

Heidi Hämäläinen

Jyri Mäkinen

SEKSUAALISUUDEN MONINAISUUS

Opas yläkouluikäisille nuorille


Opinnäytetyö
Terveystieteiden koulutus

Kesäkuu 2017




Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu

KUVAILULEHTI

 <p>Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu</p>	<p>Opinnäytetyön päivämäärä</p> <p>6.6.2017</p>
<p>Tekijä(t) Heidi Hämäläinen & Jyri Mäkinen</p>	<p>Koulutusohjelma ja suuntautuminen Hoitotyön koulutusohjelma, terveydenhoitaja & sairaanhoitaja</p>
<p>Nimeke</p> <p>SEKSUAALISUUDEN MONINAISUUS - Opas yläkouluikäisille nuorille</p>	
<p>Tiivistelmä</p> <p>Opinnäytetyömme tarkoituksena oli tuottaa opas seksuaalisuuden moninaisuudesta yläkouluikäisille nuorille. Tavoitteenamme oli lisätä nuorten tietämystä seksuaalisuudesta, sen eri muodoista ja seksuaalioikeuksista sekä saada heidät pohtimaan omaa käyttäytymistään erilaisuutta kohtaan ja synnyttää nuorten välistä keskustelua aiheista. Henkilökohtaisina tavoitteinamme oli kasvattaa omaa tietämystämme seksuaalisuudesta ja sen eri muodoista sekä oppia tuottamaan opas valitulle kohderyhmälle.</p> <p>Toimeksiantaja opinnäytetyöllemme oli Jämsän Terveys Oy ja sieltä tarkemmin Paunun yläkoulu. Näille esittelimme ideamme ja näin syntyi tarve seksuaalisuuden moninaisuudesta ja seksuaalioikeuksista käsittelevästä oppaasta. Opas oli tarkoitettu jaettavaksi kaikilla seksuaaliterveyttä käsittelevillä oppitunneilla mutta myös terveydenhoitajan luona tehtävillä terveystarkastuksilla. Opas on tehty tuotekehitysprosessina, ja se on paperisessa muodossa, mikä mahdollistaa konkreettisesti oppaan antamisen omaksi. Opas on tarkoitus saada myös sähköiseen muotoon, jotta koulun henkilökunta voi sitä tarvittaessa tulostaa. Sähköinen muoto myös mahdollistaa oppaan mahdollisen laajemman levityksen. Oppaan visuaaliseen suunnitteluun ja toteutukseen teimme yhdessä graafista suunnittelua opiskelevan opiskelijan kanssa.</p> <p>Idean ja aiheen työollemme olimme miettineet jo melko pitkälle ennen toimeksiantajan löytymistä. Kun aihe ja toimeksiantaja oli löydetty, aloimme suunnitella ja tehdä opinnäytetyötä ja opasta. Luonnosteluvaiheessa mietimme yhdessä toimeksiantajan sekä opinnäytetyötä ohjaavan opettajan kanssa oppaan sisältöä ja ulkoasua sekä toteuttamistapaa. Kehittelyvaiheessa sisältö vielä hieman muuttui, kun päätimme lisätä sinne tosielämän tarinan ja muokata opasta muutenkin enemmän nuoria houkuttelevammaksi. Viimeistelyssä teimme vielä toimeksiantajan toivomia muutoksia sisällön yksityiskohtiin liittyen. Lähteinä käytimme niin oppaassa kuin itse opinnäytetyössämmekin luotettavia, pääsääntöisesti enintään kymmenen vuotta vanhoja tieteellisiä julkaisuja.</p> <p>Oppaasta on hyötyä erityisesti yläkouluikäisille nuorille, sillä se lisää nuorten tietämystä seksuaalisuudesta ja sen eri muodoista, mutta myös seksuaalioikeuksista ja suojaikärajasta. Oppaaseen on koottu luotettavia nettiosoitteita, joista nuoret voivat itse hakea lisätietoa. Jos oppaan avulla saamme yhdenkin nuoren miettimään omaa seksuaalisuuttaan tai käytöstään seksuaalisesti erilaisia ihmisiä kohtaan, on siitä mielestämme ollut hyötyä. Jatkoa ajatellen toivomme, että opas olisi myös sähköisessä muodossa ja että saisimme sen aiheen tärkeyden vuoksi valtakunnallisesti yläkouluihin käyttöön.</p>	
<p>Asiasanat (avainsanat)</p> <p>seksuaalisuus, seksuaalisuuden eri muodot, seksuaalioikeudet, suojaikäraja, nuoret</p>	
<p>Sivumäärä</p> <p>46 sivua + liitteet</p>	<p>Kieli</p> <p>suomi</p>
<p>Huomautus (huomautukset liitteistä)</p> <p>3 liitettä</p>	
<p>Ohjaavan opettajan nimi</p> <p>Riitta-Liisa Jukarainen</p>	<p>Opinnäytetyön toimeksiantaja</p> <p>Jämsän Terveys Oy</p>

DESCRIPTION

 <p>Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu</p>	<p>Date of the bachelor's thesis</p> <p>6.6.2017</p>
<p>Author(s) Heidi Hämäläinen & Jyri Mäkinen</p>	<p>Degree programme and option Degree programme of Nursing, Public health nurse & Nurse</p>
<p>Name of the bachelor's thesis</p> <p>THE DIVERSITY OF SEXUALITY – The Guide for the Junior High School Aged Young</p>	
<p>Abstract</p> <p>The purpose of our bachelor's thesis was to create a guide about sexual diversity for adolescents in secondary school. Our aim was to increase the knowledge of the young about sexuality, different forms of sexuality and sexual rights as well as to encourage them to consider their own behaviour towards diversity and evoke dialogue about the subjects. Our personal goals were to increase our knowledge of sexuality and its different forms and to learn to create a guide to a selected target group.</p> <p>The commissioner of our thesis was Jämsän Terveys Oy health services and more precisely Paunu secondary school. We presented our idea to them and the need for a guide concerning sexual diversity and sexual rights emerged. The aim was to hand out the guide in all classes on sexual health, but also in physical examinations by the public health nurse. The guide was created through a product development process and it is in printed form, which allows the concrete guide to be given to keep. Our purpose was also to create the guide in digital format for the school staff to be printed when needed. A digital version would also allow a broader distribution of the guide. The visual design and implementation was carried out in co-operation with a graphic design student.</p> <p>The idea and subject for our bachelor's thesis was considered quite far before the commissioner was found. As both the subject and the commissioner had been found, we started to plan and work on the bachelor's thesis and the guide. In the outlining phase we thought over the contents, the layout and the realization of the guide together with the commissioner and our thesis tutor. In the developing phase the contents still changed a little as we decided to add one real-life story in the guide and edit it also in general more interesting for the young. In the finishing phase we yet made some changes in details of the contents according to the wishes of the commissioner. The sources used both in the guide and in the thesis were reliable and for the most part no more than ten years old scientific publications.</p> <p>The guide is especially beneficial for adolescents at secondary school age as it increases the knowledge of the young about sexuality and its different forms but also about sexual rights and the age of consent. The guide includes reliable internet addresses where the young can seek for more information. We consider the guide beneficial if it reaches at least one young person to think about his or her own sexuality or behaviour when meeting sexually different people. For the future, we wish to provide the guide also in digital format so that it could be available for secondary schools nationally due to its importance.</p>	
<p>Subject headings, (keywords)</p> <p>sexuality, different forms of sexuality, sexual rights, age of consent, the young</p>	
<p>Pages</p> <p>46 pages + appendices</p>	<p>Language</p> <p>finnish</p>
<p>Remarks, notes on appendices</p> <p>3 appendices</p>	
<p>Tutor</p> <p>Riitta- Liisa Jukarainen</p>	<p>Bachelor's thesis assigned by</p> <p>Jämsän Terveys Oy</p>

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	3
2	TOIMEKSIANTAJA JÄMSÄN TERVEYS OY	4
3	SEKSUAALISUUS	5
3.1	Seksuaalisuuden ulottuvuudet	5
3.2	Seksuaalinen suuntautuminen.....	6
3.3	Seksuaalinen kehittyminen	7
3.4	Biologinen sukupuoli.....	8
3.5	Seksuaalisen suuntautumisen eri muodot	9
3.6	Seksuaalioikeudet	11
3.7	Seksuaalisen kanssakäymisen suojaikäraja ja rikosoikeudellinen vastuu ...	14
4	NUORUUS ELÄMÄNVAIHEENA.....	15
4.1	Varhaisnuoruus	15
4.2	Keskinuoruus	16
4.3	Myöhäisnuoruus	16
5	NUORTEN SEKSUAALITERVEYS	18
5.1	Seksuaaliterveystiedot ja seksuaalikasvatus yläkouluissa.....	18
5.2	Seksuaalikasvatus sateenkaarinuoren kokemana.....	21
5.3	Seksuaalikasvatus poikien kokema.....	22
5.4	Paunun yläkoulun kouluterveyskysely	23
5.5	Johtopäätökset.....	25
6	KOULUTERVEYDENHUOLTO	26
6.1	Kouluterveydenhuolto ja terveydenhoitajan työ Paunun yläkoulussa.....	26
6.2	Laaja terveystarkastus.....	27
6.3	Lapsen ja nuoren seksuaalisen kehityksen tukeminen.....	28
6.4	Terveydenhoitajan rooli seksuaalikasvatuksessa.....	29
7	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET	30
8	OPPAAN TUOTTAMINEN.....	30
8.1	Toiminnallinen opinnäytetyö.....	31
8.2	Lähdeaineisto ja sen luotettavuus	31
8.3	Kehittämistarpeen tunnistaminen	32
8.4	Ideavaihe.....	33

8.5	Luonnosteluvaihe.....	34
8.6	Tuotteen suunnittelu	36
8.7	Tuotteen kehittäminen	37
8.8	Tuotteen viimeistely	39
9	TYÖN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS	40
10	POHDINTA	41
11	LÄHTEET.....	43
	LIITTEET	
	1 Toimeksiantosopimus	
	2 Kirjallisuuskatsaus	
	3 Opas-Seksuaalisuuden moninaisuus	

1 JOHDANTO

Jokainen ihminen on seksuaalinen omalla tavallaan. Seksuaalisuus on osa ihmisen kokonaisvaltaista kehitystä, ja se jatkuu ihmisen koko elämän ajan. Seksuaalisuus on sitä, mitä ihminen itse on, ja yhdyntä on sitä, mitä ihminen tekee. Seksuaalisuus koostuu monista eri osa-alueista, joita ovat muun muassa sukupuoli, seksuaalinen suuntautuminen ja lisääntyminen. (Seksuaalisuuden määritelmät 2016.)

Opinnäytetyössämme käsittelemme seksuaalisuutta, seksuaalista suuntautumista ja sen eri muotoja sekä nuoruutta. Varsinaisessa opinnäytetyössämme olemme perehtyneet myös seksuaalioikeuksiin ja suojaikärajaan, jotka liittyvät olennaisesti nuorten elämään ja jotka heidän tulisi tuntea ja tietää. Nämä tärkeimmät asiat olemme myös koonneet nuorille suunnattuun oppaaseen, josta seuraavassa luvussa tarkemmin.

Opinnäytetyömme tarkoitus on tuottaa seksuaalisuusopas yläkouluikäisille nuorille yhteistyössä kouluterveydenhoitajan kanssa. Oppaan tarkoitus on madaltaa kynnystä kääntyä kouluterveydenhoitajan puoleen seksuaalisuuteen liittyvissä mieltä askarruttavissa kysymyksissä sekä tarjota nuorille luotettavaa ja selkokielistä tietoa seksuaalisuudesta ja sen eri muodoista. Opas on tarkoitettu nuorille, jotka kokevat seksuaalisuutensa erilaisena tai haluavat saada seksuaalisuuden moninaisuuteen liittyvissä asioissa apua ja tukea. Opas toimii hyvänä työvälineenä myös terveydenhoitajalle sekä muille seksuaalisuutta tai lisääntymistä opettaville opettajille.

Toiminnallisen opinnäytetyömme toimeksiantaja on Jämsän Terveys Oy, joka tuottaa Jämsän alueen sosiaali- ja terveystalvet. Yksi sen tuottamista terveystalvetuista on terveydenhoitotyö Jämsän Kaupungin Paunun yläkoululle. Paunun koulu on noin 400 oppilaan yläkoulu Jämsän keskustassa, jossa opetusta tarjotaan vuosiluokille 7 - 9 v. Kouluterveydenhoitaja tapaa yläkouluikäisiä oppilaita lähinnä terveystarkastuksien yhteydessä ja terveystiedon tunneilla. Terveystarkastuksissa terveydenhoitaja käsittelee nuoren kanssa muun muassa nuoren elämäntilannetta ja siihen liittyviä voimavaroja, mahdollisia kuormittavia tekijöitä, opintojen edistymistä, seksuaaliterveyttä sekä mielialaa ja erilaisia päihteitä. (Jämsän Terveys Oy 2016; Paunun koulu 2017; Kouluterveydenhoitajan tiedote 2016.)

Aiheen opinnäytetyöllemme olemme valinneet, koska seksuaalisuus ja seksuaaliterveys ovat aiheina mielenkiintoisia ja varsinkin nuorille hämmäntäviä ja joskus nolojakin. Näin ei kuitenkaan tulisi olla, joten toivomme oppaan edesauttavan nuoria mutta myös terveydenhoitajia työssään ottamaan seksuaalisuuden ja sen moninaisuuden herkemmin puheeksi nuorten kanssa. Työmme tutkimuksellisenä pohjana olemme käyttäneet Suomessa toteutettuja kouluterveyskyselyitä ja tutkimuksia. Lähdeaineistomme koostuu kotimaisista ja ulkomaisista mahdollisimman tuoreista ja ajankohtaisista kirjoista ja elektronisista lähteistä.

2 TOIMEKSIANTAJA JÄMSÄN TERVEYS OY

Toteutamme opinnäytetyön yhteistyössä Jämsän Terveys Oy:n kanssa. Jämsän Terveys on vuonna 2015 perustettu yhteisyritys Pihlajalinnan ja Jämsän kaupungin välille, ja sen tarkoituksena on tuottaa Jämsän kaupungin alueen sosiaali- ja terveyspalvelut. Sosiaali- ja terveyspalveluihin kuuluvat hyvinvointipalvelut, jotka sisältävät perhepalvelukeskuksen toimintaa sekä mielenterveyspalveluita. Terveyspalvelut koostuvat päivystyksellisestä avosairaanhoidosta sekä kiireettömästä sairauden ja terveyden hoidamisesta. Terveyspalveluiden kautta on mahdollista hakeutua sairaanhoitajan tai lääkärin vastaanotolle. Ikääntyneiden palvelut koostuvat muun muassa palveluohjauksesta, kuntoutuksesta, sosiaalityöstä ja palvelupäivätoiminnasta. Edellä mainittujen palvelujen lisäksi yritys tuottaa myös työterveyspalveluita erinäisille yrityksille. Sopimus toimeksiannosta löytyy liitteistä (liite 1). (Jämsän Terveys Oy 2016; Hyvinvointipalvelut 2016.)

Jämsä on kaupunki, joka sijaitsee keskellä Suomea. Se kuuluu Länsi-Suomen lääniin ja on osa Keski-Suomen maakuntaa. Kaupungin pinta-ala on kokonaisuudessaan 1824 neliökilometriä. Marraskuussa 2016 Jämsän asukasluku oli 21 301. Jämsän naapurikuntia ovat Juupajoki, Jyväskylä, Keuruu, Kuhmoinen, Luhanka, Mänttä-Vilppula, Petäjävesi, sekä Orivesi. (Tilastotietoa 2017.)

Jämsän Terveys Oy:stä kanssamme yhteistyötä tekevät Petra Koljonen, joka toimii Jämsän kaupungin Paunun yläkoulun terveydenhoitajana, sekä palvelupäällikkö Riitta Hjelt. Yhdessä terveydenhoitaja Petra Koljosen kanssa suunnittelemme oppaan seksu-

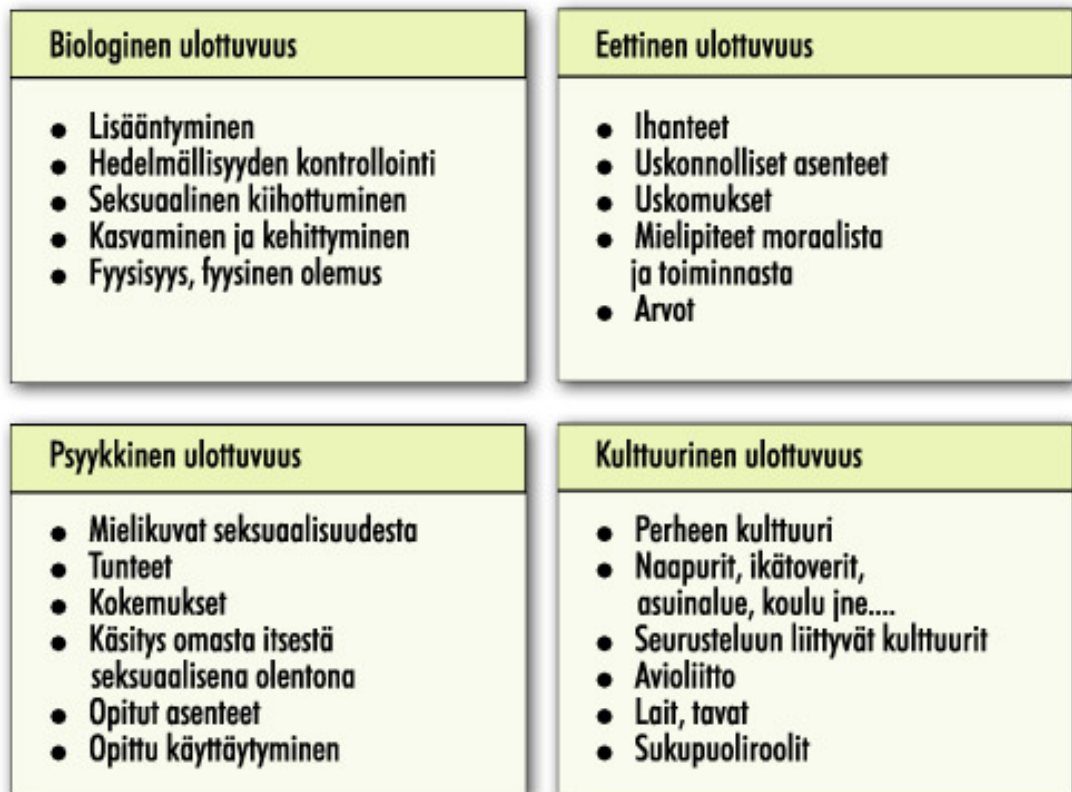
aalisuuden moninaisuudesta koulun oppilaille. (Kouluterveydenhuolto 2014; Jämsän Terveys Oy 2016.)

3 SEKSUAALISUUS

Jokainen ihminen on omalla tavallaan seksuaalinen. Seksuaalisuus on sitä mitä ihminen itse on, ja seksi on kehoon kohdistuvaa ajatusta tai toimintaa, josta ihminen saa eroottista mielihyvää. (Seksuaalisuuden määritelmät 2016.) Tässä luvussa pohdimme seksuaalisuutta, sen ulottuvuuksia, seksuaalista suuntautumista ja sen eri muotoja.

3.1 Seksuaalisuuden ulottuvuudet

Seksuaalisuus koostuu monista eri osa-alueista, ja se on oleellinen osa ihmisyyttä elämän kaikissa vaiheissa. Osa-alueisiin kuuluvat sukupuoli ja sukupuoli-identiteetti, sukupuoliroolit, seksuaalinen suuntautuminen, erotiikka, mielihyvä, erilaiset sukupuoli suhteet ja itse lisääntyminen. Seksuaaliset kokemukset ja seksuaalisuuden ilmentyminen tapahtuvat monien asioiden kautta, joita voi olla hyvinkin erilaisia. Seksi on ihmisen oman seksuaalisuuden toteuttamista ajatusten ja tekojen kautta. Sen avulla ihminen voi kokea seksuaalista hyvän olon tunnetta sekä fyysistä nautintoa. Ihminen voi harrastaa seksiä monella eri tavalla, ja yhdyntä on vain yksi osa sitä. Osa seksuaalisuudesta tapahtuu ajatusten tasolla, joita ovat fantasiat, halut, uskomukset ja asenteet. Seksuaalisuus voi ilmetä myös käyttäytymisenä, muun muassa seksuaalisuuden harjoittamisena eri roolien ja suhteiden kautta. Vaikka seksuaalisuus voi pitää sisällään kaikki nämä ulottuvuudet, ihminen ei aina koe tai ilmennä niitä kaikkia. Biologiset, psykologiset, sosiaaliset, taloudelliset, poliittiset, eettiset, lailliset, historialliset, uskonnolliset ja hengelliset tekijät vaikuttavat vuorovaikutuksessa seksuaalisuuteen. Seksuaalisuuden ulottuvuuksia Greenbergin mukaan on esitetty kuvassa 1. (Seksuaalisuuden määritelmät 2016.)



KUVA 1. Seksuaalisuuden ulottuvuudet Greenbergin mukaan (Seksuaalisuuden ulottuvuudet 2011)

3.2 Seksuaalinen suuntautuminen

Ihminen voi määrittää seksuaalisuuttaan seksuaalisella suuntautumisella. Seksuaalinen suuntautuminen määräytyy sen mukaan, keitä kohtaan ihminen tuntee vetovoimaa seksuaalisesti. Seksuaalinen suuntautuminen on jokaisen henkilökohtainen asia, ja se on osa ihmisen omaa seksuaalista itsemääräämisoikeutta. Ihminen on oikeutettu itse määrittämään seksuaalisen suuntautumisensa tai jättämään sen määrittelemättä kokonaan. Kukaan toinen ei voi tehdä sitä toisen puolesta. (Seksuaalinen suuntautuminen on itse määrittely kysymys 2016.)

Sukupuoli on ihmisen moninainen ominaisuus, jokainen kokee sukupuolensa eri tavalla. Sen voi esimerkiksi kokea mieheyden, naiseuden tai jonkun muun kokemuksen kautta. Moninaisuudella ei viitata sukupuolivähemmistöihin, vaan heteronkin seksuaalisuus voi olla moninainen. Valtaosa väestöstä kokee olevansa miehiä tai naisia. Osa kokee olevansa molempia tai kokee heissä olevan hiukan piirteitä molemmista. On

myös ihmisiä, joilla on se käsitys itsestään, ettei heillä ole sukupuoleen liittyvää määritelmää. (Sukupuoli 2016.)

3.3 Seksuaalinen kehittyminen

Ihmisen seksuaalisuus on läpi elämän kehittyvä prosessi, jossa ihmisen käsitys omasta minäkuvasta ja identiteetistä vahvistuu samalla, kun omat ajatukset seksuaalisuudesta alkavat selkeytyä. Minäkuva ja seksuaalinen identiteetti ovat asioita, jotka kehittyvät ihmisellä läpi elämän. Seksuaalisuuteen voidaan kiinnittää huomiota jo ihmisen ollessa vauva. Vauvalle on ensisijaisen tärkeää, että hänen tarpeisiinsa kyetään vastaamaan nopeasti. Hyvin hoidettu vauva oppii luottamaan muihin ihmisiin. Lapselle kehittyy käsitys häpeän tunteesta jo muutaman vuoden iässä ja hän oppii haluamaan eri asioita ja luottaa omaan osaamiseensa. Seksuaalikasvatuksessa pitää muistaa, ettei lasta tule häväistä tai millään tavalla nolata, mikäli hän kokee kiinnostusta kehoon tai sukupuolielimiin. Lapsen oikeuksiin kuuluu oppia sanat, joilla sukupuolta ja seksuaalisuutta voidaan kuvata. (Seksuaalinen kehittyminen 2016.)

Pikkulapsella on jo paljon omaa tahtoa, joten hän haluaa itse osata ja tutkia. Pientä lasta ei koskaan saa rangaista siitä, jos ja kun hän on kiinnostunut seksuaalisuudestaan. Pikkulapselle on kuitenkin hyvä määrittää itsetutkiskelun rajat. Hänelle on hyvä kertoa, että itsensä tutkiminen on sallittua, mutta toiminnot, jotka viittaavat seksuaalisuuteen esimerkiksi oman kehon tutkimiseen, ovat yksityistä omassa tilassa tapahtuvaa toimintaa. Tärkeintä lapsen niin seksuaalisessa kuin muussakin kasvussa on, että hän tuntee itsensä hyväksytyksi ja hyväksi ihmiseksi juuri sellaisena kuin hän on. (Aho ym. 2008, 15.)

Murrosiässä nuoret pohtivat omaa käsitystään seksuaalisuudesta ja sukupuolesta niin pukeutumisen kuin käytöksenkin kautta. Tätä kautta nuori pohtii myös, mikä on hyväksyttävää ja mikä ei. Myös oma seksuaalinen suuntautuminen ja sukupuolen esille tuominen ovat osa murrosikäisen nuoren ajatusmaailmaa. Murrosiän myllerryksessä nuori pohtii usein omaa seksuaalista identiteettiään ja haluaakin kokeilla erilaisia seksuaalisia suuntautumisia, kuten homo- tai biseksuaalisuutta. Jotta nuori pystyisi hyväksymään kaikki nämä tunteet ja muuttuvan kehonsa, hän tarvitsee läheisen aikuisen hienovaraista ja arvostavaa tukea. Aikuisen tehtävä on neuvoa ja ohjata sekä asettaa rajoja, jotta nuori oppii huolehtimaan ja ottamaan vastuuta itsestään. Usein nuoret säikähtävät ailahtelevia tunteitaan, ja tämän vuoksi olisikin tärkeää, että nuori on saa-

nut tietoa lapsuuden rajattomuudesta, seksuaalisuuden kehityksestä, nuoruuden kokeilevasta monimuotoisuudesta mutta myös aikuisuuden erilaisista seksuaalisista identiteeteistä. (Aho ym. 2008, 15.)

Nuori aikuisuus on aikaa, jossa ihminen käy läpi ihmissuhteisiin liittyviä asioita. Seurustelu ja perheen perustaminen alkavat olla ajankohtaisia, ja omat elämäntavoitteet ja uravalinta ovat keskeisessä osassa. Keski-ikäisenä ja ikääntyneenä ihminen käy läpi elämäänsä pohtien valintoja, omia arvojaan ja niiden merkitystä. Suomalaisten elinikä on noussut, ja näin ollen ihmiset elävät aiempaa vanhemmiksi, joten on tärkeää ymmärtää, että ihmisen seksuaalinen kehitys on läpi elämän kehittyvä prosessi. (Seksuaalinen kehittyminen 2016.)

3.4 Biologinen sukupuoli

Valtaosa ihmisistä voidaan jakaa kahteen eri luokkaan biologisen sukupuolen perusteella. Kun biologista sukupuolta tarkastellaan, siinä huomioidaan anatomiset, hormonaaliset ja geneettiset tekijät. Edellä mainitut tekijät vaikuttavat ruumiinrakenteeseemme, pituuskasvuun, kehon prosesseihin murrosiässä, karvoitukseen sekä lisääntymiseen. Olemme siis kehollisesti erilaisia ja yksilöllisiä. Kun asiaa tarkastellaan lähemmin biologian näkökulmasta, huomataan, että kahteen luokkaan määrittely ei ole niin yksiselitteinen asia nykytiedon valossa. Tämä johtuu vaihtelusta ja moninaisuudesta, jota esiintyy kromosomien tasolla mutta myös ulkoisten sukupuolielinten tunnusmerkeissä. On tutkittu, että pienten lasten aivojen rakenne ja toiminta ovat kaikilla lähes samanlaista, mutta se, kuinka ympäristö kohtelee ja kuinka heidät kasvatetaan, muokkaa niitä pysyviksi rakenteiksi. (Sukupuolella on väliä 2016.)

Seksuaalinen suuntautuminen ei ole aina yksiselitteinen asia, sillä se määritellään oman sukupuolen ja tunteiden kohteen sukupuolen mukaan. Se, keneen ihminen ihasuu, rakastuu, tuntee eroottista tai emotionaalista kiinnostusta määrittelee seksuaalisen suuntautumisen. Seksuaalisten suuntautumisten kirjo on laaja, ja näitä muotoja kutsutaan seksuaalisen suuntautumisen moninaisuudeksi. (Seksuaalinen suuntautuminen 2016.)

3.5 Seksuaalisen suuntautumisen eri muodot

Seksuaalinen suuntautuminen ei ole aina yksiselitteinen asia, sillä se määritellään oman sukupuolen ja tunteiden kohteen sukupuolen mukaan. Se, keneen ihminen ihastuu, rakastuu, tuntee eroottista tai emotionaalista kiinnostusta, määrittelee seksuaalisen suuntautumisen. Seksuaalisten suuntautumisten kirjo on laaja, ja näitä muotoja kutsutaan seksuaalisen suuntautumisen moninaisuudeksi. (Seksuaalinen suuntautuminen 2016.)

Se, millainen seksuaalinen suuntautuneisuus ihmisellä on, ei ole tahdonalainen asia tai henkilön oma valinta. Välttämättä ei myöskään puhuta seksuaali-indentiteetistä seksuaalisen suuntautumisen yhteydessä, vaan esimerkiksi lesbous saattaa olla vahvasti sosiaalinen identiteetti. Usein kuvitellaan, että seksi ja seksuaalisuus erottavat seksuaalivähemmistöt heteroista, mutta tämä on harhaa, sillä seksuaalinen suuntautuminen ei muuta ihmisten välistä ihastumista, rakastumista tai seksikäyttäytymistä. Erottavana tekijänä toimii yhteiskunta, joka määrittelee, kuinka samaa ja eri sukupuolta olevien suhteisiin suhtaudutaan. (Seksuaalinen suuntautuminen 2016.)

Hetero

Hetero- sana tulee kreikan kielestä heteros, joka tarkoittaa toista tai toisenlaista. Heteroseksuaali eli hetero on henkilö, joka tuntee seksuaalista vetoa vain vastakkaisen sukupuolen edustajaa kohtaan. Tämä tarkoittaa siis sitä, että mies ja nainen muodostavat heteroseksuaalisen suhteen, jossa he voivat rakastua tai vain olla seksisuhteessa. (Harris 2010, 16.)

Nikulainen (2015) kertoo nettiartikkelissa "Heteroseksuaalisuuden hämmentävän lyhyt historia" historioitsija Blankin (2012) kirjasta, jossa käsitellään yksityiskohtaisesti ja tarkasti heteroseksuaalisuuden käsitteen syntymistä. Ainuttakaan seksuaalista suuntautumista ei ole pystytty lääketieteellisesti täysin selittämään, eikä niitä ole löydetty tieteellisin kokein, ei myöskään heteroseksuaalisuutta. Mutta koska ihmiskunta ei ole tarvinnut seksuaalisen suuntautumisen määrittelyä säilyäkseen hengissä, se on jätetty myös heteroseksuaalisuuden osalta tekemättä aina vuoteen 1869 saakka. Nikulainen kertoo artikkelissaan Karl Ulrichsin ja Karl-Maria Kertnebyn kehittäneen hetero- ja

homoseksuaalisuuden vastustaakseen epäoikeudenmukaista lakialoitetta, jonka tarkoituksena oli muun muassa miesten välisestä seksistä rankaiseminen. Laki kuitenkin meni läpi, ja Ulrichs ja Kertneby epäonnistuivat tavoitteessaan. Joitakin vuosia myöhemmin psykiatri ja seksologi Kraft-Ebing otti käsitteet käyttöönsä seksuaalisten häiriöiden katologissaan, ja niin heteroseksuaalisuuden historia sai alkunsa laki- ja näennäislääketieteestä. Pian käsitteiden julkaisun jälkeen heteroseksuaalisuus nostettiin yhteiskunnalliseksi oletusarvoksi. (Nikulainen 2015.)

Homoseksuaalisuus

Miespuolinen henkilö, joka rakastuu oman sukupuolen edustajaan, on homoseksuaali. Sanalla homo voidaan tarkoittaa myös homoa sukupuolesta riippumatta, eli myös samaa sukupuolta rakastavia naisia voidaan kutsua homoiksi. (Seksuaalinen suuntautuminen 2016.) Nykytiedon valossa ei ole pystytty selvittämään, onko olemassa geeniä, jonka perusteella määräytyy, tuleeko lapsesta hetero vai homo. Vaikka onkin voitu osoittaa, että tietyissä suvuissa homoseksuaalisuutta on varsinkin homomiehen äidin puolella, se ei tarkoita homouden olevan suoraan tai ainoastaan periytyvää. Toisaalta se, miksi homous tulee juuri äidin puolelta uskotaan johtuvan siitä, että se periytyy vain sellaisessa kromosomissa, joka siirtyy vain äidiltä pojalle. Tällainen kromosomi on X, eli homoseksuaalisuus ei voi periytyä isältä pojalle. Tutkimuksilla ei ole voitu osoittaa, että vanhempien suhtautumisella tai kasvatuksella olisi vaikutusta siihen, tuleeko lapsesta homo vai ei. (Lehto & Kovero 2010, 59 - 61.)

Homoutta on pyritty selittämään monilla eri teorioilla, joista tässä muutama. Homoudesta uskotaan olevan hyötyä darwinistisen selityksen mukaan. Suku jossa on homomiehiä, näyttäisi lisäävän suvun naisten lisääntymiskäyttäytymistä mikä taas johtaa suvun suurempaan lasten määrään. Tässä uskotaan kuvaan astuvan myös homomiehet, sillä heillä katsotaan naimattomina olevan parempi mahdollisuus huolehtia suvun jälkeläisistä. Frank Muscarellan teoria sen sijaan perustuu aivan päinvastaiseen. Hänen mukaansa voimakkaat urokset hoitivat lisääntymisen jo varhaisissa ihmisyhteisöissä. Tämä taas olisi johtanut nuorten keskenään asuvien urosten homoseksuaalisuuden lisääntymiseen. (Miksi joistakin tulee homoja? 2016.)

Lesbo

Kuten jo aiemmin mainitsimme, sanalla homo voi kuvata niin kahden miehen kuin kahden naisenkin välistä suhdetta. Kahden naisen välisestä suhteesta käytetään myös termiä lesbosuhde. Lesbolla tarkoitetaan naispuolista henkilöä, joka rakastaa tai on fyysisesti kiinnostunut toisesta naisesta. Sana lesbo juontaa juurensa Kreikan Lesbossaareen, jossa jo antiikin aikaan noin 600 eaa. oli erityisiä kouluja tytöille ja naisille. Yhdessä tällaisessa koulussa opetti naisrunoilija Sapfo, joka kirjoitti naisten välisestä ystävydestä ja rakkaudesta. (Harris 2010, 16.)

Biseksuaalisuus

Yksi seksuaalisista suuntautumisista on biseksuaalisuus. Biseksuaali on henkilö, mies tai nainen, joka ihastuu ja rakastuu toiseen ihmiseen sukupuolesta riippumatta. Voi-daankin sanoa, että biseksuaali kiinnostuu enemmän persoonasta kuin sukupuolesta. Biseksuaaleja ovat luonnollisesti myös ne, jotka tuntevat vain eroottista vetovoimaa sukupuolesta riippumatta. (Seksuaalinen suuntautuminen 2016.)

Aseksuaalisuus

Vähemmän tunnettu ja tiedetty seksuaalinen suuntautuminen on aseksuaalisuus. Henkilöä, joka ei tunne seksuaalista vetovoimaa ketään kohtaan sukupuolesta riippumatta, kutsutaan aseksuaaliksi. Toisin kuin selibaatti, aseksuaalisuus ei ole oma valinta vaan se on osa henkilön persoonallisuutta. Aivan kuten kenellä tahansa, myös aseksuaalilla henkilöllä on emotionaalisia tunteita ja tarpeita. Hän voi kokea emotionaalista vetovoimaa sukupuolesta riippumatta ja näin olla hetero, homo, lesbo tai bi. (Overview 2016.)

3.6 Seksuaalioikeudet

Seksuaalioikeudet ovat osa ihmisoikeuksia, ja ne tulisi ottaa huomioon kaikessa maasamme tapahtuvassa toiminnassa. Niiden pohjalta myös turvallinen seksuaaliterveys on mahdollista toteuttaa. Seksuaalioikeuksien toteutuminen edellyttää, että kaikki ihmiset kunnioittavat toinen toisensa oikeuksia. Jos katsomme alla olevia seksuaalioike-

uksia, voimme huomata, että useissa länsimaissa ja muissa kehittyneissä maissa lakeja noudatetaan ja ne ovat ihmisille itsestään selviä asioita. Näin ei kuitenkaan valitettavasti ole monessa kehitysmaassa. Alla on lueteltu kaikki seksuaalioikeudet (Sexual rights 2016.)

- Oikeus yhdenvertaisuuteen ja syrjimättömyyteen.
- Oikeus toteuttaa omaa seksuaalisuutta ilman väkivallan, riiston tai pakottamisen riskiä.
- Oikeus yksityisyyteen.
- Oikeus korkealaatuiseen seksuaali-terveyshuoltoon ja sosiaaliturvaan.
- Oikeus solmia avioliitto vapaassa täydessä suostumuksessa ja tasa-arvossa tulevien aviopuolisoiden kanssa ja oikeus tarvittaessa purkaa avioliitto.
- Oikeus perustaa perhe, päättää lapsien hankkimisesta ja lukumäärästä.
- Oikeus seksuaalitietoon ja -koulutukseen. (Sexual rights 2016.)

Tällä hetkellä reilu puolet maapallolla asuvista ihmisistä on alle 25-vuotiaita, joista ylivoimaisesti suurin osa asuu kehitysmaissa. Näiden nuorten seksuaalioikeuksia ei aina kunnioiteta, mikä näkyy muun muassa tyttöjen pakkoavioliitoissa, nuorena raskaaksi tulemisessa ja korkeassa synnytyskuolleisuudessa. Jotta nuorten hyvinvointi voitaisiin turvata, väestönkasvu saada hidastumaan ja äitiyskuolemien lukumäärä pienemään, tulisi nuorten seksuaalisuus ja seksuaalioikeudet tunnustaa ja tiedostaa. Nuorille on laadittu omat seksuaalioikeudet vasta 1989, jolloin lasten oikeuksien sopimus syntyi. Nuorten seksuaalioikeudet on jaettu kuuteen eri osa-alueeseen. (Nazarenko 2016.)

1. Oikeus elämään.

Ihmisellä on oikeus ilmaista vapaasti mielipiteensä ja tehdä itsenäisiä päätöksiä. Antaa oikeuden nauttia omasta seksuaalisuudestaan oman kehon kautta ilman, että siihen liittyy kiusaamista tai syrjintää. (Nazarenko 2016.)

2. Oikeus nauttia seksuaalisuudesta.

Nuorella on oikeus olla turvassa, oikeus saada apua perhesuunnitteluun sekä oikeus avioitua parhaaksi katsomallaan tavalla. Hänellä on oikeus tyydyttävään sukupuolielämään seksuaalisesta suuntautumisesta riippumatta, oikeus näyttää seksuaalinen halukkuutensa ja oikeus tarvittaessa kieltäytyä seksistä tai siihen viittavasta seksuaalisesta tapahtumasta. Lisäksi on oikeus saada tietoa seksuaalisuudesta ja mahdollisuus päättää omasta kehostaan. (Nazarenko 2016.)

3. Oikeus tietoon seksuaalisuudesta.

Nuorella on oikeus saada tietoa omista oikeuksistaan, ehkäisymenetelmistä ja -valmisteista sekä sukupuolitaudeista. Seksuaalisuusneuvonta ja ehkäisyvälineet tulee olla saatavilla ymmärrettävässä muodossa, nuorille mahdollistetuissa paikoissa, järkevänä ajankohtana ja järkevään hintaan. (Nazarenko 2016.)

4. Oikeus suojella itseään.

Nuorella on oikeus suojella itseään ja tarvittaessa tulla suojelluksi poikkeustilanteissa (seksuaalinen hyväksikäyttö, raiskaus ja erilaiset sukupuolitaudit) (Nazarenko 2016).

5. Oikeus seksuaaliterveydenhuoltoon.

Nuorella on oikeus saada seksuaaliterveydenhuoltoa, joka on nuoria kunnioittavaa, luottamuksellista sekä tasoltaan korkeaa. Lisäksi seksuaaliterveydenhuollon tulee olla nopeasti saatavilla ja sellaista, että siihen nuorella on varaa. (Nazarenko 2016.)

6. Oikeus osallistua.

Nuorella on oikeus osallistua häntä tai muita vertaisiaan koskevaan päätöksentekoon sekä mahdollisten seksuaali- ja lisääntymisterveyteen liittyvien ohjelmien suunnitteluun. (Nazarenko 2016.)

3.7 Seksuaalisen kanssakäymisen suojaikäraja ja rikosoikeudellinen vastuu

Suomessa seksuaaliseen kanssakäymiseen liittyy suojaikäraja, joka on 16 vuotta. Seksuaalinen kanssakäyminen alle 16 vuotta täyttäneen henkilön kanssa on rangaistava teko. Vastuu seksuaalisesta teosta nousee aina suuremmaksi, mitä enemmän henkilöiden välillä on ikäeroa. Iän lisäksi huomioidaan myös henkisen ja ruumiillisen kehityksen erot. Mikäli henkilöt ovat alle 16-vuotiaita, mutta heidän katsotaan olevan henkisesti ja ruumiillisesti samalla tasolla ja seksuaalinen kanssakäyminen tapahtuu vapaaehtoisesti, teosta ei välttämättä rangaista. Alle 16-vuotiaiden keskinäiset seurustelu- ja seksisuhteet ovat näin ollen sallittuja. (Seksuaalisen kanssakäymisen suojaikärajat 2016; Seksi ja seksuaalisuus 2016; Rikosoikeudellinen vastuu 2016.)

Rikosoikeudellinen vastuu alkaa jo 15 vuoden iässä. Rikosoikeudellinen vastuu tarkoittaa sitä, että 15 vuotta täyttänyt nuori voidaan asettaa syytteeseen ja tuomita rikoksesta. Myös alle 15-vuotias on velvollinen korvaamaan aiheuttamansa vahingot, vaikka varsinaista rikosoikeudellista vastuuta ei olekaan. Tämä johtuu siitä, että Suomen laissa ei ole määritelty alaikäraja sille, minkä ikäisenä henkilöstä tulee vahingonkorvausvelvollinen. Mikäli henkilö on alle 15-vuotias, tehdään rikoksesta aina lastensuojeluilmoitus. (Rikosoikeudellinen vastuu 2016; Seksuaalinen väkivalta 2017.)

Seksuaalinen hyväksikäyttö tarkoittaa alle 18 vuotta täyttäneen henkilön houkuttelemista tai painostamista seksuaaliseen toimintaan, jossa tekijä käyttää tai kykenee käyttämään omaa asemaansa hyväksi henkilön ollessa riippuvainen tai puolustuskyvytön. Mikäli seksuaalinen toiminta kohdistetaan henkilöön, joka on alle 16-vuotias, kyseessä on lapsen seksuaalinen hyväksikäyttö tai törkeä lapsen hyväksikäyttö. Myös hyväksikäytön yritys katsotaan rangaistavaksi teoksi. Lieventäväksi asianhaaraksi ei katsota sitä, että lapsi olisi ollut myöntynäinen teko. Humala, pukeutumisvalinta tai kehityksellinen vamma ei myöskään vaikuta ihmisen omaan itsemääräämisoikeuteen kiel-

täytyä seksuaalisen kanssakäymisen eri muodoista. (Rikoslaki 39/1889; Seksuaalinen väkivalta 2017.)

4 NUORUUS ELÄMÄNVAIHEENA

Nuoruus on ihmisen parasta aikaa, näin ainakin moni vanhempi tietää kertoa. Nuoresta ei kuitenkaan välttämättä aina tunnu siltä, sillä nuoruus on niin fyysisesti kuin henkisesti suurten muutosten aikaa. Virallinen määritelmä nuoruudelle on, että se on elämänvaihe lapsuuden ja aikuisuuden välillä. Jos nuoruutta tarkastellaan ikävuosien valossa, sen katsotaan sijoittuvan 12 - 18 ikävuoden tienoille. (Aho ym. 2008, 12 - 13; Hermanson 2010, 29 - 30.) Seuraavissa kolmessa kappaleessa käsittelemme tarkemmin nuoruuden eri vaiheita, jotta ymmärrämme paremmin iän vaikutuksen seksuaalisuuteen ja sukupuoleen.

4.1 Varhaisnuoruus

Jotta nuoreksi voi kasvaa, tulee päästää irti lapsuudesta, alkaa itsenäistyä ja valmistautua aikuisuuteen (Hermanson 2010, 29). Ensimmäiset fyysiset muutokset kuuluvat varhaisnuoruuteen, joka keskimäärin katsotaan sijoittuvan ikävuoteen 12 - 14. Usein tytöillä puberteetti alkaa jo 10 - 12-vuotiaana kun taas pojilla muutamaa vuotta myöhemmin. Kehossa tapahtuu lyhyessä ajassa paljon muutoksia, pääasiassa hormonien ansiosta, ja ne valmistavat nuorta sukukypsyyteen. Näkyvimpiä muutoksia kehossa ovat tytöillä rintojen kasvu ja pojilla kivesten suurentuminen. Tässä vaiheessa pojilla esiintyy ensimmäisiä kertoja yllättäviä erektioita ja yöllisiä siemensyöksyjä, jotka vähenevät murrosiän edetessä. Tämä on merkki sukukypsyydestä. Tytöillä merkki sukukypsyydestä on kuukautisten alkaminen. (Kinnunen 2001, 96 - 101.)

Nuoreksi kasvamisessa asioita ei tapahdu vain fyysisesti vaan myös henkisesti. Tässä vaiheessa järki kasvaa, ja koulussa tulee koko ajan vaikeampia ja vaikeampia tehtäviä. Nuori alkaa ajatella abstraktisti ja uskoo voivansa tehdä mitä vain. Mutta vaikka järki kasvaakin, puuttuu silti elämäkokemus, johon nuori voisi peilata tunteitaan ja ajatuksiaan. Vanhempien kanssa tulee usein riitaa, sillä nuoren on vaikea käsitellä ristiriitaisia tunteitaan, saati pukea niitä sanoiksi. Nuori haluaa itsenäistyä ja harjoitella van-

hemmista irrottautumista, joka tuntuu sekä nuoresta että vanhemmista pelottavalle ja välillä turhauttavallekin. Tämä kaikki on kuitenkin normaalia ja kuuluu aikuiseksi kasvamiseen. (Hermanson 2010, 32 - 34.)

4.2 Keskinuoruus

Keski- eli varsinainen nuoruus on hieman seesteisempää aikaa kuin varhaisnuoruus. Keskinuoruuden katsotaan sijoittuvan ikävuoden 15 - 17 kohdalle. Fyysisesti muutoksia tapahtuu edelleen, tytöillä kohdun limakalvot vahvistuvat ja emätin ja kohtu kasvavat, kun taas pojilla pituuskasvu on nopeaa ja pyrähdyksellistä ja kädet ja jalatkin venyvät pituutta lyhyessä ajassa useita senttejä. Myös ääni alkaa madaltua ja äänen taso saattaa vaihdella yllättäen; tätä kutsutaan äänenmurrokseksi. Sekä tytöillä että pojilla on karvoitusta alkanut ilmestyä sukuelinten ympäristöön ja muuallekin kehoon ja ihosta ja hiuksissa tapahtuu rasvoittumista. (Aho ym. 2008, 13; Kinnunen 2001, 96 - 101.)

Varsinaisessa nuoruudessa nuoren persoonallisuus selkiytyy ja ristiriidat vanhempien kanssa vähenevät. Nuori osaa jo samaistua ikätovereihinsa ja vanhempiinsa ja alkaa sopeutua omaan muuttuneeseen ruumiinkuvaansa. Jotta elämä ei olisi turhan helppoa, ovat tunne-elämän keskukset juuri valmistuneet ja niissä käy nyt kova kuhina. Tässä vaiheessa nuoren tunteet ovat rajuja ja muuttuvat nopeasti. Kun nuori on iloinen, on hän seitsemännessä taivaassa, ja kun surullinen, niin maailma on pahin paikka olla. Nuorta mietityttää nyt yhä useammin, mitä muut ja varsinkin oman ikäiset hänestä ajattelevat, kelpaako hän muille ja onko hän normaali. Työmme kannalta oleellisin eli seksuaalisuuden kehitys on tässä iässä keskeisintä. Nuori miettii paljon seksuaalisuuttaan ja voi olla useinkin epävarma omasta seksuaalisuudestaan. Myös tässä nuori vertaa itseään ikätovereihinsa, onko hän seksuaalisesti yhtä kehittynyt kuin ystävänsä. Mitähän kaverit ovat kokeneet ja olenko itse jäljessä muita? Myös erilaiset kokeilut ja roolit kuuluvat nuoruuteen. (Aho ym. 2008, 13; Hermanson 2010, 35 - 36.)

4.3 Myöhäisnuoruus

Myöhäisnuoruuden katsotaan alkavan 18 vuoden iässä ja päättyvän 22 ikävuoteen mennessä. Fyysisiä muutoksia ei kehossa juurikaan enää tapahdu, vaan niitä lähdetään

ehkä tietoisesti hakemaan. Pojat alkavat kasvattaa lihasmassaa ja tytöillä muodot tulevat yhä selkeämmin esiin varsinkin vatsan ja reisien seudulle rasvoituksen kerryttyä näihin paikkoihin. (Hermanson 2010, 37.)

Tässä vaiheessa suuret tunnemyllerrykset ovat ohi, ja nuori osaa jo ottaa itse vastuuta teoistaan ja päätöksistään. Nyt nuoren on korkea aika miettiä, mitä hän isona oikeasti haluaisi tehdä. Tässä vaiheessa nuori osaa jo katsoa tulevaisuuteen ja ottaa mahdollisesti päätöksenteossa riskejä. Toinen hyvä asia myöhäisnuoruudessa on, että yleensä tässä vaiheessa tullaan jo kaiken ikäisten kanssa toimeen. Lapset ovat hassuja ja suloisia, ja aikuisten kanssakin voi viettää aikaa ilman riitoja. Kuitenkin silti edelleen omanikäisten kanssa on mukavinta ja heidän seurassaan viihtyy parhaiten. Tämä on tietenkin luonnollista ja hyväkin asia nuoren aikuisen kehityksen kannalta. Vaikka omanikäisten kavereiden kanssa viihdytäänkin tiiviisti, eivät heidän mielipiteensä enää olekaan kaikki kaikessa. Myöhäisnuoruudessa nuori uskalttaa jo tehdä omia valintoja esimerkiksi seurustelukumppania valitessaan. Enää ei ole tärkeintä pitävätkö kaverit nuoren seurustelukumppanista tai kuinka suosittu kumppani on, vaan se, kuinka paljon nuori itse hänestä oikeasti pitää. (Hermanson 2010, 37 - 38.) Taulukoon 1 olemme koonneet nuoruuden eri vaiheet ja niiden keskeiset tapahtumat.

TAULUKKO 1. Nuoruuden eri vaiheet ja niiden keskeiset tapahtumat

Keskeisiä tapahtumia	Varhaisnuoruus	Keski- eli varsinainen nuoruus	Myöhäisnuoruus
<i>Biologisesti</i>	Murrosikä, sukukypsyden saavuttaminen	Tytöt: limakalvojen vahvistuminen, kohdun ja emättimen kasvu Pojat: pituuskasvu	Pojat: lihasmassa Tytöt: muodot (rasvoituksen kertyminen naiselle tärkeisiin paikkoihin, kuten vatsaan ja reisiin)
<i>Psykologisesti</i>	Abstrakti ajattelu, kuvitelmat kaikkivoipaisuudesta	Voimakkaat tunteet, romantiikka	Kyky ajatella tulevaisuutta ja riskejä Valinnat → pessimismi
<i>Sosiaalisesti</i>	Aikuistuminen kiehtoo ja pelottaa → Riidat vanhempien kanssa	Erilaiset kokeilut ja roolit, omanikäiset kaverit ovat kaikkein tärkeimpiä	Kyky solmia seurustelusuhde, kyky keskustella tasavertaisesti aikuisten kanssa

5 NUORTEN SEKSUAALITERVEYS

Opinnäytetyön liitteenä (liite 2) on kirjallisuuskatsaus, johon olemme koonneet työmme kannalta oleellisia ja sisällöltään tärkeitä tutkimuksia. Näissä tutkimuksissa käsitellään nuorten seksuaaliterveyteen liittyviä tietoja, millaista seksuaalikasvatusta yläkoulussa annetaan, ovatko nuoret joutuneet seksuaalisen häirinnän kohteiksi ja kuinka seksuaalisesti erilaiset nuoret kokevat koulun seksuaalikasvatuksen ja oman asemansa koulussa. Tässä luvussa avaamme tutkimuksia tarkemmin ja mietimme, mitkä asiat ja minkä vuoksi tukevat tekeillä olevaa opastamme.

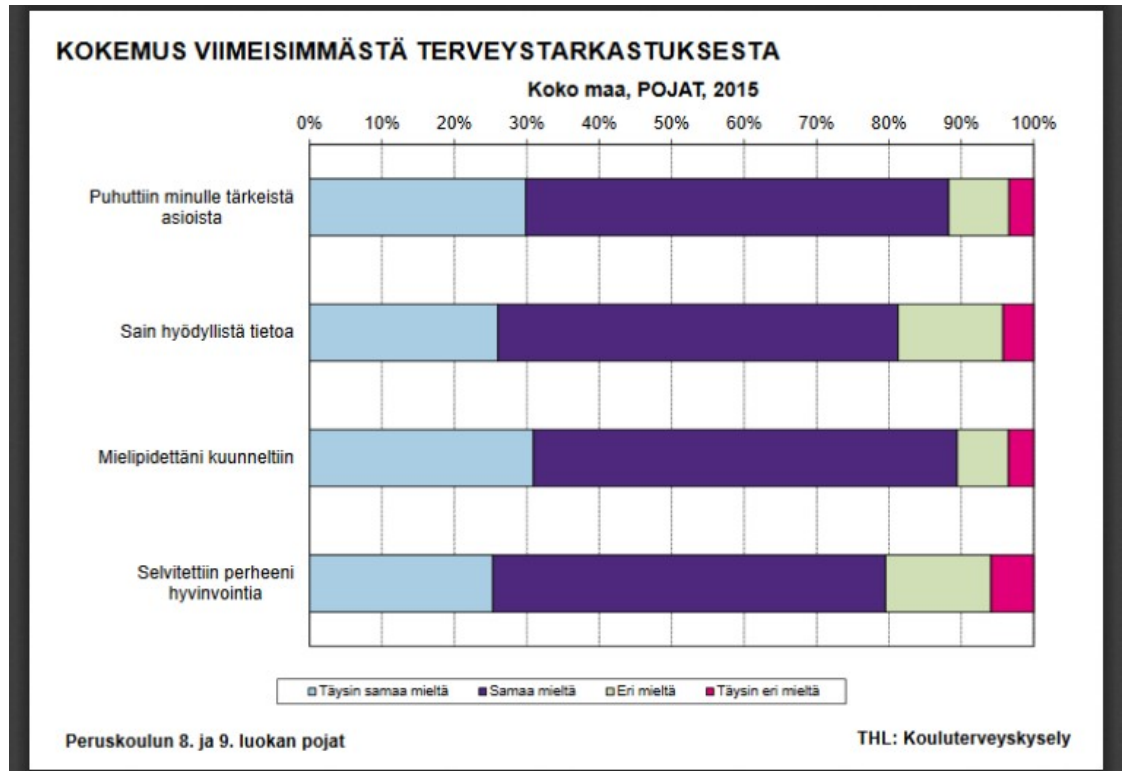
5.1 Seksuaaliterveystiedot ja seksuaalikasvatus yläkouluissa

Kontulan ja Meriläisen (2007) tekemässä tutkimuksessa kohteena oli peruskoulun yläasteen seksuaalikasvatus ja 8. luokan oppilaiden seksuaaliterveystiedot. Tutkimuksessa oli mukana 33 819 8.-luokkalaista, joille tehtiin seksuaaliterveyttä koskevista asioista tietotesti. Lisäksi aineistoa oli koottu niiden opettajien (518 koulua) antamien raportointien perusteella, jotka vastasivat koulunsa terveystiedon opetuksesta. Vertailukohtana tähän tutkimukseen on käytetty samaa opettajille (423 koulua) tehtyä kyselyä vuodelta 1996 ja oppilaiden (30 241 henkilöä) tekemää tietotestiä vuodelta 2000. Vaikka tutkimus onkin lähes 10 vuotta vanha, on se mielestämme kattava ja kertoo niin opettajien kuin oppilaidenkin näkökulmasta seksuaaliterveyteen liittyviä asioita.

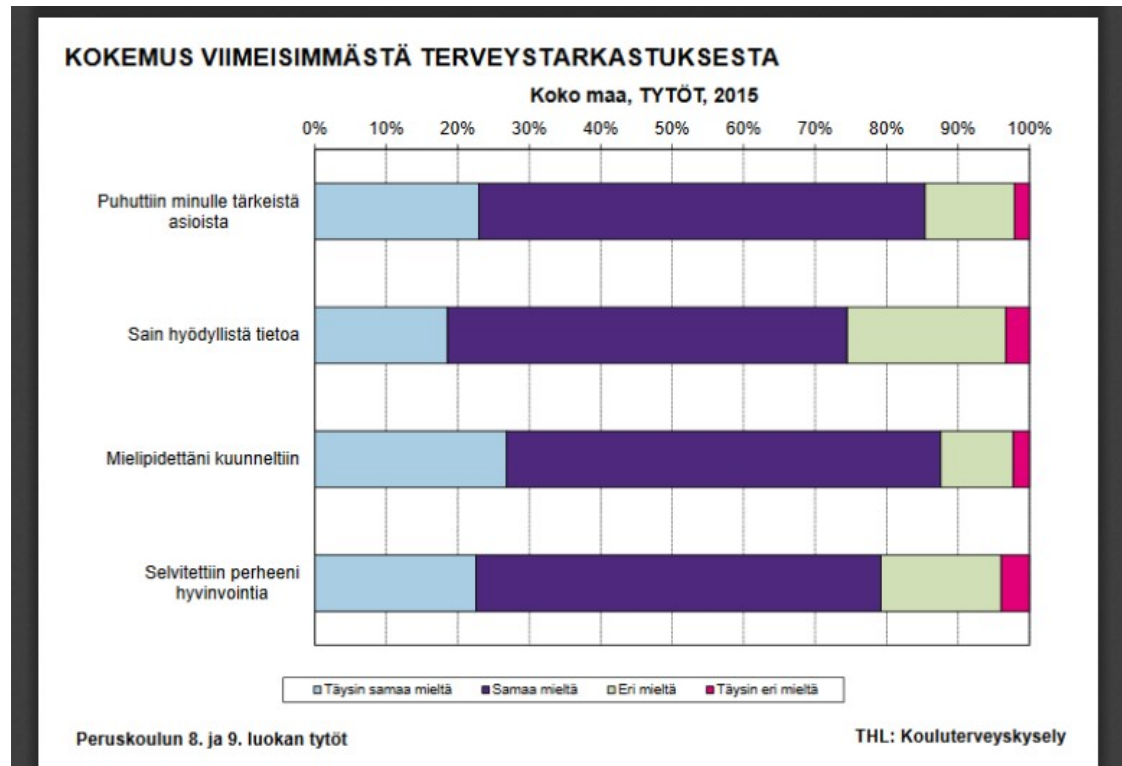
Tutkimusten tuloksista käy ilmi, että seksuaalikasvatusta on vuosien saatossa lisätty huomattavasti. Tuntimäärät olivat nousseet koko yläastetta tarkasteltuna 9,3 tunnista 17,4 oppituntiin. Nousu oli merkittävä myös yksin 8. luokilla, sillä tuntimäärät olivat kymmenessä vuodessa lisääntyneet 4,3 tunnista 8,7 tuntiin. Kummallisinta tutkimuksessa oli, että vaikka tuntimääriä olikin huomattavasti lisätty, oli 8. luokkien oppilaiden seksuaalitiedot huomattavasti heikentyneet. Tähän tutkijat epäilivät yhdeksi mahdolliseksi syyksi oppimateriaalien laatuongelmaa sekä opetuksen sisällön monipuolistumattomuutta. Parhaiten nuoret tiesivät testin mukaan itsetyydytyksestä, ehkäisystä ja raskauksista, joista tytöillä oli poikia selvästi paremmat tiedot raskausiin liittyvissä kysymyksissä. Huolestuttavaa oli huomata, että tytöillä sekä pojilla oli huonot tiedot seksuaalisesta kanssakäymisestä ja sukupuolitaudeista. Vain reilu puolet osasi vastata oikein näihin kysymyksiin. Mielenkiintoista tutkimuksesta oli huomata, että koulume-

nestys ja seksuaalitiedot korreloivat toisiaan. Hyvän koulumenestyksen omaava oppilas omasi myös hyvät seksuaalitiedot. Tutkimuksessa oli kysytty myös nuorten koke-
masta seksuaalisesta häirinnästä ja ahdistelusta. Tähän kysymykseen vastasi myöntä-
västi eli kertoi kokeneensa seksuaalista häirintää joka neljäs tytöistä ja pojistakin joka
kuudes. Kouluterveydenhuollolla on tutkimuksen mukaan tärkeä rooli terveystiedon
opettamisessa ja seksuaalikasvatuksessa. Lähes joka toisessa koulussa terveydenhoita-
ja osallistui terveystiedon opetukseen. Vuonna 2004 terveystieto tuli uudelleen pakol-
liseksi oppiaineeksi peruskouluihin, ja tämä loikin suuria odotuksia koulun terveys-
opetukselle. Tämän uudistuksen johdosta myös terveystiedon koulutus tuli pakolliseksi
niille, jotka kouluissa opettivat terveystietoa. (Kontula & Meriläinen 2007.)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos toteuttaa joka toinen vuosi kouluterveyskyselyn,
jossa selvitetään 8.- ja 9.- luokkalaisten tyttöjen ja poikien hyvinvointiin liittyviä asi-
oita niin koulunkäynnistä kuin kotioloistakin. Kysely toteutetaan nettikyselynä ja sii-
hen osallistuu aina n. 50 000 oppilasta ympäri Suomea. Opinnäytetyömme kannalta
olennaisimmat kysymykset koskevat seksuaalista häirintää, keho- tai seksuaalisuutta
loukkaavaa kiusaamista, seksuaalista väkivaltaa, kokemuksia viimeisimmästä terveystar-
kastuksesta sekä kokemusta vastaanotolle pääsystä. Poikien mielestä terveystarkas-
tuksissa käsiteltiin hänelle tärkeitä asioita sekä kuunneltiin hyvin mielipidettä, sillä
molempien kysymysten osalta lähes 90 % vastasi olevansa samaa mieltä (kuva 2).
Tyttöjen osalta luvut olivat lähes yhtä hyvät, sillä n. 85 % vastasi olevansa samaa
mieltä edellä mainittuihin kysymyksiin (kuva 3). Reilu 80 % pojista koki myös saa-
vansa hyödyllistä tietoa, kun vastaava luku tyttöjen osalta oli n.75 %.



KUVA 2. Kokemuksia poikien osalta viimeisimmästä terveystarkastuksesta (Kouluterveyskysely 2016)



KUVA 3. Kokemuksia tyttöjen osalta viimeisimmästä terveystarkastuksesta (Kouluterveyskysely 2016)

Terveydenhoitajan vastaanotolle nuoret kokivat pääsevänsä melko helposti, sillä niin tyttöjen kuin poikienkin osalta 63 % vastasi päässeensä kouluterveydenhoitajan vastaanotolle helposti tai melko helposti. Sen sijaan koululääkärille pääsystä pojat ja tytöt olivat hieman eri mieltä. Vain 35 % tytöistä oli sitä mieltä, että koululääkärille on helppoa tai melko helppoa päästä, kun taas pojista 48 % koki päässeensä helposti tai melko helposti koululääkärin vastaanotolle. Kyselyn vastaukset osoittavat, että tytöt (28 %) kokivat poikia (10 %) huomattavasti useammin seksuaalista häirintää puhelimessa tai netissä. Myös seksuaalisuutta tai kehoa loukkaavaa kiusaamista kertoi kokeneensa neljäsosa tytöistä ja vajaa kuudesosa pojista. Todella ikävää oli lukea vastauksista, että 7 % pojista ja 12 % tytöistä kertoi kokeneensa joskus tai toistuvasti seksuaalista väkivaltaa.

5.2 Seksuaalikasvatus sateenkaarinuoren kokemana

Vuosina 2012 - 2014 toteutettu tutkimushanke Hyvinvoiva sateenkaarinuori (Taavetti ym. 2015) selvitti laajasti seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvien nuorten hyvinvointia eri näkökulmista niin fyysisen kuin psyykkisenkin terveydentilan, sosiaalisten suhteiden, turvallisuuden ja yhteenkuuluvuuden tunteen osalta. Kysely on toteutettu keväällä 2013 ja siihen osallistui 1619 nuorta iältään 15 - 25 vuotta. Tutkimuksessa kävi ilmi, että kasvaminen sateenkaarinuorena Suomessa ei ollut yksiselitteisesti kielteinen tai myönteinen, vaan sille on ominaista vaihtelevuus kaikilla tasoilla. Koulumaailmassa sateenkaarinuoret kokivat olonsa turvattomiksi sekä syrjityiksi ja heidän mukaansa kiusaamiseen ei puututtu. Kouluissa ei heidän mielestään opetuksessa otettu edelleenkään tarpeeksi huomioon seksuaalista suuntautumista ja sukupuolen moninaisuutta, vaan opetusta ohjasivat hetero- ja sukupuolinormatiivisuus. Tämä voisi olla osasyynä siihen, miksi nuoria koulussa kiusataan ja syrjitään. Kun asiasta ei puhuta ja siitä ei ole tarpeeksi tietoa, niin nuoret eivät myöskään osaa asiaa käsitellä. Tutkimuksesta kävi myös ilmi, että nuorten on vaikea kertoa erilaisuudestaan vanhemmilleen, mutta ystäville ja terveydenhoitajalle asiasta oli helpompi puhua. Surullista tutkimuksesta oli huomata, että sateenkaarinuoret kokivat saavansa huonoa kohtelua yleisesti terveydenhuollossa. He kokivat, ettei hoitohenkilökunta osaa kohdata sateenkaarevia asiakkaita tai ettei heidän ongelmiaan otettu todesta tai että esimerkiksi homoseksuaalisuus olisi vain ohimenevä vaihe. (Taavetti ym. 2015.)

Mia-Marja Kuusela (2016) on pro gradussaan Koulu ja seksuaalikasvatus sateenkaaren väreissä tutkinut, millaisena sateenkaarinuoret kokivat koulun seksuaalikasvatuksen ja millaisena he näkevät opettajan roolin heidän nuoruudessaan. Vastaajia tässä tutkimuksessa oli 132 henkilöä, joista 64 oli 15 - 24-vuotiaita. Kuten Taavetin ym. (2015) tekemässä tutkimuksessa myös tässä tutkimuksessa käy ilmi, että nuoret kokevat syrjintää koulussa niin oppilaiden kuin opettajienkin keskuudessa, koska asioista ei keskustella. Kouluissa jaettu informaatio oli kyselyyn vastanneiden nuorten mielestä vaillinaista. Tässä asiassa he kaipaivatkin parannusta, sillä nuoret kaipaavat tietoa itselleen, mutta myös muille ihmisille. Mahdollisuutena nuoret kokivat sen, kun he pääsivät korjaamaan opettajien käsityksiä seksuaalisuuden moninaisuudesta. Myös tähän tutkimukseen vastanneet nuoret olivat saaneet palautetta aikuisilta, että ihastuminen samaan sukupuoleen olisi vain ohimenevä vaihe. Vaikka seksuaalikasvatus on monipuolistunut ja laajentunut, ovat sateenkaarinuoret edelleen sitä mieltä, että seksuaaliterveyteen liittyvillä tunneilla käsitellään seksuaalivähemmistöjä vain vähän tai ei ollenkaan. Tämä sama asia tuli esiin myös Taavetin ym. (2015) tekemässä tutkimuksessa. Gradusta nousi lisäksi esiin, että aseksuaalisuudesta ei puhuttu tunneilla lainkaan.

5.3 Seksuaalikasvatus poikien kokema

Väestöliiton tutkimus- ja kehittämishankkeessa PoikaS (Kontula 2012) tavoitteena oli kehittää pojille suunnatun seksuaaliopetuksen laatua ja parantaa sen vaikuttavuutta. Kyselyyn osallistui 15 - 18-vuotiaita poikia (190 henkilöä), joilta tiedusteltiin käsityksiä ja ajatuksia muun muassa koulun seksuaalikasvatuksesta ja seksuaalisesta suuntautumisesta. Seksuaalista suuntautumista oli käsitelty tutkimuksessa vain kahdella kysymyksellä. Toisessa kysyttiin, mitä mieltä vastaaja olisi, jos hänelle tuttu poika seurustelisi pojan kanssa. Reilu puolet vastaajista eli 54 % hyväksyisi luultavasti tai ehdottomasti seurustelun. Vastaajista vajaa neljännes oli sitä mieltä, ettei missään nimessä hyväksyisi seurustelua ja 16 % ei luultavasti hyväksyisi sitä. Kun kysymyksessä oli kahden tytön välinen seurustelusuhte, poikien asenteet muuttuivat huomattavasti hyväksyvämpään suuntaan. Tällöin 70 % vastaajista hyväksyisi ehdottomasti tai luultavasti suhteen ja vain 9 % ei missään nimessä hyväksyisi suhdetta. Tutkimuksesta käy siis ilmi, että poikien on edelleenkin vaikeampi hyväksyä poikien välisiä seurustelusuhteita kuin tyttöjen välisiä. Kun pojilta kysyttiin seksuaalikasvatuksen opetusme-

netelmistä, mieluisimmiksi opetusmenetelmiksi kerrottiin tutkimuksessa visuaaliset tiedonlähteet eli dvd, tv ja internet. Näitä tulisikin poikien mielestä lisätä nykyisiin opetusmenetelmiin. Sopivassa määrin heidän mielestään voisi käyttää leikkejä, pelejä ja näyttölemistä, kun taas kirjojen lukemista, ryhmitöitä, esitelmiä ja kahdenkeskisiä keskusteluja opettajan kanssa saisi olla entistä vähemmän.

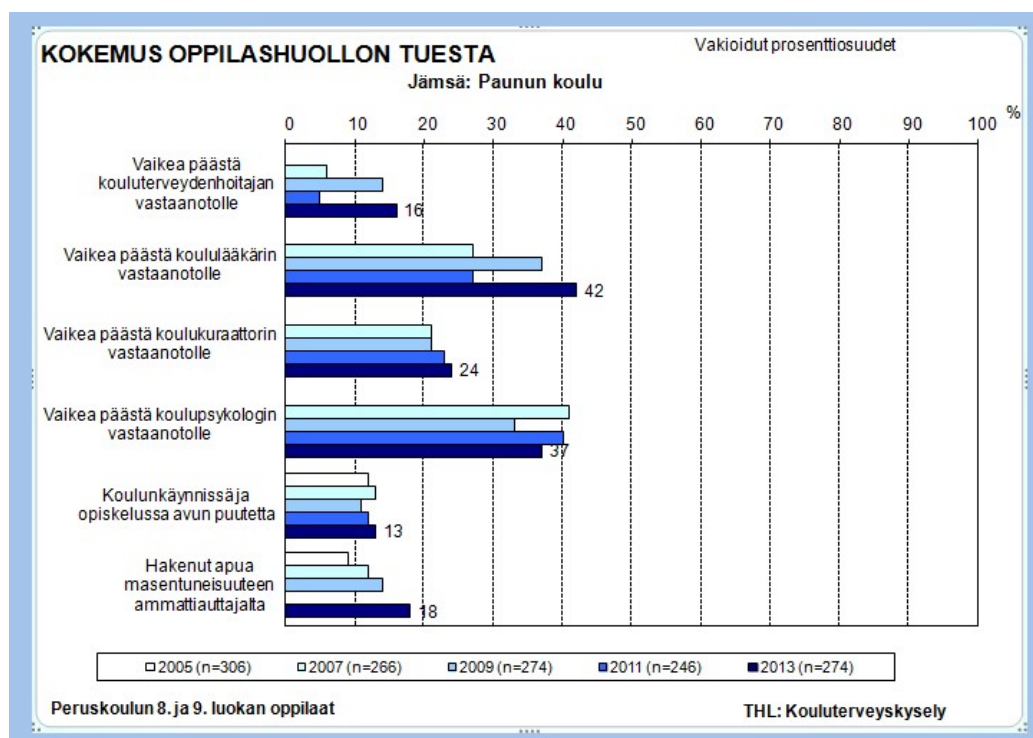
5.4 Paunun yläkoulun kouluterveyskysely

Jämsän kaupungin Paunun yläkoulussa toteutettiin vuonna 2013 kysely, joka on osa Terveysten ja hyvinvoinnin laitoksen teettämää maanlaajuista kouluterveyskyselyä. Kyselyssä selvitettiin, kuinka helppoa tai vaikeaa nuorten on puhua seksuaalisuudesta vanhempien kanssa tai varata aika kouluterveydenhoitajan tai lääkärin vastaanotolle seksuaalisuuteen liittyvissä kysymyksissä. Lisäksi kyselyssä selvitettiin, kuinka helppoa nuorten on puhua avoimesti seksistä oman kumppanin kanssa. Kyselyyn osallistui yhteensä 200 Paunun yläkoulun oppilasta, joista poikia oli 100 ja tyttöjä 100. Seksiä koskevaa avointa keskustelua kumppanin kanssa käsiteltäviä tuloksia analysoidessa voidaan huomata Paunun koulun tyttöjen ja poikien välisten vastausten korreloivan keskenään. Suurin osa vastaajista oli sitä mieltä, että kumppanin kanssa on melko helppoa puhua avoimesti seksistä. Pojista 53 % ja tytöistä 44 % oli tätä mieltä. Tutkimustulokset olivat samankaltaisia myös esimerkiksi, kun selvitettiin nuorten kynnystä kääntyä lääkärin tai kouluterveydenhoitajan puoleen seksuaalisuuteen liittyvissä kysymyksissä. Tulokset jakautuivat sekä tyttöjen että poikien osalta tasaisesti vastausten melko helppoa ja melko vaikeaa vastausten välille muodostaen yli puolet kysymyksen vastausprosentista. (Hjelt 2016.)

Näiden kysymysten lisäksi kouluterveyskyselyssä kartoitettiin myös, kuinka helppoa nuorten on keskustella seksuaalisuuteen liittyvistä kysymyksistä jommankumman tai molempien vanhempien kanssa. Myös tämän kysymyksen osalta vastaukset tyttöjen ja poikien välillä olivat samansuuntaisia. Merkittävänä erona kuitenkin edellä mainittuihin kyselyvastauksiin oli nähtävissä, että sekä tytöistä että pojista noin 40 % koki vanhemman kanssa keskustelun melko vaikeaksi. Toisaalta taas neljäsosa nuorista koki seksuaalisuuteen liittyvistä kysymyksistä keskustelun vanhempien kanssa melko helppoksi. (Hjelt 2016.)

Tutkimustuloksista voidaan havaita, että nuoret kokivat helpommaksi keskustella omasta seksuaalisuudestaan lääkärin, kouluterveydenhoitajan tai kumppanin kanssa kuin vanhemman tai vanhempien kanssa. Lääkärin, kouluterveydenhoitajan ja kumppanin kanssa keskustelu koettiin nuorten keskuudessa pääosin melko helpoksi, kun taas vanhemman tai vanhempien kanssa keskustelu koettiin melko vaikeaksi. Tutkimustulokset ovat sikäli merkittäviä, että ne tuovat esille oleellisia eroja nuorten mahdollisuudesta päättää, kenen kanssa he keskustelevat seksuaalisuuteen liittyvistä asioista. Tutkimustulokset antavat myös tärkeää tietoa siitä, kenen puoleen nuori mahdollisesti kääntyy ensimmäisenä, kun nuoren oma seksuaalisuus herättää kysymyksiä tai hämmennystä. (Hjelt 2016.)

Jämsän kaupungin Paunun yläkoulussa toteutettiin sama kouluterveyskysely vuosina 2007, 2009, 2011 ja 2013. Kahden vuoden välein toteutetussa kouluterveyskyselyssä osallistuvia oppilaita oli vuosittain lähes 250. Kyselyssä mitattiin nuorten kokemuksia heidän elinoloistaan, kouluoloistaan, nuorten kokemasta terveydestä, terveystottumuksista ja oppilashuollon antamasta tuesta. Kyselyyn osallistui peruskoulun 8. ja 9. luokan oppilaat. Tutkimuksissa mitattiin nuorten kokemuksia, kuinka he kokivat pääsyn kouluterveydenhoitajan ja lääkärin vastaanotolle (kuva 4). Vuosina 2007 ja 2011 vain 6 % vastanneista koki vaikeaksi päästä kouluterveydenhoitajan vastaanotolle, kun taas vuosina 2009 ja 2013 vastaava luku oli 16 %. (Hjelt 2016.)



KUVA 4. Kuinka Paunun koulun nuoret kokevat oppilashuollosta saatavan tuen (Hjelt 2016.)

Tutkimustulokset osoittavat, että Paunun yläkoulun nuoret eivät kokeneet vaikeaksi päästä terveydenhoitajan vastaanotolle. Tutkimustuloksissa voidaan havaita, että terveydenhoitajan virka-aika koulussa helpottaa nuoria hakeutumaan vastaanotolle, koska terveydenhoitaja on käytettävissä nuoren koko koulupäivän ajan. Tutkimuksen mukaan nuoret kokivat lääkärin vastaanotolle pääsyn selvästi vaikeampana kuin terveydenhoitajan vastaanotolle pääsyn. Tutkimuksen toteuttamisvuosina vähintään 25 % nuorista koki vaikeaksi pääsyn lääkärin vastaanotolle, kun vastaava luku oli vuonna 2013 toteutetussa tutkimuksessa 42 %. (Hjelt 2016.)

5.5 Johtopäätökset

Tutkimukset osoittavat, että yläkouluikäisten nuorten tiedot seksuaaliterveydestä ovat joiltakin osin hyvin vaillinaisia. Poikien tietämys on edelleen heikompaa kuin tyttöjen, ja tämä näkyy mielestämme myös suhtautumisessa seksuaalisesti erilaisiin nuoriin. Nuoret itse ovat ilmaisseet huolensa seksuaalisen moninaisuuden puutteellisesta opetuksesta, mikä varmasti osaltaan aiheuttaa kiusaamisesta ja syrjintää nuorten keskuudessa. Tietoa on varmasti runsaasti saatavilla, mutta ilmeisesti opetusmenetelmät eivät

ole nuorten silmin tarpeeksi mielenkiintoisia. Jotta ennakkoluuloja ja asenteita nuorten keskuudessa saataisiin muutettua, tulisi tietoa olla riittävästi ja usein esillä. Tutkimukset osoittivat myös sen, kuinka tärkeä rooli terveydenhoitajalla on seksuaalikasvatuksessa. Suurin osa yläkouluikäisistä nuorista keskustelee mieluummin terveydenhoitajan kuin vanhempiensa kanssa seksuaalisuuteen liittyvistä asioista. Jotta keskusteluyhteys nuoren kanssa saataisiin, tulee kynnyks terveydenhoitajan vastaanotolle olla matala ja sinne tulisi päästä mahdollisimman helposti ja nopeasti. Tilastoista käy myös ilmi, että seksuaalioikeudet ja suojaikäraja tulee saattaa nuorten tietouteen nykyistä paremmin. Yksikään nuori ei saisi joutua seksuaalisen häirinnän saati väkivallan kohteeksi elämänsä aikana.

Mielestämme tutkimukset vahvistivat sen, että opinnäytetyönämme toteutettava opas seksuaalisuuden moninaisuudesta ja seksuaalioikeuksista on tarpeellinen ja varsinkin sateenkaarinuorten mielipiteet huomioiden hyvin tervetullut ja ajankohtainen.

6 KOULUTERVEYDENHUOLTO

Kouluterveydenhuolto on lakisääteistä. Sen tulee olla maksutonta ja koulupäivien aikana saatavilla olevaa palvelua, joko kouluilla tai niiden välittömässä läheisyydessä. Kouluterveydenhuolto on perusterveydenhuollon ehkäisevää palvelua ja se on tarkoitettu kaikille peruskoululaisille ja heidän perheilleen. (Kouluterveydenhuolto 2014.) Seuraavissa luvuissa kerromme mitä kaikkea kouluterveydenhuoltoon ja terveydenhoitajan työhön kuuluu. Selvitämme myös lapsen ja nuoren seksuaalista kehitystä sekä terveydenhoitajan roolia seksuaalikasvatuksessa.

6.1 Kouluterveydenhuolto ja terveydenhoitajan työ Paunun yläkoulussa

Jämsän kaupungin Paunun yläkoulun Kouluterveydenhuollon keskeisin tehtävä on tarjota koululaisille ja opiskelijoille ennaltaehkäisevästi terveydenhoidollisia peruspalveluita, joiden tarkoitus on antaa tukea lapsen ja nuoren psyykkiselle ja fyysiselle kehitykselle ja tukea koko perheen hyvinvointia. Toiminta tapahtuu moniammatillisessa yhteistyössä eri palvelutuottajien kanssa, jotka osallistuvat yhtenä osana koulu- ja opiskelijaterveydenhuollon toimintaan. Valtioneuvoston asetus 380/2009 neuvola-

toiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta velvoittaa, että peruskoulun jokaisella vuosiluokalla tehdään terveystarkastus. Ensimmäisellä, viidennellä ja kahdeksannella luokalla toteutetaan laaja-alaisempi terveystarkastus. (Kouluterveydenhoitajan tiedote 2016.)

Kouluterveydenhoitajan työ koostuu neljästä eri osa-alueesta, joita ovat yksilöihin, yhteisöihin, ryhmiin ja oppimisympäristöön kohdistuvat työt ja toimenpiteet. Yksilöitä ovat oppilaat, ja heidän osaltaan terveydenhoitajan tulee muun muassa seurata kasvua ja kehitystä säännöllisten terveystapaamisten ja laajojen terveystarkastusten yhteydessä ja keskustella henkilökohtaisista terveyttä koskevista huolista. Yhteisötasolla terveydenhoitaja osallistuu koulunsa terveystiedon ja oppilashuollon opetussuunnitelman suunnitteluun ja toteutukseen, joka on määritelty myös perusopetuslaissa. Terveydenhoitajan työhön kuuluvat myös vanhempainiltoihin osallistuminen ja kouluterveydenhuollon palveluista tiedottaminen. (Haarala ym. 2015, 291.)

6.2 Laaja terveystarkastus

Laajassa terveystarkastuksessa seksuaaliterveys ikätasoisesti voidaan ottaa puheeksi erinäisten aihepiirien avulla. Keskusteltavia aihepiirejä ovat omaan kehoon tutustuminen, puberteetti eli murrosikä, seurustelu ja ehkäisy. Seurustelun puheeksi ottaminen on tärkeää, koska sen avulla voidaan selvittää nuoren ja vanhempien käsityksiä sekä näkemyksiä asiasta. Esimerkiksi, onko seurustelu ajankohtainen asia, ja jos on, niin mitä se käytännössä tarkoittaa kunkin nuoren kohdalla. Terveydenhoitaja voi ottaa ehkäisyasiat esille tarvittaessa, mutta aina silloin, kun nuori itse asiaa jollain tavalla tuo esiin. (Hakulinen-Viitanen ym. 2012, 46.)

Laajoissa terveystarkastuksissa ovat mukana oppilas, hänen vanhempansa, koululääkäri, terveydenhoitaja ja tarvittaessa muu ammattihenkilö, joka tekee yhteistyötä lapsiperheen kanssa. Kaikki tahot osallistuvat lapsen terveydentilan arviointiin sekä arvioivat perheen hyvinvointia yhteistyössä lapsen tai nuoren ja hänen vanhempiansa kanssa. Tarkastus sisältää tutkimuksia ja seuluntoja, mutta siellä keskustellaan monista eri aiheista, joita ovat muun muassa elämäntilanne ja siihen liittyvät voimavarat, kuormittavat tekijät, opintojen edistyminen, seksuaaliterveys, mieliala ja erilaiset päihteet. (Kouluterveydenhoitajan tiedote 2016; Haarala ym. 2015, 292.)

6.3 Lapsen ja nuoren seksuaalisen kehityksen tukeminen

Seksuaalinen kehitys kuuluu yhtenä osana lapsen kokonaisvaltaiseen kehitykseen, ja sen edistäminen lastenneuvoloiden ja kouluterveydenhuollon kautta on tärkeää. Lapsen seksuaalisuuden kehittymisen seuranta ja tukeminen edesauttavat kokonaisvaltaista kehittymistä, sillä tavoitteena on, että lapselle kehittyy terveitä käsityksiä sekä ymmärrys omasta mutta myös toisten ihmisten seksuaalisuudesta. Näin lapsi ja nuori oppii tyttöjen ja poikien väliset erot. Terveiden ja ymmärtävien käsitysten pohjalta lapsi oppii itsemääräämisoikeuden perustan eli jokaisen itsemääräämisoikeuden kunnioittamisen. Näin lapsesta alkaa pikkuhiljaa kasvaa vastuullinen aikuinen, joka kykenee toteuttamaan läheisiä ihmissuhteita ja kokemaan seksuaalielämänsä tasapainoisena kokonaisuutena. (Ryttyläinen-Korhonen & Ala-Luhtala 2011, 180.)

Kouluterveydenhuollossa on tärkeää tunnistaa mahdollisimman varhaisessa vaiheessa ne nuoret ja lapset, joiden seksuaalisessa kehityksessä ilmenee ongelmia. Seksuaalinen kehitys tapahtuu lapsilla ja nuorilla portaittain. Porrasmaiseen kehitykseen kuuluvat psyykinen, fyysinen ja sosiaalinen kehitys, josta seksuaalisuus tapahtuu näiden kaikkien osa-alueiden osina tai rinnalla. Näin ollen on tärkeää, että puberteetti-kehitystä arvioidaan riittävän useasti, erityisesti niiden lasten ja nuorten kohdalla, joilla seksuaalinen kehitys voi hidastua vammaisuuden tai pitkäaikaisen sairauden vuoksi. Lasten ja nuorten ikäkaudet vaikuttavat seksuaaliterveyden edistämisenä käsiteltävien aihe-alueiden sisältöihin. Niissä tulee ottaa huomioon lapsen ja nuoren ikä, kasvu, kehitys ja lapsen yksilökohtaiset tarpeet. Jokainen lapsi ja nuori on yksilö, jolloin myös seksuaalineuvonnan tarpeen arviointi terveystarkastuksen yhteydessä tapahtuu yksilökohtaisesti. Yksilökohtaista tarvetta arvioidaan keskustelun ja havainnoinnin avulla. (Ryttyläinen-Korhonen & Ala-Luhtala 2011, 180 - 181.)

Huomionarvoisia keskusteluaiheita, joita terveydenhoitaja voi tapaamisten yhteydessä käydä läpi yläkouluikäisen (7. - 9. luokalla) olevan nuoren kanssa, ovat

- Murrosiän muutokset
- Seurustelu, tunneasiat, itsemääräämisoikeus, turvallisuus, raskauden ehkäisy, parisuhde, yhdyntä, seksuaalinen identiteetti, sukupuolitaudit
- Seksuaalinen erilaisuus ja sen hyväksyminen
- Tieto seksuaaliterveyteen liittyvistä palveluista

- 8. luokalla toteutettavassa terveystarkastuksessa otetaan myös puheeksi seksuaalinen kaltoinkohtelu. (Ryttyläinen-Korhonen & Ala-Luhtala 2011, 182.)

6.4 Terveystietäjän rooli seksuaalikasvatuksessa

Seksuaalikasvatus kuuluu yhtenä osana seksuaaliterveyden edistämiseen. Seksuaaliterveyden edistämiseksi kuntien tulee huolehtia helposti saatavilla olevien ja asiakaslähtöisten nuorten palveluista, joiden tulee tavoittaa myös ne nuoret, jotka eivät käytä koulu- tai opiskeluterveydenhuoltoa. Palveluiden tulee lisäksi olla maksuttomia ja esteettömiä. Yläkouluikäisten nuorten kannalta katsottuna tärkeää on, että terveystiedon oppituntimäärät pysyvät vähintään nykyisellä tasolla ja että terveystietoa opettavien opettajien koulutuksesta huolehditaan. Erityisesti seksitautiopetusta ja hedelmällisyysneuvontaa tulisi lisätä terveystiedon opetukseen. (Klemetti & Raussi-Lehto 2014, 22 - 23.)

Terveystietäjän rooli osana seksuaalikasvatusta on merkittävä, sillä hänen tulee antaa seksuaalineuvontaa asiakkaan tarpeiden mukaisesti iästä, sukupuolesta, sukupuolisesta tai seksuaalisesta suuntautumisesta tai kulttuuritaustasta riippumatta. Valtioneuvoston asetuksessa kehoitetaan huomioimaan myös pojat ja miehet sekä maahanmuuttajat ja muut vähemmistö- ja erityisryhmät. Erityistä huomiota tulisi kiinnittää vammaisiin ja pitkäaikaissairaisiin lapsiin ja nuoriin, sillä usein heidän seksuaalisuutensa ja tarpeensa jäävät vähälle huomiolle. Seksuaaliterveysneuvonnan sisällön keskeinen lähtökohta on myönteinen käsitys seksuaalisuudesta sekä poikien ja tyttöjen väliset erot. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2009; Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014.)

Seksuaalineuvonta on tärkeä ja tarpeellinen varsinkin murrosikää lähestyville nuorille, sillä heillä ei välttämättä ole tietoa ja taitoa huolehtia seksuaaliterveydestään kaikkien fyysisten ja psyykkisten muutosten rinnalla. Nuoret ovat tänä päivänä aktiivisia tiedon hakijoita ja osaavat käyttää internetiä taidokkaasti, mutta sieltä löytyvä tieto ei aina välttämättä ole seksuaalisuutta positiivisesti tukevaa. Usein nuoren on myös vaikea ottaa seksuaalisuuteen liittyviä asioita puheeksi vanhempiensa kanssa, joten kouluterveydenhoitajalla on seksuaaliterveyden edistäjänä merkittävä rooli. Jotta kouluissa voitaisiin antaa seksuaalikasvatusta, on välttämätöntä, että kouluterveydenhoitaja on

mukana suunnittelemassa terveystiedon sisältöjä ja että hän saa koulutusta seksuaalivouvonnan toteuttamisesta. Monet terveydenhoitajat osallistuvat itse opetukseen terveystiedon tunneilla. Kaikissa kouluissa tämä ei kuitenkaan ole mahdollista, vaan terveystiedon tunnit pitää yksin esimerkiksi liikunnanopettaja. Seksuaalikasvatusta tulee Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden (2014) mukaan eri muodoissa myös biologian, uskonnon ja elämäkatsomustiedon tunneilla, joten on tärkeää pitää myös näiden aineiden opettajat ajan tasalla ja ottaa mukaan terveyskasvatusta suunniteltaessa. Jotta nuoret saisivat apua ja neuvoja seksuaalisuutta koskeviin kysymyksiin, tulee terveydenhoitajan vastaanotolle päästä mahdollisimman helposti. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2009.)

7 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Opinnäytetyömme tarkoitus on tuottaa seksuaalisuusopas yläkouluikäisille nuorille yhteistyössä kouluterveydenhoitajan kanssa. Oppaan tarkoitus on madaltaa kynnystä kääntyä kouluterveydenhoitajan puoleen seksuaalisuuteen liittyvissä mieltä askarruttavissa kysymyksissä sekä tarjota nuorille luotettavaa ja selkokielistä tietoa seksuaalisuudesta ja sen eri muodoista.

Opinnäytetyön oppaan keskeinen tavoite on lisätä nuorten tietämystä seksuaalisuudesta ja sen eri muodoista ja saada heidät näin pohtimaan omaa käyttäytymistään erilaisuutta kohtaan. Tavoite on saavuttaa useista eri lähtökohdista tulevia nuoria ja löytää ne nuoret, jotka kamppailevat oman seksuaalisuutensa kanssa. Henkilökohtaisena tavoitteenamme on syventää teorian tietoa nuorten seksuaalisuuteen ja sen eri muotoihin liittyen sekä oppia kehittämään tuote valitulle kohderyhmälle.

8 OPPAAN TUOTTAMINEN

Tässä osiossa perehdytään opinnäytetyössämme käytettyyn toteutussuunnitelmaan, siihen, kenelle työ on kohdennettu ja kuinka sen aiomme toteuttaa. Kerromme myös, mistä olemme aineistoa hankkineet ja kuinka olemme sitä työssämme käyttäneet. Valmis tuotos eli opas on tämän työn liitteenä (liite 3).

8.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Ammattikorkeakouluissa tutkimuksellisen opinnäytetyön sijaan opinnäytetyö voidaan toteuttaa toiminnallisena. Toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena on käytännön toiminnan ohjeistus, opastus tai toiminnan järjestäminen ja järjeistämisen. Työ on usein suunnattu suoraan työelämään, alasta riippumatta. Konkreettinen esimerkiksi työ voi olla ohjeistus tai opastus, joka työmaailmassa voi olla perehdytykseen ja turvallisuuteen liittyvä ohjeistus. Erinäisten oppaiden ja ohjeistuksien lisäksi toiminnallinen opinnäytetyö voi olla myös jonkin tapahtuman järjestäminen, jossa toteutustapana voidaan käyttää erilaisia konkreettisia tuotoksia. Konkreettiset tuotokset voivat olla sekä kirjallisessa että sähköisessä muodossa. (Airaksinen & Vilka 2003, 9.)

Toiminnallinen opinnäytetyö on työelämälähtöinen toteutustapa, jolloin keskeistä on löytää toimeksiantaja toteutettavalle työlle. Toimeksiannetun opinnäytetyön ja siihen liittyvän prosessin avulla on mahdollista näyttää laaja-alaista osaamista ja kiinnittää työelämän huomio. Toimeksiannetun opinnäytetyön avulla on mahdollisuus luoda uusia suhteita työelämään ja sitä kautta työllistyä. (Airaksinen & Vilka 2003, 16.)

8.2 Lähdeaineisto ja sen luotettavuus

Jotta toiminnallinen opinnäytetyö on luotettava, tulee siinä käytettävien lähteiden olla laadukkaita ja käytäntöön sovellettavia. Ensisijaisesti aineiston hankinnassa käytetään kirjallisia ja elektronisia tutkimuslähteitä mutta siinä voidaan käyttää myös artikkeleita, haastatteluja ja sähköpostitiedoksiantoja. Lähteiden luotettavuus kasvaa, mitä tuoreempi ja tunnetumman asiantuntijan tekemä se on. (Airaksinen & Vilka 2003, 72 - 74.)

Opinnäytetyötämme varten keräämme aineistoa kirjallisuudesta sekä elektronisista lähteistä. Pyrimme käyttämään tuoreimpia mahdollisia saatavilla olevia lähteitä ja varmistamaan, että ne ovat asiantuntijoiden kirjoittamia. Lisäksi teemme tiivistä yhteistyötä toimeksiantajamme kanssa sähköpostin välityksellä, mikä mahdollistaa toimeksiantajan mielipiteen huomioimisen opasta tehdessä. Opasta varten olemme terveydenhoitajan välityksellä haastatelleet Paunun koulun nuoria ja kysyneet heidän mielipidettään oppaan ulkoasuun liittyvissä seikoissa.

Etsimme elektronisista lähteistä erilaisilla asiasanoilla niin suomeksi kuin englanniksikin. Käytimme asiasanoina mm. nuorten seksuaalisuus, seksuaalisuuden moninaisuus, sateenkaarinuoret, youth, sexual identity, homosexual, joilla etsimme YSA ja MeSH-palveluista. Tiedonhaussa käytimme Kaakkuri-Finnaa, THL:n ja Väestöliiton sivuja sekä Google Scholar -hakukonetta. Kaakkuri-Finnasta haimme pääasiassa pro gradu- töitä mutta myös kirjallisuutta seksuaalisuuteen liittyen. THL:n ja Väestöliiton sivuilta etsimme pääasiassa tutkimuksia, jotka tukevat opinnäytetyömme aihetta ja sen tarpeellisuutta. Google Scholar -hakukonetta käytimme pääasiassa etsiessämme internetsivuilta sopivia lähteitä työhömmme.

Sosiaali- ja terveysalojen organisaatiot käyttävät erilaisia menetelmiä palveluiden laadun mittaamisessa. Yksi tyypillinen laadun mittaamiseen kehitetty menetelmä on nykyisten palveluiden arviointitietojen kerääminen asiakkailta. Menetelmää voi toteuttaa esimerkiksi asiakaspalautteiden tai erilaisten kyselyiden avulla. Oppaan prosessi jakautuu viiteen eri osa-alueeseen. Osa-alueita ovat kehittämistarpeen tunnistaminen, ideavaihe, tuotteen luonnostelu, tuotteen kehittäminen ja tuotteen viimeistely. (Jämsä & Manninen 2000, 85.)

8.3 Kehittämistarpeen tunnistaminen

Ennen opinnäytetyön aloitusta pitää varmistua siitä, että kehittämiselle on oikeasti tarvetta. Syy kehittämistarpeeseen voi olla esimerkiksi se, ettei jo olemassa olevan tuotteen laadulliset kriteerit enää vastaa sen hetkistä tarkoitusta. Tuote voidaan kehittää täysin uuden materiaalin pohjalta tai tarvittaessa hyödyntää aikaisempaa materiaalia, jolloin tuote saadaan päivitettyä ja vastaamaan asiakaskunnan tarpeita. Keskeinen tavoite kehittämistarpeen arvioinnissa ja suunnittelussa on selvittää ongelman yleisyys ja se, keitä tai mitä asiakasryhmää se koskettaa. Sosiaali- ja terveysalan organisaatioista riippumatta hankkeet voivat suuntautua samanlaisiin ongelmiin ja kehittämistarpeisiin, koska asiakkaiden terveystarpeet yhteiskunnallisella tasolla synnyttävät niitä lisää. (Jämsä & Manninen 2000, 29 - 31.)

Ajatus oppaasta syntyi, kun mietimme yhdessä, kuinka nuorten tietämystä pystyttäisiin lisäämään seksuaalisuudesta ja sen eri muodoista. Mietimme, kuinka paljon kou-

luissa puhutaan ja otetaan puheeksi seksuaalisuuden moninaisuus ja siihen liittyvät käsitteet. Ongelma oli mielestämme maanlaajuinen ja asiakaskuntana erityisesti yläasteikäiset nuoret. Tässä vaiheessa aloimme pohtia ja kartoittaa mahdollisia toimeksiantajia. Toimeksiantaja löytyi Jämsästä, josta toinen meistä tekijöistä on kotoisin. Olimme itse yhteydessä toimeksiantajaan ja tarjosimme ideaamme, jonka toimeksiantaja koki tarpeelliseksi ja ajankohtaiseksi. Aiheen pohjalta aloimme kehittää uutta tuotetta.

8.4 Ideavaihe

Ideavaiheessa keskeistä on, että kehittämistarpeelle on saatu vahvistus, mutta päätökset kehittämistarpeen ratkaisusta ovat vielä epäselviä. Ideointiprosessi on tärkeä osa ideavaihetta oikean vaihtoehdon löytämiseksi. Erilaisten innovaatioiden ja vaihtoehtojen avulla on mahdollista löytää ratkaisu kehittämistarpeelle, joka on ajankohtainen. Mikäli kyseessä on kehitetyn tuotteen uudistaminen, voi ideavaihe toisinaan olla hyvinkin lyhyt. Luovaa toimintaa ja ongelmanratkaisumenetelmiä voidaan käyttää silloin, kun kyseessä ei esimerkiksi ole jo olemassa olevan tuotteen uudistaminen. Lisäksi ratkaisuvaihtoehtoja voidaan kartoittaa erinäisten palautteiden ja aloitteiden perusteella. (Jämsä & Manninen 2000, 35.)

Valinta ja päätös kehitettävästä tuotteesta on hyvä perustella itselle erinäisillä kysymyksillä ennen lopullista päätöstä. Antamalla vastauksia itselle seuraaviin kysymyksiin syntyy kuva tuotekonseptista: Mitä hyötyä valitusta ratkaisuvaihtoehdosta on ja onko se ratkaisu ongelmaan? Erinäisten vaihtoehtojen erot ja edut suhteessa toisiinsa? Vaihtoehdon vaikuttavuus nykyiseen toimintaan? Kenelle tai mille taholle vaihtoehto on ensisijaisesti suunnattu, miten he siihen suhtautuvat ja mikä on todennäköinen tuotteen kysyntä? Vaihtoehdon ominaisuudet ja miten ne ovat saavutettavissa? Mitkä ovat realistiset toteuttamismahdollisuudet? Nämä kysymykset toimivat kehittämistyön pohjana ja antavat näkemystä, millainen palvelu tai tuote on päämääränä suunnitella ja valmistaa. (Jämsä & Manninen 2000, 40.)

Idea oppaasta ja sen tarpeellisuudesta syntyi yhdessä Paunun yläkoulun terveydenhoitajan kanssa. Erilaisia oppaita on tehty seksuaalisuudesta ja seksuaalisuuden moninaisuudesta, mutta yhtä napakkaa kokonaisuutta, joka käsittelee myös seksuaalioikeuksia

ja suojaikärajaa, ei yläkouluikäisten nuorten käyttöön ole suunniteltu tai tehty. Tästä syntyi ajatus tehdä konkreettinen opas yläkouluikäisille nuorille. Koska internetissä on aiheesta paljon tietoa, emme kokeneet uusien nettisivujen tekemistä tarpeellisena tai mielekkäänä. Tämän vuoksi päätimme tehdä paperisen oppaan, joka voitaisiin jakaa terveystiedon tunneilla tai esimerkiksi 8. luokalla pidettävässä laajassa terveystarkastuksessa. Paperinen opas on mielestämme kätevä, sillä se on heti nuoren käytettävissä ja hän voi tarvittaessa lukea sitä myöhemminkin. Paperisessa oppaassa tieto on aina käden ulottuvilla eikä sitä tarvitse joka kerta hakea internetistä, mutta oppaassa olevien nettiosoitteiden perusteella nuori voi myös hakea sieltä lisätietoja niin halutessaan. Oppaalle on omasta mielestämme mutta myös Paunun yläkoulun terveydenhoitajan mielestä tarvetta, sillä vastaavaa opasta ei ole aikaisemmin tehty

8.5 Luonnosteluvaihe

Luonnosteluvaihe alkaa silloin, kun päätös tuotteen suunnittelusta ja valmistuksesta on tehty eli siitä, millainen tuote aiotaan suunnitella ja sen pohjalta valmistaa. Luonnosteluvaiheessa otetaan huomioon erinäiset tekijät ja näkökohdat, jotka ohjaavat suunnittelua ja valmistamista tuotteen osalta. Asiakasanalyysin ja asiakasprofiilin laadinta toimii palvelun tai tuotteen perustana luonnosteluvaiheessa. Oleellista on selvittää terveyteen ja hyvinvointiin liittyvät tarpeet ja mahdolliset odotukset. Keskeistä on kartoittaa, keitä suunniteltu tuote tai palvelu ensisijaisesti hyödyttää ja minkälaisia he ovat käyttäjinä tuotteen tai palvelun näkökulmasta. Suunnittelussa on hyvä ottaa huomioon myös tuotteen tai palvelun käyttäjäryhmän tarpeet, kyvyt ja ominaisuudet. Näin mahdollistetaan tehokas asiakkaita palveleva tuote tai palvelu. (Jämsä & Manninen 2000, 43 - 44.)

Sosiaali- ja terveysalalle suunnattu palvelu tai tuote ei aina ensisijaisesti tavoita käyttäjiä eli asiakkaita. Asiakkaat hyötyvät ja tavoittavat palvelut ja tuotteet erinäisten välikäsiä kautta. Välikäsiä usein ovat erilaiset palvelujen tuottajat, joita voivat olla esimerkiksi henkilökunta. Kaikkien osapuolten ja näkökantojen huomiointi suunnittelussa on tärkeää, koska se luo edellytykset, että tuote ja asiasisältö vastaavat tarkoitusta. Toimintaympäristön ja kokonaisuuksien jäsentäminen on hyödyllistä ja havainnollistavaa, kun toimitaan paikan päällä, esimerkiksi esittämällä asiakastilanteita ja haas-

tatteleamalla eri osapuolia. Kyseinen toimintapa on hyödyllinen silloin, kun on tarkoitus kehittää toimintakokonaisuutta tai palvelua. (Jämsä & Manninen 2000, 44 - 45.)

Luonnosteluvaiheessa pohdimme ja selvitimme, mitä hyötyä nuorille oppaasta tulisi olemaan. Tämän pohjalta aloimme etsiä ja tutustua tutkimus- ja teorian tietoon, mikä muodosti teoreettisen viitekehyksen opinnäytetyöllemme. Olimme jo aiemmin pohtineet oppaan sisältöä, mutta tässä vaiheessa se edelleen konkretisoitui ja ajatukset sisällöstä vahvistuivat. Esitteeseen laitamme tietoa seksuaalisuudesta ja seksistä, seksuaalisen kanssakäymisen suojaikärajan sekä seksuaalisen suuntautumisen eri muodot. Lisäksi laitamme oppaaseen erään tuttavamme kertomuksen omasta seksuaalisesta suuntautumisestaan ja siitä kuinka hän on asian käsitellyt. Tärkeiksi ja luotettaviksi katsomamme lähteet laitamme oppaan loppuun. Oppaan luotettavan tiedon avulla tavoite on synnyttää nuorille terveitä ja oikeita käsityksiä seksuaalisuudesta ja siihen liittyvistä oikeuksista, sekä herättää keskustelua nuorten keskuudessa.

Mielestämme opas auttaa mieltä askarruttavissa kysymyksissä ja helpottaa nuorta ottamaan asian puheeksi aikuisen tai oman ikäisen ystävän kanssa. Se toivottavasti myös vähentää ennakkoluuloja, mikä taas vähentää kiusaamista ja sitä kautta mielenterveysongelmia ja itsemurhia. Tuotteen käyttäjät ovat nuoria, mutta terveydenhoitajalla on suuri rooli oppaan levityksessä. Tämän vuoksi olemmekin tiedustelleet niin terveydenhoitajalta kuin nuorilta itseltäänkin oppaan ulkoasuun liittyviä seikkoja. Taulukoon 2 olemme koonneet opinnäytetyömme luonnostelua ohjaavat näkökohdat.

**TAULUKKO 2. Tuotteen luonnostelua ohjaavat näkökohdat Jämsän ja Manni-
sen mukaan (Osaamisen tuotteistaminen sosiaali- ja terveysalalla 2000)**

Tuotteen luonnostelua ohjaavat näkökohdat	Näkökohdat tässä opinnäytetyössä
Asiasisältö	Opas seksuaalisuuden moninaisuudesta yläkouluikäisille nuorille
Palvelujen tuottaja	Terveysalan asiantuntijat sekä kouluterveydenhoitaja
Rahoitus	Omakustanteinen
Asiantuntijatieto	Teoriatieto, tutkimukset, tilastotieto, kouluterveydenhoitajan kokemustieto
Arvot ja periaatteet	Sosiaali- ja terveysalan eettiset arvot ja periaatteet
Toimintaympäristö	Terveysalan tilat ja koulu
Säädökset ja ohjeet	Terveysalan lainsäädäntö ja Mikkelin ammattikorkeakoulun opinnäytetyötä koskevat ohjeet
Sidosryhmät	Ohjaava opettaja, työelämäohjaaja, kouluterveydenhoitaja
Asiakasprofiili	Yläkoulun nuoret, joilla voi olla erilaisia näkemyksiä omasta seksuaalisuudestaan.

8.6 Tuotteen suunnittelu

Tuotteen suunnittelussa voi tarvittaessa hyödyntää moniammatillisia asiantuntijoita. Usein se on välttämätöntä, koska tuotetta valmistaessa voidaan tarvita tuotekohtaista asiantuntemusta ja osaamista. Oleellista on myös löytää oikeat suunnittelu- ja valmistusmenetelmät sekä välineet. Luonnosteluvaiheessa on hyvä käyttää asiantuntijoiden neuvoja suunnitteilla olevasta tuotteesta, koska heillä usein on aiempaa kokemusta. Asiantuntijoiden neuvon ja ohjeiden lisäksi myös kirjallisuus on hyvä väline. Kirjallisuuden avulla voi löytää tietoa ja näkemystä eri menetelmistä ja työvälineistä, joiden avulla tuote syntyy. Asiantuntijoiden neuvot, ohjeistukset yhdessä keskeisen kirjallisuuden kanssa auttaa löytämään tekijät, joiden kautta syntyy suunnitellun tuotteen laatu. Luonnosteluvaiheessa otetaan huomioon rahoitusvaihtoehtojen ja -lähteiden kartoitus, koska tässä vaiheessa ratkaistaan asioita, joilla on vaikutusta tuotekehityksen kustannuksiin. Sidosryhmät ja rahoittajat voivat olla monitahoisia. He voivat olla paikallisia, alueellisia, kansallisia ja kansainvälisiä. Esimerkiksi Työvoimaministeriö rahoittaa tarvittaessa kehityshankkeita kansallisella tasolla ja Euroopan unioni taas kansainvälisellä tasolla. (Jämsä & Manninen 2000, 50 - 51.)

Tuotteen suunnittelussa huomioimme Paunun yläkoulun terveydenhoitajan ja oppilaiden mielipiteet ja näkemykset oppaan ulkoisiin seikkoihin liittyen. Lisäksi käytimme asiantuntija-apuna Sinuiksi-projektia ja Pirkanmaan Setan toimitusjohtajaa Mikko Väisästä, joka on itse suunnitellut ja tehnyt useampia oppaita seksuaalisuudesta ja sen moninaisuudesta. Hän antoi meille omasta näkökulmastaan ehdotuksia ja ideoita oppaaseen. Suunnitteluvaiheessa toimeksiantajalta tuli toive, että oppaaseen tulisi tietoisuutta myös ehkäisyasioista. Tästä asiasta emme olleet koko opinnäytetyöprosessin aikana keskustelleet aiemmin, joten toive tuli meille hieman yllätyksenä. Kerroimme toimeksiantajalle, että idea on todella hyvä, mutta valitettavasti tähän oppaaseen emme ehkäisyasioita pysty liittämään, sillä kaikki oppaasta löytyvä tieto tulisi käsitellä myös opinnäytetyömme teoriaosuudessa. Ehdotimme, että voisimme toteuttaa ehkäisyoppaan omana teoksenaan myöhemmin tehtävän kehittämistyön yhteydessä.

8.7 Tuotteen kehittäminen

Tuotteen kehittäminen edellyttää, että luonnosteluvaiheessa on selvitetty ratkaisuvaihtoehto, periaatteet, työn rajaus ja asiantuntijayhteisö. Aluksi voidaan tarvittaessa toteuttaa kehitettävästä tuotteesta esimerkiksi mallipiirros. Usein sosiaali- ja terveysalalle suunnatut tuotteet ovat informatiivisia, jolloin keskeinen sisältö tulee rakentaa faktoihin ja tutkimustietoon perustuen mahdollisimman täsmällisesti ja ymmärrettävästi ilmaistuna. Asiasisällön rakenne tulisi olla vastaanottajan tiedon tarvetta huomioiva. Informatiivisten tuotteiden keskeisiä ongelmia on asiasisällön valinta, määrä sekä vanhentuneen tai muuttuneen tiedon mahdollisuus. Informatiivisen tuotteen kohderyhmä saattaa olla kirjava, ja sen osalta voi olla hankalaa tuottaa asiasisältöä kaikille kohderyhmässä oleville sopivaksi. Eläytyminen vastaanottajan asemaan voi auttaa sisältöä rakentaessa. (Jämsä & Manninen 2000, 54 - 55.)

Informatiiviset tuotteet, kuten ohjelehtiset tai esitteet, ovat yleisimpiä. Tuotteen suunnittelu ja sen eteneminen tapahtuu tuotekehityksen vaiheiden mukaan. Sisältöä ja ulkoasua koskevat päätökset toteutetaan tuotteen tekovaiheessa. Asiasisältö on riippuvainen kohderyhmästä, tarkoituksesta ja tiedon laajuuden välittämisestä eli siitä, kenelle tuote suunnataan, mikä on tarkoitus ja tiedon välittämisen laajuus. Opas voi olla esimerkiksi suunniteltu suullisen ohjeistuksen tueksi, jolloin sisältö tulee miettiä niin,

että potilas käyttää ohjeistusta myös ilman ammattihenkilön antamaa tietopohjustusta. Sosiaali- ja terveysalalle suunnatut informatiiviset tuotteet ovat usein oppaita. Silloin tarkoitus on ohjeistaa tai opastaa lukijaa. Sisällön ydinajatuksen tulee olla selkeä, jotta lukija ymmärtää ydinajatuksen ensimmäisellä lukukerralla. Tekstin hyvä jäsentely ja otsikoiden selkeä muotoilu auttavat selkiyttämään luetun sisällön ydinajatusta. Tekstin sisältö viittaa ammattikunnan kulttuuriin, arvoihin ja ihmiskäsitykseen. Tuotteen ulkoasu toimii osana toimintayksikön tai organisaation julkikuvaa. Samanlainen ulkoasu tyylily auttaa erottamaan eri organisaatioiden tuotteet toisistaan. (Jämsä & Manninen 2000, 56 - 57.)

Opas toimii terveydenhoitajalle hyödyllisenä työvälineenä, jonka terveydenhoitaja voi jakaa ensimmäisten terveystarkastuksien yhteydessä tai nuoren tullessa vastaanotolle esimerkiksi seksuaalisuuteensa kohdistuvissa kysymyksissä. Kouluterveydenhoitaja voi vaikuttaa paljon siihen, kuinka oppaalla saadaan tavoitettua oikea kohderyhmä. Vastaanotto toiminnan lisäksi oppaan tavoitettavuutta voidaan lisätä erilaisten infotilaisuuksien kautta, joita terveydenhoitaja tarvittaessa pitää. Oppaan aihesisältöä voisi käyttää myös terveystiedon tunneilla tai lähdeaineistona esimerkiksi seksuaaliterveyden aihetta käsiteltäessä. Myös opettajien kokouksissa ja vanhempainilloissa opas ja sen sisältö tulisi mielestämme ottaa esiin.

Nämä kaikki yllä olevat asiat huomioon ottaen aloimme suunnitella opasta tarkemmin. Aluksi meillä oli tarkoitus tehdä oppaasta tiivis neljän sivun mittainen paketti, mutta emme millään saaneet kaikkea mahtumaan neljään sivuun, joten opas kasvoi kahdeksan sivun mittaiseksi. Opas on A5-kokoinen, ja etusivulle laitoimme ainoastaan kuvan ja otsikon sekä sen, kenelle opas on tarkoitettu. Sisälehdille avasimme, mitä seksuaalisuus, seksi, seksuaalisuuden eri muodot (hetero, homo, lesbo, bi- ja aseksuaalisuus) ja niissä näkyvät erot sekä suojaikäraja tarkoittavat. Oppaan viimeiselle sivulle ja takakanteen laitoimme tuttavamme kokemukset hänen seksuaalisesta suuntautumisestaan ja sen kertomisesta muille. Lisäksi takakannesta löytyvät nettiosoitteet, joista nuoret voivat hakea lisätietoa sekä meidän tekijöiden ja toimeksiantajan nimet. Oppaassa olevia internetsivuja käytimme myös opinnäytetyössämme, joten tiedämme niiden olevan luotettavia.

Oppaassa esitetyt asiat ilmaistiin selkokielellä, joka teki oppaan tulkitsemisesta helpompaa ja soveltuu näin ollen kenen tahansa luettavaksi. Sisältö laadittiin niin, että se voi toimia myös osana seksuaalikasvatusta. Tarkoituksemme oli panostaa ulkonäköön ja lukijaystävällisyyteen ja tuoda muun muassa kuvia herättämään nuorten mielenkiintoa. Tarkoituksena oli siis tehdä mahdollisimman nuorten näköinen opas, jolla saisimme heidän mielenkiintonsa heräämään niin, että opas tulisi myös luettua läpi. Konkreettisen oppaan suunnittelimme yhdessä ystävämme kanssa, joka on graafinen suunnittelija. Lopuksi hän toteutti oppaan visuaalisen puolen toiveidemme mukaisesti. Lisäsimme oppaaseen aiheeseen sopivia kuvia ja kuvioita, jotka ovat laillisesti kaikkien käytettävissä eivätkä näin ollen riko tekijänoikeuksia. Esite on pohjaväritään valkoinen, paitsi kansi, jossa on maisemakuva pohjana. Kuvat ovat värikkäitä, mutta eivät kuitenkaan liian räikeitä tai häiritseviä. Teksti on mustalla ja otsikot punaisella.

8.8 Tuotteen viimeistely

Arviointi ja palautteen kerääminen tuotteen kehityksen eri vaiheissa on suotavaa. Valmisteluvaiheessa tuotteen esitetaus ja käyttö toimivat hyvänä keinona selvittää tuotteen toimivuus. Koekäyttäjinä voi toimia esimerkiksi asiakkaat. Suunnitteluvaiheessa mukana olevat asiakkaat saattavat antaa vähäistä kritiikkiä, koska tuote on heille jo ennestään tuttu. Jotta saataisiin mahdollisimman realistista palautetta tuotteesta, tuotteen tulisi olla ennestään tuntematon käyttäjilleen. On myös tärkeä huomioida, että palautteen antaminen on asiakkaalle helpompaa, mikäli tilanteessa on mahdollista verrata uutta tuotetta vanhaan. Näin on mahdollista tarkastella uuden ja vanhan tuotteen eroa ja samalla tuotteessa näkyvät edut ja puutteet ovat selkeämmin nähtävissä. Tuotteen valmistuessa kaikkien aikaisempien vaiheiden parannusehdotuksien, arviointien ja palautteiden pohjalta käynnistyy tuotteen viimeistelyvaihe. Viimeistelyvaiheen pohjana toimii annetut palautteet sekä kokemukset tuotteen koekäyttöön liittyen. Lisäksi viimeistelyvaiheessa on vielä mahdollisuus hioa tuotetta esimerkiksi, tuotteen asiasisältöä. Tuotteen jakelun suunnittelu on osa viimeistelyvaihetta, kun on tarkoitus markkinoida tuotetta. Sillä edistetään tuotteen kysyntään ja taataan, että tuote tulee käyttöön. (Jämsä & Manninen 2000, 80 - 81.)

Suunnitteluvaiheessa olimme toimeksiantajaamme yhteydessä ja pyysimme häneltä aktiivisesti palautetta. Saadun palautteen pohjalta muokkasimme esitteen sisältöä ja

visuaalista ulkonäköä toivottuun suuntaan. Itse kohderyhmällemme eli Paunun yläkoululaisille emme tässä vaiheessa saaneet esitettä nähtäväksi, mutta näytimme sitä muutamille samanikäisille nuorille, joiden ehdotusten ja palautteen pohjalta teimme joitakin korjauksia. Mielestämme oppaasta tuli houkutteleva, ytimekäs ja helposti luettava, vaikkakin tekstiä on melko paljon. Koska aikataulu työn loppuvaiheessa oli niin tiukoilla, emme ehtineet saada opasta vielä sähköiseen muotoon. Opas on kuitenkin tarkoitus saada sähköiseen muotoon, jotta se olisi sieltä helposti kenen tahansa koulun henkilökunnasta käytettävissä ja muokattavissa.

Tavoitteenamme on, että saisimme oppaan laajemminkin levitykseen ja oppilaiden sekä terveydenhoitajien tietoisuuteen yläkouluissa ja näin voisimme samalla tukea kouluterveydenhoitajan työtä nuorten seksuaalikasvatuksessa. Tämän vuoksi olisi hyvä kuulla mielipiteitä sen sisällöstä, ulkonäöstä ja käytettävyydestä muiltakin sitä käyttäviltä. Opas on mielestämme oiva tietoisuus myös nuorten vanhemmille, jotka miettivät lastensa seksuaalisuutta tai ovat kohdanneet heteroseksuaalisuudesta poikkeavaa seksuaalisuutta omien tai tuttavien lasten kohdalla, joten opasta voisi esimerkiksi jakaa vanhempainilloissa ja kerätä sitä kautta palautetta myös nuorten vanhemmilta.

9 TYÖN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Eettisyys on kaiken tieteellisen toiminnan perusta. Tutkimusetiikka luokitellaan usein normatiiviseksi etiikaksi, joka pyrkii vastaamaan kysymykseen oikeista säännöistä, joita tutkimusta tehdessä tulee noudattaa. Tutkimusetiikka voidaan tarvittaessa jakaa tieteen sisäiseen ja tieteen ulkoiseen tutkimusetiikkaan. Tieteen sisäinen etiikka viittaa tieteenalan luotettavuuteen ja totuudenmukaisuuteen, jolloin tarkastelu voidaan suunnata tutkimuskohteeseen, tavoitteisiin ja koko tutkimusprosessiin. Perusvaatimus on, ettei tutkimustietoa väärennetä tai luoda ilman tieteellistä teoriapohjaa. Tieteeseen viittaava kriittisyys vaatii tekijältä omien toimintatapojen arviointia eri näkökulmista mutta myös omien perusteiden jatkuvaa arviointia. Tieteen ulkopuolisella tutkimusetiikalla tarkastellaan, miten erinäiset ulkopuoliset asiat vaikuttavat tutkimusaiheeseen ja sen tutkimiseen. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 211 - 212.)

Lähteiden luotettavuutta voidaan tarkastella ja määritellä lähde- ja kirjallisuusluetteloa apuna käyttäen. Lähde- ja kirjallisuusluettelossa on tietoa käytetystä lähdeaineistosta, joita ovat kirjoitetut teokset, tutkimukset ja artikkelit. Luettelo antaa esitiedot lukijalle, minkätyyppisestä lähteestä on kysymys. Lähdeluetteloissa voi olla ulkoasullisia eroavaisuuksia, mutta mikäli se puuttuu kirjallisesta teoksesta kokonaan se ei ole tieteellisestä näkökulmasta riittävän vakuuttava käytettäväksi lähteeksi. Lähteessä voi olla riski, ettei sillä ole mitään tieteellistä tutkimuspohjaa, joka tekee lähteestä tieteen valossa perustelemattoman. (Hakala 1998, 95.)

Lähteitä etsiessämme olemme suhtautuneet niihin kriittisesti ja pyrkineet käyttämään lähteitä, jotka ovat korkeintaan 10 vuotta sitten julkaistuja. Näin olemme varmistaneet, että käyttämämme lähdeaineisto on ajankohtaista ja mahdollisimman viimeisintä tutkimustietoa. Olemme merkinneet opinnäytetyön raporttiin lähdeviitteet oikein tekstiin sekä lähdeluetteloon, jolloin sillä on työmme luotettavuutta lisäävä vaikutus.

10 POHDINTA

Opinnäytetyö on pitkä prosessi, ja se vaatii tekijältään suunnitelmallisuutta ja aikataulutusta. Aloitimme ideoinnin ja työn suunnittelun hyvissä ajoin, ja toimeksiantajakin löytyi helposti. Yhteistyö toimeksiantajan kanssa oli mielekäästä ja molemmin puolin joustavaa. Saimme palautetta ja muutosehdotuksia koko opinnäytetyöprosessin ajan, mikä auttoi meitä luomaan toimeksiantajan tarpeisiin sopivan oppaan. Mielestämme opinnäytetyö ja sen myötä toteutettu opas (liite 3) onnistuivat kiitettävästi. Sekä me itse, että toimeksiantajamme olimme erittäin tyytyväisiä oppaaseen, sen ulkonäköön ja käytettävyyteen. Tärkeintä kuitenkin oli, että varsinainen kohderyhmämme eli nuoret kokivat oppaan tarpeelliseksi ja hyödylliseksi. Valitettavasti aikataulun kiireellisyyden vuoksi emme ehtineet kysyä Paunun yläkoulun oppilaiden mielipidettä oppaasta, mutta saimme kuitenkin mielipiteen useammalta 13 - 15-vuotiaalta nuorelta tuttavapiiristämme. Heidän mielestään opas oli varsinkin visuaalisesti ja sisällöltään mielenkiintoinen. Nuorten mielestä tekstiä olisi voinut olla hieman vähemmän mutta kokonaisuutena se oli onnistunut. Erityisesti kiitosta saivat kuvat ja Simon tarina, jossa eräs tuttavamme kertoo oman tarinansa seksuaalisesta suuntautumisestaan ja siitä, kuinka hän asian käsitteli ja kertoi läheisilleen.

Kuten jo alussa kerroimmekin, suunnittelu ja aikataulutus ovat tärkeitä asioita opin-
näytetyö prosessissa. Vaikka aikaa tuntui olevan riittävästi, tuli matkalla monia meistä
riippumattomia ja odottamattomia esteitä. Perheen, harjoittelun ja muun koulutyön
yhteen sulauttaminen sekä välimatka tekijöiden välillä olivat haasteita työtä tehdessä.
Saimme kuitenkin työnjaon sovittua hyvin ja pidimme toisiimme yhteyttä puhelimitse
ja sähköpostilla. Mielestämme yhdessä tekemisessä on haasteensa, mutta se myös
mahdollistaa työn jakamisen ja erilaisten mielipiteiden ja näkökulmien pohdiskelun ja
niiden esiintuomisen työssä. Työtä tehdessämme opimme tiedonhakua ja tietolähtei-
siin kriittisesti suhtautumista. Opimme myös uutta seksuaalisuuden eri muodoista ja
niiden merkityksestä juuri nuorten elämään. Lisäksi opimme kehittämään mielenkiin-
toisen ja informatiivisen oppaan tuotekehitysprosessia apuna käyttäen. Koska eetti-
syys on opinnäytetöissä avainasemassa, opimme myös huomioimaan eettiset periaat-
teet, jotta saimme opinnäytetyöstämme mahdollisimman luotettavan.

Opas olisi hyvä olla jatkoa ajatellen myös sähköisessä muodossa, sillä se mahdollistai-
si oppaan laajemman levityksen. Mielestämme opas on hyödyllinen kaikille yläkou-
luikäisille ja näin ollen se tulisi saada valtakunnallisesti kaikkien yläkoulujen käyt-
töön. Lisäksi opinnäytetyötä tehdessämme toimeksiantajamme toivoi meiltä oppaa-
seen myös ehkäisyasioita. Tätä toivetta emme valitettavasti pystyneet toteuttamaan,
sillä aihe olisi ollut sen verran kaukana nyt toteutettuun työhön verrattuna ja olisikin
vaatinut uutta teoriapohjaa ja tutkimuksia tuekseen. Sen sijaan ehdotimme toimeksian-
tajalle, että toinen tekijöistä, joka opiskelee terveydenhoitajaksi, voisi tehdä erillisen
ehkäisyoppaan kehittämistyönään. Tästä toimeksiantaja oli mielissään ja toivoi yhteis-
työn jatkuvan tulevaisuudessakin.

Nyt kun työ on tehty, haluamme kiittää ohjaajaamme Riitta-Liisa Jukaraista ja toimek-
siantajaamme Jämsän Terveys Oy:tä ja sieltä erityisesti Paunun yläkoulun terveyden-
hoitajaa Petra Koljosta ja palvelupäällikkö Riitta Hjeltiä. Kiitos neuvoista, kannustuk-
sesta ja ohjauksesta, joita saimme runsaasti koko prosessin ajan. Suuri kiitos myös
kotijoukoille tuesta ja kannustuksesta, ne olivat välillä kultaakin kalliimpia.

11 LÄHTEET

Aho, Tuulia, Alkio Paula (toim.), Kotiranta-Ainamo, Anna, Pelander, Anne & Rinkinen, Tuija 2008. Puhutaan seksuaalisuudesta- nuori vastaanotolla. Helsinki: Priimuspaino Oy.

Airaksinen, Tiina & Vilkka, Hanna 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

Haarala, Päivi, Honkanen, Hilikka, Mellin, Oili-Katriina & Tervaskanto-Mäentausta, Tiina 2015. Terveystieteiden osaaminen. Porvoo: Bookwell Oy.

Hakala, Juha T, 1998. Opinnäytetyö luovasti kehittämis- ja tutkimustyön opas. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Hakulinen-Viitanen, Tuovi, Hietanen-Peltonen, Marke, Hastrup, Arja, Wallin, Merja & Pelkonen, Marjaana 2012. Laaja terveystarkastus ohjeistus äitiys ja lastenneuvolatoimintaan, sekä kouluterveydenhuoltoon. Tampere: Juvenes Print Tampereen yliopistopaino Oy.

Hjelt, Riitta. Sähköpostiviesti. 24.11.2016. Palvelupäällikkö. Jämsän Terveys Oy.

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

Hyvinvointipalvelut 2016. Jämsän Terveys. WWW-dokumentti.
<http://www.jamsanterveys.fi/fi/Hyvinvointipalvelut>. Ei päivitystietoja. Luettu 24.10.2016.

Jämsä, Kaisa & Manninen, Elsa 2000. Osaamisen tuotteistaminen sosiaali- ja terveysalalla. Vantaa: Tammi.

Jämsän kaupunki 2017. Paunun koulu. WWW-dokumentti.
<https://peda.net/jamsa/perusopetus/paunu>. Ei päivitystietoja. Luettu 29.1.2017.

Jämsän Terveys Oy 2016. Jämsän Terveys. WWW-dokumentti.
<http://www.jamsanterveys.fi/fi/Yritys>. Ei päivitystietoja. Luettu 20.9.2016.

Kaipainen, Maija & Toiviainen, Pasi 2015. Miksi joistakin tulee homoja? Artikkelit.
<http://yle.fi/aihe/artikkeli/2014/02/05/miksi-joistakin-tulee-homoja>. Päivitetty 6.2.2015. Luettu 20.10.2016.

Kananen, Jorma 2014. Toimintatutkimus kehittämistutkimuksen muotona. Miten kirjoitan toimintatutkimuksen opinnäytetyönä? Jyväskylä: Suomen yliopistopaino Oy Juvenes Print.

Kinnunen, Saara 2001. Tytöt, pojat ja seksi - kuinka tuen lapsen seksuaalista kasvua. Helsinki: Kirjapaja Oy.

Klemetti, Reija & Raussi-Lehto, Eija (toim.) 2014. Edistä, ehkäise, vaikuta – Seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelma 2014–2020. Tampere: Juvenes Print –

Suomen yliopistopaino Oy.

Kontula, Osmo (toim.) 2012. Mitä pojat todella haluavat tietää seksistä. Tehoa poikien seksuaaliopetukseen (PoikaS-hanke). PDF-dokumentti. http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/faa44a5ec4812ec9c5e8fa26bc66cc80/1495918197/application/pdf/3335068/PoikaS-raportti_web.pdf. Ei päivitystietoja. Luettu 23.4.2017.

Kontula, Osmo & Meriläinen Henna 2007. Koulun seksuaalikasvatus 2000-luvun Suomessa. PDF-dokumentti. <http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/0511bae80b828c4c19e55cf4d96eb377/1479755501/application/pdf/239651/Koulun%20seksikasvatus%20e-book.pdf>. Ei päivitystietoja. Luettu 18.11.2016.

Kouluterveydenhoitajan tiedote 2016. Jämsän Kaupunki Paunun koulu. WWW-dokumentti. <https://peda.net/jamsa/perusopetus/paunu/oppilashuolto/k>. Ei päivitystietoja. Luettu 20.9.2016.

Kouluterveydenhuolto 2014. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. WWW-dokumentti. <https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/opiskeluhoito/kouluterveydenhuolto>. Päivitetty 11.11.2014. Luettu 31.5.2017.

Kouluterveyskysely 2016. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. PDF-dokumentti. http://www.thl.fi/attachments/kouluterveyskysely/Tulokset/ktkysely_kokomaa_2006_2015_pk_pojat.pdf. http://www.thl.fi/attachments/kouluterveyskysely/Tulokset/ktkysely_kokomaa_2006_2015_pk_tytot.pdf. Ei päivitystietoja. Luettu 18.11.2016.

Kuusela, Mia-Marja 2016. Koulu ja seksuaalikasvatus sateenkaaren väreissä. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteiden laitos. Pro gradu. PDF-dokumentti. <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/48950/URN%3aNB%3afi%3ajyu-201602261711.pdf?sequence=1>. Ei päivitystietoja. Luettu 28.10.2016.

Lehto, Juhani E. & Kovero, Camilla 2010. Homoseksuaalisuus tieteen näkökulmasta ja miesten kertomana. Helsinki: Yliopistopaino.

Murrosikä 2016. Väestöliitto. WWW-dokumentti. <http://www.vaestoliitto.fi/nuoret/murrosika/> Ei päivitystietoja. Luettu 24.10.2016.

Mäki, Päivi, Wikström, Katja, Hakulinen-Viitanen, Tuovi & Laatikainen, Tiina 2011. Terveystarkastukset lastenneuvolassa & kouluterveydenhuollossa. Tampere: Juvenes Print.

Nazarenko, Salla 2011. Mun elämä, mun valinta. PDF-dokumentti. <http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/ba781334643e813be8634e1123abca8c/1474441922/application/pdf/938739/Mun%20el%C3%A4m%C3%A4,%20mun%20valinta-%20nuorten%20seksuaalioikeudet%20ja%20kehitys.pdf>. Ei päivitystietoja. Luettu 21.9.2016.

Nikulainen, Elina 2015. Heteroseksuaalisuuden hämmentävän lyhyt historia. Artikke-
li. <https://mitaverkosto.wordpress.com/2015/06/22/heteroseksuaalisuuden-hammentavan-lyhyt-historia/>. Päivitetty 22.6.2015. Luettu 20.10.2016.

Overview 2016. The Asexual Visibility&Education Network. WWW-dokumentti.
<http://www.asexuality.org/home/?q=overview.html>. Ei päivitystietoja. Luettu
23.10.2016.

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Opetushallitus. PDF-dokumentti.
http://www.oph.fi/download/163777_perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf. Ei päivitystietoja. Luettu 30.12.2016.

Rikoslaki 39/1889 2016. WWW-dokumentti.
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1889/18890039001#L20>. Ei päivitystietoja. Luet-
tu 12.10.2016.

Rikosoikeudellinen vastuu. 2016. Nettinappi. WWW-dokumentti.
<http://nettinappi.fi/tietoalue/laki-nuorelle/rikosoikeudellinen-vastuu/>. Päivitetty
23.6.2016. Luettu 3.5.2017.

Seksi ja seksuaalisuus. 2016. Nettinappi. WWW-dokumentti.
<http://nettinappi.fi/tietoalue/seksi-ja-seksuaalisuus/>. Päivitetty 16.12.2016. Luettu
3.5.2017.

Seksuaalisen kanssakäymisen suojaikärajat. 2016. Väestöliitto. WWW-dokumentti.
http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa_parisuhteesta/tietoa_parisuhdeammattilaisil-le/asiakastyon_lakitietoa/suojaikarajat/. Ei päivitystietoja. Luettu 12.10.2016.

Seksuaalinen kehittyminen. 2016. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. WWW-
dokumentti. <https://www.thl.fi/fi/web/seksuaali-ja-lisaantymisterveys/seksuaalinen-hyvinvointi/seksuaalisuus>. Päivitetty 25.4.2016. Luettu 22.9.2016.

Seksuaalisuuden määritelmät. 2016. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. WWW-
dokumentti. <https://www.thl.fi/fi/web/seksuaali-ja-lisaantymisterveys/seksuaalinen-hyvinvointi/seksuaalisuus>. Päivitetty 25.4.2016. Luettu 21.9.2016.

Seksuaalinen suuntautuminen. 2016. Seta Ry. WWW-dokumentti.
<http://seta.fi/seksuaalinen-suuntautuminen/>. Päivitetty 24.5.2016. Luettu 16.10.2016.

Seksuaalinen suuntautuminen on itse määrittely kysymys. 2016. Terveiden ja hyvin-
voinnin laitos. WWW-dokumentti. <https://www.thl.fi/fi/web/seksuaali-ja-lisaantymisterveys/seksuaalinen-hyvinvointi/seksuaalisuus>. Päivitetty 25.4.2016. Luet-
tu 22.9.2016.

Seksuaalisuuden ulottuvuudet. 2011. VirtuaaliAMK. WWW-dokumentti.
<http://www2.amk.fi/digma.fi/www.amk.fi/opintojaksot/0407012/1082460632058/1092920050022/1108716014891/1108717316856.html>. Päivitetty 14.5.2011. Luettu
30.10.2016.

Seksuaalinen väkivalta. 2017. Naisten linja. WWW-dokumentti.
<https://www.naistenlinja.fi/tietoa-vakivallasta/vakivallan-muodot/seksuaalinen-vakivalta/>. Ei päivitystietoja. Luettu 3.5.2017.

Sexual rights. 2010. World health organization.
http://www.who.int/reproductivehealth/topics/sexual_health/sh_definitions/en/. Päivitetty 2010. Luettu 23.9.2016.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2009. Neuvolatoiminta, koulu- ja opiskeluterveydenhuolto sekä ehkäisevä suun terveydenhuolto. Asetuksen (380/2009) perustelut ja soveltamisohjeet. PDF-dokumentti.
<https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/112025/URN%3ANBN%3Afi-fe201504226745.pdf?sequence=1>. Ei päivitystietoja. Luettu 30.12.2016.

Sukupuolella on väliä. 2016. Tasa-arvoinen varhaiskasvatus. WWW-dokumentti.
<http://www.tasa-arvoinenvarhaiskasvatus.fi/mina-ja-kulttuuri/sukupuolella-on-valia/>. Ei päivitystietoja. Luettu 16.10.2016.

Sukupuolen moninaisuus. 2015. Seta Ry. PDF-dokumentti.
https://www.dropbox.com/s/u17x78zqn00didj/sukupuolen_moninaisuus_2015_sivut.pdf?dl=0. Ei päivitystietoja. Luettu 16.10.2016.

Sukupuoli. 2016. Seta Ry. WWW-dokumentti. <http://seta.fi/sukupuoli/>. Ei päivitystietoja. Luettu 12.10.2016.

Taavetti, Riikka, Alanko, Katarina & Heikkinen, Lotte 2015. Hyvinvoiva sateenkaarinuori- tutkimushanke. PDF-dokumentti.
http://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/hyvinvoiva_sateenkaarinuori_tivistelma.pdf). Ei päivitystietoja. Luettu 16.11.2016.

Tilastotietoa 2017. Jämsä. WWW-dokumentti. <http://www.jamsa.fi/tilastotietoa>. Ei päivitystietoja, Luettu 29.1.2017

Valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta 380/2009 2016. WWW-dokumentti. <http://www.finlex.fi>. Ei päivitetty. Luettu 20.9.2016.



SOPIMUS OPINNÄYTETYÖN TEKEMISESTÄ

Sopijaosapuolet:

Opinnäytetyön tilaaja: Jämsän terveys Oy

ja Mikkelin ammattikorkeakoulun hoitotien laitoksen
 koulutusohjelman opiskelija(t) Jyri Mäkelä ja Heidi Hämäläinen

Opinnäytetyön aihe: Nuorten seksuaalisuus, OPAS koulun terveysneuvottelun
käyttöön

Opinnäytetyön ohjaajat:

Ohjaava opettaja: Riitta-Liisa JuvonenTyöelämäohjaaja: Riitta Hjelt, Petra KoljonenOpinnäytetyön arvioitu valmistumisaika: kevät 2017

Opinnäytetyön TK-tavoitteet:

Luoda tutkittuun tietoon ja nuorten tarpeisiin
perustuva seksuaaliopas suesopas yläkouluikäisille
nuorille.

TK-TAVOITTEET: Tutkimus- ja kehittämistoiminnalla (t&k) tarkoitetaan systemaattista toimintaa tiedon lisäämiseksi ja tiedon käyttämistä uusien sovellusten löytämiseksi. Kriittinenä on, että toiminnan tavoitteena on jotain oleellisesti uutta. Tutkimus- ja kehittämistoimintaan sisällytetään perustutkimus, soveltava tutkimus sekä kehittämistyö. Soveltavalla tutkimuksella tarkoitetaan sellaista toimintaa uuden tiedon saavuttamiseksi, joka ensisijaisesti tähtää tietyn käytännön sovellutukseen. Soveltavaa tutkimusta on esim. sovellusten etsiminen perustutkimuksen tuoksille tai uusien menetelmien ja keinojen luominen tietyn ongelman ratkaisemiseksi. Tuote- ja prosessikehityksellä (kehittämistyöllä) tarkoitetaan systemaattista toimintaa tutkimuksen tuloksena ja/tai käytännön kokemuksen kautta saadun tiedon käyttämiseksi uusien aineiden, tuotteiden, tuotantoprosessien, menetelmien ja järjestelmien aikaansaamiseen tai olemassa olevien olennaiseen parantamiseen. (Tilastokeskus)

Mikkelin ammattikorkeakoulussa tehdyt opinnäytetyöt julkaistaan pdf-muotoisena kokotekstinä tiedostoina ammattikorkeakoulujen yhteisessä julkaisuarkistossa Theseuksessa (<http://www.theseus.fi>). Opinnäytetyöt ovat pääsääntöisesti julkisia asiakirjoja. Theseuksen käyttöehtosopimuksen hyväksyminen on samalla lupa työn julkaisemiseen internetin laajuisena näkyvyytenä. Vaihdoitteellisesti opinnäytetyö voidaan julkistaa myös tekijöiden harkinnan mukaan tai opinnäytetyön ohjaajan tai toimeksiantajan suosituksesta MAMKin sisäisessä verkossa. MAMKin sisäisessä verkossa julkistettu työ ei näy julkisena internetissä, mutta on käytettävissä MAMKin sisäisessä verkossa.

Muut sopimusehdot:

Aika ja paikka Mikkeli 22.11.2016Jyri Mäkelä Heidi HämäläinenRiitta Hjelt

Opiskelijan allekirjoitus

Toimeksiantajan allekirjoitus

/opiskelijoiden allekirjoitukset

Riitta HjeltJämsän Terveys Oy

Tutkimuksen bibliografiset tiedot MAMK:n raportointiohjelmien mukaan	Tutkimuskohde	Otoskoko, menetelmä	Keskeiset tulokset	Oma intressi opinnäytetyömme kannalta
<p>Koulun seksuaalikasvatus 2000-luvun Suomessa (Osma Kontula & Henna Meriläinen, Väestöntutkimuslaitos-Katsauksia E26/2007 Vammalan Kirjapaino Oy 2007 PDF-dokumentti http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/0511bae80b828c4c19e55cf4d96eb377/1479755501/application/pdf/239651/Koulun%20seksikasvatus%20e-book.pdf</p>	<p>Peruskoulun yläasteen seksuaalikasvatus ja 8. luokan oppilaiden seksuaaliterveystiedot</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Opettajia 941 yläasteen koulusta - Oppilaita 8. luokalta 64.060 866 koulusta - Menetelmänä käytettiin kirjeenä lähetettyä kyselylomaketta 	<ul style="list-style-type: none"> - Koulun seksuaalikasvatus lisääntynyt vuodesta 1996 vuoteen 2006, (tuntimäärät v.1996 9,3h ja v.2006 17,4h) - Kouluterveydenhoitaja osallistui terveystiedon opetukseen lähes joka toisessa koulussa - Opetus lisääntynyt eniten lasten seksuaalisuudesta, seksuaalisesta ahdistelusta ja seksistä mediassa - Opetusta lisätty mutta 8. luokkalaisten seksuaalifriedot heikentyneet 	<ul style="list-style-type: none"> - Tutkimuksessa laaja otanta ja työmme kannalta juuri oikea kohderyhmä - Tutkimuksessa käy ilmi seksuaalikasvatuksen määrä ja siihen osallistuvat opettajat/koulun henkilökunta

<p>Hyvinvoiva sateenkaarinuori- tutkimushanke (Tulosten tiivistelmä, Riikka Taavetti, Katarina Alanko, Lotte Heikkinen, Nuorisotutkimusseura ja nuorisotutkimusverkosto 2015 PDF-dokumentti <a href="http://www.nuorisotutki
musseura.fi/images/julka
isuja/hyvinvoiva_sateenk
aarinuori_ttiivistelma.pdf">http://www.nuorisotutki musseura.fi/images/julka isuja/hyvinvoiva_sateenk aarinuori_ttiivistelma.pdf)</p>	<p>Hyvinvoiva sateenkaarinuori- tutkimushanke, jossa selvitettiin laajasti seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvien nuorten (15-25- vuotiaat) hyvinvointia eri näkökulmista</p>	<p>- Kyseilyyn osallistui 1619 nuorta iältään 15-25 vuotta - Kyseily toteutettiin verkkokyselynä</p>	<p>- Tuntevat olonsa turvattomiksi koulussa, kiusaamiseen ei puututa - Nuorten väikea kertoa "erilaisuudestaan" kotona - Vanhemmilla vain vähän tietoa ja tukea saatavilla - Ystävien tuki tärkeää - Kokivat, että koulussa edelleen opetusta ohjaavat hetero- ja sukupuolnormatiivisuus ja seksuaalinen suuntautuminen ja sukupuolen moninaisuus eivät näy tarpeeksi opetuksessa - Kokevat saavansa huonoa kohtelua terveydenhuollossa - Kokevat syrjintää ja kiusaamista niin koulussa kuin työelämässäkin</p>	<p>- Tutkimus kohdennettu juuri sateenkaarinuorille, joita oppaallamme koitamme tavoittaa - Tietoa ja tukea tarvitsevat myös vanhemmat - Opetussuunnitelmasta huolimatta opetuksen taso heikkoa ja tähän toivomme oppaan olevan avuksi</p>
--	--	---	--	--

<p>Koulu ja seksuaalikasvatus sateenkaaren väreissä (Kasvatustieteen pro gradu, Mia-Marja Kuusela 2016, Kasvatustieteiden laitos, Jyväskylän yliopisto PDF-dokumentti https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/48950/URN%3aNB%3afi%3ajyu-201602261711.pdf?sequence=1</p>	<p>Tutkimuksen tarkoituksena selvittää millaisena sateenkaarinuoret kokevat koulun seksuaalikasvatuksen ja millaisena he näkevät opettajan roolin heidän nuoruudessaan.</p>	<p>- Vastaajia 132 henkilöä, joista 64 oli 15-24-vuotiaita - Menetelmänä kirjoituskeruu</p>	<p>- Syrjintää koulussa oppilaiden ja opettajien keskuudessa -> vaikenemisen kulttuuri - Saatua informaatiota pidettiin vaillinaisena, kaipaavat tietoa itselleen mutta myös "suurelle yleisölle" - Kun opettajien käsitystä päästiin seksuaalisuuden moninaisuudesta korjaamaan, kokivat nuoret sen merkittävänä mahdollisuutena - Ihastuminen samaan sukupuoleen katsottiin ohimeneväksi vaiheeksi - Tunneilla käsiteltiin vain vähän tai ei ollenkaan seksuaalivähemmistöjä - Aseksuaalisuutta ei käsitelty lainkaan</p>	<p>- Nuoret kertovat omista kokemuksistaan ja tunteuksistaan - Vaikka otanta onkin pieni, antaa se meille tärkeää ja kohdennettua tietoa oppaan laadintaa varten - Tutkimus on tuore</p>
--	---	---	--	--

<p>Kouluterveyskysely (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2016 PDF-dokumentti http://www.fhl.fi/attachments/kouluterveyskysely/Tulokset/ktkysely_koko_maa_2006_2015_pk_tytot.pdf</p>	<p>Tutkimuksessa selvitetään 8. ja 9. luokkalaisten tyttöjen ja poikien hyvinvointiin liittyviä asioita niin koulunkäynnistä kuin kotioloistakin</p>	<p>- Otanta oli poikien osalta 25.147 henkilöä ja tyttöjen 25.257 henkilöä - Tutkimus toteutettiin nettikyselyinä</p>	<p>- Pojista 10% ja tytöistä 28% kertoi kokeneensa seksuaalista häirintää puhelimessa tai netissä - Pojista 6% ja tytöistä 16% ilmoitti häirinnän tapahtuneen julkisessa tilassa - Kehoa tai seksuaalisuutta loukkaavaa kiusaamista pojista kertoo kokeneensa 14% vastaajista ja tytöistä 24% - Seksuaalista väkivaltaa joskus tai toistuvasti on kokenut 7% pojista ja 12% tytöistä</p>	<p>- Suuri otanta ja nimettömänä annetut vastaukset lisäävät tutkimuksen luotettavuutta - Työmme kannalta tässä tutkimuksessa oleellista on, että saimme vahvistusta seksuaalioikeuksien ja lakien selvittämiseen nuorille</p>
---	--	---	--	--

<p>Mitä pojat todella haluavat tietää seksistä</p> <p>Tehoa poikien seksuaaliopetukseen (PoikaS-hanke) (Osmo Kontula (toim.) Väestöliitto 2012, PDF-dokumentti http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/96c1dff819eb5a2abae8f34b7d17e66c/1496348938/application/pdf/3335068/PoikaS-raportti_web.pdf</p>	<p>Osa tutkimus- ja kehittämishanketta, tavoitteena kehittää pojille suunnatun seksuaaliopetuksen laatua ja parantaa sen vaikuttavuutta.</p>	<p>- Osallistui 190 nuorta iältään 15-18 vuotta</p>	<p>- Pojat hyväksyvät paremmin kahden tutun tytön välisen seurustelun (70% hyväksyy) kuin kahden tutun pojan välisen seurustelun (54% hyväksyy)</p> <p>- Seksuaalikasvatuksen opetusmenetelmistä mieluisammaksi opetusmenetelmiksi kerrottiin tutkimuksessa visuaaliset tiedonlähteet, eli dvd, tv ja internet</p> <p>- Sopivassa määrin tällä hetkellä on leikkejä, pelejä ja näyttelemistä</p> <p>- Kirjojen lukemista, ryhmätöitä, esitelmiä ja kahdenkeskisiä keskusteluja opettajan kanssa saisi olla entistä vähemmän.</p>	<p>- Tiedusteltiin käsityksiä ja ajatuksia muun muassa koulun seksuaalikasvatuksesta ja seksuaalisesta suuntautumisesta</p> <p>- Työn kannalta oleellista tietoa molemmat, mutta varsinkin seksuaalikasvatus, jota ei paljoo muissa tutkimuksissa ollut</p>
--	--	---	--	---

 **JÄMSÄN TERVEYS**



SEKSUAALISUUDEN MONINAISUUS

OPAS YLÄKOULUN OPPILAILLE



SEKSUAALISUUS JA SEKSI

Jokainen ihminen on omalla tavallaan seksuaalinen. Seksuaalisuus on sitä, mitä ihminen itse on. Seksi taas on kehoon kohdistuvaa ajatusta tai toimintaa, josta ihminen saa eroottista mielihyvää.

Seksi on ihmisen oman seksuaalisuuden toteuttamista ajatuksien ja tekojen kautta. Sen avulla ihminen voi kokea seksuaalista hyvän olon tunnetta sekä fyysistä nautintoa. Ihminen voi harrastaa seksiä monella eri tavalla yksin tai yhdessä toisen ihmisen kanssa, ja yhdyntä on vain yksi tapa harrastaa seksiä.

Seksuaalisuus koostuu monista eri osa-alueista, ja se on oleellinen osa ihmisyyttä kaikissa elämän vaiheissa. Osa-alueisiin kuuluvat **sukupuoli ja sukupuoli-identiteetti, sukupuoliroolit, seksuaalinen suuntautuminen, erotiikka, mielihyvä, erilaiset sukupuolisuhteet ja itse lisääntyminen.**

Seksuaaliset kokemukset ja seksuaalisuuden ilmentyminen tapahtuvat monien asioiden kautta, joita voi olla hyvinkin erilaisia. Osa tapahtuu ajatusten tasolla: **fantasiat, halut, uskomukset ja asenteet.**





Seksuaalisuus voi ilmetä myös käyttäytymisenä, muun muassa seksuaalisuuden harjoittamisena eri roolien ja suhteiden kautta. Vaikka seksuaalisuus voi pitää sisällään kaikki nämä ulottuvuudet, ihminen ei aina koe tai ilmennä niitä kaikkia.

Biologiset, psykologiset ja sosiaaliset

sekä taloudelliset, poliittiset, eettiset, lailliset, historialliset, uskonnolliset ja hengelliset tekijät vaikuttavat vuorovaikutuksessa seksuaalisuuteen.

Ihminen voi määrittää seksuaalisuuttaan **seksuaalisella suuntautumisella**, joka kertoo sen keitä kohtaan ihminen tuntee vetovoimaa seksuaalisesti. Seksuaalinen suuntautuminen on jokaisen henkilökohtainen asia ja se on osa ihmisen seksuaalista itsemääräämisoikeutta. Ihminen on oikeutettu itse määrittämään seksuaalisen suuntautumisensa tai jättää määrittelemättä se kokonaan. Kukaan toinen ei voi tehdä sitä toisen puolesta.

Kaikki saavat
määritellä itsensä tai
olla määrittelemättä – ja
muuttaa mielensä.



Sukupuoli on ihmisen moninainen ominaisuus, jonka jokainen kokee eri tavalla. Sen voi esimerkiksi kokea mieheyden, naiseuden tai muun kokemuksen kautta. Moninaisuudella ei viitata vain sukupuolivähemmistöihin, vaan myös heteron seksuaalisuus voi olla moninainen. Valtaosa väestöstä kokee olevansa miehiä tai naisia. Osa kokee olevansa molempia tai kokee heissä olevan hiukan piirteitä molemmista. On myös ihmisiä, joilla on käsitys itsestään, ettei heillä ole sukupuoleen liittyvää määritelmää.



SEKSUAALISEN SUUNTAUTUMISEN monet eri muodot

HETEROSEKSUAALI eli hetero on henkilö, joka tuntee seksuaalista vetoa vain vastakkaisen sukupuolen edustajaa kohtaan. Tämä tarkoittaa siis sitä, että mies ja nainen muodostavat heteroseksuaalisen suhteen, jossa he voivat rakastua tai olla vain seksisuhteessa.

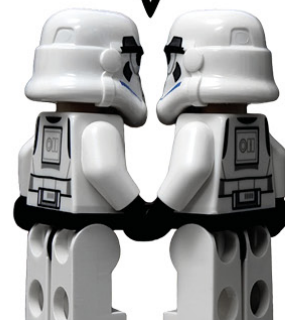
HOMOSEKSUAALI eli homo on mies- tai naispuolinen henkilö, joka on rakastunut tai fyysisesti kiinnostunut oman sukupuolensa edustajasta. Usein puhekielessä homolla voidaan tarkoittaa miespuolista ja lesbolla naispuolista homoseksuaalia.

BISEKSUAALI on henkilö, joka ihastuu ja rakastuu toiseen ihmiseen sukupuolesta riippumatta. Biseksuaaleja ovat luonnollisesti myös ne, jotka tuntevat vain eroottista vetovoimaa sukupuolesta riippumatta.

ASEKSUAALI on henkilö, joka tuntee hyvin vähän tai ei lainkaan seksuaalista vetovoimaa ketään kohtaan sukupuolesta riippumatta. Aivan kuten kenellä tahansa, myös aseksuaalisella henkilöllä on emotionaalisia tunteita ja tarpeita. Hän voi kokea emotionaalista vetovoimaa sukupuolesta riippumatta ja näin olla hetero, homo, lesbo tai bi.



**Ole rohkeasti
sellainen kuin
olet!**



Suojaikäraja, seksuaalinen hyväksikäyttö ja rikosoikeudellinen vastuu

Suomessa suojaikäraja on 16 vuotta. Se määrittää, miksi tietynlainen seksuaalinen käyttäytyminen tietyissä tilanteissa alaikäisten henkilöiden kanssa on lain vastaista. Suojaikäraja on Suomessa määritetty turvaamaan nuorten seksuaali- ja itsemäärämisoikeutta. Alle 16-vuotiaan seksuaalinen kehitys on vielä kesken, jolloin henkilö katsotaan olevan erityisen suojelun tarpeessa. Tarkoitus on pyrkiä vaikuttamaan siihen, ettei aikuinen tai alle 16-vuotiasta huomattavasti vanhempi toinen nuori ryhtyisi seksuaaliseen tekoon tai yhdyntään henkilön kanssa, joka on alle 16 vuotta. Seksuaalisia tekoja voivat olla seksuaaliset ehdotukset, hyväilyseksi tai suuseksi.



- Rikoslain 20. luvussa seurustelusuhteita koskee rajoitussäännös. Sen tarkoitus on olla rankaisematta nuorten yhteisymmärryksessä tapahtuneita seksuaalisia tekoja tai yhdyntää, joissa toinen alle 16-vuotias ja toinen yli 16-vuotias.
- Suojaikäraja ei estä alle 16-vuotiasta seurustelemasta yli 16-vuotiaan kanssa, jos nuoret ovat iältään tai henkisesti ja fyysiseltä kehitykseltään lähellä toisiaan. Mikäli nuorilla on seksuaalisia tekoja tai yhdyntöjä, niin molempien tulee olla halukkaita ja suostuvaisia siihen.
- Suojaikäraja ei myöskään estä kahta alle 16-vuotiasta tekemästä toisilleen seksuaalisia tekoja tai olemasta yhdynnässä keskenään, jos molemmat sitä haluavat, eikä siihen liity painostamista, hyväksikäyttöä tai pakottamista.
- 18 vuoden suojaikäraja suojaa lasta ja nuorta perheensisäiseltä seksuaaliselta hyväksikäytöltä sekä luottamussuhteessa (esim. opettaja, harrasteohjaaja, valmentaja) tapahtuvilta seksuaalisilta teoilta tai yhdynnältä.

Lapsen seksuaalista hyväksikäyttöä on, jos aikuinen on seksuaalisessa kanssakäymisessä alle 16-vuotiaan kanssa, vaikka nuori olisi siihen itse suostunut tai sitä itse ehdottanut. Jos aikuinen on lapselle läheinen, esimerkiksi opettaja tai harrastuksen ohjaaja, on ikäraja 18 vuotta. Tämä koskee sekä live-elämässä tapahtuvaa kanssakäymistä että netissä tapahtuvaa viestittelyä.

Seksuaalinen kanssakäyminen voi tapahtua ilman suostumusta, uhkailun, painostuksen tai väkivallan kautta. Humala, pukeutumisolivalinta tai kehityksellinen vamma ei myöskään vaikuta ihmisen omaan itsemäärämisoikeuteen kieltäytyä seksuaalisen kanssakäymisen eri muodoista. (Rikoslaki 39/1889.)

Rikosoikeudellinen vastuu alkaa kuitenkin jo 15 vuoden iässä. Rikosoikeudellinen vastuu tarkoittaa sitä, että nuori, joka on täyttänyt 15 vuotta voidaan asettaa syytteeseen ja tuomita rikoksesta. Henkilö, joka on alle 15 vuotta, on silti velvollinen korvaamaan aiheuttamansa vahingot, koska Suomen laissa ei ole määritelty alaikäraja, minkä ikäisenä henkilö on vahingonkorvausvelvollinen.

SIMON TARINA

“Huomasin jo 13 vuoden ikäisenä kokevani jonkinlaista kiinnostusta poikia kohtaan. En kuitenkaan halunnut hyväksyä asiaa, vaan seurustelin tyttöjen kanssa. Minulle oli erittäin tärkeää, että kukaan läheisistäni ei saisi vihiä asiasta. Tämä ei ollut minulle vaikeaa, sillä en myöntänyt asiaa edes itselleni. Täysi-ikäiseksi saakka minulla oli lyhyehköjä parisuhteita tyttöjen kanssa, mutta se alkoi tuntua todella väärältä ja lopulta olin vain yksin ja kerroin läheisimmille kavereilteni olevani aseksuaali. Tätä vaihetta jatkui usean vuoden ajan, kunnes minulla alkoi olla paha olla. Lopulta keväällä 2014 sain asian käsiteltyä itseni kanssa. Suurin haaste oli kuitenkin vielä edessä, sillä asiasta oli kerrottava sisaruksille, kavereille, vanhemmille ja isovanhemmille.”

Jatkuu...

“Pelkäsin kuollakseni. Aloitin kertomalla isoveljelleni, joka otti asian erittäin hyvin ja lupasi tukea minua, kun kerron asiasta muille. Olin hämmästynyt, sillä olin varautunut jäämään täysin yksin. Seuraavana oli vuorossa äiti, jolle en kyennyt soittamaan, vaan laitoin hänelle whatsapp-viestin. Näin kun äitini tuli online-tilaan ja luki viestin. Pitkän ajan näin, kun hän kirjoitti viestiä, poisti kirjoittamansa, kirjoitti viestiä ja taas poisti kirjoittamansa. Tätä jatkui usean kymmenen minuutin ajan. Lopulta sain häneltä vastauksen ja pyöräin täristyäni sängyllä puhelinta tuijottaen. Äitini vastaus oli kullan arvoinen. Hän kertoi viestin alun perusteella pelänneensä, että olisin vakavasti sairas, mutta että tämä asia ei muuttaisi mitään, sillä mummoksi häntä ei kuitenkaan vielä saisi tehdä ja sitten, kun aika on, niin varmasti jo adoptiokin onnistuisi. Tämän jälkeen asiasta oli jo helpompi kertoa, sillä tiesin, että minua rakastetaan, vaikka en olekaan “kuten kaikki muut”. Lopulta minulle selvisi, että asian hyväksyminen oli vaikeinta minulle itselleni eikä suinkaan perheelleni, kuten vuosien ajan olin pelännyt. Nyt olen ollut yli 2 vuotta kihloissa miehen kanssa ja olen onnellisempi kuin koskaan.”

**Rakkaus
ei katso
sukupuolta,
uskalla
rakastaa!**



Lisätietoja aiheista löydät:

- MLL
- Seta Ry
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos
- Väestöliitto

Heidi Hämäläinen
Jyri Mäkinen

 **JÄMSÄN TERVEYS**