

Sandra Naalisvaara, Sara Heikkilä & Tinja Jokelainen

PUHUTTAISKO SEKSUAALISUUDESTA?

E-oppimateriaali toimintaterapian tutkinto-ohjelman seksuaalisuutta käsittelevän opetuksen tueksi

PUHUTTAISKO SEKSUAALISUUDESTA?

E-oppimateriaali toimintaterapian tutkinto-ohjelman seksuaalisuutta käsittelevän opetuksen tueksi

Sandra Naalisvaara, Sara Heikkilä &
Tinja Jokelainen
Opinnäytetyö
Syksy 2018
Toimintaterapian tutkinto-ohjelma
Oulun ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu
Toimintaterapian tutkinto-ohjelma, toimintaterapeutti

Tekijä(t): Sandra Naalisvaara, Sara Heikkilä & Tinja Jokelainen
Opinnäytetyön nimi: Puhuttaisko seksuaalisuudesta? - E-oppimateriaali toimintaterapian tutkinto-ohjelman seksuaalisuutta käsittelevän opetuksen tueksi
Työn ohjaaja: Kaija Nevalainen ja Eliisa Niilekselä
Työn valmistumislukukausi ja -vuosi: Syksy 2018 Sivumäärä: 56+7

Seksuaalisuuden puheeksi ottaminen määritellään aiheen esille nostamiseksi sekä seksuaalisuuteen liittyväksi ohjaukseksi ja sitä voidaan toteuttaa monenlaisissa vuorovaikutustilanteissa terveydenhuollossa. Aloite seksuaalisuudesta puhumiseen tulisi tapahtua terveydenhuollon ammattilaisen toimesta. Jos toimintaterapeutti ymmärtää seksuaalisuuden laaja-alaisuuden ja seksuaalisen aktiivisuuden merkityksen asiakkaan elämänlaadulle, hän myös tiedostaa, että on tärkeää ottaa asia puheeksi toimintaterapiassa. Seksuaalinen aktiivisuus voi parhaimmillaan olla yksi niistä merkittävistä asioista, mikä tuo lohtua sairastuneen elämään. Seksuaalisen tyydytyksen on ihmissuhteen ohella tunnistettu olevan tärkeä elämänlaatua parantava tekijä.

Oulun ammattikorkeakoulun toimintaterapian tutkinto-ohjelma muuttui syksyllä 2018 monimuoto-opiskeluksi. Opinnäytetyömme välittömänä tavoitteena oli laatia monimuotototeutukseen soveltuva e-oppimateriaali Oulun ammattikorkeakoulun toimintaterapian opintoihin seksuaalisuutta käsittelevän opetuksen tueksi. E-oppimateriaalin tarkoituksena on helpottaa seksuaalisuuden puheeksi ottamista lisäämällä toimintaterapiaopiskelijoiden tietoa seksuaalisuudesta, toimintaterapeutin roolista sen läpikäymisessä sekä kannustamalla refleктоimaan omaa suhtautumista seksuaalisuuteen.

E-oppimateriaali laadittiin ThingLinkin ja Peda.netin avulla. Materiaalissa seksuaalisuutta käydään läpi sekä yleisellä tasolla että toimintaterapian näkökulmasta. Toimintaterapian tietoperustasta e-oppimateriaalissa on nostettu esille Kehityksellinen viitekehys sekä Inhimillisen toiminnan malli. Laatukriteereinä e-oppimateriaalille olivat motivoivuus, tiedon merkityksellisyys sekä materiaalin käytettävyyys. Keräämämme palautteen perusteella e-oppimateriaali on monipuolinen peruspaketti, joka soveltuu hyvin myös itsenäiseen opiskeluun.

Tulevaisuudessa e-oppimateriaalin kehittämistä voisi jatkaa esimerkiksi päivittämällä sisältöä ja tutkimalla sen toimivuutta opetuksessa. Opinnäytetyömme voi toimia innoittajana myös muille opiskelijoille, jotka haluavat vaikuttaa opintojensa sisältöön omissa ammattikorkeakouluissaan.

Asiasanat: seksuaaliterveys, puheeksi ottaminen, vuorovaikutus, monimuoto-opiskelu, tutkinto-ohjelma, Thinglink, Peda.net

ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences
Degree Programme of Occupational therapy

Author(s): Sandra Naalisvaara, Sara Heikkilä & Tinja Jokelainen

Title of thesis: Shall we talk about sexuality?

Supervisor(s): Kaija Nevalainen & Eliisa Niilekselä

Term and year when the thesis was submitted: Autumn 2018

Number of pages: 56+7

Bringing up sexuality is defined as talking about the topic with a client and as counselling on it. Sexuality can be addressed in many different occasions in health care and the initiative should first come from the therapist. An occupational therapist is one of the professionals who should bring it up because sexuality is meaningful as one of the activities of daily living and sexual expression increases the quality of life.

In the autumn of 2018, the degree programme of occupational therapy in Oulu University of Applied Sciences was turned into multiform learning. For that reason, the aim for our bachelor's thesis was to design and create digital educational material which is suitable for multiform learning in order to support bringing up sexuality in occupational therapy.

The material was created by using ThingLink and Peda.net. It includes both information about sexuality in general and from the aspect of occupational therapy. The Model of Human Occupation and the Developmental Frame of Reference were highlighted in the material. According to the quality criteria, the material should be motivating, usable and include adequate information.

Feedback about the material was gathered from the students who attended our workshop and the teachers of the degree programme of occupational therapy. The feedback shows that the material is a versatile information package, which is suitable for independent studying.

In the future, the material could be further developed by updating the content and studying its functionality in practice. This bachelor's thesis can also inspire other students who are eager to influence the content of their degree programmes in some other ways.

Keywords: sexual health, addressing sexuality, interaction, multiform learning, educational program, Thinglink, Peda.net

SISÄLLYS

1	PROJEKTIN TAUSTA JA TAVOITTEET	6
1.1	Projektin tausta.....	6
1.2	Projektin hyödynsaajat ja tavoitteet	10
1.3	Projektin laatuksiteerit.....	12
2	PROJEKTIN SUUNNITTELU.....	14
2.1	Projektioorganisaatio.....	14
2.2	Projektin vaiheet.....	15
3	TOIMINTATERAPIAN NÄKÖKULMA SEKSUAALISUUTEEN	18
3.1	Toimintaterapian ihmiskäsitys ja paradigma.....	18
3.2	Vuorovaikutuksen merkitys toimintaterapiassa seksuaalisuudesta puhuttaessa	19
3.3	Seksuaalisuus toimintaterapian lähestymistavoissa	20
4	MONIULOTTEINEN SEKSUAALISUUS IHMISEN ELÄMÄN ERI VAIHEISSA.....	23
4.1	Sukupuolen ja seksuaalisuuden monimuotoisuus	23
4.2	Seksuaalisuus eri elämäntaiheissa.....	25
5	SEKSUAALISUUDEN PUHEEKSI OTTAMINEN.....	29
5.1	Seksuaalisuuden puheeksi ottaminen terveydenhuollossa	29
5.2	PLISSIT -malli	30
5.3	BETTER -malli.....	31
6	E-OPPIMATERIAALIN SUUNNITTELU, TOTEUTUS JA ARVIOINTI	33
6.1	E-oppimateriaalin ensimmäinen versio ja koekäyttö.....	33
6.2	Palaute e-oppimateriaalin ensimmäisestä versiosta.....	36
6.3	E-oppimateriaalin toinen versio	39
7	PROJEKTIN ARVIOINTI.....	42
7.1	Projektin tavoitteiden saavuttamisen arviointi.....	42
7.2	E-oppimateriaalin laatuksiteerien arviointi.....	43
7.3	Projektin vaiheiden toteutumisen arviointi	44
8	POHDINTA.....	47
	LÄHTEET.....	50
	LIITTEET	57

1 PROJEKTIN TAUSTA JA TAVOITTEET

1.1 Projektin tausta

Seksuaalisuus on ominaisuus, joka jokaisella ihmisellä on ja jonka voi halutessaan jakaa toisten ihmisten kanssa. Se voi sisältää esimerkiksi asenteita ja arvoja, rakkautta, hellyyttä, unelmia, läheisyyden kaipuuta, viettejä, vaistoja ja fyysisen nautinnon tavoittelua, mutta myös pelkoja, arkuutta ja ahdistusta. Seksuaalisen aktiivisuuden avulla ihminen voi ilmaista kaikista vahvimpia tunteitaan ja tuntemuksiaan, joita hän omaa. Seksuaalisuus koostuu intiimistä kanssakäymisestä, läheisyydestä toisen ihmisen kanssa sekä aistillisuudesta. Moniulotteinen ja monikerroksinen seksuaalisuus kehittyy läpi elämän, täyttäen ihmisen tarpeita tulla rakastetuksi ja hyväksytyksi. (Caciatore 2007, 178-179; Hattjar 2012, 1, 5.)

Toimintaterapia on asiakaslähtöistä kuntoutusta, joka keskittyy terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen toimintaa apunaan käyttäen. Toimintaterapian päätavoitteena on mahdollistaa asiakkaan selviytyminen jokapäiväisessä elämässä. Mahdollistaakseen tämän toimintaterapeutit pyrkivät edistämään asiakkaan sitoutumista sellaisiin toimintoihin, joita he tarvitsevat ja haluavat tehdä tai heidän oletetaan tekevän. Myös toimintaa sekä ympäristöä mukauttamalla toimintaterapeutit voivat tukea toimintoihin osallistumista. (World Federation of Occupational Therapy 2010, 1.) Ihmisen arjen kannalta merkittävä toiminta on yleisesti jaettu eri kokonaisuuksiin: itsestä huolehtimisen toimintoihin, leikkiin/vapaa-aikaan sekä työhön/tuottavuuteen (Creek & Lougher 2008, 35-39). Seksuaalitoiminnot kuuluvat itsestä huolehtimisen toimintoihin, joten toimintaterapiassa ne määritellään yhtä merkitykselliseksi osaksi ihmisen päivittäistä arkea kuin esimerkiksi WC- toiminnot ja ruokaileminen (Toimintaterapianimikkeistö 2017, 21-22; The American Occupational Therapy Association 2014, 6, 19). Lisäksi Hattjarin (2012, 169) mukaan seksuaalitoimintojen ollessa yhteydessä jokapäiväisiin arjen toimintoihin, toimintaterapeutit ovat sopivia ammattilaisia käsittelemään seksuaalisuutta asiakkaiden kanssa. Toisaalta seksuaalisen aktiivisuuden määrittäminen osaksi itsestä huolehtimisen toimintoja voi johtaa siihen, että seksuaalisuus kaventuu koskemaan lähinnä fyysistä toimintaa, eikä ota huomioon monia muita toimintoja, joiden kautta seksuaalisuutta voidaan ilmaista (Mc Grath & Sakellariou 2016, 4).

Couldrickin (2005, 317) mukaan toimintaterapeutit ovat asemassa, jossa heidän tulisi tuoda ilmi tietämystään seksuaaliterveydestä, kun asiakkaana on henkilö, jonka sairaus tai terveydentila vaikuttaa seksuaalitoimintoihin. Tietoisuudella ja taitojen kehittämisellä toimintaterapeutit voivat vahvistaa asiakkaan seksuaali-identiteettiä, he voivat kuunnella sekä joskus yksinkertaisin keinoin myös osoittaa haasteita, joiden käsittely kuuluu heidän ammattitaitonsa piiriin. He voivat näyttää suunnan sekä puhua erityispalveluiden puolesta. Parantamalla yksilön osallistumista seksuaalitoimintoihin voidaan saavuttaa merkittäviä muutoksia henkilön elämässä (MacRae 2013, 1-2).

Oulun ammattikorkeakoulun toimintaterapian tutkinto-ohjelma muuttui syksyllä 2018 monimuoto-opiskeluksi. Monimuoto-opiskelu on 3,5 vuotta kestävää kokoaikaista opiskelua, joka vaatii opiskelijalta viikoittain noin 40 tunnin työpanosta. Opiskelussa painotetaan yhteistoiminnallisuutta ja itseohjautuvuutta. Monimuoto-opiskelu sisältää läsnäolovelvoitteisia päivisin toteutuvia lähiopetusjaksoja Oulun ammattikorkeakoulun Kontinkankaan kampuksella, etäopiskelua sekä itsenäistä ja ryhmässä tapahtuvaa opiskelua verkko-oppimisympäristössä. Osa opinnoista, kuten harjoittelut ja lähiopetuspäivät, edellyttävät kokopäiväistä osallistumista. (Oulun ammattikorkeakoulu 2018a, viitattu 25.5.2018.)

Opinnäytetyönä suunniteltiin ja valmistettiin monimuotototeutukseen soveltuva e-oppimateriaali toimintaterapian opintoihin seksuaalisuutta käsittelevän opetuksen tueksi. Opetushallitus määrittelee e-oppimateriaalin olevan kaikkea verkossa saatavilla olevaa sisältöä, joka on tarkoitettu oppimateriaaliksi. Käsitteenä se ei ole vakiintunut, vaan samaa tarkoitetaan esimerkiksi verkko-oppimateriaalista tai digitaalisesta oppimateriaalista puhuttaessa. (Ilomäki 2012, 5.) Tämän projektin tuotteen viitataan tekstissä käsitteellä e-oppimateriaali. Verkko mahdollistaa etäopetuksen (Opetushallitus 2006, 9), joka on osa monimuoto-opiskelua. Lisäksi e-oppimateriaalia voidaan hyödyntää myös lähiopetuksessa. Opinnäytetyönä laaditun materiaalin tarkoituksena on helpottaa seksuaalisuuden puheeksi ottamista lisäämällä toimintaterapiaopiskelijoiden tietoa seksuaalisuudesta, toimintaterapeutin roolista sen käsittelyssä sekä kannustamalla refleктоimaan omaa suhtautumista seksuaalisuuteen. Tarve opinnäytetyölle tuli toimintaterapian tutkinto-ohjelman opettajilta, sillä opetuksen muuttuessa monimuodoksi tarve monipuolisemmalle oppimateriaalille on lisääntynyt.

Jo opintojen varhaisessa vaiheessa syntyi ajatus siitä, että seksuaalisuudesta puhuminen on tärkeää toimintaterapiassa. Työharjoiteluissa kävi ilmi, että asian puheeksi ottamiseksi ei ollut riittäviä valmiuksia ja rohkeutta, vaikka se olisi ollut asiakkaan kannalta tarpeellista. Seksuaalisuudesta haluttiin tehdä luonnollisempi osa toimintaterapiaa, joten se päätettiin ottaa opinnäytetyön aiheeksi.

Jotta opinnäytetyöhön saatiin työelämän näkökulmaa, tehtiin aihetta kartoittava kysely toimintaterapian ammattilaisille. Alkuperäisenä suunnitelmana oli suunnata opinnäytetyö neurologisen kuntoutuksen alueen toimintaterapiaan, minkä vuoksi kysely lähetettiin tällä alueella työskenteleville 18:lle toimintaterapeutille. Kyselyssä vastauksia haettiin kysymyksiin, jotka kartoittivat toimintaterapeuttien käsitystä siitä, kuinka seksuaalisuuteen liittyvien aiheiden käsittely asiakkaan kanssa toteutuu ja millaista tukea he siihen mahdollisesti voisivat tarvita (liite 1). Kyselyyn saatiin neljä vastausta. Vastauksista ilmeni, että toimintaterapeutit kokevat seksuaalisuudesta puhumisen toimintaterapiassa tärkeäksi, sillä seksuaalisuus on merkittävä osa elämää ja ihmisen arkea. Seksuaalisuutta tulisi tarkastella yhdenvertaisena muiden ihmisen arjessa ilmenevien asioiden kanssa. Kyselyn tuloksissa korostui puheeksi ottamisen tärkeys ja vastausten perusteella toimintaterapeutin merkittävin tehtävä seksuaalisuuden läpikäymisessä on avata kaista keskustelulle.

Tutkimukset ovat osoittaneet, että toimintaterapeutit eivät koe olevansa tarpeeksi valmistautuneita seksuaalisuuden kohtaamiselle ja että olisi hyödyllistä miettiä, kuinka toimintaterapeutin kykyä ottaa seksuaalisuus puheeksi voitaisiin kehittää. Toimintaterapeuttien tulisi miettiä omia asenteitaan ja uskomuksiaan seksuaalisuuteen liittyen ja määrittää ne alueet, jotka he kokevat olevansa valmiita ottamaan osaksi toimintaterapiaa. (Mc Grath & Sakellariou 2016, 4.) Myös Schnarch (1981) sekä Weerakoon ja Stiernborg (1996) ovat todenneet, että terveysalan ammattilaisten tulisi olla tietoisia omista ajatuksistaan seksuaalisuuteen liittyen voidakseen hallita tarvittavat taidot ja varmuuden seksuaalisuuteen liittyvien asiakastilanteiden kohtaamiseen (Jones, Weerakoon & Pynor 2005, 96). Näin ollen toimintaterapian opiskelijan tulee tarkastella ajatuksiaan, asenteitaan, arvojaan sekä toimintaansa reflektion kautta. Ojasen (1996, 54-55) mukaan reflektio on prosessi, jonka kautta henkilön oma ammatillinen ajattelu rakentuu ja kehittyy jatkuvasti. Se on määritelty myös erilaisiksi psyykkisiksi toiminnoiksi, kuten syventymiseksi omien tunteiden, asenteiden ja ajatusten tarkasteluun, sisäisen tietoisuuden muuntumiseksi ja omien arvojen pohtimiseksi.

Kartoittavan kyselyn tuloksista käytiin keskustelua toimintaterapian tutkinto-ohjelman opettajien kanssa, jonka pohjalta syntyi ajatus kohdistaa opinnäytetyö Oulun ammattikorkeakoulun toimintaterapian tutkinto-ohjelman opiskelijoille. Opiskelijoilla ei ole vielä syntynyt omaa tapaa tehdä työtä toimintaterapeutina, jolloin myös uusien asioiden omaksuminen on luontevampaa heidän ollessa jatkuvassa oppimisen ilmapiirissä. Valmistuttuaan toimintaterapiaopiskelijat vievät uutta tietoa työelämään ja näin varmistavat tiedon leviämisen myös tulevaisuudessa. Kohderyhmän rajauksen selkiinnyttyä perehdyttiin aihetta koskeviin tutkimuksiin.

Toimintaterapiakoulutuksen seksuaalisuutta käsittelevästä opetuksesta on tehty hyvin vähän tutkimuksia. Koska aiheen sisällyttämisestä toimintaterapian koulutukseen on rajallisesti tietoa, on tärkeää määrittää, miten seksuaalisuus on huomioitu toimintaterapian tutkinto-ohjelmissa tällä hetkellä. Lohman, Kobrin sekä Chang ovat tehneet vuonna 2017 toimintaterapian opettajille kyselytutkimuksen, josta ilmeni, että 92,2% tutkimukseen osallistuneista opettajista ajatteli seksuaalisuuden olevan tärkeä osa toimintaterapiaa. Opettajat kokivat, että seksuaalisuus jätetään huomiotta toimintaterapiassa, koska aiheen käsittely koulutuksessa ei ole riittävää eikä materiaaleja, kuten tekstikirjoja, ole tarpeeksi käytettävissä. Lisäksi sosiaaliset uskomukset siitä, ettei aihetta tarvitse ottaa puheeksi sekä liian vähäiset ajalliset resurssit vaikuttavat siihen, että seksuaalisuus jätetään usein huomiotta. Tutkimuksen tulokset osoittavat, että koulutuksessa pitäisi tarjota lisää opetusta koskien seksuaalisuutta ja käytettävissä olevien opetusmetodien tulisi olla tehokkaampia. (Lohman, Kobrin & Chang 2017, 6-8.)

Areskoug-Josefsson ja Fristedt (2017, 2-4, 6, 8) puolestaan tutkivat toimintaterapiaopiskelijoiden näkemyksiä seksuaaliterveyden puheeksi ottamisesta toimintaterapeutin työssä. Tutkimukseen osallistuneet opiskelijat tunnustivat seksuaaliterveyden olevan osa heidän tulevaa ammattiaan sekä korostivat sen tärkeyttä osana jokapäiväistä elämää. He kokivat myös, että toimintaterapeutin ammatillinen velvollisuus on osata kuunnella ja ymmärtää asiakasta sekä tarvittaessa ohjata asiakas muiden ammattilaisten luo. Opiskelijat kyseenalaistivat tutkimuksessa sen, että seksuaalisuus ei ole laajemmin osana heidän koulutustaan. He ehdottivat kommunikointitaitojen harjoittelua sekä seksuaaliterveyden yleistietoon perehtymistä osaksi koulutusta. Tutkimukseen osallistuneista opiskelijoista vain harvat olivat työharjoitteluissaan huomanneet ohjaajansa ottaneen seksuaaliterveyden huomioon. Tutkimuksessa todettiin tarve koulutukselle, joka antaa opiskelijoille lisää tietoa seksuaaliterveydestä sekä laajentaa opiskelijoiden näkökulmaa seksuaalisuudesta ja intiimiydestä. Toimintaterapian tutkinto-ohjelmien on katettava opetuksessaan seksuaaliterveyteen liittyvät merkitykselliset asiat, jotka valmistavat opiskelijoita tulevaisuuden työhön.

Seksuaalisuudesta toimintaterapian tutkinto-ohjelmien opetuksessa on tehty myös aikaisempia opinnäytetöitä. Järvenpää ja Keinänen (2008, 23-26, 33) ovat tehneet opinnäytetyönään kyselytutkimuksen, joka käsittelee seksuaalineuvontaan liittyvää opetusta suomalaisessa toimintaterapeutikoulutuksessa ja selvittää opiskelijoiden mielipiteitä ja kehittämissuhteita opetuksesta, joka liittyy seksuaalineuvontaan. Tutkimuksessa kävi ilmi, että opiskelijat kokevat seksuaalineuvontaan liittyvän opetuksen tärkeäksi ja tarpeelliseksi, sillä he kokivat epävarmuutta ja tietotaidon puutetta

asiakkaan seksuaalisuuteen liittyvien kysymysten käsittelyssä. Siitä huolimatta, että seksuaalineuvontaan liittyvä opetus pidetään tärkeänä, sitä ei kuitenkaan tarjota ammattikorkeakouluissa opiskelijoiden mielestä riittävästi. Lisäksi Matilainen ja Mikkonen (2012, 54) ovat tehneet opinnäytetyössään "Seksuaaliterveyden edistäminen osana toimintaterapeutin työnkuvaa" toiminnallisen opetustilanteen seksuaalisuuden tarkastelusta toimintaterapiassa, jonka tavoitteena oli tuoda esille aiheen tärkeyttä, saada aikaan keskustelua sekä antaa työvälineitä aiheen käsittelyyn. Opinnäytetyön mukaan seksuaaliterveyteen liittyvään koulutukseen tulee olemaan tarvetta myös jatkossa toimintaterapiakoulutuksessa ja sen jalkauttaminen osaksi jokaista opintojaksoa olisi potentiaalinen kehittämisehdotus ja opinnäytetyön aihe tulevaisuudessa.

Lisäksi valtakunnallisesti on tehty ohjeistuksia koskien sosiaali- ja terveysalan tutkintojen tarjoamaa seksuaalisuutta käsittelevää opetusta. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen Edistä, ehkäise, vaikuta – seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelma 2014-2020 kokoaa lähivuosien tavoitteet seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistämiseksi Suomessa sekä esittää ehdotuksia toimenpiteistä, jotka auttavat pääsemään näihin tavoitteisiin. Toimintaohjelma on suunnattu muun muassa sosiaali- ja terveydenhuollon johdolle ja henkilöstölle mutta myös yliopistoille, ammattikorkeakouluille sekä sosiaali- ja terveysalan opettajille ja opiskelijoille. (Pelkonen 2014, 3.) Sosiaali- ja terveydenhuollon ammattihenkilöiden koulutuksen tavoitteena on, että jokainen sosiaali- ja terveysalan tutkinto tarjoaa ja varmistaa seksuaaliterveyden perusosaamisen ja seksuaalisuuden huomioimisen. Lisäksi koulutuksen aikana varmistetaan, että sosiaali- ja terveysalan opiskelijat saavat ammattinsa vaatimat syvemmät tiedot seksuaali- ja lisääntymisterveydestä sekä valmiudet tarjota seksuaalineuvontaa. (Klemetti & Raussi-Lehto 2014, 189-190.)

1.2 Projektin hyödynsaajat ja tavoitteet

Projektille voidaan määritellä kaksi eri tason **hyödynsaajaryhmää**. Kohderyhmä on se ryhmä, jolle projektin varsinaiset hyödyt pyritään kanavoimaan. (Silfverberg 2007, 39, viitattu 13.12.2017) Tässä opinnäytetyössä kohderyhmänä olivat Oulun ammattikorkeakoulun toimintaterapian opiskelijat. Silfverbergin mukaan (2007, 39, viitattu 13.12.2017) monissa projekteissa on tarkoituksenmukaista määritellä välitön kohderyhmä, jonka antamien palveluiden paranemisen kautta projektin kohderyhmän saama hyöty voi toteutua. Koulutusmenetelmiin liittyvissä kehittämishankkeissa ja projekteissa välittömänä kohderyhmänä voivat toimia kouluttajat, joiden koulutusmateriaaleja tai –

taitoja kehitetään. Tämän opinnäytetyön välittöminä hyödynsaajina olivat Oulun ammattikorkeakoulun toimintaterapian opettajat. Opinnäytetyöstä voivat hyötyä tulevaisuudessa myös työyhteisöt, kun vastavalmistuneet toimintaterapeutit tuovat mukanaan ajankohtaista tietoa aiheesta.

Projektille määritellään sekä pitkän ajan kehitystavoite, että myös välittömiä tavoitteita. Välitön tavoite on projektin vaiheen tavoiteltava lopputilanne. Se kuvaa konkreettista lopputulosta, joka näkyy mm. välittömän kohderyhmän toiminnan kehittymisenä tai hyödynsaajien saaman palvelun parantumisena. (Silfverberg 2007, 40-41, viitattu 13.12.2017.) Opinnäytetyön **välittömänä tavoitteena** oli kehittää erityisesti monimuotototeutukseen soveltuva e-oppimateriaali toimintaterapian opintoihin seksuaalisuutta käsittelevän opetuksen tueksi.

Silfverbergin (2007, 40-41, viitattu 13.12.2017) mukaan kehitystavoitteella kuvataan tavoiteltavaa pitkän aikavälin muutosvaikutusta kohderyhmän sekä muiden hyödynsaajien kannalta. Se on projektin toteuttamisen perusta, ja projektin tulee pyrkiä edistämään kehitystavoitetta. **Kehitystavoitteena** oli rohkaista toimintaterapiaopiskelijoita ottamaan seksuaalisuus puheeksi lisäämällä heidän tietoaan seksuaalisuudesta, toimintaterapeutin roolista sen tarkastelussa sekä kannustamalla reflektoimaan omaa suhtautumista seksuaalisuuteen.

Pitkän aikavälin tavoitteen on mahdollista toteutua vasta projektin lopussa tai joskus vasta vuosien jälkeen ja sen saavuttamiseen vaikuttavat jossain määrin myös muut tekijät kuin itse projekti (Silfverberg 2007, 40-41, viitattu 13.12.2017). **Pitkän aikavälin ensimmäisenä tavoitteena** oli, että e-oppimateriaali otetaan käyttöön koulutuksessa ja sitä hyödynnetään myös tulevaisuudessa. **Toisena tavoitteena** oli e-oppimateriaalin avulla kehittää toimintaterapian tutkinto-ohjelman opetuksen sisältöä tuomalla siihen opiskelijan näkökulmaa.

Pääasiallisena oppimistavoitteena oli selkiyttää käsitystä toimintaterapeutin roolista seksuaalisuuden tarkastelussa sekä saada konkreettisia keinoja aiheen puheeksi ottamiseen terapiatyössä. Lisäksi tavoitteena oli oppia lisää erilaisista opetusmetodeista ja tietoteknisistä mahdollisuuksista oppimisen tukena sekä saada kokemusta projektityöskentelystä ja sen perusperiaatteista, sillä projektiosaaminen ja opinnäytetyön aihe koettiin tärkeäksi.

1.3 Tuotteen laatuksiteerit

Idänpää-Heikkilä, Outinen, Nordblad, Päivärinta & Mäkelä (2000, 14-15) kuvaavat, että laatuksiteerinin tulee olla tarkoituksenukainen ja perustua tutkittuun tietoon. Laatuksiteereitä tulee valita sopiva määrä, sillä liian suurta laatuksiteereiden joukkoa on vaikea käsitellä. Jyväskylän yliopiston (2016, viitattu 20.7.2018) laatusanaston mukaan laatuksiteerit tulee täsmentää mitattavaan muotoon, jolloin niiden avulla voidaan arvioida tuotoksen onnistumista. Laatuksiteereistä keskusteltaessa päätettiin siihen, että e-oppimateriaalin tulee olla opiskeluun motivoivaa, sen sisältämän tiedon merkityksellistä ja sen käytön helppoa, jolloin näistä tekijöistä muodostettiin tuotteen kolme laatuksiteeriä. Laatuksiteerien valinnassa käytettiin perusteena myös Opetushallituksen (2006) julkaisua "Verkkoppimateriaalin laatuksiteerit".

Motivaation kannalta on tärkeää, että opiskelija pystyy työskentelemään opittavan ilmiön parissa helposti ja että hän innostuu sen sisällöllisistä sekä toiminnallisista mahdollisuuksista. Tässä opinnäytetyössä myös innostus on luettu osaksi motivaatiota, sillä ne voidaan määritellä samaa tarkoitaviksi sanoiksi (Nurmi 1998, 594). Käyttöliittymä tarkoittaa niitä välineitä ja toimintoja, joilla käyttäjä viestii tietojärjestelmän kanssa (Kotimaisten kielten keskus 2018a, viitattu 15.11.2018). Käyttöliittymän ja mediaillmaisun tulee olla kohderyhmälleen luontevaa ja innostavaa sekä sen mediaelementtien suunnittelun käyttäjälähtöistä ottaen huomioon opiskelijan iän ja oppimisympäristön. Hyvä käyttöliittymä innostaa sekä herättää ja ylläpitää mielenkiintoa. (Opetushallitus 2006, 21.) E-oppimateriaalin käyttöliittymä pyrittiin suunnittelemaan ulkoasultaan kohderyhmälleen sopiviksi ja mielenkiintoa herättäviksi. E-oppimateriaalin avulla voidaan tukea motivaatiota, sillä sen parissa muun muassa pitkäkestoinen työskentely sekä vaiheittain eteneminen mahdollistuu. Erilaisia medioita voidaan käyttää sisällön rakenteen tai toiminnallisuuden tukemiseen, mitä kautta on myös mahdollista esimerkiksi motivoida, havainnollistaa tai tuoda uusia näkökulmia tavoitteiden saavuttamiseksi. (Opetushallitus 2006, 14-16, 27.) E-oppimateriaalissa on käytetty erilaisia sisällöllisiä mahdollisuuksia, kuten teorian lomassa olevia reflektioon kannustavia kysymyksiä, kuvia, videoita ja muuta lisämateriaalia. Samoin materiaalissa liikkuminen ja eteneminen sisältää useita eri mahdollisuuksia. Lisäksi materiaalissa on käytetty motivoivia tehtäviä ja esimerkkejä, jotka motivoivat opiskelijoita opintokokonaisuuden sisäistämiseen ja opiskeluun (Hadjerrouit 2010, 59).

Merkityksellinen tieto on opittavan asian ja opiskelijan lähtötason huomioiden riittävä ja laaja-alaista, sekä sisältää erilaisia näkökulmia aiheeseen auttaen opiskelijaa ymmärtämään monimutkaisia ilmiöitä. Tiedon tulee olla oikeellista, sisältää lähdetiedot sekä noudattaa alkuperäislähdettä.

Oppimateriaalissa esitetyn tiedon tulee olla ajantasaista eikä se saa sisältää asiavirheitä ja sen tulee ohjata opiskelijaa lähdekriittisyyteen. Merkityksellinen tieto esitetään aina luonnollisessa asiayhteydessään yksinkertaistamatta sitä. Oppimateriaali keskittyy käsiteltävän aiheen ydinasiaan ja auttaa opiskelijaa erottamaan olennaisen tiedon epäolennaisesta. (Opetushallitus 2006, 16.) Käytämällä merkityksellistä tietoa haluttiin varmistaa, että e-oppimateriaali soveltuu toimintaterapian tutkinto-ohjelman opettajien käyttöön myös tulevaisuudessa. Materiaalissa keskityttiin toimintaterapian näkökulmaan ja pyrittiin löytämään mahdollisimman tuoreita alaan liittyviä tutkimuksia ja julkaisuja, jotta toimintaterapeutin rooli seksuaalisuuden läpikäymisessä tulisi selkeämmäksi opiskelijoille.

Kolmanneksi laatuksiteriksi e-oppimateriaalille valittiin **käytettävyys**. Opetushallituksen (2006, 18-19) mukaan käytettävyys määritellään oppimateriaalin rakenteen, teknisen toteutuksen ja käyttöliittymäsunnittelun tuottamaksi käytön helppoudeksi ja sujuvuudeksi. Oppimateriaalin laadinnassa käytettävyyden tulee olla yksi tavoitteista ja se tulee varmistaa. Käytettävyyden kannalta on olennaista, että tieto on materiaalissa nopeasti löydettävissä ja liikkuminen materiaalissa on sujuvaa. Materiaalin tekstissä käytetyn kielen tulee olla käyttäjälähtöistä, eli teksti on luettavaa, loogista eikä siinä ole kirjoitus- tai kielioppivirheitä. Käytettävyyteen kuuluu myös käyttöliittymän selkeys, sillä se nopeuttaa käyttöönottoa eikä vie huomiota materiaalin avulla opiskeltavan asian sisällöstä. Käyttöliittymän selkeys näyttäytyy rakenteen, asetelun, värien, tyylin sekä kirjaintyyppien ja -kokojen yhtenäisyytenä. Edellä mainittujen tekijöiden lisäksi käytettävyys näkyy e-oppimateriaalissa myös joustavuutena eli siinä, että opettajat voivat hyödyntää sitä osana eri opintojaksoja läpi toimintaterapiaopintojen. Opetushallituksen (2006, 15) mukaan oppimateriaali on pedagogisesti joustava esimerkiksi silloin, kun se sopii erilaisiin opiskelutilanteisiin ja siinä voi edetä eri tavoin.

2 PROJEKTIN SUUNNITTELU

2.1 Projektioorganisaatio

Projektilla tulee olla selkeä organisaatio, jossa roolit ja vastuut sekä johtamis- ja päätöksentekomenettelyt on määritelty tarkasti. Tyypillisesti projektioorganisaation muodostavat ohjaus- tai johtoryhmä, varsinainen projektioorganisaatio sekä mahdolliset yhteistyökumppanit. (Silfverberg 2007, 48-51, viitattu 13.12.2017.) **Projektiryhmä** muodostettiin opinnäytetyön tekijöistä ja se oli opinnäytetyössä vastuussa mm. projektin suunnittelusta, kululaskelmien teosta, opintomateriaalin ja muiden tuotosten laadinnasta, palautteen keräämisestä sekä raportoinnista opinnäytetyön ohjausryhmälle ja yhteistyökumppaneille. Silfverbergin (2007, 48-51, viitattu 13.12.2017) mukaan projektilla tulee olla selkeä vetäjä, mutta hänen tehtäviään voidaan myös delegoida muille projektioorganisaation jäsenille, jotka työskentelevät projektin parissa. Projektiryhmän jäsenistä nimelliseksi **projektipäälliköksi** nimettiin Sara Heikkilä, mutta tehtävät jakautuivat projektin edetessä tasapuolisesti kaikkien projektiryhmän jäsenten kesken ja kaikki projektia koskevat päätökset tehtiin yhdessä. Projektiryhmän jäsenet toivat ohjausryhmään opiskelijan näkökulman sekä toimivat ohjausryhmässä projektin asiantuntijoina. Opinnäytetyön **projektioorganisaatio** on kuvattu kuviossa 1.



KUVIO 1. Projektioorganisaatio

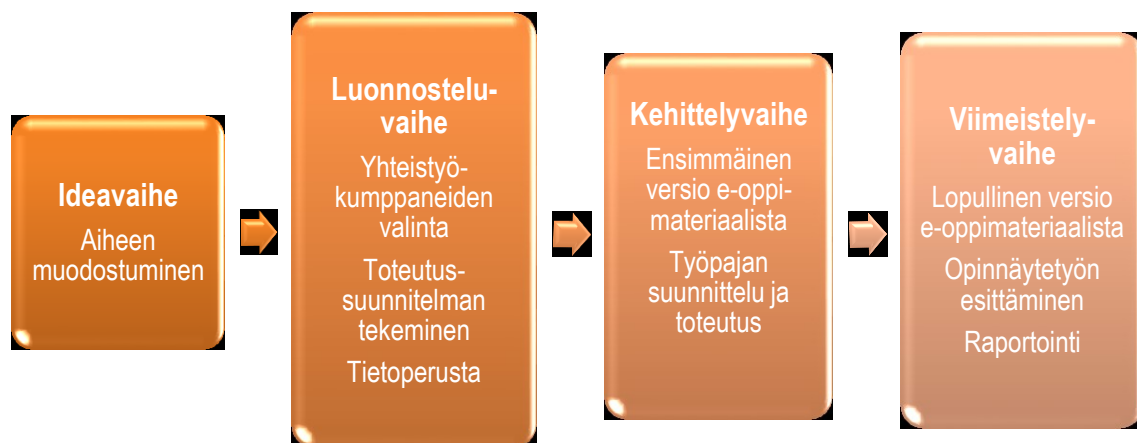
Ohjausryhmä perustetaan yleensä projektin keskeisistä rahoittaja- ja sidosryhmistä. Sen tehtäviä ovat mm. projektin edistymisen valvominen, tulosten arvioiminen sekä projektin strategisen johtamisen tukeminen. (Silfverberg 2007, 48-51, viitattu 13.12.2017.) Projektia varten muodostettiin ohjausryhmä, joka koostui projektiryhmän jäsenistä sekä opinnäytetyön ohjaavista opettajista, Kaija Nevalaisesta sekä Eliisa Niilekselästä. Ohjausryhmässä olevat opettajat olivat projektissa yhteistyökumppaneita, mutta samaan aikaan he toimivat myös ohjaavina opettajina opinnäytetyöprosessissa. Tilaajana opinnäytetyössä oli Oulun ammattikorkeakoulu ja **yhteistyökumppaneina** olivat Oulun ammattikorkeakoulun toimintaterapian tutkinto-ohjelman opettajat. Oppimateriaalia koeikäytettiin ryhmällä, joka koostui vapaaehtoisista Oulun ammattikorkeakoulun toimintaterapian opiskelijoista. Kyseisen opiskelijaryhmän lisäksi **tukiryhmään** kuuluivat toimintaterapian tutkinto-ohjelman opettajat Pirjo Lappalainen ja Maarit Virtanen, kirjastohenkilöstö, vertaisarvioijat sekä Oulun ammattikorkeakoulun IT-henkilöstö.

2.2 Projektin vaiheet

Tuotekehityksessä on havaittavissa neljä vaihetta, joita ovat idea-, luonnostelu-, tuotteen kehittely- sekä tuotteen viimeistelyvaiheet. **Ideavaihe** käynnistyy, kun tarve tuotteen kehittämistä on saatu, mutta ratkaisukeinoista ei ole vielä tehty päätöstä. Tämä vaihe voi olla lyhyt riippuen siitä, onko tarpeeseen olemassa jo aikaisempia ratkaisuja. (Jämsä & Manninen 2000, 35.) Opinnäytetyöprosessi alkoi syyskuussa 2017, kun alettiin muodostaa käsitystä tulevan projektin aiheesta käymällä keskusteluja opettajien kanssa sekä projektiryhmän kesken. Oman kiinnostuksen, laaditun kyselyn tulosten, opettajien kanssa käytyjen keskustelujen sekä tutkimustietoon perehtymisen perusteella aihe määritettiin koskemaan seksuaalisuutta käsittelevää opetusta toimintaterapian tutkinto-ohjelmassa.

Luonnosteluvaihe käynnistyy, kun on päätetty, millainen tuote on aikomus suunnitella ja valmistaa. Tavoitteena on selvittää ensisijaiset hyödynsaajat ja millaisia palveluita he tarvitsevat. Tutkimustietoon perehtyminen kehittämissuunnitelmassa on olennaista, jotta asiakkaiden tarpeet ja erityispiirteet täsmentyisivät. Tuotteen asiasisällön ja tyylin valinnassa on otettava huomioon sen organisaation linjaukset, arvot ja periaatteet, jonka käyttöön tuotetta suunnitellaan. (Jämsä & Manninen 2000, 43-44, 49.) Yhteistyökumppaniksi projektiin valikoitui Oulun ammattikorkeakoulun tutkinto-ohjelman opettajat. Työelämäkumppanuus ja kehittymishalukkuus olivat niitä Oulun ammattikor-

keakoulun arvoja (Oulun ammattikorkeakoulu 2016, viitattu 10.6.2018), joita opinnäytetyössä haluttiin erityisesti noudattaa. Työelämäkumppanuutta sisällytettiin opinnäytetyöhön olemalla yhteydessä toimintaterapeuteihin ja e-oppimateriaalin avulla haluttiin kehittää toimintaterapian tutkinto-ohjelman opetuksen sisältöä tuomalla siihen opiskelijan näkökulmaa. Kun aiheeksi oli valittu monimuotototeutukseen soveltuva e-oppimateriaali seksuaalisuutta käsittelevän opetuksen tueksi, luonnosteluvaiheessa tehtiin opinnäytetyön toteutussuunnitelma, johon laadittiin tietoperusta sekä projektisuunnitelma. Tietoperustaa varten tehtiin tiedonhaku muun muassa perehtymällä kirjallisuuteen sekä määriteltiin opinnäytetyön keskeiset käsitteet. Projektisuunnitelmassa muun muassa asetettiin projektille tavoitteet ja laatuksiteerit ja laadittiin aikataulu. Suunnitelma palautettiin ensimmäisen kerran joulukuun 2017 lopussa ohjaavien opettajien arvioitavaksi. Kuviossa 2 on havainnollistettu tuotekehityksen vaiheet.



KUVIO 2. Tuotekehityksen vaiheet

Tammikuussa 2018 opinnäytetyön ohjaajien kanssa kokoonnuttiin yhteen, jolloin he antoivat palautetta suunnitelmasta ja keskusteltiin tarkemmin tulevan e-oppimateriaalin sekä koekäyttötilanteen sisällöstä ja toteutuksesta. Suunnitelmaa kehitettiin saadun palautteen pohjalta kevään 2018 aikana. Samaan aikaan aloitettiin tuotteen **kehittelyvaihe**, jonka aikana laadittiin ensimmäinen versio e-oppimateriaalista. Tuotteen kehittelyvaiheessa tehdyt ratkaisut pohjautuvat mm. luonnosteluvaiheessa valittuihin periaatteisiin ja rajauksiin (Jämsä & Manninen 2000, 54). Kehittelyvaiheessa

suunniteltiin myös e-oppimateriaalin koekäyttöä varten järjestettävä työpaja, joka toteutui kehittyvaiheen lopussa. Työpaja on interaktiivinen oppimisen muoto, minkä avulla opiskelijat työskentelevät yhdessä pienissä keskusteluryhmissä yleensä käsitellen tiettyä tehtävää. Työpajan ohjaaja on läsnä neuvomassa ja ohjaamassa keskusteluita, mutta pääpaino on kuitenkin opiskelijoiden omassa tuottamisessa. (University of Exeter 2018, viitattu 14.11.2018.)

Viimeisenä tuotekehittelyssä on **viimeistelyvaihe**, jossa prosessiin osallistuvat tuotteen tilaajat ja asiakkaat voivat toimia koekäyttäjinä. Tuotteen valmistuttua käynnistyy sen viimeistely saatujen palautteiden ja koekäytöstä saatujen kokemusten pohjalta. Viimeistelyvaiheessa hiotaan yksityiskohtia, laaditaan käyttöohjeita ja suunnitellaan tuotteen päivittämismahdollisuuksia sekä jakeluun liittyviä tekijöitä. (Jämsä & Manninen 2000, 80-81.) E-oppimateriaalin laadinnan, koekäytön sekä viimeistelyn jälkeen heinäkuussa 2018 aloitettiin opinnäytetyöraportin kirjoittaminen, joka palautettiin ensimmäisen kerran lokakuussa 2018. Alkusyksystä järjestettiin ohjaavien opettajien kanssa tapaaminen, jossa keskusteltiin projektin päätösvaiheista. Tässä vaiheessa palautetta e-oppimateriaalista pyydettiin kahdelta muulta tutkinto-ohjelman opettajalta ja valmistettiin opettajille materiaalin käyttöä varten käyttöohjeet. Opinnäytetyö esitettiin Hyvinvointia Yhdessä -päivässä 14.11.2018 ja lopullinen opinnäytetyön raportti arvioitiin marraskuussa 2018. Projektin päättyessä allekirjoitettiin yhteistyösopimukset, jossa määriteltiin myös tuotteen tekijänoikeudet. Tekijänoikeudet materiaaliin säilyvät e-oppimateriaalin valmistajilla, mutta käyttö- ja muokkaamisoikeudet luovutetaan toimintaterapian tutkinto-ohjelman opettajille, jotta materiaalia voidaan jatkossa päivittää ja muokata opettajien toimesta tai tulevien opinnäytetöiden yhteydessä.

3 TOIMINTATERAPIAN NÄKÖKULMA SEKSUAALISUUTEEN

3.1 Toimintaterapian ihmiskäsitys ja paradigma

Toimintaterapiassa ihminen nähdään yksilöllisenä ja erityisenä kokonaisuutena, jonka keho, mieli ja sielu toimivat yhdessä erottamattomina. Tämän näkemyksen mukaan muutos ihmisessä tapahtuu fyysisen, kulttuurisen sekä sosiaalisen ympäristön vaikutuksen seurauksena. Kokonaisvaltaisen ihmiskäsityksen oletuksena on, että ihmistä voidaan ymmärtää vain näkemällä vuorovaikutus hänen ympäristönsä sekä kehon, mielen ja sielunsa välillä ajan kuluessa. Tämän vuoksi toimintaterapeutit ovat kiinnostuneita siitä, miten ihminen kykenee toimimaan nykyhetkessä, miten hän on toiminut menneisyydessä sekä siitä, miten hän odottaa kykenevänsä toimimaan tulevaisuudessa. Toimintaterapian pääasiallinen tavoite on mahdollistaa asiakkaan osallistuminen toimintaan eri elämäntilanteissa, lisätä hänen tyytyväisyyttään päivittäiseen arkeen ja kokemukseen hyvinvoinnista sekä parantaa hänen elämänlaatuaan. Toimintaterapeutit työskentelevät kaikenikäisten ihmisten kanssa, joilla on haasteita suoriutua heidän päivittäisen elämänsä kannalta merkityksellisistä ja tärkeistä toiminnoista. (Creek & Lougher 2008, 35-39.)

Paradigma tarkoittaa tieteenalan yleisesti hyväksymää oppirakennelmaa, ajattelutapaa tai suuntausta (Kotimaisten kielten keskus 2018b, viitattu 15.11.2018). Esimerkiksi Kielhofner (2004, 65-70) on määritellyt toimintaterapian **toiminnan paradigman**, jonka hän näkee muodostuvan arvoista (values), ydinrakenteista (core constructs) sekä keskeisestä näkökulmasta (focal viewpoint). Nykyisen toimintaterapian paradigman **keskeiseen näkökulmaan** on vaikuttanut systeemiteoria, jonka mukaan mikään asia ei voi olla täysin selitettävissä tutkimalla ainoastaan niitä osia, mistä se koostuu. Paradigman keskeisen näkökulman mukaan asiakkaan toimintaan osallistumista tulee siis tarkastella ihmisen, toiminnan sekä ympäristön näkökulmista kokonaisvaltaisella tavalla, jotta voidaan täyttää heidän henkilökohtaiset tarpeensa ja toiveensa. **Ydinrakenteet** ovat Kielhofnerin paradigman (2004, 66-69) mukaan teemoja, jotka keskittyvät toimintaan. Jokaisella ihmisellä on perustavanlaatuisen tarve tai motivaatio osallistua toimintaan ja osallistumalla toimintaan ihminen saa merkityksen elämälleen. Toimintaterapian paradigmassa korostetaan, että toimintaterapiassa tulee tarkastella henkilön toiminnallisen haasteen vaikutusta kokonaisvaltaisesti henkilön elämään sen sijaan, että keskiössä olisi pelkästään haaste tai rajoite. Toimintaterapian keskeinen tarkoitus ja tavoite on mahdollistaa asiakkaan osallistuminen toimintaan käyttämällä toimintaa terapeuttisella

tavalla, esimerkiksi mukauttamalla ympäristöä, jossa hän toimii. Toimintaan osallistuminen ei ole ainoastaan se mitä, asiakas tekee vaan se sisältää myös hänen omakohtaisen kokemuksensa osallistumisesta. Tämän vuoksi on tärkeää, että asiakas löytää tarkoituksen toiminnalle, jota terapiassa käytetään.

Paradigmassa määritellyt **arvot** ohjaavat toimintaterapeuttien työskentelyä. Keskeisiä toimintaterapian ydinarvoja ovat toiminnan merkityksen kunnioittaminen ihmisen elämässä sekä asiakkaan osallistumisen ja voimaantumisen tärkeys. Myös asiakaslähtöisyys sekä asiakkaan näkökulman, tarpeiden ja tahdon kunnioittaminen toimintaterapiaprosessissa kuuluvat toimintaterapian ydinarvoihin. (Kielhofner 2004, 70.) Lisäksi American Occupational Therapy Association (AOTA 2015, 2) on määritellyt seitsemän erilaista ydinarvoa, jotka ohjaavat toimintaterapeuttien vuorovaikutusta toisten ihmisten kanssa. Nämä arvot ovat epäitsekkyys, tasa-arvo, vapaus, oikeus, arvokkuus, todentekoisuus sekä harkitsevuus. Toimintaterapeuttien ammattieettisten ohjeiden mukaan (Suomen Toimintaterapeuttiliitto Ry 2011, viitattu 31.5.2018) jokaisen toimintaterapian ammattia harjoittavan ja opiskelevan henkilön tulee omaksua toimintaterapian eettiset periaatteet työskentelyssään ja ajattelussaan. Myös Areskoug-Josefsson ja Fristedt (2017, 7) toteavat, että toimintaterapiakoulutuksessa tulee tuoda esille eettiset ohjeet sekä eettisen reflektion merkitys. Näin ollen tulevaisuuden toimintaterapeutit osaisivat toimia ja kommunikoida ammatillisesti seksuaalisuudesta. Ammatteettisten ohjeiden (Suomen Toimintaterapeuttiliitto Ry 2011, viitattu 31.5.2018) mukaan asiakkaan ja toimintaterapeutin välinen vuorovaikutussuhde on aina luottamuksellinen ja sen tavoitteena on edistää sekä ylläpitää asiakkaan toimintakykyä niillä osa-alueilla, jotka ovat hänelle merkityksellisiä. Toimintaterapiassa lähtökohtana on aina asiakkaan etu.

3.2 Vuorovaikutuksen merkitys toimintaterapiassa seksuaalisuudesta puhuttaessa

Terapeuttinen vuorovaikutussuhde on Hagedornin (2000, 84, 91) mukaan toimintaterapeutin ja asiakkaan välinen suhde, joka kehittyy ajan kuluessa ja toiminnan lomassa. Vuorovaikutussuhde helpottaa asiakkaan suoriutumista ja jaettu kokemus toiminnasta edistää terapeutin ja asiakkaan välistä suhdetta. Terapeuttisen suhteen ajatellaan tavallisesti olevan kumppanuussuhde terapeutin ja yksilön välillä. MacRae (2013, 1) puolestaan toteaa, että empaattisuus, hienotunteisuus sekä avoimuus ovat terapeuttisen suhteen perusta ja tärkeitä näkökulmia lähestyttäessä seksuaalisuuden teemaa. Toimintaterapia on turvallinen paikka ottaa seksuaalisuus puheeksi, sillä asiakas saa luvan ilmaista pelkojaan ja huolenaiheitaan, joihin terapeutti auttaa asiakasta löytämään ratkaisuja.

Hagedornin (2000, 97-99) mukaan vuorovaikutuksen luonteen tulee sopia asiakastilanteeseen, minkä vuoksi terapeutin tulee käyttää eri tilanteissa erilaisia vuorovaikutuskeinoja tietoisesti. Sanaton vuorovaikutus sisältää asennon, katsekontaktin, eleet sekä tunnelmaisun. On tärkeää, että sanaton viestintä on johdonmukaista tilanteeseen ja keskustelun aiheeseen nähden, mutta Ellisin (2018, viitattu 16.7.2018) mukaan on kuitenkin hyvä myös muistaa, että terapeutille on sallittua punastua ja nauraa asiakkaan vitseille, sillä ne ovat ihmisen normaaleja ja luonnollisia reaktioita keskustellessa intiimeistä asioista. Kyseisiä reaktioita tulee myös kohdella yhtä luonnollisina ja normaaleina kuin ne ovat, jolloin vahvistuu käsitys siitä, että seksuaalisuudesta on hyväksyttävää puhua. On tärkeää tiedostaa se mahdollisuus, että keskusteluista voi tulla kiusallisia. Toimintaterapeutin tulee pystyä ylläpitämään mukavuutta aiheen käsittelyssä, kielessä sekä henkilöiden välisessä vuorovaikutuksessa. On tärkeää antaa asiakkaalle mahdollisuus puhua tunteistaan ja olettuksistaan sekä neutraalilla tavalla ilmaista, ettei terapeutti muodosta asiakkaista ennakkopäätöksiä. Hagedornin (2000, 97-99) mukaan terapeutti voi kohtuuden rajoissa tuoda keskusteluun asiakkaan kokemuksia vastaavia henkilökohtaisia kokemuksiaan, mikä luo tunteen jaetuista kokemuksista. Asiakkaan sanallisiin vihjeisiin terapeutti voi vastata monin keinoin. Terapeutti voi esimerkiksi kuunnella asiakasta sekä rohkaista, vahvistaa, selventää tai kysyä vastatakseen hänen sanomaansa.

3.3 Seksuaalisuus toimintaterapian lähestymistavoissa

Inhimillisen toiminnan malli on asiakaslähtöinen, teoreettinen malli, joka ohjaa toimintaterapeutin työskentelyä. Mallissa ihminen nähdään yksilöllisenä, jakamattomana kokonaisuutena, jonka sisäiset tekijät muodostavat dynaamisen kokonaisuuden yhdessä ulkoisten ympäristötekijöiden kanssa. Inhimillisen toiminnan malli pyrkii selittämään, kuinka ihminen motivoituu ja toteuttaa toimintaa. Lisäksi mallissa tarkastellaan ihmisen toimintaan vaikuttavia tekijöitä hänen päivittäisessä arjessaan. (Kielhofner 2002, 7, 13, 39-40.) Inhimillisen toiminnan mallissa seksuaalisuuden voidaan ajatella ilmenevän esimerkiksi suorituskyvyn, roolien sekä toiminnallisen identiteetin osa-alueilla. Kielhofnerin (2002, 14, 81-83) mukaan ihmisen käyttäytymiseen vaikuttavat kolme toisiinsa liittyvää osatekijää; suorituskapasiteetti, tahto sekä tottumus. Suorituskapasiteetti on kykyä tehdä asioita sekä suoriutua toiminnasta ja siihen sisältyy sekä subjektiivinen että objektiivinen näkökulma. Subjektiivinen näkökulma on henkilön oma kokemus ja näkemys kyvystään suoriutua toiminnasta,

kun taas objektiivinen näkökulma on ulkopuolisten ihmisten näkemys siitä, miten henkilö toiminnasta suoriutuu. Eletty keho on tietyn kehon kautta saatua kokemusta olemassaolosta ja maailmasta. Voidaan siis ajatella, että seksuaalisuuden ilmaisemiseen vaikuttaa henkilön oma kokemus kehostaan ja kyvystään suoriutua seksuaalisuuteen liittyvistä toiminnoista.

Kielhofnerin (2002, 14, 44, 46, 50, 53) mukaan tahto, jonka osa-alueita ovat henkilökohtainen vaikuttaminen, arvot sekä mielenkiinnonkohteet, viittaa siihen, miten ihminen motivoituu toimintaan. Yksilön kokemus pystyvyydestä ja tehokkuudesta määrittellään henkilökohtaiseksi vaikuttamiseksi. Mielenkiinnonkohteet taas ovat niitä asioita, joita henkilö kokee nautinnolliseksi tehdä. Arvot määrittävät sitä, mikä ihmiselle on tärkeää ja merkityksellistä. Ihminen pyrkii toimimaan arvojensa mukaisesti, sillä näin toimiessaan hän voi tuntea itsensä arvokkaaksi. Arvot myös vaikuttavat siihen, miten ihminen kokee vammautumisen. Usein valtavirtaa edustavien arvojen koetaan olevan ristiriidassa vammautumisen kanssa. Kielhofner viittaa Murphyyn (1987, 116-117) joka on todennut, että vammautuneiden ihmisten ajatellaan rikkovan nuoruuden, viriiliyden, aktiivisuuden sekä ulkoisen kauneuden arvoja. Niin ikääntyneistä kuin myös vammautuneista lapsista ja nuorista ajatellaan yhteiskunnassa yhä edelleen, ettei seksuaalisuus kuulu osaksi heidän elämäänsä (Shepherd 2014, 445-446; Papaharitou, Nakopoulou, Kirana, Giaglis, Moraitou & Hatzichristou 2007, 9-10).

Tottumus on Kielhofnerin (2002, 19-21) mukaan ihmisen totuttu käyttäytymismalli, jonka mukaan hän toimii tietyissä, toistuvissa tilanteissa omassa sosiaalisessa, kulttuurisessa ja fyysisessä ympäristössään. Ihmisellä on arjessaan toistuvia tapoja ja rutiineja, joihin vaikuttavat sisäistetyn roolit. Roolit määrittelevät ihmisen statusta tai henkilökohtaista identiteettiä, sillä ne ohjaavat ihmistä toimimaan odotetulla tavalla. Voidaan siis ajatella, että esimerkiksi puolison rooli vaikuttaa henkilön seksuaaliseen käyttäytymiseen. Kielhofnerin (2002, 119-120) mukaan toiminnalliseen identiteettiin vaikuttaa mm. henkilön käsitys ympäristön tuesta ja odotuksista sekä omasta suorituskapasiteetista, mielenkiinnonkohteista, rooleista ja rutiineista. Toiminnallinen identiteetti kuvaa henkilön kokemusta omasta itsestään ja siitä, millainen toimija hän haluaa olla tulevaisuudessa. Toiminnallisen pätevyyden kautta henkilö toteuttaa omaa toiminnallista identiteettiään. Toiminnallinen pätevyys tarkoittaa sitä, miten henkilö suoriutuu elämänsä rooleista sekä hänelle merkityksellisestä ja tyydytystä tuottavasta toiminnasta.

Moseyn (1986, 409-411, 416-418) **kehityksellinen viitekehys** on erityisesti lasten ja nuorten toimintaterapiassa käytetty viitekehys, mikä pohjautuu erilaisiin kehitysteorioihin. Se soveltuu

laajalti ohjaamaan sellaisten asiakkaiden toimintaterapiaprosessia, joilla on vaikeuksia saavuttaa ikää vastaava kehitystaso ja suorittaa sen vaatimia tehtäviä. Kehityksellisen viitekehysten käyttö ei edellytä asiakkaalta vahvoja kognitiivisia tai ilmaisullisia taitoja, sillä sen mukaan eri kehitysvaiheiden saavuttaminen tapahtuu henkilön kasvaessa lapsesta aikuiseksi. Kehityksellisessä viitekehyksessä toimintakykyä käsitellään adaptiivisten taitojen kautta. Haaste toimintakyvyssä merkitsee sitä, ettei henkilö ole saavuttanut ikäänsä vastaavaa taitotasoa sen adaptiivisen taidon osa-alueella, millä toimintakyvyn rajoite ilmenee. Adaptiivisia taitoja ovat havaintomotorinen taito, kognitiivinen taito, kahdenkeskinen vuorovaikutustaito, ryhmävuorovaikutustaito, minäidentiteettitaito sekä seksuaalinen identiteettitaito. Ikäryhmää vastaavat kehitystasot ovat viitekehyksessä adaptiivisten taitojen hierarkkisia alataitoja. Ihmisen kehitys voi edetä eri taitojen kohdalla epätaisisesti, mutta vakavat ongelmat tietyllä taitoalueella voivat heijastua myös muille taitoalueille, sillä taitoalueet ovat toisistaan riippuvaisia.

TAULUKKO 3. Seksuaali-identiteetin viisi alataitoa (Mosey 1986)

Ikä	SEKSUAALI-IDENTITEETIN VIISI ALATAITOA
4-5 -vuotias	Kyky hyväksyä ja toimia pregenitaalisen tason pohjalta
12-16 -vuotias	Kyky hyväksyä seksuaalinen kypsyminen positiivisena kehittymisenä
18-25 -vuotias	Kyky antaa ja vastaanottaa seksuaalista tyydytystä
20-30 -vuotias	Kyky ryhtyä pysyvään seksuaalisuhteeseen
40-60 -vuotias	Kyky hyväksyä seksuaalisuuteen liittyvät fysiologiset muutokset (luonnollinen osa vanhenemista)

Seksuaalisuus ilmenee kehityksellisessä viitekehyksessä erityisesti seksuaali-identiteettitaidon alueella. Se tarkoittaa, että yksilö kokee sukupuolisuutensa hyvänä ja pyrkii molemminpuoliseen seksuaaliseen tarpeen tyydytykseen tähtääviin sukupuolisuhteisiin. Seksuaali-identiteetillä viitataan yksilön tietouteen, tunteisiin ja vuorovaikutukseen seksuaalisena olentona. Taito vakiintuu yleensä 4-5 vuoden iässä, ja sen suurimmat muutokset tapahtuvat teini-iässä sekä nuorena aikuisena. (Mosey 1986, 57.) Seksuaali-identiteettitaidolle on määritelty viisi alataitoa, jotka on esitelty ylläolevassa taulukossa 3.

4 MONIULOTTEINEN SEKSUAALISUUS IHMISEN ELÄMÄN ERI VAIHEISSA

4.1 Sukupuolen ja seksuaalisuuden monimuotoisuus

Seksuaalisuus käsittää mm. sukupuolen, sukupuoli-identiteetin, seksuaalisen suuntautumisen, erotiikan, mielihyvän, intiimit suhteet ja sukupuoliroolit. Seksuaalisuudella tarkoitetaan sitä, mitä olemme ja seksillä sitä, mitä teemme. Seksuaalisuus on moninaista, minkä takia kukaan ei voi määrittää toisen puolesta hänen seksuaalisuuttaan. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, viitattu 21.11.2017.) Seksuaaliterveyden maailmanjärjestö (WAS) toteaa seksuaalioikeuksien julistuksessa (liite 2) muun muassa, että henkilöiden seksuaaliset suuntautumis- ja sukupuoli-identiteetit ja kehollinen moninaisuus tarvitsevat ihmisoikeuksien suojan. WAS vahvistaa edelleen, että seksuaaliterveyttä ei voi määrittellä, ymmärtää tai panna täytäntöön ilman kokonaisvaltaista käsitystä seksuaalisuudesta, ja siitä, ettei se ole vain sairauden, toimintahäiriön tai vaivaisuuden puuttumista. (World Association for Sexual Health 2014, 1, viitattu 22.11.2017.) Seksuaalinen aktiivisuus voi parhaimmillaan olla yksi niistä merkittävistä asioista, mikä tuo lohtua sairastuneen elämään ja seksuaalisen tyydytyksen on ihmissuhteen ohella tunnistettu olevan tärkeä elämänlaatua parantava tekijä. (Hattjar 2012, 1-3.)

On välttämätöntä, että asiakas ja työntekijä ymmärtävät keskeiset käsitteet samalla tavalla, jotta seksuaalisuuden puheeksi ottaminen sujuisi onnistuneesti. Luontevia sanoja on vaikea löytää, minkä vuoksi puhe voi mennä helposti epämääräiseksi ja riski väärinkäsityksille kasvaa. Ammatilaisen tulee asiakastyössä muistaa, ettei lääketieteellinen termistö ole aina tuttua asiakkaalle (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, viitattu 21.11.2017.) Sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuudesta puhuttaessa on tärkeä tietää, että kaikki ihmiset eivät ole heteroseksuaaleja tai vain naisia ja miehiä. Kohdatessaan seksuaali- ja sukupuolivähemmistön edustajia ammatilaisen on hyvä olla keskustellut aiheen herättämistä tunteista ja asenteista etukäteen työyhteisössään, jotta asiakastyö ja kohtaaminen olisi mahdollisimman ennakkoluulotonta ja luonnollista. (Ryttyläinen & Valkama 2010, 98.)

Seksuaalinen suuntautuminen on ominaisuus, joka kertoo siitä, kehen yksilö ihastuu, rakastuu sekä tuntee emotionaalista tai eroottista vetovoimaa. Seksuaalinen suuntautuminen ei ole aina yksiselitteistä, sillä sen määrittää jokainen tunteidensa kohteen sekä oman sukupuolensa pohjalta.

(Seta 2016, viitattu 21.11.2017.) **Sukupuoli** on ihmisen ominaisuus. Yksilö voi olla mies-, nais-, cis-, inter- tai transsukupuolinen, jotain niiden väliltä tai vaihtoehtoisesti määrittää itsensä myös muunsukupuoliseksi eli transgenderiksi. **Sukupuoli-identiteetti** kuvaa ihmisen omaa kokemusta omasta sukupuolesta. Jokainen ilmaisee omaa sukupuoltaan yksilöllisellä tavalla. Ammattilaisen ei tule tehdä oletuksia, sillä kukaan ei voi tietää toisen henkilön kokemusta omasta sukupuolestaan. (Terveysten ja hyvinvoinnin laitos 2017, viitattu 21.11.2017.) Seksuaalisen suuntautumisen sekä sukupuolisuuden käsitteitä on kuvattu taulukossa 2.

TAULUKKO 2. Seksuaalisen suuntautumisen ja sukupuolisuuden käsitteitä (Seta 2016; Terveysten ja hyvinvoinnin laitos 2017)

SEKSUAALINEN SUUNTAUTUMINEN	Määritelmä
Heteroseksuaalisuus	Yksilö rakastuu ja kokee vetovoimaa vastakkaista sukupuolta kohtaan
Homoseksuaalisuus	Yksilö rakastuu ja kokee vetovoimaa samaa sukupuolta kohtaan
Biseksuaalisuus	Yksilö rakastuu ja kokee vetovoimaa molempia sukupuolia kohtaan
Panseksuaalisuus	Yksilö tuntee seksuaalista tai/ja emotionaalista kiinnostusta ja vetoa kaikkia sukupuolia edustavia ihmisiä kohtaan
Aseksuaalisuus	Henkilö, joka voi tuntea vetoa toiseen ihmiseen ilman halua seksuaaliseen kanssakäymiseen. Ei määritellä suoranaisesti seksuaaliseksi suuntautumiseksi. Muotoja ovat esimerkiksi täysi seksuaalisen ja läheisyyden halun puuttuminen sekä pelkkä läheisyyden halu tai olemassa oleva seksuaalinen halu, jota henkilö ei kohdistaa keneenkään
Queer	Yksilö haluaa kyseenalaistaa koko määrittelemisen mielekkyyden tai tarpeellisuuden
SUKUPUOLISUUS	Määritelmä
Transgender	Yksilö määrittää itsensä muunsukupuoliseksi. Hän voi kokea olevansa sukupuoleton, sukupuoleltaan määrittelemätön tai yksilöllinen yhdistelmä miehisyyden ja naiseuden piirteitä

Cis-sukupuolisuus	Yksilö kokee ruumiillisen sukupuolensa vastaavan sisäistä maailmaansa
Transsukupuolisuus	Yksilöllä on vahva ristiriita sisäisen ja ruumiillisen sukupuolensa sekä kulttuuristen sukupuoli-odotusten välillä
Transvestiitti	Yksilöllä on tarve ilmaista myös persoonansa toista puolta samaistumalla välillä naiseksi tai mieheksi
Intersukupuolisuus	Synnyynnäinen tila, jossa yksilön fyysiset ominaisuudet eivät vastaa täysin naista tai miestä. Intersukupuoliset saattavat kokea itsensä mieheksi, naiseksi tai intersukupuoliseksi

Greenberg, Bruess & Oswalt (2016, 4-11) kuvaavat ihmisen seksuaalisuuden koostuvan vähintään kolmesta ulottuvuudesta; biologisesta, psyykkisestä ja sosiokulttuurisesta. Jokainen ulottuvuus sisältää omia pienempiä ulottuvuuksiaan ja nämä kaikki ovat vuorovaikutuksessa keskenään. Biologinen ulottuvuus tarkoittaa fyysistä olemustamme, reagoitiamme seksuaalisiin ärsykkeisiin, lisääntymistä ja sen kontrollointia sekä yleistä kehitystämme ja kasvuamme. Psyykinen ulottuvuus puolestaan muodostuu kehonkuvasta, minäkuvasta, opituista asenteista itseämme ja toisia kohtaan sekä aikaisemmista kokemuksistamme. Sosiokulttuuriseen ulottuvuuteen kuuluvat uskonto, kulttuuri, sosioekonominen status ja koulutus, etiikka, media ja politiikka.

4.2 Seksuaalisuus eri elämänvaiheissa

Lapsuudessa Väestöliiton mukaan 7-8 –vuotiaana lapsi alkaa kiinnostua omasta kehostaan ja kehityksestään ja häntä alkaa kiinnostaa lasten saamiseen ja seksuaalisuuteen liittyvät asiat. Biologiseen kehittymiseen liittyvät muutokset, kuten kuukautisten ja siemensyöksyjen alkaminen, vaihtelevat yksilöstä riippuen, mutta ne voivat alkaa jo 9-vuotiaana. 11-12 –vuotiaana on tavallista, että hormonit alkavat vaikuttaa mielessä ja kehossa, jolloin myös monilla lapsilla kehossa tapahtuvat muutokset alkavat viedä heitä kohti nuoruutta. (Väestöliitto 2017, viitattu 17.12.2017.) Kielhofnerin (2002, 150-151) mukaan lapsuuden aikana tapahtuu laajaa kehitystä esimerkiksi tahdon ja tottumuksen osa-alueilla. Nämä muutokset antavat lapselle mahdollisuuden näyttäytyä toiminnallisena olentona toimimalla, ajattelemalla ja tuntemalla omalla persoonallisella tavallaan. Tehdessään uusia asioita myös lapsen henkilökohtainen vaikuttaminen, mielenkiinnonkohteet ja arvot alkavat muodostua. Henkilökohtainen vaikuttaminen kehittyy leikin kautta, kun taas arvot

muodostuvat kulttuuristen viestien avulla. Mielenkiinnonkohteet kehittyvät suurilta osin onnistumalla uusissa, juuri sopivan haastavissa toiminnoissa. Lapsuuden tärkempiä rooleja ovat leikkijä sekä perheenjäsen, joiden kautta lapsi harjoittelee myös muita tulevaisuuden roolejaan.

Nuoruuden alkaessa sukupuolielimet kehittyvät ja äänenmurros alkaa. Aivojen kehittyessä itsenäistymisen tarve ja tunteet vahvistuvat, älykyky lisääntyy, empatiakyky heikkenee väliaikaisesti, mutta kyky arvioida riskejä ei ole vielä kehittynyt. (Väestöliitto 2017, viitattu 17.12.2017.) Biologisten muutosten lisäksi nuoren seksuaalinen minäkuva ja itsetunto kehittyvät myös sitä mukaa, kun hän kasvaa kohti aikuisuutta. Kehitykseen kuuluu mm. omat sekä jaetut ihastumisen tunteet, oman ja toisen seksuaalisuuden rajojen löytäminen, erilaisten tunteiden kuten pettymysten kohtaaminen ja käsittely, fyysinen läheisyys toisen ihmisen kanssa sekä turvallisen parisuhteen muodostaminen. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela 2010, 15-22.) Myös Kielhofner (2002, 151-152) toteaa, että nopeiden biologisten muutosten lisäksi nuoruus on tiedostamatonta sosiaalista siirtymistä lapsuudesta aikuisuuteen. Lisääntynyt valinnanvapaus haastaa nuoria selvittämään sekä vahvistamaan omia arvojaan ja vanhojen arvojen hylkääminen auttaa muokkaamaan omaa maailmankuvaa sekä vakuuttamaan siitä, että arvot ovat heidän omiaan. Vroman (2014, 104, 110) kuvaa, että nuoruudessa ihminen alkaa hyväksyä kehon kehityksen, sitoutuu seksuaaliseen ilmaisuun ja jakaa seksuaalisia kokemuksia kumppanin kanssa esimerkiksi seurustelun tai muun seksuaalisen toiminnan kautta. Hän myös lisää, että kehittyessään nuoret luovat yhteneväisiä normeja ja elämäntapoja perheenjäsentensä sekä ikätovereidensa kanssa. Kielhofnerin (2002, 152) mukaan nuoruus on muutosten aikaa heidän päivittäistä toimintaansa säätelevien roolien ja tapojen osalta. Tämä muutos auttaa heitä vahvistamaan identiteettiään, sillä vaikka jotkut roolit säilyvät lapsuudesta, niiden luonne sekä odotukset muuttuvat. Myös Vroman (2014, 104, 109-110) toteaa, että nuoruudessa käsitys omasta sukupuolesta, persoonasta, moraalista sekä toiminnallisesta identiteetistä muovautuu nuoren tutkiessa ja hyväksyessä kehossa tapahtuvaa fyysistä sekä seksuaalista kehitystä. Identiteetin muodostamisen prosessi on monimutkainen vaihe, jossa onnistuminen voi johtaa kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin ja positiiviseen siirtymiseen kohti aikuisuutta ja aikuisen rooleja. Myös oman sukupuolen tunnistaminen sekä sukupuoli-identiteetin löytäminen kuuluvat tähän vaiheeseen.

Aikuisuus on elämän pisin ajanjakso, jolloin erilaiset tekijät, kuten esimerkiksi vanhemmuuden velvollisuudet vaikuttavat aikuisen päätöksiin. Kuitenkin suurimmalle osalle aikuisuus merkitsee aikaa, jolloin henkilö todella alkaa elää omaa elämäänsä. (Kielhofner 2002, 153-154.) Aikuisuudessa

seksuaalisuuden piirteitä ovat mm. itsensä arvostaminen ja kunnioittaminen, rakastumisen ja rakkauden tunteet, tunteiden jakaminen sekä itsestään ja kumppanista huolehtiminen. Aikuisena seksuaalisuuteen vaikuttavat omat varhaiset kokemukset ja lapsuuden kiintymyssuhteen elementit tulevat esiin myöhemmin parisuhteen muodostuksessa. (Ryttyläinen & Valkama 2010, 100.) Kielhofner (2002, 154) kertoo ihmisellä olevan aikuisuudessa laajasti erilaisia rooleja, jotka henkilö valitsee itse tai yhteiskunta määrittää. Nämä roolit rakentavat aikuisen päivittäisen elämän sekä tarjoavat hänelle identiteetin. Tyypillisimpiä siirtymiä roolista toiseen ovat esimerkiksi parisuhteen aloittaminen tai päättäminen sekä vanhemmuus. Sternberg (1986) on luonut kolmiosaisen teorian rakkaudesta, jonka osa-alueet ovat intimitteetti, intohimo ja sitoutuminen. Kolmion huipulla teorian mukaan on intimitteetti, joka on rakkauden emotionaalinen osa. Siihen lukeutuvat tunteet molemminpuolisesta ymmärryksestä, yhteyden löytämisestä, halusta jakaa asioita, emotionaalisen tuen antamisesta sekä toisen ihmisen arvostamisesta osana omaa elämää. Intohimo on rakkautta eteenpäin vievä osa-alue, joka sisältää fyysisen vetovoiman, seksuaaliset suhteet sekä romanssin. Kognitiivisena osa-alueena teoriassa on sitoutuminen, sillä yksilö tekee itse päätöksen rakastaa toista ihmistä sekä sitoutua ja ylläpitää suhdetta. (Greenberg ym. 2016, 468.)

Ihminen on läpi elämänsä seksuaalinen olento. Ympäristön asenne ja antamat mahdollisuudet sekä virheelliset käsitykset seksuaalisuuden häviämisestä **ikääntyessä** vaikuttavat suuresti ihmisen seksuaaliseen käyttäytymiseen ja sen toteutumiseen. (Ryttyläinen & Valkama 2010, 118-121.) Myös Papaharitou ym. (2007, 9-10) ovat todenneet tutkimuksessaan, että vastoin yleistä uskomusta, ikääntyessään ihmiset pysyvät edelleen seksuaalisesti aktiivisina. Tutkimuksen mukaan seksuaalinen aktiivisuus on yhteydessä erilaisiin henkilökohtaisiin, sosioekonomisiin sekä interpersoonallisiin (mm. parisuhteen kesto, intiimiys) tekijöihin. Ryttyläinen & Valkama (2010, 118-121) toteavat, että joillakin seksuaalisuuden ilmentäminen pysyy aktiivisesti pinnalla läpi elämän, kun taas toisilla se voi muuttua kumppanuudeksi ja siirtyä hieman syrjään elämässä. Vanhetessa fysiologiset ja hormonaaliset muutokset vähentävät yksilön seksuaalista halua ja toimintaa, mutta toisaalta se voi myös kypsyä ja jalostua kokemuksen ja iän myötä. Sairaudet, lääkitys ja ikään liittyvät muutokset seksuaalisessa halussa vaikuttavat myös seksuaaliseen aktiivisuuteen. Jokaisella tämä on kuitenkin yksilöllistä, sillä siihen vaikuttavat myös mm. perimä, fyysinen ja psyykkinen kunto sekä itsestä huolehtiminen elämän aikana.

Ikääntyessä ihmisen arvomaailma kohtaa tyypillisesti muutoksen pois saavutuksia ja menestystä koskevista arvoista kohti perhettä, vapautta sekä yhteisöä koskevia arvoja. Arvojen muutoksella on kokonaisvaltainen vaikutus siihen, millaiseen toimintaan ihminen ikääntyessään osallistuu.

Vanhemman ja isovanhemman roolien lisäksi ikääntyessä ystävän rooli nousee usein yhä merkittävämmäksi. Ikääntymisen elämänvaiheeseen kuuluvat luonnollisesti myös menetykset ja mahdollisen puolison kuolema voi merkittävästi häiritä elämää. (Kielhofner 2002, 154-156.) Leskeyden lisäksi myös muut erilaiset vanhenemiseen liittyvät sosiaaliset tekijät kuten parisuhde tai yksinäisyys vaikuttavat myös osaltaan ihmisen seksuaalisuuden ilmenemiseen. Pitkää parisuhdetta voivat rasittaa erilaiset tai eriaikaiset seksuaalielämään kohdistuvat tarpeet ja odotukset, jos esimerkiksi toisella puolisoilla halukkuus on vähäisempää kuin toisella. On tärkeää, että puoliset hyväksyvät iän tuomat muutokset, sillä pitkä historia, yhteiset vuodet sekä vanhenemisen merkkien näkeminen itsessä ja toisessa voi karsia esteitä ja vapauttaa seksuaalielämää. (Ryttyläinen & Valkama 2010, 118-121.) Ikääntyessä henkilön elämäntarinan merkitys kasvaa ja hänellä voi olla tarve myös kertoa se muille. Tärkeäksi muodostuu myös jäljellä olevan ajan vaaliminen. Toiminnallista identiteettiä ja pätevyyttä muokkaa ikäihmisen elämässä erityisesti se, millaiset mahdollisuudet hänellä on osallistua toimintaan. (Kielhofner 2002, 154-156.)

5 SEKSUAALISUUDEN PUHEEKSI OTTAMINEN

5.1 Seksuaalisuuden puheeksi ottaminen terveydenhuollossa

Seksuaalisuuden puheeksi ottaminen määritellään aiheen esille nostamiseksi sekä seksuaalisuuteen liittyväksi ohjaukseksi ja sitä voidaan toteuttaa monenlaisissa vuorovaikutustilanteissa terveydenhuollossa. Tutkimusten mukaan seksuaalisuuteen liittyvän ohjauksen toivotaan olevan yksilöllistä sekä ammatillista ja sen tulee huomioida myös potilaan mahdollinen kumppani ja lähiomaiset (Sinisaari-Eskelinen, Jouhki, Tervo & Väisälä 2016, 287.) Hattjar (2012, 1-3) toteaa, että terapeutin ymmärtäessä seksuaalisuuden laaja-alaisuuden ja seksuaalisen aktiivisuuden merkityksen asiakkaan elämänsälaadulle hän myös tiedostaa, että on tärkeää ottaa asia puheeksi toimintaterapiassa. Rose & Hughes (2018, 5) täsmentävät, että seksuaalisuus vaikuttaa moniin elämän osa-alueisiin, kuten turvallisuuteen, tärkeisiin toimintoihin, sosiaalisiin rooleihin ja identiteettiin. Nämä huolenaiheet ovat usein merkityksellisiä ihmisille, joiden toimintakyky on heikentynyt, minkä takia niitä ei tulisi jättää huomiotta.

Huolimatta siitä, että tutkimustulokset tukevat seksuaaliterveydestä puhumisen merkityksellisyyttä asiakkaiden kanssa, terveysalan ammattilaiset usein laiminlyövät sitä työssään. Ammattilaiset voivat aliarvioida heikentyneen seksuaaliterveyden esiintyvyyttä, minkä vuoksi he eivät myöskään ota aiheita puheeksi asiakkaidensa kanssa. Välinpitämättömyys aiheita kohtaan voi myös johtua kiusaantuneisuudesta, henkilökohtaisesta epämukavuudesta, yksityisyyden vaalimisesta sekä ajan tai kykyjen puutteesta. (Areskoug-Josefsson & Fristedt 2017, 1.) Sekä kansallisissa että kansainvälisissä seksuaalisuutta ja sen puheeksi ottamista käsittelevissä tutkimuksissa todetaan, että eri potilasryhmät odottavat saavansa terveydenhuollon ammattilaisilta tukea, tietoa sekä lupaa kysyä seksuaalisuuteen liittyvistä asioista. Aloite seksuaalisuudesta puhumiseen tulisi tapahtua terveydenhuollon ammattilaisen toimesta. (Sinisaari-Eskelinen, Jouhki, Tervo & Väisälä 2016, 287.) Jotta seksuaalisuuden puheeksi ottaminen olisi luontevampaa, asiantuntijat ovat kehittäneet erilaisia malleja tukemaan siitä puhumista (Ilmonen 2008, 12-13).

5.2 PLISSIT -malli

Seksuaalisuuden **PLISSIT –malli** (Annon 1976) on käsitteellinen malli, joka kuvaa seksuaalineuvonnan ja –terapian eri tasoja. Näitä tasoja ovat luvan antaminen (permission), rajattu tieto (limited information), erityisohjeet (specific suggestion) sekä intensiivinen terapia (intensive therapy) ja niitä käytetään avuksi seksuaalisuuden ja seksuaaliongelmien kohtaamisessa. Luvan antamisen tasolla asiakkaalle annetaan mahdollisuus jakaa huolenaiheitaan seksuaalisuuteen liittyvistä ajatuksista, fantasioista, tunteista ja käyttäytymisestä. Se on myönteistä ja sallivaa suhtautumista asiakkaan seksuaalisuuteen eri ilmenemismuodoissa. Asiakasta tuetaan luvan antamisen kautta ilmaisemaan omaa seksuaalisuuttaan vastuullisella ja positiivisella tavalla. (Ilmonen 2008, 12-13.) McHugh, Pendleton ja Schultz-Krohn (2018, 292) toteavat seksuaalisuudesta keskustelemisen mahdollistavan keskustelun asiakkaan henkilökohtaisista tunteista ja havainnoista. Ennen keskustelun aloittamista on tärkeää, että toimintaterapeutti kysyy luvan asiakkaalta keskustella vaivaannuttavistakin asioista. PLISSIT- mallissa (Ilmonen 2008, 12-13) todetaan, että kysymykset, jotka ovat avoimia eivätkä vaikuta uhkaavilta, auttavat asiakasta tuntemaan olonsa mukavammaksi ja näin mahdollistavat tärkeän tiedon välittämisen. Rajatun tiedon tasolla asiakkaalle annetaan tietoa sellaisista seksuaalisuuteen liittyvistä asioista, jotka ovat hänen huolenaiheidensa kannalta olennaisia ja joista hänellä ei ole riittävästi tietoa. Tällaiset kysymykset voivat koskea esimerkiksi seksuaalisen mielihyvän kokemista tai sukupuolielinten toimintaa ja ominaisuuksia. Hattjarin (2012, 48-50) mukaan asiakkaan osoittaessa kiinnostusta puhua seksuaalisuudesta, voi toimintaterapeutti valita tarkoituksenmukaisen tavan kerätä yksityiskohtaisempaa tietoa asiakkaan seksuaalisuuteen liittyvistä huolista. Tarkempaa tietoa voidaan kerätä esimerkiksi keskustelun kautta kysymällä avoimia kysymyksiä, ensin yleisellä tasolla siirtyen hiljalleen osa-alueille, jotka ovat henkilökohtaisempia ja herkempiä asiakkaan näkökulmasta.

Ilmonen (2008, 12-13) kuvaa, että PLISSIT-mallissa erityisohjeiden tasolla asiakkaalle annetaan erilaisia käytännön neuvoja ja ohjeita sekä voidaan tehdä erilaisia, lyhytaikaisia interventioita seksuaaliongelmien käsittelemiseksi. Hattjar (2012, 1-3) toteaa, että kun muut tavanomaiset toiminnot eivät enää onnistu sairastumisen tai vammautumisen myötä, voi seksuaalisen aktiivisuuden ylläpitäminen tarjota asiakkaalle tavan tuntee itsensä "normaaliksi" ja olla yhteydessä toisen ihmisen kanssa. Toimintaterapeutit voivat käyttää hyödyksi ammattitaitoaan muun muassa mukauttamalla ympäristöä mahdollistaakseen seksuaalista aktiivisuutta. Ympäristöä ja toimintaa voi mukauttaa esimerkiksi ohjaamalla asiakasta erilaisiin asentoihin seksin aikana. (MacRae 2013, 2.)

Myös Areskoug-Josefssonin ja Fristedtin (2017, 5) tutkimuksessa toimintaterapiaopiskelijat kokivat, että heillä on tärkeää olla osaamista seksuaaliterveydestä myös apuvälineiden näkökulmasta voidakseen tukea ja edistää asiakkaiden hyvinvointia. PLISSIT-mallissa intensiivisen terapian tasoksi kuvataan seksuaalisuuteen liittyvien ongelmien kohtaaminen erilaisten terapiamenetelmien ja niiden yhdistämisen avulla. PLISSIT –mallin avulla voidaan arvioida asiakkaan tarvitsemaa seksuaalivoukon tai –terapian tasoa sekä käytettäviä menetelmiä hoidon tueksi. Mallin avulla ammattilainen voi myös arvioida oman tietämyksensä tasoa seksuaaliongelmien käsittelyssä. (Ilmonen 2008, 12-13.)

Ex-PLISSIT –malli on Davisin ja Taylorin (2006) kehittämä laajennus Annonin (1976) malliin, mikä ottaa erityisesti huomioon työntekijän ammatillisen kasvun ja itsereflektion (Ryttyläinen & Valkama 2010, 53). Ex-PLISSIT –mallissa luvan antamisen nähdään olevan kaikkien muiden ominaisuuksien (rajattu tieto, erityisohjeet ja intensiivinen terapia) ytimessä, eli jokaisen intervention tulisi alkaa luvan antamisesta huolimatta ammattilaisen osaamisen tasosta. Malli korostaa asiakassuhteen vuorovaikutuksen arviointia sekä ammattilaisen itsereflektiota, mahdollista työntekijän itsetietoisuuden kehittymisen seksuaalisten uskomusten haastamisen kautta. (Taylor & Davis 2007, 136–138.)

5.3 BETTER -malli

Seksuaalisuuden puheeksi ottamisen tukemiseen Mick, Hughes ja Cohen (2004) ovat kehittäneet **BETTER -mallin** (Ryttyläinen & Valkama 2010, 139). Mallia voidaan käyttää ehkäisevissä terveyspalveluissa, sairaanhoidossa sekä terveyttä edistävissä palveluissa. Ensimmäisellä tasolla (bring up the topic) seksuaalisuus otetaan keskustelussa esille asiakkaan kanssa. Asiakkaalta kysytään suoraan sukupuolen kokemisesta, seksuaalisuudesta, seksistä ja parisuhteesta sekä sairauden tai vamman vaikutuksesta asiakkaan arkeen ja hänen kokemukseensa omasta seksuaalisuudestaan. Seuraavaksi (explain) kerrotaan, että seksuaalisuus on tärkeä osa hyvinvointia ja terveyttä ja keskustellaan aiheesta tavalla, joka antaa asiakkaalle luvan puhua kaikista haluumista asioista koskien seksuaalisuutta. Ellisin (2018, viitattu 16.7.2018) mukaan asiakkaille tulee mahdollistaa tuomitsematon tila, jossa he voivat kertoa ja määrittää mitä seksi ja seksuaalisuus heille merkitsee. Turvallisessa ympäristössä asiakkaiden määritelmiä ei tule korjata, vaikka terapeutti määrittäisi itse ne eri tavoin.

Kolmannella tasolla (tell) asiakkaalle tulee kertoa, että ammattilainen on hankkinut riittävät resurssit asiakkaan huolenaiheiden käsittelyä varten. Näitä resursseja ovat esimerkiksi tapaamiskertojen määrä, keskustelun aiheiden rajaaminen ammattitaidon mukaan sekä tarvittaessa ohjaamisen muun palvelun piiriin. Seksuaalineuvonnassa tulee muistaa kunnioittaa asiakkaan valmiutta keskusteluun. Asiakkaalta tulee aina varmistaa, onko ajoitus (timing) keskustelulle seksuaalisuudesta sopiva ja jos asiakas ei ole tähän nykyisessä elämänvaiheessaan valmis, tulee ammattilaisen muistaa antaa asiakkaalle ohjeita, miten toimia, jos halu keskusteluun herää myöhemmin. Ammattilaisen tulee ohjata (educate) asiakasta pitämään huolta omasta seksuaaliterveydestään ja antaa tarvittaessa tietoa sairauden tai vamman vaikutuksesta seksuaalisuuteen. (Kilpiä, Kurka & Ruuhilahti 2011, 56-57.) Toimintaterapeutin tehtävä on ottaa huomioon erilaiset fyysiset, psykologiset, kehitykselliset, kognitiiviset sekä motoriset tekijät, joista tekemisen toiminta koostuu. On olennaista huomioida myös emotionaalinen näkökulma, mikä liittyy toimintaan osallistumiseen ja mikä on erityisen tärkeää seksuaalisuuden ja seksuaalisen aktiivisuuden osa-alueella. Kun esimerkiksi krooninen sairaus tai vammautuminen muuttaa ihmisen toimintakykyä merkittävästi, muokkautuu ihmisen käsitys omasta seksuaalisuudestaan ja mahdollisuuksista seksuaalisuuden toteuttamiseen. Asiakas voi esimerkiksi pelätä, että seksin harrastaminen voi olla riski hänen terveydelleen tai ettei hän tunne oloaan viehättäväksi, jolloin asiakas ei usko olevansa kykenevä olemaan seksuaalissävytteisessä vuorovaikutuksessa toisen ihmisen kanssa. (Hattjar 2012, 1-3.) Ohjeiden tulee olla konkreettisia ja selkeitä ja ammattilaisen tulee aina varmistaa, että asiakas on ymmärtänyt ne. Lopuksi ammattilaisen tulee kirjata (record) tehty arviointi tai interventio työyhteisössä sovitulla tavalla ottaen huomioon ammattieettiset ohjeet sekä salassapitovelvollisuuden. (Kilpiä, Kurka & Ruuhilahti 2011, 56-57.)

6 E-OPPIMATERIAALIN SUUNNITTELU, TOTEUTUS JA ARVIOINTI

6.1 E-oppimateriaalin ensimmäinen versio ja koekäyttö

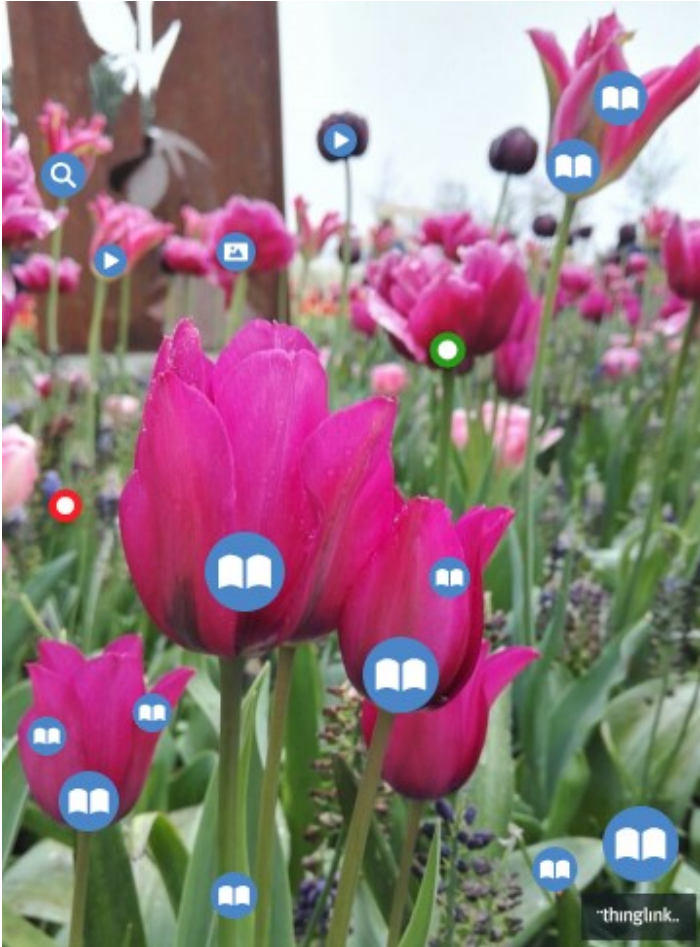
Didaktiikka eli opetusoppi on tiede, joka tutkii opetusta. Se on jaettu perinteisesti opetussuunnitelmaoppiin eli siihen, mitä opetetaan sekä opetusmenetelmäoppiin eli siihen, miten opetetaan. (Manninen & Pesonen 2000, 66-67.) E-oppimateriaalin sisällön suunnittelussa ja toteutuksessa keskeisessä roolissa oli sisällön reflektiivisyys. Emansipatorinen oppiminen on Mezirowin käsityksen mukaan inhimillisen oppimisen laji, jonka tavoitteena on saavuttaa tietoa omista ajattelu- ja toimintamalleista reflektiivisen ajattelun kautta. Tuloksena emansipatorisessa oppimisessa on itsetuntemuksen ja –ilmaisun kehittyminen sekä oman elämän haltuun ottaminen. (Manninen & Pesonen 2000, 65-75.) Kun e-oppimateriaalin laadinta aloitettiin, valittiin sitä ohjaavaksi oppimisen lajiksi emansipatorinen oppiminen. Emansipatorinen oppiminen soveltuu materiaalin taustalle, sillä materiaali kannustaa reflektoimaan omaa suhtautumista seksuaalisuuteen, jotta toimintaterapeuttiopiskelijoilla olisi valmiuksia ottaa aihe puheeksi asiakkaan kanssa tulevaisuudessa.

Kehittelyvaiheessa laadittiin ensimmäinen versio e-oppimateriaalista. Materiaali päätettiin rakentaa käyttäen Thinglink- taustaa ja Peda.net -verkko-oppimisympäristöä. Peda.net on opiskelijalähtöinen pedagogisesti suunniteltu verkko-oppimisympäristö, joka tarjoaa kouluille, yhteisöille ja organisaatioille mahdollisuuden yhteisölliseen tekemiseen ja sisältöjen jakamiseen (Peda.net 2018, viitattu 14.11.2018). Peda.net valittiin, koska se oli entuudestaan tuttu, ilmainen ja yksinkertainen käyttää. Ajatuksena oli koota teorian tieto blogitekstinomaiseen muotoon, koska ne ovat oma-kohtaisen kokemuksen mukaan mielekkäitä lukea ja näin tekevät materiaalista motivoivamman. ThingLink puolestaan on opetusalan palvelu, jonka avulla kuvaan voi lisätä havainnointia ja oppimista tukevaa informaatiota, kuten kuvia, linkkejä tai ääntä (ThingLink 2016, viitattu 14.11.2018). ThingLink sopi e-oppimateriaalin etusivuksi, sillä sen avulla materiaalin sisältö pystyttiin jakamaan eri osa-alueisiin ja näin helpotettiin materiaalin käyttöä osana eri opintojaksoja. Opettajille laadittiin uusi Google-tili, joka yhdistettiin sekä ThingLinkiin että Peda.netiin. Google-tili toimii käyttäjätunnuksina materiaaliin, joiden avulla opettajat pääsevät jatkossa päivittämään ja muokkaamaan sitä.

E-oppimateriaalin teoria koottiin suunnitteluvaiheessa laaditun tietoperustan pohjalta. Materiaalin teoria koostuu siis tutkimuksista, kirjoista, artikkeleista sekä muista sähköisistä lähteistä saaduista

tiedoista. Teoria jaoteltiin seksuaalisuuden osalta ikävaiheittain, sillä Oulun ammattikorkeakoulun tutkinto-ohjelman vuonna 2018 opintonsa aloittaneiden opiskelijoiden opetussuunnitelman mukaan toimintaterapeuttisen terapiaosaamisen opinnot käydään läpi ikävaiheittain niin, että lasten ja nuorten, työkäisten sekä ikääntyneiden toimintaterapiasta on omat opintojaksot (Oulun ammattikorkeakoulu 2018b, viitattu 14.11.2018). Lisäksi e-oppimateriaaliin päätettiin sisällyttää toimintaterapian teoreettisista lähestymistavoista Inhimillisen toiminnan malli (Kielhofner 2002) sekä Kehityksellinen viitekehys (Mosey 1986), sillä nämä ovat keskeisessä roolissa läpi toimintaterapian opintojen. Inhimillisen toiminnan malli valittiin, sillä se käsittelee ihmistä kokonaisvaltaisesti ja näin ollen sopii käytettäväksi laajasti eri asiakasryhmien kanssa. Lisäksi seksuaalisuutta voidaan sen avulla käsitellä monipuolisesti useiden käsitteiden kautta. Kehityksellinen viitekehys valittiin, koska mallissa seksuaalisuus on nostettu esille yhdeksi adaptiivisista taidoista. Näin toimintaterapian näkökulmaa lisättiin oppimateriaalin teoriaosuuteen.

Seuraavaksi aloitettiin materiaalin etusivuna toimivan ThingLink-taustan luominen. Tärkeää oli, että ThingLinkissä sekä Peda.netin bannerissa olevat kuvat ovat itseottamia. Aluksi ThingLinkin taustakuva piirrettiin, mutta lopulta päädyttiin kuitenkin valitsemaan itse otettu valokuva, sillä se oli selkeämpi ja miellyttävämpi. Aiheeksi kuviin valittiin luonto. Luonto kuvaa e-oppimateriaalin kuvissa seksuaalisuuden jatkumoa sekä sen kasvua ja kehitystä eri elämän vaiheissa. Kukka koettiin parhaaksi ratkaisuksi, sillä se yhdistyi ajatukseen siitä, kuinka seksuaalisuus kehittyy ja kypsyy elämänvaiheiden myötä. Alkuperäisen ajatuksen mukaan pieni kukka kuvasti seksuaalisuutta lapsuudessa ja nuoruudessa, keskikokoinen kukka aikuisuudessa ja suurin kukka ikääntyessä. ThingLinkiin lisättiin erilaisia symboleita vastaamaan teorian eri osa-alueita. ThingLink-taustan kautta opiskelija pääsee jokaiseen laadittuun teorialtekstiin Peda.netissä klikkaamalla symbolia. Teorialtekstien lisäksi taustaan lisättiin videoita, linkkejä ja tehtäviä. Symbolit ja sisältö yhdistettiin vastaamaan toisiaan mahdollisimman hyvin, valikoiman ollessa rajallinen. ThingLink oli ensimmäisessä e-oppimateriaalin versiossa etusivuna kuvion 3 mukaisesti. ThingLinkin valmistuttua, Peda.netin ulkoasua muokattiin, sillä sen haluttiin olevan yhtenäinen ThingLinkin kanssa.



KUVIO 3. Ensimmäinen versio Thinglink –taustasta

Tarkoituksena oli hyödyntää e-oppimateriaalissa myös erilaisia interaktiivisia menetelmiä, kuten Padlet-seinää tai AnswerGarden-menetelmää. Näiden menetelmien luominen etukäteen ei kuitenkaan ollut järkevää, koska saman linkin käyttäminen toistuvasti ei ole käytännön tasolla toimivaa. Opettajilla on kuitenkin mahdollista lisätä näitä menetelmiä halutessaan e-oppimateriaaliin.

E-oppimateriaaliin haluttiin yhdistää teoratiedon lisäksi lähiopetuksessa hyödynnettäviä reflektiivisiä harjoituksia, sillä toimintaterapian koulutuksessa käytännön taitoja opitaan harjoittelemalla työpajoissa (Oulun ammattikorkeakoulu 2018c, viitattu 14.11.2018). E-oppimateriaalin koekäyttöä varten päätettiin järjestää työpaja, jossa tarkoituksena oli esitellä e-oppimateriaali sekä teetättää osallistujilla reflektiivisiä harjoituksia. Harjoitusten tarkoituksena oli testata, kokevatko opiskelijat harjoitusten sisällyttämisen tarpeellisiksi teoriaopiskelun ohella. Lisäksi tarkoituksena oli myös saada palautetta harjoitteista ja niiden käyttökelpoisuudesta sekä e-oppimateriaalista kokonaisuudessaan. Työpajan sisältö suunniteltiin ja se hyväksyttiin ohjaavilla opettajilla. Koekäytön ajankohdaksi valittiin toukokuun ensimmäinen viikko ja kohderyhmäksi toimintaterapian

ensimmäisen vuosikurssin opiskelijat. Tarkoituksena oli sisällyttää työpaja heille lukujärjestykseen, mutta se ei aikataulullisesti ollut mahdollista. Vapaaehtoisia osallistujia päädyttiin keräämään työpajaan sähköpostikyselyn avulla sekä markkinoimalla työpajaa lentolehtisten avulla. Työpaja järjestettiin 17.5.2018 klo 15-17 ja siihen osallistui lopulta kahdeksan toisen ja kolmannen vuosikurssin opiskelijaa sekä yksi toimintaterapeutti, joka pyysi mahdollisuutta tulla mukaan. Aikomuksena oli jakaa työpajassa testiryhmä etäryhmään sekä työpajaan osallistuvaan ryhmään. Työpaja toteutettiin kuitenkin vain yhdessä ryhmässä, sillä se oli toimivampi ratkaisu osallistujamäärän kannalta. E-oppimateriaalia testattiin työpajassa puhelinta, kannettavaa tietokonetta sekä tablettia käyttäen.

6.2 Palaute e-oppimateriaalin ensimmäisestä versiosta

Työpajan suunnitelmaan kuului myös palautekyselyn laadinta, jonka avulla haluttiin saada tietoa testiryhmän kokemuksista ja kehitysehdotuksista e-oppimateriaalia varten. Palautekysely on opinäytetyön lopussa liitessä 3. Palautteesta haluttiin monipuolista, joten palautekyselyyn sisällytettiin sekä monivalinta- että avoimia kysymyksiä. Vallin (2018, 106) mukaan kyselylomakkeessa voidaan käyttää monenlaisia menetelmiä, kuten avoimia kysymyksiä, valmiita vastausvaihtoehtoja ja intensiivisyyttä mittaavia mittareita. Kun kyse on asenteiden tai mielipiteiden mittaamisesta, Likertin asteikko on yksi käytetyimmistä ja sopivimmista vaihtoehtoista. Vaikka peruslähtökohtaisesti Likertin asteikon tulisi sisältää pariton määrä vastausvaihtoehtoja, tulee vastausvaihtoehdot aina hakea mittauskohteen asiasisällöstä, eikä valmiista mittareista. "En osaa sanoa"-kategoria ei ole välttämättä pakollinen, sillä vastaaja voi jättää halutessaan vastaamatta. Palautekyselyn sisältämät monivalintakysymykset laadittiin materiaalin laatukriteereihin pohjautuen. Monivalintakysymyksissä väitteiden toteutumista arvioitiin Likertin neliportaisella asteikolla (täysin eri mieltä, jokseenkin eri mieltä, jokseenkin samaa mieltä, täysin samaa mieltä). Avoimia kysymyksiä lisättiin palautekyselyyn yksityiskohtaisemman ja henkilökohtaisemman palautteen saamiseksi. Avointen kysymysten käyttämisessä etuina ovat, että vastausten joukossa voi olla hyviä ideoita ja vastaajan mielipide on mahdollista saada selville perustellusti. Avoimet kysymykset ovat kuitenkin työläitä ja hitaita analysoida verrattuna valmiiden vaihtoehtojen tulkintaan. (Valli 2018, 114.) Palautekyselyn loppuun sisällytettiin kolme eri avointa kysymystä, jotta yksityiskohtaisia vastauksia saataisiin riittävästi mutta kuitenkin niin, ettei tulosten analysointiin kuluisi liikaa aikaa.

TAULUKKO 4. Palautteen monivalinta –osion kysymykset ja vastaukset (n= 9)

	Täysin eri mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Täysin samaa mieltä	Ei vastausta
Oppimateriaalin ulkoasu herättää mielenkiintoa	-	1	7	1	-
Oppimateriaalin tekstit ovat selkeitä	-	-	6	3	-
Oppimateriaali on helppokäyttöinen (linkkien toimivuus, mobiilikäyttö, siirtyminen sivulta toiselle)	1	2	3	3	-
Opin lisää aiheesta oppimateriaalin avulla	-	2	2	3	2
Koen, että materiaalista voisi olla minulle hyötyä myös tulevaisuudessa	-	-	1	8	-

Palautekyselyn mukaan enemmistö vastaajista koki, että e-oppimateriaali voisi olla hyödyllinen tulevaisuudessa. Suurin osa vastaajista koki e-oppimateriaalin käytön olleen helppoa mutta osalla oli kuitenkin myös haasteita käytettävyyden kanssa. Yli puolet vastaajista oppi lisää seksuaalisuudesta e-oppimateriaalin avulla, mutta kaksi vastaajaa oli jokseenkin eri mieltä ja kaksi jätti vastaamatta. Materiaalin ulkoasu herätti mielenkiintoa kahdeksassa vastaajassa ja kaikki vastaajat kokivat, että tekstit olivat vähintään jokseenkin selkeitä.

Avointen kysymysten vastauksissa ilmeni eniten harjoitteiden ja keskustelun tärkeys. Myös toimintaterapian näkökulman korostaminen koettiin erityisen hyödyllisenä. Lisäksi vastauksissa mainittiin mm. puheeksi ottamisen esille nostamisen, eri-ikäisten huomioimisen, tiedon koostamisen sekä uuden tiedon sisällyttämisen olevan e-oppimateriaalin vahvuuksia.

*"Materiaalissa toimintaterapeutin roolia käsittelevä osio on hyvä, koska voi olla ajoittain vaikea hahmottaa millaista tukea tt (toimintaterapeutti) voi tarjota seksuaalisuutta koske-
vissa asioissa."*

*"Työpajassa yleinen keskustelu ja ajatusten vaihto oli tärkeää. Se murtaa jo itsessään sitä
"puhumattomuuden kuplaa", joka aiheen ympärillä on."*

E-oppimateriaalin kehittämiskohteina avointen kysymysten mukaan olivat erityisesti materiaalin tekstien raskaslukuisuus ja Thinglink-taustan epäselvyys. Lisäksi tekstin vastapainoksi kaivattiin enemmän konkreettista materiaalia, kuten linkkejä, kuvia, videoita jne. Teoriaa kaivattiin lisää esim. parisuhteesta sekä käytettävyyttä haluttiin paremmaksi, sillä varsinkin tabletilla materiaalin käyttö oli haastavaa. Vastaajat toivoivat myös sukupuolineutraalimpaa ulkoasua.

*"Materiaali raskasta lukea, koska ei kuvia. Kaipaisin lisää linkkejä ja vinkkejä: esim. videot,
harjoitukset, toiminnalliset menetelmät ja materiaalit, kysymyspankki, kuvakortit, pelit ym."*

*"Thinglink kuvasta joutuu aika paljon etsimään mistä löytyy tietty aihe. Olisi kiva, kun näkisi
heti, missä on mitään."*

Vapaan palautteen vastauksissa korostui etenkin aiheen tärkeys ja mielenkiintoisuus. Useimmat vastaajista toivat palautteessa esille, että he kaipaisivat lisää seksuaalisuuteen liittyvää opetusta osaksi toimintaterapian opintoja. Lisäksi työpaja ja sen sisältämät harjoitteet keräsivät vastaajilta myös positiivista palautetta.

*"Hirveän tärkeä aihe, tulisi käsitellä opinnoissa lisää, jotta saadaan rohkeutta ja tiedettäisiin
miten ottaa asia puheeksi. On jäänyt liian vähälle huomiolle koulussa."*

E-oppimateriaali ja palautekysely lähetettiin lisäksi kahdelle opinnäytetyön ohjaajalle sähköpostitse palautteen keräämistä varten. Ohjaajat ilmaisivat palautteessa e-oppimateriaalin sisältävän tuttua mutta myös uutta tietoa, joka toi lisäarvoa. Myös heidän palautteensa perusteella ThingLinkissä eteneminen koettiin haasteelliseksi. Ohjaajien mielestä e-oppimateriaali voisi toimia itsenäisessä opiskelussa orientoivana osiona eri opintojaksoille, mutta reflektiivistä osuutta tuli heidän mu-
kaansa lisätä ja toimintaterapian näkökulmaa vahvistaa.

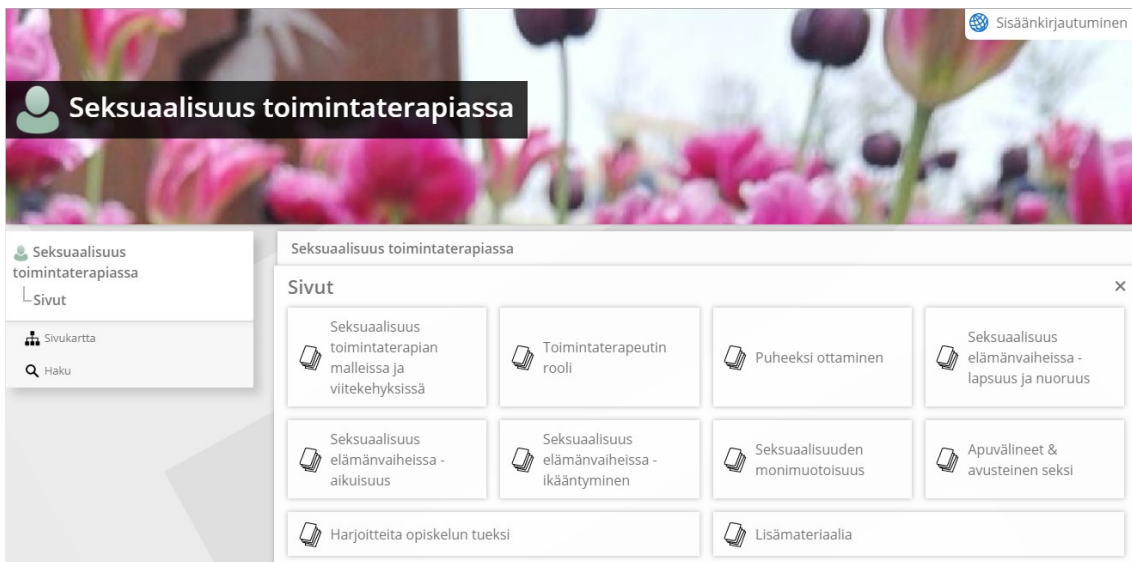
6.3 E-oppimateriaalin toinen versio

Saadun palautteen perusteella alettiin tekemään e-oppimateriaalin toista versiota. ThingLinkin taustaa muokattiin kuvanmuokkausohjelmalla selkeämmäksi lisäämällä siihen otsikoita kuvaamaan e-oppimateriaalin eri osa-alueita. Näin eteneminen alustalla oli loogisempaa ja helppokäyttöisempää. Lisäksi symbolit yhtenäistettiin valkoisiksi ympyröiksi, jotta kuva olisi selkeämpi. Fontiksi valittiin Bebas Neuen koossa 18 ja 16, sillä se oli pelkistetty ja selkeä. Puheeksi ottaminen sijoitettiin omaan kukkaansa ja korostettiin sen merkitystä suuremmalla fonttikoolla 21. Otsikoiden taustalle lisättiin valkoinen pohja erottamaan tekstin taustakuvasta. Myös taustakuvaa muokattiin kirkkaammaksi ja lisättiin siihen kontrastia. Kuviossa 4 näkyy tehdyt muutokset.



KUVIO 4. Toinen versio ThingLink –taustasta

Peda.netissä käytettiin fonttia Arimo pääsääntöisesti koossa 11 ja sinne lisättiin kuvia sekä taulukoita, jotta teksti olisi helppolukuisempaa ja innostavampaa seurata. Lisäksi tekstistä tummennettiin avainsanat helpottamaan tärkeiden asioiden poimimista ja tekstit jaoteltiin selkeämpään järjestykseen sekä otsikoitiin. Myös puheeksi ottaminen sekä toimintaterapian mallit ja viitekehykset erotettiin omiksi sivuikseen. Näitä osa-alueita haluttiin korostaa lisää, joten ne lisättiin näkyviksi myös ThingLinkiin. Seuraavaksi syvennettiin toimintaterapian näkökulmaa lisäämällä uutta tietoa toimintaterapian yhteydestä seksuaalisuuden puheeksiottamiseen. Konkreettisuutta lisättiin materiaaliin luomalla Lisämateriaalia -osio. Reflektiivisyyttä korostettiin mm. Pohdittavaksi -osioden sekä Harjoitteita opiskelun tueksi -sivun luomisella, jotka auttavat opiskelijaa sisäistämään teoriaa tehokkaammin ja kannustavat pohtimaan omaa suhtautumista seksuaalisuuteen. Kuvio 5 havainnollistaa Peda.netin sisältöä.



KUVIO 5. Näyttökuva Peda.net tekstialustasta

E-oppimateriaalin muututtua merkittävästi ensimmäisestä versiosta, nähtiin tarpeelliseksi kerätä palautetta myös materiaalin toisesta versiosta. Opinnäytetyön ohjaajien kanssa sovittiin, että palaute kerätään niiltä toimintaterapian tutkinto-ohjelman opettajilta, jotka eivät vielä olleet nähneet e-oppimateriaalia. Palautetta kerättiin kahdelta opettajalta sähköpostin välityksellä. Ensimmäisenä palautteeseen vastanneen opettajan kommentista kävi ilmi, että Peda.net toimi tietopankkina hyvin ja ThingLinkissä positiivista oli sen visuaalisuus. Materiaali koettiin monikäyttöiseksi peruspaketiksi, joka soveltuu moneen aihealueeseen. Hän toivoi lisää toimintaterapian teoriaa ja tutkimuksia, lasten ja nuorten näkökulmaa sekä muuta lisämateriaalia. Lisäksi palautteesta ilmeni käyttö-

ohjeiden tarpeellisuus, minkä vuoksi ne päätettiin laatia tässä vaiheessa. Google-tilin käyttäjätunnukset sisällytettiin käyttöohjeisiin. Käyttöohjetta ei ole lisätty opinnäytetyön liitteisiin, jotta käyttäjätunnukset ja salasana säilyisivät ainoastaan opettajien tiedossa. Toinen opettajista ei ollut vielä antanut palautetta, joten käyttöohjeet lähetettiin hänelle tarkasteltavaksi. Hänen suullisen palautteensa mukaan e-oppimateriaali oli kokonaisuudessaan hyvä ja hän koki voivansa käyttää sitä omassa työssään. Materiaaliin hän kaipasi toimintaterapian näkökulman vahvistamista ja toimintaterapian teoreettisten lähestymistapojen laajempaa sisällyttämistä. Käyttöohjeista ei saatu tässä vaiheessa palautetta. Toisesta versiosta saadun palautteen jälkeen keskityttiin opinnäytetyöraportin kirjoittamiseen ja päätettiin olla tekemättä enempää muutoksia materiaaliin.

7 PROJEKTIN ARVIOINTI

7.1 Projektin tavoitteiden saavuttamisen arviointi

Projektin aikana kerättiin palautetta helpottamaan sen arviointia. Lopullisessa arvioinnissa käytettiin hyödyksi sekä e-oppimateriaalin ensimmäisestä että toisesta versiosta saatua palautetta, sillä arviointiin haluttiin sisällyttää niin opiskelijoiden kuin opettajienkin näkökulma. **Välittömänä tavoitteena** opinnäytetyössä oli laatia e-oppimateriaali toimintaterapian monimuotototeutuksen opintoihin seksuaalisuutta käsittelevän opetuksen tueksi. E-oppimateriaali valmistui, ja se täyttää ennalta määrittelemät ominaisuudet. Materiaali on sähköisesti saatavilla ThingLinkin kautta, se mahdollistaa opettajien palautteen mukaan monimuotototeutukselle ominaisen itsenäisen opiskelun sekä käsittelee opiskelijoiden palautteen perusteella seksuaalisuuden teemaa toimintaterapiassa.

Seksuaalisuuden puheeksi ottamisen helpottaminen oli **kehitystavoite**, johon pyrittiin lisäämällä toimintaterapiaopiskelijoiden tietoa seksuaalisuudesta, toimintaterapeutin roolista sen käsittelyssä sekä kannustamalla refleктоimaan omaa suhtautumista seksuaalisuuteen. E-oppimateriaali sisältää yleistietoa seksuaalisuudesta sekä keskittyy tarkemmin myös seksuaalisuuden puheeksi ottamiseen toimintaterapiassa. Palautteen mukaan opiskelijat saivat materiaalin kautta uutta tietoa teemaan liittyen. Palautteen jälkeen keskityttiin lisäämään reflektion liittyviä tehtäviä ja harjoituksia, mitkä kannustavat pohtimaan omaa suhtautumista seksuaalisuuteen.

Opinnäytetyön **pitkän aikavälin tavoitteena** oli, että e-oppimateriaali otetaan käyttöön koulutuksessa ja sitä hyödynnetään myös tulevaisuudessa. Toisena tavoitteena oli kehittää e-oppimateriaalin avulla toimintaterapian tutkinto-ohjelman opetuksen sisältöä tuomalla siihen opiskelijan näkökulmaa. Näin toimintaterapiaopiskelijoilla olisi paremmat valmiudet ottaa seksuaalisuus puheeksi asiakkaan kanssa. Pitkän aikavälin tavoitteen toteutumista on vaikea arvioida, koska e-oppimateriaalia ei ole vielä otettu käyttöön. Kuitenkin sekä opiskelijat että ohjaavat opettajat kokivat palautteen perusteella, että e-oppimateriaalia voisi käyttää hyödyksi myös tulevaisuudessa.

Oppimistavoitteiden täyttymistä arvioitiin itsearviointin sekä ohjaajien opettajien antaman palautteen avulla. **Oppimistavoitteina** oli selkiyttää itsellemme toimintaterapeutin roolia seksuaalisuuden puheeksi ottajana sekä saada konkreettisia keinoja siihen terapiatyössä. Halusimme myös

saada kokemusta projektityöskentelystä ja oppia lisää erilaisista opetusmetodeista ja tietoteknillisistä mahdollisuuksista oppimisen tukena. Projektin tekemisen myötä toimintaterapeutin rooli seksuaalisuuden puheeksi ottamisessa on korostunut entisestään ja olemme saaneet paljon lisää tietoa aiheesta. Tiedon hankinta on tuonut meille ideoita konkreettisista keinoista, joita hyödyntää terapiatyössä, mutta niiden käyttöön ottaminen ja syvempi oppiminen vaatii kuitenkin käytännön harjoittelua asiakastyössä. Projektityöskentely on vaatinut mm. paljon aikataulujen organisointia, yhteistyötaitoja sekä projektinhallinnan opettelua ja koemme, että näistä asioista olemme myös oppineet paljon. Lisäksi olemme projektin aikana oppineet tuotekehityksen vaiheista. Projektin alkuvaiheissa olisimme voineet selkiyttää projektin tarkoitusta sekä olla johdonmukaisempia aiheen rajaamisessa. Alussa tiedonhankinta olisi voinut olla tehokkaampaa, mikä olisi omalta osaltaan auttanut meitä aiheen rajaamisessa ja lisännyt johdonmukaisuutta projektin etenemiseen. Tulevaisuudessa haluaisimmekin kehittää tiedonhaun taitojamme.

7.2 E-oppimateriaalin laatuksiteerien arviointi

Laatukriteereiksi e-oppimateriaalille määritettiin motivoivuus, merkityksellinen tieto ja käytettävyys. Motivoivuuden laatuksiteeri täyttyy, sillä palautteen perusteella e-oppimateriaalin ulkoasu herättää mielenkiintoa. Materiaali on motivoiva, sillä sen käyttöliittymä on totutusta poikkeava ja näin ollen myös innostaa opiskelijoita opiskeluun. Lisäksi harjoitukset ja pohdintakysymykset motivoivat opiskelijoita pohtimaan ja refleктоimaan oppimaansa. Erilaiset sisällölliset mahdollisuudet, joita kehitettiin opiskelijoiden palautteen pohjalta, lisäävät myös osaltaan opiskelijoiden motivaatiota opiskelua kohtaan.

E-oppimateriaali sisältää merkityksellistä tietoa, jota on kerätty luotettavista lähteistä ja se keskittyy seksuaalisuuteen sekä toimintaterapeutin rooliin seksuaalisuuden tarkastelussa. Opiskelijoiden palautteen perusteella he saivat materiaalin avulla uutta tietoa aiheesta ja kokivat sen selkiyttävän toimintaterapeutin roolia. E-oppimateriaaliin on merkitty lähdetiedot, joten opiskelijoilla on mahdollisuus tarkistaa tiedon oikeellisuus. Opettajien palautteen mukaan toimintaterapian näkökulmaa tulisi edelleen materiaalissa laajentaa, joten merkityksellisen tiedon laatuksiteeri ei tässä vaiheessa täysin täyty. Jatkossa materiaalin sisältämää tietoa voi kuitenkin vielä päivittää ja muokata, joten laatuksiteerin täytyminen on mahdollista tulevaisuudessa.

E-oppimateriaalin rakenne sekä ulkoasu ovat selkeitä ja erityisesti ThingLink sai positiivista palautetta visuaalisuudestaan. Työpajassa koulun tabletilla materiaalin käyttö aiheutti haasteita, mutta tietokoneella ja puhelimella sen käyttö oli sujuvaa. Materiaalin muokkaamisen jälkeen palautetta saatiin yhä siitä, että siinä on haastava edetä ja sen käyttöön kaivattaisiin jonkinlaista etenemisjärjestystä. Opettajille tehdyt käyttöohjeet helpottavat materiaalin käyttöönottoa. Peda.net koettiin toimivaksi tekstialustaksi ja sen sisältämää teoretietoa on palautteen perusteella muokattu helppolukuisemmaksi. E-oppimateriaali koettiin monikäyttöiseksi peruspaketiksi ja yleisesti palautteen perusteella voidaan todeta, että materiaali on käytettävä.

7.3 Projektin vaiheiden toteutumisen arviointi

Ideavaiheessa projekti käynnistyi aiheen valinnalla ja siihen perehtymisellä, jolloin alettiin muodostaa käsitystä tulevan projektin aiheesta käymällä keskusteluja opettajien kanssa sekä projektiryhmän kesken. Alusta asti tiedettiin, että opinnäytetyön haluttiin olevan projektimuotoinen ja käsittelevän seksuaalisuutta, mutta tarkempi aiheen rajaus oli hämärä vielä tiedonhaun alkuvaiheessa. Tämän vuoksi aikaa käytettiin osittain myös epäolennaisen tiedon hankkimiseen lopullisen aiheen kannalta. Oli tärkeää, että aihe on opinnäytetyön tekijöiden mielenkiinnon lisäksi myös työelämän toiveita vastaava ja alun kartoittavan kyselyn teettäminen oli hyvä ratkaisu tämän kannalta. Kyselyn tulokset auttoivat määrittämään aiheen koskemaan seksuaalisuuden merkitystä sekä aiheen puheeksi ottamista asiakkaan kanssa toimintaterapiassa. Tarkemman aiheenrajausten myötä opinnäytetyön ohjaajat vaihtuivat, mikä projektin alkuvaiheessa osaltaan hieman hidasti etenemistä.

Luonnosteluvaiheessa työstettiin opinnäytetyön toteutussuunnitelma, joka sisälsi tietoperustan sekä projektisuunnitelman. Tietoperustaa varten tehtiin tiedonhakua mm. perehtymällä kirjallisuuteen ja määriteltiin opinnäytetyömme keskeiset käsitteet. Tietoperusta käsitteli yleispätevästi seksuaalisuutta, mutta toimintaterapian näkökulma jäi suppeaksi. Opinnäytetyön ohjaajilta saadun palautteen mukaan tietoperustassa näkyi epäjohdonmukaisuus ja kriittistä palautetta saatiin esimerkiksi käyttämistämme lähteistä. Projektisuunnitelmassa mm. asetettiin projektille tavoitteet ja laatuksiteerit sekä laadittiin aikataulu. Projektisuunnitelmassa kiinnitettiin erityistä huomiota projektin aikatauluttamiseen, jolla pyrittiin helpottamaan tulevaa etätyöskentelyä kahden projektiryhmän jäsenen lähtiessä keväällä kansainväliseen vaihtoon. Ohjaavien opettajien palautteen mukaan pro-

jektisuunnitelmassa aiheen keskeneräinen rajaus näkyi tarkoituksen, tavoitteiden sekä laatuksien epäselkeytenä. Toteutussuunnitelma toimi kuitenkin perustana sille, että opinnäytetyöprojektia pystyttiin jatkamaan aikataulun mukaisesti.

Toteutussuunnitelman korjaamisen ohessa aloitettiin **kehittelyvaihe**, jonka aikana laadittiin ensimmäinen versio e-oppimateriaalista ja järjestettiin työpaja koekäyttöä varten. E-oppimateriaalia tehtiin pääasiassa etäyhteydellä kansainvälisen vaihdon vuoksi, mikä ajoittain loi haasteita yhteydenpidolle teknisten ongelmien vuoksi. Työskentely kuitenkin onnistui tehokkaasti ja aikataulussa, mihin oltiin tyytyväisiä. Ensimmäisessä materiaalin versiossa hyödynnettiin tietoperustan tekstejä ja etsittiin lisämateriaalia. Yhtenevät tunnukset sähköisiin alustoihin luotiin toimintaterapian tutkinto-ohjelman opettajan avustuksella, jotta opettajat pystyvät käyttämään materiaalia helpommin tulevaisuudessa. Tunnusten luomisen yhteydessä tehtiin päätös käyttää ThingLinkiä ja Peda.netiä lopullisina alustoina, mikä osoittautui lopulta hyväksi ratkaisuksi. Vaihto-opiskelun päättymisen jälkeen ensimmäinen versio e-oppimateriaalista koostettiin, ja päätökset tehtiin koskien visuaalisia ratkaisuja. Tässä vaiheessa materiaali koettiin hyväksi ja siitä haluttiin kerätä palautetta.

Tarkoituksena oli pitää työpaja kevätlukukauden lopulla. Työpajasuunnitelman ensimmäinen versio laadittiin kaksi kuukautta ennen arvioitua työpajan ajankohtaa, mutta siihen tehtiin vielä myöhemmin joitain muokkauksia työpajajärjestelyiden selvittyä. Työpajaa ei ollut mahdollista järjestää halutulle kohderyhmälle suunniteltuna aikana, mutta koska aikataulussa haluttiin pysyä, työpaja järjestettiin ilmoittautuneille vapaaehtoisille toimintaterapian opiskelijoille. Tämän vuoksi ylimääräistä aikaa jouduttiin käyttämään työpajan markkinointiin, mikä kuitenkin oli toimintana kiinnostavaa. Näiden tekijöiden vuoksi työpajan järjestämisessä tuli kiire, mutta olosuhteet huomioon ottaen koettiin, että työpajan järjestäminen tässä vaiheessa oli oikea ratkaisu. Lopulta pieni vapaaehtoisten ryhmä osoittautui toimivaksi, sillä osallistujat olivat selvästi kiinnostuneita ja halukkaita keskustelemaan aiheesta. Työpajaan oltaisiin kuitenkin toivottu myös osallistujia, joille aihe on vaikeasti lähestyttävä, jotta palaute olisi ollut vielä monipuolisempaa. Työpajasta saatiin kuitenkin laadukasta palautetta, jota ilman materiaalin kehittäminen eteenpäin ei olisi onnistunut yhtä hyvin. Kokonaisuudessaan työpajan sisältö oli toimiva ja siitä saatiin positiivista palautetta. Osallistujat olisivat kuitenkin toivoneet harjoitteiden käsittelylle ja keskustelulle enemmän aikaa, mikä osoittaa aiheen olevan tärkeä opiskelijoille.

E-oppimateriaalin **viimeistelyvaiheessa** tehtiin lopullinen versio materiaalista, kirjoitettiin opinnäytetyön raportti sekä esitettiin opinnäytetyö Hyvinvointia yhdessä -päivässä 14.11.2018. Työpajasta

ja ohjaavilta opettajilta saadun palautteen mukaisesti tehtiin muutoksia sekä ThingLinkiin että Peda.netiin. E-oppimateriaali muuttui tässä vaiheessa merkittävästi ensimmäisestä versiosta ja koettiin, että nämä muutokset tekivät materiaalista laadukkaamman ja toimivamman kokonaisuuden. Koska materiaali muuttui paljon, uuden palautteen kerääminen koettiin tarpeelliseksi ja sen mahdollisuutta pohdittiin viimeistelyvaiheessa. Kesällä 2018 päätettiin keskittyä opinnäytetyön raportin kirjoittamiseen ja e-oppimateriaali viimeisteltiin syksyllä 2018, jolloin kaksi tutkinto-ohjelman opettajaa lupautuivat antamaan palautetta uudistetusta materiaalista. Palautteen saaminen oli hyödyllistä ja auttoi materiaalin laadun arvioinnissa. Raportin ensimmäisen versio tehtiin tehokkaasti nopealla aikataululla, mihin vaikutti osittain se, että tietoperusta oli kattava ja helposti hyödynnettävissä raporttiin. Raportin kirjoittaminen oli motivoivaa, sillä oppimateriaalin muokkauksen myötä saatiin uutta intoa projektin viimeistelyyn. Tehokkuutta raportin tekemiseen lisäsi myös se, että sitä päätettiin kirjoittaa etäyhteyden välityksellä yhdessä sen sijaan, että tehtäviä olisi jaettu jokaiselle itsenäisesti tehtäväksi. Suunnitelmaa tehdessä palautetta saatiin tekstien irrallisuudesta, minkä vuoksi raportti tehtiin alusta asti yhdessä yhtenäisen kokonaisuuden luomiseksi.

8 POHDINTA

Opinnäytetyön tavoitteena oli suunnitella ja valmistaa monimuotototeutukseen soveltuva e-oppi-materiaali toimintaterapian opintoihin seksuaalisuutta käsittelevän opetuksen tueksi. Materiaalin tarkoituksena on helpottaa seksuaalisuuden puheeksi ottamista lisäämällä toimintaterapiaopiskelijoiden tietoa seksuaalisuudesta, toimintaterapeutin roolista sen käsittelyssä sekä kannustamalla reflektoimaan omaa suhtautumista seksuaalisuuteen. Opinnäytetyömme avulla tuomme aihetta enemmän esille jo koulutusvaiheessa ja näin omalta osaltamme edistämme tulevien toimintaterapeuttien osaamista seksuaalisuuden puheeksi ottamisessa. Aina on oppimisen varaa, mutta kaiken kaikkiaan olemme tyytyväisiä siihen, millaisen tuotteen saimme valmistettua. Tuote täyttää tarkoituksensa ja olemme saavuttaneet opinnäytetyöllemme asettamamme tavoitteet. Olemme ottaneet hyvin vastaan palautetta ja tehneet muutoksia sen perusteella. Olemme kuitenkin osanneet myös arvioida, millaisiin muutoksiin olemme valmiita, jotta opinnäytetyömme tuotos olisi myös meidän toiveidemme mukainen.

Tuotteemme vahvuuksia ovat sen monipuolisuus sekä muokattavuus. Olemme luoneet yhteiset tunnuksot, jotka jäävät opettajien käyttöön ja näin he voivat jatkossa halutessaan täydentää ja muokata materiaalin sisältöä. Päivittämisen avulla e-oppimateriaalin tieto pysyy ajankohtaisena ja asianmukaisena. Muita tuotteen vahvuuksia ovat sen innovatiivisuus ja käytön yksinkertaisuus, sillä kaikki seksuaalisuuden teemaan liittyvä tieto löytyy yhdestä materiaalista ja on opiskelijoiden käytettävissä läpi opintojen. Haasteena e-oppimateriaalin käyttämisessä on, että sen sisältö voi tarvita täydentämistä ennen kuin sen käyttö jokaisella opintojaksolla on toimivaa. Haasteena käyttöönotolle voi olla myös opettajien kokemus materiaalissa etenemisen vaikeudesta.

Seksuaalisuus osana toimintaterapiaa on teemana mielenkiintoinen ja kiinnosti meitä kaikkia alusta lähtien. Meillä kaikilla oli se käsitys, että seksuaalisuus on merkittävä osa ihmisen arkea ja se tulisi aina ottaa osaksi toimintaterapiaa. Seksuaalisuus on yhä sensitiivinen aihe, jonka intiimiys haastaa sen puheeksi ottamista, minkä takia koimme tarpeelliseksi tuoda aihetta enemmän esille oman tutkinto-ohjelmamme opetuksessa. Opinnäytetyöprosessin aikana reflektion merkitys on korostunut, minkä vuoksi olemme tyytyväisiä siihen, että päätimme tehdä opinnäytetyömme opiskelijoita ajatellen. Aiheeseen perehtyminen on saanut meidät pohtimaan myös omia asenteitamme ja ajatuksiamme seksuaalisuuteen liittyen enemmän kuin aikaisemmin. Oman suhtautumisen, asenteiden ja ajatusten pohtiminen reflektiivisesti on tärkeää, jotta näinkin vaikeasta ja herkästä asiasta

keskusteleminen asiakkaan kanssa olisi luonnollisempaa. Luottamuksellisen vuorovaikutussuhteen syntyminen edellyttää ammattilaisen itsereflektiota. Valmiudet reflektioon on tärkeä oppia jo opiskeluvaiheessa, jotta tulevana ammattilaisena on työkaluja itsensä ja oman työnsä kehittämiseen. Toimintaterapia perustuu vuorovaikutussuhteen luottamuksellisuuteen, minkä vuoksi sen luomiseen ja ylläpitämiseen tulee käyttää aikaa. Lisäksi terapeutilla tulee olla aito kiinnostus asiakasta ja hänen tilannettaan kohtaan, jotta luottamuksellinen ilmapiiri voi syntyä.

Motivaatiomme opinnäytetyöhön säilyi vahvana läpi prosessin osittain sen vuoksi, että aihe on meille kaikille merkityksellinen. Opinnäytetyöprosessimme aikana korostuivat jokaisen tekijän vahvuudet ja pystyimme hyödyntämään omaa osaamistamme projektin eri vaiheissa. Merkittävimpinä vahvuuksina ovat luovuus, innovatiivisuus, ajanhallinta sekä yhteishenki. Näiden vahvuuksien avulla etenimme aikataulussa ja teimme tuotteesta juuri meidän näköisemme. Etenemistä projektissamme on haastanut etätyöskentely, minkä vuoksi kommunikaatio on ollut vaikeampaa ja toimivan yhteydenpitokeinon löytäminen on vienyt aikaa. Lisäksi internetyhteyksien ongelmat ovat ajoittain hidastaneet työskentelyä. Projektin loppuvaiheessa tehtävien priorisointi on ollut vaikeampaa, sillä olemme suorittaneet myös viimeisiä harjoitteluita ja muita opintoja samanaikaisesti opinnäytetyön kanssa. Tulevaisuudessa meidän pitää kiinnittää huomiota projektityöskentelyn virallisempiin osa-alueisiin, kuten sopimusten kirjoittamiseen, jotka tässä opinnäytetyössä tehtiin vasta projektin loppuvaiheessa. Projektin aikana olemme oppineet käyttämään teknologiaa mm. työskennellessä etäyhteyden välityksellä sekä oppimateriaalin laadinnassa. Olemme oppineet myös seksuaalisuuden monimuotoisuudesta ja sen tärkeys on korostunut meille entisestään. Lisäksi olemme oppineet lisää konkreettisista keinoista sekä tulleet itsevarmemmiksi seksuaalisuuden puheeksi ottamisessa.

Kokonaisuudessaan opinnäytetyöprosessin aikana on koettu monenlaisia tunteita. Prosessi on tuonut meille haasteiden lisäksi paljon onnistumisen kokemuksia tuotteen kehittämisen aikana. Koemme, että vastoinkäymiset ovat saaneet meidät arvostamaan projektin kohokohtia. Tärkein oivallus tuotteen kehittämisessä oli käyttäjän näkökulman huomioiminen esimerkiksi palautteen keräämisen avulla, sillä opimme sen vievän tuotetta eniten eteenpäin kohti asiakaslähtöisyyttä. Prosessi oli antoisa ja mahdollisti jonkin täysin uuden asian luomisen alusta asti. Suurimmat haasteet ja epätoivon tunteet projektin aikana ovat koskeneet kirjallisia osuuksia. Opinnäytetyöprosessiimme on sisällynyt monenlaisia vaiheita, jotka ovat olleet päällekkäisiä ja välillä olemme joutuneet myös palaamaan askeleita taaksepäin. Olemme kokeneet tällaisen prosessin kuvaamisen haastavaksi.

Jälkeenpäin ajateltuna olisimme voineet panostaa jo alkuvaiheessa enemmän tiedonhaku-
jemme kehittämiseen sekä lähdekriittisyyteen, jolloin myös toimintaterapian näkökulma tuotteessa
olisi voinut olla vahvempi. Tuotteen tekijöinä haluaisimme jatkaa sen kehittämistä vielä nykyistäkin
paremmaksi, mutta loppujen lopuksi olemme kuitenkin ylpeitä ja onnellisia tekemästämme työstä.

Tulevaisuudessa e-oppimateriaalia voidaan hyödyntää osana tutkinto-ohjelmamme opintojaksoja
seksuaalisuutta käsittelevän opetuksen tukena. Opiskelijoiden saama tieto voi myös jalkautua laa-
jemmin käytännön työhön opiskelijoiden siirtyessä työelämään. Jatkossa materiaalin kehittämistä
voivat jatkaa muut tutkinto-ohjelmamme opiskelijat päivittämällä sen sisältöä sekä tutkimalla sen
toimivuutta opiskelussa. Toivomme, että opinnäytetyömme kannustaa myös muita opiskelijoita ke-
hittämään oman tutkinto-ohjelmansa sisältöä.

LÄHTEET

American Occupational Therapy Association. 2014. The Occupational Therapy Practice Framework: Domain and Process, 3rd edition. American Journal of Occupational Therapy. Vol. 68 (Supplement 1).

Areskoug-Josefsson, K. & Fristedt, S. 2017. Occupational Therapy Students' Views on Addressing Sexual Health. Scandinavian Journal of Occupational Therapy.

<https://doi.org/10.1080/11038128.2017.1418021>

Cacciatore, R. 2007. Huomenna pannaan pussauskoppiin : eväitä tyttöinä ja poikana kasvamisen haasteisiin syntymästä murrosikään. Helsinki: WSOY

Cacciatore, R. & Korteniemi-Poikela, E. 2010. Portaita pitkin. Lapsen ja nuoren seksuaalisuuden kehittyminen: opas vanhemmille. Helsinki: WSOY

Couldrick, L. 2005. Sexual expression and Occupational Therapy. British Journal Of Occupational Therapy 68 (7) 315-318. <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.837.3470&rep=rep1&type=pdf>

Creek, J. & Lougher, L. 2008. Occupational Therapy and Mental Health. 4th Edition. Edinburg: Elsevier Churchill Livingstone.

Ellis, K. 2018. "We're old enough to be your parents!" How to make everyone comfortable talking about sex. Student Pulse E-Newsletter. Viitattu 16.07.2018, The American Occupational Therapy Association.

Greenberg, J., Bruess, C. & Oswalt, S. 2016. Exploring the Dimensions of Human Sexuality. 6. painos. Jones and Bartlett Publishers, Inc.

Hadjerrouit, S. 2010. Developing Web-Based Learning Resources in School Education: A User-Centered Approach. *Interdisciplinary Journal of E-Learning and Learning Objects*. 6/2010. Kristiansand: University of Agder.

Hagedorn, R. 2000. *Tools for Practice in Occupational Therapy: A Structured Approach to Core Skills and Processes*. Edinburgh: Churchill Livingstone.

Hattjar, B. 2012. *Sexuality and Occupational Therapy: Strategies for Persons With Disabilities*. 1.painos. The American Occupational Therapy Association. Bethesda, MD: AOTA Press.

Idänpään-Heikkilä, U., Outinen, M., Nordblad, A., Päivärinta, E. & Mäkelä, M. 2000. *Laatukriteerit. Suuntaviivoja tekijöille ja käyttäjille*. Helsinki: Stakes. <http://www.stakes.fi/verkkajulkaisut/muut/Aiheita20-2000.pdf>

Ilomäki, L. 2012. Johdanto. Teoksessa L. Ilomäki (toim.) *Laatua e-oppimateriaaleihin. E-oppimateriaalit opetuksessa ja oppimisessa*. Opetushallitus. Oppaat ja käsikirjat 2012:5. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy, 5. https://www.oph.fi/download/144415_Laatua_e-oppimateriaaleihin_2.pdf

Ilmonen, T. 2008. Plissit-malli. Teoksessa M. Ritamo (toim.) *Seksuaalisuus ammattihenkilöstön koulutuksessa sekä vammaisten ja pitkäaikaissairaiden terveyspalveluissa*. Työpapereita 26/2008. Helsinki: Stakes, 12-13. <http://www.stakes.fi/verkkajulkaisut/tyopaperit/T26-2008-VERKKO.pdf>

Jones, M.K., Weerakoon, P. & Pynor, R.A. 2005. Survey of occupational therapy students' attitudes towards sexual issues in clinical practice. *Occupational Therapy International* 12 (2). 95-106. Whurr Publishers Ltd. Viitattu 17.12.2017. <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/oti.18/epdf>

Jyväskylän yliopisto. 2016. *Laadunhallinta: Laatusanastoa*. Viitattu 20.7.2018, <https://www.jyu.fi/yliopistopalvelut/laatu/ohjaus/laatusanastoa>

Jämsä, K. & Manninen, E. 2000. *Osaamisen tuoteistaminen sosiaali- ja terveysalalla*. Vantaa: Tammi.

Järvenpää, P. & Keinänen, S. 2008. "Olisi hyvä olla edes perusasiat hanskassa": seksuaalineuvontaan liittyvä opetus toimintaterapeuttikoulutuksessa. Turun ammattikorkeakoulu. Toimintaterapian tutkinto-ohjelma. Opinnäytetyö.

Kielhofner, G. 2004. *Conceptual Foundations of Occupational Therapy*. 3rd Edition. Philadelphia: F. A. Davis Company.

Kielhofner, G. 2002. *Model of Human Occupation: Theory and Application*. 3rd Edition. Baltimore: Lippincott, Williams & Wilkins.

Kilpiä, J., Kurka, L. & Ruuhilahti, S. 2011. Nuorten seksuaalineuvonta. Teoksessa S. Saarinen (toim.). *Seksuaalineuvonnan tueksi*. THL 27/2011, 51-62. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80221/638fa3f5-4df4-4dc8-86e9-37e0d9db7a9c.pdf?sequence=1>

Klemetti, R. & Raussi-Lehto, E. (toim.) 2014. *Edistä, ehkäise, vaikuta – Seksuaali- ja lisääntymis-terveyden toimintaohjelma 2014-2020*. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 3. tarkennettu painos. Tampere: Juvenes Print. http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116162/THL_OPAS33_VERKKO9.3.2016.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Kotimaisten kielten keskus ja kielikone Oy. 2018a. *Kielitoimiston sanakirja*. Käyttöliittymä. Viitattu 15.11.2018, <https://www.kielitoimistonsanakirja.fi/käyttöliittymä>

Kotimaisten kielten keskus ja kielikone Oy. 2018b. *Kielitoimiston sanakirja*. Paradigma. Viitattu 15.11.2018, <https://www.kielitoimistonsanakirja.fi/paradigma>

Lohman, H.L., Kobrin, A. & Chang, W.P. 2017. Exploring the Activity of Daily Living of Sexual Activity: A Survey in Occupational Therapy Education. *The Open Journal of Occupational Therapy*. Vol. 5: Iss. 2, Article 9. <https://doi.org/10.15453/2168-6408.1289>

Manninen, J. & Pesonen, S. 2000. Aikuisdidaktiset lähestymistavat - verkkopohjaisten oppimisympäristöjen suunnittelun taustaa. Teoksessa J. Manninen & J. Matikainen (toim.) *Aikuiskoulutus verkossa: verkkopohjaisten oppimisympäristöjen teoriaa ja käytäntöä*. Lahti: Helsingin yliopiston Lahden tutkimus- ja koulutuskeskus, 63-91.

Matilainen, T & Mikkonen, M. 2012. Seksuaaliterveyden edistäminen osana toimintaterapeutin työnkuvaa. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Toimintaterapian tutkinto-ohjelma. Opinnäytetyö. Viitattu 15.12.2017, <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201205168524>

McHugh, Pendleton, H. & Schultz-Krohn, W. 2018. Pedretti's Occupational Therapy - E-Book: Practice Skills for Physical Dysfunction. 8th Edition. Viitattu 16.7.2018, https://search.ebscohost.com.ezp.oamk.fi:2047/login.aspx?direct=true&db=nlebk&AN=1485159&site=ehost-live&ebv=EB&ppid=pp_480

Mc Grath, M. & Sakellariou, D. 2016. The Issue Is—Why has so little progress been made in the practice of occupational therapy in relation to sexuality? *American Journal of Occupational Therapy* 70 (1), <http://dx.doi.org/10.5014/ajot.2016.017707>

MacRae, N. 2013. Sexuality and the Role of Occupational Therapy. The American Occupational Therapy Association. <https://www.aota.org/~media/Corporate/Files/AboutOT/Professionals/WhatIsOT/RDP/Facts/Sexuality.pdf>

Mosey, A. 1986. Psychosocial components of occupational therapy. Michigan: Raven Press: Lippincott-Raven.

Nurmi, T. 1998. Uusi suomen kielen sanakirja. Jyväskylä: Gummerus.

Ojanen, S. 1996. Reflektion käsite opettajan koulutuksessa. Muotihulluus vai kasvatusreformin kulmakivi? Teoksessa S. Ojanen (toim.) Tutkiva opettaja 2. Helsingin yliopiston Lahden tutkimus- ja koulutuskeskus. Tampere: Tammer.

Oulun ammattikorkeakoulu. 2018a. Ammattikorkeakoulututkinnot. Toimintaterapeutti (AMK), monimuotototeutus. Viitattu 25.5.2018, <https://www.oamk.fi/fi/koulutus/amk-tutkintoon-johtava-koulutus/toimintaterapeutti/toimintaterapeutti-amk-monimuotototeutus/>

Oulun ammattikorkeakoulu. 2016. Strategia 2017-2020. Viitattu 10.6.2018, <http://www.oamk.fi/strategia/>

Oulun ammattikorkeakoulu. 2018b. Toimintaterapian tutkinto-ohjelman opetussuunnitelma 2018-2019. Viitattu 18.2.2018, <http://www.oamk.fi/opinto-opas/opintojen-sisalto/opetussuunnitelmat?koulutus=ttk2018sm&lk=s2018&alasivu=ops>

Oulun ammattikorkeakoulu. 2018c. Toimintaterapian tutkinto-ohjelman opetussuunnitelma 2018-2019. Viitattu 14.11.2018, <http://www.oamk.fi/opinto-opas/opintojen-sisalto/opetussuunnitelmat?koulutus=ttk2018sm&lk=s2018&alasivu=kuvaus>

Papaharitou, S., Nakopoulou, E., Kirana, P., Giaglis, G., Moraitou, M. & Hatzichristou D. 2007. Factors associated with sexuality in later life: An exploratory study in a group of Greek married older adults. *Archives of Gerontology and Geriatrics* (artikkelinnumero puuttuu) doi:10.1016/j.archger.2007.03.008

Peda.net. 2018. Ohjeet. Peda.net -palvelun rakenne. Viitattu 14.11.2018. <https://peda.net/ohjeet/palvelun-rakenne>

Pelkonen, M. 2014. Lukijalle. Teoksessa Klemetti R. & Raussi-Lehto, E. (toim.) Edistä, ehkäise, vaikuta – Seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelma 2014-2020. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 3. tarkennettu painos. Tampere: Juvenes Print, 3. http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116162/THL_OPAS33_VERKKO9.3.2016.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Rose, N. & Hughes, C. 2018. Addressing Sex in Occupational Therapy: A Coconstructed Autoethnography. *American Journal of Occupational Therapy*. Volume 72. <https://doi.org/10.5014/ajot.2018.026005>

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

Seta. 2016. Seksuaalinen suuntautuminen. Viitattu 21.11.2017, <http://seta.fi/seksuaalinen-suuntautuminen/>

Shepherd, J. 2014. Activities of Daily Living and Sleep and Rest. Teoksessa J. Case-Smith & J.C. O'Brien (toim.) *Occupational Therapy for Children and Adolescents*. ProQuest Ebook Central. Viitattu 15.11.2018, <http://ebookcentral.proquest.com/lib/oamk-ebooks/detail.action?docID=2072082>

- Silfverberg, P. 2007. Ideasta projektiksi. Projektinvetäjän käsikirja. Viitattu 13.12.2017, https://www.helsinki.fi/urapalvelut/materiaalit/liitetiedostot/ideasta_projektiksi.pdf
- Sinisaari-Eskelinen, M., Jouhki, M., Tervo, P. & Väisälä, L. 2016. Työkaluja seksuaalisuuden puheeksi ottamiseen: Plissitistä Betteriin. Sosiaalilääketieteen aikakauslehti 53: 286–293. Viitattu 15.6.2018. [file:///home/chronos/u-50e85c51624434029a6b26e7d10635118de2f700/Downloads/59673-Artikkelin%20teksti-63105-1-10-20161128%20\(1\).pdf](file:///home/chronos/u-50e85c51624434029a6b26e7d10635118de2f700/Downloads/59673-Artikkelin%20teksti-63105-1-10-20161128%20(1).pdf)
- Suomen Kuntaliitto. 2017. Toimintaterapianimikkeistö. Teoksessa T. Savolainen & V. Aralinn (toim.) Toimintaterapianimikkeistö. Nomenklatur för ergoterapi. Helsinki: Kuntaliitto.
- Taylor, B. & Davis, S. 2007. The Extended PLISSIT Model for Addressing the Sexual Wellbeing of Individuals with an Acquired Disability or Chronic Illness. *Sex Disabil* 25/2007.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2017. Keskeiset käsitteet. Viitattu 21.11.2017, https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/menetelmat/seksuaalisuus-puheeksi/keskeiset-kasitteet
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2016. ICF-luokitus. Viitattu 5.12.2017, <https://thl.fi/fi/web/toimintakyky/icf-luokitus>
- ThingLink 2016. ThingLink opetuksessa. Viitattu 14.11.2018, <http://demo.thinglink.com/opetuksessa>
- University of Exeter. 2018. Methods of Teaching, Learning & Assessment – Workshop. Viitattu 14.11.2018, <http://socialsciences.exeter.ac.uk/education/graduatestudies/methodsofteachinglearningassessment/workshop/>
- Valli, R. 2018. Ikkunoita tutkimus-metodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Verkko-oppimateriaalin laatukriteerit. 2006. Opetushallitus. Työryhmän raportti 16.12.2005. Helsinki: Edita-Prima Oy.

Vroman, K. 2014. Adolescent Development: Transitioning from Child to Adult. Teoksessa J. Case-Smith & J.C. O'Brien (toim.) Occupational Therapy for Children and Adolescents. ProQuest Ebook Central. Viitattu 15.11.2018, <http://ebookcentral.proquest.com/lib/oamk-ebooks/detail.action?docID=2072082>

Väestöliitto. 2017. Hei, mitä minussa tapahtuu? Lapsen seksuaaliterveys. Viitattu 17.12.2017, http://www.vaestoliitto.fi/vanhemmuus/tietoa_vanhemmille/pienten_lasten_vanhemmat/lapsijaseksuaalisuus/

World Association for Sexual Health. 2014. Seksuaalioikeuksien julistus. Viitattu 22.11.2017, http://frantic.s3.amazonaws.com/sexpo/2011/12/Seksuaalioikeuksien_julistus_2014.pdf

World Federation of Occupational Therapy. 2010. Statement on Occupational Therapy. <http://www.wfot.org/Portals/0/PDF/STATEMENT%20ON%20OCCUPATIONAL%20THERAPY%20300811.pdf>

LIITTEET

Liiteluettelo

Liite 1. Kartoittavan kyselyn kysymykset

Liite 2. Seksuaalioikeuksien julistus

Liite 3. Palautekysely

1. Minkä asiakasryhmän kanssa työskentelet?
2. Miten koet, että toimintaterapeutin työssä pitäisi käsitellä seksuaalisuutta asiakkaan kanssa?
3. Miten mielestäsi tulisi huomioida perhekeskeisyys seksuaalisuuden käsittelyssä? Voit tarkastella asiaa arvioinnin, intervention ja kotiutumisen näkökulmasta.
4. Millaista seksuaalisuuden käsittelyyn liittyvää työvälinettä/opasta kaipaisit työhösi?
5. Mitä ehdotuksia sinulla olisi opinnäytetyön aiheeseen liittyen?



SEKSUAALIOIKEUKSIEN JULISTUS

Koska seksuaalioikeudet ovat olennaisia tavoiteltaessa parhaita saavutettavissa olevaa seksuaaliterveyttä, Seksuaaliterveyden maailmanjärjestö

TOTEAA että seksuaalioikeudet perustuvat yleismaailmallisiin ihmisoikeuksiin sekä tieteelliseen tietoon ihmisen seksuaalisuudesta ja seksuaaliterveydestä. Ihmisoikeudet on jo tunnustettu kansainvälisissä ja alueellisissa ihmisoikeusasiakirjoissa, kansallisissa perustuslaeissa ja lainsäädännössä sekä ihmisoikeusnormeissa ja -periaatteissa.

VAHVISTAA EDELLEEN, että seksuaalisuus on keskeinen osa ihmisyyttä läpi elämän sisältäen sukupuolen, sukupuoli-identiteetit ja -roolit, eroottisuuden, nautinnon, läheisyyden ja lisääntymisen. Seksuaalisuus koetaan ja ilmaistaan ajatuksina, fantasiaina, haluina, uskomuksina, asenteina, arvoina, käyttäytymisenä, toimintana, rooleina ja ihmissuhteina. Vaikka seksuaalisuus voi sisältää kaikki nämä ulottuvuudet, eivät niistä kaikki ole aina koettuja tai ilmaistuja. Seksuaalisuuteen vaikuttaa biologisten, psykologisten, sosiaalisten, taloudellisten, kulttuuristen, laillisten, historiallisten, uskonnollisten ja henkisten tekijöiden vuorovaikutus.

TIEDOSTAA, että seksuaalisuus on nautinnon ja hyvinvoinnin lähde sekä myötävaikuttaa kokonaisvaltaiseen itsensä toteuttamiseen ja tyytyväisyyteen.

VAHVISTAA EDELLEEN, että seksuaaliterveys on seksuaalisuuteen liittyvän kehollinen, henkisen, sosiaalisen ja tunne-elämän hyvinvoinnin tila; se ei ole vain sairauden, toimintahäiriön tai vaivaisuuden puuttumista. Seksuaaliterveys edellyttää myönteistä ja kunnioittavaa lähestymistä seksuaalisuuteen ja seksuaalisuhteisiin sekä mahdollisuutta nautinnollisiin ja turvallisiin seksuaalisiin kokemuksiin ilman pakottamista, syrjintää tai väkivaltaa.

VAHVISTAA EDELLEEN, että seksuaaliterveyttä ei voi määrittellä, ymmärtää tai panna täytäntöön ilman laajaa käsitystä seksuaalisuudesta.

VAHVISTAA EDELLEEN, että seksuaaliterveyden saavuttamiseksi ja ylläpitämiseksi jokaisen henkilön seksuaalioikeuksia täytyy kunnioittaa, suojella ja toteuttaa.

TIEDOSTAA, että seksuaalioikeudet perustuvat kaikkien ihmisten myötäsyntyiseen vapauteen, arvokkuuteen ja tasa-arvoon, sekä sisältävät sitoumuksen vahingolta suojelemiseen.

TOTEAA, että tasa-arvo ja syrjimättömyys muodostavat perustan kaikelle ihmisoikeuksien suojelemiselle ja edistämiselle, ja ne sisältävät kiellon syrjintään, ulossulkemiseen tai rajoittamiseen, jonka perusteena on kulttuuritausta, ihonväri, sukupuoli, kieli, uskonto, poliittinen tai muu mielipide, kansallinen tai yhteisötausta, omaisuus, syntyperä tai muu asema kuten vammaisuus, ikä, kansallisuus, siviilisääty tai perhe; seksuaalinen suuntautuminen tai sukupuoli-identiteetti, terveyden tila, asuinpaikka, taloustilanne tai sosiaalinen tilanne.

TIEDOSTAA, että henkilöiden seksuaaliset suuntautumisot, sukupuoli-identiteetit ja kehollinen moninaisuus tarvitsevat ihmisoikeuksien suojan.

TIEDOSTAA, että kaikenlainen väkivalta, häirintä, syrjintä, ulossulkeminen ja leimaaminen ovat ihmisoikeusrikkomuksia, jotka vaikuttavat yksilöiden, perheiden ja yhteisöjen hyvinvointiin.

VAHVISTAA, että velvollisuus kunnioittaa, suojella ja toteuttaa ihmisoikeuksia koskee kaikkia seksuaalioikeuksia ja vapauksia.

VAHVISTAA, että seksuaalioikeudet suojelevat jokaisen seksuaaliterveyttä sekä oikeutta toteuttaa ja ilmaista seksuaalisuuttaan asianmukaisella kunnioituksella toisten oikeuksia kohtaan.

Seksuaalioikeudet ovat seksuaalisuutta koskevia ihmisoikeuksia:

1. Oikeus tasa-arvoon ja syrjimättömyyteen

Jokainen on oikeutettu nauttimaan kaikista seksuaalioikeuksista, jotka tässä julistuksessa on esitetty, ilman minkäänlaista erottelua, jonka perusteena on kulttuuritausta, ihonväri, sukupuoli, kieli, poliittinen tai muu mielipide, kansallinen tai sosiaalinen alkuperä, asuinpaikka, omaisuus, syntyperä, vammaisuus, ikä, kansallisuus, siviilisääty tai perhe, seksuaalinen suuntautuminen, sukupuoli-identiteetti ja -ilmaisu, terveyden tila, taloudellinen tai sosiaalinen tilanne tai muu asema.

2. Oikeus elämään, vapauteen ja henkilökohtaiseen turvallisuuteen

Jokaisella on oikeus elämään, vapauteen ja turvallisuuteen, joita ei saa uhata, rajoittaa tai riistää mielivaltaisesti seksuaalisuudesta johtuvien syiden vuoksi. Näihin kuuluvat seksuaalinen suuntautuminen, suostumukseen perustuva seksuaalikäyttäytyminen ja toiminta, sukupuoli-identiteetti ja -ilmaisu sekä seksuaal- ja lisääntymisterveyteen liittyvien palveluiden käyttäminen tai tarjoaminen.

3. Oikeus itsemääräämiseen ja keholliseen koskemattomuuteen

Jokaisella on oikeus hallita ja päättää vapaasti heidän seksuaalisuuttaan ja kehoaan koskevista asioista. Tämä sisältää seksuaalikäyttäytymisen, toiminnan, kumppanien ja ihmissuhteiden valitsemisen asianmukaisella kunnioituksella toisten oikeuksia kohtaan. Vapaa ja tietoon perustuva päätöksenteko edellyttää vapaata ja tietoon perustuvaa suostumusta ennen mitään seksuaalisuuteen liittyvää koetta, puuttumista, hoitoa, leikkausta tai tutkimusta.

4. Oikeus vapauteen kidutuksesta ja julmasta, epäinhimillisestä tai alentavasta kohtelusta tai rangaistuksesta

Jokaisella on oikeus olla vapaa seksuaalisuuteen liittyvästä kidutuksesta ja julmasta, epäinhimillisestä tai alentavasta kohtelusta tai rangaistuksesta, mikä sisältää vahingolliset perinteet; pakotetun sterilisaation, ehkäisyn tai raskaudenkeskeytyksen; ja muut kidutuksen tai julman, epäinhimillisen tai alentavan kohtelun muodot syistä, jotka liittyvät henkilön sukupuoleen, seksuaaliseen suuntautumiseen, sukupuoli-identiteettiin ja -ilmaisuun, tai keholliseen moninaisuuteen.

5. Oikeus vapauteen kaikista väkivallan ja pakottamisen muodoista

Jokaisella on oikeus olla vapaa seksuaalisuuteen liittyvästä väkivallasta ja pakottamisesta, mikä sisältää raiskauksen, seksuaalisen hyväksikäytön, seksuaalisen häirinnän, kiusaamisen, seksuaalisen riiston ja orjuuttamisen, ihmiskaupan seksuaalisen riiston tarkoituksella, nelitsyyden selvittämisen sekä väkivallan, jonka syynä on todellinen tai oletettu seksuaalinen toiminta, seksuaalinen suuntautuminen, sukupuoli-identiteetti ja -ilmaisu tai kehollinen moninaisuus.

6. Oikeus yksityisyyteen

Jokaisella on oikeus yksityisyyteen liittyen seksuaalisuuteen, seksielämään ja valintoihin, jotka koskevat omaa kehoa tai suostumukseen perustuvia seksisuhteita ja toimintaa, ilman mielivaltaista puuttumista ja tunkelua. Tämä sisältää oikeuden hallita seksuaalisuutta koskevan henkilökohtaisen tiedon paljastamista toisille.

7. Oikeus parhaimpaan saavutettavissa olevaan terveydentilaan sisältäen seksuaaliterveyden, johon kuuluu mahdollisuus nautinnollisiin, tyydyttäviin ja turvallisiin seksuaalisiin kokemuksiin

Jokaisella on oikeus parhaimpaan saavutettavissa olevaan terveyden ja hyvinvoinnin tasoon liittyen seksuaalisuuteen sisältäen mahdollisuuden nautinnollisiin, tyydyttäviin ja turvallisiin seksuaalisiin kokemuksiin. Tämä edellyttää laadukkaiden seksuaaliterveyspalveluiden saatavuutta, esteettömyyttä ja hyväksyttävyyttä, sekä olosuhteita, jotka määräävät terveyttä ja vaikuttavat siihen sisältäen seksuaaliterveyden.

8. Oikeus nauttia tieteellisen edistyksen ja sen soveltamisen eduista

Jokaisella on oikeus nauttia tieteellisen edistyksen ja sen soveltamisen eduista liittyen seksuaalisuuteen ja seksuaaliterveyteen.

9. Oikeus tietoon

Jokaisella tulee olla pääsy eri lähteistä saatavaan tieteellisesti pätevään ja ymmärrettävään tietoon seksuaalisuudesta, seksuaaliterveydestä ja seksuaalioikeuksista. Tällaista tietoa ei tule mielivaltaisesti sensuroida, rajoittaa tai vääristellä tarkoituksella.

10. Oikeus saada opetusta ja kokonaisvaltaista seksuaalikasvatusta

Jokaisella on oikeus saada opetusta ja kokonaisvaltaista seksuaalikasvatusta. Seksuaalikasvatuksen on oltava ikään soveltuvaa, tieteellisesti täsmällistä, kulttuurisesti asiantuntevaa ja perustuttava ihmisoikeuksiin, sukupuolten tasa-arvoon ja myöntelyyn käsitykseen seksuaalisuudesta ja nautinnosta.

11. Oikeus solmia, muodostaa ja purkaa avioliitto tai vastaavanlaisia ihmissuhteita, jotka perustuvat yhdenvertaisuuteen sekä täyteen ja vapaaseen suostumukseen

Jokaisella on oikeus valita avioliittoa vai ei sekä solmia vapaasti avioliitto, kumppanuus tai vastaava ihmissuhde, joka perustuu täyteen ja vapaaseen suostumukseen. Jokaiselle kuuluvat yhdenvertaiset oikeudet avioliiton, kumppanuuden tai vastaavan ihmissuhteen solmimisessa, aikana ja purkamisessa. Tämä oikeus sisältää yhdenvertaiset oikeudet sosiaaliturvaan sekä muihin etuihin riippumatta ihmissuhteiden muodosta.

12. Oikeus päättää lasten hankinnasta, lapsiluvusta ja lasten ajoituksesta, sekä saada tietoa ja keinoja perhesuunnitteluun

Jokaisella on oikeus päättää lasten hankinnasta, lapsiluvusta ja lasten ajoituksesta. Oikeuden toteuttaminen edellyttää olosuhteita, jotka määräävät terveyttä ja hyvinvointia sekä vaikuttavat niihin sisältäen seksuaali- ja lisääntymisterveyspalvelut liittyen raskauteen, ehkäisyyn, lisääntymiskykyyn, raskauden keskeytyksen sekä adoptioon.

13. Oikeus ajatuksen, mielipiteen ja ilmaisun vapauteen

Jokaisella on oikeus ajatuksen, mielipiteen ja ilmaisun vapauteen liittyen seksuaalisuuteen, sekä oikeus ilmaista omaa seksuaalisuuttaan esimerkiksi ulkonäöllä, viestinnällä tai käyttäytymisellä asianmukaisella kunnioituksella toisten oikeuksia kohtaan.

14. Oikeus rauhanomaiseen kokoontumis- ja yhdistymisvapauteen

Jokaisella on oikeus rauhanomaiseen järjestäytymiseen, yhdistymiseen, kokoontumiseen, mielenilmaukseen ja edunajamiseen liittyen seksuaalisuuteen, seksuaaliterveyteen ja seksuaalioikeuksiin.

15. Oikeus osallistua julkiseen ja poliittiseen toimintaan

Jokaisella on oikeus ympäristöön, joka mahdollistaa toimellaan, vapaan ja merkityksellisen osallistumisen ja myötävaikuttamisen yhteiskunnalliseen, taloudelliseen, sosiaaliseen, kulttuuriseen ja poliittiseen toimintaan sekä muihin elämänalueisiin paikallisella, kansallisella, alueellisella ja kansainvälisellä tasolla. Erityisesti jokaiselle kuuluu oikeus osallistua heidän hyvinvointiaan määrävään politiikan kehittämiseen ja toteuttamiseen sisältäen seksuaalisuuden ja seksuaaliterveyden.

16. Oikeus hakea oikeutta, oikaisua ja hyvitystä

Jokaisella on oikeus hakea oikeutta, oikaisua ja hyvitystä, jos hänen seksuaalioikeuksiaan loukataan. Tämä edellyttää tehokkaita, riittäviä, esteettömiä ja tarkoituksenmukaisia kasvatuksellisia, lainsäädännöllisiä, oikeudellisia ja muita keinoja. Oikaiseminen sisältää hyvityksen palautuksena, korvauksena, kuntoutuksena, velvoitteen hoitamisenä, sekä vakuutuksena siitä, että loukkaus ei toistu.

Käännös ja toimitus: Tommi Paalanen. Oikoluku: Tiina Vilponen.

Tämä on Seksuaaliterveyden maailmanjärjestön virallinen käännös. Käännöksen alkuperäisen englanninkielisen asiakirjan puoleen lainopillisissa ja kielellistä täsmällisyyttä vaativissa kysymyksissä:
<http://www.worldsexology.org/resources/declaration-of-sexual-rights/>

Seksuaaliterveyden maailmanjärjestö (*World Association for Sexual Health, WAS*) on monitieteinen ja maailmanlaajuinen järjestö, johon kuuluu tieteellisiä seuroja, yhdistyksiä ja asiantuntijoita ihmisen seksuaalisuuden alalta. WAS edistää seksuaaliterveyttä läpi elämänkaaren kaikkialla maailmassa kehittämällä, edistämällä ja tukemalla seksologiaa ja kaikille kuuluvia seksuaalioikeuksia. WAS toteuttaa näitä tavoitteita edunajamisella, verkostoitumisella ja tarjoamalla puitteita tiedon, ideoiden ja kokemusten vaihdolle, sekä viemällä tieteellistä seksuaalisuuden tutkimusta, seksuaalikasvatusta, klinistä seksologiaa eteenpäin poikkitieteellisesti. Seksuaalioikeuksien julistus esitettiin alun perin 13:nnessä Seksologian maailmankongressissa vuonna 1997 Valenciassa, Espanjassa, ja vuonna 1999 sen tarkistettu versio hyväksyttiin WAS:n yleiskokouksessa Hong Kongissa. Myöhemmin se vahvistettiin *Sexual Health for the Millennium* -julistuksessa vuonna 2008. Tämä uudistettu julistus on hyväksytty Seksuaaliterveyden maailmanjärjestön hallituksessa huhtikuussa 2014.



PALAUTEKYSELY

	Täysin eri mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
Opintomateriaalin ulkoasu herättää mielenkiintoa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opintomateriaalin tekstit ovat selkeitä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opintomateriaali on helppokäyttöinen (linkkien toimivuus, mobiilikäyttö, sujuva siirtyminen sivulta toiselle)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opin lisää aiheesta oppimateriaalin avulla	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koen, että materiaalista voisi olla minulle hyötyä myös tulevaisuudessa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Minkä osan opintomateriaalista/työpajasta koet hyödyllisimmäksi ja miksi?



PALAUTEKYSELY

Mikä osa opintomateriaalista/työpajasta kaippaa kehittämistä ja miksi?

Ajatuksia, kommentteja tai muuta palautetta

**KIITOS PALAUTTEESTASI JA OSALLISTUMISESTASI
TYÖPAJAAN! :)**