tutkimuksen kohdetta. Samaan aikaan tutkija tekee muistiinpanoja tai kenttäraporttia. (Metsämuuronen 2008, 42.) Sana observointi liittyy vahvasti havainnointiin. Sillä viitataan siihen, että tutkija tekee aktiivisesti havaintoja tutkimuskohteessaan. Havainnointi voi olla katsomisen lisäksi kuuntelemista, tunteita, makuja ja hajuja. Teemme havaintoja maailmassamme, joka on luonnollinen ympäristömme. Havaintokykyymme vaikuttaa teoria ja olemassa oleva tieto. (Vilkkä 2007, 8-9.)

Osallistuva havainnointi on aineiston keruutapa, jossa tutkija osallistuu tutkimansa yhteisön toimintaan. Osallistuva havainnointi on erilaista havainnointia kuin jokapäiväinen arkielämän tarkkailu. Usein osallistuvaa havainnointia tehdään yhteisössä, joka ei ole havainnoijalle tuttu. Tosin osallistuvaa havainnointia on tehty myös tutussa yhteisössä. Toisena eroavaisuutena arkielämän tarkkailun ja osallistuvan havainnoinnin välillä nähdään se, että normaalisti yhteisön jäsenet joutuvat keskittymään tarkasti tehtäviinsä yhteisössä eivätkä näin ollen pysty keskittymään tarkkailuun sillä tavoin kuin tutkija. Lisäksi tutkija havainnoi ja tallettaa keräämänsä tiedot systemaattisesti sekä omaa erityisen ammattitaidon havainnointiin. Tutkijan rooli voi olla useanlainen havainnoitavassa yhteisössä. On mahdollista, että havainnoinnista kerrotaan tutkittaville tai sitten jätetään kokonaan kertomatta. Osallistuvassa havainnoinnissa oleellista on se, että vuorovaikutus tapahtuu hyvin pitkälle havainnoitavien ehdoilla. Tutkijan tulisi vaikuttaa mahdollisimman vähän tapahtumien kulkuun. Ideaalitalanne olisi se, että tutkija ei vaikuttaisi tapahtumien kulkuun ollenkaan, mutta se on lähes mahdotonta. (Eskola & Suoranta 2001, 98–100.)

Osallistuvassa havainnoinnissa korostuu eettiset kysymykset. Tutkijan on tiedostettava tekojensa seuraukset. Havainnointia ei periaatteessa pitäisi tehdä ilman havainnoitavan suostumusta. Toinen näkökulma on se, että avoin havainnointi voi häiritä sekä tutkimusta että tutkittavan yhteisön toimintaa. On hyvin tyypillistä, että keksitään jokin peitetari-

na, että päästään kentälle havainnoimaan. Työläin, mutta samalla myös arvokkain tapa on saavuttaa tutkittavien luottamus ja näin ollen päästä ryhmään havainnoimaan. Esimerkkitapauksena tästä Kortteinen (1992), joka on kertonut saavuttaneensa tutkimiansa koneistajien luottamuksen, kunhan yhdessä on juotu viinaa, saunottu ja laskettu koskea. Havainnoijan ulkopuolisuus ei ole välttämättä huono asia; joskus vieraammalle henkilölle saatetaan kertoa asioista helpommin kuin tutulle, varsinkin jos kyseessä on joitain arkaluonteisia asioita. (Eskola & Suoranta 2001, 101.)

Havainnointi on hyvin subjektiivista, inhimillistä toimintaa. Kaksi ihmistä saattaa kiinnittää huomionsa hyvinkin eri asioihin. Havainnoitsija havainnoi valikoivasti eikä kaikkea välttämättä voi huomata tai nähdä. Havainnoitsijalta saattaa jäädä huomaamatta jotakin merkityksellistä. Subjektiivisuus nähdään myös rikkautena. Se kuvaa tulkintojen runsautta ja arkielämän monivivahteisuutta. (Eskola & Suoranta 2001, 102.) Omassa työssämme toimimme niin, että toinen tutkijoista oli havainnoijan roolissa keskusteluisa ja kirjasi ajatuksia ylös. Tutkijat kävivät keskusteluja myös keskenään kerhokertojen jälkeen, ja ilmaisivat havaintonsa toisilleen. Tutkijoiden tekemät havainnot olivat yksimielisiä.

6.4 Talking Mats -keskustelumatto menetelmänä haastattelussa

Talking Mats kuvakeskustelukeino kehitettiin alun perin Stirlingin Yliopistossa Amerikan Yhdysvalloissa. Sitä käytettiin eri-ikäisten kommunikaation vaikeuksista kärsivien kanssa toimimiseen. Se koettiin edulliseksi ja toimivaksi keinoksi kommunikointiin ja mielipiteiden ilmaisuun. Se on käytössä nykyään maailmanlaajuisesti. (Murphy ym. 2012, 53–54.)

Menetelmää voidaan käyttää esimerkiksi puhevammaisten tai kehitysvammaisten kanssa toimiessa. Haastattelumenetelmänä Talking Mats – menetelmä kuitenkin vaatii haastateltavalta tietynlaisia taitoja ja valmiuksia. Haastateltavan tulee nähdä ja tunnistaa luotettavasti näkemänsä kuvat ja ymmärtää niiden merkitys. (Keskustelumatto – menetelmä haastattelussa 2013.) Talking Mats – menetelmä tukee mielipiteiden ilmaisemista ja keskusteluun osallistumista. Siinä havainnollistetaan keskusteltava asia kuvilla. Keskustelumaton tarkoitus ei ole korvata puhetta, vaan toimia apuvälineenä haastattelutilan-

teessa. Talking Mats – keskustelumatto on verrattavissa kirjallisesti täytettävään lomakkeeseen, jota luku- ja kirjoitustaitoiset voivat käyttää mielipiteensä ilmaisemiseen. Luku- ja kirjoitustaidoton henkilö kykenee ilmaisemaan mielipiteensä helpommin keskustelumaton kuvakorteilla. Kuvien käyttö ymmärtämisen ja kommunikaation tukena hyödyntää kehitysvammaisia henkilöitä. Niiden avulla henkilö voi ilmaista itseään, mielipiteitään ja tunteitaan. Kuvakommunikaation käyttö lisää kehitysvammaisen henkilön osallisuutta ja vaikeidenkin asioiden käsittely helpottuu, kun on mahdollista ilmaista mielipiteensä kuvin. (Ketonen ym. 2003, 181–182.)

Talking Mats – menetelmässä tuetaan mielipiteen ilmaisua ja vastavuoroista keskustelua. Menetelmässä havainnollistetaan käsiteltävä asia kuvakortein, mutta myös sanalliset kortit ovat mahdollisia, mikäli keskustelukumppani on lukutaitoinen. Keskustelussa käytettävä kuva voi olla lähes millainen tahansa, kunhan se on tarkoituksenmukainen ja ymmärrettävä keskustelussa mukana oleville. Opinnäytetyömme palautteen keräämiseen käytimme soveltuvin osin Talking Mats – keskustelumattoa. Käytimme niin sanottuna mattopohjana seinälle rakentuneita portaita, joille ryhmäläiset kokosivat mielipiteensä esittämiimme kysymyksiin. Näiden kuvien perusteella, sekä keskustelun ohella keräsimme palautteen varsinaiseen tutkittavaan asiaan, eli siihen, millä opetusmenetelmällä kehitysvammaisen nuori nainen kokee saavansa eniten tietoa seksuaalisuudesta.





7 KERHOKOKOONTUMISTEN SUUNNITTELU, TOTEUTUS JA ARVIOINTI

Ennen varsinaisia kerhokokouantumisia jaoimme portaat (mitä portaita käsitellään milläkin kerralla) ja etenimme suunnitelmallisesti. Pohdimme ja suunnittelimme etukäteen mitä opetusmenetelmiä kulloinkin käytämme ja mitkä ovat tavoitteemme kullakin kerralla. Päätökset teimme omaa opetuskokemusta sekä ammattitaitoa hyödyntäen.

Kerhokokouantumisten sisällöt, niiden toteutus sekä omat havainnot ja arviointi on kuvattu seuraavissa kappaleissa. Tarvittavat välineet hankimme itse ja materiaalia pyysimme Väestöliitolta.

7.1 Ensimmäinen kerhokokouontuminen

Ensimmäisen kerhokerran (9.3.2015) tavoitteena oli tutustua toisiimme ja tätä kautta luoda ryhmäytymisen tunnetta ja rohkeutta toimia ryhmässä. Tavoitteena oli käydä läpi seksuaalisuuden portaista portaat 1-4. Sisältöinä tavoitteissamme oli käydä läpi vauvikä, rajojen asettaminen lapselle, idolirakkaus sekä kehonmuutokset. Opetusmenetelmistä testasimme ensimmäisellä kerhokerralla kuvataideterapeuttista toimintaa sekä opetuskeskustelua. Myös musiikillinen ilmaisu toimi aktiivisuuden ylläpitäjänä ja ajatusten virittäjänä.

Kaikki olivat toisilleen entuudestaan tuttuja, joten kävimme nopean nimikierroksen. Nimikierroksen jälkeen tutustuimme toisiimme lisää vahvuuskorttien avulla. Levitimme vahvuuskortit isolle pöydälle ja jokainen sai valita itselleen kaksi korttia. Autoimme opiskelijaa lukemisessa, jos hän ei osannut lukea kuvaan liittyvää tekstiä. Jokainen löysi itselleen nopeasti sopivat kortit ja kaikki saivat vuorollaan kertoa omista korteistaan.



Vahvuuskorttien jälkeen aloimme käydä läpi portaita. 1. portaassa (Olen ihana) kävimme läpi vauvaikää. Jokainen mietti, minkälaisia vauvat ovat ja minkälaisia asioita ne tarvitsevat. Asiasta syntyi paljon keskustelua ja osallistujilla tuntui olevan todella paljon tietoa pienistä vauvoista. Eräälle opiskelijalle oli jäänyt epäselväksi, mistä ne vauvat oikein syntyvät. Jokainen oli samaa mieltä siitä, että vauvat tarvitsevat paljon hoivaa ja huolenpitoa.

2. portaassa (Tykkäyskaveri) ohjaaja kertoi, kuinka tässä portaalla lapsi tykkää monista ihmisistä ja rakkauden kohteena saattaa olla kuka tai mikä tahansa. Keskustelimme rajojen opettelusta ja osallistujille muistui mieleen heille tuttuja lapsia, joiden ovat nähneen kiukuttelevan ja etsivän omia rajojaan. 3. portaassa (Vanhempien ihailu) keskustelimme siitä, kuinka lapsi saattaa rakastua jompaankumpaan vanhempansa.

4. portaassa (Idoli ihastuttaa) mietimme idoleita, jotka viehättävät meitä. Jokainen keksi nopeasti omia idoleitaan ja kertoi niistä innoissaan myös muille osallistujille. Keskustelun jälkeen aloimme etsiä lehdistä ja internetistä kuvia, jotka liittyivät vauvoihin, perheeseen ja idoleihin. Kuvia tuli paljon ja osallistujat liimasivat ne isolle seinälle oikeiden portaiden kohdalle.



Tunnin loppupuolella mietimme kehonmuutoksia, joita tytöissä tapahtuu murrosiän kynnyksellä. Yksi osallistujista meni makaamaan isolle paperille ja toinen osallistuja maalasi hänen ääriiviivansa paperille. Piirrettyyn hahmoon kirjoitimme kehossa tapahtuvia muutoksia.

Tunnin lopuksi keräsimme osallistujilta palautetta ryhmähaastattelun avulla. Kysyimme miltä osallistujista nyt tuntui, mitä he olivat oppineet sekä mitä odotuksia heillä oli kerhosta jatkossa. Osallistujat kertoivat, että fiilis ja meininki olivat hyviä. Kerhoa kuvattiin myös jännäksi. Osallistujat sanoivat, että käydyt asiat olivat heille entuudestaan tuttuja. Jatkolta he odottivat naisten juttuja, internetistä haet-

tuja juttuja, kondomeja, vauvoja, rakkautta ja tekemistä.

Ohjaajan näkökulmasta havaittuna, ensimmäinen kerhokerta oli erittäin onnistunut. Osallistujat olivat aktiivisia koko kerhon keston ajan. Asioista syntyi paljon keskustelua ja osallistujat jaksoivat keskittyä, kun heillä oli paljon tekemistä. Osallistumisesta huokui hauskuus ja ilo sekä osallistujien aito kiinnostus aiheeseen.

7.2 Toinen kerhokokoontuminen

Toisella kerhokokoontumisella (30.3.2015) testasimme kuvataideterapeutista toimintaa, opetuskeskustelua sekä musiikillista ilmaisua. Seksuaalisuuden portaissa etenimme viidennelle portaalille (Tuttu mutta salattu). Tavoitteenamme oli käydä läpi ystävyyspelisäännöt sekä ihastumisen tunneskaaloja.



Aluksi kerhoon osallistujat rakensivat portaille auringon kuvataideterapeuttisella menetelmällä. Keskustelemalla kävimme läpi ystävyyden pelisäännöt (Liite 3), jonka jälkeen yksi kerholaisista kirjoitti pelisäännöt auringon säteisiin. Jokainen sai kertoa mitä kyseiset säännöt juuri heille merkitsevät, ja nämä ajatukset kirjoitettiin auringon keskiosaan. Ystävyyden pelisääntöjen aurinko asetettiin seinälle rakentuville portaille. Keskustelimme erilaisista tunteista jotka liittyvät ihastumiseen. Kerholaiset kuvailivat ihastumisen tunteita sanoilla *rakkaus, pussaaminen, kihlat, lihakset, pojat, hihittely, punastuminen, naimisiin, ilo, rakkauskirjeet, suru ja onnellinen*.

Musiikillisen ilmaisun avulla käsitelimme ihastuksen tunteita. Kerholaiset saivat kuunnella musiikkikappaleita, jotka ovat koskettaneet heitä. Musiikista välittyviä tunteita olivat muun muassa *rakkaus, haikeus, ilo, suru, tykkääminen ja rakastuminen* (Liite 4). Toisesta kerhokokouksesta mieleen jäävinä asioina, kerholaiset mainitsivat ”*tunteet*”, ”*omat idolit*” ja ”*musiikin kauneus*”.

Havaintojemme perusteella auringon rakentamisessa oli mahtavaa ryhmähenkeä; jokainen osallistui auringon tekemiseen ja nuoret sopivat keskenään siitä, kuka kirjoittaa ylös mitään. Aiheesta syntyi paljon ajatuksia ja keskustelua. Aihe ystävyys näyttäytyi osallistujille tutuna; kaikilla tuntui olevan elämässään hyviä ystäviä, joten aiheeseen oli helppo tarttua kiinni. Osallistujat löysivät nopeasti termejä liittyen ihastumiseen. Kaikilla osallistujilla oli kokemusta siitä, miltä tuntuu olla ihastunut. Musiikkikappaleita

kuunnellessa kerhon osallistajat menivät täysillä tunteidensa mukana. Kappaleiden aikana saatoimme havaita nuorissa monenlaisia tuntemuksia laidasta laitaan; hymyä, iloa, surua, kyyneleitä sekä onnentunteita.

7.3 Kolmas kerhokokouminen

Kolmannella kerhokokoumisella (13.4.2015) testasimme opetuskeskustelua, musiikillista ilmaisua sekä kuvataideterapeuttista toimintaa opetusmenetelminä. Tavoitteenamme oli läpikäydä portaat 6-7 (Tuttu ja kaverille kerrottu, Tykkään sinusta), aiheina ihastumisen ja sydänsurujen sekä pettymysten tuntemukset, mustasukkaisuus, minkälaisia asioita ystävien kanssa jaetaan ihastuksista, sekä miten kertoa ihastumisestaan ihastuksensa kohteelle.

Aloitimme keskustelemalla ihastumisen ja rakastumisen tunteista. Millaisia asioita nuoret kokevat tärkeinä, kun on ihastuttu. ”Pojat on niin söpöjä ja kivoja”, ”pitää olla komeita lihaksia”, nämä kommentit tulivat ensimmäisenä mieleen aiheesta keskustellessa. ”Kaverin kanssa jutellaan sellaisia asioita, että se joku on söpö” tuli eräälle ryhmäläiselle mieleen, kun keskusteltiin siitä, mitä asioita kaverin kanssa jaetaan. ”Meinasin kerran ihastua yhteen Villeen, se on vähän niin kuin Supermario” kuului erään kerholaisen kommentti omasta ihastuksestaan. ”Miehillä on sellainen puhe, niillä on sellainen hyvä ääni”, jatkoi sama henkilö.

”Tällä hetkellä on vain yksi, Matti, se tietää, että oon ihastunu siihen. Se tietää sen mun ulkonäöstä, naama näyttää punaselta” kertoo yksi ryhmäläinen. Keskustelu siirtyi luontevasti ihastumisen ja rakastumisen tunteista pettymyksiin. Pettäminenkin oli keskustelussa mukana, mutta sen käsitteen ymmärtäminen oli kerholaisille hankalaa. ”Jos joku juttelee toisen poikaystävän kanssa, se on pettämistä, sitten täytyy puhua, soitella ja jutella asiasta”. ”Joku voi myös pettää. Se tuntuu kamalalta.” ”Jos menisin vaikka kahvilassa välillä käymään vessassa, ja sillä välin poika olis istumassa toisen kaverin vieressä, se olis jo paha. Jumaskuida!” Näin pohti pettämisasiaa eräs kerholainen. Pettämisestä keskusteltiin esimerkein ja avattiin käsitettä konkreettisesti, jonka jälkeen asia tuntui avautuvan kerholaisten mielissä ja kuulimme seuraavan laisia kommentteja; ”Jos pussaa toisen kanssa”, ”Ei sais koskea toisen poikaystävään” ja ”Kaverihalin voi antaa”.

Musiikillisen ilmaisun avulla kerholaiset käsittelivät pettymyksen tunteita miettiessään tuttuja musiikkikappaleita, joissa läpikäydään samoja tunteita. ”Jos mä oon siinä vieressä, niin mun pojalle ei saa puhua” siirtyi keskustelu pettymyksen tunteesta mustasukkaisuuteen.

Aloimme ryhmässä miettiä, miltä ihastuminen tuntuu? Tavoitteena oli koota seinälle ihastumisen tunteita kuvaava sydän. Sydämeen tulikin useita ihastumisen tunteita ja ajatuksia. Koska pettymyksetkin olivat tuoreina mielessä, kerholaiset halusivat tehdä seinälle myös särkyneitä sydämiä, joihin koottiin sellaisia sanoja ja tunteita, joita nuori kokee sydänsurujen kohdatessa. Koska kaikilla kerholaisilla oli henkilökohtaisessa elämässään ihastuksen kohde, keskustelimme avoimesti, miten osoittaa tunteensa tai yli-päättään kertoa ihastuksen kohteelle tunteistaan. Helpommaksi tavaksi kerholaiset totesivat rakkauskirjeen kirjoittamisen. Rakkauskirjeestä innostuttuaan, eräs kerholainen kokosi koko ryhmän mietteet rakkauskirjeeseen.

Kolmannelta kerhokokoontumiselta kerholaisille jäi päällimmäisenä ajatuksena mieleen ihastuminen ja rakastuminen. Kerhokokoontuminen oli ollut ”ihan ok” ja kaikki totesivat, että kerhoon on kiva tulla.



Tutkijoiden näkökulmasta kerholaiset keskustelivat ja kertoivat omista kokemuksistaan hyvinkin avoimesti. Ihastumiseen liittyvät tunteet saattavat olla joillekin hyvin henkilökohtaisia, mutta ryhmässä oli turvallista jakaa tyttöjen kesken kaikenlaisia tuntemuksia. Nuoret olivat selvästi innostuneita seurusteluun liittyvistä asioista, heistä huokui se, että

on kivaa puhua pojista. Mustasukkaisuus ja pettymyksen sekä pettämisen tunteet nostivat nuorissa hyvin vahvoja tunteita. Tutkijoiden havaintojen mukaan kerhon nuoret laajensivat kerhokerran aikana käsitystään siitä, minkälaiset asiat ovat pettämistä. Toisaalta mieleen nousi ajatus siitä, että jos nuori ei ole edennyt viimeiselle portaalle, niin onko hänen ajatusmaailmansa erilainen (ja suppeampi) kuin niillä nuorilla, jotka ovat kokeneempia ja edenneet pidemmälle omassa seksuaalisuudessaan.

Hienoa oli, että kerholaiset keksivät heti rakkauskirjeen kirjoittamisen, jolla olisi helppo kertoa ihastumisestaan toiselle. Tällä kerhokertaa keskustelun ja toiminnallisen tekemisen vastavuoroisuus tuntui oikein toimivalta.

7.4 Neljäs kerhokokoontuminen

Neljännellä kokoontumiskerralla (20.4.2015) käytimme opetusmenetelminä opetuskeskustelua, elokuvakasvatusta sekä kuvataideterapeuttista toimintaa. Tavoitteenamme oli läpikäydä portaat 8-10 (Käsi kädessä, Suudellen, Mikä tuntuu hyvältä), aiheina tunteiden sovelias näyttäminen, minkälainen kosketus tuntuu hyvältä ja minkälainen pahalta, seksuaalioikeudet sekä Internetiin liittyvät oikeudet ja velvollisuudet.

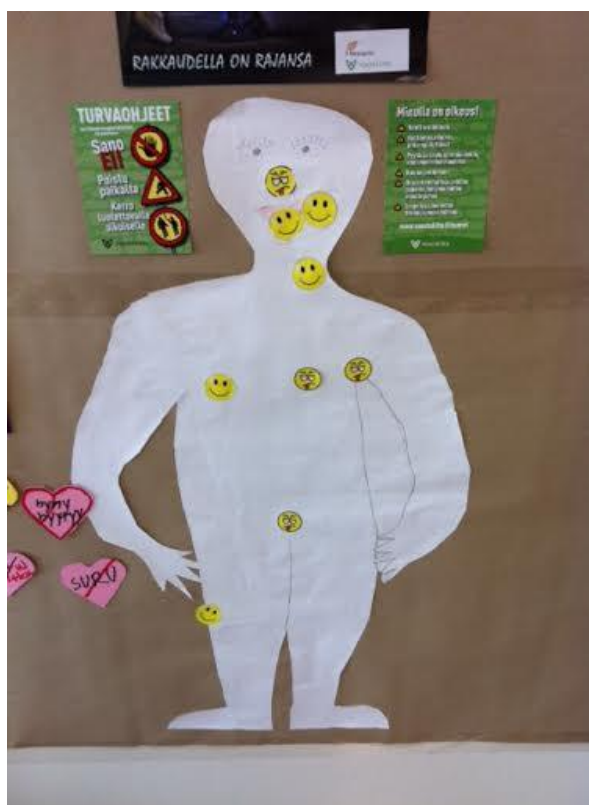
Aloitimme keskustelemalla siitä, missä on soveliaista näyttää tunteitaan, esimerkiksi suudella tai halailta. Kerholaisilta tuli seuraavanlaisia kommentteja soveliaisuudesta; ”Vessassa ja omassa sängyssä voi pussailla”. ”Rannalla auringonlaskun aikaan voi myös pussailla”. ”Asuntolassa saa illalla pussailla, vapaa-ajalla”.

Keskustelu siirtyi siihen, missä ei ole soveliaista näyttää tunteitaan? Kerholaisten mielestä esimerkiksi ”kaupassa, koulussa ja ravintolassa” ei olisi soveliaista pussailla julkisesti. ”Mitäs sitten, jos porukat (äiti ja isä) näkee?!” ”Ravintolassa voi pussata, jos toiset ihmiset eivät näe”, ”söpö pusu ei häiritse ketään”. ”Koulussa ei saa pussailla! Se on kielletty, ja opettaja näkee”. Kerholaiset tuntuivat sisäistäneen säännöt, joita esimerkiksi asuntolassa on asetettu. Opettajaa ja ohjaajia he pitivät auktoriteetteina, joiden ohjeita on kuunneltava.

Keskustelimme siitä, millainen kosketus tuntuu hyvältä, ja millainen epämiellyttävältä. Ja mitä silloin teet, jos sinua kosketaan siten, että et pidä siitä? Jaoimme Väestöliitolta saamaamme materiaalia, turvaohjeita, joissa liikennevalomalliin osoitettiin mitä kuuluu tehdä, jos kokee tilanteen ahdistavaksi. Miellyttäväksi kosketuksiksi kerholaiset kertoivat kokeneensa seuraavan laisia kosketuksia; ”Äiti koskettelee niskaan, se tuntuu mukavalta”. ”Juuso on kosketellut mua jalkoihin, oltiin sohvalla jalat vastakkain, se tuntui mukavalta. Kerran se pussasi suoraan suulle, se tuntui ihanalta”. ”Mua on kutitettu jalkapohjista, se oli kivaa”.

Epämiellyttäviä kosketuksiakin kerholaiset olivat kokeneet; ”Valtteri pussasi suoraan suulle, se ei tuntunut mukavalta”. Keskustelimme siitä, mitä silloin tulee tehdä, jos kosketus on epämiellyttävää. Kerholaiset kertoivat että ”pitää lähteä pois, potkaista munille”. ”Pitää hankkia uusi poikaystävä”. ”Pitää kertoa vanhemmille jos joku koskettaa niin, ettei tykkää. Tai ohjaajalle tai opettajalle”.

Seksuaalisuuden portaille, jotka ovat rakentuneet luokan seinälle, teimme ihmishahmon, johon kerholaiset saivat liittää joko hymynaaman tai surunaaman, kuvaamaan niitä kohtia kehossa, joissa koskettelu tuntuu hyvältä tai epämiellyttävältä.



Keskustelemalla kävimme läpi nuorten seksuaalioikeuksia (Liite 5). Kerholaiset tuntuivat ymmärtävän, että ketään ei saa haukkua, esimerkiksi hänen seksuaalisuuttaan loukkaavasti. Kerholaiset ymmärsivät sen, että kaikilla on oikeus suojella itseään ja tulla suojelluksi. Turvalliselle aikuiselle kertominen asioista ei tuntunut olevan kerholaisille vaikeaa. He nimesivät turvallisiksi aikuisiksi opettajat, ohjaajat ja vanhemmat.

Käsittelimme internettiin liittyviä oikeuksia ja velvollisuuksia. Katselimme MLL:n nuortennetin videoklipin (MLL:n Gallup: Oikeudet ja velvollisuudet netissä 2012), jossa nuoret kertoivat kokemuksiaan verkkokäyttäytymisestä. Eräs kerholainen kommentoi tähän; ”Yks meni mun tiedoilla Facebookkiin, onneksi soitin kaverille ja se katsoi, ettei mun Facebookis ole mitään kummallista. Vähän säikähdin siitä”. Katselimme vielä MLL:n nuortennetin videoklipin ”Viisaasti verkossa” (MLL:n viisaasti verkossa – digitarinat 2012). Videoklippinä käsiteltiin uusiin ihmisiin tutustumista, esimerkiksi keskustelupalstojen kautta. Mitä kannattaa itsestään paljastaa tuntemattomille ihmisille, ja kannattaako uskoa kaikkea, mitä keskusteluissa tulee julki. Keskustelimme asiaan liittyvistä turvallisuusseikoista, missä kannattaa uusi kaveri tavata?

Kerholaiset kommentoivat asiaa seuraavan laisesti; ”Netin kautta voi löytää poikaystävän”, ”Kattelen välillä poikien kuvia netistä, mulla on oman idolin kanssa treffit viikonloppuisin netissä. Katselen sen videoita”. Uuden tuttavuuden tapaamisesta keskustellessa eräs kerholainen kertoi; ”Uus tuttavuus kannattaa tavata ravintolassa tai kahvilassa, että näkee sen kasvoista, että se olis sama poika, kuin kuvassa”. ”Kaverin voi ottaa mukaan, että näkee onko se oikee poika”. ”Jos se onkin vieras mies, en lähde sen mukaan”.

Kerhon päätteeksi taiteilimme seinälle rakentuville portaille otsikon; **SEKSUAALISUUDEN PORTAAT**. Jokaisen kirjaimen kohdalla mietittiin sillä kirjaimella alkavia seksuaalisuuteen liittyviä sanoja.

Kerhokerran lopuksi kävimme läpi ryhmähaastattelun, jonka mukaan nuoret olivat sitä mieltä, että olimme käyneet erittäin tärkeitä asioita läpi. Oli hienoa huomata nuorten keskustelusta se, että heillä oli hyviä ajatuksia siitä, minkälainen käyttäytyminen on turvallista ja minkälainen ei. Jokaisella nuorella tuntui olevan myös joku aikuinen, jonka puoleen kääntyä tarvittaessa.

Opetuskeskustelu toimi opetusmenetelmänä, kun juteltiin siitä, missä on tai ei ole soveliaista näyttää tunteitaan. Kosketuksesta keskusteleminen saattaa olla hyvin arka aihe, mutta sen läpikäyminen kuvataideterapeutin toiminnan avulla oli hyvin toimiva. Osallistujat innostuivat suru – ja hymynaamoista.

7.5 Viides kerhokokoonotto

Viidennellä kokoonottomiskerralla (4.5.2015) etenimme seksuaalisuuden portaiden viimeiselle askelmalle (numero 11), rakasteluportaalle. Tavoitteenamme oli läpikäydä, mitä seksi oikeastaan on; mitä tarkoittavat esimerkiksi yhdyntä ja orgasmi, minkälaisia ehkäisymenetelmiä ja sukupuolitauteja on olemassa sekä kokeilla miltä kondomi näyttää ja tuntuu ja miten sitä kuuluu käyttää. Opetusmenetelmänä käytimme opetuskeskustelua.

Aloitimme keskustelun juttelemalla siitä, mitä se seksi on? Ensimmäisenä kerholaisten mieleen tuli ”porno” jota voi katsella videolta tai tietokoneelta. Osa kerholaaisista kertoi-kin katsoneensa tätä puhelimensa kautta internetistä. Seksistä puhuessamme käytiin läpi seksuaalisen aktin vaiheet. Keskustelimme hyväilyistä ja erektion saamisesta, yhdynästä ja orgasmista. Yksi kerholaaisista tuntui olevan asioista hyvinkin perillä, virallisten termien tietämyksestä lähtien. Hän kertoi, että ”erektiossa pippeli kasvaa” ja ”nainen kostuu ja saattaa kutittaa, jos koskee klitorikseen”. Myös orgasmia hän kuvasi siten, että ”silloin molemmat alkavat tärisemään”. Muidenkin kerholaisten kanssa käytiin läpi nämä asiat ja katsottiin kirjasta, missä klitoris sijaitsee. Heille nämä asiat tuntuivat olevan vähän enemmän outoja, ja kertoivatkin olevan kokemattomia tässä asiassa. Kuitenkin keskustelu oli avointa ja kaikki olivat kiinnostuneita aiheesta.

Seksin käsittelemisen jälkeen keskustelimme erilaisista ehkäisymenetelmistä. Kerholaisille tuli mieleen ”kierukka, kondomit, E-pillerit ja kapselit, joita laitetaan ihon alle”. Hyvin tuntuivat tietävän nämä keinot, katsoimme vielä internetistä muitakin ehkäisymahdollisuuksia ja tutustuimme niiden käyttöön. Väestöliitolta saamassamme postilähe-tyksessä oli mukana iso kasa kondomeja. Jokainen sai avata ja tunnustella vapaasti kondomeja, ja kokeilla miltä ne tuntuvat. Katsoimme internetistä kondomin asettamista koskevan videon, jonka jälkeen istuimme pöydän ääreen, ja teimme kondomin käyttöä

koskevat ”rautalankaohjeet”. Laitoimme aiemmin kirjoittamamme ja tulostamamme tekstit yhdessä keskustellen järjestykseen.

Suojaamattoman seksin vaaroista keskustelimme, ja kerholaisille tulikin mieleen muutamia sukupuolitauteja. He mainitsivat mm. klamydian, kupan, tippurin ja visvasyyllän. Tutkimme internetistä, miten nämä taudit ilmenevät, ja mitä sitten kuuluu tehdä, jos epäilee saaneensa sukupuolitauditartunnan. Kaikille oli selvää, että lääkäriin on otettava yhteyttä, ja sitä kautta saa hoitoa.

Kerholaisilla tuli kondomeista, jotka olivat ns. kesäkumeja, mieleen Robinin kesäkumi – biisi. Kuuntelimme sen vielä viidennen kerhokerran päätteeksi.



Keskustelimme avoimesti ja aristelematta. Oli hieno huomata, miten tyttöryhmän kanssa keskustellessa turha punastelu ja hihittely ovat huomattavasti vähemmällä kuin seka-ryhmille asiasta puhuessa. Tytöt tykkäsivät siitä, että saivat konkreettisesti tunnustella kondomia. Mitä tahdoimme painottaa tytöille tällä kerhokerralla monta kertaa, oli se, että ainoastaan kondomi suojaa sukupuolitaudeilta. Tutkijoiden havaintojen perusteella tuntui siltä, että kukaan ei välttämättä ollut vielä edennyt viimeiselle portaalle ja osalle nämä asiat saattoivat olla hyvin vieraita. Mielestämme on kuitenkin erittäin tärkeää tiedottaa nuoria turvaseksiin liittyvistä asioista.

7.6 Viimeinen kerhokokoontuminen

Viimeisen kokoontumiskerran (11.5.2015) opetusmenetelminä testattiin elokuvakasvatusta sekä opetuskeskustelua. Koulupäivän aikana ryhmäläisemme katselivat elokuvan Vähän kunnioitusta. Elokuva kertoo kehitysvammaisesta Siiri – työstä, joka muuttaa kotoaan ryhmäkotiin, itsenäistyy ja aloittaa oman elämänsä. Siiri tutustuu ryhmäkodissa erilaisiin ihmisiin, ajautuu hankalille poluille, ja rakastuu vammattomaan nuoreen mieheen. Kerhokerran tavoitteena oli löytää elokuvasta seksuaalisuuteen liittyviä teemoja, kerrata asioita sekä keskustella mieleen tulevista asioista. Tavoitteena oli myös jättää kerhosta kokonaisuudessaan positiivinen kokemus osallistujille.

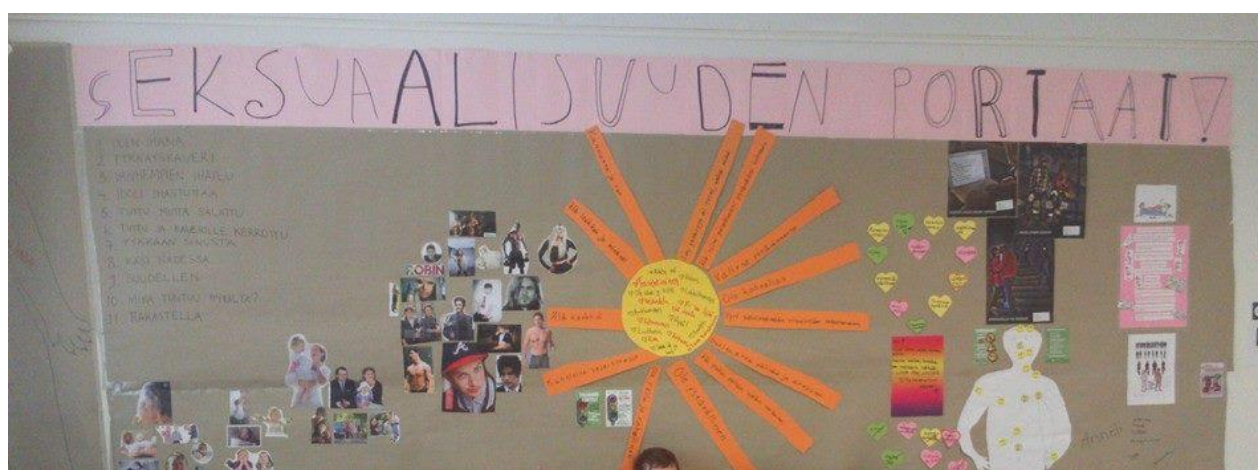
Vähän kunnioitusta-elokuva kertoo kehitysvammaisuudesta. Elokuvan teemat ovat osittain hyvin raskaita. Ennen kaikkea elokuva on kuitenkin rakkauselokuva, jossa on onnellinen loppu. Vähän kunnioitusta on ihmissuhde-elokuva, joka kertoo mahdottomasta rakkaudesta ja mahdollisuudesta rakkauteen. Elokuva avaa silmät sille tosiasialle, että kehitysvammaisten elämään kuuluu samoja asioita kuin muillakin; esimerkiksi surua, rakkautta, muutosta, ihastumista ja itsenäisen elämän opettelua. Vähän kunnioitusta-elokuva tahtoo myös käydä ennakkoluuloja vastaan. Elokuva osoittaa, että kehitysvammaisen ihminen pystyy tekemään monia asioita siinä missä muutkin ihmiset; työ, vapaa-aika, elämä jne. Elokuvan halutaan herättävän paljon ajatuksia ja keskustelua. (Kiuttu 2010, 30–33.)

Ryhmäläisten kanssa kävimme läpi elokuvan teemoja rinnastaen niitä seksuaalisuuden portaissa läpikäymiimme asioihin. Ryhmäläiset löysivät hienosti jokaiselta portaalta

elokuvassakin käsiteltyjä asioita. He kertoivat elokuvasta jääneen mieleen seuraavia asioita ja käsitteitä; ”Seksi ja pussailu”, ”Alkoholin käyttö, tappelu riita ja hyväksikäyttö” ja ”Kehitysvammainen ja rakastuminen”. Lisäksi ryhmäläisten mieleen oli jäänyt elokuvan tapahtuma, jossa Siiri ystävineen valehtelee ohjaajilleen ja karkaa ryhmäkodista bileisiin. Myös pettymyksen tunteita elokuvasta löytyi, ”Pettymys, kun rakastaa, ja toinen menee toisen kanssa”. ”Santeria syytettiin hyväksikäytöstä, vaikka hän rakasti. Niitten suhde kaatui”. Myös ehkäisyasiat olivat jääneet elokuvasta mieleen, kuinka molemmilla pääosan esittäneillä tytöillä oli ehkäisykapseli.

Elokuvan käsittelemisen jälkeen kerrattiin porras portaalta seinälle rakentuneet seksuaalisuuden portaat. Ryhmäläiset muistivat hienosti, mitä kullakin portaalla oli keskusteltu, ja miten asiaa oli käsitelty. Esimerkiksi tunteiden käsittelyssä käytimme opetusmenetelmänä musiikillista ilmaisua. Ryhmäläiset muistivat, miten musiikki oli tuonut pintaan erilaisia tunteita, ”tanssittiin, naurettiin ja itkettiin”.

Viimeisen kokoontumiskerran kunniaksi, ja kiitokseksi yhteistyöstä myös herkuttelimme toiveiden mukaisten herkkujen parissa.



7.7 Opetusmenetelmien toimivuus käytännössä

Viimeisellä kokoontumiskerralla ryhmäläiset antoivat palautteen kerhosta Talking mats – menetelmää mukaillen. Käytimme keskustelumattopohjana seinälle rakentuneita portaita. Seinälle oli myös laitettu kuva siitä, millä opetusmenetelmällä kunkin portaan aiheet on käsitelty.

Käytännössä palautteen saaminen kerholaisilta tapahtui siten, että kutsuimme heidät yksitellen luokkaan. Tällä tavoin halusimme varmistaa, että palautetilanne on rauhallinen ja kerholaisen antama palaute aito ja luotettava, johon muut kerholaiset eivät ole voineet vaikuttaa. Loimme palautetilanteesta turvallisen ympäristön, jolloin tutkittava uskaltaa antaa rehellisen palautteen, vaikka se olisi negatiivista. Palautteenanto hetkellä luokassa oli ainoastaan kerholainen sekä tutkijat, joista toinen toimi havainnoitsijan roolissa ja toinen haastattelijana.

Jokaisen kerholaisen kanssa käytiin läpi seinälle rakennetut seksuaalisuuden portaat ja mitä opetusmenetelmää kullakin kokoontumiskerralla oli testattu. Kerholainen sai vastata naamakuvien avulla, miten kukin menetelmä oli hänen mielestään toiminut käytännössä. Naamakuvia oli yhteensä kolme erilaista; hymynaama, surunaama sekä hämmästynyt. Kerholaiselle selitettiin tarkasti etukäteen mitä mikäkin naaman kuva tarkoitti. Kerholaisella oli tässä kohtaa myös mahdollisuus kysyä, jos hän ei ymmärtänyt jotakin. Hymynaama tarkoitti sitä, että opetusmenetelmä oli toiminut käytännössä ja kerholaiselle oli jäänyt siitä kerrasta tunne, että hän on oppinut jotakin uutta sekä ymmärtänyt mistä on ollut kyse. Surunaama tarkoitti sitä, että opetusmenetelmä ei ollut toiminut käytännössä eikä tutkittava ollut pitänyt asian käsittelytavasta. Hämmästynyt naama tarkoitti sitä, että kerholainen ei osannut sanoa, mitä mieltä oli.

Kerholainen sai antaa palautteensa sekä suullisesti että kuvan avulla. Kerholainen asetti naaman kuvan itse menetelmän viereen seinälle ja ilmaisi näin oman mielipiteensä. Kävimme rauhallisesti läpi kaikki portaiden vaiheet ja kerholaisella oli aikaa miettiä minkä vastauksen antaa. Luotettavuutta tutkimustulokseen saatiin sillä, että taulu tyhjennettiin palautekuvista jokaisen palautteenantajan jälkeen.

Opetusmenetelmistä elokuvakasvatus sekä musiikillinen ilmaisu saivat tutkittavilta pelkäänsä hymynaamoja. Opetuskeskustelu, jota käytimme jokaisella kokoontumiskerralla, sai kahdella kokoontumiskerralla yhteensä kaksi hämmästyneen naaman kuvaa ja kaikilla muilla kerroilla hymynaamat. Kuvataideterapeuttinen toiminta sai tutkittavilta yhden hämmästyneen - sekä yhden surunaaman ja muut hymynaamoja.

Valtaosa naamoista oli hymynaamoja, joten on perusteltua todeta, että kaikki testatut opetusmenetelmät olivat toimivia käytännössä.

7.8 Toimintatutkimuksen toteuttamisen eettiset kysymykset

Tutkimuksen aloittaminen ja aiheen valinta sisältävät jo monia eettisiä kysymyksiä. Tällaisiin kysymyksiin liittyvät esimerkiksi tutkimuksen yhteensopivuus työnantajan tutkimusprofiiliin kautta, ovatko tarjolla olevat ulkoiset olosuhteet (tutkimuslaitteisto, tutkimusta avustava henkilökunta) riittävät, tutkimuksen vaikuttavuus; onko tutkimusaihe yhteiskunnallisesti tärkeä ja hyödyllinen. Vaikuttavuutta tarkasteltaessa, tulee määrittellä myös se, *kenen* hyötyä tarkastellaan. Eettisiin kysymyksiin lukeutuu myös se, onko taustatietoa tutkimukselle riittävästi sekä miten tutkimus vaikuttaa tutkijan maineeseen. Kaikki edellä mainitut kysymykset liittyvät tutkimuksiin, joissa tutkija itse on määritellyt tutkimuksensa aiheen. (Clarkeburn & Mustajoki 2007, 53–55.)

Tämän tutkimuksen aihe on tutkijoiden itsensä määrittelemä, mutta tutkijat kokevat sen sopivan erittäin hyvin myös työnantajan tutkimusprofiiliin. Tutkijat uskovat, että tutkimuksesta on suurta käytännön hyötyä esimerkiksi Ammattiopisto Luoville. Ulkoiset olosuhteet olivat tutkimukselle riittävät, eivätkä tutkijat tarvinneet avukseen avustavaa henkilökuntaa. Tutkimuksen aihe on erittäin tärkeä, hyödyllinen sekä varsin ajankohtainen yhteiskunnallisesti. Tutkimuksen tärkeyttä ja mielekkyyttä korostaa se, että siinä huomioidaan nimenomaan kehitysvammaisten henkilöiden saama hyöty tutkimuksesta. Aiheesta löytyi tuoretta teoriaa taustatietoa varten, ainoastaan aikaisempia pro gradun taseisia tutkimuksia tutkijoiden oli haastavaa löytää.

Tutkijan roolissa merkittäviä ominaisuuksia ovat vastuu ja luottamus. Toimintatutkimuksessa tutkija voi itsekkin olla aktiivinen toimija ja tavoitella muutosta yhdessä tutkit-

tavien kanssa. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Toimintatutkimusta toteuttaessa pyrimme olemaan helposti lähestyttäviä ja luottamuksen arvoisia. Korostimme kerholaisille omaa vaihtolovelvollisuuttamme. Rikoimme perinteistä auktoritääristä opettaja – opiskelija- asetelmaa asettautumalla tutkittavien joukkoon. Tällä tavoin saimme aikaan vahvan tunteen siitä, että olemme kaikki yhdessä mukana toimintatutkimuksen toteuttamisessa; luomme yhdessä jotakin uutta ja toimivampaa.

Palautteen saamiseksi käytimme menetelmänä keskustelua, ryhmähaastatteluja sekä havainnointia. Pohdimme perinteisen haastattelutavan luotettavuutta. Saako kehitysvammaiselta nuorelta juuri sellaisen vastauksen, kuin haluaa? Kuinka johdateltavissa nuori on? Koska suurin osa kerhoon osallistujista ei ole luku- ja kirjoitustaitoisia, kirjalliset kyselyt eivät ole luotettavuuden kannalta päteviä. Palautteen keräämisen apuvälineenä käytimme Talking Mats – menetelmää.

Tutkijat haluavat painottaa eettisyyden näkökulmasta myös sitä, että tutkittaville tiedotettiin ja kerrottiin selkeästi heidän olevan mukana tutkimuksessa. Jokaiselta mukana olleelta henkilöltä on saatu suostumus tutkimuksen tekemiseen. Myös Ammattiopisto Luovilta anottiin tutkimuslupa ennen tutkimustyöhön ryhtymistä.

8 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Opinnäytetyömme tavoitteena oli lisätä kehitysvammaisen nuoren seksuaalitetämystä sekä testata erilaisia opetusmenetelmiä kehitysvammaisten kanssa työskennellessä. Teoreettisena perustana työlle oli Seksuaalisuuden portaavat, jotka kävimme läpi erilaisten, etukäteen valitsemiemme opetusmenetelmien avulla.

Palautteen saimme aidosti suoraan osallistujilta, sekä omien havaintojen kautta. Palaute osallistujilta oli rehellistä ja vilpitöntä. Kerholaisten palautteen perusteella valitsemamme opetusmenetelmät olivat pääsääntöisesti toimivia ja mieluisia. Osallistujat kertoivat, että olivat oppineet lisää *”rakkaudesta, ihastumisesta ja punastumisesta”*, sekä *”kondomin käytöstä ja ystävyyyden pelisäännöistä”*.

Tutkittavat antoivat kerhoon liittyvää palautetta seuraavin lainauksin; *”kerho on ollut ihan kiva”*, *”mä oon tykänny tulla tänne”*, *”tää on ollut kiva kerho”*, *”täällä on mukavia tyttöjä”*, *”ihan kiva”*, *”mukava”*, *”ihan hyvä, tykkäsin kerhosta”*, *”kiva jutella kaikesta”* *”ihan hyvä fiilis, hyvä meininki, kiva kerho”*, *”jännä kerho”*. Voimme päätellä, että kerho oli erittäin tarpeellinen sekä onnistunut. Kerho sai osallistujiltaan pelkästään positiivista palautetta.

Opetuskeskustelu tuntui toimivalta, ja sitä käytettiin jokaisella kerhokokoontumisella. Asetuimme tavallaan samaan asemaan kerholaisten kanssa ja keskustelu oli avointa, kerholaiset ilmaisivat herkästi, jos eivät jotain asiaa ymmärtäneet. Kerholaiset sanoivat suoraan, mitä ajattelivat, minkäänlaista häpeilyä tai ujostelua ei ilmaantunut, kerholaisten kesken vallitsi hyvä ja luotettava henki. Heidän kanssaan keskustelu oli vastavuo- roista ja tuntui siltä, että keskustelemalla asioita voidaan hyvin kerrata ja käydä läpi hankaliakin aiheita.

Kuvataideterapeuttinen toiminta oli opetusmenetelmänä toimiva. Kerholaiset olivat aktiivisia ja innostuneita. *”Kädentaitojen avulla oppii hyvin”*. *”Olis kiva tehdä jotain koruja ja tehdä juttuja rakkausasioista”*. Käsillä tekeminen oli kerholaisten mieleen, tätä toteutettiin lähes joka kerta, kun seinälle rakentuvia portaita valmistettiin. Kerholai-

set saivat itse ideoida, miltä seinä tulisi näyttämään, ja miten sinne asetellaan käsiteltävät asiat.

Musiikillinen ilmaisu opetusmenetelmänä oli myös mieluinen. Kerholaisten mielestä musiikki *”tuntuu kivalta ja iloiselta”*, sitä kuunnellessa *”mieli pysyy rauhallisena”* ja *”surut lähtee pois”*. Musiikki *”antaa myös iloisen mielen ja tuntuu kivalta”* ja se *”auttaa, jos on vihainen tai jos harmittaa”*.

Kerholaiset olivat sitä mieltä, että *”musiikin avulla on kiva käsitellä asioita”*. Omien havaintojenkin perusteella, musiikki opetusmenetelmänä oli erittäin toimiva, sillä kerholaiset heittäytyivät konkreettisesti syvälle omiin tunteisiinsa, ja osasivat sen kautta kertoa myös sanallisesti omia ajatuksiaan.

Elokuvakasvatus opetusmenetelmänä sisälsi elokuvan katselun ohella erilaisten videoklippien käyttöä internetistä. Videoklippien käyttö oli hyvä motivaation ylläpitäjä keskustelun ohessa. Elokuvasta esiin nousseita asioita käsiteltiin keskustelemalla ja niitä verrattiin käsittelemiimme aiheisiin Seksuaalisuuden portaissa. Kerholaiset löysivät hienosti elokuvasta aiheita, jotka löytyivät myös portailta.

”olis kiva mennä etsimään netistä jotain naisten juttuja”.

Omat havaintomme ja saadut opetuskokemukset osoittivat, että opetuskeskustelua kannattaa käyttää aina muiden opetusmenetelmien tukena. Näin tehden voi aina vielä varmistaa, onko asiat sisäistetty ja annetaan opiskelijalle mahdollisuus esittää kysymyksiä tai kertoa mielipiteitä.

Kehitysvammaista nuorta opettaessa kannattaa huomioida, että keskittymiskyky on hyvin rajallinen. Opetettavia aiheita läpikäydessä kannattaa käyttää enemmän kuin yhtä opetusmenetelmää. Tällä edesautetaan kehitysvammaisen keskittymiskykyä sekä mahdollisuutta oppia.

Opetuksessa tulee käyttää selkokieltä ja vieraammat sanat tulee selittää ymmärrettävästi sekä vielä varmistaa, että kehitysvammaisen ymmärtää käsiteltävän asian. Opetustilanteessa on hyvä varata paljon aikaa keskusteluille ja mahdollisuuteen kerrata asioita. Ke-

hitysvammainen oppii parhaiten tekemisen kautta, joten opetuksen tulee olla toiminnallista ja innostavaa.

Intiimejä aiheita käsiteltäessä, ohjaajan on luotava omalla esimerkillään ilmapiiri, joka on turvallinen ja luonteva. Tällöin nuori uskaltaa avautua ja kokea intiimitkin asiat luonnollisina ja tuntea, että hänellä on yhtäläinen oikeus omaan seksuaalisuuteen. Ohjaaja osoittaa omaa ammatillisuuttaan sillä, että ei ole liian avoin omista kokemuksistaan. Kehitysvammaiset ovat usein luonnostaan hyvinkin avoimia ja valmiita keskustelemaan intiimeistä ja heille aroista asioista. Vastaavasti kehitysvammaista nuorta tulee ohjata arvostamaan omaa itsemääräämisoikeuttaan sekä yhteisiä yhteiskunnan normeja. Ryhmämuotoisessa opetuksessa tulee antaa mahdollisuus myös kahdenkeskiseen keskusteluun. Tämä vaatii ohjaajalta vahvaa läsnäoloa sekä tilannetajua, jotta jokaisen tarpeet tulee huomioitua mahdollisimman yksilöllisesti.

Allekirjoitamme Ilmosen (Ilmonen 2001, 5) johtopäätökset siitä, että kehitysvammaisten seksuaalisuus on yhä tänäkin päivänä vaiettu ja pelätty asia. He kohtaavat elämässään paljon rajoituksia, joita ulkopuoliset henkilöt heille asettavat. Omaan seksuaalisuuteensa liittyen kehitysvammaiset eivät saa tarpeeksi tietoja ja valmiuksia ihmissuhdeasioiden käsittelyyn.

Havaitsimme paljon samankaltaisuuksia verratessamme saamiamme tutkimustuloksia aiempiin tehtyihin tutkimuksiin aiheesta. Havaintojemme perusteella seksuaalikasvatus tulee aloittaa mahdollisimman varhaisessa vaiheessa, koska kehitysvammaisen henkilö tarvitsee paljon tukea seksuaalisuuteensa liittyen. Tutkimustulokset osoittavat, että myös vanhemmat ovat suuren tuen tarpeessa kehitysvammaisen nuoren itsenäistyessä. Tuista ja palveluista ei tiedetä tarpeeksi.

Tämän toimintatutkimuksen tavoitteena ei ollut niinkään vaikuttavuus vaan hyötykäyttö sekä opetuskokeilu ja niistä saadut kokemukset. Mielestämme tämän tutkimuksen hyöty on merkittävä, sillä olemme omalta osaltamme vaikuttaneet ja edesauttaneet kehitysvammaisten oikeuksia omaan seksuaalisuuteensa liittyen. Prosessin aikana nuoret rohkaistuivat ja tulivat tietoisemmiksi seksuaalisuuteen liittyvissä asioissa. Tietoisuus auttaa nuorta olemaan enemmän osallisena omassa elämässään. Merkittävä toimintatutkimuksen anti oli se, että nuorten tietämys ja ymmärrys lisääntyivät samanaikaisesti, kun

tutkijat saivat tietoa itselleen esimerkiksi opetusmenetelmien toimivuudesta. Tämä on emansipatorisesta näkökulmasta hyvin tärkeää.

Opinnäytetyön materiaalia on hyödynnetty käytännössä, sillä toinen tutkija toteutti Ammattiopisto Luovilla vapaasti valittavien viikon opinnäytetyön sisällön pohjalta. Viikon aikana käytiin läpi Seksuaalisuuden portaita opinnäytetyössä testattuja opetusmenetelmiä käyttäen. Viikko osoittautui opiskelijoille mieluisaksi ja paljon ajatuksia herättäväksi kokonaisuudeksi. Luovin sisällä on innostuttu ja tartuttu mahdollisuuteen, jota tämän opinnäytetyön kautta voidaan hyödyntää. Uskomme, että Luovissa hyödynnetään jatkossakin opinnäytetyön tuomaa tietotaitoa. Myös toinen tutkija käyttää opinnäytetyön materiaalia omassa työssään ohjatessaan elämäntaitoryhmää. Ryhmässä käsitellään ihmissuhdeasioita sekä vastuun kantamista omista päätöksistään.

LÄHTEET

- Ahonen, H. 1994. Löytöretki itseän. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Aittokoski, H. & Pietilä, A. 2012. HIMOIHKU – selkokielen seksuaalivalistusopas. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/50819/aittokoski_henriika.pdf?sequence=2. Viitattu 25.11.2014.
- Airaksinen, T. & Vilka, H. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.
- Alamommo, K. & Barsk, S. 2011. ”Seksiä, seksiä, seksiä ja sukupuoliyhteyttä” Porinapiiri seksuaalisuudesta kehitysvammaisille pariskunnille. <http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/35812/AlamommoKatjaBarskSanna.pdf?sequence=1>. Viitattu 25.11.2014.
- Bergala, A. 2013. Kokemuksia elokuvakasvatuksesta. Helsinki: Unigrafia.
- Bilbjusvhkin, K. & Malmberg A. 2000. Kerro meille seksistä - nuoren seksuaalikasvatus. Helsinki: Tammi.
- Cacciatore, R. & Kortetniemi-Poikela, E. 2015. Seksuaalisuuden portaat. Helsinki: Väestöliitto.
- Cacciatore, R. & Kortetniemi-Poikela, E. 2010. Portaita pitkin. Helsinki: WSOY.
- Clarkeburn, H. & Mustajoki, A. 2007. Tutkijan arkipäivän etiikka. Tampere: Vastapaino.
- Davies, D., Gillespie-Sells, K. & Shakespeare, T. 1996. The Sexual Politics of Disability: Untold Desires. <http://disability-studies.leeds.ac.uk/files/library/gillespie-sells-intro-and-chapter-1.pdf>. Viitattu 2.1.2016.
- Finlex 2015 Laki kehitysvammaisten erityishuollosta. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1977/19770519> Viitattu 24.11.2015
- Eskola, J. & Suoranta, J. 2001. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.

- Grönvall, S. 2011. Kuvataideterapiasta iloa ja eheyttä. Teoksessa Lämsä, A. Mieli maasta. Masentuneen nuoren kohtaaminen ja tukeminen. 173–181. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Heikkinen, H. 2007. Toimintatutkimuksen lähtökohdat. Teoksessa Heikkinen, H., Rovio, E. & Syrjälä, L. Toiminnasta tietoon. Toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat. 16-20. Helsinki: Kansanvalistusseura.
- Heiskanen, T. & Hiisijärvi, S. Elä! – Elämän punaista lankaa etsimässä. Toiminnalliset menetelmät. <http://www.ela.fi/akatemia/toiminnalliset.php>. Viitattu 28.1.2015.
- Härkönen, T. 2013. Haaste-hankkeen julkaisuja; Seksuaalisuuden huomioiminen –opas.
- Ilmonen, T. 2001. Iloinen soturi ja suloinen kuningatar. Tampere: Kehitysvammaliitto
- Ikonen, O. 1998. Kehitysvammaisen opetus. Mitä ja miten? Tampere: Kehitysvammaliitto.
- Ikonen, O. & Virtanen, P. 2007. Erilainen oppija – yhteiseen kouluun. Kokemuksia yksilöllisyyden ja yhteisöllisyyden kehittämistä. Jyväskylä: PS- kustannus.
- Kananen, J. 2014. Toimintatutkimus kehittämistutkimuksen muotona. Miten kirjoitan toimintatutkimuksen opinnäytetyönä? Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja 185.
- Kaski M., Manninen A., & Pihko H. 2012. Kehitysvammaisuus, Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.
- Kaukola J. 2000. Kohti täyttä elämää - Tutkimus kehitysvammaisista ihmisistä oman asiansa ajajina. Tampere: Kehitysvammaisten tukiliitto.
- Keskustelumatto – menetelmä haastattelussa 2013. <http://www.papunet.net/tietoa/keskustelumatto-menetelm%C3%A4-haastattelussa>. Viitattu 7.9.2015
- Ketonen, R. Palmroth, A. Röman, M. Salmi, P. & Poikkeus, A-M. 2003. Kieli ja kommunikaatio. Teoksessa Siiskonen T., Aro, T., Ahonen, T. & Ketonen, R. (toim.) Joko se puhuu? Kielenkehityksen vaikeudet varhaislapsuudessa. Jyväskylä: PS-kustannus
- Kiuttu, P. 2010. ”Jokainen meistä on erilainen”. Ketju 3/2010, 30-33.
- Kiuttu, P. 2010. ”Kehitysvammaisilla on oikeus seksuaalisuuteen siinä missä muillakin”. Ketju 2/2010, 25.
- Kiuttu, P. 2010. ”Asiat eivät parane vaikenemalla”. Ketju 2/2010, 18.
- Koivunen, I. 2014. ”Mies eikä hiiri” – monologi. <https://www.youtube.com/watch?v=cKxZx5PWvmk>. Viitattu 2.1.2016.

- Kovanen, M. & Työryhmä 2013. Elokuvakasvatuksen opas. Helsinki: Nemo.
- Kuparinen, R. 1995. Kehitysvammaiset muutosten riepotehtävänä. Helsinki: STAKES.
- KV-tietopankki. 2004. <http://www.kvhtietopankki.fi/kunt/elokuvaterapia/>. Viitattu 25.1.2015
- Lagerspetz, E., Launis, V., Oksanen, M., Pietarinen, J., Rauhala M. & Räikkä, J. 1994. Oikeus itsemääräämiseen. Helsinki: Painatuskeskus.
- Mäkipää, P. 1996. ELOKUVATERAPIASTA eli elävän kuvan hoidollisesta käytöstä. Kuusankoski.
- Metsämuuronen, J. 2008. Laadullisen tutkimuksen perusteet. Helsinki: International Methelp.
- MLL:n gallup: Oikeudet ja velvollisuudet netissä 2012. <https://www.youtube.com/watch?v=jLWV2NDgGCs>. Viitattu 20.4.2015.
- MLL:n viisaasti verkossa – digitarinat. 2012. https://www.youtube.com/watch?v=M_642WTnq-E. Viitattu 20.4.2015.
- Murphy J & Boa S. (2012) Using the WHO-ICF with Talking Mats as a goal setting tool. AAC Journal 28(1) 52-60
- Nahkamäki, K. & Väkiparta, M. 2001. KEHITYSVAMMAISTEN OPPILAIDEN SEKSUAALIKASVATUS ”mitä enemmän tiedetään sitä vähemmän tarvii luulla.” <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/7836/kirnahka.pdf?sequence=1>. Viitattu 25.11.2014.
- Palo, J. 1999. Rakkaudesta seksiin. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.
- Ruusuvuori, J. & Tiittula, L. 2005. Haastattelu, tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino.
- Räsänen, H. 2015. Kvalitatiiviset tutkimusmenetelmät. http://www.hamk.fi/verkostot/kudos/menetelmat/Documents/4_Kvalitatiiviset_tutkimusmenetelmaet.pdf. Viitattu 30.12.2015.
- Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV – Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. <http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus>. Viitattu 15.3.2016.

- Saari, M. & Tervo, I. 2012. ”SE EI OLEKAAN PELKKÄÄ SEKSIÄ”
Ohjaustuokit seksuaalisuudesta lievästi kehitysvammaisten naisten ryhmälle.
http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/53388/Saari%20Merja_Tervo%20Iina.pdf?sequence=1. Viitattu 25.11.2014
- Saarinen, M. 2006. Leffaterapiaa. Helsinki: Kirjapaja.
- Saini, A. 2013. ITSETUNTOA TUKEMASSA – Seurustelun palikat kehitysvammaisten nuorten aikuisten itsetunnon tukemisen keinona.
<http://theseus.fi/bitstream/handle/10024/57165/ITSETUNTOA%20TUKEMASSA.pdf?sequence=1>. Viitattu 25.11.2014.
- Sarajärvi, A. & Tuomi, J. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Strömberg, S. 2007. Kehitysvammaisen perheenjäsenen itsenäistyminen ikääntyvien äitien ajatuksissa. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteen pro gradu-tutkielma.
<https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/94158/gradu01543.pdf?sequence=1>. Viitattu 30.12.2015.
- Takala, M. 2010. Erityispedagogiikka ja kouluikä. Helsinki: Palmenia Helsinki University Press.
- Vehmas, S. 2013 Vammaisuus ja yhteiskunnallisesti luodut haitat.
<http://www.vammaistutkimus.fi/tiedostot/Juhlaesitelma41213.pdf>. Viitattu 23.11.2015
- Vilkka, H. 2015. Tutki ja kehitä. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Vilkka, H. 2007. Tutki ja havainnoi. Helsinki: Tammi.
- Vuorinen, I. 1993. Tuhat tapaa opettaa. Tampere: Resurssi.
- Väestöliitto. Nuorten seksuaalioikeudet. 2015.
<http://www.vaestoliitto.fi/nuoret/seksi/seksuaalioikeudet/>. Viitattu 21.4.2015

LIITE 1 Kerhoesite

Hei Kopu:n nuori neito!

Haluaisitko osallistua kerhoon, jossa jutellaan mukavasti ja luottamuksella seksuaalisuudesta, kehon muutoksista, poikaystävistä, parisuhteista ja kaikesta, mikä mieltä askarruttaa...

Kokoonnumme Luovin tiloissa parittomien viikkojen maanantaisin, klo 17.00-18.30. Kerho alkaa maaliskuun aikana. Kokoontumisia on noin viisi kertaa.

Ilmoittaudu mukaan oppimaan uutta ja esittämään kysymyksiä, joita et ole uskaltanut keneltäkään kysyä!

Opiskelemme ylempää ammattikorkeakoulututkintoa ja koostamme kerhon sisällöstä opinnäytetyön, tulethan mukaan oppimaan kanssamme tärkeitä asioita aikuisuudesta!

Johanna Hellanmaa
Seinäjoen ammattikorkeakoulu

Niina Kuula
Porin Diakonia-
ammattikorkeakoulu

Rastita haluamasi vaihtoehto:

- **Tahdon osallistua kerhoon**
- **En tahdo osallistua kerhoon**

Kiitos vastauksestasi ja ajastasi!

Palauta lappu Niinalle viimeistään pe 23.1.2015.

LIITE 2 Tervetuloa kerhoon

Käsitlemme kerhossa seksuaalisuuteen liittyviä teemoja Seksuaalisuuden portaiden avulla.

Portaita on yhteensä yksitoista.

Tässä tiedoksi **kerhopäivämäärät** ja eteneminen portaissa:

MA 9.3. Tutustuminen + portaat 1-4

MA 30.3. Porras 5

MA 13.4. Portaat 6, 7 ja 8

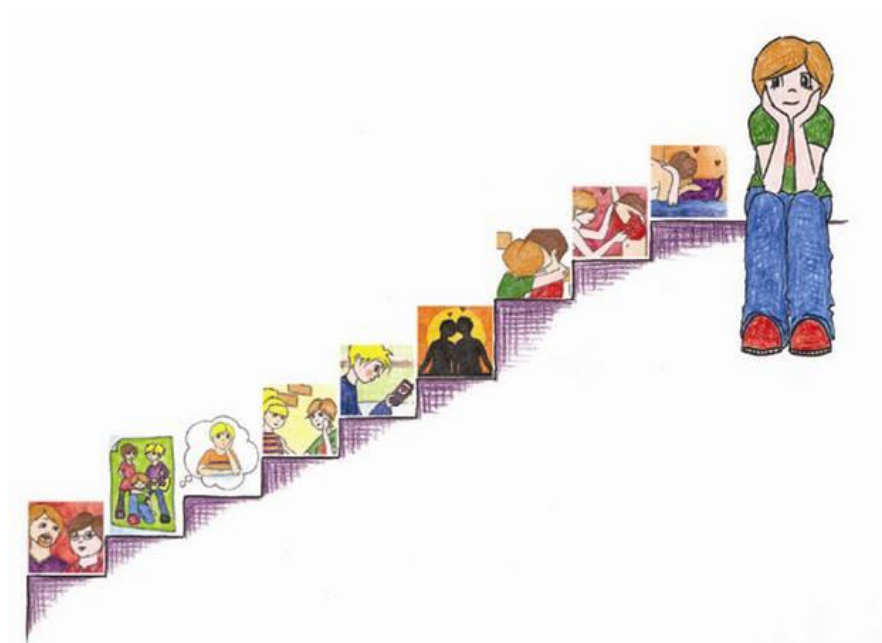
MA 20.4. Porras 9

MA 4.5. Portaat 10 ja 11

MA 11.5. Ajatusten vaihtoa ja kahvittelua

Kerho kokoontuu joka kerta klo 17-19!

Terkuin Johanna & Niina



Liite 3 Ystävyyden pelisäännöt

- Ole ystävällinen
- Ole reilu ja rehellinen
- Ole kohtelias
- Valitse ystäväasenne
- Kannusta ja tue
- Osoita, että välität ja arvostat
- Älä kadehdi
- Kunnioita salaisuuksia
- Älä puhu pahaa selän takana
- Älä toimi petollisesti ystävääsi kohtaan
- Älä loukkaa ja mitätöi
- Pyri selvittämään ristiriidat rakentavasti
- Jos ystävyys ei toimi, selitä miksi

(Korteniemi-Poikela, E. & Cacciatore, R. 2015, 80-83.)

Liite 4 Musiikkikappaleet ja niistä nousseet tunteet

- Amispoppia – Rakas
(Rakkaus, käy toisen luona kylässä, tykkääminen, autot, autolla pääsee rakkaan luo)
- Go Mario go
(Hämmennys, ei oikein tykkää, ilo, vauhdikas, hyvä, liikkuva)
- Günther – Teeny weeny string bikini
(Pepputanssi, nolo, iloinen, tanssi)
- Titanic – Theme song
(Tulee mieleen mummu ja pappa, suru, haikeus, rakkaus, ilo)
- Whitney Houston – Run to you
(Iloinen, rakastunut, tykkää jostakusta sairaasti)
- Suvi Teräsniska – Jos menet pois
(Rakkaus)

LIITE 5

Nuorten seksuaalioikeudet

Kaikilla maailman nuorilla on sukupuolesta, ihonväristä, seksuaalisesta suuntauksesta tai terveydentilasta riippumatta seksuaalisina olentoina seuraavat oikeudet.

Oikeus elämään

- * oikeus olla oma itsensä ja tehdä itsenäisiä päätöksiä sekä ilmaista mielipiteensä.
- * oikeus nauttia omasta kehostaan ja seksuaalisuudestaan.
- * vapaus uskonnollisten tekstien, uskomusten, aatteiden ja perinteiden rajoittavista tulkinnoista tai omaan kehoon puuttuvista loukkauksista seksuaalisissa asioissa.
- * kukaan ei saa kiusata, syrjiä tai loukata nuorta hänen sukupuolensa, seksuaalisten erityispiirteidensä, kehittyneisyytensä tai kehittymättömyytensä vuoksi.
- * nuorta ei saa haukkua hänen seksuaalisuuttaan loukkaavasti (esim. huoraksi tai homoksi) eikä ahdistella seksuaalisesti.
- * Nuorella oikeus sanoa oma mielipide kun seksuaalisuuteen liittyvistä asioista keskustellaan tai niistä päätetään

Oikeus nauttia seksuaalisuudesta

- * oikeus olla turvassa, valita vapaasti haluaako avioitua tai pysyä naimattomana sekä oikeus perhesuunnitteluun.
- * oikeus seksuaaliseen suuntautumisen mukaiseen tyydyttävään seksuaalisuuteen ja sukupuolielämään, kunhan ei vahingoita eikä alista ketään toista.
- * oikeus päättää itse haluaako toiminnallista seksiä ja haluaako jakaa näitä kokemuksia jonkun kanssa.
- * oikeus osoittaa seksuaalista halukkuutta ja oikeus peräytyä ja kieltäytyä missä tahansa seksuaalisen tapahtuman vaiheessa.
- * 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.

Oikeus tietoon seksuaalisuudesta

- * oikeus tietoon ehkäisymenetelmistä, seksitaudeista ja omista oikeuksista.
- * aikuisten tulee kertoa nuorille seksiin liittyvistä riskeistä sekä niistä menetelmistä, joilla riskejä voidaan välttää.
- * nuorelle tulee tarjota myös tieto seksuaalisuuden luonnollisuudesta ja keinoista, joilla seksuaalista tyydytystä, onnellisuutta ja tasapainoa voi turvallisesti kokea.
- * nuorille tarjotun tiedon tulee olla muodossa jonka he ymmärtävät.
- * neuvontaa ja ehkäisyvälineitä sekä seksuaaliterveydenhoitoon tarkoitettuja lääkkeitä tulee olla nuorten saatavilla heille mahdollisissa paikoissa, mahdolliseen aikaan ja mahdollisella hinnalla.
- * aikuisilla on velvollisuus tiedottaa nuorille heidän seksuaalisista oikeuksistaan, jotta he ymmärtävät vaatia niitä ja suojella itseään.

Oikeus suojella itseään ja tulla suojelluksi

- * oikeus suojella itseään ja tulla suojelluksi suunnittelemattomilta raskauksilta, sukupuolitaudeilta ja HIV:ltä sekä seksuaaliselta hyväksikäytöltä.
- * yhdenkään nuoren terveys ei saa vaarantua seksuaalisuuden vuoksi.
- * ketään ei saa painostaa riskeihin seksiin liittyvissä asioissa, eikä esimerkiksi vaatia seksiä tai suojaamatonta seksiä.
- * aikuisten on järjestettävä nuorille riittävästi neuvontaa ja tiedotettava siitä.
- * aikuisten on määrätietoisesti taisteltava vastaan häiriintyneiden yksilöiden halua käyttää nuoria tai lapsia seksuaalisesti hyväkseen.

Oikeus seksuaaliterveydenhuoltoon

- * joka on luottamuksellista, korkeatasoista, ja johon nuorilla on varaa ja jota annetaan molemminpuolisella kunnioituksella.
- * oikeus nopeasti saatavilla oleviin seksuaaliterveydenhuollon palveluihin, joissa heitä hoitavat nuoria kunnioittavat ja heidän kanssaan yhteistyön kykenevät aikuiset.
- * seksuaaliterveydenhuollon palvelujen tulee lähteä nuoren tarpeista, eikä sukuelinten tutkimus tai hoito koskaan saa olla kivulias tai loukkaava.
- * palvelujen on oltava luottamuksellisia, niin ettei kukaan ulkopuolinen saa tietoonsa nuoren käynnin syytä.
- * nuorille tarjotut seksuaaliterveydenhuollon palvelujen tulee olla alueellisesti ja laadullisesti tasa-arvoisia.

Oikeus osallistua

- * ohjelmien suunnitteluun nuorille nuorten kanssa.
- * oikeus vaikuttaa nuoria koskeviin päätöksiin.
- * todellinen mahdollisuus vaikuttaa heitä koskeviin suunnitelmiin ja päätöksiin seksuaali- ja lisääntymisterveysasioissa.
- * oikeus olla mukana suunnittelemassa nuorten seksuaaliterveyden palveluja.

<http://www.vaestoliitto.fi/nuoret/seksi/seksuaalioikeudet/>