

**VAIKEASTI KEHITYSVAMMAISTEN NUORTEN  
SEKSUAALISUUDEN TUKEMINEN**  
Opas vanhemmille

Huotari Emilia  
Oilinki Katriina

Opinnäytetyö

Hoitotyön koulutusohjelma  
Sairaanhoitaja (AMK)

2022

Hoitotyön koulutusohjelma  
Sairaanhoitaja (AMK)

---

<b>Tekijät</b>	Emilia Huotari Katriina Oilinki	Vuosi	2022
<b>Ohjaaja(t)</b>	Aija Lämsä		
<b>Toimeksiantaja</b>	PPSHP, Kehitysvammahuolto Konsti		
<b>Työn nimi</b>	Vaikeasti kehitysvammaisten nuorten seksuaalisuuden tukeminen opas vanhemmille		
<b>Sivu- ja liitesivumäärä</b>	49 + 20		

---

Seksuaalisuus on olennainen osa ihmisyyttä. Seksuaalisuuteen kuuluu seksuaalinen kehitys, biologinen sukupuoli, seksuaalinen suuntautuminen, sukupuoli-identiteetti sekä suvun jatkaminen. Kehitysvammaisten seksuaalisuus on nähty tabuna aina 1960-luvulle asti. Kehitysvammaiset on nähty lapsen kaltaisina ilman seksuaalisia tarpeita.

Opinnäytetyömme toimeksiantajana toimii Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin kehitysvammahuolto, Konsti. Kyseiseen yksikköön ei ole aikaisemmin tehty opinnäytetyönä opasta vanhemmille kehitysvammaisten seksuaalisuuden tukemisesta. Aihe opinnäytetyölle tuli suoraan toimeksiantajalta, jonka perusteella toteutettiin työelämälähtöinen tuotekehitysprojekti.

Opinnäytetyömme aiheena on kehitysvammaisen nuoren seksuaalisuuden tukeminen. Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa opas kehitysvammaisen nuoren vanhemmille seksuaalikasvatuksen tueksi. Oppaan avulla myös hoitohenkilökunta voi konkreettisesti toteuttaa seksuaalikasvatusta kehitysvammaiselle nuorelle. Tavoitteena on lisätä vanhempien tietämystä siitä, kuinka kehitysvammaisen nuoren seksuaalisuutta voidaan tukea. Opinnäytetyömme teoreettisella taustalla ja tuotteella vastasimme tutkimuskysymyksiin, joita olivat: ”Kuinka tukea kehitysvammaisen nuoren seksuaalisuutta?” ja ”Millainen opas tukee vanhempien tietämystä seksuaalikasvatuksesta?”.

Saimme oppaan valmiiksi ja toimeksiantajalta saatujen palautteiden perusteella muokkasimme oppaan käytäntöön sopivaksi. Opasta tullaan käyttämään hoitotyössä Konstissa sekä jakamaan sitä asiakasperheille kotiin viemisiksi.

<b>Avainsanat</b>	kehitysvammaiset, seksuaalisuus, seksuaalioikeudet ja murrosikä
<b>Muita tietoja</b>	Työhön liittyy toimeksiantosopimus, tutkimuslupa ja erillinen kirjallinen opas toimeksiantajalle.

Degree Programme in Nursing and  
Health Care  
Bachelor of Health Care

---

<b>Author(s)</b>	Emilia Huotari Katriina Oilinki	Year	2022
<b>Supervisor</b>	Aija Lämsä		
<b>Commissioned by</b>	Northern Ostrobothnia Hospital District, Konsti		
<b>Subject of thesis</b>	Sexuality of a young person with a severe intellectual disability- A guide for their parents		
<b>Number of pages</b>	49 + 20		

---

This thesis is commissioned by the Northern Ostrobothnia Hospital District's developmental disability care service, Konsti. A Guide for the parents on how to support the sexuality of people with intellectual disabilities in this unit has not been done before as a study. The topic for the thesis was given by the commissioner and the study was implemented as a working life-oriented product development project. Our main point is to increase parents' knowledge of how the sexuality of young people with intellectual disabilities can be supported.

The purpose of the thesis was to produce a guide for sex education which can be used by the parents of a young person with intellectual disabilities. The use of these picture cards enables the health care to staff to implement sex education for young people with intellectual disabilities in practice. The aim of the guide is to provide support for sex education to the parents and to reduce inappropriate behavior in children. With the theoretical framework and the product of this thesis, the research questions answered were: "How to support the sexuality of a young person with intellectual disabilities?" and "What kind of a guide supports the parents' knowledge of sex education?".

We completed the guide on time. We based it on the feedback received from the client and adapted the guide to fit the practice. The guide will be used in nursing at Konsti and distributed to the families of Konsti's patients to take home.

Key words	Intellectually disabled, sexuality, sexual rights and puberty
Special remarks	The thesis includes a written guide for the commissioner organisation

## SISÄLLYS

1 JOHDANTO .....	7
2 KEHITYSVAMMAISUUS .....	10
2.1 Kehitysvammaisuus.....	10
2.2 Vaikea kehitysvamma.....	11
2.3 Autismikirjon häiriö.....	12
3 SEKSUAALISUUS.....	14
3.1 Mitä seksuaalisuus on? .....	14
3.2 Seksuaalioikeudet .....	14
3.3 Seksuaalikasvatus.....	16
3.4 Kehitysvammaisen seksuaalisuus .....	18
3.5 Seksuaalisuuden ja seksuaalisen identiteetin häiriöt kehitysvammaisella henkilöllä .....	20
4 SEKSUAALISUUDEN PORTAAT.....	22
5 TUNNE JA TURVATAITOKASVATUS .....	28
6 NUORUUS JA MURROSikä.....	31
6.1 Nuoruus ja sen tuomat muutokset .....	31
6.2 Nuoruus ja seksuaalisuus.....	32
6.3 Kehitysvammaisen murrosikä .....	33
7 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE .....	35
7.1 Opinnäytetyön teoreettinen tausta .....	35
8 PROJEKTIN TOTEUTUS .....	37
8.1 Toimeksiantajan kuvaus .....	37
8.2 Projektin opinnäytetyön menetelmänä.....	37
8.3 Projektin organisaatio ja ohjaus.....	38
8.4 Projektin ideointi ja toteutus.....	38
9 EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS .....	41
10 POHDINTA .....	43
10.1 Projektin merkitys .....	43
10.2 Oma ammatillinen oppiminen .....	43

10.3	Jatkokehittämissuositukset .....	44
LÄHTEET	.....	45
LIITTEET	.....	50

## ALKUSANAT

Haluamme kiittää Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin kehitysvammahuoltoa, Konstia, yhteistyöstä projektin aikana sekä ohjaajaamme avusta ja tuesta työn edistämisessä. Kiitos opinnäytetyömme ohjaajalle Aija Lämsälle. Kiitämme lämpimästi oppaamme piirtäjää Jonna Heikkistä. Kiitos kuuluu myös lähipiirillemme ja ystävillemme tuestanne projektin aikana.

## 1 JOHDANTO

Maailman terveysjärjestö WHO määrittelee seksuaalisuuden keskeisenä osana ihmisyyttä kaikissa elämän vaiheissa. Seksuaaliterveyteen kuuluu kunnioitus, turvallisuus ja vapaus syrjinnästä ja väkivallasta. Seksuaalisuus vaikuttaa jokaisen ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Kansainvälisten ihmisoikeuksien mukaan seksuaalioikeudet kuuluvat kaikille. Seksuaaliterveys ja seksuaalioikeudet kuuluvat ihmisoikeuksiin, joihin jokaisella ihmisellä tulee olla oikeus. Ketään loukaamatta ja vahingoittamatta jokaisella ihmisellä tulisi olla oikeus nauttia seksuaalisuudestaan ja ilmaista sitä haluamallaan tavalla. Jokaisella ihmisellä on oikeus päättää omasta elämästään ja seksuaalisuudestaan, sekä olla oman seksuaalisuutensa asiantuntija. Seksuaaliterveyteen vaikuttavat muun muassa seksuaalinen minäkuva, itsensä ja tunteidensa hyväksyminen sekä fyysinen seksuaaliterveys. (World Health Organization 2005; Palonen-Munnukka 2011, 12–13; Terveyskylä 2018.)

Seksuaalisuus on ihmisellä sisäänrakennettu luonnollinen tarve, joka ilmenee jo lapsuudessa. Kulttuuri, uskonnollinen tausta ja perhe muovaavat seksuaalisuuteen liittyviä asenteita ja jokaisen omaa tapaa ilmaista seksuaalisuuttaan. Esimerkiksi biologiset, sosiaaliset ja psykologiset tarpeemme voivat vaikuttaa seksuaalisuuteemme. Erityisesti toisilta ihmisiltä saatu palaute ja omat kokemuksemme voivat muovata seksuaalisuuteen liittyviä arvoja, asenteita ja uskomuksia. (Terveyskylä 2018.)

Kehitysvammaisten seksuaalisuus oli tabu 1960-luvulle saakka. Ajateltiin, ettei kehitysvammaisilla olisi minkäänlaisia seksuaalisia tarpeita, sillä heitä pidettiin lapsen kaltaisina. Toisaalta nähtiin myös, että mikäli kehitysvammaisilla oli seksuaalisia tarpeita, olivat ne vääristyneitä, vähintäänkin niitä pidettiin laitoshoidon hankaloittavina järjestyshäiriöinä. Seksuaalisuuden ilmapiirin vapautuessa alettiin vähitellen esittämään mielipiteitä, joiden mukaan myös kehitysvammaisilla ihmisillä on seksuaalisia tarpeita ja niiden kieltäminen rajoittaa heidän ihmisoikeuksiaan. (Leppälä 2014, 136.)

Vielä 2020-luvulla vammaisuuteen ja seksuaalisuuteen liittyy paljon myyttejä sekä vammaisuutta ja seksuaalisuutta pidetään tabuina niin yhdessä kuin erikseenkin. Tabulla tarkoitetaan jotain, joka on kiellettyä, pyhää tai kirotuksi leimatua. Seksuaalisuus voi olla niin tabu, että siitä voi olla vaikea puhua. Yhteiskunnan tabut ja myytit ohjaavat asenteitamme, näiden tabujen omaksuminen tapahtuu sanattoman viestinnän kautta. Seksuaalista käyttäytymistä on helppo ohjata myyttien avulla. Myytit kertovat mikä on hyväksyttävää ja mikä on kielletty. Myytit sisältävät usein kaksoisviestin, esimerkiksi ”Seksi on likaista, säästä se avioliittoon, niin se on puhdasta!” Myytti ei ole rationaalisen ajattelun tuotos, vaan sisältää aina sisäisen ristiriidan. (Palonen-Munnukka 2009, 34–35.) Kun seksuaalisuutta pidetään tabuna johtaa se usein siihen, että ihmiset saavat puutteellista seksuaalikasvatusta, seksuaalinen kehitys vaikeutuu ja se voi johtaa jopa kaltoinkohteluun (Väestöliitto 2019, 15).

Opinnäytetyön toimeksiantajana toimii Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin kehitysvammahuolto, Konsti. Opinnäytetyö toteutetaan projektityönä, jonka tuotos on opas seksuaalikasvatuksen tueksi. Aihe opinnäytetyölle saatiin Konstin työntekijöiltä, toisen opinnäytetyön tekijän suorittaessaan harjoitteluaan yksikössä syksyllä 2021. Aihe esiteltiin kyseisen yksikön opetuskoordinaattorille, joka hyväksyi ehdotuksen. Opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa opas kehitysvammaisten nuorten vanhemmille seksuaalikasvatuksen tueksi. Oppaan avulla vanhemmat voivat konkreettisesti toteuttaa seksuaalikasvatusta nuorelle. Opas sisältää kaikkiaan 9 kuvakorttia, joissa toisella puolella on seksuaalisuuteen liittyvä kuva, esimerkiksi kuva itsetyydytyksestä ja toisella puolella faktatietoa nuorelle itsetyydytyksestä, sekä keskustelun aloittamiseksi apukysymyksiä. Oppaan avulla lisätään vanhempien tietämystä, kuinka he voivat tukea nuorensa seksuaalisuutta ja sen myötä mahdollisesti vähentää häiriökäyttäytymistä. Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä vanhempien tietämystä siitä, kuinka kehitysvammaisen nuoren seksuaalisuutta voidaan tukea. Aihe rajattiin nuoriin vaikeasti kehitysvammaisiin, sillä erityisesti nuorilla vaikeasti kehitysvammaisilla esiintyy seksuaalista häiriökäyttäytymistä, kuten itsetyydytystä sopimattomissa paikoissa.



Elämme 2020-lukua ja edelleen kehitysvammaisten seksuaalisuus on tabu, josta vaietaan enemmän kuin puhutaan. Opinnäytetyö lähtee ammattilaisten tarpeesta, johon pyritään vastaamaan. Henkilökohtaisena oppimistavoitteena on onnistuneen projektin toteuttaminen. Opinnäytetyön projektitehtävänä on tuottaa opas kehitysvammaisten nuorten vanhemmille seksuaalikasvatuksen tueksi.

## 2 KEHITYSVAMMAISUUS

### 2.1 Kehitysvammaisuus

Kehitysvammaisuus määritellään Suomessa olevan WHO:n ICD-10-tautiluokituksen (International Classification of Diseases) mukaan tilaksi, jossa henkilön henkisen toiminnan kehitys on estynyt tai häiriintynyt synnynnäisen tai kehitysiässä saadun sairauden, vian tai vamman vuoksi. Kehitysvammaisella ihmisellä on vaikeuksia käyttäytyä tilanteen vaatimalla tavalla, ympäristöön sopeutuminen voi olla haastavaa ja ihmissuhteita voi olla vaikea muodostaa. Kehitysvammaisuus jaetaan neljään eri luokkaan: lievä, keskivaikea, vaikea ja syvä kehitysvammaisuus. Ympäristöön on sitä helpompi sopeutua, mitä lievemmästä kehitysvammasta on kyse. (Åberg 2021.)

Suomessa on käytössä maailman terveysjärjestön WHO:n ICD-tautiluokitus. Länsimaalaisessa tutkimuskirjallisuudessa käytetään myös laajalti Amerikan psykiatriayhdistyksen Diagnostic and Statistical Manual of mental disorders (DSM)-luokitusta. (Raaska & Vanhala 2020, 964–967.) ICD-10 (F70-79) tautiluokitus sisältää kolme kriteeriä, joiden mukaan kehitysvammadiagnoosi voidaan asettaa. Psykologisessa tutkimuksessa henkilön älykkyydosamäärä jää alle 70:n. Henkilön adaptiiviset eli käsitteelliset, sosiaaliset ja käytännölliset taidot eivät vastaa ikätasoa. Henkilön kehitysvamma on ilmennyt kehitysiässä. Yleensä kehitysvamma diagnoosi asetetaan kouluikään mennessä, kuitenkin viimeistään 17 vuoden iässä. Joissakin tapauksissa diagnoosi voidaan tehdä nuorelle aikuiselle edellyttäen, että kehitysvamma oli ilmeinen ennen 18 vuoden ikää. (Arvio, Aaltonen & Lähdetie 2022, 13.) Yleensä kehitysvammaisuus johtuu synnynnäisistä geneettisistä oireyhtymistä sairauksien ollessa harvinaisempia. Väestöstä kehitysvammaisia henkilöitä on noin prosentti. Näistä noin 60 % on lievästi kehitysvammaisia, 20 % keskivaikeasti kehitysvammaisia, 10 % vaikeasti kehitysvammaisia ja 10 % syvästi kehitysvammaisia. Miehillä kehitysvammaisuus on yleisempää kuin naisilla. (Åberg 2021.)

Kehitysvammaisuuden vaikutus yksilön elämään vaihtelee paljon. Kehitysvammaiset ovat keskenään heterogeenisempi ryhmä kuin vammaaton valtaväestö. Yleensä kehitysvammaisen on vaikeampi oppia uusia asioita sekä soveltaa niitä käytäntöön kuin ikätoverinsa, myös itsenäinen elämän hallinta on ikätovereita haasteellisempaa. (Arvio ym. 2022, 13.) Esimerkiksi lievästi kehitysvammainen kykenee toimimaan lähes itsenäisesti ja tarvitsee tukea vain joillain elämän osa-alueilla, kun taas vaikeasti kehitysvammainen tarvitsee enemmän tukea elämänosa-alueilla (Kehitysvammaliitto 2016).

## 2.2 Vaikea kehitysvamma

Psykiatrian luokituskäsikirjan mukaan syvä älyllinen kehitysvammaisuus on henkilöillä, joiden älykkyydosamäärä on alle 20. Parhaimmillaan heidän käsityskynsä ja kielelliset valmiudet ovat rajoittuneet peruskäskyjen ymmärtämiseen ja yksinkertaisten pyyntöjen esittämiseen. Henkilö tarvitsee apua ja ohjausta suoriutuakseen päivittäisistä toiminnoistaan. Käytännön työt saattavat sujua sopivasti ohjattuna. Syvästi kehitysvammaisten älyllinen kehitysikä vastaa 0–2-vuotiaasta (THL, psykiatrian luokituskäsikirja 2012, 270; Arvio ym. 2022, 24).

Vaikeasti kehitysvammaisilla älykkyydosamäärä on 20–34 ja älyllinen kehitysikä on 3–5 vuotta. Älyllisellä kehitysiällä tarkoitetaan ajattelun abstraktisuuden tasoa. Vaikeasti kehitysvammaiset tarvitsevat muun muassa asumispalveluita, joissa he tarvitsevat apua ja ohjausta päivittäisissä toiminnoissa, kuten hygienian hoidossa ja vaatteiden vaihdossa. Vaikeasti kehitysvammaisilla on puutteellinen kirjoitustaito, mutta he voivat ohjattuna tehdä erilaisia työtehtäviä. (Arvio ym. 2022, 25). Vaikeasti kehitysvammaisen itseilmaisuu on usein omintakeista ja hienovaraista. Tullakseen ymmärretyksi, he tarvitsevat ympärilleen ihmisiä, jotka kykenevät tulkitsemaan heitä. Arkinen hoivatyö on heidän kanssaan ratkaisevassa roolissa. (Papunet 2018.)

### 2.3 Autismikirjon häiriö

ICD-10-tautiluokitus käyttää autistisista häiriöistä nimitystä laaja-alaiset kehityshäiriöt ja jaottelee ne 11 eri alaluokkaan. Autismi on yksi kehitysvamman rinnakkaisdiagnooseista ja jopa 75 prosentilla autisteista on jonkinasteinen kehitysvamma. (Arvio ym. 2022, 114). Autismin kirjon synonyyminä voidaan käyttää laaja-alaista kehityshäiriötä. Laaja-alaiseen kehityshäiriöön kuuluu monien alueiden viivästynyt tai puutteellinen kehitys, puutteita voi olla muun muassa sosiaalisissa- ja kognitiivisissa taidoissa. (Ozonoff, Dawson & McPartland 2019, 17.)

Maailman terveysjärjestö, WHO on julkaissut vuonna 2018 uuden ICD-11- luokituksen, jossa diagnoosina ei käytetä enää autismia tai Aspergerin oireyhtymää, vaan diagnoosi on autismikirjonhäiriö, jota voidaan tarkentaa DSM-5:n avulla. ICD-11- luokituksen kääntäminen ja käyttöönotto eri maissa voi viedä vielä vuosia. Tautiluokituksen muuttuessa virallisesti seuraavat taudit kuuluvat autismin- häiriödiagnoosin alle: Aspergerin oireyhtymä ja Disintegratiivinen häiriö eli Hellerin tauti. Rettin oireyhtymä on kliininen oireyhtymänsä, joka ei kuulu autismikirjon häiriöiden alle. (Vanhala 2018.) Suomessa on tarkoitus siirtyä käyttämään ICD-11 tautiluokitusta vuoden 2022 aikana. Autismikirjon prosentuaalisen osuuden nousemisen syynä voidaan nähdä autismin tietoisuuden ja dokumentoinnin lisääntyminen sekä lievimpien oireiden diagnosointi henkilöiltä, joiden kognitiivinen taso on normaali. (Raaska & Vanhala 2020, 964–967.)

Autismi ilmenee erilaisina tapoina aistia ja kokea ympäröivää maailmaa sekä olla vuorovaikutuksessa ja kommunikoidessa muiden kanssa. Autismi on synnynnäinen tila, ja se kestää läpi ihmisen elämän. Se ilmenee yksilöllisesti, ja erilaisten reaktioiden aiheuttamat toimintarajoitteet ovat hyvin vaihtuvia ja yksilöllisiä. Tuen tarve vaihtelee myös usein iän, elämäntilanteen, tukitoimien ja läheisten vaikutuksesta. Autismi ei ole millään muotoa seurausta esimerkiksi vanhemmuudesta. (Autismiliitto 2022.) Autismin aste vaihtelee lievästi sosiaalisesti kömpelöistä henkilöistä, joilla voi olla erityisiä kiinnostuksen kohteita, aina henkilöihin, jotka ovat vaikeasti invalidisoituneet. (Ozonoff ym. 2019, 17.)

Autismikirjon ihmisillä on yhtenäisiä piirteitä keskenään. Tällaisia piirteitä ovat pääosin vaikeus toiminnanohjauksessa, korkeat stressitasot, aistien välittämän tiedon tulkinnassa on haasteita, sekä heillä on vaikeuksia sosiaalisessa kanssakäymisessä. Autistin on vaikea ymmärtää abstraktia ajattelua, sillä hän ymmärtää asiat konkreettisina, siksi autistin on vaikea ymmärtää sanatonta viestintää. Autismikirjoon liittyy myös positiivisia vahvuuksia, kuten taito havaita tarkkojakin yksityiskohtia. (Arvio ym. 2022, 115; Autismiliitto 2022.)

Autismikirjon häiriötä epäiltäessä oireet alkavat näkymään lapsen ollessa 1–2-vuotias, jolloin sosiaalisen vuorovaikutuksen ja kommunikaation ongelmat alkavat näkymään. Vaikeimmat autismikirjon häiriöt voivat näkyä jo jopa alle vuoden ikäisellä lapsella. (Raaska & Vanhala 2020, 964–967.) Autismikirjonhäiriöt ovat laaja-alaisia, varhain lapsuudessa alkavia kehityksen häiriöitä. Ne ilmenevät poikkeavuutena vuorovaikutuksessa, kommunikaatiossa ja kiinnostuksen kohteissa, sekä käyttäytymismalleissa. Autismikirjon häiriöitä ei voi parantaa, mutta niitä voi tukea eri tavoin. Kasvun ja kehityksen tukeminen on tärkeää ja oireiden hoitamiseen, sekä arjen helpottamiseen on olemassa tehokkaita keinoja, esimerkiksi kommunikaation tukemiseen tarkoitettut kuvakortit ja kuvitettu päiväjärjestys. Kuntoutus on aina yksilöllistä ja moniammatillista. Noin puolet autismikirjon häiriöistä ovat älyllisesti kehitysvammaisia. (Terveyskirjasto 2020)

### 3 SEKSUAALISUUS

#### 3.1 Mitä seksuaalisuus on?

Seksuaalisuus on keskeinen osa ihmisyyttä kaikissa elämänvaiheissa. Seksuaalisuuteen kuuluu seksuaalinen suuntautuminen, erotiikka, mielihyvä, intiimit suhteet, lisääntyminen, sukupuoli, sukupuoli-identiteetti sekä sukupuoliroolit. (THL, Seksuaalisuuden ja sukupuolen sanasto 2020.) Seksuaalisuus on meissä jokaisessa ihmisessä olevaa elinvoimaa. Sen turvin voi voimaannuttaa ja ravita niin itseään kuin suhdettaan. Tasapainoinen ja eheä seksuaalisuus näyttäytyy eheänä perusvireenä ja kykynä ottaa ja olla kontaktissa sekä oman itsensä, että muiden ihmisten kanssa. Hengettömyys, jäykkyys, aggressiivisuus, kylmyys, ahdistuneisuus, välinpitämättömyys ja pyrkimys hallita tai alistaa muita ihmisiä on epätasapainoista seksuaalisuutta. Seksuaalisuuden äärellä jokainen ihminen on paljaimmillaan ja kaikista haavoittuvimmillaan. Seksuaalisuudessa jokainen kohtaa oman itsensä ja toisensa syvimpien ja paljaimpien kysymysten äärellä. (Santalahti & Lehtonen 2016, 17–23.)

Seksuaalisuudella voi olla eri merkityksiä ihmiselle elämän eri vaikeissa. Ihmisen seksuaalisuuden ilmenemismuotoihin ja seksiin eli seksuaalisuuden toiminnallisiin ulottuvuuksiin vaikuttavat henkilön elämäntilanne, sosiaalinen tausta sekä psyykinen ja fyysinen tila. (Väisälä 2022.)

#### 3.2 Seksuaalioikeudet

Seksuaalioikeudet kattavat laajasti seksuaalisuuteen liittyviä elämänalueita, eikä niille ole olemassa yhtä ainoaa määritelmää. Kansainvälinen perhesuunnittelu- ja järjestöjen liitto IPPF (International Planned Parenthood Federation), Seksuaaliterveyden maailmanjärjestö WAS (World Association for Sexual Rights) ja Maailman terveysjärjestö WHO ovat esimerkiksi määritelleet seksuaalioikeudet. (Ilmonen, Korhonen, Lipsanen, Kaukoranta & Kotiranta 2019, 9.) Seksuaalioikeudet ovat perusoikeuksia, jotka taataan kansainvälisissä sopimuksissa. Seksuaalisuus on luonnollinen osa ihmisyyttä läpi elämän. Seksuaalisuuteen kuuluvat esi-

merkiksi seksuaalinen kehitys, biologinen sukupuoli, seksuaalinen suuntautuminen, sosiaalinen sukupuoli-identiteetti ja -rooli sekä suvun jatkaminen. Seksuaalisuutta voidaan kokea ja ilmaista monin eri tavoin muun muassa asenteissa, arvoissa, uskomuksissa sekä suhteessa itseen ja toisiin. Seksuaalioikeuksilla tarkoitetaan yksilöiden oikeuksia päättää tietoisesti ja itsenäisesti omaan seksuaalisuuteensa liittyvistä asioista. Seksuaalioikeuksien toteutuminen on keskeistä ihmisen hyvinvoinnille ja tasapainoiselle elämälle. Jokaisella on velvollisuus kunnioittaa muiden oikeuksia toteuttaessaan omia seksuaalioikeuksiaan. Valtioilla on myös vastuu siitä, että jokaisen oikeudet turvataan lainsäädännöllä ja että oikeuksien loukkauksiin puututaan. (Väestöliitto 2022c.)

Seksuaaliterveyden maailmanjärjestö WAS on julkaissut vuonna 2014 seksuaalioikeuksien julkaisun. WAS toteaa siinä, että seksuaalioikeudet perustuvat yleismaailmallisiin ihmisoikeuksiin, jotka tunnetaan muun muassa kansallisissa perustuslaeissa kaikkialla maailmassa. Julkaisussa on esitetty, että jokaisella ihmisellä on tasavertainen oikeus nauttia kaikista seksuaalioikeuksista, ilman minäänlaista erottelua ihonvärin, etnisestä taustasta, iän, sukupuolen, kielen, vammaisuuden, kansallisuuden, siviilisäädyn tai poliittisen mielipiteen johdosta. (World Association for Sexual Rights 2014.)

Suomen väestöliiton mukaan seksuaalioikeudet jaotellaan seitsemään kategoriaan, jotka ovat oikeus omaan seksuaalisuuteen, oikeus tietoon seksuaalisuudesta, oikeus suojella itseään ja tulla suojelluksi, oikeus seksuaaliterveyspalveluihin, oikeus tasa-arvoon ja syrjimättömyyteen, oikeus yksityisyyteen ja oikeus vaikuttaa (Kuvio 1). Nämä kategoriat kattavat hyvin laajasti seksuaalisuuden eri osa-alueet. Väestöliiton listaamat seksuaalioikeudet pohjautuvat WAS:n listaukseen. Väestöliiton seksuaalioikeuksien mukaan jokaisella ihmisellä tulisi olla oikeus keholliseen koskemattomuuteen ja ihmisiä tulisi suojella seksuaaliväkivaltaalta. Jokaisen ihmisen tulisi saada tietoa seksuaalisuudesta kehitystasonsa mukaisesti. Kaikille ihmisille tulisi mahdollistaa turvallinen ja tasapainoinen seksuaalielämä. (Ilmonen ym. 2019, 9.)



Kuvio 1. Seksuaalioikeudet. (Pedanet 2016.)

### 3.3 Seksuaalikasvatus

Seksuaalikasvatusta tarvitaan lapsen ja nuoren psykoseksuaalisen kehityksen tueksi. Seksuaalikasvatus on merkittävä keino seksuaalisen hyvinvoinnin edistämiseen ja seksuaalisen väkivallan ehkäisyyn. Oppimista tapahtuu sekä tietoisesti että tiedostamatta. Vanhempien osuus seksuaalikasvatuksesta on sitä suurempi, mitä pienemmästä lapsesta on kysymys. Huoltajat voidaankin nähdä lapsen ja nuoren läheisimpinä seksuaalikasvattajina. Nuorille merkittävänä tietolähteenä toimii myös ikätoverit. Varhaiskasvatuksen ja koulun seksuaalikasvatuksen tulee



olla lapsen oikeuksia ja moninaisuutta kunnioittavaa. (Halonen & Sassi 2020; THL, Seksuaalikasvatus ja seksuaaliväkivallan ehkäisy 2022a.)

Hyvinvoiva lapsi tietää asialliset sanat ja normit kehon intiimipaikoille ja lisääntymiselle. Hän tuntee tärkeimmät turvataidot, esimerkiksi hän osaa nimetä uimapu-kualueensa, johon toiset ihmiset eivät saa koskea ilman lupaa sekä osaa sanoa ei sopimattomalle kosketukselle. Hän osaa suojata yksityisyytään ja huomioida myös toisten yksityisyyden. Hän hakeutuu fyysiseen läheisyyteen ja hellittelyyn halutessaan ja osaa antaa sitä myös muille. Hyvinvoiva lapsi kykenee ilmaise-maan ihastuksen tunteitaan ja kielteisiä tunteitaan. Hän kokee iloa ja ylpeyttä omasta kehostaan, tunteistaan ja ajatuksistaan. Hän ei kohtaa seksuaalisen häi-rinnän ja väkivallan kokemuksia vaan kokee olevansa, ja onkin, turvassa. (Väes-töliitto 2022a.)

Jokainen lapsen tai nuoren kanssa työskentelevä aikuinen on seksuaalikasvat-taja. Siksi myös jokaisen aikuisen tulisi olla perillä omista seksuaalisista arvois-taan ja asenteistaan, sillä niitä välitetään myös tiedostamattaan eteenpäin. Sek-suaalikasvatuksen avulla opetetaan taitoja ja tietoja, joiden avulla jokainen kas-vaa omaksi yksilökseen. Opittujen ja omaksuttujen taitojen ja tietojen avulla ihmi-nen tekee parhaita mahdollisia valintoja oman seksuaalisuutensa toteuttami-sesta. Seksuaalikasvatus on jokaisen ihmisen seksuaalioikeus. Mikäli lapsi ei saa kokonaisvaltaista tutkittuun tietoon perustuvaa seksuaalikasvatusta, seksuaali-suuden mallit ja uskomukset opitaan jostakin muualta. (Väestöliitto 2022b.)

Kehitysvammaisille henkilöille annettava seksuaalikasvatus on parhaimmillaan-kin huomattavasti puutteellisempaa kuin ei-vammaisille tarjottu seksuaalikasva-tus. Tämä liittyy edelleen vahvasti siihen näkemykseen, että kehitysvammaiset ovat ikuisia lapsia, joilla ei ole seksuaalisia tarpeita ja jotka eivät kykene minkään-laiseen seksuaaliseen kanssakäymiseen. (Shah 2017.)

Seksuaalikasvatuksessa täytyy huomioida kehitysvammaisen kehitystaso ja yk-silöllisyys. Kehitysvammaista täytyy kuunnella herkällä korvalla, onko hän valmis kuulemaan esimerkiksi seksiin liittyvistä asioista, vai aiheuttaako se vain häm-

mennystä. Kehitysvammaisten seksuaalikasvatuksen tavoitteena on pyrkiä oikaisemaan väärinymmärryksiä ja tekemään kehitysvammaisten seksuaalielämästä turvallista. (Palonen-Munnukka 2011, 16–17.) Kehitysvammaisen ihminen tarvitsee samaa tietoa seksuaalisuudesta kuin kaikki muutkin, jotta he löytävät itselleen sopivia ja ympäristön hyväksymiä tapoja toteuttaa seksuaalisuuttaan. Tätä varten he tarvitsevat etenkin ohjausta, opastusta ja tukea. Seksuaalikasvatuksen avulla pystytään vastaamaan tähän tuen tarpeeseen. Kehitysvammaiset tarvitsevat yhtä lailla tietoa fysiologisista ja psyykkisistä muutoksista, hyväksyttävästä seksuaalikäyttäytymisestä, sairauksista, ehkäisystä ja hygieniasta. Kehitysvammaisella ihmisellä on usein vähän ihmissuhteita, joten hänen kanssaan on tärkeä harjoitella, miten saadaan tai ei saada yhteyttä muihin ihmisiin. Kehitysvammaisille suunnatussa seksuaalikasvatuksessa ja -ohjauksessa on myöskin tärkeää huomioida yksilöllisyys. Kehitysvammaiselle seksuaalikasvatusta annettaessa tulee vinkkien olla konkreettisia, selkeää ja hänen vastaanottokyvyllään sopivaa. Seksuaalikasvatuksen ja ohjauksen keinot ja käytettävät välineet on räätälöitävä juuri tämän ihmisen tarpeisiin. Yksilöllisyys on haaste työntekijöille. Ohjaus ja opetus vaatii lukemattomia toistoja, kehitysvammaisen kehitystason ja opetustahdin hyväksymistä ja oikeiden kanavien etsimistä. (Luoma-aho & Lekola 2011, 110; Kehitysvammaisten tukiliitto ry 2017)

### 3.4 Kehitysvammaisen seksuaalisuus

Kehitysvammaisten ihmisten seksuaalisuutta tulisi lähestyä moniulotteisesti. Yleisesti tulisi opettaa ja ohjata perhettä, ohjaajia ja hoitajia olemaan vähentämättä ihmisten seksuaalisuutta ja auttaa heitä tarvittaessa käsittelemään seksuaalisen kehityksen ja seksuaalisuuden prosessia. Kehitysvammaisilla henkilöillä seksuaalisuuden ilmeneminen on ilmeistä ja sitä tulisi käsitellä heidän kanssaan laadukkaasti seksuaalikasvatuksen avulla kertomalla seksuaalisuudesta, kehon anatomiaa ja sen toiminnasta, seksuaalisesta hyväksikäytöstä, ehkäisyvälineiden käytöstä ja sentimentaalisista suhteista. (Medina-Rico M., López-Ramos H. & Quiñonez A. 2018)

Autismikirjon häiriöihin (Autism Spectrum Disorder, ASD) liittyvää seksuaalisuutta koskevaa kirjallisuutta on rajoitetusti koskien sopimatonta seksuaalista

käyttäytymistä ja sen suhdetta ikään, sanallisiin kykyihin, oireiden vakavuuteen, älyllisiin kykyihin tai mukautuvaan toimintaan. Vuonna 2016 Fernandes, Gillberg, Cederlund, Hagberg ja Billstedt tutkivat 184 nuorta ja nuorta aikuista, joilla oli lapsuudessa diagnosoitu vaikea autismikirjonhäiriö. Fernadesin ym. (2016) tutkimuksessa havaittiin useimmilla yksilöillä olevan mielenkiintoa seksuaalisuutta kohtaan ja lähestulkoon kolmanneksella tutkimukseen osallistuneelta kuvattiin olevan ei niin ilmeinen seksuaalinen mielenkiinto. Fernandesin ym. (2016) Tutkimuksessa havaittiin autismikirjonhäiriön omaavilla murrosikäisillä sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ja kommunikaatiossa olevan puutteita ikätovereihin verrattuna mutta suurin osa heistä kokee samat seksuaalisuuden fyysiset ja psykososiaaliset kehityksen vaiheet kuin muutkin ikäisensä. Koska autismikirjonhäiriöisillä on puutteita kyvyissä, joita tarvitaan sosiaalistensuhteiden ylläpitämiseen ja kehittämiseen, heillä on yleensä vähemmän ystäviä, romanttisia kumppaneita sekä seksuaalisia kokemuksia kuin tyypillisesti kehittyvillä ikätovereillaan. Tämä voi johtaa siihen, ettei heille tarjota mahdollisuuksia kehittää seksuaalisuuttaan, mikä taas voi osaltaan vaikuttaa myöhemmin hyvinvointiin aikuisiässä. (Fernandes ym. 2016.)

Vaikeasti kehitysvammaisen henkilön seksuaalinen kehitys on usein viivästyntä. Perustarpeiden tyydytys, esimerkiksi hyvä perushoito ja toistuvat rutiinit luovat turvaa. Lisäksi sopivasti virikkeellinen ympäristö estää turhautumisen ja häiriökäyttäytymisen. Vaikeasti kehitysvammaisen ihmisen seksuaalisuus voi olla hyvinkin impulsiivista. Vaikeasti kehitysvammaisella ihmisellä ei ole kykyä ennakoita syysseuraus suhdetta, esimerkiksi seksuaalisen käyttäytymisen seuraamuksia, eikä myöskään kykyä ymmärtää sosiaalisten sääntöjen ja soveliaisuuden vaatimuksia. Kaikki ihmiset kykenevät kokemaan mielihyvää, myöskin kehitysvammaiset. Monet heistä nauttivat ihan samalla lailla hellyydestä ja kosketuksesta, joten esimerkiksi perushoitoon liittyvään kylvetykseen, rasvauksiin ja hierontaan kannattaa varata aikaa. (Kehitysvammaisten tukiliitto ry 2017.)

Autismikirjon häiriön potilailla on havaittu olevan käyttäytymisongelmana julkinen tai liiallinen itsetyydytys, mikä nähdään haitallisena tai sopimattomana käytöksenä. Seksuaaliset käyttäytymisongelmat nähdään johtuvan sosiaalisen tie-

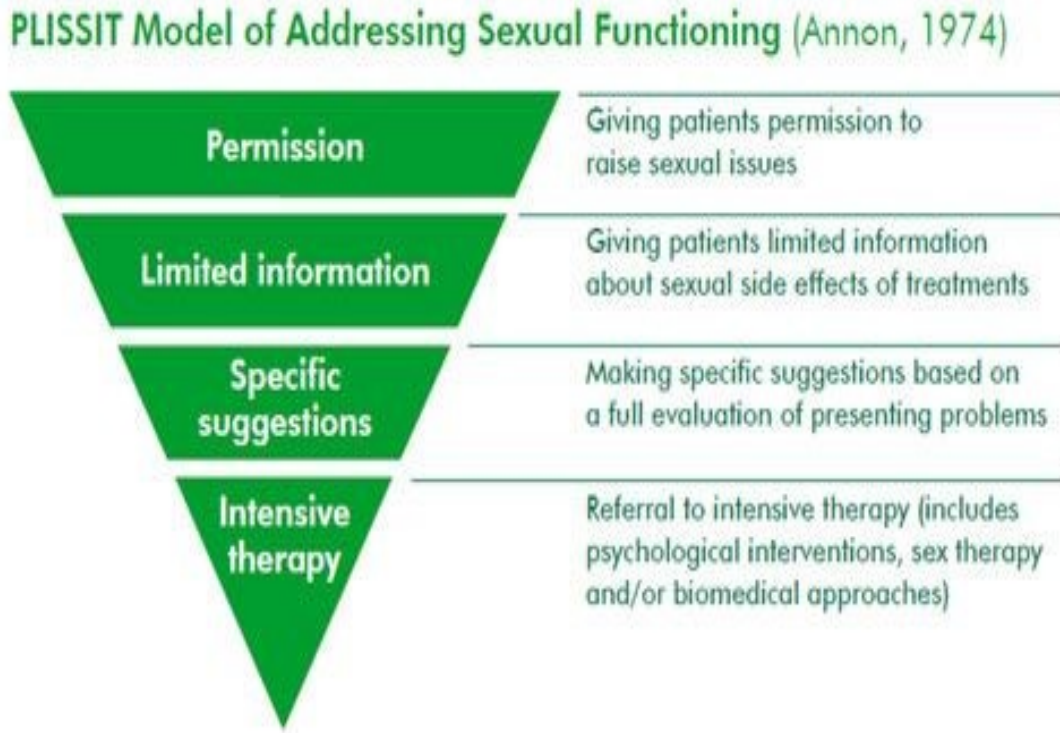
toisuuden ja taitojen puutteesta. (Fernandes ym.2016.) Seksuaalinen tyytymättömyys voi aiheuttaa turhautumista. Tämä voi ilmetä aggressiivisuutena ja jopa itsensä vahingoittamisena. Ongelmakäyttäytymisen syitä voi olla vaikea tulkita, sillä useimmiten vaikeasti kehitysvammaisen ei kykene kielellisesti ilmaisemaan itseään ja tällöin käyttäytymisen tulkinta jää hoitavan henkilön varaan. Joskus myös hoitavan henkilön voi olla vaikea hyväksyä seksuaalisia reaktioita. Esimerkiksi vanhemman voi olla vaikea kestää aikuisen poikansa erektiota pesutilanteessa. Alapesu voi olla kuitenkin ainoa tilanne, jossa hoidettava henkilö saa mielihyvää sukupuolielinten alueelta. Vaikeasti kehitysvammaista henkilöä ohjataan konkreettisilla toimilla. Esimerkiksi itsetyydytystilanteessa opastetaan omaan huoneeseen tai vessaan. Jos käyttäytymistä pitää muuttaa, voidaan käyttää käyttäytymisterapeuttisia tekniikoita kuten toivotun toiminnan palkitseminen ja ei-toivotun huomiotta jättäminen. (Kehitysvammaisten tukiliitto ry 2017.)

### 3.5 Seksuaalisuuden ja seksuaalisen identiteetin häiriöt kehitysvammaisella henkilöllä

Kehitysvamma voi aiheuttaa viiveitä murrosiässä tapahtuvassa kehityksessä biologisella, sosiaalisella, kognitiivisella ja emotionaalisisella tasolla. Vuorovaikutustaitojen puutteellisuuden vuoksi tai erilaisuuden takia seksuaalisuuden toteaminen voi olla vaikeaa: miten oppia tulkitsemaan toisen viestejä ja kuinka saada omat viestit perille. Autismikirjon häiriössä voi esiintyä tunne-elämän yliherkkyyttä, joka voi muuttaa mieltymyksiä. Asiakas saattaa vältellä positiivisten tunteiden välitöntä tiedostamista, koska haluaa suojella omaa sisintään yhteydeltä toisiin ihmisiin. Tämä voi johtaa aggressiiviseen käyttäytymiseen. Aistipoikkeavuudet voivat vaikuttaa henkilön kosketusherkkyyteen, esimerkiksi vaatteiden kokolaput voivat tuntua hänen ihollaan erittäin ikäviltä tai hän ei siedä toisen ihmisen kosketusta. (Arvio ym. 2022, 182–183.)

Kehitysvammaisen tyypillinen ongelma ryhmäympäristössä on estoton ja liiallinen itsetyydytys. Tämä saattaa liittyä elämän sisällöttömyyteen, fyysiseen kipuun tai positiivisten tunnekokemusten puutteeseen. Seksuaalisten impulssien hallitsemattomuus ja yllätyksellisyys voivat olla henkilökunnalle suuri haaste. Annon

on kehiteltyt vuonna 1976 PLISSIT-mallin (Kuvio 2.) Mallin avulla voidaan käsitellä seksuaalikysymyksiä. (Arvio ym. 2022, 183.)



Kuvio 2. PLISSIT- malli. (Psychiatryadvisor 2017.)



Seksuaalinen kehitys tapahtuu kolmen eri kerroksen portaittaisena tapahtumasarjana: järjen (kognition), tunteen (emootion) ja biologian (fyysisen) kerroksilla. Järjen kerroksella tapahtuu tietoinen prosessointi, joka pitää sisällään muun muassa asenteiden muokkautumisen, uskomukset, päätöksentekokyvyn sekä oppimisen. Lapsen suhtautumista seksuaalisuuteen leimaa aluksi leikillinen uteliaisuus, hormonaalisen kypsymisen myötä varhaisuoruuden hämmennys, joka pitää sisällään paljon itsetutkiskelua. Todellisiin tekoihin siirrytään varhaisaikuisuudessa, jolloin halu ja uskallus lisääntyvät. Tunteet kerroksessa ihastumisen ja rakastumisen tunteet auttavat suuntautumaan ikätovereihin ja itsenäistymään. Rakastuessa rakennetaan pilvilinnoja ja unelmien romahtaessa harjoitellaan pettymyksien sietämistä. Tunnekuohut lisäävät ihmisen itsearvostusta vahvistaen häntä. Biologisessa kerroksessa lapsesta muututaan murrosiän kautta aikuiseksi. Samalla nuori tutustuu oman kehonsa muutoksiin ja niiden myötä pyritään parinvalintaan ja lisääntymiseen. Kaikki kerrokset ovat tärkeitä ja yksilöllisiä ja niitä tarvitaan tasapainoiseksi ihmiseksi kasvamisessa. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2010, 17–18.)

Nuoren lähestyessä teini-ikää vanhemmille voi tulla mieleen, miten seksistä ja seksuaalisuudesta pitäisi lapselle puhua. Nuoren seksuaalinen kehitys alkaa jo lapsuudessa ja etenee asteittain ja portaittain. Usein seksuaaliterveyttä tai seksiä mietittäessä ensimmäiseksi mieleen tulevat ikävät asiat, kuten riskit, esimerkiksi taudit, abortti, erektiohäiriöt ja porno. Aiemmin seksuaalikasvatusta on annettu edellä kuvatulla tavalla, keskittyen negatiivisiin asioihin. Tämä antaa kuitenkin yksipuolisen kuvan seksuaaliterveydestä. Lapsen seksuaalisuus on täynnä viattomuutta ja kokemattomuutta. Lapsen kasvaessa myös hänen seksuaalisuutensa kehittyy. Vanhempi on avainasemassa siinä, millaiseksi lapsi tulevaisuudessa oman seksuaalisuutensa kokee. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela 2019, 24–25.)

Seksuaalisuuden portaita on kaiken kaikkiaan 11 porrasta. Ensimmäistä porrasta kutsutaan nimellä ”Olen ihana”- porras, ja se koskee alle vuoden–4-vuoden ikäisiä lapsia. Pieni lapsi tutustuu omaan kehoonsa, nauttii alastomuudesta ja etsii kehon eri paikoille nimiä. Pieni lapsi haluaa saada huomiota ja hoivaa. Lapsen itseluottamukseen vaikuttavat kiintymyssuhteen laatu, hoiva ja hellyys. Vanhem-

pana voit osoittaa rakastavasi lasta, sillä rakkaus on lapsen kehitykselle välttämätöntä. Lapsen kehonkuva vahvistuu kosketuksen ja vuorovaikutuksen avulla, joten lasta kannattaa sylitellä, silittelä ja helliä. Hellällä kosketuksella voidaan vahvistaa lapsen myönteistä kehonkuvaa. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela 2019, 32–33.)

3–8 vuoden iässä lapsi näyttää avoimesti tykkäämisensä ja pohtii kaveruuden ja ihastuksen eroavaisuuksia. Siitä toinen porras onkin saanut nimensä ”Tykkäyskaveri”. Lasta kiinnostaa sukupuolien eroavaisuudet, mutta tykkäyskaverin sukupuolella ei ole lapselle mitään väliä. Tässä iässä rajojen opettelu on tärkeää. Lapselle on tärkeää opettaa rajoja. Lapsi oppii oivaltamaan itsekin, ettei toisen halailu ja pussailu olekaan välttämättä mukavaa toisesta osapuolesta. Vanhemman on tärkeää opettaa lapselle, että tykkäämistä ja ihastumista voi osoittaa monin eri tavoin. Lapsen kanssa on hyvä käydä läpi myös omien ja toisten rajojen kunnioittamista. Tämä tarkoittaa sitä, että jokainen saa päättää itse omasta kehostaan, sen katsomisesta ja koskettamisesta. Jos joku kieltää koskettamasta kehoa, tulee tätä kehotusta totella. Lapsen kanssa on hyvä opetella sanomaan ei. Mikäli vanhempi käyttää jostain kehonosista lempinimiä, vanhemman olisi hyvä opettaa lapselle myös näiden lempinimien oikeat nimet, jotta lapsi osaa tarvittaessa kertoa ymmärrettävästi mistä kehonosista puhutaan. Lapsen kanssa olisi hyvä keskustella, ettei tykkääminen ja ihastuminen ole aina molemminpuolisista. Joskus voi käydä niin, ettei ihastuksen kohde tunnekaan samoin. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela 2019, 40–41.)

Kolmatta porrasta kutsutaan nimellä ”Vanhempien ihailu”, joka koskee keskimäärin 3–9-vuotiaita lapsia. Tällöin lapsi alkaa havaitsemaan ympärillään rakastavia aikuisia sekä eri sukupuolta olevia ihmisiä. Lapsi voi kuvitella menevänsä naimisiin joko äitinsä tai isänsä kanssa, ajatus ventovieraan ihmisen kanssa naimisiin menosta voi tuntua lapsesta vieraalta. Tässä vaiheessa lapselle on hyvä opettaa, ettei toista ihmistä voi hallita ja omistaa. Tässä iässä lapsi oppii sukupuolten välisen eron. Lapsi oppii myös kielteisiä tunteita ja sen että niistä voi selviytyä. Vanhempana voi osoittaa mahdolliselle omalle kumppanillesi hellyyttä, tai vaihtoehtoisesti aikuisena voit kertoa lapselle, että monien aikuisten välillä on erityinen rakkaussuhde. Lasta on hyvä kiittää hänen rakkaudentunnustuksestaan ja



kertoa kuinka rohkea lapsi on puhuessaan tunteistaan. Lapselle on hyvä kertoa, että hänestä tulee hyvä puoliso isompana jollekin ketä rakastaa, jollekin oman perheen ulkopuoliselle henkilölle. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela 2019, 52–54.) Leikki-ikäinen lapsi on utelias, hän tutkii omaa kehoaan innokkaasti, saattaa jopa työntää sormensa tai herneen nenään. Lapsi ei vielä ymmärrä, miksei aina ole soveliasta näyttäytyä alasti tai kosketella toisen kehoa. Vanhempien tehtävänä on opastaa lapselle käytössääntöjä lapsentasoisesti. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela 2019, 56–58.)

Neljättä porrasta kutsutaan ”Idoli ihastuttaa” -vaiheeksi, ja se koskee 6–12-vuotiaita. Tässä vaiheessa lapselle on selvinnyt, ettei hän voi mennä naimisiin oman vanhempansa kanssa, joten lapsi valitsee ihailun kohteen lähimpiirinsä ulkopuolelta. Lapsella on edelleen tarve saada rakastaa jotakuta. Lapsen elinpiirin laajentuessa, lapsi etsii rakkauden kohdetta toisaalta. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela 2019, 74–75.) Idoli ihastuttaa -portaalla lapsi on helposti hyväksikäytettävissä. Vanhempien onkin hyvä tässä vaiheessa vartioida, ettei lapsi joudu vaarallisiin tilanteisiin ymmärtämättömyyttään. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela 2019, 80.)

Viidettä porrasta kutsutaan nimellä ”Tuttu mutta salattu”-porras koskee tavallsemmin 8–13-vuotiaita. Aikuisiin kohdistuneet rakkauden kohteet alkavat tuntumaan epätodellisilta ja lapsi pyrkii kohdistamaan ihastumisen tunteensa ikätovereihinsa ja tuttuihin ihmisiin, sellaisiin, jotka olisivat tavoiteltavissa. Mikäli murrosikä on ajankohtainen vanhemman tulisi huolehtia, että nuori saa tietoa murrosiän tuomista muutoksista kuten rintojen kasvusta, siemensyöksystä ja karvoituksesta. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela 2019, 98–99.)

9–14-vuotiaat siirtyvät usein kuudennelle portaalle, jota kutsutaan nimellä ”Tuttu ja kavereille kerrottu”. Tällä portaalla lapsi tai nuori uskaltaa puhua tunteistaan läheisimmille ystävilleen ja perheelleen, joihin hän luottaa. Edellisellä portaalla ihastuksen kohde on voinut olla ystävän kanssa yhteinen, nyt nuoren ihastuksen kohde on henkilökohtainen unelma. Tässä vaiheessa ystävien sana painaa pal-

jon ja nuori haluaa kuulla heidän mielipiteitään siitä, onko mahdollinen kumppaniehdokas hänen rakkautensa arvoinen. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela 2019, 113.)

Seitsemättä porrasta kutsutaan nimellä ”Tykkään sinusta” -porras, joka koskee noin 10–15-vuotiaita. Tällä portaalla lapsi tai nuori uskaltaa kertoa ihastuksen kohteelleen tunteistaan. Vanhemman on hyvä keskustella nuoren kanssa jo etukäteen siitä, miten pettymyksestä voi selvitä, mikäli ei saa tunteilleen vastakäikua. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela 2019, 126–127.) Lapsi tai nuori saattaa saada tällä portaalla myös itse ihastusviestejä. Vanhemman kannattaa keskustella lapsen tai nuoren kanssa siitä miltä tuntuu itse saada ihastusviestejä ja kuinka niihin voi reagoida, sillä ihastuksen kohteena olo voi hämmentää lasta tai nuorta. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela 2019, 136.)

Kahdeksas porras kulkee nimellä ”Käsi kädessä”, ja se koskee usein 12–16-vuotiaita. Jos nuori on saanut edellisellä portaalla ihastuksenkohteeltaan myöntävän vastauksen, he voivat aloittaa seurustelun. Tässä vaiheessa seurustelu voi tapahtua vielä ilman kosketuksiakin. Nuoret voivat viettää yhdessä aikaa mutta mitään sen enempää ei tapahdu. Nuoren kosketuksen kaipuu on suuri tässä kehitysvaiheessa. Kosketukselle valitaan mahdollisimman turvallinen kohta, kuten käsi. Tällä portaalla nuori kestää ihastuksen lähellä olon ja kaipaa hänen kosketustaan, mutta vain pienesti. Kenenkään kehitysvaihe ei ole ikään sidonnainen. Tästä johtuen tyttö- tai poikaystävänsä seksuaalisuuden portaat voivat olla hyvinkin eri vaiheessa kuin itsellä. Nuorelle on hyvä opettaa, ettei ketään saa painostaa mihinkään sellaiseen mitä hän ei halua ja sama pätee myös, ettei kukaan saa painostaa nuorta itseään mihinkään sellaiseen mihin hän ei ole suostuvainen. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela 2019, 145–149.)

13–18-vuotiaita koskee usein yhdeksäs porras, joka tunnetaan nimellä ”Suudellen”. Muiden tunteiden rinnalla tällä portaalla nuori kykenee kokemaan jo seksuaalista kiihottumista muiden tunteiden rinnalla. Tällä portaalla omien rajojen tunnistaminen on erittäin tärkeää, nuoren tulee pystyä myös kieltäytymään rajojen ylittämisestä. Tällä portaalla nuoret eivät ole vielä kypsiä, ja koskettaminen tapahtuu vielä vaatteet päällä halailien, suudellen ja kädestä pitäen. Vanhemman

on hyvä opettaa nuorelle millaiset hellyydenosoitukset ovat julkisesti sopivia, kiihkeät suudelmat on hyvä jättää kahden keskeiseen aikaan. Lapselle on myös hyvä opettaa, että tälläkin portaalla kaikkien tekojen on aina perustuttava vapaaehtoisuuteen, eikä ketään saa pakottaa hellyyden osoitukseen vasten hänen tahtoaan. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela 2019, 164–165.)

Kymmenes porras kantaa nimeä ”Mikä tuntuu hyvältä?”-porras, joka koskee noin 15–20-vuotiaita. Tällä portaalla nuori on valmis läheisempään kosketukseen toisen ihmisen kanssa. Nuori opettelee vastaanottamaan ja antamaan mielihyvää toiselle hyväillen häntä vaatteiden päältä ja alta. Tätä kutsutaan nimellä petting eli hyväilyseksi. Vanhemman on hyvä opettaa nuorelle, että nuoren on hyvä edetä omaan tahtiin ja seksin tulee olla vapaaehtoista ja kivaa. Nuoren kanssa on hyvä käydä läpi, kuinka sydänsuruista voi selvitä, sillä rakkaussuhde voi alkaa ja päättyä. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela 2019, 189–191.)

Viimeinen eli yhdestoista porras tunnetaan nimellä ”Rakastella”- porras, joka koskee usein 16–25-vuotiaita. Tällä portaalla nuorelle on kehittynyt kokemuksia kehon reaktioista ja itsensä hallinnasta. Olisi suotavaa, että tällä portaalla nuorella olisi tarvittava määrä tietoa seksiriskeistä sekä taitoja suojata itsensä ja kumppaninsa.

Nuorelle kannattaa puhua ehkäisyn käytöstä ja sukupuolitautilien ehkäisystä ja varmistaa, että nuorella on saatavilla ehkäisyvälineitä. Tulee muistaa kunnioittaa nuoren yksityisyyttä ja olla utelematta liikaa. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela 2019, 217–218.)

## 5 TUNNE JA TURVATAITOKASVATUS

Turvataitokasvatuksen tarkoituksena on lisätä nuoren tietoutta seksuaalioikeuksista, vahvistaa nuoren omia voimavaroja sekä tukea tunnetaitojen kehittymistä. Näiden lisäksi tarkoituksena on vahvistaa nuoren itseluottamusta sekä tunne- ja vuorovaikutustaitoja. Turvataitokasvatuksen avulla pyritään vahvistamaan nuoren keinoa suojautua häirinnältä ja seksuaaliselta kaltoinkohtelulta. Nuorelle opetetaan kuinka omia rajoja voi puolustaa ja rohkaistaan nuorta kertomaan turvallille aikuisille vaikeistakin asioista. (Aaltonen 2012,11; THL, Turvataitokasvatus 2022b.)

Turvallisuus on yksi ihmisen perustarpeista, johon jokaisella ihmisellä on oikeus ja johon jokainen alitajuisesti pyrkii. Tunne- ja turvataitojen avulla lapset ja nuoret oppivat taitoja, joiden avulla osaavat suojella itseään ja turvautua tarvittaessa luotettavien aikuisten apuun (Kuvio 3). Turvataitojen avulla lapset ja nuoret voivat välttyä kiusaamisen, häirinnän, hyväksikäytön tai väkivallan uhreiksi joutumista. Turvataidot tarkoittavat käytännössä taitoja, joilla voidaan puolustaa itseä ja omia rajoja sekä toisten rajojen huomioimista. (Lajunen, Andell & Ylenius-Lehtonen 2015, 11–13.)

# TURVATAIDOT JA LAPSEN KEHO

## TIETO, TAITO JA ASENNE



**NIMET  
IHMISKEHON  
ERI OSILLE**

**MITÄ LAPSEN TULEE TIETÄÄ**

Kerro lapselle ihmiskehon kaikista eri osista.

Opetä lapselle sanat, joilla kehon eri osia kutsutaan.

Tutustu lapsen kanssa ihmiskehoon eri tavoin: katsokaa kuvia, piirtäkää ja leikkikää.

**MITÄ LAPSEN TULEE OSATA**

Lapsi tietää, että kaikista kehon osista saa puhua aikuisten ja muiden lasten kanssa.

Lapsi osaa puhua omasta kehostaan.

Lapsi osaa käyttää sopivia ja hyväksytyjä nimiä kehon osista.

**MITEN LAPSI SUHTAUTUU KEHOONSAA**

Ihmiskehon kaikki osat ovat yhtä hyviä.

On tärkeää arvostaa ja hoitaa omaa kehoa.

Kaikenlaiset kehot ovat yhtä hyviä.

On hyvä, että on monenlaisia kehoja.



**UIMAPUKU-  
SÄÄNTÖ**

**MITÄ LAPSEN TULEE TIETÄÄ**

Kerro lapselle, että uimapuvun alla olevat kehon osat ovat lapsen omia alueita.

Lapsi saa määrätä niistä itse.

Kukaan ei saa koskea uimapuvun alla olevia paikkoja, katsoa niitä tai puhua niistä ilman lapsen lupaa.

Tutustu lapsen kanssa uimapuku-sääntöön eri tavoin: katsokaa kuvia, piirtäkää ja leikkikää.

**MITÄ LAPSEN TULEE OSATA**

Lapsi erottaa kehon yksityiset alueet, joita ei tarvitse näyttää kenellekään, jos ei halua.

Lapsi tietää, että toinen voi katsoa tai tutkia toisen uimapuvun alla olevia paikkoja vain, jos se on molempien mielestä sallittua ja mukavaa.

Lapsi tuntee uimapukusääntönsä ja osaa sanoa ei, jos joku rikko sääntöä.

**MITEN LAPSI SUHTAUTUU KEHOONSAA**

Kehossa on erityisiä, yksityisiä ja arvokkaita paikkoja.

Niitä pitää ja saa suojata.

Niitä ei näytetä kaikille, vaikka ne ovat hyviä ja arvokkaita.



**KOSKETUKSEN  
SÄÄNTÖ**

**MITÄ LAPSEN TULEE TIETÄÄ**

Kerro lapselle, millä eri tavoilla toista voi koskettaa.

Toista ihmisestä saa koskettaa vain, jos se tuntuu toisen mielestä mukavalta ja sallitulta.

Kosketus ei saa tuntua pahalta kehossa, eikä siitä saa tulla paha mieli.

Jokainen tietää itse parhaiten, millä kosketus tuntuu ja haluaako sitä.

Hyvä kosketus ei ole salaisuus.

Hyvästä kosketuksesta tulee turvallinen ja hyvä olo.

Huono kosketus sattuu, peiottaa tai suututtaa.

**MITÄ LAPSEN TULEE OSATA**

Lapsi osaa kysyä luvan, ennen kuin koskettaa toista, esimerkiksi suukottaa tai koskee yksityisiä paikkoja.

Lapsi osaa tunnistaa, että on erilaisia kosketuksia, jotka tuntuvat eri tavoin.

Lapsi osaa tunnistaa oman tunteensa.

Lapsi osaa sanoa ei, jos ei halua kosketusta.

Lapsi uskoo, jos toinen lapsi sanoo ei kosketukselle.

**MITEN LAPSI SUHTAUTUU KEHOONSAA**

Lapsella on valta päättää siitä, kuka koskettaa hänen kehoaan.

Toisen ihmisen kehoa pitää aina kunnioittaa.

Kaikkialla on oikeus määrätä omasta kehostaan, ja sitä pitää aina kunnioittaa.

Kukaan ei saa puhua rumalla tavalla kenenkään kehosta, sillä se voi satuttaa ja tuntuu toisesta pahalta.



**KOLMEN  
KOH DAN  
SÄÄNTÖ**

**MITÄ LAPSEN TULEE TIETÄÄ**

Opetä lapselle kolmen kohdan sääntö.

Jos jokin tilanne tai kosketus tuntuu pahalta:

1. Sano EI.
2. Lähdä pois.
3. Kerro tutulle ja turvallisuudelle aikuiselle.

**MITÄ LAPSEN TULEE OSATA**

Lapsi osaa toimia oikealla tavalla, jos tilanne on pelottava tai tuntuu pahalta.

Lapsi osaa tunnistaa pahalta tuntuvan kosketuksen ja lähetyksen ja kieltäytyä siitä, jos se tuntuu pahalta.

Lapsi osaa hakea apua.

**MITEN LAPSI SUHTAUTUU KEHOONSAA**

Lapsi saa puolustaa itseään.

Aikuiset auttavat lasta noudattamaan kolmen kohdan sääntöä.

Lapsi voi ja saa hakea aikuisilta apua.

Turvallisille aikuisille kannattaa kertoa, jos kosketus on tuntunut pahalta.

[vaestoliitto.fi/lapsijaseksuaalisuus](http://vaestoliitto.fi/lapsijaseksuaalisuus)






Kuvio 3. Turvataidot ja lapsen keho. (Vaestöliitto 2022d.)

Lapset oppivat vertaisryhmissä ja tutun aikuisen kanssa yhdessä pohtien ja harjoitellen tunne- ja turvataitoja. Tunne- ja turvataitokasvatus on lasten omien voimavarojen ja selviytymiskeinojen laaja-alaista vahvistamista. Tunne- ja turvataitokasvatuksella edistetään lasten itsearvostusta ja itseluottamusta, tunne- ja vuorovaikutustaitoja sekä hyviä kaverisuhteita. Lapsiin kohdistuvaa väkivaltaa ja kaltoinkohtelua ehkäistään vahvistamalla lasten omia taitoja puolustaa itseään ja

pitää huolta rajoistaan kiusaamisen, väkivallan, houkuttelun ja ahdistelun tilanteissa. Vastuu lasten turvallisuudesta on kuitenkin aina aikuisilla, siksi lapsia ohjataan kääntymään huolissaan turvallisten aikuisten puoleen. (Väestöliitto 2022d)

Tunnetaidot auttavat vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa. Tunnetaidot auttavat ihmisiä ymmärtämään toisiaan, ymmärtämään toisten ihmisten tunteita, kokemaan empatiaa ja niiden avulla pystyy kertomaan toiselle ihmiselle mitä tarvitsee ja haluaa. Nuoret tarvitsevat empatian lisäksi myös konkreettista tunteisiin liittyvää ohjausta ja tietoa ja taitoa oppiakseen sietämään myös vaikeita tunteita. Mitä paremmin nuori oppii kuvailemaan ja tunnistamaan tunteitaan, sitä paremmin hän osaa kertoa tarpeistaan ja kykenee löytämään yhteyksiä järjen ja tunteiden välille. (Mieli mielenterveys ry, 2021.)

## 6 NUORUUS JA MURROSikä

### 6.1 Nuoruus ja sen tuomat muutokset

Psykoanalyttisen teorian mukaan nuoruus on tärkeä kehitysvaihe, ei lapsuuden tai aikuisuuden osa. Nuoruusikä kuvaa nuoren ikäkauteen liittyviä psykologisia tapahtumia ja psyykkistä kehitystä, kun taas puberteetti kuvaa nuoren fyysistä kypsymistä. Nuoruusikä on kestoaltaan kaksi kolme kertaa pidempi kuin puberteetti. Nuoruusikä sijoittuu puberteetin alusta keskushermoston kypsymiseen sijoittuen ikävuosiin 12–24. (Aalberg 2016.) Nuoruuden aikana irtaannutaan lapsuudesta, vanhemmista, tullaan itsenäisimmiksi sekä valmistaudutaan aikuisuuteen. Biologiset muutokset tytöillä esimerkiksi rintojen kasvu ja pojilla kivesten suurentuminen, aloittavat nuoruuden. Muita biologisia muutoksia ovat muun muassa ihon ja hiusten rasvoittuminen, akne, hien haju ja tytöillä kuukautisten alkaminen. Sukupuolihormonien tasot nousevat ylöspäin. (Hermanson 2010, 29–38.)

Nuoruusikä on aivojen kehityksen kannalta merkittävin aivojen varhaiskehityksen jälkeinen tapahtuma. Nuoren hämmentävä, tempoileva käytös johtuu nuoren aivoissa pyörivästä myllerryksestä. Nuoren aivot muuttuvat merkittävästi rakenteellisesti ja toiminnallisesti, erityisesti limbisillä ja kortikaalisella alueella. Kun nuorella alkaa puberteetti, niin aivojen hippokampus ja manteliumake kasvavat. Harmaan aineen kokonaistilavuus lisääntyy koko puberteetin ajan ja alkaa hiljalleen vähentyä sen jälkeen. (Hermanson & Sajaniemi, 2018.)

Nuorelle on usein vaikeaa asettua toisen asemaan. Kyse on kuitenkin vain tilapäisestä häiriöstä. Etuotsalohkon sisäpinnan alueet aktivoituvat voimakkaasti nuorilla, kun he yrittävät ymmärtää toisen ihmisen näkökulmaa. He kuitenkin suoriutuvat tästä toisia ihmisiä merkittävästi heikommin. Niin kauan, kun nuoren aivojen kehitys on kesken, tarvitsee hän paljon enemmän ymmärrystä, tukea ja ohjausta sekä välittämistä, vaikka tätä nuoren käyttäytymisestä voikin olla haastavaa lukea. Nuoruus on ajanjakso, jossa kehitys voi ohjelmoitua uudelleen, joko toivottuun tai vähemmän toivottuun suuntaan. Aivoissa nuoruusiän aikana vahvistuvat ne hermosolujen väliset yhteydet, mitä käytetään. (Hermanson & Sajaniemi, 2018.)

## 6.2 Nuoruus ja seksuaalisuus

Nuoren lähestyessä teini-ikää vanhemmille voi tulla mieleen, miten seksistä ja seksuaalisuudesta pitäisi lapselle puhua. Nuoren seksuaalinen kehitys alkaa jo lapsuudessa ja se etenee asteittain ja portaittain. Lapsen seksuaalisuus on täynnä viattomuutta ja kokemattomuutta. Lapsen kasvaessa myös hänen seksuaalisuutensa kehittyy. Vanhempi on avainasemassa siinä, millaiseksi lapsi tulevaisuudessa oman seksuaalisuutensa kokee. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela 2019, 24–25.)

Kun päästään nuoruusikään, itsetyydytys on monelle nuorelle edelleen hämmäntävä, joskus jopa pelottavakin ilmiö. Kehitysvammaisille nuorille parisuhteiden muodostaminen on usein haasteellisempaa kuin vammattomille, niinpä halujen tyydyttämiseen itsetyydytys on jopa suositeltava vaihtoehto. Tavallisin nuoria mietityttävä asia on, voiko tiheästä masturboinnista olla jotain haittaa. Kehitysvammaiselle nuorelle on hyvä opettaa kuinka itsetyydytyksen voi tehdä turvallisesti itseään satuttamatta. Kehitysvammaisen henkilön hoitajan tai ohjaajan onkin hyvä opettaa oikeanlaisia menetelmiä itsetyydytykseen, jottei sillä saada vahinkoa aikaan. Tällaisia menetelmiä ovat muun muassa omalla kädellä tapahtuva itsetyydytys tai muulla kosketuksella tapahtuva itsetyydytys tai seksivälineiden käyttö. Toisinaan kehitysvammaisen nuori saattaa masturboida silkasta virikkeettömyydestä. Tällöin masturbaatio on luultavammin mukavaa ja kivaa ajanvietettä. Näissä tilanteissa olisi hyvä miettiä kuinka kehitysvammaisen päivään saataisiin lisättyä virikkeellistä ja mielekästä toimintaa. Masturbaatio on tärkeä väylä uuden seksuaalisen ruumiin ja itseensä löytämiseen. (Luoma-aho & Lekola 2011, 114–115.)

Loppujen lopuksi kyse on siitä, miten nuori ottaa haltuunsa ja omakseen uuden, seksuaalisuutensa, sekä miten hän pystyy liittämään siihen persoonansa, joka on muodostunut puberteettia edeltävien vuosien aikana. Kaikki vanhemmat toivoisivat voivansa ja osaavansa kasvattaa lapsistaan seksuaalisuuden suhteen rentoja, varmoja ja itseensä luottavia ihmisiä. Mikään, mikä viittaa seksuaalisuuteen ei ole mutkatonta. Siihen liittyy aina hämmäntäviä ja vaikeita kysymyksiä,



eikä niitä voida koskaan ratkaista pelkästään valistusta lisäämällä. (Santalahti 2018.)

Nuorella kaikki sellainen tieto, joka ei sillä hetkellä häntä kosketa, unohtuu heti kertomisen jälkeen. Sitten kun jokin oire tai mielikuva häntä mietityttää, nuori uskoo vilpittömästi olevansa ainut ihminen maapallolla, jolle näin on käynyt. Silloin hän tarvitsee tiedon heti. (Sinkkonen 2010, 103–114.) Ihmisen kehitysvaiheista nuoruus on yleensä haastavin. Nuoruuteen kuuluu väistämättä kyseenalaistamista, erilaisuutta ja kapinointiakin. Nuoruus on taakse jäävän lapsuuden suremista, hämmennystä ja iloa kaikesta tulevasta, mikä nuorta odottaa. Vaikeasti hallittavia seksuaalisia impulsseja ilmaantuu ja niille tulee löytää jokin purkautumiskanava. Nuoren pitäisi saavuttaa asema kavereidensa joukossa, sekä kelvata potentiaaliselle seurustelukumppanille. (Sinkkonen 2010, 117; Sinkkonen 2018.)

### 6.3 Kehitysvammaisen murrosikä

Murrosikä käsitteenä tarkoittaa sukukypsyyden alkamisikää. Tyypillisesti murrosikä sijoittuu 11. ja 17. ikävuoden väliin. Ikävaiheelle on ominaista suvunjatkamiskyvyn alkaminen ja toissijaisten muiden kuin sukupuolielimille ominaisten sukupuolitunnusmerkkien kehittyminen. (Duodecim Terveyskirjasto 2016.) Murrosikä saattaa kehitysvammaisten kohdalla on kestoaltaan pidempi ja alkaa aiemmin verrattuna ei-kehitysvammaisen nuoren murrosiän kulkuun. Tavallisesti kehitysvammaisen nuoren fyysinen kehitys etenee kuten muillakin nuorilla. (Kari, Laakso, Niskanen & Seppänen 2020, 164.)

Murrosikää on perinteisesti pidetty paitsi kehon muutoksien, myös aivojen ja käyttäytymisen muutoksen aikana. Sekundaaristen sukupuoliominaisuuksien kehittymisen lisäksi sukupuolihormonit vaikuttavat myös psyykkiseen kehitykseen. Joidenkin tutkimuksien mukaan testosteronin lisääntyminen näyttää vaikuttavan stressin ja pelon käsittelyyn sekä elämys- ja statushakuiseen käyttäytymiseen. Laboratorio-olosuhteissa on tutkittu korkeamman testosteroni pitoisuuden korreloivan suuremman riskinoton kanssa. (Halonen & Sassi 2020.) Murrosiässä nuoren keho ja mieli kehittyvät valtavasti. Nuoren tunne-elämä on murrosiässä suuressa myllerryksessä. Murrosikäinen tuntee isosti ja vahvasti ja tunteet heittelevät

helposti laidasta laitaan. Välillä voi tuntua, että kaikki on hankalaa ja ympärillä olevat aikuiset eivät ymmärrä mistään mitään. Mieliala tasoittuu kuitenkin murrosiän edetessä, sillä aivot kehittyvät ja keho tottuu hormoneihin. (Väestöliitto, 2022b.)

Murrosiässä kehossa tapahtuu paljon muutoksia, jotka voivat aiheuttaa nuorelle ristiriitaisia tunteita. Sukupuolihormonit aiheuttavat nuorille kehollisia muutoksia. Testosteronin lisääntyessä pojilla alkaa parrankasvu, ääni madaltuu sekä kivekset ja penis alkavat kasvamaan. Estrogeenin lisääntyminen tytöillä puolestaan vaikuttaa rintojen kasvuun, kuukautisten alkamiseen sekä rasvakudoksen jakautumiseen kehossa. (Halonen & Sassi 2020.)

Hormonaalisten muutoksien myötä murrosikäisen identiteetti kehittyy ja hänelle muodostuu käsitys seksuaalisena henkilönä ja mahdollisesti ajatus seksiä harrastavana henkilönä. Murrosiän myötä seksuaalisuuteen liittyvät asiat muuttuvat nuorella henkilökohtaisemmiksi. (Halonen & Sassi 2020a.) Murrosiässä nuori alkaa tavallisesti tuntea vetovoimaa muihin ihmisiin. Nuoren mielessä voi pyöriä pohdintoja omaan ulkonäköön liittyen ja miltä he näyttävät toisen silmissä. Murrosikäisen nuoren on tärkeä kuulla aikuiselta, että hän on hyvä, riittävä, arvokas ja tärkeä. Hyvä itsetunto ja oikeanlainen tieto seksuaalisuudesta ehkäisee riskikäyttäytymistä. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2020.)

Vanhemman on hyvä osoittaa murrosikäiselle nuorelleen, että on kiinnostunut nuoresta ja vanhemmalle voi tulla puhumaan mistä tahansa mieleen nousevasta asiasta, olematta kuitenkaan liian tungetteleva. Vanhempi voi tukea nuoren seksuaalisuutta antamalla tietoa seksuaalisuudesta. Vanhemman on tärkeää antaa kehittyvälle nuorelle yksityisyyttä ja rauhaa, sekä mahdollisuuksia tutkia omaa kehoaan. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2020.)

## 7 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE

Opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa opas kehitysvammaisten nuorten vanhemmille seksuaalikasvatuksen tueksi. Oppaan avulla vanhemmat voivat konkreettisesti toteuttaa seksuaalikasvatusta nuorelle.

Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä vanhempien tietämystä siitä, kuinka kehitysvammaisen nuoren seksuaalisuutta voidaan tukea. Opinnäytetyö valmistetaan Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin kehitysvammahuoltoon, Konstiin, jossa työntekijät voivat hyödyntää opasta työssään. Lisäksi kehitysvammaisten nuorten vanhemmat saavat yksiköstä oppaan tarpeensa mukaan kotiin seksuaalikasvatuksen tueksi.

### 7.1 Opinnäytetyön teoreettinen tausta

Opinnäytetyön keskeisimmät käsitteet ovat; kehitysvammaisuus, seksuaalisuus, seksuaalioikeudet, kehitysvammaisen seksuaalisuus, seksuaalisuuden portaat ja murrosikä. Käsitteet valittiin siten, että ne vastaisivat opinnäytetyön toimeksiantajan, eli Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin kehitysvammahuollon tarpeisiin. Opinnäytetyön aihe saatiin suoraan toimeksiantajalta ja sen mukaan myös opinnäytetyössä esiintyvät käsitteet on valittu. Opinnäytetyön teoriapohjalla ja käsitteiden avaamisella pyritään lisäämään vanhempien ymmärrystä kehitysvammaisten seksuaalisuutta kohtaan ja kuinka sitä pystytään tukemaan parhaalla mahdollisella tavalla.

Teoreettista tietoa opinnäytetyöhön kerättiin kirjallisuudesta, artikkeleista sekä tutkimuksista. Opasta varten tarvittavaa materiaalia haettiin niin sähköisesti kuin manuaalisesti aihetta käsittelevistä kirjoista ja julkaisuista. Tiedon haussa hyödynnettiin Lapin ammattikorkeakoulun tietokantoja, kuten Medic, CINAHL ja PubMed. Lisäksi tiedon haussa hyödynnettiin Googlea ja Google Scholaria. Sähköistä tiedonhakuja täydennettiin manuaalisesti hakemalla aihetta koskevaa kirjallisuutta Oulun kaupunginkirjastosta informaatikoiden apua hyödyntäen. Tietoa haettiin niin suomen- kuin englanninkielisillä hakusanoilla. Suomenkielisiä haku-

sanoja olivat muun muassa kehitysvammaisuus, autismi, seksuaalisuus, turvataidot. Englanninkielisiä hakusanoja olivat muun muassa disability, sexuality, mental retardation ja autism. Tiedonhaussa pyrittiin käyttämään kymmenen vuoden marginaalia. Tiedonhaun koimme välillä haastavaksi, sillä kehitysvammaisten seksuaalisuudesta löytyi melko vähäsen lähteitä. Kansainvälisiä tutkimuksia löytyi jonkin verran, mutta ne eivät olleet käyttökelpoisia, sillä useissa maissa kehitysvammaisten oikeudet ovat huonommat kuin Suomessa. Kehitysvammaisuudesta ja seksuaalisuudesta löytyi kummastakin yksistään monipuolisia ja hyviä lähteitä.

## 8 PROJEKTIN TOTEUTUS

### 8.1 Toimeksiantajan kuvaus

OYS Konsti on vaativien erityispalveluiden osaamiskeskus, joka tarjoaa kehitysvammopalveluita moniammatillisesti. Konsti tarjoaa tutkimus- ja kuntoutusarviopalveluja sekä kuntoutuspalveluita. Konsti räätälöi aina palvelut asiakkaan tarpeiden perusteella huomioiden hänen tukiverkostonsa ja läheisten kanssa. Palveluiden tavoitteena on sujuvoittaa asiakkaan arkea sekä elämänhallintaa. (Oulun yliopistollinen sairaala 2022.)

Konstin keskeisiä osaamisalueita ovat kehitysvammapsykiatria, autismiosaaminen, toiminnallinen kuntoutus, käyttäytymisanalyysi, psykososiaalinen kuntoutus, AAC-ohjaus sekä seksuaalineuvonta. Konsti tarjoaa osastokuntoutusta, tutkimus- ja kuntoutusarviopalveluita sekä kuntoutuspalveluita. (Oulun yliopistollinen sairaala 2022.)

### 8.2 Projekti opinnäytetyön menetelmänä

Projektin taustalla on lähtökohtaisesti aina selkeä tarve kyseiselle tuotokselle. Projektit voidaan luokitella eri tavalla niiden käyttötarkoituksen mukaan. Tuotekehitysprojektissa halutaan kehittää kokonaan uusi tuote tai kehittää vanhaa tuotetta. Projekteilla on aina tietty elinkaari, joka muodostuu eri vaiheista. Projektin eri vaiheita ovat valmistelu, suunnittelu, toteutus ja päättäminen. (Mäntyneva 2016, 1–15.) Tuotekehitysprojektin lopputuloksena on sarjavalmistukseen soveltuva tuote. Tuotekehitysprojektin ideat syntyvät yleensä suoraan tarpeesta kyseiselle tuotteelle. (Pelin 2020, 20.)

Tuotekehitysprojektin tavoitteena on yleensä kehittää ja lanseerata uusi tuote markkinoille. Tuotekehitysprojekteissa käytetään usein prototyyppi lähestymistapaa, jota arvioidaan ja testataan projektin edetessä. Prototyypistä saadun palautteen avulla tuotetta pyritään kehittämään ja hiomaan lopulliseen muotoonsa. Prototyyppitoimintamalli etenee vaiheittain ja saadun palautteen perusteella toimintatapaa voidaan muuttaa matkan edetessä. (Kettunen 2009, 27.) Asiakaslähtöisyys huomioitiin opasta tehdessä, sillä oppaasta haluttiin luoda toimeksiantajaa

palveleva kokonaisuus ja sisällöltään sellainen, joka vastaisi kohderyhmän tarpeita ja toiveita. Oppaan tarkoituksena on tarjota konkreettista tietoa vanhemmille kehitysvammaisen nuoren seksuaalisuuden tukemisesta. Opas helpottaa vanhempien tietoisuutta nuoren seksuaalisuudesta ja kuinka sen voi kohdata. Vanhempien kynnyksellä ottaa puheeksi seksuaalisuus nuoren kanssa voi pienentyä oppaan avulla.

### 8.3 Projektin organisaatio ja ohjaus

Projektiorganisaatio tarkoittaa tilapäistä organisaatiota, joka kootaan projektin ajaksi. Organisaation työskennellessä vain tietyn projektin edistämiseksi, voidaan puhua projektiorganisaatiosta. Projektiryhmän ja projektin ohjausryhmän lisäksi projektiorganisaatio koostuu mahdollisista projektissa työskentelevistä asiantuntijoista. (Mäntyneva 2016, 20.) Projektiorganisaatiossa toimivat henkilöt ovat mukana vain määräjän (Pelin 2020, 51).

Projektin ohjausryhmä koostuu ohjaavasta opettajasta ja toimeksiantajasta. Työelämän edustajina toimivat Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiiristä kehitysvammahuollosta toimeksiantajan kokoama työryhmä. Projektityöntekijät eli opinnäytetyön tekijät muodostavat kahden hengen projektityöryhmän. Projektiin kuului myös oppaan kuvittaja, Jonna Heikkinen.

### 8.4 Projektin ideointi ja toteutus

Lähtökohtaisesti projektin käynnistymisen taustalla on olemassa tietty tuotokselle. Projekteilla pystytään myös vastaamaan asiakastarpeeseen suoraan. Tuotekehitysprojektissa pyritään luomaan kokonaan uusi tuote tai kehittämään jo olemassa olevaa tuotetta. (Mäntyneva 2016, 12–13.) Projektin toinen vaihe on suunnitteluvaihe. Projektin suunnitteluvaiheessa projekti suunnitellaan mahdollisimman yksityiskohtaisesti. Projektin suunnitteluvaiheessa on tärkeää suunnitella projektin aikataulu tarkasti. Projektisuunnitelmassa kuvailtu projekti toteutetaan projektin toteutusvaiheessa. Mikäli projektisuunnitelmaan tarvitsee tehdä muutoksia, tehdään ne tässä vaiheessa projektia. Kun projektin tuotos on valmis, tulee ajankohtaiseksi projektin päättäminen. Projektin päättämisen yhteydessä

arvioidaan, kuinka projekti onnistui ja dokumentoidaan tuotokset. (Mäntyneva 2016, 18.)

Opinnäytetyö prosessi käynnistyi ideoinnilla, jolloin mietittiin millainen aihe olisi kiinnostava. Koska opinnäytetyön idea lähtee aina tarpeesta, opinnäytetyön tekijät kyselivät harjoittelupaikoistaan ideoita opinnäytetyölleen. Vinkki opinnäytetyön aiheelle saatiin suoraan toimeksiantajalta, toisen opiskelijan harjoittelupaikan työntekijöiltä. Perinteisen oppaan sijasta halusimme tehdä innovatiivisen lopputuotoksen, niinpä tuotokseksi valikoitui opaskortit vanhemmille seksuaalikasvatuksen tueksi. Alusta asti oli selkeää, että haluamme oppaaseen mukaan tekstiä tukevia kuvia helpottamaan puheeksi ottoa. Opinnäytetyö päätettiin toteuttaa projektina. Tammikuussa 2022 hankittiin yhteistyökumppani Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiiriin kehitysvammahuollosta.

Ensimmäinen palaveri toimeksiantajan kanssa pidettiin Teams:n välityksellä tammikuussa 2022. Palaverissa käytiin läpi opinnäytetyön suunnitelmaa sekä aikataulua. Yhteistyötaho auttoi palaverissa opinnäytetyön aiheen rajaamisessa, saimme myös hyviä konkreettisia vinkkejä aiheeseen sopivasta kirjallisuudesta. Alustavasti projektin aihe oli ”Kehitysvammaisen seksuaalisuuden tukeminen” mutta aihe koettiin melko laajana, joten työelämäedustajat ehdottivat aiheen tarkempaa rajausta. Aihe rajattiin vaikeasti kehitysvammaisen nuoren seksuaalisuuden tukemiseen.

Projektin tuotoksen kohderyhmänä olivat kehitysvammaisten nuorten vanhemmat, tuotoksella tavoiteltiin keinoja tukea kehitysvammaisen nuoren seksuaalisuutta. Opas tarjoaa vinkkejä siihen, kuinka seksuaalisuus voidaan ottaa kehitysvammaisen nuoren kanssa puheeksi huomioiden hänen kehitystasonsa. Opas lisää vanhempien tietämystä kehitysvammaisten seksuaalisuudesta, jolloin aiheen puheeksi otto on helpompaa ja mahdolliselta häiriökäyttäytymiseltä ja väärin ymmärryksiltä vältytään.

Suunnitteluvaiheessa ideoitiin projektin tuotosta eli opasta. Etsimme kuvittajaa oppaalle sosiaalisen median kautta, jota kautta myös löysimme kuvittajan. Loimme yhteisen WhatsApp keskusteluryhmän opinnäytetyön tekijöiden ja kuvittajan välille yhteisen kommunikoinnin tueksi. Ideoimme oppaan kuvia yhdessä kuvittajan kanssa tukemaan oppaan tekstiosuutta. Oppaan ulkonäöstä haluttiin

tehdä mielenkiintoa herättelevä, kepeä mutta informatiivinen. Suunnitteluvaiheessa jo mietimme, kuinka oppaan informaatiosta saataisiin tiivis mutta kattava. Oppaaseen tehtiin apukysymyksiä helpottamaan vanhemman ja nuoren välistä keskustelua.

Tuotekehitysprojektilla tuotetaan aina jokin uusi tuote, joka tässä projektissa oli opas kehitysvammaisen seksuaalisuuden tukemisesta vanhemmille. Oppaasta luotiin prototyyppi, jota toimeksiantajan valitsevat kohdehenkilöt arvioivat. Oppaassa on 9 kappaletta kuvakortteja, jossa toisella puolella on seksuaalisuuteen liittyvä kuva, esimerkiksi kuva itsetyydytyksestä ja toisella puolella faktatietoa nuorelle itsetyydytyksestä, sekä keskustelun aloittamiseksi apukysymyksiä. Oppaasta tehtiin myös sähköinen versio, jotta siihen voidaan tulevaisuudessa tehdä tarvittaessa muutoksia tutkitun tiedon lisääntyessä.

Opinnäytetyötä ja opasta hiottiin valmiiseen ja lopulliseen muotoon siinä vaiheessa, kun toimeksiantaja oli hyväksynyt tuotoksen prototyypin. Valmis opinnäytetyö ja opas lähetettiin ohjaavalle opettajalle arvioitavaksi ja sen jälkeen toimeksiantajalle. Tämän projektityön tuotoksena syntyi opas, jotka luovutetaan Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin kehitysvammahuollon käyttöön vanhemmille jaettavaksi. Valmis opas esitellään Konstissa hoitohenkilökunnalle.



## 9 EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan mukaan tieteellinen tutkimus voi olla eettisesti luotettava ja sen tulokset uskottavia, vain jos tutkimus on suoritettu hyvän tieteellisen käytännön edellyttämällä tavalla eli huomioidaan rehellisyys, yleinen huolellisuus ja tarkkuus tutkimustyössä, tulosten tallentamisessa ja esittämisessä sekä tulosten arvioinnissa (Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyiden käsitteleminen Suomessa 2012, Tutkimuseettinen neuvottelukunta). Opinnäytetyö tehtiin projektina huomioiden nämä eettiset periaatteet koskien tieteellistä tutkimusta. Opinnäytetyön lähteisiin suhtauduttiin kriittisesti ja lähteiden oikeellisuutta tarkasteltiin koko prosessin ajan. Näin varmistettiin opinnäytetyössä olevan ajankohtaista tietoa.

Opinnäytetyötä tehdessä eettisyys ja luotettavuustekijöiden tulee olla kunnossa. Opinnäytetyön eettisyyttä lisää se, että opinnäytetyön tekijät ovat perehtyneet huolellisesti aiheeseen. Opinnäytetyön eettisyyttä halutaan lisätä myös tutustumalla Lapin ammattikorkeakoulun tutkimuseettisiin ohjeistuksiin. (Arena 2020, Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset 14.)

Tätä projektia varten tehtiin sopimus Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin kanssa käyttäen Lapin ammattikorkeakoulun opinnäytetyösopimus pohjaa. Tutkimusta varten tehtiin myös tutkimuslupapyyntö, joka noudattaa Lapin ammattikorkeakoulun ohjeistusta. Tutkimusluvan opinnäytetyön tekijöille myönsi Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri. Opinnäytetyön tekijät saivat prosessin aikana ohjausta ohjaavalta opettajalta ja työelämän edustajilta Konstista sekä opiskelijakollegoiltaan. Näin saatiin varmistettua, että opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus pysyivät koko prosessin ajan.

Lähteen luotettavuutta pohtiessa tulee käydä ilmi muun muassa seuraavia asioita tekijät ja organisaatiot, julkaisija ja kustantaja, julkaisutyyppi eli onko kyseessä esimerkiksi mielipidekirjoitus nettipalstalla vai tieteellinen tutkimus alan lehdessä, sekä julkaisun tieteellisyys. (University of eastern Finland, 2021.)

Opinnäytetyössä käytettiin luotettaviksi ja ajankohtaisiksi todettuja lähteitä. Tarkastelimme ja arvioimme koko ajan, että tekijät, julkaisut, kustantajat ja tekstin

tieteellisyys olivat asianmukaisia. Tutkimuslähteiden etsiminen ja niiden käyttäminen kehittyi opinnäytetyöprosessin aikana. Lähteitä etsittiin sekä suomeksi, että englanniksi. Opinnäytetyön luotettavuutta lisäsi myös se, että koko projektin ajan sitä arvioitiin ohjaavan opettajan, sekä toimeksiantajan toimesta. Ennen opinnäytetyön viimeistelyvaihetta järjestettiin niin kutsuttu väliarviointi toimeksiantajan kanssa. Väliarvioinnin jälkeen toimeksiantajan toiveet ja huomiot kirjattiin ylös, sekä tarvittavat muutokset tehtiin tuotokseen.

## 10 POHDINTA

### 10.1 Projektin merkitys

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa opas kehitysvammaisten nuorten vanhemmille seksuaalikasvatuksen tueksi. Oppaan avulla vanhemmat voivat konkreettisesti toteuttaa seksuaalikasvatusta nuorelle. Opas laadittiin Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin kehitysvammahuollon asiakkaiden vanhempien käyttöön. Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä vanhempien tietämystä siitä, kuinka kehitysvammaisen nuoren seksuaalisuutta voidaan tukea.

Projektimme aihe oli aluksi laaja. Aloituspalaverissa toimeksiantajan kanssa saimme hyviä ja konkreettisia vinkkejä aiheemme rajaamiseen. Aiheesta löytyi yllättävän suppeasti tietoa ja tehtyjä tutkimuksia. Tämä tuki hypoteesiamme siitä, että seksuaalisuus ja erityisesti kehitysvammaisen seksuaalisuus on edelleen tabu.

Kenttätöyssä olemme törmänneet kehitysvammaisten nuorten seksuaaliseen häiriökäyttäytymiseen ja esimerkiksi julkiseen itsetyydytykseen. Uskomme, että projektimme tuotoksena suunnitellut kuvakortit tulevat tarpeeseen. Opas on suunnattu vaikeasti kehitysvammaisten nuorten vanhemmille.

### 10.2 Oma ammatillinen oppiminen

Opinnäytetyön tekeminen on opettanut paljon lisää tietoa kehitysvammaisten seksuaalisuudesta ja kuinka sitä voidaan tukea. Opinnäytetyön tekeminen on herättänyt paljon keskustelua aiheen ympärillä niin meidän tekijöiden, työkavereiden kuin läheistenkin keskuudessa.

Työskentelymme on sujunut pääsääntöisesti hyvin. Toimintatapamme olivat hyvin samankaltaiset, joten meidän oli helppo suunnitella opinnäytetyöprosessi yhdessä. Olemme jakaneet ajatuksiamme avoimesti koko projektin ajan, sekä jakanee vastuuta yhdessä. Olemme saaneet korvaamatonta apua toimeksiantajal-

tamme, sekä ohjaajaltamme Aija Lämsältä. Myös yhteistyö kuvittaja Jonna Heikisen kanssa oli erittäin sujuvaa, ja hän kuunteli toiveitamme tarkasti ja toteutti visioitamme hienosti.

### 10.3 Jatkokehittämisehdotukset

Tulevaisuudessa opasta voisi laajentaa lievästi ja keskivaikeasti kehitysvammaisille nuorille ja tehdä heille omat kuvakortit seksuaalikasvatuksen tueksi. Lisäksi kehitysvammaisille lapsille voisi tehdä turvataitokortit, joissa käytäisiin enemmän läpi hyödyllisiä turvataitoja.

Nykyteknologiaa hyödyntäen oppaasta voisi tulevaisuudessa tehdä videon tai verkkosivut materiaalille, jolloin opas olisi laajemminkin hyödynnettävissä.

## LÄHTEET

Aalberg, V. 2016. Puberteetti ja nuoruusikä. Duodecim Oppiportti. Kustannus Oy Duodecim. Viitattu 30.8.2022 <https://www.oppiportti.fi/op/ljn00211/do>

Aaltonen, J. 2012. Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. Turvataitoja nuorille. Opas sukupuolisen häirinnän ja seksuaalisen väkivallan ehkäisyyn. Opas 21. Viitattu 1.10.2022 [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90817/Opas\\_21%20\\_verkko.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90817/Opas_21%20_verkko.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Arena 2020. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arena ry. Viitattu 22.3.2022 [https://www.arena.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20OPINNÄYTETÖIDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?\\_t=1578480382](https://www.arena.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20OPINNÄYTETÖIDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?_t=1578480382)

Arvio, M., Aaltonen, S. & Lähdetie, J. 2022. Kehitysvammaisen potilaana. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Autismiliitto. Perustietoa autismista 2020. Viitattu 3.4.2022 <https://autismiliitto.fi/autismi/perustietoa-autismista/>

Cacciatore, R. & Korteniemi-Poikela, E. 2015. Seksuaalisuuden portaat kuva. Viitattu 3.9.2022 [https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/164237\\_oph\\_seksuaalisuuden\\_portaat\\_kaikki\\_portaat.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/164237_oph_seksuaalisuuden_portaat_kaikki_portaat.pdf)

Cacciatore, R. & Korteniemi-Poikela, E. 2019. Rakkaus, Ilo, Rohkeus. Seksuaalisuuden portaat. Minerva Kustannus Oy.

Duodecim Terveyskirjasto 2016. Murrosikä. Viitattu 1.3.2022 <https://www.terveyskirjasto.fi/ltt02194/murrosika?q=murrosika>

Fernandes, L., Gillberg, C., Cederlund, M., Hagberg, B. & Billsted, E. 2016. Aspects of Sexuality in adolescents and adults diagnosed with autism spectrum disorders in childhood. Viitattu 5.9.2022 <https://static-content.springer.com/pdf/art%3A10.1007%2Fs10803-016-2855-9.pdf?to-ken=1662016715103--25990553f25320e673a9bb3bdb7066c3a5fe9f79836a570a4108ff25f597940b3f777619fe25373eae544b684acae22c886e8d0901bd91686100f92a20e0b6f9>

Halonen, M. & Sassi, P. 2020. Mitä psykoseksuaalinen kehitys on? Duodecim Oppiportti. Kustannus Oy Duodecim. Viitattu 29.9.2022 <https://www.oppiportti.fi/op/set00701/do>

Hermanson, E. 2010. Oonks mä normaali? Helsinki: Tammi

Hermanson E., Sajaniemi N., 2018. Nuoruuden kehitys- mitä tapahtuu pinnan alla? <https://www.duodecimlehti.fi/ duo14286>

Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyiden käsitteleminen Suomessa 2012. Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Viitattu 22.3.2022 [https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf)

Ilmonen, K., Korhonen, E., Lipsanen L., Kaukoranta, R. & Kotiranta S. 2019. Sek-suaalioikeudet – Väestötietosarja 29. Helsinki: Nord Print Oy

Kari, O., Laakso, S., Niskanen, T. & Seppänen, M. 2020. Vammaistyön käsikirja. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Kehitysvammaliitto 2016. Kehitysvammaisuus. Viitattu 1.3.2022 <https://www.kehitysvammaliitto.fi/kehitysvammaisuus/>

Kehitysvammaisten tukiliitto ry 2017. Oikeus seksuaalisuuteen. Viitattu 2.3.2022 <https://www.tukiliitto.fi/tukiliitto-ja-yhdistykset/kehittamistoiminta/paattyneet-hankkeet/enemman-otetta-ja-osallisuutta-seka-enemman-otetta-omaan-ela-maan/oikeus-seksuaalisuuteen/>

Kettunen, S. 2009. Onnistu projektissa. 2., uudistettu painos. Helsinki: WSOYpro.

Lajunen, K., Andell, M. & Ylenius-Lehtonen, M. 2015. Tunne- ja turvataitoja lap-sille. Tunne- ja turvataitokasvatuksen oppimateriaali. Opas 39. Helsinki: THL.

Leppälä, H. 2014. Vammaisuus hyvinvointivaltiossa. Turku: Painosalama Oy.

Luoma-aho, K. & Lekola, S. 2011. Seksuaalineuvonta kehitysvammaisten ih-misten parissa. Seksuaalineuvonnan tueksi. Raportti. Helsinki: THL. Viitattu 2.8.2022 <https://thl.fi/documents/10531/95613/Raportti%202011%2027.pdf>

Mannerheimin lastensuojeluliitto, 12–15-vuotiaan seksuaalisuuden kehitys, 2020. Viitattu 20.8.2022 <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/12-15-v/12-15-vuotiaan-seksuaalinen-kehitys/>

Medina-Rico Mauricio., López-Ramos Hugo. & Quiñonez Andrés. 2018 Sexual-ity in People with Intellectual Disability: Review of Literature Viitattu 14.11.2022 <https://doi.org/10.1007/s11195-017-9508-6>

Mieli, Suomen mielenterveys ry. Nuorten tunteet ja tunnetaidot 2021. Viitattu 2.9.2022 <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/tietoa-mielenterveyden-vahvistamisesta/lapset-ja-nuoret/mielenterveystaidot-nuorisotyossa/nuorten-tun-teet-ja-tunnetaidot/>

Mäntyneva, M. 2016. Hallittu projekti – Jäntevästä suunnittelusta menestykselli-seen toteutukseen 1. painos. Helsinki: Kauppakamari.

Nurmi, J.-E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. 2006. Ihmisen psykologinen kehitys. Helsinki: WSOY.

Oksanen, J. 2015. SEKSU: Seksuaaliterveyttä ja suhdetaitoja. Opas autisminkir-jon nuorille ja aikuisille sekä heidän kumppaneilleen. Yksin ja kaksin- seksuaali-kasvatushanke (2013–2015), Autismisäätiö. Somero: Suomen uusiokuori Oy.

Oulun yliopistollinensairaala, Vaativien erityispalveluiden osaamiskeskus 2022. Viitattu 13.3.2022 <https://oulunyliopistollinensairaala.fi/konsti/>

Ozonoff, S., Dawson, G. & McPartland, J. 2019. Aspergerin syndrooma ja hyvä-tasaoinen autismi – opas vanhemmille. Kuopio: UNIPress Oy.

Palonen-Munnukka, R. 2009. Mitä niille rakkaudesta puhuu. Tampere: Media-pinta.

Palonen-Munnukka, R. 2011. Rakkautta, läheisyydestä suudelmiin. Opas kehitysvammaisten seksuaalisuuden kohtaamiseen kehitysvammaisten parissa työskenteleville ammattilaisille ja omaisille. Tampere: Mediapinta.

Papunet 2018. Vaikeimmin kehitysvammaiset ihmiset ja hyvä elämä. Viitattu: 18.8.2022 <https://papunet.net/tietoa/vaikeimmin-kehitysvammaiset-ihmiset-ja-hyva-elama>

Pelin, R. 2020. Projektihallinnan käsikirja. 8.painos. Projektijohtaminen Oy Pelin Risto.

Pedanet 2016. Seksuaalioikeudet. Viitattu 3.9.2022 <https://peda.net/kotka/lukio-koulutus/karhulanlukio/opiskelu/oppiaineet/terveystieto/terve2/1sv/ks/s>

Psychiatryadvisor 2017. PLISSIT Model of Addressing Sexual Functioning. Viitattu 3.9.2022. <https://www.psychiatryadvisor.com/home/practice-management/plissit-model-introducing-sexual-health-in-clinical-care/>

Raaska, H. & Vanhala, R. 2020. Miksi ja miten autismin diagnostiset kriteerit muuttuvat? Katsausartikkeli. Suomen lääkäri-lehti vol.75 no.16. Viitattu 14.8.2022 <https://www-laakarilehti-fi.ez.lapinamk.fi/tieteessa/katsausartikkeli/miksi-ja-miten-autismin-diagnostiset-kriteerit-muuttuvat/#reference-8>

Santalahti, T. & Lehtonen, M. 2016. Seksuaaliterapia, PS-kustannus.

Santalahti, T. 2018. Nuorten seksuaalisuus ja seksuaaliterveys. Opettajan opas. Viitattu 25.6.2022. <https://www.terveyskirjasto.fi/oos00001/nuorten-seksuaalisuus-ja-seksuaaliterveys?q=seksuaalisuuden%20portaata>

Shah, S. 2017. Disabled People Are Sexual Citizens Too. Supporting Sexual Identity, Well-being, and Safety for Disabled Young People. Viitattu 16.11.2022 <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/feduc.2017.00046/full>

Sinkkonen, J. 2010. Nuoruusikä, Helsinki: WSOY.

Sinkkonen J. 2018 Kiintymyssuhteet elämänkaareissa, Helsinki: Kustannus oy Duodecim.

Terveyskylä, 2018. Seksuaaliterveys ja seksuaalisuus. Viitattu 14.4.2022 <https://www.terveyskyla.fi/naistalo/seksuaaliterveys/seksuaalisuus-elamankaareissa/seksuaalisuus>

THL 2012, Psykiatriin luokituskäsikirja, Suomalaisen tautiluokitus ICD-10:n psykiatriaan liittyvät diagnoosit, Luokitukset, termistöt ja tilasto-ohjeet 1/2012 Viitattu

15.7.2022 [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90815/URN\\_ISBN\\_978-952-245-549-9.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90815/URN_ISBN_978-952-245-549-9.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

THL 2020. Seksuaalisuuden ja sukupuolen sanasto. Viitattu 2.3.2022 <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/kehittyvat-kaytannot/seksuaalisuus-puheeksi/seksuaalisuuden-ja-sukupuolen-sanasto>

THL 2022a. Seksuaalikasvatus ja seksuaaliväkivallan ehkäisy. Viitattu 2.3.2022 <https://thl.fi/fi/web/vakivalta/vakivallan-ehkaisy/seksuaalikasvatus-ja-seksuaalivakivallan-ehkaisy>

THL 2022b. Turvataitokasvatus. Viitattu 25.6.2022 <https://thl.fi/fi/web/vakivalta/vakivallan-ehkaisy/turvataitokasvatus>

University of eastern Finland, Tiedonhaku- sosiaali ja terveystoiminta, 2021. Viitattu 14.11.2022 (<https://blogs.uef.fi/tiedonhaku-sosiaaliterveysjohtaminen/>)

Vanhala, R. 2018. Autismikirjon häiriöt. Duodecim Terveystoiminta. Lääkärin käsikirja. Viitattu 6.8.2022 <https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/ltk/article/ykt00814>

Vernerinet. 2021. Kehitysvammaisuuden määritelmiä. Viitattu 2.3.2022 <https://www.verneri.net/yleis/kehitysvammaisuuden-diagnostiikka>

Voppi 2022. Turvataitoja oppimaan - ryhmämalleja ja materiaaleja turvataitokasvatukseen. Oppimis- ja ohjauskeskus Valteri. Viitattu 26.6.2022 <https://www.voppi.fi/oppimisen-tuki/turvataitokasvatus/>

Väestöliitto 2019. Seksuaalioikeudet. Väestötietosarja 29. Viitattu 15.7.2022 [https://www.hyvakysymys.fi/uploads/2019/12/12839351-valmiswebseksuaalisuusosoikeus\\_julkaisu\\_2019\\_sisus\\_web.pdf](https://www.hyvakysymys.fi/uploads/2019/12/12839351-valmiswebseksuaalisuusosoikeus_julkaisu_2019_sisus_web.pdf)

Väestöliitto 2022a. Lasten keho ja tunnekasvatus. Viitattu 3.9.2022 <https://www.vaestoliitto.fi/ammattilaiset/lasten-kehotunnekasvatus/verkkokurssit-ja-materiaalit>

Väestöliitto 2022b. Seksuaaliterveys- Nuori ja seksuaaliterveys Viitattu 3.4.2022 <https://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/seksuaaliterveys/nuori-ja-seksuaaliterveys/>

Väestöliitto 2022c. Seksuaalioikeudet. Viitattu 2.3.2022 <https://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/seksuaalioikeudet/>

Väestöliitto 2022d. Turvataidot <https://www.vaestoliitto.fi/ammattilaiset/lasten-kehotunnekasvatus/hyvinvointi/turvataidot/> Viitattu 3.3.2022

Väisälä, L. 2022. Seksuaalihäiriöt. Lääkärikirja Duodecim. Viitattu 26.6.2022 <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00496/seksuaalihairiot?q=seksuaalisuus>

World Association for Sexual Health. 2014. Declaration of Sexual Rights. Viitattu 7.7.2022 [https://worldsexualhealth.net/wp-content/uploads/2021/09/declaration\\_of\\_sexual\\_rights\\_sep03\\_2014\\_b.pdf](https://worldsexualhealth.net/wp-content/uploads/2021/09/declaration_of_sexual_rights_sep03_2014_b.pdf)



World Health Organization. 2005 Sexual health. Viitattu 29.2.2022  
[https://www.who.int/health-topics/sexual-health#tab=tab\\_3](https://www.who.int/health-topics/sexual-health#tab=tab_3)

Åberg, L. 2021. Älyllinen kehitysvammaisuus. Lääkärikirja Duodecim. Viitattu 24.6.2022. Saatavilla: <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00556/alyllinen-kehitysvammaisuus?q=kehityshäiriöt#s1>

## LIITTEET

Liite 1. Vaikeasti kehitysvammaisen nuoren seksuaalisuuden tukeminen, opas vanhemmille



Vaikeasti kehitysvammaisten nuorten  
seksuaalisuuden tukeminen  
Opas vanhemmille

# Lukijalle

Tämä opas sisältää seksuaalisuuden tukemisen kuvakortit hyödynnettäväksi vanhemmille kasvatuksessa ja hoitajille hoitotyössä.

Oppaamme tietoperusta on kerätty ajankohtaisesta kirjallisuudesta, tutkimuksista ja artikkeleista. Materiaalia on kerätty sekä sähköisesti, että manuaalisesti.

Tämän oppaan ovat tehneet sairaanhoitajaopiskelijat Emilia Huotari ja Katriina Oilinki Lapin ammattikorkeakoulusta osana opinnäytetyötään yhteistyössä Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin kehitysvammayksikkö Konstin kanssa. Oppaan piirretyistä kuvista on vastannut varhaiskasvatuksen ammattilainen Jonna Heikkinen.

Kuvakortit ovat kaksipuoleisia, selkokuvien tehtävänä on tukea teksinymmärtämistä ja asian puheeksi ottoa. Kuvakorttien toisella puolella on tietoa seksuaalisuuden tukemisesta sekä apukysymyksiä helpottamaan nuoren kanssa keskustelua.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa kuvakortit kehitysvammaisen nuoren vanhemmille seksuaalikasvatuksen tueksi. Kuvakorttien avulla vanhemmat voivat konkreettisesti toteuttaa seksuaalikasvatusta nuorelle.

Oppaamme tavoitteena on lisätä vanhempien tietämystä siitä, kuinka kehitysvammaisen nuoren seksuaalisuutta voidaan tukea.

## Seksuaalioikeudet



# Seksuaalioikeudet

Mitä tunteita tämä kuva herättää sinussa?

Seksuaalioikeudet ovat osa ihmisoikeuksia.

Seksuaalioikeudet on määritelty mm seuraavien tahojen toimesta:

WHO (World Health Organisation)  
IPPF (International Planned Parenthood)  
WAS (World Association of Sexology)

Seksuaalioikeuksiin kuuluu:

Oikeus omaan seksuaalisuuteen: Kuka saa nauttia seksistä?, Pitääkö mahtua tiettyyn muottiin?

Oikeus tietoon seksuaalisuudesta:  
Saatko riittävästi tietoa seksuaalisuudesta? Mistä voit hakea tietoa?

Oikeus suojella itseään ja tulla suojelluksi: Mitä on seksuaalinen häirintä? Oletko kokenut seksuaalista häirintää?

Oikeus seksuaaliterveyspalveluihin: Mitä luottamus merkitsee sinulle? Millainen on hyvä lääkäri? Mitä tiedät ehkäisystä?

Oikeus tasa-arvoon ja syrjimättömyyteen: Miten epäoikeudenmukaisuutta voi vastustaa? Kenelle voin kertoa syrjinnästä? Oikeus yksityisyyteen: Kuka saa päättää mitä kerrot seksuaalisuudestasi? Mitä kannattaa postata nettiin?

Oikeus vaikuttaa: Pelottaaako sinua kävellä yksin kadulla, jos olet tyttö? Millaisessa parisuhteessa haluaisit olla?



Lupa  
seksuaalisuuteen



## Lupa seksuaalisuuteen

Lupa seksuaalisuuteen  
Mitä tunteita tämä kuva sinussa  
herättää?

Lupa seksuaalisuuteen:

Sinä saat olla ihana  
Sinä saat haluta  
Sinä saat tuntea  
Sinä saat nauttia  
Sinä saat iloita  
Sinä saat rakastaa  
Sinulla on lupa  
-seteke.fi

Miltä iloisuus tuntuu?  
Milloin olet ollut erittäin iloinen?





## Seksuaalisuuden portaati



## Seksuaalisuuden portaat

Mitä tunteita tämä kuva sinussa herättää?

1. seksuaalisuuden porras: Olen ihana! Lapsi tutustuu omaan kehoonsa, nauttii alastomuudesta ja etsii kehon eri paikoille nimiä. Pieni lapsi haluaa saada huomiota ja hoivaa.

2. seksuaalisuuden porras: Tykkäyskaveri. Lapsi näyttää avoimesti tykkäämisensä ja pohtii kaveruuden ja ihastuksen eroavaisuuksia.

3. seksuaalisuuden porras: Vanhempien ihailu. Lapsi alkaa havaitsemaan ympärillään rakastavia aikuisia sekä eri sukupuolta olevia ihmisiä. Lapsi voi kuvitella menevänsä naimisiin joko äitinsä tai isänsä kanssa.

4. seksuaalisuuden porras: Idoli ihastuttaa. Lapsi valitsee ihailun kohteen lähimpiinsä ulkopuolelta. Lapsella on edelleen tarve saada rakastaa jotakuta.

5. seksuaalisuuden porras: Tuttu, mutta salattu. Lapsi pyrkii kohdistamaan ihastumisen tunteensa ikätovereihinsa ja tuttuihin ihmisiin, sellaisiin, jotka olisivat tavoiteltavissa.

6. seksuaalisuuden porras: Tuttu, kaverille kerrottu. Tällä portaalla lapsi tai nuori uskaltaa puhua tunteistaan läheisimmille ystävilleen ja perheelleen, joihin hän luottaa.

7. seksuaalisuuden porras: Tykkään sinusta! Tällä portaalla lapsi tai nuori uskaltaa kertoa ihastuksen kohteelleen tunteistaan.

8. seksuaalisuuden porras: Käsi kädessä. Jos nuori on saanut edellisellä portaalla ihastuksenkohteeltaan myöntävän vastauksen, he voivat aloittaa seurustelun. Tässä vaiheessa seurustelu voi tapahtua vielä ilman kosketuksiakin, nuoret voivat viettää yhdessä aikaa mutta mitään sen enempää ei tapahdu.

9. seksuaalisuuden porras: Suudellen. Muiden tunteiden rinnalla tällä portaalla nuori kykenee kokemaan jo seksuaalista kiihottumista muiden tunteiden rinnalla. Tällä portaalla omien rajojen tunnistaminen on erittäin tärkeää, nuoren tulee pystyä myös kieltäytymään rajojen ylittämisestä.

10. seksuaalisuuden porras: Mikä tuntuu hyvältä? Nuori opettelee vastaanottamaan ja antamaan mielihyvää toiselle hyväillen häntä vaatteiden päältä ja alta. Tätä kutsutaan nimellä petting eli hyväilyseksi.

11. seksuaalisuuden porras: Rakastella. Tällä portaalla nuorelle on kehittynyt kokemuksia kehon reaktioista ja itsensä hallinnasta. Olisi suotavaa, että tällä portaalla nuorella olisi tarvittava määrä tietoa seksiriskeistä sekä taitoja suojata itsensä ja kumppaninsa.



# Halaus



# Halaus

Mitä tunteita tämä kuva herättää  
sinussa?

Miltä halaaminen sinusta tuntuu?  
Halaaminen ei välttämättä aina tunnu  
samalta.

Muista kunnioittaa toisen ihmisen rajoja.

Älä kosketa tai halaa vierasta ihmistä.  
Tuttua ihmistä voit halata, kun olet iloinen  
tai surullinen.

Muista kysyä lupa halaamiseen.

Läheistä ihmistä, kuten äitiä, isää, veljeä,  
siskoa tai hyvää ystävää saat halata.



# Pussailu



## Pussailu

Mitä tunteita tämä kuva sinussa herättää?

Pussaaminen ei aina tunnu välttämättä samalta.

Muista kysyä lupa, ennen kuin pussaat.  
Näin kunnioitat toisten rajoja.

Voit pussata vanhempiasi ja sisaruksiasi,  
kun osoitat heille kiintymystä.

Ihastustasi voit pussata, mikäli ihastuksesi  
antaa siihen luvan.

Mitä pussaaminen sinulle tarkoittaa?

Ketä voit pussata?

Mihin voit pussata ihastustasi?



# Rakastua





## Rakastua

Mitä tunteita tämä kuva herättää sinussa?

Miltä rakkaus sinusta tuntuu?

Keitä voi rakastaa?

Rakastaminen on lämmin tunne, joka tulee kun ajattelee rakkauden kohdettaan.

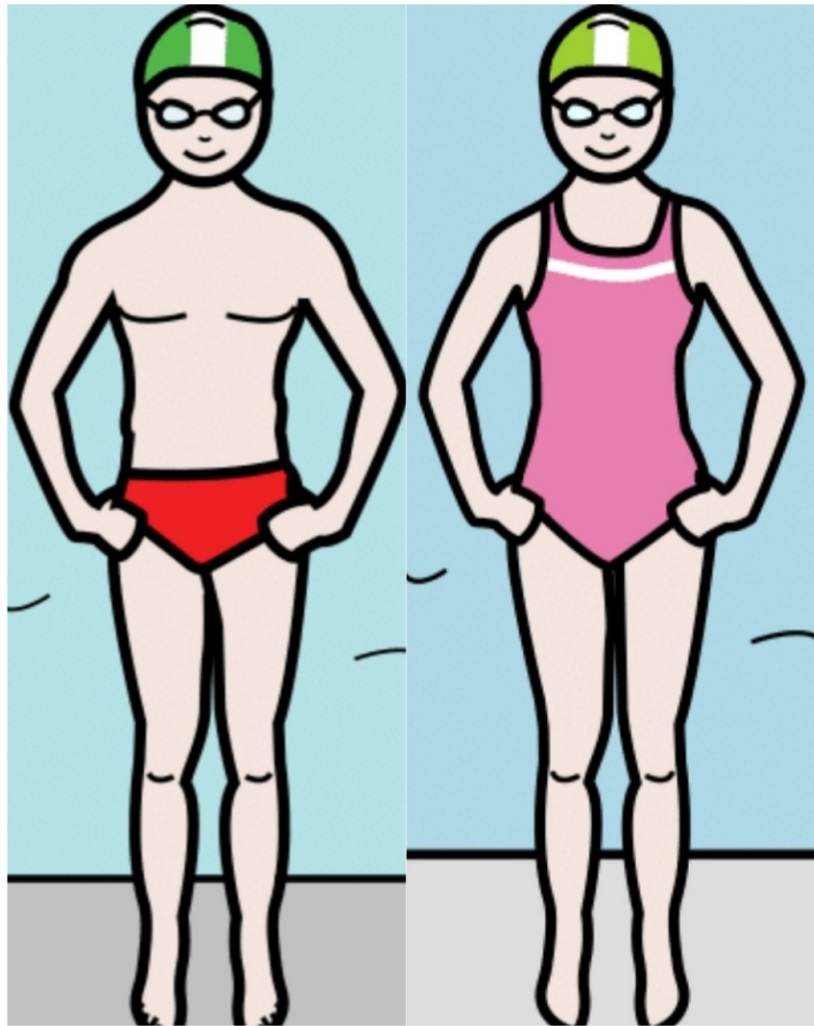
Rakkautta on eri tyyppistä. Voit rakastaa ystäviäsi, vanhempiasi, sisaruksiasi, läheisiäsi ja ihastuksen kohdettaasi. Voit ihastua myös samaa sukupuolta olevaan.

Vaikka rakastat jotakuta, et välttämättä saa aina vastakaikua tunteillesi. Se voi tuntua pahalta mutta sinä selviät siitä kyllä.





## Turvataidot



## Turvataidot

Mitä tunteita tämä kuva herättää sinussa?

Turvataitojen avulla lapset ja nuoret voivat välttää kiusaamisen, häirinnän, hyväksikäytön tai väkivallan uhreiksi joutumista.

Opeta nuorelle kehonosien oikeat nimet.

Opeta nuorelle, että kaikista kehon osista saa puhua aikuisen kanssa.

Kerro nuorelle, että uimapuvun alla olevat kehon osat ovat nuoren omia alueita ja nuori saa määrätä niistä itse.

Kukaan ei saa koskea uimapuvun alla olevia paikkoja, katsoa niitä tai puhua niistä ilman nuoren lupaa.

Kehossa on arvokkaita ja yksityisiä osia, joita tulee suojata. Näitä paikkoja ei näytetä kaikille ihmisille.

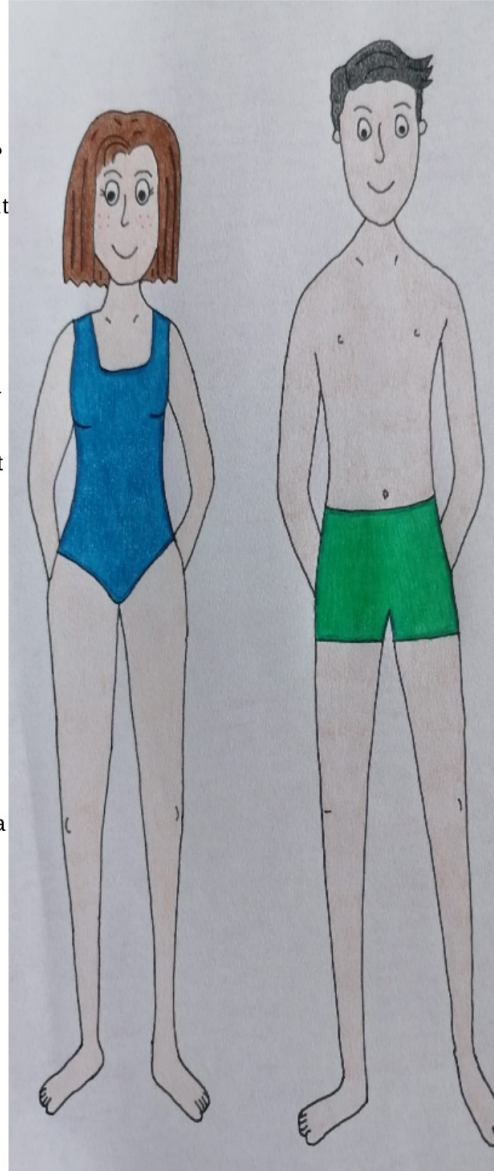
Nuorelle on hyvä opettaa, että toista saa koskettaa vain jos se tuntuu toisesta mukavalta. Kosketus ei saa tuntua pahalta kehossa, eikä siitä saa tulla paha mieli.

Hyvä kosketus ei ole salaisuus.  
Huono kosketus sattuu, pelottaa ja suututtaa.

Opettele sanomaan EI, mikäli et halua jonkun koskettavan sinua.

Kuka sinua saa koskettaa uimapukualueelle?

Saatko koskettaa ketä haluat, milloin haluat?



# Yksityisyys



## Yksityisyys

Mitä tunteita tämä kuva herättää sinussa?

Pohdi kenen kanssa sinä voisit keskustella seuraavista asioista:

Sydänsurut

Seurustelukumppani

Seksuaaliset mieltymykset

Itsetyydytys

Kertoisitko ylläolevista asioista:

Itselle

Perheelle, seurustelukumppanille,

parhaalle ystävälle

Kavereille

Julkisesti kaikille



# Itsetyydytys



# Itsetyydytys

Mitä tunteita tämä kuva sinussa herättää?

Itsetyydytys on sitä, kun ihminen hyväilee itseään saadakseen aikaan seksuaalista nautintoa ja mielihyvää.

Nuori voi kokea itsetyydytyksen eli masturbaation hämmäntävänä asiana.

Masturbaatio on tärkeä väylä seksuaalisen itsensä löytymiseen.

Itsetyydytys on yksi tapa toteuttaa omaa seksuaalisuuttaan.

Nuorelle on hyvä opettaa kuinka itsetyydytyksen voi tehdä turvallisesti satuttamatta itseään. Tällaisia menetelmiä ovat mm. omalla kädellä tapahtuva itsetyydytys tai seksivälineiden käyttö. Ei ole olemassa mitään oikeaa tapaa itsetyydyttää, vaan jokainen tekee sitä tavallaan.

Nuoren kanssa on hyvä käydä läpi, että itsetyydytys on seksuaalista toimintaa ja se on tarkoitettu yksityisiin paikkoihin.

Esimerkiksi julkisissa tiloissa itsetyydyttäminen ei ole sallittua. Itsetyydytyksessä tuotetaan mielihyvää itselleen koskettelemalla omia sukupuolielimiä ja muita herkkiä alueita, esimerkiksi rintoja

Missä itsetyydytystä voi harrastaa?

Tarvitseeko itsetyydytyksestä kertoa muille?

