

Emmi Janatuinen ja Johanna Heino

Seksuaalisuudesta toiminnallisesti - ideoita ja kokeiluja

Seksuaalikasvatuksen materiaaleja ja innovaatioita peruskoulun työntekijöille

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Kätilö (AMK)

Hoitotyön koulutusohjelma

Seksuaaliterveyden edistämisen kehittämistyö

22.3.2013

Tekijä(t) Otsikko	Johanna Heino ja Emmi Janatuinen Seksuaalisuudesta toiminnallisesti - ideoita ja kokeiluja
Sivumäärä Aika	19 sivua + 5 liitettä 22.3.2013
Tutkinto	kätilö (AMK)
Koulutusohjelma	Hoitotyön koulutusohjelma
Suuntautumisvaihtoehto	kätilötyön suuntautumisvaihtoehto
Ohjaaja	Lehtori Liisa Rytönen-Kontturi
<p>Tämän seksuaaliterveyden kehittämistyön tavoitteena oli lisätä peruskoululaisten kanssa työskentelevien Helsingin kaupungin työntekijöiden tietoisuutta erilaisista toiminnallisista seksuaalikasvatusmenetelmistä. Tarkoituksena oli koulutuksen avulla järjestää peruskoululaisten kanssa työskenteleville Helsingin kaupungin työntekijöille mahdollisuus kokeilla toiminnallisia tapoja antaa seksuaalikasvatusta.</p> <p>Kehittämistyön toteutustapa oli toiminnallinen. Tuotimme yhteistyössä Opetusviraston erityissuunnittelijan Raija Nummelinin kanssa sisällön Seksuaalikasvatuksen kehittyvät käytännöt -koulutustilaisuuteen 20.3.2013. Kolmetuntinen koulutusiltapäivä sisälsi kuusi toiminnallista rastia, joita osallistujat kiersivät pienryhmissä. Jokaisella rastilla osallistujat pääsivät kokeilemaan erilaisia toiminnallisia seksuaalikasvatuksen opetusmenetelmiä, joita olivat liikkuminen yhdistettynä Likert-asteikkoon, pelikortit, tarina, Internet-peli, kuvat ja leikki. Toiminnalliset harjoitteet olimme keränneet seksuaalikasvatukseen tarkoitettuista materiaaleista.</p> <p>Koulutusiltapäivään osallistui 18 työntekijää: sosiaaliohjaajia, terveydenhoitajia, koulupsykologeja, koulukuraattoreita ja opettajia. Harjoitteet herättivät keskustelua ja antoivat uusia lähestymistapoja seksuaalisuudesta puhumiseen.</p>	
Avainsanat	seksuaalikasvatus, seksuaaliopetus, toiminnallisuus, opetusmenetelmä

Author(s) Title	Johanna Heino and Emmi Janatuinen Functionally about sexuality - ideas and experiments
Number of Pages Date	19 pages + 5 appendices 22th March 2013
Degree	Bachelor of health care
Degree Programme	Nursing and health care
Specialisation option	Midwifery
Instructor	Liisa Rytönen-Kontturi, Lecturer
<p>The aim of this thesis was to teach functional methods of sexual education to the employees of Helsinki city working with children who are in the comprehensive school. Our purpose was to arrange an education event in which the employees had a chance to test functional methods of sexual education.</p> <p>This was a functional thesis. We created content to “The developing practices of sexual education” education event in co-operation with city of Helsinki Education Department and its special designer Raija Nummelin. The event was dated 20th March 2013. Education event which took three hours contained six functional exercises which participants performed in small groups. Exercises contained different teaching methods which were moving combined with Likert-scale, a card game, a story, an Internet-game, pictures and a play. We had collected functional exercises from materials made for sexual education.</p> <p>There were 18 participants in the education event. Participants were social workers, public health nurses, psychologists, school curators and teachers. Exercises provoked discussion and gave employees new approaches to talk about sexuality.</p>	
Keywords	sexual education, functionality, teaching method

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Kehittämistyön tavoite ja tarkoitus	2
3	Toiminnallinen seksuaalikasvatus	2
3.1	Tiedonhaku	2
3.2	Keskeiset käsitteet	2
3.2.1	Seksuaalisuus	3
3.2.2	Seksuaaliterveys	3
3.2.3	Seksuaalikasvatuksen tasot	3
3.3	Seksuaalikasvatuksen nykytilanne	5
3.3.1	Seksuaalikasvatuksesta yleisesti	5
3.3.2	Seksuaalikasvatuksen tavoitteet	6
3.3.3	Seksuaalikasvatuksen haasteita	7
3.3.4	Seksuaalikasvatus perusopetuksen opetussuunnitelmassa	7
3.4	Toiminnallisuus seksuaalikasvatuksessa	10
3.4.1	Yleisesti toiminnallisesta opettamisesta	10
3.4.2	Toiminnallisen opetuksen edellytykset	10
3.4.3	Toiminnallisen opetusmenetelmän etuja	11
3.4.4	Toiminnallisia tapoja antaa seksuaalikasvatusta	11
3.4.5	Seksuaalisuuden puheeksi ottaminen	12
4	Seksuaalisuudesta toiminnallisesti - ideoita ja kokeiluja	13
4.1	Tekoprosessin kuvaus ja aikataulu	13
4.2	Koulutuspäivän toteutus	14
4.3	Palautteet koulutuspäivästä	16
5	Työn julkaiseminen ja tiedottaminen	17
6	Pohdinta	17
6.1	Koulutusiltapäivän toteutuksen pohdinta	17
6.2	Mitä opimme tässä seksuaaliterveyden kehittämistyön prosessissa?	19
	Lähteet	20
	Liitteet	
	Liite 1. Ota kantaa!	
	Liite 2. Internetosoitteet	

Liite 3. Tunne ei synny turhaan

Liite 4. Arvot

Liite 5. Ei:n sanominen

1 Johdanto

Usein ainoa tie sukupuolta ja seksuaalisuutta koskevaan tietoon ja ymmärrykseen on kysyminen, pohtiminen ja keskustelu. Tieto ja ymmärrys auttavat kysymään, mikä on oman ihmisenä olemisen perusta sukupuolisena ja seksuaalisena olentona (Vilkkä 2010: 131–132).

Seksuaalikasvatuksen tärkein päämäärä on hyvä seksuaaliterveys, jota ihminen osaa hoitaa riittävän hyvin (Bildjuschkin - Malmberg 2000: 46–47). Seksuaaliopetuksen kuten muunkin opetuksen on hyvä olla mahdollisimman monipuolista ja vaihtelevaa (Tuominen 2012: 60). Toiminnallisilla opetusmenetelmillä pyritään juuri tähän monipuolisuuteen ja oppilaiden osallistamiseen. Opetusmenetelmien vaihtelevuus ottaa huomioon eri tavoin oppivat opiskelijat ja mahdollistaa näin tärkeän tiedon siirtymisen jokaiselle (Rantanen 2010: 7).

Kehittämistyömme tarkoituksena oli koulutuksen avulla järjestää peruskoululaisten kanssa työskenteleville Helsingin kaupungin työntekijöille mahdollisuus kokeilla toiminnallisia tapoja antaa seksuaalikasvatusta. Tavoitteena oli lisätä peruskoululaisten kanssa työskentelevien Helsingin kaupungin työntekijöiden tietoisuutta erilaisista toiminnallisista seksuaalikasvatusmenetelmistä. Kehittämistyö oli osa seksuaaliterveyden edistämisen opintojaksoa.

Työmme toteutustapa oli toiminnallinen. Toteutimme yhteistyössä Helsingin kaupungin kanssa Opetusvirastolla Seksuaalikasvatuksen kehittyvät käytännöt -koulutussarjassa 20.3.2013 koulutusiltapäivän nimellä Seksuaalisuudesta toiminnallisesti -ideoita ja kokeiluja, jossa koulutukseen osallistujat pääsivät itse pienryhmissä kokeilemaan toiminnallisia harjoituksia peruskoulujen seksuaaliopetuksen tueksi. Oppiminen tapahtui kuuden rastin avulla, joissa käytettiin toiminnallisina opetusmenetelminä liikkumista yhdistettynä Likert-asteikkoon, pelikortteja, tarinaa, Internetiä, kuvia ja leikkiä. Koulutuksen kohderyhmänä olivat Helsingin kaupungin työntekijät, jotka työskentelevät peruskoululaisten kanssa. Koulutusiltapäivään osallistui kouluterveydenhoitajia, opettajia, sosiaaliohjaajia, koulukuraattoreita ja koulupsykologeja. Yhteensä osallistujia oli 18. Työmme avulla pyrimme siihen, että seksuaaliopetuksen opetusmenetelmät monipuolistuvat ja palvelevat sitä kautta paremmin erilaisia oppijoita.

2 Kehittämistyön tavoite ja tarkoitus

Kehittämistyömme tavoitteena oli lisätä peruskoululaisten kanssa työskentelevien Helsingin kaupungin työntekijöiden tietoisuutta erilaisista toiminnallisista seksuaalikasvatusmenetelmistä. Tarkoituksena oli koulutuksen avulla järjestää peruskoululaisten kanssa työskenteleville Helsingin kaupungin työntekijöille mahdollisuus kokeilla toiminnallisia tapoja antaa seksuaalikasvatusta.

3 Toiminnallinen seksuaalikasvatus

3.1 Tiedonhaku

Haimme kehittämistyömme aiheesta teoriatietoa käyttämällä Nelli, Arto, Metcat ja Cinahl -tietokantoja. Hakusanoina käytimme yhdistelmiä seksuaalitervey* tai seksuaalikasvatu*, toiminnalli* ja opetu*, toiminnalli* ja kasvatu*, seksuaalikasvatu* ja toiminnalli* sekä terveystie* ja toiminnalli*. Cinahlista etsiessämme hakusanoina olivat yhdistelmät sexual and education and functional ja sexual and education and school. Suurimman osan lähteistä löysimme kuitenkin käsihaun avulla.

Osan hauista rajasimme kattamaan vain vuodet 2010–2012, mutta monessa tapauksessa jätimme vuosien rajaamisen kokonaan pois. Seksuaalikasvatuksen erilaisista menetelmistä on tietoa saatavilla rajoitetusti ja uskomme, ettei aiheeseen liittyvä tieto vanhene, vaan sitä tulee vain aikaa myöten lisää saataville.

Teoriatietomme perustuu ainoastaan suomalaisiin teoksiin ja tutkimuksiin, koska viimeistään englanninkielisiä hakuja tehdessämme ymmärsimme, että muissa maissa tutkittua tietoa seksuaalikasvatuksesta on hyvin vaikea soveltaa Suomen seksuaaliopeutukseen. Jo koulutusjärjestelmän erilaisuus eri maissa tuo haasteita ulkomaisten tutkimusten yleistämiseen koskemaan myös Suomea.

3.2 Keskeiset käsitteet

3.2.1 Seksuaalisuus

Seksuaalisuus on keskeinen näkemys ihmisenä olemisesta läpi elämän ja se käsittää seksin, sukupuoli-identiteetin ja sukupuoliroolit, seksuaalisen suuntautumisen, eroottisuuden, mielihyvän, intimiteetin sekä lisääntymisen. Seksuaalisuus koetaan ja ilmaistaan ajatuksilla, fantasioilla, haluilla, uskomuksilla, asenteilla, arvoilla, käyttäytymisellä, teoilla, rooleilla ja ihmissuhteilla. Vaikka seksuaalisuus voi käsittää kaikki nämä ulottuvuudet, niitä ei aina koeta tai ilmaista. Seksuaalisuuteen vaikuttavat biologiset, psykologiset, sosiaaliset, taloudelliset, poliittiset, kulttuurilliset, lailliset, historialliset, uskonnolliset ja hengelliset tekijät. (WHO 2006.)

3.2.2 Seksuaaliterveys

Seksuaaliterveydellä tarkoitetaan fyysisen, emotionaalisen, henkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tilaa suhteessa seksuaalisuuteen; se ei tarkoita ainoastaan sairauden, häiriöiden tai vaivojen puuttumista. Seksuaaliterveys edellyttää positiivista ja kunnioitettavaa asennetta seksuaalisuuteen ja seksuaalisiin suhteisiin kuten myös mahdollisuuden nautinnollisiin ja turvallisiin seksuaalikokemuksiin ilman pakottamista, syrjintää ja väkivaltaa. Jotta seksuaaliterveys voidaan saavuttaa ja säilyttää, kaikkien ihmisten seksuaalioikeuksia tulee kunnioittaa ja suojata sekä toteuttaa. (WHO 2006.)

3.2.3 Seksuaalikasvatuksen tasot

Seksuaalikasvatuksella tarkoitetaan ammatillista, institutionaalista toimintaa, jonka sisältönä ja kohteena on seksuaalisuutta koskeva ymmärrys ja kokemus. Sen päämääränä on yksilöiden ja yhteisön seksuaalisen hyvinvoinnin kokonaisvaltainen edistäminen. Seksuaaliopetus, seksuaalineuvonta ja seksuaalivalistus voidaan ymmärtää seksuaalikasvatuksen toteutumismuotoina. (Nummelin 2000: 25–26.) Tehokkainta olisi, jos nuori voisi saada näiden eri tasojen seksuaalikasvatusta pitkän ajan kuluessa (Bildjuschkin - Malmberg 2000: 13).

Seksuaaliopetus tapahtuu kouluissa. Se on opetussuunnitelman mukaisesti tapahtuvaa seksuaalisuuteen liittyvien asioiden käsittelyä. Seksuaaliopetuksella voidaan tavoittaa

kaikki nuoret. Koulussa seksuaalisuuteen liittyviä asioita on mahdollista käsitellä kaikkien nuorten kanssa monipuolisesti usean vuoden ajan. Seksuaaliopetus voi toteutua yhteistoiminnallisina ja oppilaskeskeisin tai opettajajohtoisin menetelmin osana tavallista luokkaopetusta. Myös yhteistä keskustelua voidaan hyödyntää. Seksuaaliopetusta annettaessa on otettava huomioon nuoren senhetkinen ikä ja kehitysvaihe. (Nummelin 2000: 26–27.)

Seksuaalineuvonta on ammatillista ja henkilökohtaisessa vuorovaikutuksessa tapahtuvaa seksuaalisuuteen liittyvien yksilöllisten asioiden käsittelyä. Se voi käynnistyä nuoren tai seksuaalineuvonnasta vastaavan henkilön aloitteesta. Neuvontaa voivat antaa esimerkiksi kouluterveydenhoitajat. Neuvonnalle ominaista on, että se tapahtuu kahden kesken. Joskus neuvontaan voi osallistua useampiakin henkilöitä, jotka ovat samaa tai eri sukupuolta. Tärkeää on järjestää tilanne sellaiseksi, että nuori kokee sen hedelmällisenä tapana syventyä asioihin. Asioita käsitellään seksuaalineuvonnassa nuoren elämäntilanteesta käsin ja autetaan nuorta jäsentämään seksuaalisuuteen liittyviä tietojaan, uskomuksiaan ja kokemuksiaan. Asioita on hyvä lähestyä avoimilla kysymyksillä ja ratkaisukeskeisesti, tunnetuki tietotukea tärkeämpänä pitäen. (Nummelin 2000: 28–29.)

Seksuaalivalistus tarkoittaa joukkoviestinnän keinoin tapahtuvaa ammatillista seksuaalisuuteen liittyvien asioiden käsittelyä. Seksuaalivalistus on luonteeltaan yksisuuntaista ja siitä puuttuu henkilökohtainen viestintä. Se tavoittaa nopeasti suuren joukon nuoria, myös niitä, jotka eivät aktiivisesti etsi tietoa. Seksuaalivalistuksella voidaan ennakoida, ratkoa tilanteita ja selittää tai nivoa asioita myöhemmin yhteen. Sillä tarjotaan asiantietoa ja erilaisia ideoita nuoren harkittavaksi ja käytettäväksi. Seksuaalivalistusta voidaan toteuttaa käyttämällä hyväksi audiitiivista tai audiovisuaalista materiaalia kuten lehtiä, tarroja, julisteita, videoita ja tietokoneohjelmia. Seksuaalivalistus voi myös toteutua erilaisin valistuskampanjoin. Kampanjoissa käsitellään lyhyen ajan jotain tärkeää ja ajankohtaista asiaa ja tarjotaan nuorille aiheeseen liittyvää materiaalia ja tapahtumia. (Nummelin 2000: 30–31.)

Jokainen seksuaalikasvatuksen toteutusmuoto on olennainen, mutta yksinään käytettynä myös riittämätön vastaamaan nuorten seksuaalikasvatuksesta. Kaikki seksuaalikasvatuksen toteutusmuodot tukevat ja täydentävät toinen toisiaan. (Nummelin 2000: 32.)

Tässä toiminnallisessa kehittämistyössä keskitymme seksuaaliopetuksen antamiseen.

3.3 Seksuaalikasvatuksen nykytilanne

3.3.1 Seksuaalikasvatuksesta yleisesti

Seksuaaliterveyden parantamisen näkökulmasta lapset ovat ratkaisevassa asemassa. Jotta he oppisivat suhtautumaan seksuaalisuuteen positiivisella ja vastuullisella tavalla, heidän on saatava tietoa seksuaalisuuden riskeistä ja seksuaalisuudesta rikkautena. Seksuaalikasvatuksessa keskitytään helposti seksuaalisuuden mahdollisiin riskeihin, jolloin seksuaalikasvatus ei tarjoa kaikkia elämän kannalta olennaisia tietoja ja taitoja. Nämä olennaiset tiedot ja taidot lisääntyvät, kun seksuaalisuus nähdään itse voimavarana. Kokonaisvaltaisessa seksuaalikasvatuksessa lapsille ja nuorille annetaan seksuaalisuuden kaikista näkökohdista puolueetonta, tieteellisesti paikkansapitävää tietoa. Seksuaalikasvatuksen ennaltaehkäisevä luonne auttaa ehkäisemään seksuaalisuuteen liittyviä haittavaikutuksia ja parantaa elämänlaatua, terveyttä ja hyvinvointia. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010: 3.)

Lapsille ja nuorille kehittyä kasvuprosessinsa aikana ihmiskehoon, intiimeihin suhteisiin ja seksuaalisuuteen liittyviä mielikuvia, arvoja, asenteita ja taitoja. He hankkivat näistä aiheista tietoa sekä virallisista että epävirallisista lähteistä. Huomattava osa seksuaalisuuteen liittyvästä oppimisesta tapahtuu muualla kuin ammattilaisten antamassa opetuksessa. Epävirallisia seksuaalikasvatuksen antajia ovat muun muassa vanhemmat. Epävirallisen seksuaalikasvatuksen merkitys korostuu etenkin varhaisemmissa kehitysvaiheissa. Virallinen seksuaalikasvatus on ammattilaisen antamaa seksuaalitietoutta. Nuoret tarvitsevat sekä epämuodollista että muodollista seksuaalikasvatusta. Ne eivät ole toistensa vastakohtia vaan täydentävät toisiaan. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010: 8.)

Epäviralliset lähteet eivät kuitenkaan usein riitä, koska näillä lähteillä ei tavallisesti ole riittävästi monipuolista ja asiantuntevaa tietoa. Nuoret myös mielellään kuulevat seksuaalisuuteen liittyvistä asioista mieluummin ulkopuolisilta tahoilta kuin omilta vanhemmiltaan. Suuri osa nuorten saatavilla olevista tiedonlähteistä esimerkiksi Internetissä antaa vääristynyttä, epätasapainoista, epärealistista ja naisia halventavaa tietoa. Tämän vuoksi tarvitaan harhaanjohtavia tietoja oikaisevaa seksuaalikasvatusta. (Seksuaalikasvatuksen standardit 2010: 21–22.)

Visserin ja Bilsen (1994) laajan tutkimusyhteenvedon mukaan seksuaalikasvatus ei lisää riskikäyttäytymistä. Sen on todettu pikemminkin tehostavan ehkäisyn käyttöä sekä edistävän suvaitsevia asenteita seksuaalisuutta ja lähimmäisiä kohtaan. (Kontula - Meriläinen 2007: 16.)

3.3.2 Seksuaalikasvatuksen tavoitteet

Seksuaalikasvatuksen tärkein päämäärä on hyvä seksuaaliterveys, jota ihminen osaa hoitaa riittävän hyvin. Tavoitteena on antaa nuorille välineitä, joilla pyrkiä kohti laadukasta seksielämää. Jotta ihminen kykenisi ymmärtämään seksuaaliterveyttään, hänen pitää ymmärtää seksuaalisuuden merkitys ihmisen hyvinvoinnille kaikissa elämänvaiheissa. Seksuaalikasvatuksen tavoitteena on vastuun, tietojen ja taitojen sisäistäminen sekä seksuaalisuuden myönteisten voimavaramahdollisuuksien ymmärtäminen. (Bildjuschkin - Malmberg 2000: 46–47.)

Sosiaali- ja terveysministeriön työryhmä on laatinut kansallisen seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistämisen toimintaohjelman vuosille 2007–2011. Lasten ja nuorten seksuaaliopetus- ja kasvatus -osuuden tavoitteena on, että seksuaalikasvatus tavoittaa tasa-arvoisesti kaikki lapset ja nuoret, seksuaalikasvatus sisältyy kaikkeen kasvatus- ja opetustoimintaan varhaiskasvatuksesta toisen asteen koulutukseen ja että eri ammattiryhmät ja toimialat tekevät yhteistyötä paikallisella, alueellisella ja valtakunnallisella tasolla siten, että seksuaalikasvatuksella ja terveystalvakuilla on yhtenäiset tavoitteet ja ne tukevat toisiaan. (Seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistämisen toimintaohjelma 2007–2011.)

Opettajien mielestä tärkeitä seksuaalikasvatuksen tavoitteita on selvitetty kyselyissä vuonna 1996 ja 2006. Kymmenen vuoden ajan kasvatustavoitteet ovat pysyneet hyvin samanlaisina. Kahtena tärkeimpänä asiana opettajat ovat pitäneet vastuuseen kasvatamista ja oikeiden asiatielujen välittämistä oppilaille. (Kontula - Meriläinen 2007: 58–59.)

Seksuaalikasvatuksen suurimpia haasteita onkin oikeiden sisältöjen valitseminen. On kiinnitettävä huomiota siihen, että kuulijat todella hyötyvät ja seksuaalikasvatukselle asetetut tavoitteet saavutetaan. Seksuaalikasvatusta annetaan siksi, että nuoret välttisivät turhilta ikäviltä asioilta elämässä ja heidän elämänlaatussa olisi paras mahdollinen. Seksuaalikasvatuksen tuleekin siis ohjata nuorta sellaiseen elämänhallintaan, että

nuori voi tehdä seksuaaliterveytensä kannalta mahdollisimman hyviä valintoja. Seksuaalisuutta on opittava ymmärtämään omista lähtökohdistaan, eikä tehdä asioita toisen mieliksi. Seksuaalisen kasvun pohja on seksuaalinen identiteetti ja hyvä itsetunto. (Bildjuschkin - Malmberg 2000: 48.)

3.3.3 Seksuaalikasvatuksen haasteita

Väestöliiton vuonna 2006 tekemä laaja valtakunnallinen tutkimus osoittaa, että pojilla on selvästi huonommat seksuaaliedot kuin tytöillä (Kontula - Meriläinen 2006: 136). Sen mukaan pojat kokevat myös suorituspaineita ja pelkoa enemmän kuin tytöt. Pojilla on ahdistusta ensimmäisestä yhdynnästä ja epävarmuutta siitä, mitä tytön kanssa pitää tehdä. Pojat voivat kokea, että ehkäisyn ja raskauden käsittely on suunnattu tytöille ja että poikien tarpeet on jätetty sivuun. (Kontula - Meriläinen 2006: 137.)

Väestöliiton toteuttaman PoikaS-hankkeen nettikyselyn mukaan kaikista seksiin liittyvistä asioista pojat haluaisivat tietää itse seksistä, minkä lisäksi he kaipaivat siihen liittyviä käytännön neuvoja. Pojat haluaisivat mieluiten saada oppia ja tietoa seksiin ja seurusteluun liittyvistä asioista ensimmäisenä Internetistä ja toisena hyvältä ystävältä tai vakituiselta kumppanilta. Noin kolmasosa pojista haluaisi mieluiten saada uutta tietoa seksiin ja seurusteluun liittyvistä asioista koulussa. 44 prosenttia pojista oli sitä mieltä, että oli saanut koulussa seksuaaliopetusta vähän tai liian vähän. (Kontula 2012: 79–81.)

Samalla luokalla nuorten kehityserot saattavat olla suuria. Tarpeet tietojen hakeamiseenkin voivat olla erilaisia. Tämän vuoksi seksuaalikasvatusta tulee antaa jatkuvana, kunnes perustieto on annettu kaikille. Seksuaalikasvatuksen haaste on esittää samaa tietoa niin monelta kannalta ja niin monella eri tavalla, että sitä jaksetaan kuunnella ja että siitä saadaan aina uudestaan jotain irti. (Bildjuschkin - Malmberg 2000: 49.)

3.3.4 Seksuaalikasvatus perusopetuksen opetussuunnitelmassa

Opetushallitus antaa eri koulutusmuotoja ja -aloja sekä tutkintoja varten opetussuunnitelman perusteet. Opetussuunnitelman perusteet määräävät sen, mitä tavoitteita ja keskeisiä sisältöjä koulutuksen järjestäjän on velvollisuus sisällyttää opetussuunnitelmaan. Määräyksen on tarkoitus varmistaa koulutuksellisten perusoikeuksien, tasa-

arvon, opetuksellisen itsenäisyyden, laadun ja oikeusturvan toteutuminen. (Opetussuunnitelmien ja tutkintojen perusteet 2004.)

Opetushallituksen laatimaan perusopetuksen opetussuunnitelmaan ei sisälly oppiainetta nimeltä seksuaalikasvatus. Sen sijaan seksuaalikasvatuksen sisältöjä on löydettävissä usean oppiaineen kuten ympäristö- ja luonnontiedon, biologian ja terveystiedon opetuksen yhteydessä. Esimerkiksi ympäristö- ja luonnontiedon opetuksen eräs tavoite vuosiluokilla 1–4 on, että oppilas oppii psyykkistä ja fyysistä itsetuntemusta, itsensä ja muiden arvostamista ja sosiaalista osaamista. Ympäristö- ja luonnontiedon opetuksen sisältöalueina mainitaan esimerkiksi Ihminen ja terveys -osiossa ihmisen keho sekä kasvun ja kehityksen vaiheet pääpiirteissään. Turvallisuus-osiossa mainitaan sisältönä kiusaamisen ja väkivallan ehkäisyn ohella fyysisen koskemattomuuden kunnioittaminen. (Opetussuunnitelman perusteet 2004: 170–172.)

Alakoulussa biologian ja maantiedon opetuksen oppimissisältöihin kuuluu murrosiän fyysisten, psyykkisten ja sosiaalisten muutosten, lisääntymisen, oman kehon arvostuksen ja suojelun ymmärtäminen, tervettä kasvua ja kehitystä tukevien ja haittaavien tekijöiden sekä seksuaalisen kehityksen yksilöllisen vaihtelun ymmärtäminen (Opetussuunnitelman perusteet 2004: 176–177). Yläkoulussa biologian opetuksen tavoitteet syvenyvät seksuaalikasvatuksen osalta ymmärtämään lisääntymisen lisäksi ihmisen seksuaalisuuden biologisen perustan ja oppilas oppii selittämään seksuaalisuuden eri ilmenemismuotoja (Opetussuunnitelman perusteet 2004: 180–182).

Terveystiedon opetuksen tarkoitus on edistää oppilaiden terveyttä, turvallisuutta ja hyvinvointia tukevaa osaamista. Terveystietoa opetetaan vuosiluokilla 1–4 osana ympäristö- ja luonnontieto -oppiaineryhmää, luokilla 5–6 osana biologiaa ja maantietoa ja fysiikkaa ja kemiaa ja itsenäisenä oppiaineena vuosiluokilla 7–9. Yhtenä keskeisenä sisältönä terveystiedon opetuksessa Terveys arkielämän valintatilanteissa -osiossa mainitaan seksuaaliterveys ja siihen juontuvat ihmissuhteet, seksuaalisuus, käyttäytyminen ja niihin liittyvät arvot ja normit. Myös Kasvu ja kehitys -osuudessa sisältönä ovat nuoruuden kehityksen erityispiirteet ja tarpeet sekä kehittyvä seksuaalisuus. (Opetussuunnitelman perusteet 2004: 200–201.)

Opetus voi olla ainejakoista tai eheytettyä. Eheyttämällä tarkoitetaan aiheen tarkastelua eri tiedonalojen näkökulmista. Opetussuunnitelmaan sisältyy erilaisia aihekokonaisuuksia, joiden tavoitteet ja sisällöt sisältyvät eri oppiaineisiin oppilaiden kehitysvaiheen edellyttämällä tavalla. Seksuaalikasvatukseen liittyviä aiheita on löydettävissä näiden aihekokonaisuuksien joukosta. (Opetussuunnitelman perusteet 2004: 38.)

Ihmisenä kasvaminen -aihekokonaisuudessa päämääränä on oppilaan kokonaisvaltaisen kasvun ja elämänhallinnan kehittymisen tukeminen. Tähän sisältyvät tavoitteet yksilöllisyyttä, tervettä itsetuntoa ja tasa-arvoa ja suvaitsevaisuutta tukevasta kasvuympäristöstä. Aihekokonaisuuden tavoitteena on muun muassa oman fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen kasvun sekä oman ainutkertaisuuden ymmärtäminen. Oppilas oppii arvioimaan toimintansa eettisyyttä ja tunnistamaan oikean ja väärän sekä tunnistamaan esteettisten kokemusten tärkeyden elämänlaadulle. (Opetussuunnitelman perusteet 2004: 38.)

Viestintä ja mediataito -aihekokonaisuuden päämääränä on kehittää ilmaisu- ja vuorovaikutustaitoja sekä median käyttötaitoja. Tavoitteena on että oppilas oppii esimerkiksi suhtautumaan kriittisesti median välittämiin sisältöihin ja pohtimaan niihin liittyviä esteettisiä ja eettisiä arvoja viestinnässä. (Opetussuunnitelman perusteet 2004: 39–40.)

Kulttuuri-osiossa tavoitteena on oppilaan tutustuminen oman kulttuurin ohella muihin kulttuureihin ja elämänkatsomuksiin ja valmiuksia toimia monikulttuurisessa yhteistyössä. Osallistuva kansalaisuus ja yrittäjyys -kokonaisuus ohjaa koulun oppimiskulttuuria ja toimintatapoja oppilaan omatoimisuutta, aloitteellisuutta, päämäärätietoisuutta, yhteistyökykyisyyttä ja osallistuvaa kansalaisuutta tukeväksi. Tavoitteena on muun muassa, että oppilas oppii muodostamaan kriittisen mielipiteen erilaista asiantuntijuutta hyödyntäen sekä ottamaan vastuuta yhteisten asioiden hoidosta ja arvioimaan omaa toimintaansa ja sen vaikutuksia. (Opetussuunnitelman perusteet 2004: 38–41.)

Vastuu ympäristöstä, hyvinvoinnista ja kestävästä tulevaisuudesta -aihekokonaisuuden päämääränä on lisätä oppilaan valmiuksia ja motivaatiota toimia ympäristön ja ihmisen hyvinvoinnin puolesta. Tavoitteena on, että oppilas esimerkiksi oppii ymmärtämään, että valinnoilla rakennetaan omaa tulevaisuutta. (Opetussuunnitelman perusteet 2004: 41.)

Turvallisuus ja liikenne -aihekokonaisuudessa päämääränä on auttaa oppilasta ymmärtämään turvallisuuden fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia ulottuvuuksia sekä opastaa vastuulliseen käyttäytymiseen. Esimerkkিতavoitteena on, että oppilas oppii tunnistamaan terveysriskejä, ennakoimaan ja välttämään vaaratilanteita sekä toimimaan terveyttä ja turvallisuutta edistävästi. (Opetussuunnitelman perusteet 2004: 42.)

Lähes kaikkiin perusopetuksen opetussuunnitelmien aihekokonaisuuksiin sisältyy läheisiä tavoitteita ja sisältöjä hyvän seksuaalikasvatuksenkin antamiseen. Seksuaalikasvatusta koskettavat itsensä ja muiden kunnioittaminen, oikean ja väärän erottami-

nen, kriittisyyteen ja vastuullisuuteen oppiminen, omien valintojen arvioiminen sekä terve itsetunto, tasa-arvo, suvaitsevaisuus ja oman ainutkertaisuuden ymmärtäminen.

3.4 Toiminnallisuus seksuaalikasvatuksessa

3.4.1 Yleisesti toiminnallisesta opettamisesta

Seksuaaliopetuksen kuten muunkin opetuksen on hyvä olla mahdollisimman monipuolista ja vaihtelevaa. Opetuksessa käytetyt työtavat jaetaan itsenäiseen työskentelyyn, yhteistoiminnalliseen työskentelyyn ja esittäviin opetusmenetelmiin. Itsenäinen ja yhteistoiminnallinen työskentely osallistaa opiskelijaa itseään, kun taas esittävä opetusmenetelmä voi olla esimerkiksi opettajan tai vierailevan asiantuntijan puhetta. (Tuomi 2012: 60.)

Yhteistoiminnallisen oppimisen perusajatuksena on, että oppilas saavuttaa tehtävän kautta samalla kertaa jotain itselleen ja jotain koko ryhmälle. Se on siis työskentelemistä kaikkien hyväksi. (Sahlberg - Leppilampi 1994: 74.) Paljon käytetty menetelmä on vapaamuotoinen yhteistoiminnallinen oppiminen. Tällöin oppilaat ovat jakautuneet väliaikaisiin ryhmiin, jotka ovat koossa vain muutamasta minuutista kokonaiseen oppituntiin sen sijaan, että samat ryhmät säilyisivät koossa esimerkiksi useita viikkoja. (Sahlberg - Sharan 2002: 104.) Tällainen tapa soveltuu hyvin koulun seksuaaliopetukseen, koska tunteja ei pidetä säännöllisesti ja ryhmien ei siis ole tarpeen pysyä koossa opetustuntia pidempään.

3.4.2 Toiminnallisen opetuksen edellytykset

Toiminnallinen opetus on aina suunniteltava ja siihen on valmistauduttava huolella (Sahlberg - Leppilampi 1994: 88). Jo toiminnallista työtapaa ja varsinkin yhteistoiminnallista työskentelyä suunnitellessaan opettajan on ymmärrettävä yhteistyön keskeiset elementit. Nämä elementit ovat positiivinen keskinäinen riippuvuus, kasvokkain tapahtuva kannustava vuorovaikutus, yksilöllinen vastuu, sosiaaliset taidot ja ryhmän suorittama prosessointi. (Sahlberg - Sharan 2002: 108–109.) Opettajan täytyy ottaa myös

huomioon, että työtapa ei saa olla liian vaativa tai monimutkainen (Sahlberg - Leppilampi 1994: 88).

Toiminnallisella opetuksella on oltava aina jokin tavoite, jonka ei kuitenkaan kannata olla liian tarkka. Toiminnallinen tuokio ei saa olla liian pitkä, jotta opiskelijoiden keskittyminen pysyy yllä. Turvallisuuden tunne on tärkeää ja sitä edesauttaa tuttu opettaja tai ohjaaja. Kun opettaja on kykyä kontrolloida toiminnallista tuokiota, varmistetaan siitä, että ryhmä kulkee kohti ennalta aseteltua tavoitetta. (Raukola 2012: 54,58,60.) Toiminnallista tuokiota aloiteltaessa täytyy luottamuksellisuuteen liittyvät seikat huomioida. Oppilailla on oltava turvallinen tunne ja luottamus siihen, että tunnilla käsitellyt asiat pysyvät ryhmän sisällä. (Ruuhilahti - Koivukangas 2001: 4.)

3.4.3 Toiminnallisen opetusmenetelmän etuja

Toiminnallisen opetuksen avulla voidaan perehtyä vaikeidenkin käsitteiden, kuten tunneilmaisujen, sisältöihin yhdistämällä ne jo aiemmin tutkittuun ja opittuun tietoon sekä omakohtaisiin kokemuksiin. Toiminnallisten tilanteiden kautta esiin tulevat ristiriidat voivat luoda motivaatiota oppimiseen. (Raukola 2012: 56.) Raukolan (2012: 60) tutkimuksessa toiminnallisuus myös auttoi tuomaan oppilaiden sosioemotionaalista osaamista näkyväksi.

On huomioitava myös, että kaikki opiskelijat oppivat omalla tavallaan. Yksi ryhmä onkin toiminnalliset oppijat, jotka oppivat asioita parhaiten tekemällä ja kokeilemalla. Heidän kohdallaan toiminnallisuus myös auttaa pitämään mielenkiintoa yllä opiskeltavaa asiaa kohtaan. (Rantanen 2010: 7.)

3.4.4 Toiminnallisia tapoja antaa seksuaalikasvatusta

Toiminnallista työskentelyä voidaan toteuttaa siis joko itsenäisesti tai yhteistoiminnallisesti. Tuominen (2012: 60) on luetellut tutkimuksessaan erilaisia toiminnallisessa seksuaalikasvatuksessa käytettyjä työtapoja. Seksuaaliopetusta voi toteuttaa yleisen keskustelun avulla, pelien ja leikkien tai esimerkiksi draaman kautta. Draamaopetuksen jälkeen opettajan on varmistettava, että kaikki oppilaat tulevat pois roolistaan tunnin loputtua (Hilakivi - Kalkasmaa 2010: 9).

Seksuaalikasvatukseen soveltuvia työtapoja ovat myös ryhmätyöt, tempuradat tai median tutkiminen, johon sisältyy muun muassa mainosten tutkiminen kriittisesti. Erilaiset teemapäivät ja -tapahtumat ovat toiminnallista oppimista parhaimmillaan. Toiminnallista työskentelyä on myös, kun oppilas tutustuu itsenäisesti tai ryhmässä konkreettisiin välineisiin kuten kondomeihin. (Tuominen 2012: 60.) Seksuaalisuuteen voidaan tutustua jopa askartelemalla (Ruuhilahti - Koivukangas 2001: 3). Varsinkin pojat pitävät Internetin käyttöä yhtenä mieluisammista opetusmenetelmistä. Tätäkin olisi siis hyvä hyödyntää seksuaalikasvatuksen menetelmiä pohdittaessa. (Kontula 2012: 45.)

Sipolan (2008: 70) tutkimuksessa 9. luokkalaiset mainitsivat, että erilaisia opetusmenetelmiä tulisi käyttää tunneilla sopivassa suhteessa. Ei ole mielekästä, jos yhtä opetusmenetelmää käytetään kokonaisen tunnin ajan.

3.4.5 Seksuaalisuuden puheeksi ottaminen

Seksuaalisuudesta voi puhua toisille vain niin pitkälle kuin on itse asiassa päässyt. Omat asenteet eivät saa värittää keskustelua seksuaalisuudesta vaan aiheeseen on suhtauduttava avoimen neutraalisti. (Seksuaalisuuden puheeksi ottaminen 2009.) Seksuaalisuuden puheeksi ottamisen avuksi on käytössä PLISSIT-malli, jonka ensimmäiset kaksi tasoa soveltuvat myös peruskoulun seksuaalikasvatuksessa käytettäväksi. Nämä tasot ovat permission eli luvan antamisen taso ja limited information eli kohdenetun tiedon taso. Muut kaksi tasoa ovat specific suggestions eli erityisohjeiden taso ja intensive therapy eli intensiivinen terapia. Nämä kaksi tasoa ovat lähinnä käytössä erikoissairaanhoidossa. (Seksuaalisuuden puheeksi ottaminen 2009.)

Kun otetaan seksuaalisuus puheeksi, yhteisen kielen käyttäminen on avainasemassa (Seksuaalisuuden puheeksi ottaminen 2009.) Ikä, kulttuuritausta ja elämäkokemukset ohjaavat käyttämään oikeanlaisia sanoja ja määrittää sen, voiko asioista puhua suoraan vai ei (Bildjuschkin - Ruuhilahti 2010: 80). Koulun seksuaaliopetuksessa keskitytään yleensä puhumaan teemasta melko yleisellä tasolla. Mikäli tulee ilmi, että nuorella on selkeästi tarve kertoa jotakin henkilökohtaista, hänet voidaan ohjata seksuaalivointaan. (Bildjuschkin - Malmberg 2000: 55.)

4 Seksuaalisuudesta toiminnallisesti - ideoita ja kokeiluja

4.1 Tekoprosessin kuvaus ja aikataulu

Koulutuksen sisällön kehittäminen tapahtui prosessiluontoisesti. Aloitimme suunnitelmanvaiheen tiedonhankinnalla marraskuussa 2012 ja otimme jo varhaisessa vaiheessa yhteyttä sähköpostitse ja puhelimitse projektimme yhteyshenkilöön Helsingin opetusviraston erityissuunnittelijaan Raija Nummeliniin tarkemman ohjeistuksen saamiseksi. Tapasimme Raija Nummelinin Helsingin opetusviraston järjestämässä Seksuaalikasvatuksen kehittyvät käytännöt -koulutustilaisuudessa syksyllä 2012. Keskustelimme hänen kanssaan koulutusiltapäivämme järjestämisestä ja sen sisällöistä. Tässä vaiheessa hänen kanssaan keskustellessa päätimme, että koulutusiltapäivä 20.3.2013 sisältää muutaman toiminnallisen harjoitteen, joita peruskoululaisten kanssa työskentelevät voivat itse kokeilla koulutusiltapäivässä ja joista he voivat saada ideoita seksuaalikasvatuksen antamiseen oppilaille monimuotoisilla tavoilla.

Tämän jälkeen suunnittelimme Raija Nummelinin kanssa sähköpostiyhteydellä koulutuspäivälle teemaotsikon. Ehdotimme teemaotsikoita ja Raija Nummelin antoi vastaehdotuksia samalla toivoen, että otsikko kuvastaisi tuoreutta, kepeyttä ja innovatiivista otetta. Päädyimme valitsemaan teemaotsikoksi Raija Nummelinin ehdottaman Seksuaalisuudesta toiminnallisesti - ideoita ja kokeiluja.

Valmis työsuunnitelma esiteltiin seminaarissa 18. joulukuuta 2012. Tähän mennessä olimme etsineet teoretietoa seksuaalikasvatuksesta ja toiminnallisista opetusmenetelmistä ja suunnitelleet, minkälaisia toiminnallisia seksuaalikasvatuksen harjoitteita kokeilemme koulutuspäivään osallistuneiden kanssa. Projekti jatkui keväällä 2013, jolloin suunnittelimme koulutuksen toteutusta tarkemmin. Olimme tiiviissä yhteydessä koulutuksen järjestäjän ja yhteistyökumppanimme Raija Nummelinin kanssa pitäen hänet näin ajan tasalla projektin etenemisestä ja koulutuspäivän sisällöstä. Samalla saimme myös häneltä vinkkejä työhömmeh. Lähes valmiin kehittämistyön esittelimme 21.2.2013 toteutusseminaarissa ja 28.2.2013 projektimme oli esillä myös Metropolia ammattikorkeakoulun seksuaaliterveyden edistämisen markkinoilla, johon laadimme työstämme posterin.

Projekti huipentui 20.3.2013 Helsingin opetusviraston koulutukseen, jonka kohderyhmänä olivat kaikki peruskoululaisten kanssa työskentelevät Helsingin kaupungin työn-

tekijät. Koulutusiltaan osallistui muun muassa peruskoulun opettajia, terveydenhoitajia, koulupsykologeja, sosiaalihoitajia ja koulukuraattoreita. Osallistujia oli yhteensä 18. Toteutimme yhdessä koulutukseen osallistuvien kanssa kuusi toiminnallista harjoitetta, joita he voisivat käyttää osana peruskoulun seksuaalikasvatusta. Koulutustilaisuuden päättyessä pyysimme osallistujilta kirjallista palautetta koulutusiltaan sisällöstä. Koulutustilaisuuden jälkeen lisäsimme vielä toteutuksesta ja sen onnistumisesta sekä saamistamme palautteista raporttiin osuuden.

4.2 Koulutuspäivän toteutus

Koulutuspäivän järjesti Opetusvirasto ja se suunnattiin peruskoululaisten kanssa työskenteleville Helsingin kaupungin työntekijöille. Koulutuksen ajankohta oli 20.3.2013 klo 12.30–15.30. Koulutuksen tarkoituksena oli, että osallistujat pääsevät itse harjoittelemaan ja sitä kautta tutustumaan erilaisiin toiminnallisiin tapoihin antaa seksuaalikasvatusta. Alun puoli tuntia klo 12.30–13.00 oli varattu oheismateriaaliin tutustumiseen, kahvittelemaan ja osallistujien kanssa keskusteluun. Tämän jälkeen opettajamme Liisa Rytönen–Kontturi piti lyhyen alustuksen kättilökoulutukseen ja kehittämistyöhömmee liittyyen klo 13.00 alkaen.

Pidimme pienen alustuksen rastiin sisällöstä oman osuutemme alkaessa, minkä jälkeen jaoin koulutukseen osallistujat ryhmiin pyytämällä heitä asettumaan jonoon työkokemusvuosien tai opiskeluvuosien mukaan. Ryhmän muodostamisessa sovelsimme Ideapakan (2011) ohjetta. Rivin toiseen päähän menivät vähiten työkokemusta nykyisestä työstään kerryttäneet ja toiseen päähän kuiten nykyistä työtään tehneet. Ryhmät muodostettiin tämän jälkeen poimimalla rivin vastakkaisista päädyistä kaksi henkilöä samaan joukkueeseen. Jakoa jatkettiin niin kauan, kunnes muodostui neljä ryhmää, joissa oli neljä tai viisi henkilöä.

Koulutustilaan olimme tehneet kuusi toiminnallista rastia, joissa ryhmät kiersivät harjoitteita tehden. Itse koulutuksen suunnittelijoina olimme kahdella rastilla varmistamassa tehtävän onnistumisen. Muille rasteille olimme laatineet kirjalliset ohjeet, joiden mukaan kukin ryhmä toimi. Oman rastiin ollessa tyhjillään pyrimme varmistamaan muiden rastiin toimimisen. Jokaiseen rastiin oli varattu noin 20 minuuttia aikaa, mutta rastiin pituus vaihteli ryhmän ja harjoitteen mukaan. Annoimme mahdollisuuden ryhmille pitää tauon valitsemassaan välissä. Jokainen ryhmä ehti hyvin käydä kaikilla rasteilla.

Ensimmäisen rastin nimi oli Ota kantaa! (Liite 1). Harjoituksessa oli tavoitteena se, että osallistujat muodostavat oman mielipiteensä seksuaalisuuteen liittyvistä väittämistä ja keskustelevat niistä toistensa kanssa. Näin heidän käsityksensä teemasta syvenee ja aihetta pohditaan monelta kannalta. Tehtävässä lattialle oli asetettu lappuja, joissa oli numerot yhdestä viiteen. Rastilla olijat lukivat ohjeista seksuaalisuuteen liittyviä väitteitä, minkä jälkeen jokainen hakeutui seisomaan sen numeron päälle, joka eniten kuvasi kunkin henkilön mielipidettä. Numero viisi tarkoitti henkilön olevan väitteen kanssa täysin samaa mieltä ja ykkösen päällä seistessään henkilö oli täysin eri mieltä väitteen kanssa. Saman numeron päällä olevat henkilöt keksivät yhdessä perustelun mielipiteelleen ja esittivät sen muille rastilla olijoille. (Aaltonen 2012: 78.)

Toisessa rastissa hyödynnettiin Metropolia ammattikorkeakoulun kättilöopiskelijoiden ja Väestöliiton kanssa yhteistyössä innovaatioprojektissa keväällä 2011 luotuja Turvalisex -pelikortteja, joilla rastilla olijat pääsivät pelaamaan (Liite 2). Pelaajat nostivat vuorollaan pakasta kortteja, joissa oli kysymyksiä liittyen seksuaalisuuteen ja turvataitoihin. Jokaisesta kortista löytyi myös kysymyksen oikea vastaus. Kortteja oli yhteensä 20 kappaletta, ja pakka sisälsi pohtikaa ryhmässä -kortteja, peruskysymyksiä, yhden sanaselityskortin ja yhden tarinakortin. Korttien tarkoituksena on herättää keskustelua seksuaalisen kaltoinkohtelun ennaltaehkäisyyn liittyvistä teemoista ja lisätä nuorten tietoutta turvataitoihin, seurusteluun ja seksuaaliseen kaltoinkohteluun liittyvistä asioista.

Kolmannen rastin nimi oli Tunne ei synny turhaan (Liite 3). Tällä rastilla olijat lukivat sinne sijoitetun tarinan ja vastasivat Emmiin esittämiin kysymyksiin aiheeseen liittyen. Harjoituksen tavoitteena oli oppia kuuntelemaan omia tunteitaan ja vaistojaan sekä kunnioittamaan omia rajojaan. Harjoitus on tarkoitettu keskustelun herättäjäksi seksuaalikasvatusta käsittelevän tunnin alkuun. (Salminen 2008: 42.)

Neljäs rasti tapahtui tietokoneen äärellä, jossa osallistujat pääsivät kokeilemaan niin ikään innovaatioprojektissa luotua Sexpress yourself -Internetpeleä (Liite 2). Pelissä olevat kysymykset johdattelivat nuoria pohtimaan seksiin ja seksuaalisuuteen liittyviä asioita ja niiden avulla omat rajat selkiytyvät ja tietämys seksuaaliseen kaltoinkohtelun eri muodoista laajenee. Pelissä oli 20 kysymystä ja jokaiseen kysymykseen neljä vastausvaihtoehtoa, joista yksi vastaus oli oikea. Pelin lopussa näkyivät oikeat vastaukset perusteluineen. Rastilla hyödynsimme myös innovaatioprojektissa tuotettua VAnkasti Verkossa -kysymyskortteja, joihin muut ryhmäläiset saivat tutustua odottaessaan vuoroaan (Liite 2). Kysymysten teemana oli nuorten Internetin käyttö ja siihen liittyvät riskit.

Rastilla oli myös luettavissa Koeputkirakkaus-niminen harjoitus, jota emme ottaneet harjoitteeksi sen hankalan toteutuksen vuoksi koulutustilaisuuden luonne huomioiden (Salminen 2008: 50–51).

Viides rasti oli nimeltään Arvot ja sen tavoitteena oli omien arvojen löytyminen ja niiden arvostaminen, kyky ilmaista arvomaailmaa, rohkeus elää oman arvomaailman mukaisesti sekä toisen arvojen havainnointi ja ymmärtäminen (Liite 4). Rastilla oli erilaisia lehdistä leikattuja kuvia, joissa ilmeni muun muassa uskomuksia, tekemistä, persoonallisia piirteitä, mielipiteitä tai periaatteita. Kukin ryhmän jäsen valitsi kaksi tai kolme sellaista kuvaa, jotka edustavat hänen omaa arvomaailmaansa. Tämän jälkeen ryhmän jäsenet kertoivat toisilleen kuvien kautta arvomaailmastaan joko omin sanoin tai valmiiksi muotoiltujen lauseiden mukaan. Lopuksi ryhmäläiset kävivät yleistä keskustelua teemaan liittyen. (Sarmia 2012: 37.)

Viimeisellä rastilla oli aiheena Ei:n sanominen, jossa tavoitteena oli itsemääräämisoikeuden harjoittelu (Liite 5). Ryhmä jakautui pareihin ja pareista toinen osapuoli alkoi kysyä ja ehdotella keksimiään asioita. Toisen osapuolen tehtävänä oli vastata kaikkiin ehdotuksiin kieltävästi. Tämän jälkeen rooleja vaihdettiin ja tällä kertaa vastaja vastasi kaikkeen myöntävästi. Lopuksi keskusteltiin muun muassa ei:n sanomisen vaikeudesta Johannan esittämien kysymysten pohjalta. (Aaltonen 2012: 34.)

Koulutustilan pöydälle sijoitimme ennen tilaisuuden alkua kaksi värillistä kartonkia, joihin osallistujia pyydettiin kirjoittamaan palautetta käytyään kaikilla rasteilla. Kartonkien otsikot olivat ”Opin tänään..” ja ”Mietteitä koulutuksen toteutuksesta”.

4.3 Palautteet koulutuspäivästä

Koulutukseen osallistujat antoivat meille kirjallista palautetta otsikoilla ”Opin tänään” ja ”Mietteitä koulutuksen toteutuksesta”. Eräs palautteen antaja koki koulutuksen hyvänä kertauksena aiemmin opittuun. Moni osallistuja kirjoitti oppineensa tavoitteen mukaisesti erilaisia toiminnallisia menetelmiä ja uusia lähestymistapoja seksuaalisuudesta puhumisen pohjaksi. Yksi henkilö kirjoitti saaneensa tilaisuudesta uusia tuttavuuksia, joiden kanssa sai vaihtaa ajatuksia aiheesta.

Kysyttäessä mietteitä koulutuksen toteutuksesta, tilaisuuden toiminnallinen luonne sai sekä ruusuja että risuja. Toiminnallisuuden vuoksi ajan koettiin kuluneen nopeasti ja toiminnalliset tehtävät varmistivat sen, että kaikki saivat osallistua eikä kukaan jäänyt keskustelusta syrjään. Osa koulutukseen osallistujista kaipasi kuitenkin tilaisuuteen

enemmän tiedollista sisältöä ja toivoivat, että koulutuskutsusta olisi käynyt selkeämmin esille tilaisuuden toiminnallinen luonne. Materiaalit saivat kiitosta ja rastien tehtävät herättivät osallistujien keskuudessa keskustelua. Kuitenkin esimerkiksi Internet-pelin sisältö ei soveltunut kaikkien mielestä sellaisenaan opetuskäyttöön. Kaiken kaikkiaan palaute oli positiivispainotteista ja saimme myös suullisesti paljon hyvää palautetta.

”Hyvä, rentouttava, vapauttava ja ajatuksia herättävä päivä - kiitos!”

5 Työn julkaiseminen ja tiedottaminen

Seksuaali- ja lisääntymisterveyden kehittämisprojektimme julkaisu tapahtui Helsingin kaupungin järjestämässä koulutustilaisuudessa, joka oli tarkoitettu kaikille peruskoulu- laisten kanssa työskenteleville henkilöille. Koulutusiltapäivä järjestettiin 20.3.2013 klo 12.30–15.30 Opetusviraston tiloissa. Tilaisuuteen osallistui muun muassa opettajia, terveydenhoitajia, koulukuraattoreita, sosiaalihoitajia ja koulupsykologeja. Ohjasimme koulutustilaisuuteen osallistuneille henkilöille kehittämistyössämme ideoimia seksuaalikasvatuksen toiminnallisia harjoitteita. Osallistujat pääsivät itse kokeilemaan toiminnallisia seksuaalikasvatuksen harjoitteita.

Projektin yhteistyökumppani Raija Nummelin tiedotti tilaisuudesta Helsingin kaupungin työntekijöitä ja keräsi ilmoittautumiset tilaisuuteen. Tähän päädyimme siksi, että meillä ei kättilöopiskelijoina ole pääsyä niihin tiedotuskanaviin, joita Raija Nummelin pystyy Opetusviraston kautta käyttämään. Saimme tiedon koulutusiltapäivään ilmoittautuneista muutama päivä ennen tilaisuutta.

Raportoimme työmme etenemisestä toteutusvaiheen seminaarissa 21.2.2013. Silloin esittelimme toteutusta vaille valmiin työmme, koska koulutusiltapäivä ajoittui vasta seminaarin jälkeen 20.3.2013.

6 Pohdinta

6.1 Koulutusiltapäivän toteutuksen pohdinta

Kehittämistyömme lähti käyntiin vauhdikkaasti ja ideoita täynnä. Meille toiminnallisen sisällön järjestäminen koulutuspäivään oli mieleinen tehtävä. Kuten yhteyshenkilön Helsingin opetusviraston erityissuunnittelijan Raija Nummelininkin kanssa olemme jutelleet, oli haastavaa lähteä työstämään niin suurta projektia kokemattomana. Emme kumpikaan olleet koskaan ennen johtaneet niin pitkää toiminnallista tilaisuutta, ja seksuaalikasvatuksen toteuttaminen suurelle joukolla oli meille uusi asia.

Yhteistyö projektin yhteyshenkilön Raija Nummelinin kanssa oli sujuvaa ja edisti työmme suunnittelua ja toteutusta. Olimme häneen yhteydessä sekä sähköpostitse että puhelimitse ja tapasimme kasvotusten eräässä toisessa Opetusviraston järjestämässä Seksuaalikasvatuksen kehittyvät käytännöt -tilaisuudessa syksyllä 2012.

Etsimme erilaisia toiminnallisia menetelmiä ja sisältöjä seksuaalikasvatukseen. Niistä valitsimme kuusi toiminnallista harjoitetta, jotka pystyisimme toteuttamaan Helsingin opetusviraston koulutustilaisuudessa pienryhmissä. Pidimme mielessä, että harjoitteet olisivat peruskouluikäisille sopivia, mutta tärkeää oli myös huomioida, että toiminnalliset menetelmät eroavat toisistaan tarpeeksi, jolloin meillä on mahdollisimman monipuolinen ohjelma peruskoululaisten kanssa työskentelevien henkilöiden kokeiltavaksi. Koulutustilaisuudessa käytimme muun muassa kuvia, pelikortteja, Internet-peliä, tarinaa, paritehtävää ja menetelmää, jossa on yhdistetty väittämät ja liikkuminen Likert-asteikkoa hyödyntäen.

Valitsemamme harjoitteet olivat sisällöltään suurimmaksi osaksi yläkoululaisille sopivia, koska halusimme ottaa mukaan harjoitteita, jotka selkeästi liittyvät seksuaalisuuteen ja seksiin. Kuitenkin osa harjoitteista sopii sisällöltään myös yhtä hyvin alakoulun loppuvaiheille.

Osallistujat alkoivat kiertää rasteja ryhmissä ohjeistuksen mukaan. Ryhmästä riippuen osallistujat kävivät rastit läpi joko kirjallisten ohjeiden mukaan tai niitä soveltaen. Esimerkiksi Ota kantaa! -rastilla kaksi ryhmää jäi keskustelemaan väittämistä ja niiden herättämistä ajatuksia käyttämättä Likert-asteikkoa lattialla. Osa ryhmästä pelasi Turvallisex-pelin kokonaan, kun taas osa tutustui vain pelin sisältöön ja keskusteli siitä. Tunne ei synny turhaan -rastilla keskustelua syntyi hyvin tarinan lukemisen jälkeen, ja jokin ryhmä siirtyi vaistoista puhumisen jälkeen keskustelemaan tämän menetelmän käytettävyydestä. Sexpress yourself -Internet-peliä pelattiin pääsääntöisesti pareittain ja muut sillä välin tutustuivat muihin esillä olleisiin materiaaleihin. Tämä rasti herätti kes-

kustelua esimerkiksi siitä, onko nuoren helppo pelata tätä peliä ryhmässä. Arvot-rastilla toimittiin ohjeiden mukaan, mutta yksi ryhmä jäi omia kuvia valitsematta vaihtamaan kuvista heränneitä ajatuksia toistensa kanssa. Ei:n sanominen -rastilla tuli toisinaan väärinymmärryksiä suullisista ohjeista huolimatta, mutta osallistujat ymmärsivät kuitenkin idean. Jotkut parit alkoivat jo spontaanisti keskustella ei:n sanomisen vaikeudesta ja itsemääräämisoikeudesta, joten tässä tilanteessa yhteinen keskustelu kysymysten pohjalta ei ollut enää tarpeen.

Olimme pohtineet, miten harjoitukset onnistuvat ilman rastin vetäjää, koska itse pysyisimme olemaan vain kahdella kuudesta rastista. Onnistuimme mielestämme valitsemaan oikein ne kaksi rastia, joilla itse olimme läsnä. Yritimme kuitenkin pitää silmällä muitakin rasteja ja käydä aina sopivan tilaisuuden tullen tarkistamassa ohjeiden ymmärrettävyys. Huomasimme, että osallistujien tehdessä harjoituksia itsenäisesti ohjeita sovellettiin enemmän.

Jännitimme ennen tilaisuutta, saisivatko osallistujat ajan kulumaan rasteilla. Osallistujat kuitenkin viipyivät rasteilla odotettua pidempään innokkaan keskustelun vuoksi, mikä oli positiivista. Rastit ehdittiin kiertää koulutustilaisuuteen varatussa ajassa. Olimme tyytyväisiä, että lähes kaikki osallistujat lähtivät harjoitteisiin mukaan innolla ja yrittäen saada niistä irti mahdollisimman paljon.

6.2 Mitä opimme tässä seksuaaliterveyden kehittämistyön prosessissa?

Saimme tätä seksuaaliterveyden projektia tehdessä paljon tietoa seksuaaliopetuksen toteutumisesta kouluissa. Pääsimme syventymään erilaisiin yhteistoiminnallisiin menetelmiin, jotka soveltuvat seksuaaliopetuksen antamiseen. Myös seksuaalikasvatuksen harjoitteita sisältäviä kirjoja selaillemalla löysimme uusia hienoja ideoita seksuaaliopetuksen toteuttamiseksi.

Kehittämistyö eteni jatkuvassa yhteistyössä Opetusviraston erityissuunnittelijan Raija Nummelinin kanssa, mikä vahvisti yhteistyöosaamistamme. Yhteistyö on niin iso osa projektityöskentelyä, että oli hyvä päästä siitä osalliseksi jo opiskeluaikana.

Kumpikaan meistä ei ollut koskaan aiemmin vetänyt tilaisuutta näin monelle hengelle, joten siinä saimme arvokasta kokemusta.

Lähteet

Aaltonen, Jussi 2012. Turvataitoja nuorille. Verkkodokumentti. <www.thl.fi/thl-client/pdfs/b953f441-755e-4daa-a3c8-6994b16fb718> Luettu 12.12.2012.

Bildjuschkin, Katriina - Malmberg, Ari 2000. Kerro meille seksistä - Nuoren seksuaalikasvatus. Tampere. Tammi.

Bildjuschkin, Katriina - Ruuhilahti, Susanna 2010. Puhutaan seksuaalisuudesta - Ammatillisia kohtaantumisia sosiaali- ja hoitotyössä. Helsinki. Kirjapaja.

Hilakivi, Niina - Kalkasmaa, Kati 2010. Toiminnalliset menetelmät seksuaalikasvatuksen tukena - Opas yläasteiden terveydenhoitajille. Opinnäytetyö. Mikkelin ammattikorkeakoulu.

Koski Reetta 2011. Ideapakka - pakallinen ideoita. Helsinki. Ideakoski.

Kontula, Osmo (toim.) 2012. Mitä pojat todella haluavat tietää seksistä. Tehoa poikien seksuaaliopetukseen (PoikaS-hanke). Helsinki. Vammalan Kirjapaino Oy. s.79-81.

Kontula, Osmo - Meriläinen Henna 2006. Koulun seksuaalikasvatus 2000-luvun Suomessa. Väestöliitto. Väestöntutkimuslaitos.Vantaa. Dark Oy.

Nummelin, Raija 2000. Seksuaalikasvatusmateriaalit: pääkaupunkilaisten nuorten näkemyksiä ja kokemuksia. Tampere: Tampereen yliopisto.

Opetussuunnitelmien ja tutkintojen perusteet 2012. Opetushallitus. Verkkodokumentti. <http://www.oph.fi/info/ops/>. Luettu 3.12.2012.

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004. Opetushallitus. Verkkodokumentti http://www.oph.fi/download/139848_pops_web.pdf Luettu 3.12.2012.

Rantanen, Elli 2010. Toiminnalliset oppijat koulunkävijöinä - Tekemisen ja kokemisen kautta oppiminen ja koulussa suoriutuminen. Pro gradu. Hämeenlinnan yliopisto.

Raukola, Riikka 2012. Toiminnalliset menetelmät terveystiedon opetuksessa - Kiireen tunne viidesluokkalaisten kokemana. Pro gradu. Jyväskylän yliopisto.

Ruuhilahti, Susanna - Koivukangas, Päivi 2001. Kipsissä. Tyttöjen talo.

Sahlberg, Pasi - Leppilampi, Asko 1994. Yksinään vai yhteisvoimin - yhdessä oppimisen mahdollisuuksia etsimässä. Helsinki.

Sahlberg, Pasi - Sharan, Shlomo 2002. Yhteistoiminnallisen oppimisen käsikirja. Porvoo. WSOY.

Salminen, Mari 2008. Tunne-etsivä. Opetusmateriaalia peruskoulun ja lukion tunnekasvatukseen. Helsinki. Multiprint Oy.

Sarmia, Vesa (toim.) 2012. Yhdessäolon taidot ja toimivan ryhmäytymisenmenetelmät - työkirja ammattilaisten käyttöön. Helsinki. Mallipaino Oy. s.37.

Seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistäminen. Toimintaohjelma 2007-2011. Sosiaali- ja terveysministeriö. Helsinki. Yliopistopaino.

Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010. Suuntaviivat poliittisille päättäjille, opetus- ja terveydenhoitoalan viranomaisille ja asiantuntijoille. Maailman terveysjärjestön (WHO) Euroopan aluetoimisto ja BZgA. Verkkodokumentti. <<http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/039844e2-c540-4e81-834e-6f11e0218246>> Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Luettu 5.12.2012.

Seksuaaliterveyden puheeksi ottaminen. 2009. Varsinais-Suomen sairaanhoitopiiri. Seksuaaliterveyden edistämisen toimikunta. Verkkodokumentti. <http://www.vsshp.fi/fi/dokumentit/21414/Puheeksi-ottaminen.pdf>. Luettu 4.12.2012.

Sipola, Henna 2008. Miten terveystietoa tulisi opettaa? 9. luokan oppilaiden kokemuksia terveystiedon opetusmenetelmistä ja oppimateriaaleista. Pro gradu. Jyväskylän yliopisto.

Tuominen, Sofia 2012. Seksuaalikasvatuksen asiantuntijoiden näkemyksiä peruskoulun seksuaalikasvatuksesta. Pro gradu. Helsingin yliopisto.

Vilka, Hanna 2010. Sukupuolen ja seksuaalisuuden kohtaaminen. Jyväskylä. PS-kustannus.

WHO 2006. Defining sexual health. Verkkodokumentti. http://www.who.int/reproductivehealth/topics/sexual_health/sh_definitions/en/index.html. Luettu 3.12.2012.

Ota kantaa!

- Lukekaa tällä paperilla olevat väittämät yksi kerrallaan
- Väitteen luettuaan jokainen menee seisomaan jollekin lattialla olevalle lapulle sen mukaan miten samaa mieltä on väitteen kanssa
- Lattialla olevat laput on merkitty numeroin 1-5 (1= täysin eri mieltä, 5=täysin samaa mieltä, muut numerot siltä väliltä)
- Samalla lapulla seisovat miettivät yhdessä perustelun, miksi he seisovat kyseisellä numerolla
- Sen jälkeen jokainen eri numerolla seisova ryhmä perustelee toisten numeroiden luona seisoville, miksi he seisovat juuri sillä numerolla
- Kun jokaisen numeron luona olevat ovat kertoneet perustelunsa muille, lukekaa seuraava väittäjä ja käykää samalla tavalla läpi loputkin väitteet

Väitteet:

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



Aaltonen, Jussi 2012. Turvataitoja nuorille. Verkkodokumentti. <www.thl.fi/thl-client/pdfs/b953f441-755e-4daa-a3c8-6994b16fb718>.

Internetlinkit

Sexpress-yourself- Internetpeleli

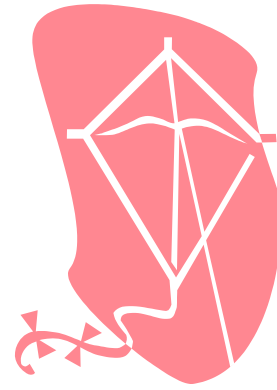
<http://users.metropolia.fi/~m0600222/katilot/#>



Turvallisex-pelikortit ja Vankasti Verkossa -kysymykset

<http://moodle.metropolia.fi/mod/folder/view.php?id=132977>

Tunne ei synny turhaan



- Lukekaa tarina ja vastatkaa yhdessä seuraaviin kysymyksiin
 - Missä tilanteissa olette totelleet vaistojanne?
 - Missä tilanteissa olette toimineet omaa tunnetta/vaistoa vastaan? Miltä se tuntuu?
 - Missä tilanteissa kannattaa pysähtyä kuuntelemaan itseään ennen päätöksen tekoa?
 - Miten kannattaa toimia, jos ei pysty päättämään, mitä haluaa tehdä?
 - Jos ei kuuntele itseään, kenelle antaa vallan päättää asioistaan?
 - Miten kieltäydytään kohteliaasti?
 - Joskus voi joutua vetämään omaa rajaa aggression kautta. Mikä olisi tällainen tilanne?
 - Vaatii paljon rohkeutta seistä oman tunteensa/vaistonsa takana. Miten voisi rohkaista itseään?

Harjoituksen tavoitteena on oppia kuuntelemaan omia tunteitaan ja vaistojaan sekä kunnioittamaan omia rajojaan. Harjoitus on tarkoitettu keskustelun herättäjäksi seksuaalikasvatusta käsittelevän tunnin alkuun.

Salminen, Mari 2008. Tunne-etsivä. Opetusmateriaalia peruskoulun ja lukion tunnekasvatukseen. Helsinki. Multiprint Oy.

Arvot

- Valitkaa jokainen edessänne olevista kuvista kaksi tai kolme sellaista, jotka edustavat omaa arvomaailmaanne.
- Tämän jälkeen kertokaa toisillenne kuvien kautta arvomaailmastanne. Voitte käyttää apuna seuraavia lauseita:
 - Valitsin tämän kuvan, koska...
 - Elämässä minulle on tärkeää...
 - Nautin siitä, kun...
- Käykää lopuksi yleistä keskustelua teemaan liittyen. Voitte keskustella esimerkiksi siitä, mitä kukin oppi toisen arvoista.



Sarmia, Vesa (toim.) 2012. Yhdessäolon taidot ja toimivan ryhmäytymisen menetelmät - työkirja ammattilaisten käyttöön. Helsinki. Mallipaino Oy.

Ei:n sanominen

- Jakautukaa ryhmässä pareihin
- Toinen parista on kysyjä ja toinen vastaa kysymyksiin
- Kysyjä ehdottaa kahdeksaa asiaa vastaajalle
- Kysyjä yrittää keksiä sellaisia ehdotuksia, joista toisen on vaikea kieltäytyä
- Vastajan täytyy kieltäytyä kaikesta, mitä toinen ehdottaa
- Kun kysyjä on ehdottanut kahdeksaa asiaa, vaihtakaa rooleja
- Nyt kysyjä ehdottaa kahdeksaa asiaa, joihin kaikkiin vastaaja vastaa myöntävästi

Muistakaa, että vastaukset eivät sido oikeasti mihinkään!

- Kun toinen kysyjä on ehdottanut kahdeksaa asiaa, keskustelkaa ryhmän kanssa yhdessä seuraavista aiheista:
 - Oliko jokin kohta, jossa ei:n sanominen oli vaikeaa?
 - Olivatko ehdotukset asiallisia?
 - Mikä tekee ei:n sanomisesta vaikeaa?
 - Onko vanhemmille helppo kieltäytyä?
 - Oliko jokin kohta, jossa olisi ”kyllä” sijaan tehnyt mieli sanoa ”ei”?
 - Miltä tuntui sanoa ”kyllä” kun olisi tehnyt mieli sanoa ”ei”?
 - Miten voin sanoa ”ei” kun se on vaikeaa?



Aaltonen, Jussi 2012. Turvataitoja nuorille. Verkkodokumentti.
www.thl.fi/thl-client/pdfs/b953f441-755e-4daa-a3c8-6994b16fb718.