

Opinnäytetyö (AMK)

Sairaanhoidajakoulutus

2023

Sara Hämäläinen

Nuorten seksuaalioikeudet ja turvallinen seksuaalikäyttäytyminen

– Tietopaketti seksuaalikasvatuksen tueksi

Opinnäytetyö (AMK) | Tiivistelmä

Turun ammattikorkeakoulu

Sairaanhoidajakoulutus

2023 | 39 sivua

Sara Hämäläinen

Nuorten seksuaalioikeudet ja turvallinen seksuaalikäyttäytyminen

- Tietopaketti seksuaalikasvatuksen tueksi

Opinnäytetyössä tarkasteltiin nuorten seksuaalioikeuksia ja turvallista seksuaalista käyttäytymistä. Opinnäytetyön tavoitteena oli nuorten seksuaaliterveyden edistäminen. Tarkoituksena oli tuottaa materiaalia nuorten seksuaalikasvatuksen tueksi.

Opinnäytetyö toteutettiin kirjallisuuskatsauksena. Opinnäytetyön aineistoon valikoitui 14 sisäänottokriteerien mukaista lähdettä, jotka sisällönanalyysin avulla jaettiin seksuaaliterveyttä edistäviin ja heikentäviin tekijöihin. Näihin luokkiin sisällytettiin turvallinen seksuaalinen käyttäytyminen, seksuaalioikeudet ja riskikäyttäytyminen.

Tulosten pohjalta voidaan todeta, että kokonaisvaltaisella seksuaalikasvatuksella ja seksuaalioikeuksien toteutumisella voidaan edistää nuorten turvallista seksuaalista käyttäytymistä ja sitä kautta myös seksuaaliterveyttä. Opinnäytetyön toimeksiantaja oli Turun Ammattikorkeakoulu. Tulosten pohjalta tehtiin tietopaketti aiheesta. Tietopaketissa oli seksuaalikasvatukseen osallistuville aikuisille sekä nuorille suunnatut erilliset osiot.

Asiasanat:

Nuoret, seksuaalisuus, seksuaalikasvatus, seksuaalioikeudet, seksuaaliterveys

Bachelor's Thesis | Abstract

Turku University of Applied Sciences

Degree programme in Nursing

2023 | 39 pages

Sara Hämäläinen

The sexual rights of adolescents and safe sexual behaviour

- information package for sexual education

The bachelor's thesis examined the sexual rights of young people and safe sexual behaviour. The purpose of the bachelor's thesis was to promote the sexual health of young people and provide material to support sexual education.

The bachelor's thesis was done using a literature review. According to the admission criteria there were selected 14 sources for the material of the literature review and. Using content analysis these selected items was divided into factors that promote sexual health and weaken sexual health. These categories included safe sexual behaviour, sexual rights and risky sexual behaviour.

Based on the results it can be concluded that providing comprehensive sex education with the realization of sexual rights can make positive impact on adolescent sexual health and encourage adolescent safe sexual behaviour. It can be used as a tool to support safe sexual behaviour and decision making. The client of the bachelor's thesis was Turku University of Applied Sciences. The guide on the subject was made based on the results. The guide had its own section for adolescents and adults who work with them.

Keywords:

Adolescent, sexuality, sex education, sexual rights, sexual health

Sisältö

1 Johdanto	6
2 Nuorten seksuaalisuus, seksuaalikasvatus ja seksuaalioikeudet	7
3 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja ohjaavat kysymykset	9
4 Toteutusmenetelmä	10
4.1 Kirjallisuuskatsaus	10
4.2 Aineiston keruu ja analysointi	11
5 Tulokset	15
5.1 Turvallinen seksuaalinen käyttäytyminen	15
5.2 Seksuaalinen riskikäyttäytyminen ja seksuaaliterveyttä heikentävät tekijät	16
5.3 Tulosten yhteenveto ja kehitetty tietopaketti	18
6 Eettisyys ja luotettavuus	20
7 Pohdinta	22
Lähteet	24

Liitteet

Liite 1. Tiedonhakutaulukko

Liite 2. Opinnäytetyössä kehitetty tietopaketti

Kuvat

Kuva 1. Tuotoksen kansilehti

19

Taulukot

Taulukko 1. Kirjallisuuskatsauksen aineisto

11

Taulukko 2. Sisäänottokriteerit

13

Taulukko 3. Sisällönanalyysi

13

1 Johdanto

Maailman terveysjärjestö WHO:n määritelmään mukaan lapsuuden ja aikuisuuden välissä olevaa vaihetta kutsutaan nuoruudeksi ja se kattaa ikävuodet 10-19. Koko maailman väestöstä nuoret muodostavat yli 16%. (WHO 2023.) Vuoden 2016 alussa astui maailmassa voimaan kestävän kehityksen tavoitteet, jotka on määritellyt YK:n Agenda 2030 kestävän kehityksen ohjelmassa. Ohjelmaan sisältyy myös seksuaali- ja lisääntymisterveys. Agendan mukaan vuoteen 2030 mennessä kaikilla tulisi olla yhtäläiset mahdollisuudet seksuaaliterveyteen ja seksuaalioikeuksien toteutumiseen sekä mahdollisuus seksuaali- ja lisääntymisterveyden palveluihin ja koulutuksiin. (Suomen YK-liitto n.d.)

Seksuaalioikeudet ovat osa ihmisoikeuksia. Seksuaalioikeudet ovat kaikille ihmisille samat iästä tai sukupuolesta huolimatta. (THL 2020.) Yksi tapa tarkastella seksuaalista hyvinvointia on arvioida sitä seksuaalioikeuksien toteutumisen näkökulmasta (Santalahti 2018). Seksuaalisuus on käsitteenä muuttunut paljon vuosien varrella. Nykykäsityksen mukaan sitä tulisi tarkastella moninaisena ilmiönä, jolla on useita ulottuvuuksia. (WHO n.d.)

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää turvalliseen seksuaalikäyttäytymiseen ja riskikäyttäytymiseen liittyviä tekijöitä. Tätä oli tarkoitus tarkastella seksuaaliterveyden ja seksuaalioikeuksien toteutumisen näkökulmasta. Opinnäytetyön tavoitteena on nuorten seksuaaliterveyden edistäminen. Opinnäytetyön tuotoksena syntyneen tietopaketin on tarkoitus toimia seksuaalikasvatuksen tukena. Sairaanhoidajan työnkuva on moninainen ja nuoria kohtaa monessa eri työpaikassa. Jokainen nuorten kanssa työskentelevä aikuinen toimii omalta osaltaan seksuaalikasvattajana, joten siksi aihe on tärkeä. Opinnäytetyön toimeksiantaja oli Turun Ammattikorkeakoulu.

2 Nuorten seksuaalisuus, seksuaalikasvatus ja seksuaalioikeudet

Maailman terveysjärjestö WHO:n (n.d) antaman määritelmän mukaan seksuaalisuudella tarkoitetaan sukupuolta, sukupuoli-identiteettiä ja -rooleja, seksuaalista suuntautumista, erotiikkaa, mielihyvää, läheisyyttä ja lisääntymistä. Seksuaalisuutta pidetään tärkeänä osana ihmisyyttä. Sen kokeminen ja ilmaiseminen on yksilöllistä. Seksuaalisuus ja sen muodostuminen on monen tekijän summa. Siihen vaikuttavia tekijöitä ovat biologiset, psykologiset, sosiaaliset, taloudelliset, poliittiset, kulttuuriset, historialliset, uskonnolliset ja eettiset tekijät sekä näiden yhteinen vuorovaikutus. (WHO n.d.) Seksuaalisuuden kehittyminen on monimutkainen prosessi. Se kehittyy ja muuttuu läpi elämän. (Burlew & Capuzzi 2002, 4–5.)

Papernyn (2011, 172) mukaan seksuaalisuuden kehittymisen kannalta terveellisin ympäristö on sellainen, joka tarjoaa positiivisia kokemuksia ja malleja, joista yksilö voi oppia. Kehityksen tueksi nuoret tarvitsevat seksuaalikasvatusta, joka vastaa heidän ikä- ja kehitystasoaan sekä perustuu tutkittuun tietoon (Halonen ja Sassi 2020).

Vuonna 2010 WHO:n Euroopan aluetoimista ja BZgA (The Federal Centre for Health Education) julkaisivat Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa asiakirjan, joka pohjalta seksuaalikasvatusta voidaan suunnitella ja toteuttaa Euroopassa yhtenäisemmin ja kokonaisvaltaisemmin. Seksuaalikasvatus antaa mahdollisuuden seksuaalisuuden ymmärtämisen lisäksi sen turvalliseen toteuttamiseen ja seksuaaliterveyden edistämiseen. Standardien suositusten mukaan seksuaalikasvatusta tulisi ajatella kokonaisvaltaisena seksuaalikasvatuksena, jossa seksuaalisuus nähdään positiivisena asiana sekä elämänlaatua parantavana voimavarana. Kokonaisvaltaiseen seksuaalikasvatukseen liittyy myös riskien ehkäisy ja turvallinen seksuaalikäyttäytyminen, mutta sen painopisteenä ei ole enää pidättäytymiseen

tähtäävä ohjaus, sillä nykykäsityksen mukaan se on tehotonta ja kapea-alaista. (THL 2014, 5–7.)

Seksuaalikasvatuksen tarkoituksena on antaa luotettavaa ja kattavaa tietoa seksuaalisuuteen liittyen (Awad ym. 2022, 59). Seksuaalikasvatuksella voidaan edistää seksuaaliterveyttä, joka on tärkeä osa ihmisen kokonaisvaltaista hyvinvointia. Seksuaaliterveydellä tarkoitetaan fyysisen, emotionaalisen, henkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tilaa suhteessa seksuaalisuuteen. (WHO n.d.) Kokonaisvaltaisessa seksuaalikasvatuksessa seksuaalisuus nähdään positiivisena voimavarana ja jokaisen oikeutena (THL 2014, 7).

Väestöliiton (n.d) määritelmän mukaan seksuaalioikeuksilla tarkoitetaan yksilöiden oikeuksia päättää tietoisesti ja vastuullisesti omaan seksuaalisuuteen liittyvistä asioista. Nämä oikeudet ovat oikeus vaikuttaa omaan seksuaalisuuteen, oikeus tietoon seksuaalisuudesta, oikeus suojella itseään ja tulla suojelluksi, oikeus seksuaaliterveyspalveluihin, oikeus näkyä, oikeus yksityisyyteen ja oikeus vaikuttaa. (Ilmonen ym. 2019, 7–9.) Oikeuksien mukana tulee myös vastuu ja velvollisuus. Oikeuksien toteutuminen edellyttää, että kaikki kunnioittavat toisten oikeuksia (WHO n.d).

Seksuaalikasvatus lukeutuu seksuaalioikeuksiin. Sen avulla voidaan tukea nuorten oikeutta tehdä päätöksiä omaan seksuaalisuuteensa liittyen. Omaan seksuaalisuuteen tutustuminen on osa nuoruutta ja luonnollista kehitystä. (Väestöliitto n.d.) Nuorille annettu tieto seksuaalisuudesta ja siihen liittyvästä turvallisesta käyttäytymisestä voi auttaa nuoria tekemään vastuullisempia päätöksiä (Friedrich ym. 2004, 239). Turvataitokasvatuksella voidaan parantaa kykyä selvittää haastavista tilanteista ja kehittää nuoren itsetuntoa. Nuori voi oppia tunnistamaan myös seksuaalisen väkivallan ja häirinnän eri muotoja, jolloin niihin puuttuminen ja niistä puhuminen on helpompaa. (Aaltonen 2012, 13.)

3 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja ohjaavat kysymykset

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää seksuaaliseen käyttäytymiseen liittyviä tekijöitä sekä nuorten seksuaalioikeuksien toteutumisen hyötyjä turvalliseen seksuaalikäyttäytymiseen liittyen. Kirjallisuuskatsauksen tulosten pohjalta on tarkoitus tehdä tietopaketti aiheesta. Tietopaketin tarkoituksena on tukea nuorten seksuaalikasvatusta. Opinnäytetyön tavoitteena on nuorten seksuaaliterveyden edistäminen.

Opinnäytetyötä ohjaavat kysymykset:

1. Mitkä tekijät lisäävät turvallista seksuaalista käyttäytymistä?
2. Voidaanko seksuaalioikeuksien toteutumisella edistää turvallista seksuaalista käyttäytymistä?
3. Mitä on seksuaalinen riskikäyttäytyminen ja mitkä tekijät altistavat sille?
3. Minkälainen tietopaketti voidaan tehdä kirjallisuuskatsauksen tulosten perusteella?

4 Toteutusmenetelmä

4.1 Kirjallisuuskatsaus

Tämä opinnäytetyö toteutettiin kirjallisuuskatsauksena. Opinnäytetyön toteuttamiseen valittiin erilaisista kirjallisuuskatsauksen tyypeistä narratiivinen kirjallisuuskatsaus. Narratiivisen kirjallisuuskatsauksen tarkoituksena on kuvailla valittuun aiheeseen liittyvää aiempaa tutkimusta (Stolt ym. 2016, 9).

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen aineisto muodostuu aiemmin julkaistusta, tutkimusaiheen kannalta merkityksellisestä tutkimustiedosta. Tarkoituksena on löytää aineisto, joka on sisällöltään mahdollisimman relevantti tutkimuskysymyksen ja siihen vastaamisen kannalta. Aineiston valintaa ohjaavat tutkimuskysymykset. (Kangasniemi ym. 2013, 295.) Kirjallisuuskatsauksen avulla voidaan muodostaa kokonaiskuvaa jostain tietyistä aiheista (Salminen 2011, 3).

Opinnäytetyön teko eteni kirjallisuuskatsauksen vaiheiden mukaisesti. Näitä vaihteita ovat tutkittavan aiheen valinta ja tutkimusongelman määrittely sekä ohjaavien kysymysten muodostaminen. Tämän jälkeen määritellään hakusanat, jonka perusteella voi ruveta tekemään aineiston hakua ja valintaa. (Stolt ym 2016, 23–34.) Kiinnostus opinnäytetyötä koskevaan aiheeseen heräsi opiskelun aikana erilaisissa harjoitteluissa sekä seksuaalisuutta käsittelevien opintojen myötä. Nuorten seksuaalisuus on aiheena edelleenkin mielipiteitä herättävä ja siitä puhuttaessa voi kohdata monia ennakkoluuloja ja virheellisiä oletuksia. Hoitotyön näkökulmasta aihe on tärkeä, sillä sairaanhoitajan velvollisuuksiin kuuluu terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen sekä keskusteluun osallistuminen (Suomen Sairaanhoitajat 2020).

4.2 Aineiston keruu ja analysointi

Tietokannat, josta opinnäytetyöhön haettiin tietoa olivat Cinahl (EBSCO), Medic ja Pubmed. Alunperin testihakuja toteuttiin kesän 2023 aikana myös muihin tietokantoihin, mutta aiheen laajuuden ja ajan rajallisuuden vuoksi lopullisiin hakuihin valittiin 3 tietokantaa. Tietokantahauissa pyrittiin valitsemaan mahdollisimman tuoreita julkaisuja, joten hakuja tehdessä tehtiin 5 vuoden rajaus. Tämän lisäksi tietoa haettiin myös Maailman terveysjärjestö WHO:n sivuilta kansainvälisten ohjeiden ja suositusten selvittämiseksi. Tiedonhakuja on kuvattu tiedonhakutaulokossa (liite 1).

Hakusanoja olivat nuorten seksuaalioikeudet (adolescent sexual rights), seksuaalisuus (sexuality), nuorten seksuaalikäyttäytyminen (adolescent sexual behaviour), seksuaalikasvatus (sex education) ja nuorten seksuaaliterveys (adolescent sexual health).

Aineiston valintaa ohjasivat tutkimuskysymykset. Aineistoa rajattiin myös niin, että siihen valittiin vain suomenkielisiä tai englanninkielisiä artikkeleita. Aineiston valintaa ohjasi myös, se että sisällön tuli liittyä nuoriin yleisesti eikä esimerkiksi mihinkään tiettyyn rajattuun ryhmään. Kirjallisuuskatsauksen aineistoon valikoitui loppujen lopuksi 11 tieteellistä julkaisua, jotka olivat sisäänottokriteerien mukaisia. Tämän lisäksi valittiin WHO:n sivuilta 3 aihetta käsittelevää julkaisua. Aineistoon valikoitui siis kaiken kaikkiaan 14 julkaisua (Taulukko 1). Taulukossa 2 on kuvattuna näitä edellä mainittuja sisäänottokriteerejä tietokantoihin.

Taulukko 1. Kirjallisuuskatsauksen aineisto

Tekijät	Julkaisuvuosi	Nimi
Adenmosun, E. & Archibald, C.	2023	Caring Attributes in Interventions for Sexual Risk Behaviors Among Adolescents
Agwu, A.	2020	Sexuality, Sexual Health, and Sexually Transmitted Infections in Adolescents and Young Adults

Goldfarb, E. S. & Lieberman, L. D.	2020	Three Decades of Research: The Case for Comprehensive Sex Education
Kantor, L. M. & Lindberg, L	2020	Pleasure and Sex Education: The Need for Broadening Both Content and Measurement
Kågesten, A. & Reeuwik, M.	2021	Healthy sexuality development in adolescence: proposing a competency-based framework to inform programmes and research
Lee, G. Y. & Lee, D. Y.	2019	Effects of a life skills-based sexuality education programme on the life-skills, sexuality knowledge, self-management skills for sexual health, and programme satisfaction of adolescents
Michaud, P-A.; Visser, A.; Vervoort, J.;Kocken, P.;Reijneveld, S.; Blair, M.;Alexander, D.; Rigby, M.;Weber, M. & Jansen, D.	2019	Do European Union countries adequately address the healthcare needs of adolescents in the area of sexual reproductive health and rights?
Savioja, H.	2019	Sexual behaviour in adolescence: The role of depression, delinquency, and family related factors
Scull, T.; Dodson, V.; Geller, J.; Reeder, L. & Stump, K.	2022	A Media Literacy Education Approach to High School Sexual Health Education: Immediate Effects of Media Aware on Adolescents' Media, Sexual Health, and Communication Outcomes.
Todd, N. & Black, A.	2020	Contraception for Adolescents
Torres-Cortés, B.; Leiva, L.; Canenguez, K.; Olhaberry, M. & Méndez, E.	2023	Shared Components of Worldwide Successful Sexuality Education Interventions for Adolescents: A Systematic Review of Randomized Trials
WHO	2018	Recommendations on adolescent sexual and reproductive health and rights
WHO	2023	Sexual Health
WHO	2023	Sexual and Reproductive Health and Research (SRH)

Taulukko 2. Sisäänottokriteerit

Sisäänottokriteerit
Suomen- ja englanninkieliset julkaisut
Julkaistu vuosina 2018-2023
Ilmainen koko teksti saatavilla
Julkaistu käsittelee nuorten seksuaalisuutta, seksuaalioikeuksia ja/tai seksuaalikäyttäytymistä
Täyttää tieteellisen julkaisun kriteerit
Ylemmän ammattikorkeakoulun opinnäytetyöt ja sitä ylempitasoiset tutkimukset, tieteelliset artikkelit

Opinnäytetyön aineiston analysoinnissa käytettiin sisällön analyysia, jonka avulla voidaan kuvailla ja käsitteellistää tutkittavaa ilmiötä tiivistetyssä muodossa (Kyngäs & Vanhanen 1999). Aineistoa analysoitiin laadullisen sisällönanalyysin periaatteita noudattaen. Käytetty menetelmä oli induktiivinen sisällönanalyysi, joka on aineistolähtöistä. Aineistoista etsittiin tutkimuskysymykseen vastaavia pelkistettyjä ilmauksia, jotka luokiteltiin (Taulukko 3). (Tuomi & Sarajärvi 2018.)

Taulukko 3. Sisällönanalyysi

Pelkistetty ilmaus/kuvaus:	Alaluokka	Yläluokka
Seksuaalioikeuksien toteutuminen	Turvallista seksuaalikäyttäytymistä lisääviä tekijöitä	Seksuaaliterveyttä edistävät tekijät
Tiedon saatavuus		
Medialukutaito		
Avoin keskustelu, normalisointi		
Seksuaalinen lukutaito		
Kriittiset reflektointitaidot		
Ihmissuhdetaidot		
Turvataidot ja omien rajojen tunnistaminen		
Helposti saatavilla oleva ehkäisy		
Seksuaalikasvatus		

Positiiviset yhteiskunnalliset asenteet ja normit		
Seksuaalipalveluiden saatavuus		
Ihmisoikeuksien kunnioitus		
Suostumuksen ymmärtäminen		
Sukupuolten väliset tasa-arvoiset asenteet		
Tiedon puute	Seksuaalinen riskikäyttäytyminen	Seksuaaliterveyttä heikentävät tekijät
Negatiivinen suhtautuminen seksuaalisuuteen		
Ennakkoluulot		
Seksuaalikasvatuksen puute		
Masennus, mielenterveydenhäiriöt		
Perhetekijät: vanhempien osallisuus, matala koulutustaso		
Päihteet		

Päälukiksi nimettiin seksuaaliterveyttä edistävät ja heikentävät tekijät.

Alaluokkia olivat seksuaalioikeudet, turvallista seksuaalikäyttäytymistä edistävät tekijät ja seksuaalinen riskikäyttäytyminen. Ylhäällä olevassa taulukossa (Taulukko 3) on kuvattuna aineiston luokittelua.

5 Tulokset

5.1 Turvallinen seksuaalinen käyttäytyminen

Terveen seksuaalisuuden kehittymiseen liittyviä osa-alueita on esimerkiksi seksuaalinen lukutaito, sukupuolten välinen tasa-arvo, ihmisoikeuksien kunnioittaminen, suostumuksen ymmärtäminen, kriittiset reflektointitaidot, selviytymistaidot ja ihmissuhdetaidot. Nämä osa-alueet voivat joko haitata tai vahvistaa nuoren hyvinvointia ja suhdetta omaan seksuaalisuuteen. Tähän vaikuttaa olennaisesti se mitä resursseja nuorilla on käytettävissä. (Kågesten & Reeuwik 2021.)

Turvallista seksuaalista käyttäytymistä voidaan edistää seksuaalikasvatuksella, joka antaa tietoa, mutta myös opettaa taitoja seksuaalisiin kokemuksiin ja kanssakäymisiin liittyen. Näiden opittujen tietojen ja taitojen avulla voidaan vähentää seksuaalisiin kokemuksiin liittyviä riskejä. (Lee & Lee 2019, 519–520, 530–531; Torres-Cortés ym. 2023.) Nuorten turvallista seksuaalista käyttäytymistä käsiteltäessä tulisi aihetta tarkastella laajemmin eikä vain ei-toivottujen raskauksien ja sukupuolitautilien näkökulmasta. Turvalliseen seksuaaliseen käyttäytymiseen liittyy nykypäivänä myös seksuaaliterveysviestintätaitojen kehittäminen. (Scull ym. 2022.)

Elämäntaitopohjaisessa seksuaalikasvatuksessa huomioidaan eri osa-alueita, kuten itsetunto, ongelmanratkaisutaidot, ihmissuhdetaidot ja päätöksenteko. (Lee & Lee 2019, 523, 525, 530–531.) Seksuaalikasvatuksen on osoitettu olevan tehokkainta silloin, kun se on aloitettu ennen seksuaalisen toiminnan aloittamista. Varhaisen tietoperustan rakentaminen ja taitojen opettelu ovat tärkeässä roolissa kun halutaan kehittää ja tukea terveän seksuaalisuuden kehittymistä. (Goldfard & Lieberman 2020.)

Aiheiden normalisointi ja keskustelujen aloittaminen nuorten kanssa seksuaalisuuteen liittyen voivat kannustaa nuoria ottamaan aktiivisempaa roolia oman seksuaaliterveytensä edistämiseksi. (Agwu 2020.)

Turvalliseen seksuaaliseen käyttäytymiseen liittyy myös ehkäisy. Erilaisten ehkäisymenetelmien tarjoaminen ja niistä keskusteleminen voi auttaa ehkäisemään ei-toivottuja raskauksia sekä sukupuolitauteja nuorten keskuudessa. (Todd & Black 2020, 28–31.)

Nuorten pääsyä erilaisiin neuvontatoimiin tulisi helpottaa ja mukauttaa niin, että ne vastaavat tarpeita sekä kunnioittavat nuorten oikeuksia. Näihin oikeuksiin sisältyy oikeudenmukaisuus, luottamuksellisuus, yksityisyyden kunnioittaminen ja osallistuminen omaa terveyttä koskeviin päätöksiin. (Michaud ym. 2019.)

Kattavan seksuaalikasvatuksen ohjelmien on osoitettu olevan hyödyksi myös seksuaalisen väkivallan tai häirinnän vähentämisessä esimerkiksi nuorten välisissä seurustelusuhteissa. Tämä perustuu tietojen ja taitojen lisääntymiseen sekä asenteiden muuttumiseen. (Goldfard & Lieberman 2020.)

Hyvät ihmissuhdetaidot ja kyky ajatella kriittisesti tukevat turvallista seksuaalista käyttäytymistä, sillä se kannustaa keskustelemaan, ajattelemaan ja neuvottelemaan asioista. Ihmissuhde- ja vuorovaikutustaitoihin liittyy kyky esittää omia mieltymyksiä ja kyky kuunnella muita sekä kunnioittaa muita. Hyvät ihmissuhdetaidot voivat auttaa edistämään positiivisten intiimien suhteiden muodostumista. Kommunikoinnilla on tärkeä rooli seksuaalisissa suhteissa, sillä sen avulla voidaan lisätä seksuaalista hyvinvointia esimerkiksi turvallisuuden suhteen tietojen ja taitojen kautta. (Kågesten & Reeuwijk 2021.)

5.2 Seksuaalinen riskikäyttäytyminen ja seksuaaliterveyttä heikentävät tekijät

Seksuaalikasvatusta ja seksuaalioikeuksia vastustavat normit voivat ylläpitää kulttuuria, joka heikentää nuorten seksuaaliterveyttä. Tällaista ilmapiiriä ylläpitäviä tekijöitä on esimerkiksi seksuaalisuudesta puhumisen välttäminen, sukupuolten väliset epätasa-arvoiset asenteet ja ennakkoluulot sekä seksuaalipalveluiden vastustaminen. (WHO 2018, 3, 10–13, 52, 58–63.)

Seksuaalinen riskikäyttäytyminen voi olla esimerkiksi suojaamatonta seksiä, useita kumppaneita ja varhaista yhdyntöjen aloittamista (Adenmosun &

Archibald 2023, 104). Riskikäyttäytymisellä ja nuorten kokemilla mielenterveyden ongelmilla kuten masennuksella ja käytöshäiriöillä on todettu olevan yhteyttä. Muita riskikäyttäytymistä lisääviä tekijöitä ovat esimerkiksi vanhempien vähäinen osallisuus sekä matala koulutustaso. (Savioja 2019, 69–74, 85–86.)

Sosiaalinen media luo nykypäivä uudenlaisia mahdollisuuksia nuorten seksuaalikasvatuksen opetukseen. Se kuitenkin voi myös toimia alustana seksuaaliselle riskikäyttäytymiselle ja auttaa ylläpitämään epäterveellisiä suhteita sekä altistaa erilaisille seksuaalisille uhille. (Scull ym. 2022.)

Euroopassa vuonna 2015 kerätyn tiedon mukaan 61% klamydiatartunnoista todettiin nuorten keskuudessa (WHO 2018, 31). Yhdysvalloissa tehdyn tutkimuksen mukaan nuorten väliset sukupuolitartunnat ovat lisääntymässä. Noin yksi viidestä HIV tartunnasta oli todettu 13-24- vuotiailla. Myös klamydian, tippurin ja kupan tartuntamäärät olivat kasvaneet. 13,8% tutkimukseen osallistuneista opiskelijoista ei ollut käyttänyt minkäänlaista ehkäisyä viimeisimmän seksuaalisen kanssakäymisen yhteydessä. 18,8% osallistujista ilmoitti myös olleensa alkoholin tai huumeiden vaikutuksen alaisina edellisen kerran seksiä harrastaessaan. Päihteiden käyttö voi siis altistaa riskikäyttäytymiseen. (Agwu 2020.) Riskinottokäyttäytyminen on todennäköisempää myös sellaisilla nuorilla, joilla on vaikeuksia säädellä omaa toimintaansa etenkin negatiivista vertaispainetta kohdatessa (Savioja 2019, 76).

Ehkäisyn saatavuuteen nuorten keskuudessa vaikuttaa mm. asenteet, tiedon puute ja taloudellinen tilanne. Yhteiskunnallisella tasolla tähän vaikuttaa palveluiden saatavuus sekä se, että onko yhteisössä tunnistettu ja huomioitu nuorten tarpeet seksuaali- ja lisääntymisterveyden suhteen.

Ihmisoikeuslainsäädännössä määritellään, että nuorille tulee tarjota tietoa ja palveluita ehkäisyyn liittyen. (WHO 2018, 1–4, 5–8, 10–13, 27, 32.)

5.3 Tulosten yhteenveto ja kehitetty tietopaketti

Kirjallisuuskatsauksen aineistoista löytyviä toistuvia teemoja nuorten paremman seksuaaliterveyden ja turvallisen seksuaalikäyttäytymisen suhteen olivat mm. kokonaisvaltainen seksuaalikasvatus, positiivinen suhtautuminen seksuaalisuuteen, seksuaaliterveyspalveluiden saatavuus, seksuaalineuvonta ja ehkäisyn saatavuus. WHO:n vuonna 2018 julkaistussa suosituksissa, jossa käsiteltiin nuorten seksuaaliterveyttä ja -oikeuksia tuotiin ilmi myös yhteiskunnallisia asenteita ja arvoja, joilla voidaan vaikuttaa myönteisesti nuorten seksuaalisuuden kehittymiseen ja sitä kautta myös edistää nuorten turvallista seksuaalista käyttäytymistä. Suurimmassa osassa tutkimuksia ei suoranaisesti viitattu seksuaalioikeuksiin, mutta niissä lueteltiin asioita, jotka sisältyvät yleisesti määriteltyihin seksuaalioikeuksiin. Näin ollen voidaan tehdä olettamusta siitä, että seksuaalioikeuksien toteutumisella voidaan edistää nuorten turvallista seksuaalikäyttäytymistä ja sitä kautta vaikuttaa positiivisesti nuorten seksuaaliterveyteen.

Nuorten seksuaalioikeudet ja etenkin niiden toteutuminen ovat sidoksissa ympäristön luomiin mahdollisuuksiin, kuten saatavilla olevaan informaatioon ja ohjaukseen. Tähän vaikuttavat myös yhteiskunnalliset normit ja arvot. Seksuaaliterveyden toteutumien edellyttää seksuaalioikeuksien toteutumista, kunnioitusta ja suojelua. (WHO 2023.)

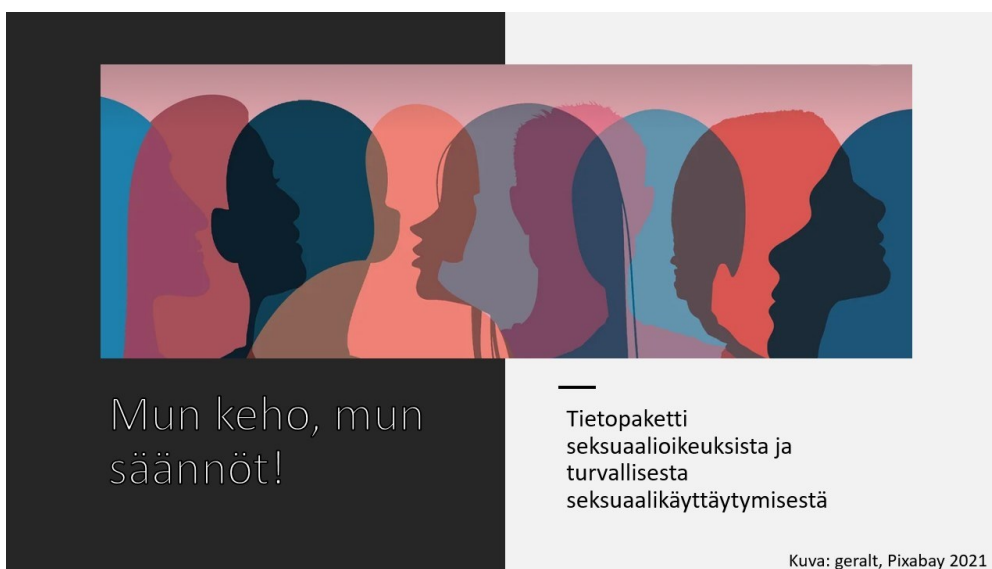
Seksuaalioikeuksien toteutumisella voidaan edistää nuorten turvallista seksuaalista käyttäytymistä. Tämä perustuu siihen, että tiedon ja palveluiden saannilla voidaan osoittaa olevan positiivinen vaikutus nuorten turvalliseen seksuaaliseen käyttäytymiseen. (Kågesten & Reeuwik 2021; WHO 2023.) Tätä tiedonsaantia voidaan edistää laadukkaalla ja kokonaisvaltaisella seksuaalikasvatuksella, joka tukee nuorten seksuaalista terveyttä ja hyvinvointia sekä auttaa heitä kasvamaan seksuaalisesti terveiksi aikuisiksi (WHO 2018, 5–9; Kantor & Lindberg 2020).

Kokonaisvaltainen seksuaalikasvatus keskittyy myös konkreettisiin elämäntaitoihin (Lee & Lee 2019). Kokonaisvaltaisessa seksuaalikasvatuksessa

on myös huomioitu ei toivottujen raskauksien sekä sukupuolitautilien ehkäisy, mutta näkökulmana tähän on turvallisuus ja vastuullisuus sekä siihen kannustaminen. (Scull ym. 2022.)

Tulosten pohjalta tehtiin tietopaketti seksuaalioikeuksista ja turvallisesta seksuaalikäyttäytymisestä. Tietopaketti löytyy opinnäytetyön lopussa olevista liitteistä ja sen kansilehdestä löytyy kuva alhaalta (Kuva 1). Tietopaketin teossa käytettiin Power point – ohjelmaa.

Kuva 1. Tuotoksen kansilehti



6 Eettisyys ja luotettavuus

Eurooppalaisen tutkimuseettisen ohjeistuksen mukaan hyvän tieteellisen käytännön peruseriaatteita ovat luotettavuus, rehellisyys, arvostus ja vastuunkanto (TENK 2023, 12). Opinnäytetyön toteutus on perustunut näihin käytäntöihin ja tekijä on sitoutunut noudattamaan hyvän tieteellisen käytännön periaatteita työskentelyssään koko prosessin ajan.

Tiedeyhteisön yleisesti tunnustamiin toimintatapoihin kuuluu rehellisyyden lisäksi myös huolellisuus ja tarkkuus työskentelyn eri vaiheissa. Työskentelyssä tulee myös huomioida muut tutkijat ja heidän tekemä työ sekä välttää plagiointia. Työskentelyn raportoinnin tulee täyttää laadullisesti sille asetetut yleiset vaatimukset. Opinnäytetyötä varten hankittua tietoa tulee tarkastella kriittisesti eikä tuloksiin saa vaikuttaa esimerkiksi harhaanjohtavalla raportoinnilla tai virheellisellä yleistämisellä. (Hirsjärvi ym. 2009, 24.) Opinnäytetyötä tehdessä opinnäytetyön tekijä on pyrkinyt noudattamaan näitä kaikkia edellä mainittuja asioita.

Opinnäytetyön toteuttamistapa oli narratiivinen kirjallisuuskatsaus, joten tutkimuslupaa ei tarvittu, sillä työssä käytettiin materiaalina julkisia artikkeleita, jotka ovat kaikkien saatavilla. Opinnäytetyön luotettavuus ja sen arviointi perustuu julkisiin ja luotettavaksi arvioituihin tietokantoihin sekä niissä käytettäviin hakusanoihin. Luotettavuuteen vaikuttaa opinnäytetyötä ohjaavien kysymysten muodostaminen sekä niiden pohjalta muodostettuja hakusanojen valinnan onnistuminen. Narratiivisen kirjallisuuskatsauksen luotettavuuteen vaikuttaa siihen valikoitu aineisto, joten luotettavuuden lisäämiseksi tiedonhaussa käytetään useampaa eri tietokantaa. Valittava aineisto pyrittiin koostamaan mahdollisimman tuoreista julkaisuista, jotta tieto olisi mahdollisimman ajantasaista.

Luotettavuuteen on voinut vaikuttaa heikentävästi se, että aineisto oli rajattu ilmaisena löytyviin sisältöihin, joten on mahdollista, että joitakin aiheen kannalta

merkityksellisiä tutkimuksia ei ole valittu aineistoon mukaan. Lisäksi luotettavuutta on voinut heikentää se, että opinnäytetyön tekijä on toiminut koko prosessin ajan yksin. Jotta työmäärä on pysynyt kohtuullisena yhdelle tekijälle, on kirjallisuuskatsaukseen valittua aineistoa jouduttu supistamaan ja rajaamaan.

Kirjallisuuskatsauksen aineistoon valikoitui paljon englanninkielistä sisältöä jolloin käänös- ja tulkintavirheiden mahdollisuus on olemassa. Tähän liittyen luotettavuutta on pyritty lisäämään hyödyntämällä erilaisia sanakirja- ja termipankkipalveluita. Tekstejä on myös luettu useaan otteeseen tekijän toimesta läpi, jotta virhetulkintojen määrä olisi mahdollisimman pieni. Opinnäytetyössä käytetyt lähteet ja tutkimukset löytyvät lähdeluettelosta, joka mahdollistaa sen, että kaikki työssä esitetyt tiedot ovat muidenkin saatavilla ja tarkistettavissa.

Toimeksiantajalle annetaan täydet käyttö- ja muokkausoikeudet opinnäytetyön työn tuloksena syntyneeseen tuotokseen.

7 Pohdinta

Kirjallisuuskatsauksen tulokset tuovat ilmi sitä, että nuorten seksuaalioikeuksien toteutuminen on sidoksissa ympäristön luomiin mahdollisuuksiin ja niiden toteutumisen avulla voidaan edistää nuorten turvallista seksuaalikäyttäytymistä. Tähän tärkeänä työkaluna on kattava ja kokonaisvaltainen seksuaalikasvatus. Opinnäytetyötä varten kerättyä materiaalia voidaan hyödyntää seksuaalikasvatuksen tukena. Tulosten pohjalta syntynyt tietopaketti käsittelee aihetta sen laajuuden vuoksi vain yleisellä tasolla, mutta se voi toimia johdatuksena aiheeseen ja madaltaa kynnystä myöhempään tiedonhakuun sekä oman osaamisen syventämiseen.

Aiheesta löytyi vähän suomalaista tutkittua tietoa viime vuosilta. Kansainvälisellä tasolla tutkimuksia löytyi, mutta näissäkään suurimmassa osassa ei ollut näkökulmana seksuaalioikeudet ja niiden toteutuminen. Monessa tutkimuksessa seksuaalista käyttäytymistä ei pohdittu positiivisen käyttäytymisen kautta vaan siihen liittyvien riskien kautta. Tämä on ristiriidassa sen kanssa, että seksuaalisuutta tulisi tarkastella positiivisena voimavarana ja jokaiselle kuuluvana oikeutena (WHO n.d).

Jatkossa tarvittaisiin lisää näyttöä siitä miten seksuaalioikeudet toteutuvat suomalaisten nuorten keskuudessa ja kuinka paljon sillä on merkitystä nuorten seksuaaliterveyteen ja turvalliseen seksuaaliseen käyttäytymiseen. Asiaa tulisi tarkastella myös laajemmin osana nuorten kokonaisvaltaista terveyttä eikä vain yhtenä erillisenä osa-alueena johon liittyvät sukupuoliteitse tarttuvat taudit ja ei-toivottujen raskauksien ehkäisy. Olisi myös mielenkiintoista tietää onko Suomen sisällä paljon alueellisia eroja nuorten seksuaalioikeuksien toteutumisessa ja mitkä eri tekijät vaikuttavat tähän.

Erytisesti huomiota tulisi kiinnittää nuoriin, joilla on suurentunut riski seksuaaliseen riskikäyttäytymiseen. Sairaanhoidaja voi työskennellä monissa eri paikoissa nuorten kanssa kuten esimerkiksi nuorisokodeissa. Näissä paikoissa sairaanhoidajan työnkuvaan kuuluu nuorten terveyden kokonaisvaltainen edistäminen ja siitä huolehtiminen, jolloin seksuaaliterveydestä ja

seksuaalikasvatuksesta huolehtiminen on osa työnkuvaa. Opinnäytetyön aiheen valitsemiseen vaikutti nuorisokodeissa suoritettujen harjoittelujaksot, jossa kävi ilmi, että tällaiselle tietopakettille voisi olla tarvetta.

Vuonna 2020 Suomessa sijoitettuja alle 18-vuotiaita nuoria on ollut 16 468 (Kraav ym. 2022). Vanhempien osallisuuden ja koulutustason on osoitettu olevan yhteydessä nuorten seksuaaliseen riskikäyttäytymiseen (Savioja 2019, 69–70). Monella sijaishuollon piirissä olevalla nuorella on siis suurentunut riski turvattomaan seksuaaliseen käyttäytymiseen, etenkin kun huomioidaan muutkin tekijät kuten päihteiden käyttö, mielenterveydenongelmat ja käytöshäiriöt. Sijaishuollon piirissä olevilla nuorilla ilmenee enemmän mielenterveyden häiriöitä kuin muilla samaan ikäryhmään kuuluvilla (Kraav ym. 2022). Sen takia näihin nuoriin tulisi kiinnittää erityistä huomiota ja arvioida esimerkiksi nuorisokodeissa tapahtuvaa seksuaalikasvatusta ja sen vaikutuksia nuorten seksuaalisuuden kehittymiseen.

Lähteet

Aaltonen, J. 2012. Turvataitoja nuorille: opas sukupuolisen häirinnän ja seksuaalisen väkivallan ehkäisyyn. Opas 21, Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos. Tampere: Juvenes Print – Tampereen Yliopistopaino Oy. Viitattu 18.4.2023 https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90817/Opas_21%20_verkko.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Adenmosun, E. & Archibald, C. 2023. Caring Attributes in Interventions for Sexual Risk Behaviors Among Adolescents. *International Journal for Human Caring*. Vol. 27, No 2, 104–115. Vaatii kirjautumisen palveluun. Viitattu 15.9.2023 <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=ccm&AN=164357017&site=ehost-live>

Agwu, A. 2020 Sexuality, Sexual Health, and Sexually Transmitted Infections in Adolescents and Young Adults. *Antiviral Medicine*. Vol. 28 No 2, 459–462. Viitattu 13.9.2023 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7482983/>

Awad, Y.; Oudeh, S.; Murad, T. & Sheffield, J. 2022. The School's Climate as a Mediator between the Principal's Personality and the Attitude toward Sex Education in the Arab Sector in Israel. Teoksessa Sheriff D. S (toim.) *Human Sexuality*. E-kirja. Lontoo: Intech Open, 59–89. Viitattu 17.4.2023. https://mts.intechopen.com/storage/books/11267/authors_book/authors_book.pdf

Burlew, L. D. & Capuzzi, D. 2002. Sexuality Counseling: Introduction, Definitions, Ethics, and Professional Issues. Teoksessa Burlew, L. D. & Capuzzi, D. (toim.) *Sexuality Counseling*. E-kirja ProQuest Ebook Central – kirjapalvelussa. New York: Nova Science Publishers, 3–16. Vaatii kirjautumisen palveluun. Viitattu 23.4.2023 <https://ebookcentral.proquest.com/lib/turkuamk-ebooks/reader.action?docID=3019328>

Friedrich, W. N.; Lysne, M.; Sim, L. & Shamos, S. 2004. Assessing Sexual Behavior in High-Risk Adolescents with the Adolescent Clinical Sexual Behavior Inventory (ACSBI). *Child Maltreatment*. Vol. 9, No 3, 239–250 Viitattu

18.4.2023 <https://journals-sagepub-com.ezproxy.turkuamk.fi/doi/epdf/10.1177/1077559504266907>

Goldfarb, E. S. & Lieberman, L. D. 2020. Three Decades of Research: The Case for Comprehensive Sex Education. *Journal of Adolescent Health*. Vol. 68, No 1, 12–27. Viitattu: 19.9.2023 [https://www.jahonline.org/article/S1054-139X\(20\)30456-0/fulltext](https://www.jahonline.org/article/S1054-139X(20)30456-0/fulltext)

Halonen, M. & Sassi P. 2020. Psykoseksuaalinen kehitys lapsuus- ja nuoruusiässä. Teoksessa Brusila, P.; Kero, K.; Piha, J. & Räsänen, M. (toim.) *Seksuaalilääketiede*. E-kirja Duodecim Oppiportti-palvelussa. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim. Vaatii kirjautumisen palveluun. Viitattu 23.4.2023 <https://www.oppiportti.fi/op/set00001/do>

Hirsjärvi, S.; Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. *Tutki ja kirjoita*. 15., uudistettu painos. Helsinki: Tammi.

Ilmonen, K.; Korhonen, E.; Lipsanen, L.; Kaukoranta, R. & Kotiranta, S. (toim.) 2019. *Seksuaalioikeudet*. Väestöliitto. Väestötietosarja osa 29. Helsinki: Nord Print Oy. Viitattu 17.4.2023

https://www.hyvakysymys.fi/uploads/2019/12/12839351-valmiswebseksuaalisuusosoikeus_julkaisu_2019_sisus_web.pdf

Kangasniemi, M.; Utriainen, K.; Ahonen, S-M.; Pietilä, A-M.; Jääskeläinen, P. & Liikanen, E. 2013. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus: eteneminen tutkimuskysymyksestä jäsennettyyn tietoon. *Hoitotiede*. Vol. 25, No 4, 291–301. Viitattu 15.4.2023. <https://journal.fi/hoitotiede/article/view/128286/77409>

Kantor, L. M. & Lindberg, L. 2020. Pleasure and Sex Education: The Need for Broadening Both Content and Measurement. *Am J Public Health*. Vol. 110, No 2, 145–148. Viitattu 16.9.2023

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6951361/>

Kraav, S-L.; Kekkonen, V.; Vornanen, L.; Anis, M.; Voutilainen, A.; Karukivi, M.; Kaittila, A.; Leinonen, L.; Alin, M. & Tolmunen, T. 2022. Kuinka sijoitettujen nuorten mielenterveyttä voi tukea? Katsausartikkeli, *Lääkärilehti*. Viitattu 25.9.2023

<https://www.laakarilehti.fi/tieteessa/katsausartikkeli/kuinka-sijoitettujen-nuorten-mielenterveytta-voi-tukea/?public=d587c40ced50ad8bdc6c5cef27c28ae3>

Kyngäs, H. & Vanhanen, L. 1999. Sisällön analyysi. *Hoitotiede*. Vol. 11, No 1.

Viitattu 16.9.2023 [https://peda.net/jyu/okl/ko/kit/djm/demo-](https://peda.net/jyu/okl/ko/kit/djm/demo-3/materiaalit/kvsa:file/download/cbc6d1571e180d91eb814eb851a5f912ad27a870/Kyngas_Vanhanen_Sisallon_analyysi.pdf)

[3/materiaalit/kvsa:file/download/cbc6d1571e180d91eb814eb851a5f912ad27a870/Kyngas_Vanhanen_Sisallon_analyysi.pdf](https://peda.net/jyu/okl/ko/kit/djm/demo-3/materiaalit/kvsa:file/download/cbc6d1571e180d91eb814eb851a5f912ad27a870/Kyngas_Vanhanen_Sisallon_analyysi.pdf)

Kågesten, A. & Reeuwik, M. 2021. Healthy sexuality development in adolescence: proposing a competency-based framework to inform programmes and research. *Sexual and Reproductive Health Matters*. Vol. 29, No 1, 104–120. Viitattu 16.9.2023.

<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/26410397.2021.1996116>

Lee, G. Y. & Lee, D. Y. 2019. Effects of a life skills-based sexuality education programme on the life-skills, sexuality knowledge, self-management skills for sexual health, and programme satisfaction of adolescents. *Sex Education*. Vol. 19, No 5, 519–533. Vaatii kirjautumisen palveluun. Viitattu 15.9.2023

<https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=ccm&AN=137989152&site=ehost-live>

Michaud, P-A.; Visser, A.; Vervoort, J.;Kocken, P.;Reijneveld, S.; Blair, M.;Alexander, D.; Rigby, M.;Weber, M. & Jansen, D. 2019. Do European Union countries adequately address the healthcare needs of adolescents in the area of sexual reproductive health and rights? *Archives of Disease in Childhood*. Vol.

105, No 1, 40–46 Viitattu 16.9.2023

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6951236/>

Paperny, D. M.N. 2011. Handbook of Adolescent Medicine and Health Promotion. E-kirja ProQuest Ebook Central – kirjapalvelussa. Singapore: World Scientific Publishing Co. Pte. Ltd. Vaatii kirjautumisen palveluun. Viitattu 23.4.2023 <https://ebookcentral.proquest.com/lib/turkuamk-ebooks/reader.action?docID=737635>

Salminen, A. 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyyppeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Opetusjulkaisuja 62. Vaasa: Vaasan yliopiston julkaisuja. Viitattu 15.4.2023 https://www.uwasa.fi/materiaali/pdf/isbn_978-952-476-349-3.pdf

Santalahti, T. 2018. Opettajan opas - Nuorten seksuaalisuus ja seksuaaliterveys. Kustannus Oy Duodecim. Viitattu 22.4.2023 <https://www.terveyskirjasto.fi/sisalto/opettajan-opas-nuorten-seksuaalisuus-ja-seksuaaliterveys>

Savioja, H. 2019. Sexual behaviour in adolescence: The role of depression, delinquency, and family related factors. Väitöskirja. Lääketieteen ja terveysteknologian tiedekunta. Tampere: Tampereen yliopisto. Viitattu 13.9.2023 <https://trepo.tuni.fi/handle/10024/105448>

Scull, T.; Dodson, V.; Geller, J.; Reeder, L. & Stump, K. 2022. A Media Literacy Education Approach to High School Sexual Health Education: Immediate Effects of Media Aware on Adolescents' Media, Sexual Health, and Communication Outcomes. Journal of Youth and Adolescence. Vol. 51, No 4, 708–723. Vaatii kirjautumisen palveluun. Viitattu 15.9.2023 <https://web-s-ebscohost-com.ezproxy.turkuamk.fi/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=11&sid=d1f0e142-1f0f-42fb-90b4-0eb44e1cc6cf%40redis>

Suomen Sairaanhoidajat 2020. Sairaanhoidajien eettiset ohjeet. Viitattu 25.9.2023 <https://sairaanhoidajat.fi/wp-content/uploads/2020/01/Sairaanhoidajien-eettiset-ohjeet.pdf>

Suomen YK-liitto n.d. Kestävä kehitys – Agenda 2030. Viitattu 23.4.2023 <https://www.ykliitto.fi/kestava-kehitys>

Stolt, M.; Axelin, A. & Suhonen, R. (toim.) 2016. Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. 2., korjattu painos. Turku: Juvenes Print.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2023. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa (HTK-ohje). Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 2/2023. Helsinki. Viitattu 15.4.2023 https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf

THL 2014. Maailman terveysjärjestön (WHO) Euroopan aluetoimisto ja BZgA. Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa - Toteuttamisohjeet. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy. Viitattu 18.4.2023. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116767/URN_NBN_fi-fe2014092644952.pdf?sequence=1&isAllowed=y

THL 2020. Seksuaalisuuden ja sukupuolen sanasto. Viitattu 17.4.2023 <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/kehittyvat-kaytannot/seksuaalisuus-puheeksi/seksuaalisuuden-ja-sukupuolen-sanasto>

Todd, N. & Black, A. 2020. Contraception for Adolescents. Journal of Clinical Research in Pediatric Endocrinology. Vol. 12, No 1, 28–40. Viitattu 15.9.2023 https://cms.galenos.com.tr/Uploads/Article_35761/JCRPE-12-28-En.pdf

Torres-Cortés, B.; Leiva, L.; Canenguez, K.; Olhaberry, M. & Méndez, E. 2023. Shared Components of Worldwide Successful Sexuality Education Interventions for Adolescents: A Systematic Review of Randomized Trials. International

Journal of Environmental Research and Public Health. Vol. 20, No 5. Viitattu: 16.9.2023 <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36901181/>

Väestöliitto n.d. Seksuaalikasvatus. Viitattu 25.9.2023
<https://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/seksuaalikasvatus/>

Väestöliitto n.d. Seksuaalioikeudet. Viitattu 18.4.2023
<https://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/seksuaalioikeudet/>

WHO 2023. Adolescent Data. Maternal, Newborn, Child and Adolescent Health and Ageing - Data portal. Viitattu 23.4.2023

<https://platform.who.int/data/maternal-newborn-child-adolescent-ageing/adolescent-data>

WHO 2018. Recommendations on adolescent sexual and reproductive health and rights. Viitattu 25.9.2023

<https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/275374/9789241514606-eng.pdf>

WHO 2023. Sexual Health. Viitattu 18.9.2023. https://www.who.int/health-topics/sexual-health#tab=tab_1

WHO 2023. Sexual and Reproductive Health and Research (SRH). Viitattu 18.9.2023. <https://www.who.int/teams/sexual-and-reproductive-health-and-research/key-areas-of-work/sexual-health/defining-sexual-health>

Tiedonhaku­taulukko

Tietokanta	Hakusanat	Rajaukset	Tulokset	Otsikon perusteella valittu	Abstraktin perusteella valittu	Koko tekstin perusteella valittu
PubMed	Adolescent sexual rights	5 vuoden rajaus (2018-2023), ilmainen koko teksti saatavilla	577	16	11	3
Pubmed	Adolescent sexual behaviour and sex education	5 vuoden rajaus (2018-2023), ilmainen koko teksti saatavilla	861	24	19	4
Medic	Nuorten seksuaalisuus OR nuorten seksuaalioikeudet OR nuorten seksuaalikäyttäminen	Koko teksti saatavilla, julkaistu vuosina 2018-2023	312	7	4	1
Medic	Nuoret AND seksuaalikasvatus OR seksuaaliterveys	Koko teksti saatavilla	20	4	3	0

Cinahl (EBSCO)	Adolescent sexual rights or sexual behaviors in adolescenc- e	Koko teksti saatavilla, julkaistu vuosina 2018-2023	32	10	6	1
Cinahl (EBSCO)	Adolescent sexual health and sex education	Koko teksti saatavilla, julkaistu vuosina 2018-2023	31	11	6	2
Muu haku: WHO	Adolescent sexual rights, adolescent sexual health and education					3



Mun keho, mun säännöt!

Tietopaketti seksuaalioikeuksista ja turvallisesta seksuaalikäyttäytymisestä

Kuva: gerald, Pixabay 2021

Mitä ja miksi?

--> Seksuaalioikeuksien toteutumisella voidaan edistää nuorten turvallista seksuaalista käyttäytymistä. Tämä perustuu siihen, että tiedon ja palveluiden saannilla voidaan osoittaa olevan positiivinen vaikutus nuorten turvalliseen seksuaaliseen käyttäytymiseen. (Kägesten & Reeuwik 2021; WHO n.d) Tätä tiedonsaantia voidaan edistää laadukkaalla ja kokonaisvaltaisella seksuaalikasvatuksella, joka tukee nuorten seksuaalista terveyttä ja hyvinvointia sekä auttaa heitä kasvamaan seksuaalisesti terveiksi aikuisiksi (WHO 2018; Kantor & Lindberg 2020).

Terveen seksuaalisuuden kehittymiseen liittyviä osa-alueita on esimerkiksi seksuaalinen lukutaito, sukupuolten välinen tasa-arvo, ihmisoikeuksien kunnioittaminen, suostumuksen ymmärtäminen, kriittiset reflektointitaidot, selviytymistaidot ja ihmissuhdetaidot. Nämä osa-alueet voivat joko haitata tai vahvistaa nuoren hyvinvointia ja suhdetta omaan seksuaalisuuteen. Tähän vaikuttaa olennaisesti se mitä resursseja nuorilla on käytettävissä. (Kägesten & Reeuwik 2021.)

Turvallista seksuaalista käyttäytymistä voidaan edistää seksuaalikasvatuksella, joka antaa tietoa, mutta myös opettaa taitoja seksuaalisiin kokemuksiin ja kanssakäymisiin liittyen. Näiden opittujen tietojen ja taitojen avulla voidaan vähentää seksuaalisiin kokemuksiin liittyviä riskejä. (Lee & Lee 2019; Torres-Cortés ym. 2023.) Nuorten turvallista seksuaalista käyttäytymistä käsiteltäessä tulisi aihetta tarkastella laajemmin eikä vain ei-toivottujen raskauksien ja sukupuolitautilien näkökulmasta. Turvalliseen seksuaaliseen käyttäytymiseen liittyy nykypäivänä myös seksuaaliterveysviestintätaitojen kehittäminen. (Scully ym. 2022.)

Aiheiden normalisointi ja keskustelujen aloittaminen nuorten kanssa seksuaalisuuteen liittyen voivat kannustaa nuoria ottamaan aktiivisempaa roolia oman seksuaaliterveytensä edistämässä (Agwu 2020).

Elämäntaitopohjainen seksuaalikasvatus huomioi eri osa-alueita kuten itsetunnon, ongelmanratkaisutaidot, ihmissuhdetaidot ja päätöksenteon (Lee & Lee 2019).

Seksuaalikasvatuksen on osoitettu olevan tehokkainta silloin, kun se on aloitettu ennen seksuaalisen toiminnan aloittamista. Varhaisen tietoperustan rakentaminen ja taitojen opettelu ovat tärkeässä roolissa kun halutaan kehittää ja tukea terveen seksuaalisuuden kehittymistä. (Goldfard & Lieberman 2020.)

Kattavan seksuaalikasvatuksen ohjelmien on osoitettu olevan hyödyksi myös seksuaalisen väkivallan tai häirinnän vähentämisessä esimerkiksi nuorten välisissä seurustelusuhteissa. Tämä perustuu tietojen ja taitojen lisääntymiseen sekä asenteiden muuttumiseen. (Goldfard & Lieberman 2020.)

Hyvät ihmissuhdetaidot ja kyky ajatella kriittisesti tukevat turvallista seksuaalista käyttäytymistä, sillä se kannustaa keskustelemaan, ajattelemaan ja neuvottelemaan asioista. Ihmissuhde- ja vuorovaikutustaitoihin liittyy kyky esittää omia mielipiteitä ja kyky kuunnella muita sekä kunnioittaa muita. Hyvät ihmissuhdetaidot voivat auttaa edistämään positiivisten intiimien suhteiden muodostumista. Kommunikoinnilla on tärkeä rooli seksuaalisissa suhteissa, sillä sen avulla voidaan lisätä seksuaalista hyvinvointia esimerkiksi turvallisuuden, tietojen ja taitojen kautta. (Kägesten & Reeuwijk 2021.)

Nuorten pääsyä erilaisiin neuvontatoimiin tulisi helpottaa ja mukauttaa niin, että ne vastaavat tarpeita sekä kunnioittavat nuorten oikeuksia. Näihin oikeuksiin sisältyy oikeudenmukaisuus, luottamuksellisuus, yksityisyyden kunnioittaminen ja osallistuminen omaa terveyttä koskeviin päätöksiin. (Michaud ym. 2019.)

Seksuaalinen riskikäyttäytyminen

- Seksuaalinen riskikäyttäytyminen voi olla esimerkiksi suojaamatonta seksiä, useita kumppaneita ja varhaista yhdyntöjen aloittamista (Adenmosun & Archibald 2023).
- Riskikäyttäytymisellä ja nuorten kokemilla mielenterveyden ongelmilla kuten masennuksella ja käytöshäiriöillä on todettu olevan yhteyttä. Muita riskikäyttäytymistä lisääviä tekijöitä on esimerkiksi vanhempien vähäinen osallisuus sekä matala koulutustaso. (Savioja 2019.) Riskinottokäyttäytyminen on todennäköisempää myös sellaisilla nuorilla, joilla on vaikeuksia säädellä omaa toimintaansa etenkin negatiivista vertaispainetta kohdatessa (Savioja 2019).
- Seksuaalikasvatusta ja seksuaalioikeuksia vastustavat normit voivat ylläpitää kulttuuria, joka heikentää nuorten seksuaaliterveyttä (WHO 2018).
- Sosiaalinen media voi myös toimia alustana seksuaaliselle riskikäyttäytymiselle ja auttaa ylläpitämään epäterveellisiä suhteita sekä altistaa erilaisille seksuaalisille uhille. (Scull ym. 2022.) Tämän takia myös seksuaalikasvatuksessa tulisi huomioida media ja opettaa sen käyttöön liittyviä taitoja.

Mitä tulisi huomioida seksuaalikasvattajan roolissa?

- NUORILLA ON OIKEUS TEHDÄ PÄÄTÖKSIÄ OMAAN SEKSUAALISUUTEEN LIITTYEN SEKÄ SAADA TÄHÄN LIITTYEN TIETOA JA TUKEA
- Avoimuus, kunnioitus ja luottamuksellisuus
- Omat asenteet ja ennakkoluulot vaikuttavat meidän jokaisen käyttäytymiseen, tämän takia jokaisen olisi hyvä miettiä omaa suhtautumista ja suhdettaan seksuaalisuuteen liittyen
- Seksuaalisuudesta puhuminen ei altista tai lisää nuorten riskikäyttäytymistä tai kannusta aloittamaan seksuaalisia suhteita aiemmin kuin silloin jos näistä aiheista ei ole puhuttu. Nuorten kanssa työskentelevät aikuiset toimivat seksuaalikasvattajina sekä antavat erilaisia vaikutteita nuorten elämään halusipa sitä tai ei. Tämän takia onkin tärkeää perehtyä aiheeseen niin että ei tiedostamattaan anna esimerkiksi negatiivisia vaikutteita.

(Väestöliitto n.d, Seksuaalikasvatus.)



MUN KEHO, MUN SÄÄNNÖT!

Nuorille suunnattua tietoa seksuaalioikeuksista ja turvallisesta seksuaalikäyttäytymisestä

Kuva: geralt, Pixabay 2021

Mitä ovat seksuaalioikeudet?

1. Oikeus omaan seksuaalisuuteen
2. Oikeus tietoon seksuaalisuudesta
3. Oikeus suojella itseään ja tulla suojelluksi
4. Oikeus seksuaaliterveyspalveluihin
5. Oikeus näkyä
6. Oikeus yksityisyyteen
7. Oikeus vaikuttaa

(Väestöliitto n.d, Seksuaalioikeudet)



Kuva: ArtsyBeeKids, Pixabay 2020

Seksuaali-
oikeudet
ovat kaikille
ihmisille
samat.

Oikeuksien kanssa käsi kädessä kulkee vastuu.

Jokaisella on vastuu noudattaa ja kunnioittaa muiden oikeuksia.

Seksuaalioikeudet ovat osa ihmisoikeuksia ja jokaisen olisi hyvä tuntea ne. Seksuaalioikeuksien loukkaaminen on vakavaa ja se loukkaa samalla myös ihmisen perusoikeuksia.

(Väestöliitto n.d., Seksuaalioikeudet)

Miksi
oikeuksista
puhutaan?

--> jotta tunnistaa ja tietää omat oikeudet

--> mahdollistaa myös muiden oikeuksien tunnistamisen ja sitä kautta edistää niiden toteutumista omalla toiminnallaan

--> lisää omaa ja muiden turvallisuutta

--> voidaan edistää seksuaaliterveyttä ja omaa hyvinvointia

(Väestöliitto n.d., Seksuaalioikeudet)

OIKEUS OMAAN SEKSUAALISUUTEEN

Jokaisella on iästä huolimatta oikeus hallita omaa seksuaalisuuttaan.

Seksuaalisuuteen liittyy seksuaalinen identiteetti, seksuaalinen nautinto ja erilaiset seksuaaliset suhteet.

Seksuaalisuus on luonnollinen osa ihmisyyttä ja se kehittyy läpi elämän.

(Väestöliitto n.d., Seksuaalioikeudet)

OIKEUS TIETOO SEKUAALISUUDESTA

Sinulla on oikeus saada tietoa seksuaalisuuteen liittyvistä asioista seksuaalikasvatuksen kautta. Siihen liittyy myös vastuullisuus ja tieto seksuaalioikeuksista.



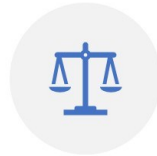
Tietoa voi myös itse hakea luotettavilta sivuilta kuten Väestöliitto ja Nuortennetti. Sosiaalisen median ja internetin kautta saatuun tietoon kannattaa suhtautua lähdekritiittisesti.

(Väestöliitto n.d, Seksuaalioikeudet)

OIKEUS SUOJELLA ITSEÄÄN JA TULLA SUOJELLUKSI



SINULLA ON OIKEUS KEHOLLISEEN KOSKEMATTOMUUTEEN.



TÄHÄN LIITTYY MYÖS VELVOLLISUUS JA VASTUU MUIDEN KOSKEMATTOMUUDEN KUNNIOITUKSESTA. KETÄÄN EI SAA PAINOSTAA TAI PAKOTTAA SEKUAALISIIN TEKOIHIN. JOKAISEN TEHTÄVÄNÄ ON SUOJELLA MUITA SEKUAALIVÄKIVALLALTA JA HÄIRINNÄLTÄ.



TÄHÄN LIITTYY MYÖS OIKEUS SUOJELLA ITSEÄÄN JA MUITA SOKUPUOLITAUEILTA JA SUUNNITTELEMATTOMILTA RASKAUKSILTA.

Seksuaalisissa suhteissa on aina edellytyksenä SUOSTUMUS. Muista aina kysyä ja varmistaa suostumus.

(Väestöliitto n.d, Seksuaalioikeudet)

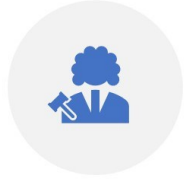
OIKEUS SEKUAALITERVEYSPALVELUIHIN



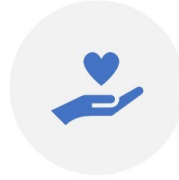
SINULLA ON OIKEUS SAADA PALVELUITA SEKUAALITERVEYTEEN LIITTYEN. TÄMÄ KOSKEE ESIMERKIKSI ERILAISSIA EHKÄISYIN LIITTYVIÄ PALVELUITA.

(Väestöliitto n.d, Seksuaalioikeudet)

OIKEUS NÄKYÄ



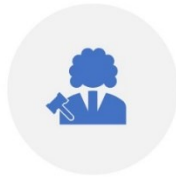
TÄLLÄ TARKOITETAAN SITÄ, ETTÄ SINULLA ON OIKEUS TOTEUTTAA JA ILMENTÄÄ OMAA SEKSUAALISUUTTASI.



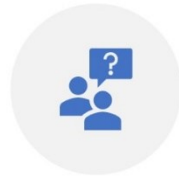
VASTUUN NÄKÖKULMASTA SE TARKOITTAÄ SITÄ, ETTÄ MYÖS MUIDEN OIKEUTTA TÄHÄN NÄKYVYYTEEN TULEE KUNNIOITTAÄ. IHMISARVOON EI VAIKUTA SUKUPUOLI TAI SEKSUAALINEN SUUNTAUTUMINEN. KAIKKI OVAT YHDEKSI.

(Väestöliitto n.d, Seksuaalioikeudet)

OIKEUS YKSITYISYYTEEN



SINULLA ON OIKEUS YKSITYISYYTEEN. TÄMÄ MENEÄ MYÖS TOISIN PÄIN. SINULLA ON VELVOLLISUUS KUNNIOITTAÄ JA NOUDATTAÄ MYÖS MUIDEN YKSITYISYYTTÄ. TÄHÄN LIITTYÄÄ MYÖS OIKEUS TEHDÄ YKSILÖLLISIÄ PÄÄTÖKSIÄ OMAAN SEKSUAALISUUTEEN LIITTYEN.



OMAA YKSITYISYYTTÄÄN VOI SUOJELLA ESIMERKIKSI MIETTÄMÄLLÄ ETTÄ MITÄ JAKAA KENELLEKIN JA MISSÄ. ESIMERKIKSI SOSIAALISEN MEDIAAN SUHTEEN ON TÄRKEÄÄ MIETTÄÄ, ETTÄ MITÄ SINNE LAITTAÄ. TOISISTA EI MYÖSKÄÄN ILMAN LUPAA SAA JULKAISTA MINKÄÄNLAISTA MATERIAALIA.

(Väestöliitto n.d, Seksuaalioikeudet)

OIKEUS VAIKUTTAA



Sinulla on oikeus tehdä päätöksiä omaa seksuaalisuutta koskien ja muiden ihmisten tulee näitä päätöksiä kunnioittaa.



Oikeuden mukana kuitenkin tulee vastuu. Vastuu omista päätöksistä ja niiden seurauksista/vaikutuksista omaan sekä muiden elämään.

(Väestöliitto n.d. Seksuaalioikeudet)

EHKÄISY

- Ehkäisystä huolehtiminen on tärkeä osa seksuaalisia suhteita. Sen avulla voi huolehtia omasta ja muiden turvallisuudesta.
- Ehkäisystä tulisi keskustella mahdollisen kumppanin kanssa yhdessä.
- Kondomi on ainoa keino ehkäistä seksitauteja. Seksitaudit voivat tarttua myös suuseksin välityksellä, jolloin on syytä käyttää suuseksisuoja.
- Raskauden ehkäisyssä voi käyttää myös erilaisia e-pillereitä, kierukoita, kapseleita ja minipillereitä.

(Väestöliitto n.d. Nuori ja seksuaaliterveys)

Lähteet

- Adenmosun, E. & Archibald, C. 2023. Caring Attributes in Interventions for Sexual Risk Behaviors Among Adolescents. *International Journal for Human Caring*. Vol. 27, No 2, 104–115. Vaatii kirjautumisen palveluun. Viitattu 15.9.2023 <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=ccm&AN=164357017&site=ehost-live>
- Agwu, A. 2020. Sexuality, Sexual Health, and Sexually Transmitted Infections in Adolescents and Young Adults. *Antiviral Medicine*. Vol. 28 No 2, 459–462. Viitattu 13.9.2023 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7482983/>
- Goldfarb, E. S. & Lieberman, L. D. 2020. Three Decades of Research: The Case for Comprehensive Sex Education. *Journal of Adolescent Health*. Vol. 68, No 1, 12–27. Viitattu 19.9.2023 [https://www.jahonline.org/article/S1054-139X\(20\)30456-0/fulltext](https://www.jahonline.org/article/S1054-139X(20)30456-0/fulltext)
- Kantor, L. M. & Lindberg, L. 2020. Pleasure and Sex Education: The Need for Broadening Both Content and Measurement. *Am J Public Health*. Vol. 110, No 2, 145–148. Viitattu 16.9.2023 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6951361/>
- Kägesten, A. & Reeuwijk, M. 2021. Healthy sexuality development in adolescence: proposing a competency-based framework to inform programmes and research. *Sexual and Reproductive Health Matters*. Vol. 29, No 1, 104–120. Viitattu 16.9.2023. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/26410397.2021.1996116>
- Lee, G. Y. & Lee, D. Y. 2019. Effects of a life skills-based sexuality education programme on the life-skills, sexuality knowledge, self-management skills for sexual health, and programme satisfaction of adolescents. *Sex Education*. Vol. 19, No 5, 519–533. Vaatii kirjautumisen palveluun. Viitattu 15.9.2023 <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=ccm&AN=137989152&site=ehost-live>
- Michaud, P.-A.; Visser, A.; Vervoort, J.; Kocken, P.; Reijnen, S.; Blair, M.; Alexander, D.; Rigby, M.; Weber, M. & Jansen, D. 2019. Do European Union countries adequately address the healthcare needs of adolescents in the area of sexual reproductive health and rights? *Archives of Disease in Childhood*. Vol. 105, No 1, 40–46. Viitattu 16.9.2023 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6951236/>
- Savioja, H. 2019. Sexual behaviour in adolescence: The role of depression, delinquency, and family related factors. Väitöskirja. Lääketieteen ja terveysteknologian tiedekunta. Tampere: Tampereen yliopisto. Viitattu 13.9.2023 <https://trepo.tuni.fi/handle/10024/105448>
- Scull, T.; Dodson, V.; Geller, J.; Reeder, L. & Slump, K. 2022. A Media Literacy Education Approach to High School Sexual Health Education: Immediate Effects of Media Aware on Adolescents' Media, Sexual Health, and Communication Outcomes. *Journal of Youth and Adolescence*. Vol. 51, No 4, 708–723. Vaatii kirjautumisen palveluun. Viitattu 15.9.2023 https://web-s.ebscohost.com.ezproxy.turkuamk.fi/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=11&pid=10e342_xfor=42fb-90b4-0eb44e1cc6cf%40redis
- Torres-Cortés, B.; Leiva, L.; Caneniguez, K.; Ojhaberry, M. & Méndez, E. 2023. Shared Components of Worldwide Successful Sexuality Education Interventions for Adolescents: A Systematic Review of Randomized Trials. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. Vol. 20, No 5. Viitattu 16.9.2023 <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36901181/>
- Vaestöliitto n.d. Nuori ja seksuaaliterveys. Viitattu 15.10.2023. <https://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/seksuaaliterveys/nuori-ja-seksuaaliterveys/>
- Vaestöliitto n.d. Seksuaalikasvatus. Viitattu 1.10.2023 <https://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/seksuaalikasvatus/>
- Vaestöliitto n.d. Seksuaalioikeudet. Viitattu 1.10.2023 <https://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/seksuaalioikeudet/>
- WHO 2018. Recommendations on adolescent sexual and reproductive health and rights. Viitattu 25.9.2023 <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/275374/9789241514606-eng.pdf>
- WHO 2023. Sexual Health. Viitattu 18.9.2023. https://www.who.int/health-topics/sexual-health#tab=tab_1
- WHO 2023. Sexual and Reproductive Health and Research (SRH). Viitattu 18.9.2023. <https://www.who.int/teams/sexual-and-reproductive-health-and-research/key-areas-of-work/sexual-health/defining-sexual-health>