



Satu Kolehmainen
Salla Mäkinen
Heini Prinkkala

Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysalan koulutusohjelma
Sosionomi (AMK)
Sairaanhoitaja (AMK)
Sosionomi (AMK), diakoniatyö
Opinnäytetyö, syksy 2022

KUINKA TUKEA SATEENKAARINUORTA
Opas sateenkaarinuorten läheisille

TIIVISTELMÄ

Satu Kolehmainen, Salla Mäkinen, Heini Prinkkala
Kuinka tukea sateenkaarinuorta – Opas sateenkaarinuorten läheisille
Sivuja 32, liitteitä 1
Syksy 2022
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveystieteiden koulutusohjelma
Sosionomi (AMK), sairaanhoitaja (AMK), sosionomi (AMK), diakoniatyö

Opinnäytetyön produktina oli opas läheisille, joille tärkeä ja läheinen lapsi, nuori tai jo itsenäistynyt nuori aikuinen identifioi itsensä ja seksuaalisen ja/tai sukupuolisen suuntauksensa kuuluvaksi queer-yhteisöön. Nuori on voinut ilmoittaa suuntauksestaan aiemmin, hetkittäin tai pitkän aikaa sitten tai läheinen on saanut tiedon nuoren sitä itse suoraan kertomatta tai hän voi pohtia, onko nuori suuntaukseltaan queer. Läheinen voi olla biologinen, adoptiovanhempi tai muu huoltaja kuin isä- tai äitiniimikkeellä oleva, ystävä, sukulainen tai ammattilainen, joka on sateenkaarinuoren kanssa säännöllisesti tekemisissä.

Työelämäkumppanina toimi Satakunnan Seta, joka on seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjen oikeuksia ajava järjestö. Tarjoamalla tukea ja palautetta oppaan kehittämisessä Seta on saanut luvan käyttää opinnäytetyössä ja sen produktissa olevaa sisältöä sosiaalisessa mediassaan. Toissijaisena kumppanina toimi Porin Kulttuuripaja Lumo, joka oli mukana palautteen keräämisessä sekä produktin jakamisessa omilla alustoillaan.

Opasta luodessa ja kehittäessä tavoitteena oli sisällöltään selkeää, lyhyttä mutta avaavaa tekstiä ja tietoa, jota lukija voi hyödyntää ja soveltaa. Suunnittelu- ja luonnosteluvaiheessa otettiin huomioon oppaan luettavuus ja selkeys ja miten oppaan asiasisältö ilmaistaan lukijalle ymmärrettävästi. Ohjaavaa tekstiä on pyritty kirjoittamaan niin, että siinä tulisi ilmi sateenkaarivähemmistön ja nuoren näkökulmaa. Opas on itse suunniteltu ja seuraa mallinaan ja pohjatiedoiltaan sateenkaarivähemmistön oikeuksia ajavan Satakunnan Setan oppaita ja ohjauskirjoitelmia. Opas kertoo pääpiirteellisesti mistä LGBTQ+-suuntautumisessa on kyse ja miten nuorta voi kohdata ja tukea kotona tai työympäristössä, jossa käsitellään nuoren kasvua ja kotielämää.

Raportissa käydään myös läpi diakoninen näkökulma siitä, miten sateenkaarinuorta voi kohdata seurakunnan ympäristössä. Opinnäytetyössä otettiin tarkempaan tarkasteluun rippikouluympäristö.

Asiasanat: seksuaali- ja sukupuolivähemmistöt, sateenkaarinuoret, sosiaalinen tukeminen

ABSTRACT

Satu Kolehmainen, Salla Mäkinen, Heini Prinkkala

How to support an adolescent identifying as LGBTQ+ - Booklet for the loved ones of an adolescent identifying as queer

32 p., 1 appendix

Autumn 2022

Diaconia University of Applied Sciences

Bachelor's Degree in Health Care and Social Services

Bachelor of Social Services, Registered Nurse, Bachelor of Social Services, Diaconal Work

For this thesis, a booklet for the loved of young people identifying as queer was created. The loved one may have been directly informed of the young person's orientation or have discovered it on their own, without the young person talking about it. They may also be thinking about if the young person identifies as queer. The loved one may be a biological or adoptive parent, other guardian, family member, friend or professional who is in contact with the young person.

Satakunnan Seta, which is an organization working towards the rights of sexual and gender minorities, was the cooperative partner. Seta offered their support and feedback with the development of the booklet and was given permission to use the texts written for the thesis and its product on their social media. Kulttuuripaja Lumo of Pori worked as a secondary partner, helping with the collection of feedback and sharing the product on their platforms.

While creating and developing the booklet, the goal was to create clear and brief but informative texts the reader can utilize and apply to their own needs. During the design and planning, the goal was to take notice of the legibility and clarity of the texts and how to express the contents in an easily accessible way for the reader. The booklet was written in a way that brings out the point of view of a sexual and gender minorities and the young person. The booklet was designed by the students of Diak, and previous booklets and guidance from Satakunnan Seta were used as background information. The booklet covers a few main points, such as what different LGBTQ+ orientations mean and how to encounter and support LGBTQ+ young people in environments involving the discussion of their development or home life.

In the report there's also a diaconial point of view about how to encounter the queer young person in the religious space. The confirmation school is closely examined for this thesis.

Keywords: sexual- and gender minorities, LGBTQ+ minors, social support

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	4
2 SUKUPUOLI- JA SEKSUAALIVÄHEMMISTÖKÄSITTEET.....	5
2.1. Sukupuoli ja seksuaalisuus	5
2.2. Sateenkaariperheet.....	6
3 SEKSUAALI- JA SUKUPUOLIVÄHEMMISTÖÖN KUULUMINEN	8
3.1. Kehittyvän sateenkaarinuoren identiteetti	8
3.2. Väheemmistöstressin vaikutus yksilöön ja identiteettiin	10
3.3. Vanhempien merkitys nuoren identiteetin kehityksessä.....	11
3.4. Sateenkaari-ihmisten hyvinvointi Suomessa.....	12
4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET.....	13
5 TYÖELÄMÄKUMPPANIT	15
6 OPPAAN LAATIMISEN PROSESSI	16
6.1. Suunnittelu	16
6.2. Toteutus.....	18
6.3. Oppaan sisältö	20
6.4. Arviointi	22
7 SATEENKAARINUORI SEURAKUNNAN TOIMINNASSA	24
8 AMMATTIETIIKKA OPINNÄYTETYÖSSÄ.....	27
9 POHDINTA	28
LÄHTEET.....	31
LIITE 1 Opas sateenkaarinuorten vanhemmille	34

1 JOHDANTO

Nykymaailmassa nuori, jolla on helppo pääsy tietolähteisiin, pystyy helposti tutkimaan ja kohtaamaan ihmisiä, jotka määrittellään sateenkaareviksi. Nuori kykenee tunnistamaan tiedon valossa näitä piirteitä itsessään ja sen avulla määrittelemään myös oman seksuaalisen ja sukupuolisen suuntautumisen. Vuoden 2007 arvion mukaan 5–15 % Suomen väestöstä on seksuaalisuudeltaan muuta kuin heteroseksuaalisia eli yksiselitteisesti vastakkaisesta sukupuolesta (mies-nainen-binäärissä) kiinnostuneita (Pohjanpää, 2013). Yhdysvalloissa vuonna 2022 tehdyn gallupin mukaan LGBTQ-ihmisiä eli seksuaali- ja sukupuolivähemmistöön kuuluvia on Yhdysvallan asukasmäärästä noin 7,1 % (Jones, 2022).

Sateenkaarevien ihmisten esiin tulemisesta huolimatta erityisesti vanhempien sukupolvien voi olla vaikea sisäistää, mitä tarkoittaa olla ei-cishetero ja miksi jotkut väestöstä ovat “erilaisia” valtaväestöön verraten. Avoimuus ja asian esille tuominen on kasvattanut ihmisten tietoa ja ymmärrystä vähemmistöön kuuluvien olemassaolosta ja monimuotoisuudesta sekä heidän oikeuksiaan. Näin ollen heidän vapauksiaan on parannettu vuosien ja historian varrella huomattavasti. Silti joillekin voi olla vielä vaikeaa ymmärtää, mistä asiassa on kyse. Erityisesti huoltajien oman lapsen ja nuoren, tai jo aikuseksi kasvaneen, identifioituminen LGBTQ-henkilöksi eli “kaapista tuleminen” voi olla tiedon ja ymmärryksen puutteessa hämmentävää, huolestuttavaa tai pelottavaa. Jos läheisen käsitykset seksuaalisuuden ja sukupuolen moninaisuudesta ovat vähäiset tai vääristyneet, hän voi ymmärtää nuoren suuntautumisen vääränlaisena ja “pahana” asiana. Tällainen ajattelu saattaa korostua, jos läheisen maailmankuvaan kuuluu, että seksuaali- ja sukupuolivähemmistöön kuuluvat nähdään huonossa valossa ja yhteiskunnallisena uhkana. (Huebner, ym. 2019).

Opinnäytetyö on kehittämispainotteinen, ja sen tavoitteena on selventää läheisille, kuinka kohdata sateenkaarinnuori ja miten käsitellä tämän seksuaali- ja/tai sukupuoli-identiteettiä. Opinnäytetyön produktin eli oppaan avulla

selvennetään sitä, kuinka sateenkaarinuorta voi tukea ja onko nuoren kohtaamisessa jotakin erityistä huomioitavaa. Opinnäytetyöllä pyritään tuomaan ehdotuksia siihen, kuinka tehdä kodista turvapaikka, jossa sateenkaarinuori voi olla avoimesti oma itsensä eikä hänen tarvitse peitellä todellista identiteettiään.

Kyseessä on tärkeä ja yleistyvä aihe. Vanhempien ja läheisten suhtautuminen sateenkaarinuoreen on ratkaiseva tekijä siinä, kuinka nuori kokee tulevansa kohdelluksi ja hyväksytyksi itselleen turvallisessa ympäristössä eli kotonaan. Monella läheisellä ei ole tietoa siitä, kuinka kohdella sateenkaarinuorta ja ottaa tämän tarpeet huomioon. Siksi on tärkeää, että on olemassa konkreettinen opas siihen, kuinka huomioida sateenkaarinuorta. Opas on tehty yhteistyössä Satakunnan Setan sekä Porissa toimivan Kulttuuripaja Lumon kanssa.

2 SUKUPUOLI- JA SEKSUAALIVÄHEMMISTÖKÄSITTEET

2.1. Sukupuoli ja seksuaalisuus

Seksuaalisuus on keskeinen osa jokaisen ihmisen elämää. Seksuaalisuuteen kuuluvat seksuaalinen suuntautuminen, erotiikka, mielihyvä, intiimit suhteet, lisääntyminen, sukupuoliroolit, sukupuoli sekä sukupuoli-identiteetti. Seksuaalisia suuntautumisia on useita erilaisia ja niiden jaottelut ovat moninaisia. Yleisimpänä suuntautumisena on heterous. Hetero tuntee muuta kuin samaa sukupuolta olevaa kohtaan seksuaalista ja/tai emotionaalista vetoa. Homo kiinnostuu samaa sukupuolta olevista ja biseksuaali sekä samaa että muuta kuin omaa sukupuolta olevista. Useampaan sukupuoleen vetoa tuntevia voidaan kutsua tapauksesta riippuen bi-, poly- tai panseksuaaleiksi. He, jotka kokevat identiteetiksensä queer, eivät halua määrittää seksuaalista suuntautumistaan. Kun seksuaalista vetovoimaa muita kohtaan on vähän tai ei lainkaan, on kyseessä aseksuaali. (Terveystieteiden tutkimuskeskus, 2020.) Seksuaalisia määritelmiä on

useita ja moninaisia. Niiden laajuuden ja kirjon vuoksi tarkempi lokerointi sekä määrittely voi olla hankalaa.

Sukupuoli-identiteettejä on useita erilaisia. Tunnetuimmat jaotelmät ovat mies ja nainen, jotka ovat kaksi juridista sukupuolta Suomessa ja yleisiä sukupuoli-identiteettejä (Seta, 2022). Cis-sukupuolta olevat kokevat sukupuoli-identiteettinsä vastaavan sitä, mikä heille on syntymässä määritelty. Jos kokee, että sukupuoli-identiteetti ei vastaa syntymässä määriteltyä, on transsukupuolinen henkilö. Jos kehon sukupuolipiirteet eivät vastaa yksiselitteisesti joko nais- tai miestyypillisiä piirteitä, on kyseessä intersukupuolinen henkilö. Ihminen voi halutessaan määritellä itsensä myös muunsukupuoliseksi tai sukupuolettomaksi. (Terveysten ja hyvinvoinnin laitos, 2020.) Muunsukupuolinen voi olla sekä mies että nainen, tai jotain näiden määritelmien ulkopuolelta olevaa (Seta, 2022).

2.2. Sateenkaariperheet

Sateenkaariperhe käsitteenä ylläpitää laajasti eri perhemuotoja, joissa yksi tai useampi vanhemmista on seksuaali- tai sukupuolivähemmistön edustaja. Perhemuotojen kirjo on todella laaja ja perheet ja perhetilanteet ovat keskenään monessakin tapaa erilaisia. Osa sateenkaariperhemuodoista on yleisempiä kuin toiset. (Sateenkaariperheet ry, 2022.)

Miesparin muodostama ydinperhe on perhe, jossa miespari jakavat yhden tai useamman lapsen vanhemmuuden keskenään ja molemmat ovat juridisia vanhempia. Miesparin muodostama ydinperhe on Suomessa melko harvinainen perhemuoto, sillä adoptiomahdollisuudet ovat vaikeita, sijaissynnytysjärjestelyt ovat juridisesti hankalia ja kalliita sekä miesparilla on vaikeaa saada lasta kahdestaan. Kansainväliset adoptiot ovat vaikeita Suomessa toimivilla järjestöillä, koska ei ole tällä hetkellä tarpeeksi toimivia järjestöjä, jotka sijoittavat lapsia samaa sukupuolta olevien pariskuntien perheisiin. (Sateenkaariperheet ry, 2022.)

Naisparin muodostama ydinperhe on perhe, jossa naispari jakavat yhden tai useamman lapsen vanhemmuuden keskenään ja ovat molemmat juridisia vanhempia. Naispareilla on mahdollista asioida hedelmöityshoidoissa joko yksityisillä tai julkisilla terveydenhuollon lapsettomuusklinikoilla. Tällä hetkellä kahden naisen muodostama ydinperhe on sateenkaariperheistä yleisin Suomessa. (Sateenkaariperheet ry, 2022.)

Kumppanuusvanhempien perhe, eli apilaperhe on järjestely, jossa yksi tai useampi lapsi ovat syntyneet kahden eri perheen yhteisiksi lapsiksi. Apilaperheet jaetaan kolmen vanhemman kolmiapilaperheisiin, neljän vanhemman neliapilaperheisiin tai myös kahden vanhemman ystävä- tai kaksiapilaperheisiin. Suomen lainsäädännön puutteiden vuoksi vain kaksi henkilöä voi olla vanhempia lapselle juridisesti, mutta kaikki vanhemmat ovat kuitenkin lapsen tai lasten sosiaalisia vanhempia. Apilaperheen perustamisessa ainakin vähintään kaksi vanhempaa ovat aloittaneet jakamaan vanhemmuuden alusta alkaen ilman parisuhdetta. (Sateenkaariperheet ry, 2022.)

Polyamorinen, eli polyperhe perhe on perhemuoto, jossa aikuiset elävät polyamorisessa suhteessa ja voivat jakaa lapsen tai lasten vanhemmuuden keskenään. Polyamorinen perhe erottuu apilaperheistä siten, että perhe ei koostu selkeistä perheyksiköistä, joiden välillä vanhemmuus on jaettu. Polyamorisessa suhteessa pariskunnat voivat tapaila muita ihmisiä suhteen ulkopuolella. (Sateenkaariperheet ry, 2022.)

Sateenkaariuusperhe on perhe, jossa nykyinen perhe on muodostunut vasta jonkun lapsen syntymän jälkeen. Tässä perhemuodossa vähintään yksi tai useampi jäsen kuuluu seksuaali- ja tai sukupuolivähemmistöön. Sateenkaariperheeksi voidaan myös luokitella yhden vanhemman perhe, jossa vanhempi on seksuaali- tai sukupuolivähemmistön edustaja. Trans-, muun- tai intersukupuolisen vanhemman tai vanhempien perhe voi olla muodoltaan mikä tahansa jokin yllä mainituista, jos yksi tai useampi vanhemmista kuuluu sukupuolivähemmistöön. Sateenkaariuusperheitä on moninainen ja iso kirjava joukko, kuten muutkin uusiperheet ovat. (Sateenkaariperheet ry, 2022.)

3 SEKSUAALI- JA SUKUPUOLIVÄHEMMISTÖÖN KUULUMINEN

3.1. Kehittyvän sateenkaarinuoren identiteetti

Useimmat 2000-luvun alussa syntyneet nuoret ovat teini-ikään päästessään jo hyvin perillä sateenkaarevien, eli muiden kuin toisen sukupuolesta kiinnostuneiden ja toiseksi kuin syntymäsuopuolekseen määriteltyjen ihmisten määritelmästä ja olemassaolosta. Tämä ei välttämättä vaadi täysin tiedostamista ja sisäistämistä, mitä se tarkalleen ottaen tarkoittaa ihmisille itselleen. Queer-ihmiset ovat olleet esillä erityisen paljon 2000-luvulla, ja mediassa queer-ihmisiä näkee paljon ja he ovat avoimempia identiteetistään. Tämä on alkujaan lähtöisin 1960-luvulta lähtien, kun Suomessa sateenkaariväen oikeuksia ajavat liikkeet alkoivat tuomaan esiin kansan tietoisuuteen (Sateenkaarihistoria, 2022). Nuoret ymmärtävät, että queer-ihmiset ovat olemassa oleva asia, heistä on tullut yksi normaali osa ihmiskuntaa ja ihmisen monimuotoisuutta, eivätkä he ole enää yhtä suuri tabu. Nuoret pystyvät etsimään esimerkiksi Internetistä tietoa ja selvittämään, mistä on kyse, mitä LGBTQ (suomeksi käytetään usein termiä "sateenkaareva") tarkoittaa ja mitä erilaisia seksuaalisuuden ja sukupuolen muotoja ja ilmentymiä on.

Identiteetin voidaan katsoa olevan yksilön käsitys omasta itsestään. Identiteetti rakentuu persoonallisista ominaisuuksista, jotka voivat muuttua tai kehittyä vuorovaikutuksessa muiden kanssa. (Vilkko-Riihelä ym., 2012.) Tärkeässä asemassa identiteetin kehittämisessä ja sen tukemisessa on mielenterveys. Mielenterveyttä voidaan edistää sellaisella toiminnalla, joka vahvistaa mielenterveyttä tai vähentää tekijöitä, jotka koetaan mielenterveydelle vahingollisina. Tällaiset tekijät nuoren mielenterveyttä katsottaessa voivat olla suoraan terveyteen vaikuttavia tai muita tekijöitä, esim. Asuin- tai kouluympäristö tai yhteiskunnan rakenteissa olevat tekijät. Mielenterveyden edistämisen ei tulisi olla yksinään yksilön vastuulla, vaan koko yhteiskunnan ja sen kaikkien osa-alueiden vastuulla. (Lönqvist ym., 2014, s. 33.)

Identiteetin määritelmä selittää psykologisesta ja kehitysopillisesta näkökulmasta, mitä se yksilölle henkilökohtaisesti tarkoittaa, miten muuttuva tai pysyvä se on ja kuinka omaa identiteettiään voi tarkastella ja analysoida. Identiteetti on jokaisen oma ja yksilöllinen henkilökohtainen asia. Nuoruuden kehitysvaiheisiin kuuluu muun muassa itsenäistyminen, oman identiteetin rakentaminen ja ystävien ja omanlaisten ihmisten tai yhteisön löytyminen. Nuoren minäkuva kehittyy abstraktimmaksi ja monipuolisemmaksi, ei vain konkreettiseksi ja selkeiden piirteiden osoittamaksi. Monet minäkuvan piirteet ovat riippuvaisia nuoren saamasta ulkopuolisesta palautteesta, joka koskee hänen taitojaan, ulkoista olemustaan ja käyttäytymistään, ja sosiaalisten roolien merkitys alkaa kasvaa. (Nurmi ym., 2014.) Nuori etsii identiteettiään kokeilemalla uusia asioita ja ajattelutapoja yrittäen löytää itselleen sopivia piirteitä. Dan McAdams kertoo nuorten luovan ympärilleen identiteetikertomuksia, joiden avulla hän sitoo identiteettinsä perustaen ne menneisiin muistoihin ja kokemuksiin, tämänhetkiseen elämän tilanteeseen ja ennakoitaviin tulevaisuuden näkemyksiin luoden niistä yhtenäisen identiteetin kokonaisuuden. (Nurmi ym., 2014.)

LGBTQ+-suuntautuminen on osa ihmisen omaa henkilökohtaista identiteettiä, joka on suhteellisen pysyvä. Kasvuvaiheessa sekä identiteetti että suuntaus voivat olla muuttuvia tai niiden määrittelemisen ja selittämisen itselleen ja muille voi muuttua ajan myötä suuntaan ja toiseen. Queer-ihminen on sukupuoleltaan, seksuaaliselta ja/tai romanttiselta suuntaukseltaan muu kuin cis-heteroseksuaali/romantikko (Seta, 2022). Suuntaus ei siis ole ihmisen valinta vaan synnynnäinen sekä ympäristöllinen piirre samoin tavoin kuin hänen kokemuksensa esimerkiksi tietynä etnisyyden edustajana on. Läheinen tai muut ihmiset eivät siis voi suoraan vaikuttaa sisäiseen kokemukseen omasta suuntauksestaan ja itsestään. Muut ihmiset ja ympäristö voivat saada ihmisen kieltämään suuntauksen olemassaolon ja henkilö voi yrittää tukahduttaa sitä tai sen sosiaalista ulkoista toteuttamista. Sen olemassaolo ei kuitenkaan muutu tai poistu lopullisesti. Identiteettiin kuuluu myös se, miten henkilö tuo suuntaustaan esiin sosiaalisesti, käytöksessään, tavoissaan ja päätöksissään. (Nurmi ym., 2014.)

3.2. Vähemmistöstressin vaikutus yksilöön ja identiteettiin

LGBTQ+-ryhmään kuuluvilla on muuhun väestöön verrattuna suurempi riski sairastua sekä psyykkisesti että fyysisesti. Tämä johtuu heidän vähemmistöasemastaan, jossa he ovat alttiita kokemaan vähemmistöstressiä. Tähän voidaan liittää masennus, ahdistuneisuushäiriöt, syömishäiriöt, traumaattinen stressihäiriö sekä itsetuhoisuus. Lisäksi vähemmistöstressi lisää monia fyysisiä terveysongelmia, kuten astmaa sekä sydän- ja verisuonitauteihin sairastumista. (Jaskari ym., 2021, s. 1783.)

Vähemmistöstressi voidaan jakaa kolmeen osaan. Nämä osat ovat distaaliset tekijät, proksimaaliset stressitekijät sekä yksilön itseensä kohdistama syrjintä. Distaalisissa stressitekijöissä syrjinnän voidaan katsoa olevan joko suoraa tai rakenteellista. Distaalisia stressitekijöitä ovat syrjinnän ja väkivallan kokemukset sekä leimaavat asenteet ja ennakkoluulot. Proksimaalisten tekijöiden myötä ihmisen suhde itseensä saattaa muuttua. Hän voi alkaa salailia tai peitellä todellista identiteettiään, koska ei halua tulla syrjityksi muiden toimesta. Salailu johtaa lisääntyneeseen stressiin sekä sosiaaliseen eristäytymiseen. Tilanteesta riippuen "ulostuleminen" saattaisi olla salailua stressaavampi kokemus. (Jaskari ym., 2021, s. 1781–1782.)

Vähemmistöön kuuluva saattaa ajautua tilanteeseen, jossa hän kieltää oman identiteettinsä ja alkaa kokemaan vihaa muita vähemmistöön kuuluvia kohtaan. Tällainen tilanne saattaa syntyä ympäristön painostuksen myötä, jossa vähemmistöön kuuluva alkaa sisäistää leimaavia asenteita. Nämä asenteet johtavat itseinhon ja sitä myötä vihaa omaa identiteettiään kohtaan. Stressin kokemus alkaa lisääntyä, jos vähemmistöön kuuluva näkee itsensä vähempiarvoisena yhteiskunnassa. Varsinkin transihmiset ja muunsukupuoliset ovat muita enemmän rakenteellisen syrjinnän kohteina: esimerkiksi virallisissa lomakkeissa on vain kaksi vaihtoehtoa sukupuolille ja useimmiten WC-tilatkin ovat sukupuolitettuja. Distaalisissa stressitekijöissä heidän kohdallaan korostuu se, kun heitä puhutellaan syntymässä määrätyn sukupuolen mukaisesti eikä niin, kuinka he itse oman sukupuolensa määrittelevät. (Jaskari ym., 2021, s. 1782–1783.)

3.3. Vanhempien merkitys nuoren identiteetin kehityksessä

Seksuaalinen suuntautuminen ja sukupuoli-identiteetti ovat endogeenisiä ja tahdosta sitoutumattomia asioita, joihin ei voi itse vaikuttaa. Monella läheisellä saattaa olla vaikeuksia hyväksyä sateenkaarilapsensa seksuaalista suuntautumista, vaikka kyseisen asian selvityksestä olisi kulunut jo useampi vuosi. Vanhemmat, joilla on sopeutumisvaikeuksia, todennäköisemmin paheksuvat tai omaksuvat kielteisiä käyttäytymismalleja, jotka voivat puolestaan johtaa sateenkaarinuorten vaaraan saada vakavia terveysongelmia. Toiset vanhemmat tarvitsevat enemmän aikaa sopeutua, jos heillä on pitkään ollut kuvitelma lapsellensa perinteisestä heteroseksuaalisuuden tulevaisuudesta. Erilaiset negatiiviset ja kielteiset vanhemmuuden käyttäytymismallit voivat vaihdella lievästä paheksunnasta suoraan hylkäämiseen. Tällaiset käyttäytymismallit heikentävät lasten ja vanhempien välistä suhdetta ja voivat asettaa lapselle riskin sairastua masennukseen, käyttämään päihteitä ja ajautua tekemään itsemurhan. (Huebner ym., 2019.)

Yleensä vanhemmat lopulta sopeutuvat, vaikka aluksi tieto voi lisätä heille shokkia. Asian hyväksymistä voi monesti vaikeuttaa pelko ja huoli lapsen seksuaalisesta suuntautumisesta tai sukupuoli-identiteetistä johtuvista ongelmista ja siitä aiheutuvasta syrjinnästä. Sateenkaarinuoren ulostulo vanhemmillensa on suuri luottavaisuuden osoitus ja vanhemman ontuvan reagoinnin vuoksi, nuori saattaa helposti kokea, ettei hän kelpaa sellaisena kuin on. Lapsen ulostulo voi heikentää myös vanhemman ymmärrystä itsestään. Vanhempi voi kokea paineita luulemalla, että lapsen seksuaalinen suuntautuminen tai sukupuoli-identiteetti on johtunut perheestä tulevista roolimalleista tai kasvatuksen niin sanotuista virheistä. Nuorta voi tukea hakemalla aiheesta tietoa ja ottamalla sukupuoleen ja seksuaalisuuteen liittyvät termit haltuun. Omien tunteiden käsittelyyn voi tarvittaessa saada myös apua. (Huebner, D. M., ym. 2019.)

3.4. Sateenkaari-ihmisten hyvinvointi Suomessa

Suomessa seksuaali- ja sukupuolivähemmistöhistorian laajamittainen tutkimus akateemisesti alkoi vasta queer-teorian kehityksen jälkeen, eli 1990-luvun loppupuolella ja 2000-luvun alkupuolella. Queer-käsite on alkuperäisesti kotoisin Yhdysvalloista, joka syntyi siellä 1980-luvun AIDS-kriisin myötä poliittisen ja akateemisen aktivismin vuoksi. (Hakoniemi, ym., 2018.) Suomessa seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjen erilaiset homo- ja lesbotutkimukset eroavat selkeästi Yhdysvaltojen vastaavasta historiasta. Suomessa AIDS ei käynnistänyt samantyyppistä epidemiaa verrattuna Yhdysvaltoihin, jossa taas oli paljonkin homojen ristiriitaista esilletuontia. Suomessa AIDS ja HIV:n leviäminen saatiin hallintaan homoaktivistien ja suomalaisten terveysviranomaisten yhteistyöllä. Tämä auttoi huomattavasti Setaa, joka on merkittävä seksuaali- ja sukupuolivähemmistöille tarkoitettu järjestö. Myös Suomessa AIDS aiheutti syrjintää ja negatiivisia asenteita homoja kohtaan, mutta ei niin massiivisesti kuin muissa maissa, joissa homokulttuuri oli enemmän esillä jo ennen epidemiaa. (Hakoniemi ym., 2018.)

Suomessa mitataan nuorison hyvinvointia kattavilla tutkimuksilla. Nuorisobarometri ja Kouluterveyskysely ovat esimerkiksi säännöllisesti toteuttavia tutkimuksia. Yksi määränpäistä on saada eri vähemmistöjen edustajia vastaamaan näihin kyselyihin. Näitä vähemmistöjä ovat esimerkiksi erilaisista etnisistä taustoista sekä kieliryhmistä tulevat, eri seksuaalivähemmistöjä edustavat, eri uskontokuntiin kuuluvat sekä vammaiset. (Alanko, 2014.) Oman sukupuolen ja seksuaalisen suuntautumisen tunnistaminen nuorilla on nykyään suorempaa. Suomessa tehdyt erilaiset tutkimukset ovat todistaneet, että niihin vastanneet nuoret, jotka tuntevat itsensä muuksi kuin heteroseksuaaliksi, pysyy vuosi vuodelta noin 10 prosentissa. Sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen nuorten hyvinvointia Suomessa koskevat vastaukset muuttuvat ja vaihtelevat suuresti. Tulokset osoittavat monia eri myönteisiä seikkoja, mutta myös tuo näkyviin erilaisia ongelmia, joita nimenomaan queer-nuoret kokevat useammin kuin muut samanikäiset. (Alanko, 2014.)

Tutkimustulokset tuovat ilmi, että queer-nuoret kokevat enemmän kielteistä kohtelua, syrjintää, syrjäytymisvaaraa sekä väkivaltaa. Monella on myös haasteita

lähisuhteissa. Monet ovat huolissaan, kuinka ympärillä olevat reagoivat heidän kertoessaan avoimena seksuaalisesta suuntautumisesta tai sukupuoli-identiteetistään. Monella nuorella ei ole vertaistukea samassa tilanteessa olevista samankäisistä nuorista. Subjektiiivinen kokemus ja kvantifiointi sisältävät eroja. Vastauksien moninaisuudesta voi myös päätellä, että esimerkiksi seksuaalivähemmistöön kuuluvalla nuorella voi olla erilaisia syrjinnän kokemuksia verrattuna transihmisen kokemukseen. (Alanko, 2014.)

Yleisesti koulumaailmassa ilmenee seksuaaliseen suuntautumiseen tai sukupuolensa ilmaisuun liittyvää kiusaamista. Sukupuoli-identiteetistä riippuen transnuorien kokevan kiusaamisen, syrjimisen tai muun negatiivisen kohtelun tuomat kokemukset voivat lopulta johtaa koulusta pois jäämiseen. Osa miespuolisista sukupuoli-identiteetin omaavista ei osallistu koulun liikuntatunneille. Moni nuori kokee, ettei ole saanut tarpeeksi tukea ja apua koulun henkilökunnalta. (Alanko, 2014.)

4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Kehittämispainotteisen opinnäytetyön tarkoituksena on täsmentää tekijöille sekä opinnäytetyötä ja valmista produktia tarkastelevalle, mikä on seksuaali- ja sukupuolivähemmistön määritelmä, mitä siihen sisältyy, miten vähemmistön ja yhteisön olemassaolo ilmenee yhteiskunnassa sekä kuinka vähemmistön edustajia tulisi kohdata ja huomioida ammatillisesti sosiaali- ja terveydenhuollon parissa. Opinnäytetyön tavoitteena on käsitellä seksuaali- ja sukupuolivähemmistöön liittyvää tietoa ja määritelmiä sekä kehittää heille ja heidän läheisilleen suunnattua tukea ja kehittämislähtöistä materiaalia heidän kanssaan työskenteleville ammattilaisille sekä läheisille. Tässä opinnäytetyössä seksuaali- ja sukupuolivähemmistö on rajattu sateenkaarinuoriin ja heidän läheisiinsä. Teoreettisesti käsitellään myös yhteisöä kokonaisuutena ja pääpiirteissään.

Opinnäytetyön produktina syntynyt opas on tarkoitettu vanhemmille ja läheisille, joille tärkeä lapsi, nuori tai jo itsenäistynyt nuori aikuinen identifioi itsensä ja seksuaalisen- ja/tai sukupuolisen suuntauksensa kuuluvaksi queer-yhteisöön. Nuori on voinut ilmoittaa suuntauksestaan aiemmin, lähiaikoina tai pitkän aikaa sitten, tai vanhempi on saanut tiedon nuoren sitä itse suoraan kertomatta, tai hän voi pohtia, onko nuori suuntaukseltaan queer. Läheinen voi olla biologinen, adoptiovanhempi tai muu huoltaja kuin isä- tai äitinimikkeellä oleva, ystävä, sukulainen tai ammattilainen, joka on säännöllisesti tekemisissä sateenkaarinuoren kanssa.

Oppaan tarkoituksena on toimia auttavana ja ohjaavana tiedonantajana, kuinka toimia, kun nuori identifioituu queeriksi, mitä se tarkoittaa ja miten nuorta olisi hyvä kohdella ja käsitellä sekä kuinka tukea ja hyväksyä hänet sellaisena. Oppaassa lähdetään ajatuksesta, että läheinen ei tiedä aiheesta ja kaikki annettu informaatio ja ohjaus perustuu aivan perustiedon ja alkutekijöiden käsittelystä lähtien. Opas on tarkoitettu jaettavaksi sellaisissa paikoissa, joista oletamme läheisen etsivän tietoa tai hän on tekemisissä nuoren kanssa paikoissa, jossa sateenkaarevuutta käsitellään - esimerkiksi kirjastot, neuvolat, internet (pdf-muotoinen), psykiatriset- ja polivastaanotot. Tavoitteena on auttaa läheistä ymmärtämään ja sisäistämään paremmin nuoren identiteetin muutosta ja kehitystä ja löytää keinoja käsitellä asiaa. Oppaan avulla yritetään viestiä läheiselle ihmisen identiteetin henkilökohtaisuudesta, sekä auttaa sisäistämään sen merkitys ja tärkeys, erityisesti murrosikäisen nuoren elämässä. Koska seksuaalinen ja sukupuolinen suuntaus on ihmisen oma asia, tavoitteena on viestiä lukijalle sen koskemattomuudesta ja siitä, miten ulkopuolinen ei saa ja voi kontrolloida tai muuttaa sitä. Oppaan tavoite on myös auttaa läheisiä, joiden maailmankuva sateenkaari-ihmisistä on kieltävä ja vastustava, kehittämään asennettaan ja ajatuksiaan queer-ihmisiä kohtaan myönteiseksi ja hyväksyvämmäksi.

5 TYÖELÄMÄKUMPPANIT

Opinnäytetyömme produktin eli oppaan tekoon ja sen kehittämiseen saatiin konsultaatioapua työelämäkumppaneilta. Opasta kehitettiin yhteistyössä Satakunnan Setan sekä Porin Kulttuuripaja Lumon kanssa. Molemmat yhdistykset toimivat yhteistyössä sateenkaari-ihmisille suunnatuissa tapahtumissa ja kokoontumisissa.

Satakunnan Seta ry on yhdistys, joka ajaa seksuaali- ja sukupuolivähemmistön ihmisoikeuksia ja järjestää vertaistukea ja toimintaa vähemmistöön kuuluville. Yhdistyksen tavoitteena on pyrkiä vähentämään tai poistamaan yhteiskunnassa valitsevia normeihin liittyviä ennakkoluuloja ja syrjintää, sekä tukea tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta (Satakunnan Seta ry, 2022) ja jakaa tietoa seksuaali- ja sukupuolivähemmistöistä. Satakunnan Seta on Suomen valtakunnallisen yhdistyksen Setan haarake, joka toimii Satakunnan alueella Porin toimipisteessä. Setan yhdistyksen omilla sivustoilla löytyy materiaalia ja oppaita sateenkaari-ihmisille ja heidän omaisilleen sekä ammattilaisille koskien seksuaali- ja sukupuoli-identiteettiä, tietoa heidän oikeuksistaan ja Setan järjestämästä toiminnasta ja tapahtumista. (Satakunnan Seta ry, 2022.)

Porin Kulttuuripaja Lumo on osa Tukiranka Ry:n toimintaa, joka tarjoaa nuorille aikuisille matalan kynnyksen luovaa ryhmätoimintaa ja tukea arjen hallintaan. Kulttuuripajan tarkoituksena on tukea nuoria aikuisia, joilla on mielenterveyden ongelmia, mutta jotka kykenevät itsenäiseen toimintaan, ja tarjoaa heille tekemistä arjessa. Kulttuuripaja on kävijöilleen maksuton ja toisinaan järjestää tapahtumia ja kokoontumisia muun viikoittaisen ryhmätoiminnan ohella. Porin toimipisteessä toimii tällä hetkellä 4 työntekijää sekä vertaisohjaajina yli 40 henkilöä. Vertaisohjaajat ovat vapaaehtoistyötä tekeviä henkilöitä, jotka osallistuvat pajojen ja tapahtumien järjestämiseen ja suunnitteluun. (Kulttuuripaja Lumo, 2022.) Lumo järjestää kuukausittain tiloissaan Sateenkaarikahvilan, joka on pienimuotoinen tapahtuma ja vapaapäätöinen kokoontuminen sateenkaareville kävijöille.

Opinnäytetyön ideapaperia ja suunnitelmaa tehdessä otettiin yhteyttä useisiin mahdollisiin eri yhteistyötahoihin ja organisaatioihin, joiden uskottiin olevan hyödyllisiä ja auttavia opinnäytetyötä kehittäessämme. Valintana pyytää yhteistyökumppaneiksi olivat Seta, Perhesuhdekeskus, Mannerheimin LastensuojeluLiitto, Sateenkaariperheet sekä Väestöliitto. Useista viestiyrityksistä huolimatta yhteyttä tahoihin ei saatu. Näistä tahoista Perhesuhdekeskuksen edustaja oli ainoa, joka kertoi hieman, mitä materiaalia projektissa voisi hyödyntää opinnäytetyötä kehittäessä. Muut tahot eivät joko vastanneet lainkaan tai kertoivat, etteivät pysty osallistumaan prosessiin.

Elokuussa 2022 Satakunnan Setaan saatiin yhteys, ja Setan työntekijän Lari Kontulan kanssa tehtiin yhteistyösopimuksen oppaan tekemisestä. Yhteistyösopimus tehtiin myös Porin Kulttuuripaja Lumon kanssa, joka on luvannut olla mukana oppaan kehittämisessä palautteen ja Kulttuuripajan tiloissa jakamisen muodossa. Kulttuuripaja toimi pääsijaisena ensimmäisenä julkaisu- ja jakelupaikkana. Oppaan sisältöön ja ulkonäköön saatiin konsultaatioapua Setan edustajalta ja heidän kanssaan sovittiin alustavan aikataulun oppaan teon suhteen. Sovittuna on myös se, missä muodossa opas Setalle toimitetaan. Päädyimme siihen, että opas tehdään vähintään sähköisessä muodossa. Fyysisestä tulostetusta versiosta voidaan neuvotella Setan sekä Kulttuuripaja Lumon kanssa tarpeen mukaan. Sähköinen muoto takaa myös sen, että Kulttuuripaja Lumolla on mahdollisuus tulostaa oppaita lisää, mikäli on tarvetta.

6 OPPAAN LAATIMISEN PROSESSI

6.1. Suunnittelu

Alun perin opinnäytetyön aiheeksi valittiin sateenkaarinuorten eli seksuaali- ja sukupuolivähemmistöön kuuluvien nuorten hyvinvointi koulu- ja opiskeluelämässä. Idean pohjalta suunniteltiin täytettävä haastattelukysely, joka

suunnattaisiin yläasteen opiskelijoille. Kyselyssä kartoitettaisiin analysoitavaa tietoa, kuinka moni kyselyyn vastannut nuori identifioi itsensä muuksi kuin heteroseksuaaliksi cissukupuoliseksi, miten he kokevat tulleensa kohdelluksi koulussa ja kotona ja ovatko he kokeneet seksuaalisuuteensa tai sukupuoleensa liittyvää kiusaamista.

Opinnäytetyön kehityksen ja ideoinnin ollessa vielä hyvin alussa, oli aikaa vaihtaa ideaa ilman aikatauluun liittyviä ongelmia. Myöhemmin opinnäytetyökurssin työpajoihin osallistuessa syntyi idea kehittämispainotteisesta produktista eli oppaasta, joka olisi suunnattu sateenkaarinuorten läheisille. Idea oli opinnäytetyön tekijöiden mielestä hyvä ja tärkeä, joten se valittiin haastattelukyselyn sijasta.

Ajatus ja idea seksuaali- ja sukupuolivähemmistöille suunnatusta aiheesta lähti omasta lähipiiristä ja siitä, että kyseinen ihmisryhmä koskettaa oppaan tekijöitä. Ideaa kehittäessä ja suunnitellessa saatiin myös tietää muun muassa Setan kautta, että tällaiselle produktille ja oppaalle olisi tarvetta ja sellaista ei ole aiemmin tuotettu samassa mittakaavassa. Siksi produktille on kysyntää ja tahoja, jotka ovat halukkaita ja kiinnostuneita sen levittämisestä ja jakamisesta. Myös toteutusvaiheessa selvisi, että moni seksuaali- ja sukupuolivähemmistöön kuuluva haastateltu myös kertoi toivovansa tällaista opasta ja antaisi sen omille läheisilleen tai vanhemmilleen luettavaksi.

Selkeä ajatus oppaasta ja sen sisällöstä syntyi nopeasti. Yhteistyökumppanin löytäminen oli kuitenkin alkuun haastavaa. Useaan eri tahoon saatiin yhteys, mutta vastaukset olivat joko kieltäviä tai tahot eivät antaneet vastausta lainkaan. Alun perin aikeissa oli järjestää koulutustuokion oppaan käytöstä ja sen sisällöstä. Kuitenkin elokuussa 2022 saatiin yhteistyökumppani ja tämä mahdollisti alkuperäisen suunnitelman toteutumisen.

Opinnäytetyössä kehitettiin ja luotiin kehittämis- ja tietopainotteinen opas, jossa käsitellään seksuaali- ja sukupuolivähemmistöön kuuluvien identiteettiä ja sen määritelmää tilastoidun ja analysoidun tiedon pohjalta. Suunnitteluvaiheessa päätettiin kertoa keinoista, joilla sateenkaarinuoren läheinen tai heidän kanssaan

työskentelevä ammattilainen voi kohdata ja käsitellä vähemmistön edustajaa, ensisijaisesti nuoria. Tällä opinnäytetyöllä ja sen produktilla haluttiin tuoda mahdolliseksi apuväline, jotka sateenkaarinuoren läheinen voisi käyttää sekä tietolähteenä että keskustelun aloittajana kohdatessaan ja keskustellessaan nuoren kanssa asiallisesti ja rakentavasti. Oppaan päämääränä oli olla mahdollisimman avaava mutta tarpeeksi rajattu saatavilla olevan tiedon suuren määrän vuoksi. Alun perin ideana oli kirjoittaa opas vanhemmille ja ammattilaisille, jotka ovat tekemisissä sateenkaarinuorten kanssa. Suunnitteluvaiheessa tähdättiin kuitenkin laajentamaan kohderyhmää ja se vaihdettiin läheisiin vanhempien sijasta. Opinnäytetyön aihe koskettaa varmasti monia perheitä sekä koulu- että työmaailmaa.

Erilaisia seksuaalisia suuntautumisia, sukupuolisia kokemuksia sekä suhdemuotoja on laajasti ja niihin liittyviä termejä tulee varmasti vuosien aikana vielä lisää. Oppaaseen otettiin niin kutsut yleisimmät termit, jotta teos pysyisi vielä mahdollisimman selkeänä ja helposti lähestyttävänä. Sellaiselle henkilölle siinä on jo tarpeeksi oppimista ja perehtymistä, joka ei ole aikaisemmin aiheen teemoihin tutustunut. Sateenkaareva nuori on paljon pohtinut omaa identiteettiään, joten voi olla raskasta selventää usein samat asiat läheisille, joilla on jatkuvaa kiinnostusta ja tietämättömyyttä asiasta. Oppaan on tarkoitus auttaa tällaiseen tilanteeseen.

6.2. Toteutus

Toteutusvaiheessa haluttiin rajata ja selvittää, mitä oppaan haluttiin saavuttavan, kun se tarjottaisiin lukijalle selattavaksi ja luettavaksi. Kohderyhmäksi valittiin alun perin vanhemmat, koska Seta ry:n sivuilla ei ollut virallisia vanhemmille tai läheisille suunnattuja oppaita. Setan sivuilla olevat valmiit oppaat oli suunnattu enemmän nuorille ja heidän kanssaan työskenteleville ammattilaisille. Vanhemmat ovat tärkeä osa nuoren elämää ja hyvin läheisessä suhteessa tämän kanssa. Heidän keskinäisellä kommunikoinnillansa voi olla suuri vaikutus nuoren itsetuntoon ja identiteetin kehitykseen. Tavoitteena oli luoda tiivis ja rajattu tietolähde, josta lukija saisi helposti tärkeimmät ja keskeisimmät tiedot liittyen

sateenkaarevuuteen ja nuoren seksuaali- ja sukupuoli-identiteetin kehittymiseen ja muodostumiseen.

Produktista haluttiin tekstiltään sellainen, joka sisällyttäisi asiansa mahdollisimman ytimekkäästi. Näin lukija ei kokisi sitä liian suureksi tiedon määräksi. Oppaan sisältö koostuu itse sateenkaarevuuteen koskevasta tiedosta; miltä nuoresta tuntuu ja mitä hän käy läpi "tullessaan kaapista", mitä identiteetti tarkoittaa ja miten se kehittyy. Siinä kerrotaan, miten läheisen on hyvä ajatella ja toimia nuoren kanssa keskustellessaan tämän kanssa ja kuinka tukea häntä. Opas sisältää aiheeseen liittyvää sanastoa, jota voi tulla esille ja olla lukijalle uutta ja tuntematonta.

Valitut aiheet kirjoitettiin tärkeintä ja oleellisinta tietoa myötäillen jokaista otsikkoa ja työn tavoitteita ajatellen. Opinnäytetyön raporttia varten selvitettiin aiheeseen liittyvää kirjallista tietoa ja tutkimuksia. Tämän kautta saatiin informaatiota, miten sateenkaarinuoret voivat ja käsittelevät tilannetta sekä kuinka heidät olisi parasta kohdata. Identiteetti ja nuorten kehittyminen olivat keskeisessä roolissa aiheeseen liittyen ja niitä käytettiin yhtenä lähtökohtana opasta ja raporttia kirjoittaessa.

Lähteiden löytäminen tätä työtä varten on ollut suhteellisen helppoa ja olemme oppineet niistä paljon uutta. Haastattelutavan hyödyntäminen olisi ollut varmasti opinnäytetyötä rikastavaa ja sateenkaarinuorten omat näkemykset ja kokemukset olisivat tulleet paremmin esille. Sen sijaan käsikirjoituksen aloittaminen oli ollut haastavaa puuttuvan yhteistyökumppanin takia. On ollut vaikeaa aikatauluttaa kirjoittamista sekä oppaan tekemistä, koska ei ole ollut vastuussa kellekään ulkopuoliselle taholle siitä, että opas valmistuu tietyn ajan sisällä. On ollut hankaluuksia pohtia sitä, mistä lähteä liikkeelle ja millainen opas luodaan. Puuttuvan yhteistyökumppanin vuoksi alkuperäinen aikataulutus ei onnistunut.

Oppaan ulkoasun kehittämisessä, taittamisessa ja editoinnissa mukana on ollut koulun ja ryhmän kolmas ulkopuolinen jäsen, jolla on ammatillista kokemusta taittotyöstä. Otimme häneen yhteyttä pyytäen apua oppaan PDF-tiedoston

kokoamisessa virallisessa ja esitettävässä muodossa. Ryhmän kesken maksoimme hänelle työstä yhteisesti, ja hänen nimensä on mainittu oppaan tekijöiden joukossa.

6.3. Oppaan sisältö

Opas selittää, mitä LGBTQ-ihmisenä olemiseen kuuluu ja miten se voi vaikuttaa nuoren kasvuun, kokemuksiin, käytökseen ja itseilmaisuun tai itsensä kohteluun ja näkemykseen. Mitä nuori käy läpi ja mitä hänen kokemuksiinsa saattaa kuulua sekä miten yksilöllistä itsensä ja oman suuntauksensa löytäminen, sisäistäminen, hyväksyminen ja käsittely voi olla. Jokaisen sateenkaarevan ihmisen kokemus kasvustaan on yksilöllinen, joten emme voi kertoa oppaassamme mitään tiettyä tarkkaa polkua ja tapaa, jonka hän käy läpi. Sen sijaan voimme antaa lukijalle ymmärryksen siitä, millaista se useimmilla on. Oppaan tarkoituksena on auttaa lukijaa ymmärtämään nuoren mielentilaa ja ajatusmaailmaa paremmin tämän kehityksen ja itsensä löytämisen aikana.

Opas antaa ohjausta ja neuvoja, miten läheinen itse voi keskustella asiasta, kysyä tai tuoda asian ilmi. Oppaassa pyritään antamaan neuvoja myös sen suhteen, mitä voi tehdä tukeakseen nuoren identiteetin kehittymistä. Kerrotaan tapoja, joilla läheinen voi puhua nuoren kanssa sekä mitä hän voi kysyä tai yrittää kommunikoida tämän kanssa aiheesta ja auttaa nuorta kehityksessään tai auttaa lukijaa kysymään nuorelta, miten hän voi auttaa ja osallistua mukaan, jos nuori itse niin toivoo. Miten läheisen olisi hyvä kohdella nuorta, kun kyseessä on hänen suuntautumisensa, onko sateenkaarinuoren kohtelu ja käsittely jollain tapaa erilaista verrattuna cishetero-nuoreen, miten kodista voi luoda turvallisen ja luotettavan paikan, jossa nuori voi turvallisesti keskustella ja avautua ongelmistaan ja ajatuksistaan.

Oppaan sisältö rakentuu kolmesta osasta: Termien, identiteetin ja LGBTQ+ suuntauksen määritelmien avaaminen muotoon, että kommuunin ulkopuolinen tai siihen perehtymätön ymmärtäisi niiden sisällöllisen merkityksen; Mitä LGBTQ+-yhteisöön kuuluvan nuoren suuntaus merkitsee hänelle ja miten se vaikuttaa

hänen elämäänsä ja sosiaaliseen sekä henkilökohtaiseen olemukseensa; Mitä vanhempi voi tehdä ja miten hän voi puhua nuoren kanssa aiheesta sekä hyväksyä ja tukea häntä. Lisäksi liitämme oppaaseen muita tahoja ja tietolähteitä, joista oppaan lukija voi löytää lisää tietoa aiheesta sekä mitä tahoja ja yhteisöjä Suomesta löytyy (esim. Seta, Sukupuolenosaamiskeskus).

Opas sisältää tällä hetkellä yleisessä käytössä olevia pride-lippuja, jotka kuvaavat eri seksuaalisia- ja sukupuolisia suuntautumisia, sekä niitä määritteleviä termejä (esimerkkeinä homo-, bi- pan- ja aseksuaalisuus sekä trans- ja muunsukupuolisuus) sekä identiteettiin liittyviä määritelmiä (esimerkkinä mitä tarkoittaa seksuaalinen- ja romanttinen suuntaus, biologinen ja henkinen sukupuoli ja queer). Tarkoituksena on, että nuoren että opasta lukevan on helpompi ymmärtää, mitä termit ja symbolit tarkoittavat ja auttaa heitä löytämään määritelmän ja mahdollisesti heitä koskevan suuntauksen. Emme voineet sisältää kaikkia mahdollisia suuntauksia niiden suuren ja yksilöllisen kirjon vuoksi, mutta sisällytämme tällä hetkellä tunnetuimmat ja yhteisössä tunnistetut.

Identiteetin määritelmä sisältää selitystä siitä psykologisesta ja kehitysopillisesta näkökulmasta, mitä se yksilölle henkilökohtaisesti voi tarkoittaa, miten se muuttuu tai miten pysyvä se on ja miten omaa identiteettiään voi tarkastella ja analysoida. Identiteetti on jokaisen oma ja yksilöllinen. Oppaan tarkoituksena on yrittää viestiä tämä läheiselle sekä auttaa heitä sisäistämään sen merkitys ja tärkeys, erityisesti murrosikäisen nuoren elämässä. Koska seksuaalinen- ja sukupuolinen suuntaus on ihmisen oma asia, yritämme viestiä lukijalle sen koskemattomuudesta ja miten ulkopuolinen ei saa ja voi kontrolloida tai yrittää muuttaa sitä.

Oppaassa käytetään kirjakieltä ja sen on tarkoitus kertoa aiheesta mahdollisimman selkeästi ja tavalla, jonka aiheesta tietämätön voisi ymmärtää ja sisäistää. Asiasta riippuen teksti voi olla lyhyttä tai pitkää, erityisesti jos käsiteltyyn aiheeseen liittyy paljon tekijöitä tai muotoja. Tekstistä pyritään tekemään yksinkertaista ja helppolukuista. Termejä, joita LGBTGQ+-yhteisö voi käyttää kuvaamaan itseään, avataan oppaan alussa ja niitä tai niiden vastineita

voidaan käyttää teksteissä useaan kertaan, jos konteksti näkee siihen tarpeen tai asiaa ei voi selittää muilla ilmauksilla.

Ensisijaisesti opas on tarkoitus julkaista PDF-muodossa käytettäväksi ja jaettavaksi Kulttuuripaja Lumon sivustoilla sekä liitteinä internetissä. Mikäli oppaalle on enemmän kysyntää tai tarvetta, voidaan luoda tulostettu pdf-pohjainen tiedosto. Kulttuuripaja Lumolla on myös lupa tulostaa lehtistä käyttöönsä sekä jakaa sitä omissa tapahtumissaan ja tiloissaan. Satakunnan Setan kanssa tehdyn keskustelun ja sopimuksen mukaan yhdistyksellä on lupa käyttää opinnäytetyössä ja oppaassa olevia osia, kuten tekstejä ja kirjoitelmia, esimerkiksi sivustoillaan sekä sosiaalisen median sivuillaan.

6.4. Arviointi

Opas lähetettiin ennen sen julkaisua muutamalle ulkopuoliselle henkilölle, jota aihe koskettaa. Valitut henkilöt pysyvät tässä opinnäytetyössä anonyymeina. Osa palautteen antajista olivat itse seksuaali- tai sukupuolivähemmistön edustajia, osa olivat itse transnuoren vanhempia tai läheisiä sekä kaksi vanhempaa henkilöä, joilla ei ollut asiasta juurikaan mitään tietoa. Myös Kulttuuripaja Lumon ja Satakunnan Setan työntekijät antoivat meille palautteita sekä neuvoja aiheesta ja mahdollisista korjauksista tekstien sisällöistä.

Oppaan sisältö oli usealle palautteen antajista jo entuudestaan tuttua asiaa. Ne henkilöt, jotka eivät asiaan olleet vielä aikaisemmin perehtyneet, kertoivat saaneensa tästä paljon uutta tietoa sekä heidän tietämyksensä aiheesta lisääntyneen. Jokainen palaute oli tärkeä ja ne kaikki otettiin huomioon. Palautteen antajista jokainen mainitsi oppaan olevan tärkeä ja tulevan tarpeeseen. Muutama kommentti olikin, että olisi hyvä jakaa opasta laajemmin varsinkin niille, joille aihe ei ole vielä ajankohtainen tai tuttu.

Iso osa palautteesta oli hyvin positiivista ja vastaanottavaa. Positiivista palautetta saatiin oppaan selkeydestä ja aiheen laajuudesta tiivistetyssä muodossa. Lukijat olivat tyytyväisiä, miten paljon ja tarkkaan aihetta käsiteltiin, mutta ei liian laajasti.

Yksi kerätyistä palautteista toivoi lyhennettyä versiota koko oppaasta sen lukemisen helpottamiseksi. Sisällön suuren määrän ja ajankäytön vuoksi tätä vaihtoehtoa ei koettu tarpeelliseksi. Kehuja sai myös, miten oppaan tekstissä osattiin ottaa huomioon useita eri ihmisiä ja heidän lähtötilanteitaan. Oppaan ulkonäkö ja ammatillinen rakenne sai positiivisen vastaanoton, josta saatiin kiittää oppaan taittamisessa auttanutta yhteistyöhenkilöä.

Työstämisprosessin aikana saatiin muutamia tarpeellisia korjausehdotuksia, joiden avulla uudelleenkirjoitettiin tekstiä selkeämmäksi ja ymmärrettäväksi. Korjauksia olivat muun muassa joidenkin tekstissä käytettyjen ilmaisujen tai sanavalintojen vaihtaminen toiseksi (esimerkiksi intersukupuolisista puhuttaessa käytettiin ilmaisua ”poikkeava”, ja palautteen myötä ilmaisu muutettiin ”eriävä”, termin ”seksuaalisuus” käyttöä muutettiin kontekstiin sopivaksi ja asialliseksi) ja oppaaseen lisättiin palautteenantajien toiveita, esimerkiksi lisää ohjeita mitä nuoren läheinen voisi tehdä sekä vinkkejä tuen antamiseen. Myös oppaassa käytettäviä pride-lippuja muutettiin ja poistettiin toteutusprosessin aikana. Lippuja on olemassa niin paljon, että kaikkia ei voida sisällyttää rajattuun sisältöön.

Moni lukija antoi palautetta myös polyamoria lipun käytöstä, sillä sen mukaan ottaminen seksuaalisten suuntaamisien joukossa nähtiin hämmentävänä, sillä kyseessä ei ole suuntautuminen vaan parisuhdemuoto. Useat toivoivat myös joidenkin termien uudelleen avaamista eri lailla kirjoitettuna ja selvennyttynä (esimerkiksi ero muunsukupuolisuuden ja kolmannen sukupuolen välillä) tai niiden avaamista jo oppaan alkupuolella, jotta niiden, joille termi ei ollut vielä tuttu (esimerkiksi termi cissukupuolinen herätti paljon hämmennystä), olisi helpompi seurata tekstejä sen jälkeen.

7 SATEENKAARINUORI SEURAKUNNAN TOIMINNASSA

Suomalaiseen kulttuuriin kuuluva rippikoulun käyminen on osa monien nuorien elämän tapahtumia, ja rippikoulussa on useita kirkon edustajia työntekijöinä. Heitä ovat esimerkiksi papit, diakoniatyöntekijät, nuorisotyönohjaajat sekä nuoret, jotka toimivat isosina. (Suomen ev.lut kirkko, 2022b.) Vuorovaikutus on rippikouluissa suuressa osassa. Varsinkin leiriympäristöissä nuoret ovat tiiviisti keskenään tekemisissä, ja leiri kestää useamman päivän ajan. On tärkeää, että nuori kokee olevansa turvallisessa ja hyväksyvässä ympäristössä, jossa hän tulee nähdyksi, kuulluksi sekä hyväksytyksi omana itsenään.

Sateenkaarinuoria ei tule kohdella eri tavoin kuin muita nuoria – päinvastoin. Kohtelun tulee olla tasapuolista kaikille ja on työntekijöiden vastuulla, että sateenkaarinuoret eivät joudu silmätikuiksi. Kirkon yhteisiksi arvoiksi on määritelty hyveet: usko, toivo ja rakkaus. Usko luo kristityn elämälle perustan. Toivo on lupaus oikeudenmukaisuudesta, huolenpidosta sekä iankaikkisesta elämästä. Rakkaus on lähimmäisistä välittämistä aina ja kaikkialla. Nämä arvot ohjaavat niin kirkon kuin seurakunnan toimintaa ja päätöksentekoa. (Suomen ev.lut. kirkko, 2020a, s. 4.) Näin ollen ketään ei tule syrjiä sen vuoksi, että he kuuluvat seksuaali- tai sukupuolivähemmistöihin. Sen sijaan heitä tulee kuunnella ja auttaa omien kykyjen mukaan.

Jokaisella nuorella tulee olla mahdollisuus aikuisen ihmisen kohtaamiseen. Työntekijöiden tulee olla helposti tavoitettavissa ja lähestyttävissä, jotta kommunikointi nuorten kanssa onnistuu. On hyvä kysyä nuorilta heidän vointiaan sekä sitä, kuinka he leiriympäristössä viihtyvät. (Suomen ev.lut. kirkko, 2017, s. 37.) Usein sateenkaarinuori kokee tarpeelliseksi kertoa työntekijöille omasta seksuaalisesta suuntautumisestaan tai sukupuoli-identiteetistään. Varsinkin jälkimmäinen on tärkeää, jotta nuorta puhutellaan yhteisissä tilaisuuksissa oikein. Jos nuori kertoo kokevansa, että hän on muuta kuin biologista sukupuoltaan, ei häntä tule väkisin puhutella hänelle väärän sukupuolen mukaan. Jos nuori kokee, että hän ei kelpaa omana itsenään, voi hän vetäytyä syvemmälle kaappiin. Sateenkaarinuorelle on tärkeää, että työntekijät huomioivat hänet omana

itsenään. Aihe on nuorelle arka ja siitä on vaikeaa puhua, siksi hänen kokemuksiaan ei tule vähätellä.

Nuoren kanssa keskustellessa tälle arasta aiheesta, tulee muistaa luottamuksellisuus. Sielunhoidollisia keskusteluja voi syntyä niin suunnitellusti kuin ennalta arvaamattomastikin. Tällöin seurakunnan työntekijöiden sekä vapaaehtoisten tulee olla tietoisia siitä, että luottamuksellisuus koskee myös sellaisia keskusteluja, jotka eivät ole vaitiolovelvollisuuden tai rippisalaisuuden alaisia. Siksi on tärkeää ennen leirejä käydä läpi niin työntekijöiden kuin isostenkin kanssa läpi luottamuksellisuuden periaatteita. Sateenkaarinuoria kohdatessa tulee myös miettiä keskustelujen luonteen lisäksi sitä, minkälaisessa ympäristössä keskustelut käydään. Keskustelutilan on hyvä olla rauhallinen ja viihtyisä. Myös äänieristykseen tulee kiinnittää huomiota keskustelun luottamuksellisuuden säilyttämiseksi. (Suomen ev.lut. kirkko, 2019, s. 35–36.)

Isosten vetämissä ohjelmissa ja leikeissä tulee huomioida turvallisen ympäristön periaatteet. On tärkeää ennen leiriä käydä läpi sitä, mitkä ovat sellaisia aiheita, joista voi vitsailla. Isoiset ovat yleensä rippikoulua käyviä nuoria vain muutaman vuoden vanhempia, joten työntekijöiden tulee keskustella heidän kanssaan siitä, kuinka sateenkaarinuoria tulee kohdata ja millaisia ovat turvallisen toimintaympäristön periaatteet. Isoiset ovat suuressa roolissa rippikoulussa ja näin ollen heidän käyttäytymisensä sateenkaarinuoria kohtaan voi vaikuttaa suuresti myös siihen, kuinka muut leirin nuoret huomioivat vähemmistöön kuuluvia. Isoiset luovat leireillä yhteishenkeä ja ovat vapaaehtoisia vastuunkantajia. Heillä on rippikoulussa vastuuta ja tärkeä rooli vertaisoppimisen järjestämisessä. (Suomen ev.lut. kirkko, 2022b.) Siksi on tärkeää, että jokainen rippikoululainen kokee voivansa luottaa isosiin.

Isoiset toimivat esimerkkeinä rippikoululaisille. He voivat näin ollen myös ennaltaehkäistä ja estää rippikouluissa tapahtuvaa kiusaamista. Isoiset voivat rohkaista rippikoululaisia parempaan käytökseen sekä vastuuntuntoon seurakunnan toiminnassa. Vastuuntunto pitää sisällään muiden huomioon ottamisen, ympäristöstä huolehtimisen, heikompien puolustamisen sekä toisten auttamisen. Tarvittaessa niin isosten kuin työntekijöiden tulee puuttua

kiusaamiseen sekä tehdä selväksi se, että kiusaamista ei hyväksytä. Kiusaamistilanteiden ei saa antaa jatkua vaan niihin tulee puuttua heti. Mikäli kiusaamista havaitaan, aikuiset ottavat asian käsittelyyn ja tilannetta selvitetään asianosaisten kanssa. Tällöin on hyvä keskustella erikseen niin kiusaajan kuin kiusatun kanssa. (Suomen ev.lut. kirkko, 2019, s. 40–41.)

Seurakuntien työntekijät ja vapaaehtoiset voivat parhaiten huomioida rippikoululaisten tarpeita sekä resurssien riittävyttä. Seurakunnissa tehdään paikallinen rippikoulusuunnitelma, johon yksittäisten rippikoulujen toteutussuunnitelmat perustetaan. Paikallissuunnitelman tarkoitus on varmistaa, että nuoret saavat tasapuolista kohtelua, rippikoulu ja sen opetus on laadukasta ja tiedonkulku toimii työntekijöiden kohdalla. Paikallissuunnitelmaan voidaan sisällyttää toimintaympäristön kuvaus, rippikoulun toteutuksen paikalliset periaatteet, viestintä, tiedottaminen, markkinointi sekä erilaisia liitteitä (esim. isossopimus, turvallisuusohjeistukset sekä paikalliset sopimukset). Paikallissuunnitelmat hyväksyy seurakunta- tai kirkkoneuvosto. (Suomen ev.lut. kirkko, 2017, s. 66.)

Myös rippikoulujen ja -leirien arjen tilanteissa tulee huomioida vähemmistöön kuuluvat. Usein leireillä jaetaan huone samaan sukupuoleen kuuluvan kanssa. Näissä tilanteissa sateenkaarinuorelle tulisi tarvittaessa järjestää oma huone tai antaa mahdollisuus valita huonekaverinsa. Myös saunavuoroja tulisi järjestää heille tarvittaessa erikseen. Erilaisissa leikeissä ja ohjelmanumeroissa ryhmiin jakaminen tai istumapaikkojen määrääminen tulisi suorittaa niin, että se ei loukkaa ketään. (Suomen ev.lut. kirkko, 2022b.) Pyritään välttämään sitä, että nuoria jaotellaan sukupuolen mukaan, vaan yritetään huomioida nuoret yksilöinä. On tärkeää, että nuoret saavat kokemuksen siitä, että he voivat olla omia itsejään, kuului vähemmistöön tai ei.

8 AMMATTIETIIKKA OPINNÄYTETYÖSSÄ

Sosiaali- ja terveydenalan ammattilaisen työ perustuu ihmisarvon sekä ihmisoikeuksien kunnioittamiseen. Jokaisella henkilöllä on oikeus omaan elämään, henkilökohtaiseen vapauteen sekä koskemattomuuteen. Jokaisella ihmisellä on oikeus ihmisoikeuksiin ihmisyyden perusteella. Sosiaalialan ammattilaisen tulee kunnioittaa ja edistää hänen asiakkaansa ihmisoikeuksia. Ihmisoikeudet eivät ole sidoksissa tämän omaan käytökseen tai toimintaan. Ihmisoikeudet ovat perusteltuja YK:n ihmisoikeuksien julistuksessa, Euroopan ihmisoikeussopimuksessa sekä Suomen perustuslaissa. (Talentia, 2018.)

Sosiaali- ja terveydenalan ammattilaisen velvollisuutena on estää syrjintä, joka kohdistuu muun muassa sukupuoleen tai seksuaaliseen suuntautumiseen. Vähemmistöjä tukevalla käsitteellä eli diskriminaatiolla pyritään vaikuttamaan eri väestönsiiin, jotta heillä olisi samat tasapuoliset sekä yhdenvertaiset oikeudet, kuten valtaväestölläkin. (Talentia, 2018.) Asiakkaalla on aina oikeus saada itselleen sosiaalihuollon toteuttajalta laadultaan hyvää kohtelua ilman syrjintää. Asiakasta täytyy kohdella siten, että hänen yksityisyyttään kunnioitetaan ja hänen ihmisarvoaan ei loukata. (1301/2014 30 §.)

Ammattihenkilön työnkuvaan kuuluu turvallisen tilan luominen, arkaluontoisten asioiden käsittelemistä, sensitiivisyys, tasa-arvoinen kohtelu sekä haavoittuneiden ihmisten kohtaamista. Asiakkaan kohdalla hetero-oletus viittaa siihen, että lähtökohtaisesti asiakkaan seksuaalista suuntautumista oletetaan aina heteroksi. Sukupuolioletuksella tarkoitetaan sitä, että ihmiset jaetaan yksiselitteisesti vain kahteen eri sukupuoleen sekä siihen, että sukupuolen voi määrittellä ulkonäön perusteella. Näitä oletuksia liitetään hetero- ja sukupuolinormatiivisuuteen eli siihen, kuinka cissukupuolisuutta ja seksuaalista suuntautumista pidetään itsestään selvinä sekä luonnollisina asioina. (Nuorisotutkimusseura, 2017.) Sosiaali- ja terveydenalan ammattihenkilökunnan tulee tunnistaa ja ottaa työssään huomioon yksilön ja yhteisön väliset erot. Ammattieettinen ristiriita voi syntyä, mikä johtuu asiakkaan ja yhteisön

ristiriidoista, joita ei ole otettu huomioon. Sosiaali- ja terveydenalan ammatillisen työn keskeinen periaate on asiakaslähtöisyys. (Talentia, 2018.)

9 POHDINTA

Sosiaali- ja terveysalan arvot ovat eettisyys sekä oikeudenmukaisuuden edistäminen. Me haluamme sairaanhoitajana, sosionomina sekä sosionomi-diakonina tulevassa työssämme edistää ja ylläpitää näitä arvoja. Tasa-arvon ja yhdenmukaisuuden vaaliminen on jokaisessa työtehtävässämme läsnä ja nuoren kohtaaminen omana itsenään tulee olla aina kannustavaa ja hyväksyvää. Valitsimme opinnäytetyön teemaksi seksuaali- ja sukupuolivähemmistön nuoret, koska se kiinnosti meitä kaikkia opinnäytetyön tekijöitä sekä tämän aihepiirin opinnäytetöitä ei vielä ole tullut paljon vastaan.

Osa seksuaali- ja sukupuolivähemmistön edustajista tarvitsee yhä ääntä kannattelevaa tukea, jotta he eivät jää yhteiskunnassa ulkopuoliseksi. Sosionomin näkökulmasta esimerkiksi vähemmistöstressi ja sen vaikutukset olivat uusia asioita, emmekä osanneet ajatella mitä kaikkea se pitää sisällään. Edelleen on olemassa maita, joissa yhdenvertaisuuslakia ei ole olemassa ja moni joutuu kohtaamaan syrjintää sekä pahimmassa tapauksessa kuoleman pelkoa. Vaikka Suomessa tilanne on sentään parempi, ei se ole silti itsestäänselvyys. Valitettavasti täälläkin on paljon nuoria, jotka joutuvat olemaan asian kanssa yksin, koska eivät saa tarpeeksi tukea, rakkautta tai hyväksytyksi tulemisen tunnetta. Monesti vanhemmat ja läheiset saattavat ajatella sateenkaarevan nuoren puolesta myös, kuinka hän pärjää. Tässä yhteiskunnassa on petrattavaa, sillä sellaista ei pitäisi edes ajatella.

Opinnäytetyön tekeminen on avannut enemmän näkökulmia oppaamme aiheesta ja koemme tietämyksemme tästä kasvaneen. Se on myös mahdollistanut monipuolisemman ajattelun ja pientenkin yksityiskohtien

paremman huomioimisen. Ammatillinen kasvu on kehittynyt ja koko prosessi on ollut silmiä avaava. Sosionomi (AMK) -diakonin silmin on ollut merkittävää havaita se, kuinka evankelisluterilaiset seurakunnat ovat alkaneet siirtyä nykyaikaan ja tukemaan sateenkaarevia ihmisiä. Kirkko on kehitellyt erillisen strategian sille, kuinka sateenkaarevat ihmiset voidaan ottaa paremmin seurakunnissa huomioon. Näin ollen työ kirkon alalla ei ole luotaantyöntävä ajatus vaan pikemminkin päinvastoin. Kirkko on alkanut muuttaa toimintaansa modernimmaksi ja houkuttelevammaksi sekä edistämään laajemmin ihmisoikeuksia ja niiden toteutumista.

Sateenkaari-ihmisten hyvinvointia voidaan tarkastella mielenterveydellisestä ja heidän hyvinvointinsa näkökulmasta. Terveystieteissä usein sivuutetaan tai jätetään huomiotta yksilön psyykkinen hyvinvointi, ellei hän ole hakeutunut terveydenhuollonpalveluihin juuri psyykkisen tai sosiaalisen hyvinvoinnin vuoksi. Sairaanhoidajan näkökulmasta näen, että asiakkaan ja kohdattavan nuoren mielenterveyden ja psyykkisen hyvinvoinnin huomioiminen on myös tärkeä osa kokonaisvaltaista hoitoprosessia ja -kontaktia. Jos nuori saapuu psykiatrian palveluihin ahdistuksen tai masennuksen vuoksi, on syytä oireille tarkasteltava kokonaisvaltaisesti. Sateenkaarinuorilla kotona koettu syrjintä tai painostus hänen seksuaalisen tai sukupuolisen suuntautumisen takia voi aiheuttaa pahoja psyykkisiä oireita ja ruokkia tai olla pääsyy ahdistuneisuudelle tai masennukselle. Siksi näen, että heidän olosuhteidensa ja elämäntilanteensa huomioiminen ja tieto, kuinka käsitellä tätä tietoa ja tilannetta, on tärkeä osa sairaanhoidajan ja muun terveydenhuollon ammattilaisten taitoja.

Opinnäytetyön prosessi on vaatinut meiltä sinnikkyyttä sekä kärsivällisyyttä. Opasta tehdessä yhteistyökumppanin hankkiminen oppaan julkaisuun oli alkuun todella haastavaa, koska meillä ei ollut tarjota heti jo valmista tuotetta. Koemme, että meidät ohjattiin "luukulta toiselle", kun yritimme ottaa yhteyttä mahdollisiin yhteistyötahoihin. Toisinaan yhteydenottomme myös sivuutettiin. Tämä kuitenkin mahdollisti sen, että pystyimme miettimään oppaan julkaisemiselle toisenlaista lähestymistapaa ja näin mietimme myös muita vaihtoehtoja oppaan julkaisulle, kuten esimerkiksi koulutustilaisuus. Onneksi saimme kuitenkin Kulttuuripaja

Lumon ja Satakunnan Setan mukaan yhteistyöhön, josta olemme äärimmäisen otettuja.

Lopuksi haluamme ilmoittaa olevamme kiitollisia kaikesta saamastamme palautteesta ja avusta, joita olemme saaneet tätä projektia tehdessämme, ne ovat auttaneet työtä etenemään. Ne ovat myös mahdollistaneet meille tämän opettavaisen ja upean matkan opinnäytetyön parissa.

LÄHTEET

- Alanko K. (2014). *Mitä kuuluu sateenkaarinuorille Suomessa?*
Nuorisotutkimusverkosto. Saatavilla 1.3.2022
<http://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/sateenkaarinuori.pdf>
- Finlex. (2014). *Sosiaalihuoltolaki, 30 §.* Saatavilla 30.3.2022
<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20141301>
- Hakoniemi, E., Kärrylä I., Silvan K. & Taavetti R. (2018). *Queer-historian avoimet menneisyydet, menneet tulevaisuudet.* Helsingin yliopisto. Saatavilla 1.3.2022
<http://hdl.handle.net/10138/274541>
- Hallikainen, T., Ikonen, E., Järveläinen, M., Kurki, A., Louhela, M., Piironen, P., Monto-Puusti, K. & Uramo, M. (2018). *Arki, arvot ja etiikka.* Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry. Saatavilla 7.4.2022
- Heiskanen, L. & Huldén A. (2018). *Sateenkaariparien parisuhde.* Väestöliitto ry. Saatavilla 27.4.2022
<https://www.hyvakysymys.fi/artikkeli/sateenkaariparien-parisuhde/>
- Huebner, D., Roche, K. & Rith, K. (2019). *Effects of Family Demographics and the Passage of Time on Parents' Difficulty with Their Lesbian, Gay, or Bisexual Youth's Sexual Orientation.* George Washington University. Saatavilla 18.11.2022
<https://rd.springer.com/article/10.1007/s10508-019-1430-9>
- Hästbacka, N. & Sirén, I. (2017). *"Ehkä ne on sen takia ollu hiljaa".* Nuorisotutkimusseura. Saatavilla 30.3.2022
https://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/sateenkaarinuoret_raportti_verkko.pdf
- Jaskari, O. & Keski-Rahkonen, A. (2021). *Vähemmistöstressi uhkana seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjen terveydelle.* Duodecim. Saatavilla 26.2.2022
<https://www.duodecimlehti.fi/xmedia/duo/duo16384.pdf>

- Jones M. (2022). *LGBT Identification in U.S. Ticks Up to 7.1%*. Gallup.
 Saatavilla 1.3.2022
<https://news.gallup.com/poll/389792/lgbt-identification-ticks-up.aspx>
- Kulttuuripaja Lumo. (i.a.). Saatavilla 13.10.2022 <https://www.kulttuuripajalumo.fi/>
- Lönnqvist, J., Henriksson, M., Marttunen, M. & Partonen, T. (2014). *Psykiatria*.
 Duodecim Oy.
- Satakunnan Seta ry. (i.a.) *Tietoa yhdistyksestä*. Saatavilla 17.10.2022
<http://100seta.fi/Yhdistys.php>
- Sateenkaarihistoria. (i.a.). *Suomen sateenkaarihistorian aikajana*. Saatavilla
 18.11.2022
<https://sateenkaarihistoria.fi/aikajana/>
- Seta. (i.a.). *Sateenkaarisnasto*. Saatavilla 27.2.2022
<https://seta.fi/sateenkaaritieto/sateenkaarisnasto/>
- Suomen ev.lut. kirkko. (2017). *Rippikoulusuunnitelma*. Saatavilla 21.5.2022
<https://evl.fi/documents/1327140/39461555/Suuri+lhme+-+Rippikoulusuunnitelma+2017.pdf/758d0926-f7b9-3e63-bc2b-93ffaab30f90?t=1549006812000>
- Suomen ev.lut. kirkko. (2019). *Turvallinen seurakunta*. Saatavilla 01.06.2022
<https://evl.fi/documents/1327140/39461555/Turvallinen+seurakunta+ohjeistus.pdf/d7914fda-53ac-7c79-a85f-c7d6768c7776?t=1554885485000>
- Suomen ev.lut. kirkko. (2020). *Ovet auki – Suomen ev.lut. kirkon strategia vuoteen 2026*. Saatavilla 29.5.2022
<https://evl.fi/documents/1327140/77189567/suomen-ev.lut.kirkon-strategia-vuoteen-2026.pdf>
- Suomen ev.lut. kirkko. (2022a). *Isostoiminta*. Saatavilla 28.3.2022
<https://evl.fi/osallistu/antia-arkeen/isostoiminta>
- Suomen ev.lut. kirkko. (2022b). *Rippikoulu*. Saatavilla 24.4.2022
<https://evl.fi/osallistu/antia-arkeen/rippikoulu>
- Taavetti, R. (2018). Queer-historian avoimet menneisyydet, teoksessa Hakoniemi, E., & Kärrylä I., & Silvan K., *Menneet tulevaisuudet. Ajankohta: Poliittisen historian vuosikirja*. Helsingin yliopisto, Saatavilla 1.3.2022
<http://hdl.handle.net/10138/274541>

- Taavetti, R. (2020). *Sateenkaareva nuoruus ja merkitykselliset ihmissuhteet, Perhe- ja läheissuhteet sateenkaaren alla*. Saatavilla 27.4.2022
https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/327625/Taavetti_R_ym_Sateenkaareva_nuoruus_ja_merkitykselliset_ihmissuhteet.pdf
- Pohjanpää, K. (2013). *Sateenkaariperheet tuovat väriä tilastoihin*.
Tilastokeskus. Saatavilla 18.11.2022
https://www.stat.fi/artikkelit/2013/art_2013-09-23_001.html
- Terveystieteiden tutkimuskeskus (2020). *Seksuaalisuuden ja sukupuolen sanasto*. Saatavilla 27.3.2022
<https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/kehittyvat-kaytannot/seksuaalisuus-puheeksi/seksuaalisuuden-ja-sukupuolen-sanasto>
- Transtuki Tratu ry (i.a.). *Sanakirja*. Saatavilla 27.4.2022
<https://www.tratu.fi/sanakirja/>
- Sateenkaariperheet ry. (2022). *Mikä sateenkaariperhe?* Saatavilla 29.3.2022
<https://sateenkaariperheet.fi/tietoa-ja-koulutusta/mika-sateenkaariperhe/>

Kuinka tukea sateenkaarinuorta

Opas sateenkaarinuorten
läheisille



Seksuaalisia suuntauksia

-sexual =
seksuaalinen suuntaus
-romantic =
romanttinen suuntaus

Henkilö on kiinnostunut...



Homo-

Samasta
sukupuolesta



Lesbo

Nainen, joka on
kiinnostunut
naissukupuolesta



Bi-

Omasta ja jostakin
toisesta
sukupuolesta



Pan--

Kaikista ihmisistä
sukupuolesta
riippumatta



Poly-

Useasta
sukupuolesta muttei
kaikista



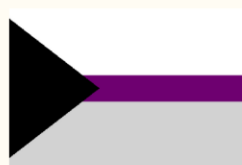
Omni-

Kaikista
sukupuolista



Aseksuaali

Ei ole kiinnostunut
mistään sukupuolesta
seksuaalisesti



Demi-

Kiinnostus herää
vahvan tunnesiteen
kehityttyä



Grey

Kokee seksuaalista
kiinnostusta vain
joskus

Huomaathan!

Liput ovat alati muuttuvia ja syntyvät yhteisön itse luomina. Jotkut liput saattavat siis muuttaa muotoaan ajan myötä!
Koska seksuaalisen ja sukupuolisuuden kirjo on niin laaja, emme ole voineet lisätä kaikkia yksiin kansiin. Jos identiteettiä ei ole esitelty tässä oppaassa, se ei tarkoita etteikö se olisi olemassa!



Pitelet käsissäsi opasta, joka on tarkoitettu sateenkaarinuorten läheisille ja nuorten parissa työskenteleville ammattilaisille.

Oppaan tarkoituksena on avata tietoa muun muassa siitä, mitä tarkoittaa olla seksuaali- ja sukupuolivähemmistöön kuuluva, sekä mitä sateenkaarinuori kokee ja käy läpi löytäessään itseään.

Kerromme myös, kuinka kohdata nuori hänen läheisensä tai hänen kanssaan työskentelevänä ammattilaisena turvallisesti ja häntä kunnioittavasti. Avaamme myös joitain termejä, jotka saattavat vanhempaa mietityttää ja kaivata selvennystä.

Haluamme luoda tämän oppaan avulla helposti kuljettavan sillan läheisen ja hänen lapsensa välille seksuaalisesta suuntautumisesta ja sukupuoli-identiteetistä keskustelemista varten. Tarkoituksenamme on auttaa aikuista löytämään oikeat sanat ja tavat, joilla hän voi ymmärtää sateenkaarinuoria ja kuinka tukea heitä elämässään vähemmistön jäsenenä.

Tämä opas on kolmen Diakonia-ammattikorkeakoulun opiskelijan tekemä opinnäytetyön produkti. Se on tehty yhteistyössä Kulttuuripaja Lumon ja Satakunnan Setan kanssa.

*Satu Kolehmainen, Salla Mäkinen
ja Heini Prinkkala*



Sisällys

Kun nuori tulee kaapista	5
Mitä se LHBTQ+ tarkoittaa?	6
Mitä seksuaali- ja sukupuoli-identiteetti on?	8
Seksuaalinen ja romanttinen suuntautuminen	10
Sukupuoli-identiteetti	12
Sanastoa.....	15
Voiko siihen vaikuttaa?	20
Miten itseä voi ilmentää ja toteuttaa—ja miksi?	22
Miltä nuoresta tuntuu?	24
Kuinka tukea ja ymmärtää sateenkaarinuorta?	26
Mistä löytää lisää tietoa?	30

Tekstit: Satu Kolehmainen, Salla Mäkinen ja Heini Prinkkala
Editointi ja graafinen suunnittelu: Jooa Vilpas
Kuvat: Canva, Pixabay, Pexels





Kun nuori tulee kaapista

"Ei hän mitään merkkejä ole ennen näyttänyt."

Vanhemmalle voi tulla täytenä yllätyksensä, kun oma lapsi kertoo olevansa seksuaalisuudeltaan tai sukupuoleltaan jotakin muuta kuin hän odotti. Vaikka vanhempi olisikin avarakatseinen, voi silti omien tunteiden käsittely hämmentää, kun kyse on omasta lapsesta, joka yhtäkkiä ei olekaan cishetero. Hetero-olettamus on yhteiskunnassa vallitseva ajatusmalli, joka saattaa ohjata ajattelua lapsen minästä ja tulevaisuudesta. Cis-sukupuolinen heteroseksuaalisuus on monelle itsestäänselvyys, eikä se välttämättä nouse keskeiseksi osaksi omassa itsemäärittelyssään samalla tavalla kuin seksuaali- tai sukupuoli-vähemmistöön kuuluvilla.

Moni läheinen voi miettiä, onko kasvatuksella ollut merkitystä nuoren seksuaaliseen suuntautumiseen tai sukupuoli-identiteettiin, mutta siihen kasvatuksella ei voi vaikuttaa. Kaikissa erilaisissa perheissä ja yhteiskuntaluokissa on homoja, lesboja, panseksuaaleja ja transsukupuolisia, riippumatta siitä, millainen kasvatustapa perheessä on ollut ja millainen dynamiikka perheenjäsenten välillä on ollut. Kuitenkin kasvatuksella voidaan taata nuorelle turvallinen tila olla oma itsensä ja elää sellaista elämää, jonka hän itse kokee omakseen. Läheisten tuki ja rakkaus on tärkeää läpi koko nuoren kasvun ja kehityksen.





Kun puhutaan seksuaali- ja sukupuolivähemmistöistä, sateenkaarevista ihmisistä tai LGBTQ-yhteisöstä, tarkoitetaan ihmisryhmää, jossa ihmiset määrittävät itsensä joksikin muuksi kuin cis-sukupuoliseksi heteroseksuaaleiksi. Cis tarkoittaa henkilöä, joka kokee olevansa sitä sukupuolta, joksi hänet on syntymässä määritetty. Hetero taas tarkoittaa kiinnostusta toisesta sukupuolesta. Suomalaisittain kutsutut sateenkaari-ihmiset ovat siis jotain muuta, vain toista näistä tai jotain siltä väliltä. He kuuluvat niin sanotusti seksuaali- ja sukupuolivähemmistöön.

Seksuaalinen suuntautuminen ja sukupuolen moninaisuus ovat laajoja ja monisävytteisiä konsepteja. Sateenkaari-ihmiset ja heidän olemassaolonsa ovat

kirjoitettu historian kirjoihin aina ihmiskunnan alkuajoista lähtien. Kyseessä ei siis ole muoti-ilmiö!

Ensiksi on hyvä tiedostaa, että sukupuolia on muitakin kuin ainoastaan mies ja nainen. Monissa kulttuureissa kautta aikojen on tunnustettu ihmisiä, jotka eivät sovi pelkkään mies-nainen jakaumaan eli binääriin. He toteuttavat itseään ja sukupuoltaan erilaisilla tavoilla ja tyyleillä.

Sukupuolisen moninaisuuden myötä myös seksuaalista suuntautumista on monenlaista – jokaisesta sukupuolesta ja sen ilmentymästä pitää joku ja jokaiselle on aina jotakin.



Siksi seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjä tarkoittaessa voidaan puhua spektristä tai sateenkaaresta, jossa on useita värejä yhdessä eri vivahteilla. Kahta samanlaista ihmistä ei ole ja muottiin ei tarvitse ja pidä mahtua!

Hetero-normatiivisuudella tarkoitetaan, että alkuoletus kaikista ihmisistä on, että he tuntevat kiinnostusta vain vastakaiseen sukupuoleen. Cis-normatiivisuutta on vastaavasti ajattelutapa, että kaikki ovat sitä sukupuolta, joksi heidät on syntymässä luokiteltu.

Tällainen maailmankuva on vanhollinen ja virheelliseksi todettu tapa luokitella ja nähdä ihmisten moninaisuutta. Cishetero-normatiivinen ajattelutapa on yksinkertainen ja helppo sisäistää, koska se sisältää vain hieman lokeroita ja on siten helppo ymmärtää. Todellisuudessa ihmiskunta on paljon mutkikkaampi ja monipuolisempi kuin vain kaksi lokeroa ja että kaikki pitävät niistä vain jommastakummasta. Tällainen ajattelutyyli ei riitä sisällyttämään kaikkia maailman ihmisiä, mutta heillekin on oma paikkansa suuressa ihmisyyden muodostelmassa.



Mitä seksuaali- ja sukupuoli-identiteetti on?

"Tääkin on vaan pelkkä vaihe sulla."

Identiteetti kertoo sen, kuka ja millainen olen, millaisena koen ja miten määrittelen itseni. Identiteetti koostuu useista eri tekijöistä ja kokemuksista, jotka voivat liittyä toisiinsa tai olla erillään; missä asuu, mistä kouluaineista pitää, mitkä arvot ovat itselle tärkeitä, mitä haluaa elämältä tai miksi haluaa tulla isona. Identiteetti kehittyy koko elämän ajan - taaperoikäinen Sinä ei enää näe itseään samalla tavalla kuin 25-vuotias Sinä, ja huomaat oman kokemuksen itsestäsi muuttuneen. Muistele itseäsi teinivuosinasi! Ei tunnu enää samalta tyypiltä, vai mitä?

Erityisesti teini-ikässä ihminen voi kokeilla erilaisia asioita, esimerkiksi muotia tai ajatusmaailmaa, auttaakseen löytämään sen oikean itselle sopivan identiteetin osan, joka häntä

kuvastaa juuri nyt. Kaikkia saa ja voi kokeilla.

Seksuaalinen ja sukupuoli-identiteetti tarkoittavat identiteetin sitä osaa, jotka heijastavat yksilön kokemusta seksuaalisesta suuntautumisestaan ja sukupuolestaan. Seksuaalinen identiteetti kuvaa yksilön seksuaalisuuden osia: seksuaaliset mieltymykset, halu ja toiveet, tarpeet, arvot, ilmaisutavat sekä seksuaaliseen suuntautumiseen ja kumppaniin liittyvät mieltymykset.

Sukupuoli-identiteetti kuvastaa yksilön sukupuolikokemusta, mitä sukupuolta edustaa ja mitä sen toteuttamiseen ja ilmentämiseen kuuluu. Myös sukupuoli-identiteetti heijastaa tapoja ja ajatusta, joilla yksilö kokee oman itsensä sinä sukupuolena kuin on.



Aivan kuten muutkin identiteetin osat, myös ne voivat muuttua ja kehittyä elämän aikana moneen suuntaan ja muotoon. Jotkut tunnistavat jo lapsena, etteivät ole heteroseksuaaleja tai cissukupuolisia, toiset huomaavat sen vasta aikuisina tai vanhalla iällä. Seksuaalinen ja sukupuolinen suuntautuminen on hyvin moninaista, eikä ole olemassa vain yhtä ainoaa tapaa kuvailla ja toteuttaa itseään. Yksilö voi kokeilla useita eri termejä ja suuntauksia elämänsä aikana löytääkseen sen yhden sopivan häntä kuvaavan identiteetin, tai olla määrittelemättä itseään lainkaan.

Niin seksuaaliseen suuntautumiseen kuin sukupuoli-identiteettiin, jokaisella on niihin oikeus ja niiden koskemattomuuteen eikä muilla ole lupaa pyrkiä vaikuttamaan ja muuttamaan niitä. Joillekin suuntautuminen voi olla itsestään selvä asia, toisille taas hämmentävää, epävarmaa ja selviää vasta ajan kuluessa ja kokeilemalla. Jokaisella on oikeus olla sitä, mitä itse parhaaksi kokee sopivan itseensä sekä kokeilla vapaasti erilaisia suuntauksia ja tyylejä ilmaista itseään.



Termit lyhyesti

Seksuaali-identiteetti

Henkilön kokemus ja näkemys omasta seksuaalisuudestaan. Sisältää seksuaalisen suuntautumisen, tarpeet, arvot, mieltymykset, halut ja ilmaisun tavat.

Seksuaalinen suuntautuminen

Henkilö on kiinnostunut seksuaalisesti yhtä tai useampaa sukupuolta kohtaan.

Romanttinen suuntautuminen

Henkilö on kiinnostunut romanttisesti yhtä tai useampaa sukupuolta kohtaan.



Seksuaalinen identiteetti

Seksuaalinen suuntautuminen

kertoo, mihin sukupuoliin ihminen tuntee kiinnostusta seksuaalisesti. Seksuaalisella vetovoimalla tarkoitetaan viehätystä toisesta henkilöstä tavalla, joka synnyttää seksuaalista halua ja kiinnostusta seksiin tai siihen mielletäviin tekoihin tai tekijöihin. Seksuaalista halua ja kiinnostusta voi olla esimerkiksi yhdyntä, suutelu, fyysinen hyväily, toisen kehon ja toiminnan katsominen, halailu tai puhuminen seksuaalisista toiminnoista.

Romanttinen suuntautuminen

tarkoittaa kiinnostusta tietystä sukupuolesta romanttisesti, eli hänellä on romanttisia tunteita toista kohtaan tai haluaa olla romanttisessa suhteessa. Romanttisia eleitä ja tekoja voidaan määritellä eri kulttuureissa eri tavoin, mutta universaalisti siihen kuuluu toisesta välittäminen, rakastaminen ja parisuhteessa oleminen.

Seksuaalisen viehätyksen tunteminen ei ole ehdoton tarve eikä este romanttiselle seurustelusuhteelle. Rakastavassa ja terveessä parisuhteessa voidaan

olla, vaikkei kumpikaan osapuoli tunne seksuaalista viehätystä toiseen.

Henkilö voi olla kiinnostunut sekä seksuaalisesti että romanttisesti tietyistä sukupuolesta tai toisesta henkilöstä, tai hän voi olla kiinnostunut vain pelkästään seksuaalisesti tai romanttisesti. Useimmilla seksuaalinen ja romanttinen suuntautuminen kulkevat käsi kädessä, mutta ei ole epätavallista, että ne eroavat toisistaan. Esimerkiksi hän voi olla kiinnostunut romanttisesti toisesta sukupuolesta, mutta ei koe seksuaalista halua tätä kohtaan.

On myös mahdollista, että henkilö ei tunne sekä seksuaalista että romanttista kiinnostusta mihinkään sukupuoleen. Tällaisia henkilöitä kutsutaan aseksuaaleiksi ja -romanttisiksi. Demi-seksuaalit ja -romanttiset voivat tuntea kiinnostusta vasta vietettyään pitkän ja turvallisen ajan tietyn toisen henkilön kanssa. A- ja demi-ihmiset kuuluvat myös seksuaalivähemmistöön.

Sateenkaari-ihmisten välinen seurustelu, parisuhteet ja perheiden perustaminen ovat ytimeltään hyvin samanlaisia

kuin cishetero-parien. Hyvän parisuhteen perusta on toisen kunnioittaminen, hyväksyminen ja tukeminen, sekä toisen ja myös omien rajojen kunnioittaminen. Tasa-arvoinen kohtelu on tärkeää ja tavoiteltu myös ei-cisheterosuhteessa. Jokainen kumppanuus on omanlaisensa ja uniikki, ja lopulta jokainen haluaa rakastaa ja tulla rakastetuksi omana itsenään.

Sateenkaariperheistä käyty julkinen keskustelu sekä tasa-arvoinen avioliittolaki ovat omalta osaltaan murtaneet heterosuhteiden ensisijaisuutta. Sateenkaarinuorilta kysellään myös normatiivisen parisuhdemallin mukaan, milloin mahdollinen puolisoehdokas on löytynyt tai milloin he haluavat hankkia lapsia. Siitä huolimatta transihmisten rakkaussuhteista keskustellaan hyvin vähän julkisuudessa. Myöskään kaikkien nuorten suhteet eivät istu uudenlaisiinkaan normeihin ja moni nuori voi pohtia, miten hän haluaisi rakentaa elämänsä ja läheissuhteensa. Kuitenkin samaa sukupuolta olevien suhteet ovat monissa yhteisöissä hyväksytyjä ja tavallisia, sekä isossa roolissa nuorten seurustelukulttuurissa.

Termit lyhyesti

Biologinen sukupuoli (eng. sex)

Henkilön fyysinen, kehollinen sukupuoli-määritelmä.

Henkinen sukupuoli (eng. gender)

Mielensisäinen kokemus omasta sukupuoli-identiteetistä.

Sosiaalinen sukupuoli

Millä tavalla yksilö ilmaisee ja korostaa sukupuoltaan yhteisössä.



Sukupuoli-identiteetti

Perinteisen vanhan jaon mukaan on vain kaksi sukupuolta: mies ja nainen tai poika ja tyttö. Tämä binäärinen jako on kuitenkin hyvin yksinkertaistettu eikä edusta tieteellistä näkemystä sukupuolen moninaisuudesta. Nykytiedon ja tutkimuksien mukaan sukupuolen kokonaisuus koostuu useista eri osista: fyysiset piirteet, hormonit, kromosomit, psyykkinen ja henkinen identiteetti, kasvatus, yhteiskunnan normit ja kulttuuri, sosiaalinen, oma kokemus ja näkemys mitä oma sukupuoli itselle merkitsevät, maailmankuva ja näkemys ihmisyydestä. Sukupuoli on siis monen tekijän summa, eivätkä kaikki yksinään kerro mitä sukupuolta henkilö edustaa.

Biologinen, sosiaalinen ja henkinen sukupuoli eroavat toisistaan eivätkä aina välttämättä ole yhtenäisiä keskenään. Mitä ne siis ovat?

Biologinen eli fyysinen sukupuoli voidaan määrittellä yksilön fyysisten ulkoisten piirteiden mukaan, kuten primääristen (ulkoiset ja sisäiset sukuelimet,

kromosomit, hormonitasapaino) ja sekundääristen (kasvojen ja kehon karvoitus ja muoto, rinnat, lihasmassan määrä, luuston muodostuminen) sukupuoli-piirteiden mukaan. Koska ihmiset eivät synny maailmaan samasta muotista, vaan raskauden ja sikiön kehityksen aikana voi tapahtua useita eri muutoksia, jotkut eivät synny perinteisen mies-nais-sukupuolijakauman mukaisesti.

Toisinaan syntyy lapsia, joiden biologista sukupuolta ei pystytä määrittelemään ulkopuolisten piirteiden avulla - heitä kutsutaan intersukupuolisiksi. Jotkut taas syntyvät ulkoisesti mies-naisjakauman mukaisesti, mutta heidän kasvaessaan voidaan huomata jakaumasta eräviä piirteitä, erimerkiksi mieheksi määritellyn rinnat voivat alkaa kasvaa ja naiseksi määritellyllä alkaa kasvaa selkeä parta. Joillakin taas ei huomata esimerkiksi kromosomien erilaisuutta lainkaan, koska se ei vaikuta häneen ulkoisesti huomattavalla tavalla.

Kun ottaa huomioon, miten mutkikas prosessi sikiön kehittyminen on, on ihme, miten niin moni syntyy cisnormatiiviseen muottiin!

Henkinen tai psyykkinen sukupuoli on yksilön oma henkilökohtainen, mielensisäinen kokemus omasta sukupuolestaan. Henkinen sukupuoli ei välttämättä ole sama kuin syntymässä määritelty fyysinen sukupuoli. Henkilöllä on omia tulkintoja ja näkemyksiä omasta sukupuolestaan ja tavoista, joilla haluaa ilmaista sitä itselleen ja muille. Jos hän kokee olevansa henkisesti sitä sukupuolta, jota hänen biologinen sukupuolensa vastaa, häntä kutsutaan cis-sukupuoliseksi. Valtaosa väestöstä luetaan cis-sukupuoliseksi, mieheksi tai naiseksi. Jos taas yksilö kokee olevansa jotain muuta sukupuolta kuin hänet on syntymässä määritelty, häntä kutsutaan transsukupuoliseksi.

Transsukupuolisuus on katto-termi, jonka alle mahtuu moni sukupuoli-identiteetti. Nyrkkisääntö on, että jos henkilö ei koe olevansa sitä sukupuolta, joksi hänet on syntymässä määritelty, hän on transsukupuolinen. Tähän voi kuulua myös sukupuoli-identiteetti eli agender tai liukuvuus sukupuolien välillä eli gender fluid. Muunsukupuoliset eivät koe olevansa mies-naisjakauman mukaisella janalla, vaan jotain siltä väliltä tai ulkopuolelta.

Sosiaalinen sukupuoli

tarkoittaa, millä tavalla yksilö tuo ilmi sukupuoltaan ryhmässä ja miten hän esittelee sitä yhteisössä ja ryhmässä. Sosiaalinen sukupuoli on tapa ja tyyli, miten yksilö ilmaisee sukupuoltaan yksilöstä ulkopuolisille ja yhteisölle. Ilmaisuuun voi kuulua myös siihen vaikuttavat tekijät ja näkemykset, joiden mukaan kulttuuri tai yhteisö määrittää tiettyjen sukupuolien ilmentymät. Eri kulttuureissa voidaan kuvastaa miehisyyttä ja naiseutta eri tavoin ja niitä korostetaan omilla tyyleillä. Myös käytökselliset normit ovat osa sosiaalisen sukupuolen toteuttamista. Suomalaisessa kulttuurissa nähdään esimerkiksi miesten työt perinteisesti fyysistä kuntoa tai auktoriteettia sisältävinä töinä, ja naisten työt keskittyvät muiden ihmisten ja lasten hoitamiseen tai käsitöihin. Miehillä odotetaan aggressiivista käytöstä ja surullisten tunteiden peittämistä, naisten johtamistaitoa voidaan väheksyä ja vähätellä.

Yksilö voi itse päättää, millä tavalla hän tuo ilmi sukupuoltaan. Esimerkiksi syntymässä määritelty tyttö voi kokea itsensä henkisesti pojaksi ja haluta tuoda sitä ilmi vaikkapa pukeutumalla poikamaisiksi kokemiinsa vaatteisiin, alkaa käyttää maskuliinista nimeä ja korostaa ulkoista maskuliinisuuttaan käyttäytymällä näkemykseltään miesmäisesti.

Muuta sanastoa

*Termit on otettu ja kirjoitettu Setan Sateenkaarisanaston pohjalta.
Kyseisen sanaston löydät Setan verkkosivuilta
www.seta.fi/sateenkaaritieto/sateenkaarisanasto*

Androgyynisyys

Henkilössä yhdistyy sekä maskuliinisia että feminiinisiä piirteitä ja ominaisuuksia. Tämä voi näkyä ulkonäössä esimerkiksi pukeutumisessa, käyttäytymisessä ja valinnoissa, tai hän voi identifioitua sukupuoleltaan androgyyniksi.

Apilaperhe

Kokonaisuus, jossa yhdistyy useita perheitä tai yksilöitä eri parisuhteista yhtenäiseksi perheeksi. Kolmiapilaperhe voi muodostua esimerkiksi naisparista ja miehestä, tai miesparista ja naisesta sekä heidän yhteisistä lapsistaan yhteisessä perhesuhteessa. Neliapilaperheessä vanhempia on neljä.

Binääri/ei-binääri (eng. binary/non-binary)

Binäärillä tarkoitetaan usein janaa, jossa on kaksi päätä. Cis-normatiivisen sukupuoli-jakauman mukaan sukupuoli on binäärinen, jonka vastakkaisissa päissä on mies ja nainen. Ei-binäärisellä tarkoitetaan

henkilöä, joka ei koe olevansa tällä janalla, eli ei koe olevansa mies eikä nainen. Hän voi olla esimerkiksi sukupuoleton, muuntai intersukupuolinen.

Cis-sukupuolinen

Kuvaa henkilöä, joka kokee olevansa identiteetiltään sitä sukupuolta, joka hänellä on syntymässä todettu. Cismies kuvaa syntymässä pojaksi määritettyä henkilöä, joka kuvaa itseään miehenä. Cisnainen kuvaa syntymässä tytöksi määritettyä henkilöä, joka kuvaa itseään naisena.

Feminiinisyys

Kuvaa naiseutta ja naisellisuutta ja siihen kulttuurillisesti yhdistettyjä ulkonäöllisiä piirteitä, ominaisuuksia, luonteenpiirteitä ja käyttäytymistä. Länsimaisessa kulttuurissa feminiinisinä piirteinä voidaan pitää esimerkiksi esteettistä kauneutta, lempeyttä ja hoivallisuutta. Henkilö voi kuvata itseään feminiiniseksi sukupuoli-identiteetistään huolimatta.

-fobia

Vihan, pelon, inhon tai vastenmielisyyden tunne jotain tiettyä tekijää kohtaan. Tämä näkyy henkilön käytöksessä ja ajattelussa esimerkiksi syrjintänä, häirintänä, vähättelynä, pilkkana tai alistamisena vihan kohdetta kohtaan. Esimerkiksi homofobia kohdistuu homoseksuaaleihin. Fobian perustana on toisen ihmisen erilaisuuden paheksuminen.

Intersukupuolisuus

Kuvaa henkilöä, jonka fyysinen olemus ei ole syntymässä sukupuolillisesti määriteltävissä yksinomaan mieheksi tai naiseksi. Tämä voi näkyä ihmisessä ulkoisesti esimerkiksi mies- ja naispiirteiden sekoittumisessa tai piirteiden erilaisina ilmentyminä. Henkilö voi myös identifioitua intersukupuoliseksi.

Kolmas sukupuoli

Kuvaa henkilöä tai ihmisryhmää, joka kokee olevansa identiteetiltään jotain muuta kuin mies tai nainen, vaan kolmatta sukupuolta, jonka itse määrittelee. Kolmannella sukupuolella voidaan myös viitata lainsäädännössä niihin, jotka eivät halua määritellä sukupuoltaan juridisesti.

Maskuliinisuus

Kuvaa mieheyttä ja miehisyyttä ja siihen kulttuurillisesti yhdistettyjä ulkonäöllisiä piirteitä, ominaisuuksia, luonteenpiirteitä ja käyttäytymistä. Länsimaisessa kulttuurissa maskuliinisinä piirteinä voidaan pitää esimerkiksi fyysistä kestävyyttä, lujatahtoisuutta ja johtajallisuutta. Henkilö voi kuvata itseään maskuliiniseksi sukupuoli-identiteetistään huolimatta.

Monogamia

Suhdemuoto, joka tunnetaan myös nimellä yksiavioisuus. Suhde muodostuu kahdesta osapuolesta, jotka ovat yhdessä toistensa kumppaneita.

Muunsukupuolinen (eng. non-binary/gender queer)

Termi on kattokäsite, joka kuvaa henkilöä, jonka sukupuoli-identiteetti ei vastaa kaksijakoista sukupuolijakoa, eli mies-naisjakamaa. Henkilö voi identifoida olevansa sekä mies että nainen, jotakin mieheyden ja naiseuden väliltä tai tämän jaon ulkopuolelta. Muunsukupuoliset voivat kutsua itseään trans- tai muunsukupuolisiksi tai käyttää muuta termiä kuvatakseen identiteettiään.

Neutrisukupuolinen

Kuvaa henkilöä, joka kokee sukupuoli-identiteettinsä olevan neutraali tai kuvailee sukupuoli-taan tai tyyliään neutraaliksi, eli ei ole mies eikä nainen. Voi myös toimia terminä ja kuvauksena sukupuolettomuudelle.

-normatiivisuus

Ajattelutapa, jonka mukaan asioiden kuuluu olla tietyllä mielle-tyllä tavalla tai kuvastaa ennalta sovittuja mielikuvia. Tämä näkyy automaattisena ajatteluna, että asiat ovat mielikuvan mukaisia luonnostaan. Heteronormatiivisuudessa ajatellaan kaikkien ihmisten automaattisesti olevan heteroita ja sitä sovelletaan eri osa-alueilla, esimerkiksi parisuhteesta puhuttaessa. Cis-normatiivisuudessa oletetaan kaikkien ihmisten identifoituvan siksi sukupuolekseen, joka heille on syntymässä määritetty.

Polyamoria

Monisuhteisuus, jossa on mukana enemmän kuin kaksi osapuolta tai joissa suhteen osapuolilla on rinnakkain toinen tai useampi suhde. Polyamorinen suhde voi koostua esimerkiksi kolmen henkilön tasapuolisesta suhteesta, jossa kaikki ovat yhdenvertaisia ja kumppaneita keskenään.

Toinen esimerkki polyamoriasta on kahden osapuolen välinen kumppanuus, ja toisella heistä on sovitusti romanttinen tai seksuaalinen suhde kolmannen henkilön kanssa.

Polygamia tarkoittaa moniavioisuutta, jossa useampi henkilö on aviosuhteessa yhden henkilön kanssa.

Pride

Maailmanlaajuinen tapahtuma ja ajattelutapa, jossa korostetaan seksuaalisen suuntautumisen, sukupuoli-identiteetin ja sukupuolisuuden sekä erilaisten perhesuhteiden erilaisuutta ja moninaisuutta. Pride ajaa seksuaali- ja sukupuoli-vähemmistöjen ihmisoikeuksia.

Queer

Henkilöä kuvaava termi viittaa niihin, jotka identifoituvat seksuaali- ja/tai sukupuoli-vähemmistöön kuuluviksi, mutta ei välttämättä halua määrittää suuntautumistaan. Englanninkielisissä yhteisöissä sanaa queer voidaan käyttää myös haukkumasana kontekstista riippuen. Nykyisin queer on kuitenkin hiljalleen muuttumassa jälleen myönteiseksi ja itseä kuvaavaksi termiksi joillakin vähemmistön jäsenillä.

Questioning

Termi on peräisin englannin kielestä, joka merkitsee seksuaalista suuntautumistaan ja/tai sukupuoli-identiteettiään pohtivaa henkilöä.

Sateenkaareva

Kuvaava adjektiivi, joka määrittää monia seksuaali- ja sukupuoli-vähemmistöihin liittyviä asioita. Tämä voi kuvata esimerkiksi henkilöä, perhettä, pride-kulttuuriin liittyviä osia tai vähemmistöön liitettäviä ilmiöitä.

Sateenkaariperhe

Perhe, jossa yksi tai useampi vanhempi kuuluu seksuaali- ja/tai sukupuolivähemmistöön.

Sukupuoleton

Henkilö kokee sukupuoli-identiteetiltään olevansa sukupuoleton. Voi myös toimia terminä ja kuvauksena neutraali-sukupuolisuudelle.

**Sukupuolieuforia/-yhteensopi-
vuus**

Kuvaa hyvän olon tunnetta, joka tulee omasta ulkonäöstä ja muiden kohtelusta, mikä sopii omaan koettuun sukupuoleen. Sukupolieuforia voi ilmetä, kun muut kutsuvat halutulla nimellä tai kokee hyvää tunnetta itselleen

ja sukupuoleen sopivasta tyylistä. Sukupolieuforiassa henkilö kokee näyttävänsä siltä, miltä haluaisi ja kuuluisi omasta mielestään näyttävän.

Sukupuoli/kehoristiriita

Kuvaa kehollista epämukavuutta sukupuolipiirteisiin liittyen. Dysforia johtuu syntymässä määritetyn ja koetun sukupuoli-identiteetin yhteensopimattomuudesta. Sukupuolidysforian kokemukset voivat olla yksilöllisiä. Dysforia voidaan jakaa keholliseksi sekä sosiaalisiksi dysforiaksi. Kehollinen dysforia näkyy fyysisten piirteiden epämiellyttävyytenä. Sosiaalinen dysforia näyttäytyy sosiaalisissa tilanteissa esimerkiksi ahdistuneisuutena siitä, ettei tule nähdyksi sosiaalisissa tilanteissa sukupuoli-identiteettinsä mukaisesti.

Sukupuolenkorjaus

Lääketieteellinen transiitio on sitä, että henkilö, joka kokee sukupuolidysforiaa, saa lääketieteellisiä hoitoja muokkaamaan oman sukupuoli-identiteetin mukaisesti kehollisia ja sukupuolittuneita piirteitään. Yleensä se tarkoittaa kehon muuttamista feminiinisempään tai

maskuliinisempaan suuntaan. Korjausprosessit ovat jokaisella yksilölliset. Sukupuolenkorjausprosessiin kuuluu lisäksi myös usein juridisen sukupuolen vahvistaminen eli henkilötunnuksen korjaaminen itselle oikeaksi.

Sukupuolineutraalius

Ajattelutapa, jossa ei huomioida sukupuoliä ja niihin liitettyjä merkityksiä tai mielikuvia. Tämä voi näkyä sosiaalisessa tilanteessa esimerkiksi kasvatuksessa siten, että lapsia ei kannusteta valitsemaan ainoastaan pojille tai tytöille miellettyjä leluja tai käyttäytymään ”poikamaisesti” tai ”tyttömäisesti”. Työympäristössä tämä voi näkyä tasa-arvoisuutena työnjaossa ja ammatinvalinnassa.

Transsukupuolinen

Kuvaa henkilöä, joka kokee identiteettinsä olevan jotain muuta kuin syntymässä todettua sukupuolta. Transhenkilö määrittelee itse sukupuolensa ja siihen liittyviä kokemuksiaan ja piirteitään sekä miten kutsuu itseään. Esimerkiksi syntymässä tytöksi määritelty mies voi viitata itseensä miehenä tai transmiehenä. Transmies on mies, joka on syntymässä määritetty tytöksi, mutta on sukupuoli-identiteetiltään mies.

Transnainen on nainen, joka on syntymässä määritetty pojaksi, mutta on sukupuoli-identiteetiltään nainen. Muunsukupuolinen on henkilö, joka on syntymässä määritetty tytöksi tai pojaksi, mutta voi olla sukupuoli-identiteetiltään jotain näiden väliltä, molemmat, ei kumpikaan tai jotain muuta sukupuolta.

Transvestisuus

Esiintymistapa, jolla henkilö ilmaisee omaa identiteettiään pukeutumalla ja eläytymällä toisen sukupuolen, kuin hänelle on syntymässä määritetty, mukaisesti. Esimerkiksi mieheksi identifioituva voi ilmaista itseään pukeutumalla naisellisiin hameisiin ja nainen smokkitakkeihin. Transvestiitti ei tarkoita samaa kuin transsukupuolinen, vaan hän kokee sukupuolensa olevan sitä, mikä hänelle on syntymässä määritetty.



Seksuaalinen suuntautuminen ja sukupuoli ovat itsenäisiä, muista ihmisistä riippumattomia piirteitä eivätkä tartu ihmisestä toiseen tai johdu siitä, että viettäisi aikaa muiden sateenkaarevien ihmisten kanssa. Jotkut huomaavat olevansa muuta kuin heteroita tai syntymäsuoltaan jo varhain lapsena, toiset ymmärtävät sen vasta vanhalla iällä.

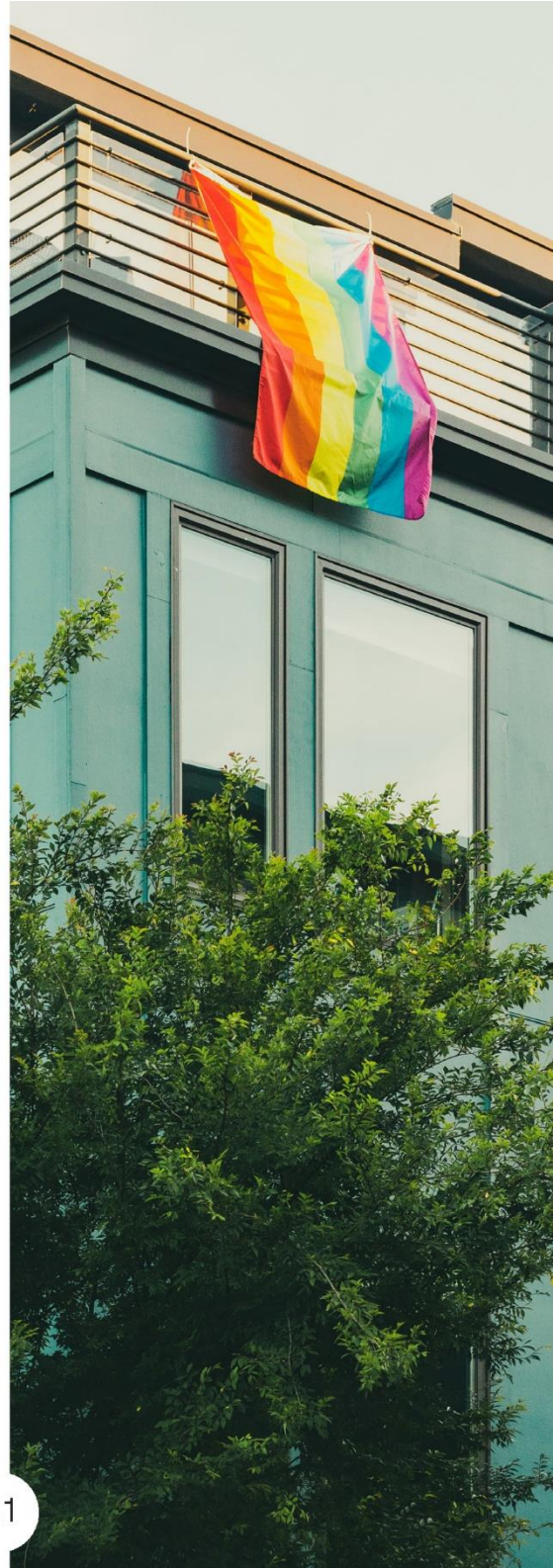
Joillakin suuntaus tai sitä kuvaava termistö saattaa muuttua ajan mittaan, joskus useinkin, mutta se ei tarkoita, että hän vaihtuisi ihmisenä toiseen tai hänen suuntautumisensa ei olisi todellinen. Termin, jolla itseään kuvaa, vaihtaminen on hyvä keino auttaa löytämään sopiva nimi ja ilmaisu paremmin. Tämä viestii hänen pohtineen sisäistä itseään

paljon ja havainneen itsessään uusia piirteitä. Nuori voi ilmoittaa olevansa homo, sitten bi, jälleen homo, ja lopulta asettuukin panseksuaaliksi. Ihmisen kehityessä hän pystyy ymmärtämään itseään ja tunteitaan syvemmin ja siten huomaamaan uusia osia, jotka muokkaavat identiteetikokemusta. Joskus hän taas löytää uuden nimen kokemukselleen, joka täsmää paremmin ja lähemmin kuin ensin käytetty nimi. Tiedon saaminen voi auttaa nuorta tunnistamaan suuntautuksensa, ja usein auttaa, että löytää nimen sille, joksi on itsensä huomannut olevan.



Esimerkiksi monet aseksuaalit ovat kertoneet kokeneensa suuren valaistuksen seksuaalisuudessaan, kun ovat kuulleet, että on olemassa ihmisiä, jotka eivät tunne seksuaalista kiinnostusta muihin. Se on jotain mitä yhteiskunnassa, jossa kumppanin etsiminen on normi, ei välttämättä edes osata ajatella.

Seksuaaliseen suuntautumiseen tai sukupuoleen ei voi vaikuttaa eikä sitä voi tahdonalaisesti tai väkisin muuttaa, niin omasta kuin toisen ihmisen toimesta. Kukaan ei voi muuttua homosta heteroksi tai päinvastoin koska toinen sanoo niin. Toisen painostaminen muutokseen ei muuta tätä sisäisesti, mutta voi aiheuttaa ahdistusta ja itseensä vetäytymistä niin, ettei hän enää tuo suuntautumistaan esille muiden ihmisten seurassa. Voimakas painostus, uhkailu tai toisen identiteetin vähättely luo ahdistuksen tunteen. Hän ei enää uskalla tuoda vapaasti esille sitä osaa itsessään, joka on kuitenkin suuri osa hänen identiteetissään ja vaikuttaa paljon siihen, miten muut näkevät ja kohtelevat häntä.





Miten itseä voi ilmentää ja toteuttaa —ja miksi?

*”Kaikkea sitä tulee elämässä
kokeiltua”*

Jokaisella meistä on halu toteuttaa ja tuoda itseään esille omalla tavallaan. Usein itsensä toteuttaminen voidaan mieltää tavalla pukeutua, miten käyttäytyy, mistä asioista on kiinnostunut, mitä haluaa harrastaa tai tehdä työkseen. Se, miten toteutamme itseämme, heijastaa paljon millaiset asiat ovat lähellä sydäntä, ja mitä haluaa viestiä itsestään.

Nuori rakentaessaan identiteettiään voi joskus kokeilla radikaalejakin tyyliä ja käyttäytymismalleja tai vaihtaa tyyliä ja estetiikkaa usein. Se on normaalia, ja kaiken kokeilu on sallittua - ehkä kannustettavaakin. Joskus kokeilut jäävät vaiheiksi, joskus kerralla löytyy koko loppuelämän kestävä tyyli ja suuntaus. Huolimatta siitä, onko kyseessä vaihe vai ei, on kokeilulla silti tärkeä

osa nuoren kasvussa ja itsensä löytämisessä. Vaikka tämä piirre muuttuisikin myöhemmin, oli kokemus silti avartava ja opetti löytämään uusia asioita itsessään.

”Pelkkä vaihe” kuulostaa epäkannustavalta, kuin sanoisi ”sinun tämänhetkinen sinäsi ei ole tosissaan otettava vaan mitätön”. Se voi saada toisen sulkeutuneeksi ja välttelemään itsensä ilmaisua ja avautumista kokonaan.

Nykyaikana seksuaali- ja sukupuolivähemmistöön kuuluvat ovat uskaltaneet enemmän ”tulla kaapista” eli identifioitua muuksi kuin cis-heteroiksi. Ihmiset uskaltavat kertoa läheisilleen paremmin,



keitä ovat, tai tuoda sitä esiin muille pienillä vihjeillä jotka toinen ryhmään kuuluva saattaisi tunnistaa. Sateenkaarenvärinen kassi; pienet ryhmänsisäiset pukeutumiskoodit kuten korvakoru tiettyssä korvassa; reppuun kiinnitetty pinssi, jossa lukee englanniksi kantajan käyttämät pronominit; tietyn sukupuolen pukeutumistyyli; lempinimi, joka ei välttämättä kerro omistajansa henkilötodistukseen merkittyä sukupuolta. Varsinkin nuoret voivat olla nykyisin hyvinkin perillä sateenkaariväestön symboleista ja merkeistä ja tunnistavat niitä julkisilla paikoilla. Merkit viestivät muille mihin suuntaukseen kuuluu ja voi auttaa yhteisön jäseniä löytämään toisensa ja kenties löytämään toivotun kumppaniehdokkaan helpommin.

Sateenkaarevuutensa ilmaisukeinona käyttäytyminen on konkreettinen ja aktiivinen tapa korostaa ja ilmentää identiteettiään. Puhetyyli, miten liikkuu ja kantaa itseään ja valinnat ja toiminnot voivat toimia välikätenä yksilön identiteetin harjoittamisessa ja ilmaisussa. Näihin sekoittuu voimakkaasti myös hänen persoonallisuutensa ja mieltymyksensä tiettyyn esteetiikkaan, joka ei välttämättä ole

sidonnainen itse seksuaaliseen suuntaukseen ja sukupuoli-identiteetit. Molemmat osat täydentävät itseään ja luovat ihmisyyden kokonaisuuden.

Sytä, miksi ihminen haluaa toteuttaa itseään pukeutumisellaan tai käyttäytymisellään, on monia, mutta suurimmat syyt kiteytyvät kahdeksi: Viestiä muille, kuka on, ja tehdä itselle hyvä olo sellaisena kuin on. Joillekin riittää hillitty pukeutuminen arjessa eikä tarvetta kertoa kiinnostuksistaan, jotkut voivat olla onnellisimmillaan suurissa ja räikeissä teemapukeissa ja viestimällä läheisilleen kuka on. Itsensä toteuttamisella halutaan hakea hyvää oloa näyttämällä ja kertomalla, kuka on ja mistä pitää. Sukupuoleensa korostavalla voi tiettyihin vaatteisiin pukeutuminen tuoda suuren onnellisuuden tunteen, kun näyttää siltä miltä sisällä tuntuu. Kaikki eivät tunne tarvetta mainostaa olemustaan, ja sekin on täysin sallittua. Jokaisella on oikeus tyyliinsä ja tapaansa ilmaista itseään ja tuoda esille juuri niin paljon kuin itse haluaa ja kokee turvalliseksi.





Miltä nuoresta tuntuu?

"Mutta onko sulla hyvä olla tällainen?"

Sateenkaarivat ovat ihmisiä hyvine ja huonoine puolineen, taitoineen, virheineen, tekoineen, ajatuksineen, mielenkiintoineen, hyväksynnän ja rakkauden haluineen ja tarpeineen ihan kuten cis-heterotkin. Heidän mielenterveydessään tai ajatuksissaan ei ole mitään väärää, eivätkä he halua kääntyä ketään vastaamaan omaa seksuaalista suuntautumistaan tai sukupuoltaan, koska kuuluvat seksuaali- ja sukupuoliyhteisöön. Huolimatta seksuaalisesta suuntautumisestaan tai sukupuolestaan, kaikki haluavat tulla rakastetuksi ja hyväksytyksi omana itsenään, elää ja omata samat ihmisoikeudet ja olla olemassa kuin muutkin sekä löytää paikkansa maailmassa.

Jokaisen sateenkaariväestöön kuuluvan kokemukset ja tunteet itsensä löytymisestä ja kehittymisestä ovat erilaisia ja uniikkeja. Heitä tulee kaikista eri taustoista, perheistä, yhteisöistä, uskonnoista ja kulttuureista. Itsetunto ja omakuva, omat arvot, lapsuuden kasvatus ja kokemukset sekä maailmankuva pohjaavat kaikkien näkemystä ja kokemusta seksuaalisesta suuntauksesta ja sukupuolestaan. Joillekin vähemmistöryhmään kuuluminen voi olla hämmentävää tai pelottavaa, esimerkiksi jos perheessä ja koulussa heihin suhtaudutaan hyvin kielteisesti ja uhkaavasti. Toiset taas saattavat kokea vahvaa ylpeyden tunnetta heitä tukevissa ja turvallisissa ympäristöissä.



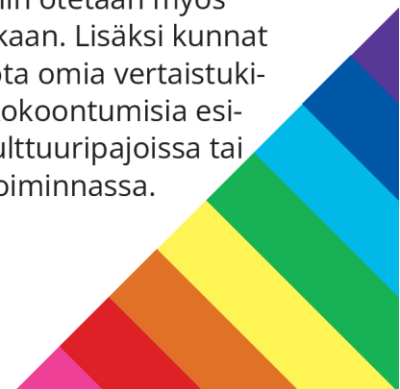
Transsukupuoliset kokevat myös erilaisia tunteita keskenään liittyen ulkoiseen itseen. Toisilla oma keho voi tuntua hyvin ahdistavalta, kun peilikuva ei vastaa sisäistä itseä; jotkut taas ovat hyvinkin sinut ulkoisen olemuksensa kanssa eivätkä koe tarvetta esimerkiksi hakea kehoa muuttavia hoitoja.

Kun nuori huomaa olevansaakin jotain muuta kuin cis-hetero, se voi olla hämmentävää aikaa. Usein nuori alkaa miettiä minäänsä ja identiteettiään syvemmin - kuka olen, miten tämä tulee näkymään ulospäin, muuttuuko tämä tai onko se vain vaihe? Monet myös jännittävät turvallisuuttaan ja miten heidän vanhempansa tai kaverinsa suhtautuvat tähän. Uskaltaako heille kertoa, suuttuvatko tai hylkäävätkö he, jos kerron? Joillekin itsensä hyväksyminen on helppoa, jos hän tietää, ettei ole yksin maailmassa ja ainoa ja että hänessä ei ole mitään vikaa. Kaapista ulos tuleminen eli muille ihmisille kertominen voi olla maailman pelottavin asia, koska nuori ei ole varma muiden reaktioista.

Sateenkaarevuuteen liittyy myös paljon hyvää. Nuori voi kokea onnellisuuden tunnetta eri

asioista jotka vaikuttavat häneen ja hänen ympäristöönsä positiivisesti. Nuori voi saada voimaa ystävistään, lähipiiristä, sateenkaari-ihmisten yhteisöllisyyden tunteesta, ylpeyttä itsestään ja omasta olemuksestaan. Kun hän on itsevarma ja uskaltaa ilmaista itseään haluamallaan tavalla, nuori kokee euforian ja vapauden tunnetta olla olemassa. Oman seksuaalisen suuntautumisen ja sukupuoli-identiteetin ilmaiseminen ja korostaminen voi olla yksi tapa luoda näitä tunteita. Itseään toteuttavien sateenkaari-ihmisten välille syntyy yhteisöllisyyden ja vertaisuuden tunnetta, käsitys siitä, että jokainen on uniikki ja rakastettava omana itsenään.

Yhteiskunta tarjoaa nykyisin useita eri tahoja ja tapahtumia, josta nuori voi hakea vertaistukea ja apua kysymyksiinsä. Sosiaalisessa mediassa, kuten keskustelualueilla, LGBTQ-ryhmät luovat usein omia yhteisöjään, joihin otetaan myös nuoria mukaan. Lisäksi kunnat voivat tarjota omia vertaistukiryhmiä ja kokoontumisia esimerkiksi kulttuuripajoissa tai harrastustoiminnassa.





Tärkeintä nuoren kanssa aiheesta keskustellessa on rauhallisuus, avoimuus, hyväksyntä ja sen ilmaiseminen sekä ymmärtäminen. Kaapista tuloa ei tulisi pakottaa tai kertoa siitä muille, ellei nuori sitä itse halua. Pakottaminen ja painostaminen voi työntää häntä pois päin ja sulkeutumaan sisäänpäin. Negatiivinen reaktio tai puhe voi luoda turvattomuuden tunnetta, eikä nuori uskalla enää puhua aiheesta, jos kyseinen aihe synnyttää kuulijassa aina negatiivisia tunteita ja vastauksia. Lämmin ja rauhallinen lähestyminen on tärkeää, ja eteneminen nuoren omilla ehdoilla ja tahtiin antaa hänelle vapauden kertoa ja puhua juuri niin paljon, kuin hän haluaa ja kokee turvalliseksi. Ensimmäinen keskustelu hänen kanssaan luo pohjan tulevaisuuden suhteelle. Hyvä kokemus on

merkki nuorelle, että kanssasi voi puhua luottamuksellisesti ja turvallisesti, etkä hylkää tai tuomitse häntä.

Läheisenä Sinun tulisi välttää nuoren identiteetin vähättelyä tai siitä väittelemistä. Parhaiten nuorta voit tukea ilmaisemalla, että hänen identiteettinsä ja suuntauksensa ei tee hänestä alempiarvoista, ja että hän on arvokas omana itsenään. On tärkeää antaa nuorelle tilaa ja vapaus tutkia itseään ja löytää se, mikä hänestä tuntuu kaikkein parhaimmalta ja omalta itseltään. Prosessi voi olla pitkä, mutkikas ja hämmentävä, mutta läheisenä voit tukea ja auttaa häntä tiellä kulkemisessa.



Mikäli läheisen käsitykset seksuaalisen suuntautumisen- ja sukupuolisuuden moninaisuudesta ovat vähäiset tai vääristyneet, hän voi ymmärtää nuoren suuntautumisen vääranlaisena ja huonona asiana. Varsinkin, jos läheisen maailmankuvaan kuuluu, että muut kuin cisheterot nähdään huonossa valossa ja yhteiskunnallisena uhkana. Erilaiset negatiiviset ja kielteiset vanhemmuuden käyttäytymismallit voivat vaihdella lievästä paheksunnasta suoraan hylkäämiseen. Tällainen käyttäytyminen heikentää lasten ja vanhempien välistä suhdetta ja voivat tuottaa lapselle stressiä.

Nuoren ulostulo läheiselleen on merkki luottamuksesta. Mikäli vastaanotto on negatiivissävytteistä vanhempien osalta, nuori saattaa kokea, että hän ei kelpaa omana itsenään. Lapsen ulostulo voi heikentää myös läheisen ymmärrystä itsestään. Läheinen voi kokea paineita luulemalla, että lapsen seksuaalinen suuntautuminen tai sukupuoli-identiteetti on johtunut perheestä tulevista roolimalleista tai kasvatuksen niin sanotuista virheistä. Läheiset voivat hakea ulkopuolista apua omien tunteidensa tunnistamiseen sekä siihen, että

he hyväksyvät lapsensa sellaisena kuin hän on. Merkittävää on, että läheinen ottaa selvää siitä, mitä nuoren kaapista ulostulo käytännössä tarkoittaa ja millaista termistöä siihen liittyen olisi hyvä osata.

Sateenkaarinuoret toivovat, että voivat olla omia itsejään turvallisesti. Osa nuorista pohtii, onko omalle läheiselle turvallista kertoa omasta seksuaalisesta suuntautumisesta tai sukupuolesta. Vanhemman tehtävänä on olla nuoren puolella sekä kannustaa nuorta olemaan oma itsensä. Sateenkaarinuorelle on tärkeää, että läheiset huomioivat hänet omana itsenään. Aihe voi olla nuorelle arka ja siitä on vaikeaa puhua, siksi hänen kokemuksiaan ei tule vähätellä. Sateenkaarinuorta tulee kuitenkin kohdella mahdollisuuksien mukaan samalla tavalla kuin muitakin nuoria, jotta hän ei koe olevansa muista merkittävästi poikkeava esimerkiksi seksuaalisen suuntautumisensa vuoksi. Asiaa tulisi normalisoida, jotta nuori voi olla sinut itsensä kanssa eikä koe tarvetta peitellä todellista identiteettiään.



Nuorten hyvinvointia edistää turvallisen läheisen ja aikuisen tuki, jonka kanssa voi keskustella omista ajatuksistaan ja kokemuksistaan sekä kenelle kertoa ihastumisista, yksinäisyydestä ja kavereista. Nuoren hyvinvointia palvelee, kun hän saa kokea olevansa rakastettu ja hänet otetaan osaksi läheisistä koostuvaan yhteisöön, perheeseen. Hänen hyvinvoinnilleen on iso merkitys, kun hän saa tarvittaessa apua aikuiselta selviytymään keskellä vaikeita ja haastavia tilanteista.

Asioista tulee keskustella nuoren kanssa niiden oikeilla nimillä eikä aihetta tule tietoisesti vältellä. On siis hyvä, jos aikuisella on tarvittavat käsitteet hallussa. Nuorilla on usein tarve puhua "erilaisuudestaan" ja siihen liittyvistä tuntemuksistaan. On tärkeää, että läheinen on läsnä nuorta varten ja on valmis kuuntelemaan häntä avoimin mielin. Koulumaailmassa voi ilmetä identiteettiin tai sukupuoleen liittyvää kiusaamista, jonka vuoksi on tärkeää tehdä kodista nuorelle hyväksyvän ilmapiirin omaava turvapaikka. Ratkaisevaa on, että nuori kokee olevansa turvallisessa ympäristössä, jossa hän tulee nähdyksi, kuulluksi sekä hyväksytyksi omana itsenään.





Läheiselle:

Osoita nuorelle rakkautta ja hyväksyntää. Mahdollista nuorta tapaamaan hänen kaltaisiaan nuoria ja käymään tapahtumissa, joista hän saa vertaistukea. Älä vaadi nuorta muuttumaan.

Vaikka kokisit vaikeutta hyväksyä nuoren seksuaalista suuntautumista, sukupuoli-identiteettiään tai sukupuolen ilmaisua älä pilkkaa tai eristä häntä. Se ei muuta nuoren kokemusta omasta sukupuolestaan tai identiteetistä, vaan voi vahingoittaa hänen minäkuvaansa.

Huolehdi, ettet vahingossa vahingoita suhdettasi lapseesi. Muistot, jotka ovat sinulle kauniita ja herkkiä, voivat olla nuorelle ahdistavia ja traumaattisia aikoja. Esimerkiksi transnuorelle voi olla vaikeaa, jos lapsuuden valokuvia tai rippikoulukuvia pidetään kotona esillä. Voit pitää muistosi, mutta ota vakavasti asian tärkeys lapsellesi.

Viestitä, että nuoren ei tarvitse tyytyä epäreiluun kohteluun ja että hänen puolellaan on tasa-arvolaki.

Kannusta nuorta elämään oman näköisensä elämää. Muista, että se millainen vanhempi sinä olet ollut, se ei liity lapsesi seksuaali- tai sukupuoli-identiteettiin.

Kysy nuorelta, miten hän itse toivoisi häntä kutsuttavan ja voit kysyä esimerkiksi toivottua nimeä tai nimityksiä (tyttö, poika, muu, herra, ei sukupuolittavaa nimeä).

Voit itse etsiä aktiivisesti tietoa sateenkaarevuudesta ja kuinka lähestyä nuorta ja keskustella hänen kanssaan.





Mistä löytää tietoa?

Mannerheimin LastensuojeluLiiton kirjoittama blogiartikkeli, joka käsittelee nuoren ulostuloa kaapista.

www.mll.fi/vanhemmille/vinkkeja-lapsiperheen-arkeen/nuori-tulee-ulos-kaapista

Seta on valtakunnallinen järjestö, joka ajaa seksuaali- ja sukupuoli-vähemmistöjen oikeuksia Suomessa. Sivusto tarjoaa materiaalia vanhemmille ja ammattilaisille sekä nuorille.

www.nuoret.seta.fi

Nuortennetti on nuorille suunnattu sivusto, jossa käsitellään kaikkea nuoruuteen, kasvuun ja ihmissuhteisiin liittyvää.

www.nuortennetti.fi

Perhesuhdekeskus tarjoaa tietoa ja apua sukupuoli- ja seksuaali-vähemmistöihin kuuluville sekä heidän läheisilleen.

www.perhesuhdekeskus.fi

Sukupuolen Moninaisuuden Osaamiskeskus tarjoaa ammatillista keskusteluapua ja tukea sukupuolivähemmistöön kuuluville ja heidän läheisilleen.

sukupuolenosaamiskeskus.fi/sukupuoli/tietoa-transihmisten-laheisille/vanhemmille

Terapiatalo Nosteen kirjoittama artikkeli seksuaalisesta ja sukupuolisesta identiteetistä.

www.terapiatalonoste.fi/tieto/seksuaalinen-ja-sukupuoli-identiteetti



Sukupuoli-identiteettejä

Gender = sukupuoli!

Henkilö kokee olevansa...



Trans-

Sukupuoli on eri kuin syntymässä määritetty biologinen sukupuoli



Muun-

Sukupuoli ei ole osa kaksijakoista sukupuolibinääriä



Neutral-

Sukupuoli on neutraali



Androgyyni-

Sukupuoli on sekä maskuliininen että feminiininen



Genderfluid

Sukupuoli on liukuva ja vaihtelee



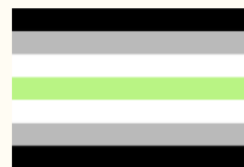
Gender queer

Yleistermi sukupuolelle, joka ei sovi kaksijakoiseen binääriin



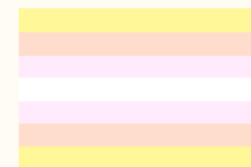
Bi-

Sukupuoli koostuu kahdesta



A-

Sukupuoleton



Pan-

Kokee olevansa kaikkia sukupuolia



Demi-

Sukupuolikokemus voi olla osittain, mutta ei kokonaan, mies-, nais- tai muusukupuolinen.



Inter-

Henkilön fyysiset piirteet eivät sovi mies-naisjakaumaan



PORIN KULTTUURIPAJA
Lumo

