

Nuorten seksuaalisuus

Verkkotapahtuma

LAB-ammattikorkeakoulu

Sairaanhoidaja (AMK)

2023

Julia Moisanen ja Petra Ruponen

Tiivistelmä

Tekijä(t) Julia Moisanen ja Petra Ruponen	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK Sivumäärä 22	Valmistumisaika 2023
Työn nimi Nuorten seksuaalisuus Verkkotapahtuma		
Tutkinto ja koulutusala Sairaanhoitaja (AMK), Sosiaali- ja terveystieteiden ammattikorkeakoulututkinto		
Toimeksiantajaorganisaatio Suomen Punainen Risti, Virtuaalinen SPR Nuorten Olohuone RedNet		
Tiivistelmä <p>Seksuaalisuus on tärkeä elämänlaadun tekijä ja oleellinen osa ihmisyyttä. Sitä on totuttu pitämään intiiminä ja yksityisenä asiana, siksi se on yleensä sivuutettu. Suomalaisnuorten seksuaaliterveys on tällä hetkellä hyvällä tasolla. Ongelmia kuitenkin esiintyy osalla nuorista. Oleellista on huomioida varhainen riskien kartoittaminen ja niihin puuttuminen.</p> <p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli järjestää verkkotapahtuma nuorille, joka edesauttaa tukemaan nuorten seksuaaliterveyttä ja seksuaalista hyvinvointia. Tavoitteena oli vahvistaa nuoren minäkuvan muodostumista ja seksuaalista kehitystä sekä kerätä yhteen erilaisia palveluita, mistä nuori voi tarvittaessa saada tietoa.</p> <p>Opinnäytetyö tehtiin yhteistyössä Suomen Punaisen Ristin kanssa. Opinnäytetyö toteutettiin toiminnallisena opinnäytetyönä. Tapahtuma järjestettiin Discord-virtuaalialustalla ja siellä olevalla Nuorten Olohuone kanavalla. Tuotoksena syntyi diaesitys ja Kahoot!-pelejä tapahtumaan.</p> <p>Tapahtuma oli saadun palautteen perusteella selkeä ja informatiivinen. Lisäksi välissä pelattavat Kahoot!-pelit katkaisivat tietoperustan sekä pitivät tapahtuman rentona ja mielenkiitoina.</p>		
Asiasanat nuoruus, seksuaalisuus, seksuaaliterveys, minäkuva, seksuaalikasvatus		

Abstract

Author(s) Julia Moisanen ja Petra Ruponen	Type of Publication Thesis, UAS	Published 2023
	Number of Pages 22	
Title of Publication The sexuality of young people Online event		
Degree, Field of Study Nursing (UAS), University of Applied Sciences degree in social and health care		
Organisation of the client (if the thesis work is commissioned by another party) Finnish Red Cross, Virtual SPR Nuorten Olohuone RedNet		
Abstract <p>Sexuality is an important quality of life factor and an essential part of humanity. It is usually considered an intimate and private matter, therefore it is often not talked about. The sexual health of Finnish youth is currently at a good state. However, some young people have problems. It is essential to take into account the early identification of risks and how to intervene them.</p> <p>The purpose of this thesis was to organize an online event for teenagers, which helps to support the sexual health and sexual well-being of young people. The goal was to strengthen the formation of a young person's self-image and sexual development, and to gather together different services where a teenager could get information if necessary.</p> <p>The thesis was done in cooperation with the Finnish Red Cross. The thesis was carried out as a functional thesis. The event was organized on a virtual platform called Discord and on the Nuorten Olohuone channel there. The result was a slideshow and Kahoot! games for the event.</p> <p>Based on the feedback received, the event was clear and informative. In addition, the Kahoot! games played in between interrupted the knowledge base and kept the event relaxed and interesting.</p>		
Keywords youth, sexuality, sexual health, self-image, sexual education		

Sisällys

1	Johdanto.....	1
2	Seksuaalinen kehitys	2
2.1	Nuoruusikä	2
2.2	Seksuaaliterveys	4
3	Minäkuva	6
3.1	Minäkuvan muodostuminen	6
3.2	Yhteiskunnan vaikutus minäkuvaan	7
4	Seksuaalinen hyvinvointi.....	9
4.1	Seksuaalikasvatus	9
4.2	Sensitiivinen puheeksi otto	10
4.3	Median vaikutus.....	12
4.4	Seksuaalinen häirintä	13
5	Tapahtuman toteuttaminen	14
5.1	Toiminnallinen opinnäytetyö	14
5.2	Hyvän tapahtuman kriteerit.....	14
5.3	Tapahtuman kehittämisprosessi	15
6	Pohdinta	18
6.1	Opinnäytetyönprosessin arviointi	18
6.2	Eettisyys ja luotettavuus	18
6.3	Jatkokehittämisidea	19
	Lähteet	20

Liite 1. Mainosesitys

Liite 2. PowerPoint-esitys

Liite 3. Kahoot!-pelit

1 Johdanto

Tärkeä elämänlaadun tekijä ja oleellinen osa ihmisyyttä on seksuaalisuus. Koska seksuaalisuutta on totuttu pitämään intiiminä ja yksityisenä asiana on se yleensä sivuutettu, osin myös koulutuksen puutteen vuoksi. Näin ollen terveydenhuollon palvelujen käyttöä on merkittävästi lisännyt seksuaalisuuteen liittyvät ratkaisemattomat ongelmat. Jokainen terveydenhuollon ammattilainen kohtaa seksuaali- ja sukupuolivähemmistöön kuuluvia lapsia ja nuoria. Tärkeää onkin sensitiivinen ja kunnioittava kohtaaminen, jossa annetaan tilaa henkilön itse kertoa ja määritellä seksuaali- ja perhesuhteet. (Brusila ym. 2020.)

Lähtökohtaisesti suomalaisnuorten seksuaaliterveys on tällä hetkellä hyvällä tasolla. Ongelmat kuitenkin keskittyvät tietyille osalle nuorista, ketkä eniten seksuaalikasvatusta tarvitsevat. Täten onkin oleellista huomioida varhainen riskien kartoittaminen ja niihin puuttuminen. (Halonen & Kuortti 2018.)

Opinnäytetyön yhteistyökumppanina toimi Suomen Punainen risti. Punainen Risti on lähtökohtaisesti katastrofivalmiusjärjestö, jonka tehtävä on tukea ja tarvittaessa täydentää viranomaisten työtä häiriö- ja onnettomuustilanteissa. Terveyden edistäminen on olennainen osa järjestön toimintaa. Järjestön toimintaa ohjaa seitsemän periaatetta: inhimillisyys, tasapuolisuus, puolueettomuus, riippumattomuus, vapaaehtoisuus, yleismaailmallisuus ja ykseys. Näitä periaatteita noudatetaan myös opinnäytetyössä. (SPR.) Toiminta järjestettiin SPR Nuorten Olohuoneessa, "olkkarissa", joka on kanava Discord-verkkoalustalla. Kanavalla nuoret voivat vapaaehtoisesti kokoontua. Olkkarissa jaetaan yhdessä hauskoja juttuja ja keskustellaan eri aiheista. Olkkaritoiminta pitää sisällään teemaviikkoja, joita yhdessä suunnitellaan ylläpitäjien ja nuorten kesken. (RedNet 2022.)

Opinnäytetyön tavoitteena oli vahvistaa nuoren minäkuvan muodostumista ja seksuaalista kehitystä sekä kerätä yhteen erilaisia palveluita, mistä nuori voi tarvittaessa saada tietoa. Tarkoituksena oli järjestää verkkotapahtuma nuorille, joka edesauttaa tukemaan nuorten seksuaaliterveyttä ja seksuaalista hyvinvointia.

2 Seksuaalinen kehitys

2.1 Nuoruusikä

Nuoruusikä määritellään ajoittuvan 12–22 ikähaarukkaan. Nuoren keskeiset kehitysvaiheet pitävät sisällään omista vanhemmista irtautumisen, sopeutumisen erilaisiin fyysisiin muutoksiin, sekä oman seksuaalisen identiteetin muodostumisen. Aikuisiän persoonallisuus vahvistuu nuoruusiän lopulla ja se on jokseenkin muuttumaton. Nuoruusiän kaudet voidaan taas jakaa karkeasti kolmeen eri vaiheeseen: varhaisnuoruus ajoittuu ikävuosiin 12–14 ja silloin käynnistyy fyysinen puberteetti, nuoruusvuosiin 15–17 ja niin sanottu jälkinuoruus ikävuosiin 18–22. (Aalto-Setälä & Marttunen 2007.)

Nuoruus on yksi elämän merkittävistä kehitysvaiheista. Vähitellen irrottaudutaan lapsuudesta ja mennään kohti aikuisuutta. Kehitysvaiheen yhtenä tavoitteena on hahmottaa henkilökohtainen sukupuoli ja seksuaali-identiteetti. Sukupuolisuuden kohtaaminen voi tässä kohtaa aiheuttaa nuorelle hämmennystä. Erityisesti siinä tilanteessa, kun nuori kokee valtaväestön normien tuntuvan itselle vieraalta eikä samaistuttavalta. Nuori alkaa vähitellen muodostaa itselleen kuvaa aikuisuuden seksuaalisuudesta ja hakee sille ymmärrystä ympäristöstään. Nuori voi miettiä mitä seksuaalisuus on ylipäättänsä asenteena, käyttäytymisenä, toimintana, sekä tunteena. Nuori pohtii paljon omaakuvaa, onko hän riittävä, arvokas ja normaali. Jokaiselle kuuluu seksuaalioikeudet niin myös nuorille. Kaikilla tulee olla mahdollisuus kokea seksuaalisuus myönteisenä asiana ja jokaisella tulee olla oikeus toteuttaa seksuaalisuuttaan valitsemallaan tavalla. Nuorelle tulee turvata tila kehittyä seksuaalisesti henkilökohtaisessa ja omassa aikataulussa. (Ryttyläinen & Valkama 2010, 84.)

Kehomme alkaa muuttua siitä hetkestä lähtien, kun synnymme ja muutokset jatkuvatkin läpi elämämme. Puberteetin aikana aivot alkavat tuottaa hormoneja, jotka viestivät sukuelimille tiedon alkaa tuottaa sukupuolihormoneita. Sukupuolihormonit määrittelevät lisääntymistä. Sukupuolihormoneilla on myös merkittävä vaikutus tunne-elämään ja sen myötä mielialoihin. (Harris 2010, 30–32.) Hormonaalisten muutosten myötä nuorelle kehittyy identiteetti ja käsitys itsestään seksuaalisena henkilönä. Henkilökohtaisemmaksi muuttuvat myös kaikki seksuaalisuuteen liittyvät teemat. (Brusila ym. 2020.) Psyykkinen kehitys ei etene yhtä suoraviivaisesti ja siihen voi kuulua ajoittaisia taantumisia. Nuorten kehitykseen liittyykin voimakkaasti kehon ja mielen yhteys. Nuoren psyykkinen kuormittuneisuus näyttäytyy pääsääntöisesti psykosomaattisina oireina. (Aalto-Setälä & Marttunen 2007.)

Seksuaalinen tunnetaso kehittyy vaiheittain ja jokainen vaihe on yhtä arvokas. Jotta nuoren seksuaalisuus rakentuisi myönteiseksi ja olisi nautinnollista olisi nuoren hyvä tunnistaa oma kehitysporras ja vahvistaa sitä. Kehitystä voi hidastaa kiiruhtaminen ja huonot kokemukset.

Apuna kehityksessä voi käyttää Korteniemi-Poikelan ja Cacciatoren seksuaalisuuden portaita, joka on helposti lähestyttävä ja ymmärrettävä tunnekasvatusmalli. Mallin avulla voi lähestyä nuorta hienovaraisesti, yksilön ja ikätason huomioiden sekä kunnioittaen. Portaita on yhteensä 11 alkaen heti syntymästä ja kehittyen hiljalleen kohti aikuisuutta käsittäen seuraavat portaat;

Ensimmäinen porras *Olen ihana* -vaihe käsittää iän 0–4, jolloin lapsi hyväksyy itsensä ja rakastaa itseään sekä läheisiään. Lapsi ottaa myös haltuunsa kehon tutkimalla, haistamalla, maistamalla ja leikkimällä.

Tykkäyskaveri -vaiheessa lapsi on 3–8-vuotias ja lapsi haluaa osoittaa tunteensa heti ja tykkäämiset kohdistuvat ikätovereihin. Lapsi oppii myös ystävyuden pelisääntöjä ja erottamaan ihastuksen ja kaveruuden toisistaan.

Kolmannella portaalla *Vanhempien ihailu* -vaiheessa lapsi on noin 3–9-vuotias ja valtaosa rakastuu johonkin lähipiirin aikuiseen. Samalla lapsi kiinnostuu omasta alkuperästään ja oppii arvostamaan sekä omaa että toista sukupuolta.

Noin 6–12-vuotiaana *Idoli ihastuttaa* -portaalla tapahtuu rakastuminen yleisesti arvostettuun ja hyväksytyyn kohteeseen. Tällöin tunne voi olla enemmän ihailua kuin ihastumista, mutta rakkaussuhteesta unelmointi on yleistä.

Seuraavalla *Tuttu mutta salattu* -portaalla ihastumisen kohde on tuttu usein lähipiirin ikätoveri. Ihastusta ei kerrota kenellekään ja tällä portaalla opetellaankin hallitsemaan käytöstä voimakkaan tunteen vallassa, jolloin nuori on noin 13–18-vuotias.

Tuttu ja kaverille kerrottu -vaiheessa uskalletaan jo kertoa ihastuminen kavereille ja samalla haetaan hyväksyntää omille tunteille. Nuori on noin 9–14-vuotias ja samalla tässä vaiheessa opetellaan ystävyyttä.

Seitsemännellä *Tykkään sinusta* -portaalla on kerrottu ihastumisen kohteelle omat tunteet. Tässä vaiheessa oleellista on, että nuori kestää sen, että ihastumisen kohde tietää hänen tunteensa. Samaan aikaa alkaa myös tapahtua murrosiän muutoksia nuoren ollessa 10–15-vuoden ikäinen.

Käsi kädellä -vaiheessa nuori on usein 12–16-vuotias ja hän kertoo seurustelewansa, mutta samalla opetellaan myös käsittelemään mahdollisen eron tuottamaa hylätyksi tulemisen ja pettymyksen tunnetta.

Seuraavalla *Suudellen* -portaalla koskettelu ja suudelmat ovat mahdollisia ja niissä on seksuaalinen sävy. Oleellinen osa tässä vaiheessa on oman itsensä hallinta ja kumppanin kunnioitus. Nuori on noin 14–18-vuotias.

Mikä tuntuu hyvältä -vaiheessa, hyväilyseksi on ajankohtaista ja nuori tutustuu kumppanin kanssa yhdessä jaettuun seksuaaliseen nautintoon, mutta yhdyntä ei ole vielä ajankohtainen. Tämä vaihe ajoittuu nuoren ollessa noin 15–20-vuotias.

Viimeisellä *Rakastellen* -portaalla nuoren ollessa keskimäärin 16–25-vuotias hän on valmis kohtaamaan kumppanin, jonka kanssa rakastuminen on niin syvää, että haluaa suhteelta seksuaalista yhteistä toimintaa, joka voi sisältää myös yhdyntää. Kun nuori on edennyt kaikilla portailla omassa tahdissa ja kokenut kaikki tunteet kehossa ja mielessä hän saavuttaa kypsyyden olla tasapainossa tuntemustensa ja tunteidensa kanssa. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 10, 13, 22–27.)

2.2 Seksuaaliterveys

Seksuaaliterveys on vahvasti sidoksissa aikaan, kulttuuriin, uskontoon, poliittiseen ilmastoon ja ylipäättänsä globalisaatioon. Seksuaaliterveyden toteutumisessa näkyy niin yhteiskunnan arvot, normit ja samoin myös uskomukset. Seksuaaliterveyttä voidaan edistää ja samoin ylläpitää riittävällä seksuaalikasvatuksella, seksuaalisen kehityksen ja sukupuolisen kypsymisen suojaamisella, sekä tukemisella, erilaisuuden ja sukupuolten arvostamisella, riittävän tiedon ja laadukkaiden seksuaaliterveyspalveluiden avulla. Seksuaaliterveys voidaan määritellä päämääräksi, jolla tavoitellaan elämänlaatua. (Ryttyläinen & Valkama 2010, 17–18.)

Seksuaalisuus on keskeinen osa ihmisyyttä, se koskee kaikkia iästä riippumatta. Seksuaalioikeudet ovatkin osa ihmisoikeuksia. Seksuaaliterveys pitää kokonaisuudessaan sisällään fyysisen, psyykkisen, emotionaalisen, sekä sosiaalisen hyvinvoinnin tilan. (THL 2020a.) Seksuaalioikeudet koskettavat jokaista ihmistä ja kaikilla on myös velvollisuus kunnioittaa toisen oikeuksia. Hyvinvoinnin ja tasapainoisen elämän kannalta onkin tärkeää, että seksuaalioikeudet toteutuvat. Väestöliitto (2019) on uudistetussa seksuaalioikeudet julkaisussaan listannut kaikkia koskevat seksuaalioikeudet, joita ovat oikeus omaan seksuaalisuuteen, oikeus tietoon seksuaalisuudesta, oikeus suojella itseään ja tulla suojelluksi, oikeus seksuaaliterveyspalveluihin, oikeus yksityisyyteen sekä oikeus näkyä ja vaikuttaa.

Jokaisella on vapaus määrittää itse mitä seksuaalisuus hänelle itselleen tarkoittaa ja mitä se merkitsee. Hyväksi koettu seksuaaliterveys edellyttää positiivista ja kunnioittavaa asennetta seksuaalisuutta ja seksuaalisia suhteita kohtaan. Lisäksi se voi mahdollistaa nautinnollisiin ja turvallisiin seksuaalikokemuksiin. Seksuaaliterveyden huomiointi kuuluu kokonaisvaltaiseen terveyden edistämiseen. Nuorten kohdalla seksuaaliterveyteen kuuluu erityisesti nuoruuden kehitystehtävät, murrosiän kehitys, raskauden ja seksitautien ehkäisy sekä mahdollinen raskaus. Seksuaaliterveys on tärkeä osa nuoren elämässä ja

parhaimmillaan seksuaalisuus on hyvä voimavara. (Santalahti 2018.) Seksuaaliterveyteen voi liittyä myös ongelmia, jotka voivat olla laaja-alaisia. Ongelmat voivat käsittää seksuaalisen suuntautumisen ja sukupuoli-identiteetin, seksuaalisen ilmaisun, ihmissuhteet ja nautinnon. Myös sairaudet, sukupuolitaudit, seksuaalinen toimintahäiriö, seksuaalinen väkivalta ja tahaton raskaus vaikuttavat negatiivisesti seksuaaliterveyteen. (World Health Organization 2023.)

Ehkäisystä ja seksitaudeista keskustellessa myönteisyys on avainasemassa. Motivoidaan korostamalla vastuullisuutta ja seksuaalista hyvinvointia. Se on itsestä ja muista huolehtimista. Keskitytään siihen, minkä takia terveydestä on hyvä huolehtia. Kuinka voi suojautua erilaisissa seksitavoissa ja kuinka tulee toimia, jos ehkäisyä ei ole käytetty tai se on pettänyt. Oleellista on käydä keskustelua seksitapa-keskeisesti ilman, että määritellään seksuaalista suuntautumista. Nuoret ja nuorten seksitavat ovatkin moninaisia. Nuorena opitut taidot kantavat parhaimmillaan läpi elämän. (Oinonen & Susineva 2019, 102.) Brusila ym. (2020) painottaa, että ehkäisyn valinnassa tulee pääpaino asettaa asiakkaan toiveisiin ja tarpeisiin. Näin pystytään lisäämään motivaatioita ja myönteisyyttä ehkäisyn käyttöön. Seksuaalielämän anamneesissa on tarpeen hahmottaa taustatekijät, mitkä vaikuttavat ehkäisyn valintaan. Kattava tieto erilaisista ehkäisyvaihtoehdoista sekä niiden vaikutuksista helpottavat valintaa ja motivoivat käyttöön. Ammattilaisen perehtyessä seksuaaliterveyteen hän kykenee paremmin auttamaan seksuaalielämän haasteissa. Ehkäisyllä onkin merkitystä kokonaisvaltaisesti seksuaaliterveyteen.

Ehkäisymenetelmien suhteen oleellista on helppokäyttöisyys ja niiden luotettavuus. Merkitystä lisää myös vaikutukset elämänlaatuun, muun muassa ihoon ja kuukautiskiertoon. Keskeisintä on olla tietoa, mistä saa tarvittaessa tukea ehkäisyyn liittyvissä asioissa ja mitä tulee tehdä, mikäli ilmenee haasteita. Ehkäisyvälineiden ilmaisjakelu vaihtelee valitettavasti kunnittain ja terveyskeskustenkin sisällä. Opiskeluterveydenhuollon lisäksi olisi hyvä olla seksitautien seulonta, diagnostiikka ja hoito mahdollisimman lähellä siellä missä on nuorten kohtaamiseen koulutuneita ja motivoituneita alan ammattilaisia. Klamydian ja tippurin kotitestaushaastavuus madaltaa kynnystä hakeutua palveluihin. HPV-rokotuksista tulee edelleen jatkaa keskustelua ja lisätä niistä tietoa nuorten keskuuteen. (Kuortti & Halonen 2018.)

3 Minäkuva

3.1 Minäkuvan muodostuminen

Monimuotoisuus koskien ihmislajia on rikkautta ja sen kuuluu palvella yhteisön selviytymistä. Monimuotoisuuden tarkoituksena on laajentaa kuvaamme siitä, minkälaisia ihmisiä saamme olla ja samalla yhteiskunnan normit laajenevat. Eri kulttuureissa sukupuoli on määritelty anatomian perusteella, toisessa taas jokainen kertoo itse mitä sukupuolta on. Sukupuoli voi määräytyä myös sosiaalisten tehtävien mukaan, kuten mitä tekee työkseen. Riippuen kulttuurista toiset kulttuurit ovat olleet hyväksyväisempiä moninaisuutta kohtaan kuin toiset. Rituaaliset tavat esimerkiksi karnevaalit ovat antaneet tilaa sukupuolen moninaisuudelle. Monissa kulttuureissa on myös tiedetty, että yksilöllä voi olla useita sukupuolia, samoin sukupuoli voi muuttua elämän aikana. (Huuska 2021,4–5, 46.)

Mieli on aivojen ja kehon vuorovaikutusta, eikä pelkästään aivotoimintaa. Mielellä onkin monia tarkoituksia: tehdä havainnoja, valintoja, osallistua päätöksentekoon, osallistua erilaisiin kokemuksiin, tuntea tunteita ja havainnoida ihmisten ja ympäristön vuorovaikutusta. Mielen toiminnalle keholla on suuri merkitys, se lähettää mielelle viestejä ja mieli yhtä lailla keholle. Mielikuva itsestämme on mielen tuotosta. Mieli ja keho reagoivat keskenään. Mieli tekee havainnoja ja ajattelee, joihin keho taas vastaa. (Santalahti 2018.) Oleellista onkin sukupuolta määrittäessä pitää tärkeämpänä mieltä kuin kehoa. Nuorena voi olla haasteellista selvittää kuka oikein on. Toiset tietävät jo hyvinkin nuorena syntyneensä väärään vartaloon, toisilla kuluu aikaa ennen kuin he sen käsittävät. Voidaan myös pohtia, tarvitseeko kuitenkin määritellä, onko tyttö vai poika. Olemme kuitenkin joka tapauksessa yksilöitä. (Brochmann & StØkken Dahl 2022, 152, 154.)

Sukupuolen kehittyminen on biologista, joka sisältää vaihtelevuutta, sattumanvaraisuutta ja erilaisia variaatioita (Brusila ym. 2020). Monet tekijät määrittelevät sukupuolemme, mutta oleellisimmat ovat kuitenkin identiteetti ja keho. Voimme syntyä joko tytön tai pojan vartaloon ja vaihtoehtoisesti intersukupuoliseksi. Intersukupuoliseksi kutsutaan ihmisiä, joiden kehossa on sekä naisellisia että miehisiä piirteitä, eli hormonitoiminta, sukuelimet, kromosomit tai muut sukupuolitettut kehonpiirteet eivät ole yksiselitteisesti joko nais- tai miestyypisiä. (Brusila ym. 2020; Brochmann & StØkken Dahl 2022, 152.) Harvoilla on nähtävissä kehossa intersukupuolisuus sikiöaikana tai heti syntymän jälkeen, sen vuoksi yleisyys vaihtelee. Intersukupuolisuutta lääketieteessä tutkaillaan eri diagnostiikan kautta. (Oikarinen 2020, 4.) Kyse on kuitenkin kehon variaatiosta, eikä sairaudesta. Keho voi olla ihan terve, vaikkakin yksilöllä olisi poikkeavaa anatomiaa ja hormonitoimintaa valtaväestöön nähden. Diagnoosit voivat täten peilata liikaa kulttuurista tuleviin normeihin ja, että niihin tulisi

puuttua lääketieteellisesti. (Huuska 2021, 14.) Yleisyys intersukupuolisuudessa väestöön nähden on 0,02 %-1,7 % (Oikarinen 2020, 4).

Identiteetti kuitenkin sijaitsee jokaisen mielessä. Käytännössä jos ihmisellä on tytön identiteetti hän tietää olevansa tyttö ja samoin jos ihmisellä on pojan identiteetti hän tietää olevansa poika. (Brochmann & StØkken Dahl 2022, 152.) Psykkinen ja kehollinen sukupuoli-kokemus voivat poiketa toisistaan, tämän hyväksyminen ja tunnistaminen voi olla haastava prosessi niin henkilölle itselleen kuin läheisillekin. Transsukupuolisuudesta puhutaan silloin, kun henkilön kokema sukupuoli ja fyysiset sukupuoliominaisuudet ovat ristiriidassa keskenään, eli henkilö on biologisesti mies, mutta koettu sukupuoli-identiteetti on nainen ja toisinpäin. Syyt transsukupuolisuuden taustalla ovat epäselviä, mutta samaistuminen tiettyyn sukupuolirooliin vaikuttaa olevan sisäsyntyistä eikä ole muokattavissa lääkityksen tai terapian avulla, eikä näin ollen ole myöskään mielenterveyden häiriö. Omaksi koetun sukupuolen mukainen käyttäytyminen vähentää ahdistusta, lisäksi sukupuoliristiriitaa voidaan hoitaa sukupuolen korjauksella, jonka tavoitteena on lievittää kärsimystä ja sukupuoliristiriidan kokemusta. (Brusila ym. 2020).

3.2 Yhteiskunnan vaikutus minäkuvaan

Länsimaisessa kulttuurissa on tyypillistä hahmottaa ajattelua vastakohtien kautta. Sukupuoleen liittyvässä ajattelussa perusrakenne on ollut miehisen ja naisellisen näkeminen vastakohtina, myös jopa toistensa poissulkevana. Tutkimusnäyttöä löytyy siitä, että ajattelussa on kuitenkin edetty. Epäluuloa ja ennakkoluuloja kohdistuu kuitenkin eniten ihmisiin, joiden sukupuoli-identiteetti on moninaista, ei-binääristä tai liukuvaa. Ihmiset voivat kuitenkin muovata omia ennakkoluulojaan saadessaan enemmän tietoa. Tavoitteena on lisätä empatiaa ja ylipäättänsä ymmärrystä muita ihmisiä kohtaan sekä mahdollistaa katsoa maailmaa laajemmasta näkökulmasta. Meillä on hyvin luonnollinen tarve etsiä selityksiä asioille, mitkä poikkeavat kulttuurimme normeista. Psykologia ja lääketiede ovat tutkineet, että sukupuoli-identiteetin variaatioille on olemassa biologisia selityksiä. Samoin lasten yksilöllisillä kokemuksilla on vaikutusta sukupuoli-identiteettiin. Lapsen kokemukset vaikuttavat myös hänen geeneihinsä, jotkut geenit niin sanotusti sammuvat, kun taas toiset aktivoituvat kasvuympäristössä. Ihminen voi kokea olevansa myös mies ja nainen samanaikaisesti tai tämän jaottelun ulkopuolella. Ei-binäärinen voi toimia kattokäsitteenä myös muille ei-binäärisille sukupuolille, joita ovat gender-fluid, gender queer ja sukupuoleton. Huomioitavaa on, että kaikki sukupuoli- jaottelun ulkopuolella olevat eivät kuitenkaan koe muunsukupuolisuutta omaksi identiteetikseen. (Huuska 2021, 17,37–38, 49.)

Sukupuolidysforia aiheuttaa laajamuotoista pahan olon tunnetta sukupuoliristiriidan vuoksi, joka voidaan eritellä vielä sosiaalisesti dysforiaksi ja kehodysforiaksi. Sosiaalisella

dysforialla tarkoitetaan sosiaalisissa tilanteissa esiintyvää pahan olon ja ahdistuksen tunnetta, tämä liittyy väärinsukupuolittamiseen eli henkilö ei tule nähdäksi omana itsenään. Ahdistuksen ja vierauden tunnetta kehon sukupuolitettuihin piirteisiin puolestaan kutsutaan kehodysforiaksi. (Brusila ym. 2020.) Dysforiaa hoidetaan vahvistamalla kehonpiirteitä lääketieteellisesti. Toisinaan suositellaan lyhyt- tai psykoterapiaa itsetuntemuksen ja toimintakyvyn vahvistamiseksi ennen lääketieteellisiä toimenpiteitä. (Huuska 2021, 22.)

Uudistuneessa translaissa, mikä astui voimaan 3.4.2023, vahvistetaan itsemääräämisoikeuden toteutuminen, syrjäytymisen ehkäisyä, yksityiselämän oikeutta ja henkilökohtaista koskemattomuutta. Sukupuolen oikeudelliselle vahvistamiselle ei edellytetä enää lääketieteellistä selvitystä, diagnoosia tai lisääntymiskyvyttömyyden määrittelyä. Ohessa kumottiin laki transseksuaalin sukupuolen vahvistamisesta. Henkilö voidaan lain puitteissa vahvistaa kuuluvaksi toiseen sukupuoleen kuin mihin hänet on väestörekisterijärjestelmään merkitty. Henkilön on esitettävä selvitys, että kokee kuuluvansa vahvistettavaan sukupuoleen pysyvästi. Henkilön on myös oltava täysi-ikäinen Suomen kansalainen tai hänellä on asuinpaikka Suomessa. Kaiken kaikkiaan selvitys perustuu henkilön omaan sukupuolen kokemukseen. (Valtioneuvosto 2023.)

Sukupuolen ohella myös seksuaalinen suuntautuminen on merkittävä tekijä, joka vaikuttaa nuoren itsetuntoon, kasvuun ja ihmissuhteisiin. Terveystieteiden kannalta on tärkeää, että nuori kokee oman seksuaalisen suuntautumisen myönteisenä osana ihmissuhteitaan ja minäkuvaansa. Käsitteenä seksuaalinen suuntautuminen kuvaa, kehen henkilö tuntee tai ei tunne seksuaalista halua. Jokainen kokee seksuaalisen suuntautumisen omanlaisena, siksi se onkin ilmiönä hyvin laaja-alainen. Seksuaalista suuntautumista ei voi itse valita ja useimmiten se on pysyvä tila. Osalla se on kuitenkin joustava ja voi muuntua elämän eri tilanteissa. Määriteltäessä seksuaalisuutta toisistaan voidaan erottaa seksuaalinen identiteetti ja seksuaalinen käyttäytyminen. Usein seksuaalisella suuntautumisella on kolme ulottuvuutta emotionaalinen, romanttinen ja seksuaalinen. (Brusila ym. 2020.)

4 Seksuaalinen hyvinvointi

4.1 Seksuaalikasvatus

Suomen perustuslain (731/1999) 6 §:n ja yhdenvertaisuuslain (1325/2014) 8 §:n mukaan ketään ei saa asettaa eri asemaan sukupuolen, iän, etnisen tai kansallisen alkuperän, kansallisuuden, kielen, uskonnon, vakaumuksen, mielipiteen, seksuaalisen suuntautumisen, terveydentilan, vammaisuuden tai muun henkilöön liittyvän syyn perusteella. Jokainen ihminen kuitenkin käsittää seksuaalisuuden eri tavoin. Siihen vaikuttaa oma kasvuympäristö, lapsuudenkodin ilmapiiri, vanhempien suhtautuminen seksuaalisuuteen, uskonnollinen vakaumus, kulttuuritaustat ja tietenkin uskomukset. Ihmisen kulttuuri- tai etninen tausta ei kerro kuitenkaan yksilön seksuaalisuudesta tai suhteesta seksiin mitään. Tärkeää onkin lähestyä ihmisiä, jotka tulevat eri kulttuuritaustoista, etnisistä ryhmistä ja uskonnollisista taustoista avoimen uteliaasti, mutta kuitenkin niin että toimii kunnioittavasti, sekä puolueettomasti. Ei olekaan olemassa yhtä oikeaa tapaa kokea seksuaalisuutta. (Kihlström 2020, 73.)

Kaikilla on oikeus saada monipuolista seksuaalikasvatusta. Tarkoituksena on ohjata nautintoa tuottavaan, turvalliseen ja vastuulliseen seksuaalikäyttäytymiseen. Kasvatuksessa on kyse pitkäjänteisestä jatkuvasta toiminnasta ja ennakoivista keskusteluista, sillä on tarkoitus vastata yksilön toiveisiin ja ottaen huomioon kehityksen vaiheet ja samalla jatkuvasti muovautuvan maailman. Mikäli seksuaalikasvatus tukisi jokaista yksilöä, sen on oltava sallivaa, ennakkoluulotonta, seksuaalisen suuntautumisen kirjon ja sukupuolen moninaisuuden huomioivaa. (Oinonen & Susineva 2019, 5) Onnistuneelle seksuaalikasvatukselle ikätasoinen lähestymistapa on ensiarvoisen tärkeää. Tiedon vastaanottaminen ja tietotaso sekä valmius keskustella seksuaalisuuteen liittyvistä asioista voi vaihdella hyvin paljon myös samanikäisten lasten ja nuorten välillä. (Brusila ym. 2020.) Nuoret toivovat, että seksuaalikasvatusta olisi enemmän ja sitä saisi pitkällä aikavälillä. Kasvatus perustuukin siihen, että kyseessä on elinikäinen prosessi. Seksuaalikasvatuksen tulisi vastata nuorten tarpeisiin ja toiveisiin, ottaen huomioon nuorten kehitysvaiheet sekä muuttuvan maailman. (Oinonen & Susineva 2019, 25.) Kommunikaatioita helpottaa avoimuus ja vuorovaikutukseen tähtäävä lähestyminen (Brusila ym. 2020). Seksuaalikasvatus tarkoittaa konkreettisesti sitä, että voidaan tukea lasten ja nuorten mielenterveyttä ja täten kokonaisvaltaista hyvinvointia. Se pitää sisällään ihmissuhde- sekä vuorovaikutustaitoja. Tarkoituksena on antaa lapsille ja nuorille tietoa turvataidoista, sekä oman että toisen kehon kunnioituksesta. Aikuiselta vaaditaan tutustumista omaan seksuaalisuuteen, sillä jokainen aikuinen toimii seksuaalikasvattaja halusi sitä tai ei. (Kihlström 2020, 17, 22–24.) Myös Brusila ym. (2020) mukaan olisi aikuisen hyvä pohtia omia arvojaan, asenteitaan ja tunteitaan seksuaalisuuteen liittyen

ja sitä millaista seksuaalikasvatusta on itse saanut aikoinaan. Lisäksi on hyvä miettiä myös, millaista viestiä haluaa välittää lapsille ja nuorille.

Seksuaalikasvatusta voidaan niin sanotusti antaa virallisesti eli ammattilaisen toimesta ja epävirallisesti kodin puolelta. Ammattilaisen toimesta se tarkoittaa sitä, että kasvatusta on ammatillisesti suunniteltua, viralliseen tietoon pohjautuvaa ohjattua toimintaa. Tarkoituksena on tarjota monipuolista, asiantuntevaa, puolueetonta ja tutkimukseen perustuvaa tietoa muun muassa ehkäisymenetelmistä, seksitaudeista, tietoa omista oikeuksista ja seksuaalisuuden ja sukupuolen moninaisuudesta. Kodin antaman kasvatustyön on tarkoitus täydentää ammattilaisen antamaa ja toisinpäin. Seksuaalikasvattajan on pystyttävä perustelemaan seksuaalikasvatusta ja keskustelemaan seksuaalikasvatuksen hyödyistä. Tiedon tarjoaminen yksinään ei riitä. Tulee antaa mahdollisuus hankkia elämäntaitoja ja kehittää myönteisiä asenteita ja arvoja. Valitettavasti kaikilla nuorilla ei ole samoja lähtökohtia, tukea tai tietotasonsa seksuaaliterveysasioissa, joten ammattilaisten vastuu korostuu. (Oinonen & Susineva 2019, 8–10.) Brusila ym. (2020) mainitsee siitä, kuinka terveydenhuollon käynnit seksuaaliterveyteen liittyen voivat monesti olla nuorelle ensimmäisiä itsenäisesti hoidettavia asioita. Kohtaamisissa ammattilaisen kanssa on mahdollisuus tukea nuoren itsensä huolehtimisen taitoja ja samalla vahvistaa kasvavan lapsen ja nuoren kokemusta ja kykyä siitä, että omilla valinnoilla voi vaikuttaa omaan hyvinvointiin ja siihen on myös oikeus. Tätä tukee onnistunut käynti terveydenhuollossa ja lyhyessäkin tapaamisessa muutamilla kysymyksillä ja kuuntelemalla tuetaan nuoren terveyttä.

Seksuaalikasvatusta tapahtuu monella eri tasolla. Kokonaisvaltainen seksuaalikasvatusta tukee tekemään valintoja, mitkä edesauttavat nuorten seksuaalista hyvinvointia. Päämääränä kehittää yhteiskuntaa myötätuntoiseen, tasa-arvoiseen ja oikeudenmukaiseen suuntaan. Seksuaalivalistuksesta puhutaan silloin kun kohderyhmä on suuri joukko eikä kuulija pysty esittämään tarkentavia kysymyksiä. Seksuaaliopetus on taas pienemmälle joukolle suunnattua ja tarkentavat kysymykset ovat suotavia. Seksuaalineuvonta on seksuaalineuvontakoulutuksen käyneen ammattihenkilön antamaa seksuaalisuuteen liittyvää neuvontaa yhdelle/kahdelle henkilölle kerrallaan. (Oinonen & Susineva 2019, 8–10.)

4.2 Sensitiivinen puheeksi otto

Usein hoitotyön ammattilainen voi kokea seksuaalisuuden puheeksi ottamisen jokseenkin haastavana. Ammattilainen voi herkästi ajatella, että se on potilaan yksityisasia tai vastaavasti sairastuessaan tuskin kiinnostaa keskustella seksuaalisuuteen liittyvistä aiheista. Seksuaalisuuteen liittyvien aiheiden käsittely ei saa jäädä potilaan vastuulle. Luontainen tapana nostaa aihe esille voi olla esimerkiksi näytteenotto tilanne, lääkkeiden haittojen arviointi ja ehkäisyasiat. Hoitajalla tulee olla tietynlaista herkkyyttä havaita milloin voi nostaa

seksuaalisuuteen liittyvät aiheet esille. Puheeksi ottamisessa voidaan hyödyntää BETTER-mallia, joka käsittää seuraavat aihealueet; Bring up the topic: puheessa seksuaalisuuden ottaminen esille, Explain: kertominen työstä ja, että puhuminen seksuaalisuudesta on osa työnkuvaa ja huolenaiheista voi puhua, Tell: tarvittavien tietojen hankkiminen ja selvittäminen potilaan hyväksi, Timing: keskustelun tulee pyrkiä oikea-aikaisuuteen lisäksi kysymyksiä saa esittää milloin tahansa, Educate: asiakkaan ohjaaminen sairauksien ja hoitojen vaikutuksista seksuaalisuuteen, Record: toiminnan ja arvioinnin kirjaaminen potilasasiakirjoihin. (Ryttyläinen & Valkama 2010, 137–139.)

Puheeksi ottamiseen voi tulla lisä haastetta, mikäli ei ole yhteistä kieltä. Hoitaja ei välttämättä tiedä, minkälaisia sanoja olisi hyvä käyttää. Hoitaja voi kysyä suoraan, ”Miten haluatte seksuaaliterveyttänne käsiteltävän osana hoitoanne?” On hyvä kysyä potilaalta, mitä sanoja hän itse käyttää. Ylipääntensä keskusteluissa potilaan kanssa on suotavaa hyödyntää avoimia kysymyksiä ”mikä” ”miten”, ”milloin”, ”miltä”. Mallikysymyksenä voi käyttää, ”Monet potilaat ovat huolissaan siitä, kuinka sairaus vaikuttaa seksuaalisuuteen. Mitä mieltä itse olet siitä?” Keskusteluissa tulee huomioida sukupuolineutraali kieli ja antaa tilaa potilaan itse kertoa. Rohkeus, sekä taito kohdata seksuaalikysymyksiä kasvavat työkokemuksen myötä, oman seksuaalisuuden kohtaamisen kautta, sekä osaamisen lisääntymisen karttuessa. (Ryttyläinen & Valkama 138–139, 141–142.)

Seksuaalisuudesta ja seksistä puhuminen nuoren kanssa on paljon muutakin kuin vain faktoja. Puheeksi tulee ottaa seksuaalisuuden monet muodot sekä myös ihmissuhteet, jotka eivät käsittele seksuaalisuutta. Lisäksi on hyvä keskustella sukupuolen ja identiteetin kokemuksesta, seksuaalisuuden riskeistä ja vastuusta, erilaisista tunteista ja kokemuksista. On hyvä käydä pohtivia keskusteluja itsemääräämisoikeudesta, turvallisuudesta ja rajoista. Keskustelu nuoren kanssa ei ole eikä tarkoita omien tai nuoren kokemusten jakoa ja paljastelua keskenään tai kiihottamaan pyrkivien kuvien esittelyä eikä kädestä pitäen opettamista. Nuori tarvitsee arvostavaa ja hienotunteista tukea, jotta hän hyväksyy muuttuvan kehonsa sekä seksuaaliset tunteensa ja osaa niistä nauttia. Nuori tarvitsee tietoa lapsuuden rajattomuudesta, nuoruuden monimuotoisuudesta ja aikuisuudenkin identiteetin monimuotoisuudesta, sillä mitä enemmän nuori tietää sitä vähemmän hän myös säikähtää omia tunteitaan. Tärkeää on kuitenkin kertoa nuorelle, että hämmennys on normaali ilmiö. Ilmapiiirin ollessa rohkaiseva ja avoin nuori uskaltaa kysyä vanhemmilta seksuaalisuuteen ja seksiin liittyviä kysymyksiä. Apuna voi käyttää myös erilaisia kirjoja ja sopivan tasoisia elokuvia, kun lähdetään keskustelemaan aiheesta. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 30, 160–161, 164.)

Nuori voi oma-aloitteisesti haluta keskustella seksuaalisuudestaan myös läheistensä kanssa. Läheisimmille kertominen omasta sukupuolesta tai seksuaalisuudesta voi tukea parhaimmassa tilanteessa omaa identiteettiä ja minäkuvaa. Kenelläkään ei kuitenkaan ole siihen velvoitetta. Kenenkään ei myöskään tarvitse yrittää vakuuttaa muita tai selitellä itseään. Keskustelemalla ympärillä olevat ihmiset voivat ymmärtää miten heidän toimintansa voi tukea yksilön identiteettiä. Keskusteluun voi kuitenkin liittyä huoli, miten toiset suhtautuvat. On muistettava, että toisten ihmisten reaktiot ja tunteet eivät ole puheeksi ottajan vastuulla. On hyvä pitää mielessä, että vertaistukea ja keskusteluapua on saatavilla myös muualta kuin lähipiiriltä. (Mielenterveystalo.fi 2022.) Seksuaalisuudesta ja seksistä puhuminen omien vanhempien kanssa voi tuntua monesta nuoresta kuten vanhemmistakin hankalalta. Tämän takia kannattaa vanhemman aktiivisesti viestiä nuorille, että seksistä ja seksuaalisuudesta saa puhua eikä huolien kanssa kannata jäädä yksin. Viestiä voi monella tapaa, mutta vanhemman kannattaa itse ottaa asia puheeksi. Näin nuorelle jää muistijälki, että asiasta voi puhua, vaikka ei juuri sillä kertaa haluaisi asiasta keskustella. Nuoret myös arastelevat puhua lääkärille ja kouluterveydenhoitajalle omaan kehoon ja seksuaalisuuteen liittyviä asioita. (Väestöliitto 2021.)

4.3 Median vaikutus

Seksuaalikasvatuksen toteuttaminen on aina helpompaa mitä aikaisemmin se on aloitettu. Lapsen seksuaalisuus voi ollakin ihan muuta kuin aikuisen ja lapsi tarvitsee hyväksyntää sellaisenaan kuin hän on. Nykyään seksuaalikasvatus korostuu entisestään, koska materiaalia seksistä ja seksuaalisuudesta on saatavilla enemmän kuin koskaan aikaisemmin. Väärää tietoa eli disinformaatiota löytyy runsaasti. (Kihlström 2020, 17, 22–24.)

Jokaisen nuoren arkea nykypäivänä ovat mobiililaitteet ja internet. Kotia ja koulua enemmän media kasvattaa nykyään nuorta seksuaalisuuden ja seksin osalta. Keskustelua käydäänkin vilkkaasti, siitä onko media uhka vai mahdollisuus nuoren seksuaaliselle kasvulle. Nuoren arvostava kuuntelu, keskustelu ja pohtiminen yhdessä vahvistavat ja kehittävät nuorta suojaavia mediataitoja, jotka voivat ennaltaehkäistä riskejä ja haittoja. Median kautta myös porno on tullut tutuksi suomalaisille nuorille, ja suomessa nuoret kohtaavatkin sitä useammin kuin Euroopan ikätoverit. Pornografiaa nähdään ensimmäisen kerran jo hyvin nuorena 12–14-vuotiaina. Nuoret vaikuttavat keskustelevan pornosta paljon toisensa kanssa ja tuntevat sen myös hyvin. Nuoret tuntevat ymmärtävän pornografian fiktiivisyyden, toki taito on aina yksilöllistä ja siihen vaikuttavat muun muassa persoonallisuus ja elämän olosuhteen. (Santalahti 2018.) Kuitenkin mitä nuorempi lapsi on nähdessään pornoa, sitä todennäköisempää on, että hänelle muodostuu epärealistinen kuva seksistä. Porno voi aiheuttaa

positiivisten tunteiden lisäksi myös häpeän, ahdistuksen, hämmennyksen ja syyllisyyden tunteita nuorena. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 173.)

4.4 Seksuaalinen häirintä

Seksuaalikasvatuksessa tulee olennaisena osana käsitellä myös seksuaalista häirintää. Seksuaalinen häirintä on itsessään vallankäyttöä, eikä se liity mitenkään kohteeksi joutuneen ominaisuuksiin. Mikäli on kokenut kaltoinkohtelua, on kokemuksesta mahdollista päästä eteenpäin ja painotetaan sitä, että kokemukset eivät leimaa häirinnän uhreja. Häirintää tehnyt voi itsekkin kehittyä ihmisenä ja jatkossa toimia toisin. (Oinonen & Susineva 2019, 22.) Seksuaalinen hyväksikäyttö ei siis aina edellytä fyysistä kontaktia, vaan se voi tapahtua puhelimen tai vastaavasti internetin välityksellä. Väestöpohjaisten tutkimusten mukaan seksuaalinen hyväksikäyttö kohdistuu pääosin nuorisoikäisiin. Alle kouluikäisten ja perheen sisällä tapahtuvan biologiseen lapseen kohdistuva hyväksikäyttö on harvinaista. Kaikki lapsiin kohdistuneet seksuaalirikokset ovat syytteen alaisia. Hyväksikäyttäjä voi olla aikuinen tai toinen alaikäinen. Myös ulkomailla tapahtunut lapsen hyväksikäyttö on rangaistava teko. Ammattilaisen terveydenhuollossa ei tarvitse tuntea rikosten tarkkoja tunnusmerkkejä, pelkkä epäily riittää. Arviointi kuuluu poliisin tehtäviin ja ilmoitus on tehtävä viipymättä. Ilmoituksen tekee se, kenellä epäily on herännyt. (Nikkola ym. 2016.)

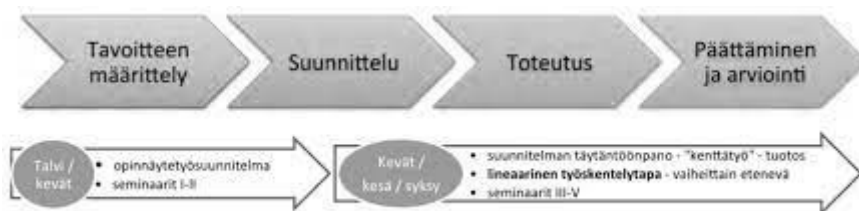
Grooming tarkoittaa sitä, että aikuinen pyrkii tietoisesti houkuttelemaan lasta niin sanotusti vapaaehtoiseen kanssakäymiseen, mutta päämääränä lapsen kohdistuva seksuaaliväkivalta (Kreivi 2019, 20). Ilmiö on moninainen käsittäen kaikki lapsiin ja nuoriin kohdistuvat sanat ja teot (Pelastakaa lapset 2023). Tekijät ovat taitavia manipuloinnissa ja esittävät usein olevansa eri-ikäisiä kuin todellisuudessa ovatkaan. Hyväksikäyttö tapahtuu verkovälityksellä, mutta voi edetä myös tapaamisiin ja fyysisiin tekoihin. (Kreivi 2019, 20). Hyväksikäyttäjä voi esimerkiksi yrittää saada lasta jakamaan kuvia ja viestittelemään kanssaan sekä pyytää pitämään nämä salassa. Lisäksi tekijä voi kehua lapsen ulkonäköä, pyytää kertomaan salaisuuksia ja muita henkilökohtaisia asioita, lähettää lapselle seksuaalissävytteisiä kuvia ja viestejä tai uhkailee lasta lähettämään itsestään kuvia. (Pelastakaa lapset). Tärkeää olisi puhua lasten ja nuorten kanssa ennaltaehkäisevästi groomingista, tällöin viestittää, että vaikeistakin asioista voi puhua. Nuoren voi olla vaikeaa kertoa tapahtuneesta, varsinkin jos on ollut vapaaehtoisesti mukana keskustelussa tai kuvien lähettämisessä. Tilanteesta voi kuitenkin syntyä nuorelle häpeän ja syyllisyyden tunteita, vaikka olisi ollut mukana vapaaehtoisesti. Vanhemman tehtävä on painottaa, että nuori ei ole tehnyt väärin eikä vastuu ole hänen. (Kreivi 2019, 20–21.)

5 Tapahtuman toteuttaminen

5.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Tämä opinnäytetyö toteutettiin toiminnallisena opinnäytetyönä. Toiminnallinen opinnäytetyö koostuu kahdesta osasta, toiminnallisesta osuudesta ja sen dokumentoinnista sekä arvioinnista eli opinnäytetyöraportista. Toiminnallisen opinnäytetyön toiminta on tuotokseen tähtäävää työn kehittämistä, joka edellyttää eri vaiheissa mukana olevia toimijoita. Toiminnallisessa opinnäytetyössä syntyy tuotos, joka voi olla esimerkiksi opas, malli, esite, toimintapäivä tai kansio. Opinnäytetyö sisältää tietoperustan, mukana olevat toimijat, käytettävät materiaalit, menetelmät ja aineistot sekä valmiin tuloksen tai tuotoksen. Opinnäytetyön prosessi etenee loogisesti vaiheittain dialogisessa tai trialogisessa vuorovaikutuksessa toimijoiden kanssa, jolloin voidaan keskustella, arvioida, suunnata toimintaa uudelleen, saada vertaistukea ja antaa sekä saada palautetta. (Salonen 2013.)

Opinnäytetyön prosessi eteni lineaarisen mallin mukaan, joka alkoi tavoitteen määrittelystä päättyen lopulta arviointiin, kuvio 1.



Kuvio 1. Lineaarinen malli (Salonen 2013)

Tämän opinnäytetyön toiminnallinen osuus toteutettiin verkossa järjestettävänä tapahtumana. Tapahtumassa käsiteltävät aiheet perustuivat opinnäytetyön teoriaosuuden pohjalta suunniteltuun rakenteeseen. Toiminnallisen opinnäytetyön toteutumista kuvataan vaiheittain opinnäytetyöraportissa.

5.2 Hyvän tapahtuman kriteerit

Virtuaalitapahtuman tarkoitus on yhtä lailla tavoittaa, vaikuttaa ja koskettaa osallistujia, kuin livetapahtumankin. Huomioitavaa on, että menetelmät ja työkalut ovat kuitenkin erilaiset verrattuna paikan päällä järjestettävään tapahtumaan. Ytimeltään molemmissa on kuitenkin kyse hyvin muotoillusta ihmisten välisestä kohtaamisesta. Pääpaino keskittyy hetkeen sidottuun kokemukselliseen vuorovaikutukseen. (Sorjanen.)

Selkeä ja huolellinen ulosanti on tärkeää, sillä verkon välityksellä ei ole kaikki aistit samalla tavalla käytettävissä kuin livetapahtumassa. Kaikkia reaktioita ei välttämättä näe, toisaalta

voi myös nähdä tahattomia eleitä ja ilmeitä, näin ollen ytimekkyyden vaatimus kasvaa. (Sorjanen.) Välttämätöntä on myös osallistujien mukaan ottaminen, jotta vältetään yksisuuntaisuus. Hyviä tapoja ottaa mukaan osallistujia on esittää kysymyksiä, keskustelu chatin kautta, äänestykset, pelit, arpajaiset, tässä rajana on vain mielikuvitus. (Garaizar 2021.) Hyvä virtuaalitapahtuma vaatii huolellista suunnittelua, ohjausta, mutta myös rohkeutta avautua ja koskettaa (Sorjanen).

Ryhmässä on oltava turvallinen ilmapiiri onnistumisen kannalta. Jokaisen osallistujan itsemääräämisoikeutta kunnioitetaan, ja jokaisella on oikeus osallistua omana itsenään. Vastuu toteutumisesta on pitkälti ryhmän järjestäjällä. Sisältöjen suunnittelussa on hyvä huomioida erilaiset toiveet ja tarpeet. Ryhmätoiminnassa toteutetaan toiminnallisia menetelmiä ja yhdessä tekemistä. (THL 2020b.)

Tapahtuman järjestämisessä on huomioitava tekniikan toimivuus ja lupien varmistaminen. Alkuun kartoitetaan osallistujien määrä. Mietitään, hyödynnetäänkö kameroita tai vastavasti taustakuvia. Minkälainen äänentoisto tapahtuma-alustalla on, miten esitys toimii mobiililaitteella, halutaanko mahdollisesti tapahtuma tallentaa ja kerääkö alusta tiedon paikalla olleista. Virtuaalitapahtumissa laadukas videoyhteys ja tasokas äänenlaatu korostuvat varsinkin, mikäli tapahtuma pitää sisällään musiikkia. Tekniikan toimivuus onkin hyvä tarkistaa etukäteen. (Teosto 2021.)

5.3 Tapahtuman kehittämisprosessi

Virtuaalitapahtuman järjestäminen alkaa tarkoituksesta ja tärkeä kysymys alussa on, miksi tapahtuma järjestetään ja mitä sillä tavoitellaan (Sorjanen). Tapahtuman suunnittelu puolestaan alkaa tavoitteiden määrittelyllä (Garaizar 2021). Tapahtuman sisällön suunnittelussa on otettava kohderyhmän osallistujien tarpeet huomioon, sillä virtuaalitapahtumasta on aina helpompi lähteä pois (Sorjanen). Myös Garaizar (2021) on sitä mieltä, että virtuaalitapahtumassa yleisön on helpompi menettää huomionsa, siksi hyvä ohjelma ja houkutteleva sisältö ovat avain asemassa. On myös hyvä ottaa huomioon mitä kohderyhmä jo tietää käsiteltävästä aiheesta, näin pystytään suunnittelemaan, miten asiat esitetään kiinnostavalla tavalla (Kuokkanen 2019). Yhteistyökumppani välitti toiveen Olkkarin nuorilta käsitellä seksuaalisuutta ja sukupuoli-identiteettiä. Tapahtuman suunnittelu tapahtui yhdessä nuorten ja Olkkarin ylläpitäjien kanssa, joka alkoi alku kevästä 2023. Kartoitimme vielä nuorten mielenkiinnonkohteita anonyymillä kyselylomakkeella, jonne nuoret saivat kertoa mistä haluaisivat saada lisää tietoa. (Kuvio 2). Nuoria kiinnosti muun muassa oman seksuaalisuuden tutkailu, miten keskustella vanhempien kanssa transseksuaalisuuteen liittyvistä asioista sekä seksuaalinen suuntautuminen ja identiteetti.

Mitä aiheita haluaisit käsiteltävän?	Jätä tähän kysymyksiä tapahtumaan <
oman seksuaalisuuden tutkailu. ja sukupuolen mut jos on vaa seksuaalisuus?	
jotai esim et miten jutel vanhempien kaa trans asioista,ja muutenki sellast miten tul kaapist yms	ei oo xd
sukupuoli-identiteetti	
Sukupuoli-identiteetti ja seksuaalinen suuntautuminen	

Kuvio 2. Kyselylomake.

Virtuaalitapahtuma vaatii hyvän käsikirjoituksen, joka on nopeatempoinen, ytimekäs, vuorovaikutteinen, koskettava, osallistava ja sisällöllisesti vaihteleva sekä visuaalisesti ja teknillisesti toimiva. Tärkeässä roolissa on myös opinnäytetyön tietoperusta, jota voidaan kerätä kirjoista, tutkimusartikkeleista sekä eri verkkomateriaaleista tiivistäen tapahtumaan oleelliset ja tärkeät asiat. Kestoltaan tapahtuma ei saa olla liian pitkä ja vuorovaikutusta on pidettävä koko ajan yllä. Käsikirjoitukseen on hyvä myös sisällyttää hauskuutta ja yllättäviä elementtejä kuitenkin niin, että tapahtuman tarina on kiinnostava ja selkeä sisältäen alun, keskikohdan ja lopun. Virtuaalitapahtumassa tapahtumaviestintä on merkityksellistä. Oikea-aikainen, selkeä ja suunnitelmallinen tapahtumaviestintä on hyvin tärkeää ennen tapahtumaa, sen aikana ja myös tapahtuman jälkeen. (Sorjanen.)

Tapahtuman käsikirjoitusta ja suunnitelmaa lähdettiin toteuttamaan nuorten mielenkiinnon pohjalta kesäkuun alussa 2023 ja sitä kautta miettimään mitä aiheita nostetaan tietoperustasta esiin tapahtumassa. Aihealueet rajattiin seksuaaliterveyteen, minäkuvan kehittymiseen, sukupuoli-identiteettiin ja miten puhua seksuaalisuudesta. Tämän jälkeen lähdettiin miettimään sopivaa esitysmuotoa, ja sitä miten tapahtumasta saa mielenkiintoisen nuorten näkökulmasta. Tietoperustan esityspohjaksi valittiin PowerPoint. Jotta tapahtuma olisi myös osallistava päätettiin hyödyntää Kahoot!-pelialustaa, jonne suunniteltiin ja tehtiin kolme erilaista peliä. Pelit pohjautuivat tietoperustaan sisältäen huumoria, jotta nuorten mielenkiinto pysyisi yllä koko tapahtuman ajan. (Liite 3) Esitys suunniteltiin helppolukuiseksi nostaen kuitenkin pääkohdat esille. Siihen lisättiin erilaisia aiheeseen liittyviä nettisivuja ja vertaistuki alustoja. (Liite 2) Esityksen ulkoasusta tehtiin selkeä panostaen neutraaleihin väreihin sekä maltilliseen visuaalisten tehosteiden käyttöön. Tämän lisäksi käsikirjoitettiin puheenvuorot ja harjoiteltiin etukäteen, jotta tapahtumaa olisi mielekästä kuunnella.

Aluksi suunniteltiin tapahtuma pidettäväksi kesäkuussa, mutta aikataulullisista syistä ja kesälomien takia päädyttiin tapahtuma siirtää elokuulle koulujen alun jälkeen. Yhteistyökumppanilta saatiin vielä idea tehdä erillinen mainos tapahtumaan. (Liite 1) Samantapainen info tapahtumasta laitettiin myös Nuorten Olohuoneen alustalle. Lisäksi yhteistyökumppanilta saatiin arvottavaksi leffalippuja, jotka mahdollisesti lisäsivät kiinnostusta osallistua. Tapahtuman aikataulu rajattiin noin tuntiin, jonka jälkeen oli mahdollista jäädä Olkkarin alustalle yhdessä pelailemaan alustan pelejä. Alustan toimintaa ja ominaisuuksia päästiin harjoittelemaan ylläpidon ohjeistuksessa ennen tapahtuman pitämistä, jolloin sovittiin myös

tapahtumaan liittyvät yksityiskohdat, esimerkiksi ylläpitäjät avasivat tapahtuma alustan käyttöön ja olivat myös paikalla kuuntelemassa.

Tapahtuma toteutettiin yhteistyössä SPR:n kanssa ja järjestettiin virtuaalialusta Discordissa kanavalla Nuorten Olohuone 16.8.2023. Tapahtuma alustalle menttiin hieman ennen aloitus ajankohtaa, jotta saatiin kaikki sovellukset auki ennen esitystä. Aluksi oli hieman hankaluuksia saada jaettua näyttöä, mutta lopulta esitys saatiin jaettua ongelmitta. Tapahtumaan osallistuttiin anonyymilla nimimerkillä. Ensin esiteltiin järjestäjät, jolloin kamera oli päällä. Kamera haluttiin pitää tässä vaiheessa päällä, jotta tapahtuma olisi henkilökohtaisempi ja nuorten olisi helpompi esittää mahdollisia kysymyksiä. Tämän jälkeen kamera suljettiin diaesityksen ja Kahoot!-pelien ajaksi sujuvuuden ja selkeyden vuoksi. Lopuksi nuoret saivat mahdollisuuden esittää kysymyksiä ja keskustella aiheesta. Viimeisenä arvottiin osallistujien kesken leffaliput. Osallistujia tapahtuman alussa oli noin kymmenen nuorta, mutta loppua kohden paikalla oli vain muutama. Tapahtumassa osalla oli yhteysongelmia, mikä saattoi vaikuttaa lopun osallistujia määrään.

Yhteistyökumppanin kanssa tehtiin yhteistyösopimus ja pyydettiin suostumus palautteen kysymiseen ennen tapahtuman järjestämistä. Palautteen kysyminen tapahtui suullisesti täysi-ikäisiltä osallistujilta, tässä tapauksessa ylläpidon ja yhteistyökumppanin edustajilta.

6 Pohdinta

6.1 Opinnäytetyön prosessin arviointi

Opinnäytetyön tavoitteena oli vahvistaa nuoren minäkuvan muodostumista ja seksuaalista kehitystä sekä kerätä yhteen erilaisia palveluita, mistä nuori voi tarvittaessa saada tietoa. Itse tapahtuman tarkoitus oli edesauttaa tukemaan nuorten seksuaaliterveyttä ja seksuaalista hyvinvointia. Työn tarkoitus täyttyi, sillä tapahtuma saatiin pidettyä onnistuneesti. Myös tavoite toteutui, sillä tapahtuma edisti nuorten minäkuvan ja seksuaalisen identiteetin kehitystä. Tilasta luotiin turvallinen pohtia näitä aiheita. Tapahtumassa jaettiin nuorille tietoa minäkuvan kehityksestä, seksuaalisuuden puhumisesta ja seksuaalisesta häirinnästä. Nämä aiheet pohjautuivat tietoperustaan. Tapahtumaan oli koottu erilaisia sivustoja aiheeseen liittyen, mistä nuori voi saada vielä lisää tietoa. Tästä sai halutessaan ottaa kuvan itselleen.

Tietoperustaa etsittiin monipuolisesti eri tietolähteistä hyödyntäen verkkolähteitä sekä painettuja lähteitä. Suomenkielisten tietolähteiden lisäksi käytettiin kansainvälisiä lähteitä. Tietoa löytyi hyvin, joten tietoperustasta saatiin kirjoitettua kattava. Kirjoittaminen tapahtui suunnitellusti ja jakautui tasaisesti. Yhteisiä palaverieja sovittiin tasaisesti koko prosessin ajan. Opinnäytetyöprosessi lisäsi myös omaa tietämystä aiheesta sekä opetti tapahtuman järjestämistä ja verkkotyökalujen hyödyntämistä.

Tapahtuman ajankohtaa jouduttiin siirtämään eteenpäin suunnitellusta ajasta. Ajankohtaa päädyttiin siirtämään myöhemmäksi, jotta osallistujia olisi mahdollisesti enemmän kesälomien loputtua. Saatiin näin lisää suunnittelu-aikaa järjestää hyvä tapahtuma. Tekijät asuivat eri paikkakunnilla, joten yhteydenpito ja palaverit tapahtuivat etänä Zoom-alustalla. Tässä korostui toimivat verkkoyhteyden ja välillä nämä tuottivat haasteita. Lisäksi ongelmia tuotti välillä löytää yhteistä palaveriaikaa.

Yhteistyökumppanin yhteyshenkilön kanssa kommunikaatio tapahtui myös etänä. Häneen oli mahdollisuus ottaa yhteyttä, mikäli oli tarvetta. Lisäksi saimme kannustavaa positiivista palautetta jatkaa toteutusta. Tapahtuman jälkeen palaute oli positiivista ja yhteyshenkilö piti osallistujia määrää yllättävän hyvänä. Kahoot!-pelit toimivat hyvin osallistavana työkaluna. Vastausten pohjalta osallistajat olivat seuranneet esitystä. Tapahtuman materiaalit annettiin yhteistyökumppanin käyttöön.

6.2 Eettisyys ja luotettavuus

Hyvät tutkimuskäytännöt perustuvat tutkimuksen eheyden peruseriaatteisiin. Ne ohjaavat tutkijoita työssään sekä osallistumisessaan tutkimuksen käytännöllisiin, eettisiin ja älyllisiin haasteisiin. Nämä periaatteet ovat luotettavuus, rehellisyys, kunnioitus ja vastuullisuus.

(Allea 2017.) Hyvä tieteellinen käytäntö noudattaa tutkimuksen tuloksia julkaistaessa vastuullista tiedeviestintää ja avoimuutta. Muiden tekijöiden tutkimuksia ja töitä tulee kunnioittaa ja niihin viitattaessa tulee viittaukset tehdä asianmukaisella tavalla. Opinnäytetyötä tehdessä tulee se suunnitella, toteuttaa ja raportoida sekä aineisto tallentaa tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten mukaan. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2021.)

Opinnäytetyössä noudatettiin LAB-ammattikorkeakoulun opinnäytetyöohjetta ja viittaukset tehtiin asianmukaisella tavalla. Kuvia ja taulukoita käytettäessä noudatettiin myös LAB-ammattikorkeakoulun opinnäytetyöohjetta ja lähteisiin viitattiin ohjeiden mukaisella tavalla. Nuorten seksuaaliterveyden käsitteet ja tietoperusta on pyritty kuvaamaan sekä järjestettävässä tapahtumassa että opinnäytetyöraportissa vaihe vaiheelta luotettavien lähteiden perusteella. Käytettäviä lähteitä olivat näyttöön perustuvat, tieteelliset ja ammatilliset lähteet.

Opinnäytetyötä tehdessä huomioitiin eettisyyden ja luotettavuuden toteutuminen opinnäytetyöraportin kaikissa vaiheissa noudattamalla hyviä tieteellisen käytännön periaatteita, yleisiä eettisiä ohjeita ja periaatteita sekä yleisiä rehellisyyden ja vastuullisuuden periaatteita. Tämän opinnäytetyön työstämiseksi tehtiin yhteistyösopimus SPR:n kanssa, lisäksi haettiin tutkimuslupa ohjeiden mukaisesti. Kyselyissä on huomioitu anonymiteetti, eikä vastauksia ja palautetta annettaessa vastaaja ole tunnistettavissa. Kyselyt toteutettiin nettikyselyinä ja suullisesti. Vastaukset käsiteltiin luottamuksellisesti ja saadut vastaukset ja palautteet tuhottiin prosessin päätyttyä. Vastauksia kyselyyn saatiin määrällisesti vähän, mikä vaikuttaa sen luotettavuuteen. Järjestettävässä tapahtumassa ei ollut palautekyselyä, joten varmuutta sen vaikuttavuudesta ei ole.

6.3 Jatkokehittämisidea

Toiminnan jatkokehittämisideana olisi hyvä huomioida riittävä ja järjestelmällinen tapahtuman markkinointi, jotta mahdollisimman moni kiinnostunut saavuttaa tiedon. Aihe on arkaluontoinen, vaikka osallistuminen tapahtuisikin nimimerkin takaa. Tämä voi vaikuttaa suoraan osallistujien määrään. Jatkossa olisi hyvä vielä rajata tarkemmin osallistujien ikähaarukkaa kapeammaksi, jotta tiedon voi kohdistaa juuri oikealle ikäryhmälle. Tämä on hyvä myös huomioida mainostamisessa. Tapahtuman sujuvuudeksi ja osallistujien pitämiseksi tapahtumassa on hyvä tehdä selkeä työnjako. Toinen hallinnoi selkeästi teknistä puolta ja toinen pitää katsojiin yhteyttä. Lisäksi tekniseen osaamiseen on hyvä panostaa ja tutustua etukäteen kaikkiin alustan toimintoihin. Tapahtuman jälkeen mietittiin nuorten osallisuutta ja sitä, että olisiko nuoria ollut paikalla enemmän, jos ei olisi oltu niin vieraita heille. Yhteyttä nuoriin pidettiin, mutta jatkossa vielä tiiviimpi yhteydenpito voisi lisätä osallistujamääriä.

Lähteet

Aalto-Setälä, T. & Marttunen, M. 2007. Nuorten psyykinen oireilu - häiriö vai normaalia kehitystä? Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim. Numero 2. Viitattu 13.3.2023. Saatavissa <https://www.duodecimlehti.fi/duo96233>

Allea. 2017. The European Code of Conduct for Research Integrity. Viitattu 8.2.2023. Saatavissa <https://www.allea.org/wp-content/uploads/2017/05/ALLEA-European-Code-of-Conduct-for-Research-Integrity-2017.pdf>

Bildjuschkin, K. 2015. Seksuaalikasvatuksen tueksi. Terveystieteiden tutkimuskeskus. Viitattu 6.2.2023. Saatavissa https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/129742/TY%C3%962016_35_web_korjattu.pdf?sequence=5

Brochmann, N. & StØkken Dahl, E. 2022. Opas kehoon ja mieleen. Tyttökirja. Helsinki: Into Kustannus Oy.

Brusila, P., Kero, K., Piha, J. & Räsänen, M. 2020. Seksuaalilääketiede. Kustannus Oy Duodecim. Viitattu 13.3.2023. Saatavissa <https://www.oppiportti.fi/op/set00001/do>

Garaizar, A. 2021. 7 tips for organizing a virtual event. EVENTWO. Viitattu 25.3.2023. Saatavissa <https://eventwo.com/en/7-tips-for-organizing-a-virtual-event/>

Harris, H. 2010. Nyt puhutaan seksistä. Karkkila: Kustannus-Mäkelä Oy.

Huuska, M. 2021. Sukupuolen moninaisuus ja kehon kirjo. Sukupuolen moninaisuuden osaamiskeskus. Seta-julkaisut. Trinet.

Kihlström, M. 2020. Oikeilla nimillä. Seksuaalikasvatus opas aikuisille. EU: Kosmos.

Korteniemi-Poikela, E & Cacciatore, R. 2015. Seksuaalisuuden portaat. Oppaat ja käsikirjat 2015:1. Helsinki: Opetushallitus

Kreivi, J. 2019. Grooming on uhka lasten turvallisuudelle. Rikosuhripäivystys. Nro 3/2019. Viitattu 1.6.2023. Saatavissa https://www.riku.fi/content/uploads/2019/11/RIKU_3_19.pdf

Kuokkanen, A. 2019. Kuinka tehdä vaikuttavia opetusvideoita? Mediamasteri. Viitattu 26.3.2023. Saatavilla <https://www.mediamasteri.com/blog/kuinka-tehda-vaikuttavia-opetusvideoita>

Kuortti, M. & Halonen, M. 2018. Miten nuorten seksuaaliterveyttä edistetään tehokkaimmin? Aikakauskirja Duodecim. Viitattu 6.2.2023. Saatavissa <https://www.duodecimlehti.fi/duo14270>

Mielenterveystalo.fi. 2022. Sukupuoli-identiteetin jäsentämisen omahoito-ohjelma. HUS. Viitattu 21.5.2023. Saatavissa [5. Muille kertominen | Mielenterveystalo.fi](#)

Nikkola, E., Luoma, I. & Aronen, E. 2016. Lastenpsykiatria ja nuorisopsykiatria. Kustannus Oy Duodecim. Viitattu 13.5.2023. Saatavissa <https://www.oppoportti.fi/op/opk04607>

Oikarinen, T. 2020. Intersukupuolisuus ja kehonpiirteisiin liittyvät variaatiot. Opas sensitiiviseen kohtaamiseen perheiden kanssa. Seta-julkaisuja 33. Trinket.

Oinonen, M. & Susineva, A. Seksuaalikasvattajan käsikirja. Hivpoint. Trinket: Helsinki.

Pelastakaa lapset. 2023. Lapsen houkuttelu seksuaalisiin tarkoituksiin (grooming). Pelastakaa Lapset ry. Viitattu 1.6.2023. Saatavissa <https://www.pelastakaalapset.fi/kehittamis-ja-asiantuntijatyo/nettivilje-ja-seksuaalivakivallan-ennaltaehkaisy/tietoa-lapsiin-kohdistu-vasta-seksuaalivakivallasta/lapsen-houkuttelu-seksuaalisiin-tarkoituksiin-grooming/>

RedNet. 2022. Virtuaalinen SPR nuorten olohuone (Olkari). Punaisen Ristin sivusto vapaaehtoisille. Viitattu 10.3.2023. Saatavissa [Virtuaalinen SPR Nuorten Olohuone \(Olkari\) | RedNet \(punainenristi.fi\)](#)

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

Santalahti, T. 2018. Nuorten seksuaalisuus ja seksuaaliterveys. Terveyskirjasto Duodecim. Viitattu 3.2.2023. Saatavissa <https://www.terveyskirjasto.fi/oos00001>

Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. Turun ammattikorkeakoulun PUHEENVUOROJA 72. Viitattu 23.2.2023. Saatavissa <https://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163738.pdf>

Sorjanen, K. Virtuaalitapahtumaopas – 10 vinkkiä vaikuttavaan virtuaalitapahtumaan. Tapahtumatekijät. Viitattu 26.3.2023. Saatavissa <https://www.tapahtumatekijat.fi/fi/blog/virtuaalitapahtuma>

SPR. Työmme. Viitattu 6.2.2023. Saatavissa <https://www.punainenristi.fi/tyomme/>

Suomen perustuslaki 731/1999.

Teosto. 2021. Opas virtuaalitapahtuman järjestämiseen. Viitattu 28.3.2023. Saatavissa [Opas virtuaalitapahtumat \(teosto.fi\)](#)

THL. 2020a. Lapset, nuoret ja perheet. Seksuaalisuuden ja sukupuolen sanasto. Viitattu 8.2.2023. Saatavissa <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/kehittyvat-kaytannot/seksuaalisuus-puheeksi/seksuaalisuuden-ja-sukupuolen-sanasto>

THL. 2020b. Ryhmätoiminta ja toiminnalliset menetelmät. Tutkimus ja kehittäminen. Viitattu 21.3.2023. Saatavissa <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/sosku/sosiaalisen-kuntoutuksen-opas/palvelun-sisallot/ryhmatoiminta-ja-toiminnalliset-menetelmat>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2021. Hyvä tieteellinen käytäntö. Viitattu 8.2.2023. Saatavissa <https://tenk.fi/fi/tiedetilppi/hyva-tieteellinen-kaytanta-htk>

Valtioneuvosto. 2023. Laki sukupuolen vahvistamisesta tulee voimaan 3.4.2023. Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 19.5.2023. Saatavissa [Laki sukupuolen vahvistamisesta tulee voimaan 3.4.2023 \(valtioneuvosto.fi\)](https://valtioneuvosto.fi/laki-sukupuolen-vahvistamisesta-tulee-voimaan-3-4-2023)

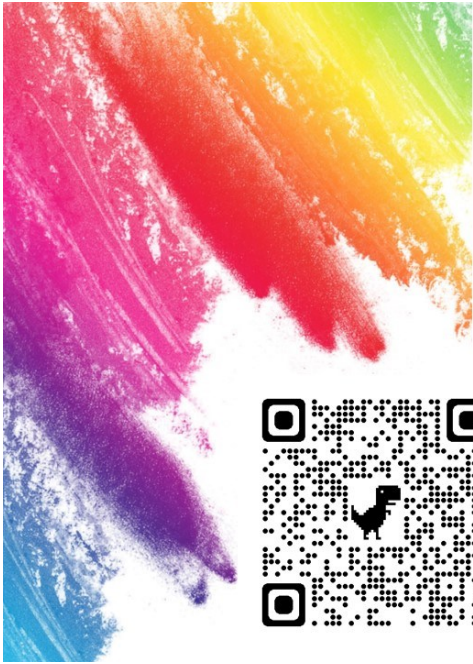
Väestöliitto. 2019. Uudistettu Seksuaalioikeudet-julkaisu luettavissa. Viitattu 23.3.2023. Saatavissa <https://www.hyvakysymys.fi/artikkeli/uudistettu-seksuaalioikeudet-julkaisu-luettavissa/>

Väestöliitto. 2021. Seksistä ja seksuaalisuudesta saa puhua. Viitattu 1.6.2023. Saatavissa <https://www.vaestoliitto.fi/ajankohtaista/seksista-ja-seksuaalisuudesta-saa-puhua/>

World Health Organization. 2023. Sexual health. Viitattu 23.3.2023. Saatavissa https://www.who.int/health-topics/sexual-health#tab=tab_1

Yhdenvertaisuuslaki 1325/2014.

Liite 1. Mainosesite



**SEKSUAALISUUTEEN LIITTYVÄ
TAPAHTUMA PUNAISEN RISTIN
VIRTUAALIALUSTALLA "OLKKARISSA"
16.8.23 KLO 18
LUVASSA RENTOA KAHOOT-PELAILUA,
MEIDÄN PUOLELTA TIETOA AIHEESTA JA
LOPUKSI YLLÄTYSARVONTA
OSALLISTUJIEN KESKEN!**

Osallistua voi matalalla kynnyksellä ja paikalle voi vain tulla kuuntelemaan ja viettämään aikaa! Tarvitset kuitenkin Discord tunnukset. Nähdään "Olkkarissa"!

Terkuin sairaanhoitajaopiskelijat Julia ja Petra

<https://linktr.ee/nuortenolkkari>

2. PowerPoint- esitys



TERVETULOA

- Tapahtuma koostuu Kahoot-peleistä ja tietoperustasta aiheeseen liittyen
- Tapahtuman lopussa pieni arvonta
- Kameraa ei tarvitse laittaa päälle ja voi osallistua vain chatin muodossa tai vaihtoehtoisesti vain kuunnella, miten itse haluaa
- Käsiteltäviä aiheita mm. seksuaaliterveys, minäkuvan kehittyminen, sukupuoli-identiteetti, miten puhua seksuaalisuudesta, lopussa sivustoja ja linkkejä mistä saada lisää tietoa



KAHOOT-PELI

KAHOOT.IT

- Nuoruusikä 12–22v.
- Keskeiset vaiheet nuoruudessa ovat vanhemmista irtautuminen, fyysiset muutokset sekä seksuaalisen identiteetin muodostuminen
- Seksuaalioikeudet kuuluvat myös nuorille
- Sukupuolihormoneiden vaikutus tunne-elämään
- Seksuaalisuus on osa ihmisyyttä
- Seksuaaliterveys
- Parhaimmillaan seksuaalisuus on hyvä voimavara
- Haasteita seksuaalisuudessa

MINÄKUVA

- Monimuotoisuus on rikkautta
- Mielen ja kehon yhteys
- Monet tekijät määrittelevät sukupuolemme
- Identiteetti sijaitsee jokaisen mielessä
- Päivitetty trans-laki astui voimaan 3.4.2023
- Seksuaalinen suuntautuminen



KAHOOT-PELI
KAHOOT.IT

SEKSUAALISUUDESTA PUHUMINEN

- Jokainen ihminen käsittää seksuaalisuuden eri tavoin
- Seksuaalisuudesta ja seksistä puhuminen on paljon muutakin kuin vain faktoja
- Kenenkään ei tarvitse yrittää vakuuttaa muita tai selitellä itseään
- Toisten ihmisten reaktiot ja tunteet eivät ole puheeksi ottajan vastuulla
- Vertaistukea ja keskusteluapua on saatavilla myös muualta kuin lähipiiriltä

SEKSUAALINEN HÄIRINTÄ

- Mediataidot
- Seksuaalinen häirintä on itsessään vallankäyttöä
- Häirintä ei liity mitenkään kohteeksi joutuneen henkilökohtaisiin ominaisuuksiin
- Seksuaalinen hyväksikäyttö ei siis aina edellytä fyysistä kontaktia, vaan se voi tapahtua puhelimen tai vastaavasti internetin välityksellä
- Grooming
- Hyväksikäyttö tapahtuu nimenomaan verkönvälityksellä, mutta voi edetä myös tapaamisiin ja fyysisiin tekoihin
- Tärkeää on kuitenkin, ettei ole itse tehnyt mitään väärin ja vastuu on tekijän
- Valitettavan yleistä ja siksi olisi hyvä aina kertoa tapahtuneesta



KAHOOT-PELI

KAHOOT.IT

ERILAISIA SIVUSTOJA

- Sinuiksi chat
- Sekaisin chat
- Seta (paikallisten toimijoiden yhteystietoja)
- Väestöliitto
- Sukupuolen moninaisuuden osaamiskeskus
- Hurmalehti
- Sexpo
- Pesojoonas- tilit
- Seksipuhetta-podcast

KIITOS KUN OLIT PAIKALLA

- Arvonta
- Heräsikö kysymyksiä?

Liite 3. Kahoot-pelit

1

Mitä olet tehnyt kesällä?

Olin kavereiden kanssa

Pelasin

Mökillä

Nukuin

2

Mistä olkkarissa voi puhua?

Kuulumisista

Mielenkiinnonkohteista

Huolista

Harrastuksista

3

Minkä ikäinen on nuori?

5-9

32-50

60-90

12-22

4

Loppuuko kehon muuttuminen 80-vuotiaana?

Totta

Tarua

5

Valitse mikä EI ole ehkäisy?

Keskeytetty yhdyntä

Kondomi

E-pillerit

Kierukka

6

Onko seksuaalisuus oleellinen osa ihmisyyttä?

Totta

Tarua

7

Missä identiteetti sijaitsee?

Kehossa

Mielessä

Sydämessä

Jalkapohjassa

8

Kuuluuko jokaiselle seksuaalioikeudet?

Totta

Tarua

1

Onko kaikilla oikeus määrittää oma seksuaalisuus?

Totta

Tarua

2

Mitä tehtäviä ihmismielellä on?

Tehdä havaintoja ja osallistua päätöksentekoon

Luoda mielikuvia

Olla yhteydessä kehoon

Osallistua kokemuksiin ja tuntea tunteita

3

Miten hormonaaliset muutokset vaikuttavat?

Keholliset tunteukset

Ei mitenkään

Sään muutokset

Mielialan muutokset

4

Voiko psyykinen ja kehollinen sukupuolikokemus poiketa toisistaan?

Totta

Tarua

5

Mitkä kuuluvat uudistuneeseen translakiin?

Syrjäytymisen ehkäisy

Henkilökohtainen koskemattomuus

Itsemääräämisoikeuden toteutuminen

Yksityiselämän oikeus

6

Kuuluisiko yhteiskunnan hyväksyä jokainen?

Totta

Tarua

7

Mitä tarkoittaa seksuaalinen suuntautuminen?

Millaisia mielenkiinnonkohteita on

Kehen henkilö tuntee tai ei tunne seksuaalista halua

Kertoo ihmisen taustasta

Millainen ihminen on

8

Voiko seksuaalinen suuntautuminen muuttua?

Totta

Tarua

1

Seksuaalisuudesta ja seksistä puhuminen on muutakin kuin faktoja

Totta

Tarua

2

Mitä EI kannata hyödyntää seksuaalisuudesta puhuttaessa?

Ammattilaista

Pornografia

Kirjoja

Elokuvia

3

Tarviiko omasta seksuaalisuudesta kertoa?

Totta

Tarua

4

Mistä saada vertaistukea?

Sinuiksi chat

Seta ry

Kaverit

Sukupuolen moninaisuuden osaamiskeskus

5

Mitä tarkoittaa Grooming?

Pelaamista

Alaikäisen houkuttelua seksuaalisiin tarkoituksiin

Seksuaalikasvatusta

Keskustelua

6

Tapahtuuko Grooming verkönvälityksellä?

Totta

Tarua

7

Kannattako kertoa, jos on kokenut Groomingia?

Totta

Tarua

8

Oliko tapahtuma

Mielenkiintoinen

Opettavainen

Hyvä

En tykännyt