

MINÄ KEHITYN

Seksuaaliterveyttä edistävä toiminnallinen
tapahtuma 7. luokan pojille

Jonna Jäsberg

Opinnäytetyö, kevät 2015

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Hoitotyön koulutusohjelma

Terveystyön

suuntautumisvaihtoehto

Terveystyöntekijä (AMK)

TIIVISTELMÄ

Jäsberg, Jonna. ”Minä kehityn”. Seksuaaliterveyttä edistävä toiminnallinen tapahtuma 7. luokan pojille. Helsinki, kevät 2015, 52 s., 4 liitettä. Diakonia-ammattikorkeakoulu, hoitotyön koulutusohjelma, terveydenhoitaja (AMK).

Opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella ja toteuttaa toiminnallinen tapahtuma 7. luokan pojille seksuaaliterveyden edistämisestä. Tavoitteena oli parantaa nuorten tietoja seksuaaliterveydestä ja luotettavista seksuaaliterveyden tiedonlähteistä. Toiminnallinen tapahtuma käsitti yksilö- ja ryhmässä oppimista.

Teoriaosuuden toiminnalliselle tapahtumalle muodosti seksuaaliterveyden edistäminen, seksuaalikasvatus ja nuoren fyysinen sekä psyykinen kehittyminen. Teoriasta kävi ilmi, että nuorilla on oikeus ja tarve saada luotettavaa tietoa seksuaaliterveydestä ja seksuaalisuudesta. Muun muassa kouluterveyskyselyn kautta on huomattu, että etenkin pojilla on puutteita seksuaaliterveyden tiedoista.

Yhteisöanalyysin teko toimi pohjana tapahtuman suunnittelulle. Siihen sisältyi tutkittuun tietoon, toimintaympäristöön sekä nuorten käytössä olevaan kirjallisuuteen perehtyminen. Toiminnallinen tapahtuma toteutettiin oppilaiden omassa kouluympäristössä yhtenä tapahtumakertana. Toteutusta edelsi myös tutustumiskäynti luokassa, mikä edisti tapahtuman yksilöllistämistä juuri kyseiselle luokalle. Toiminnallisessa tapahtumassa sosiokonstruktiiviset eli yhteistoiminnalliset työskentelytavat tukivat ohjauksen lisäksi aiheessa pysymistä.

Toiminnallisen tapahtuman arviointi tapahtui kirjallisen ja suullisen palautteen sekä oman arvioinnin kautta. Nuoret arvioivat kirjallisesti ja tapahtumassa mukana olleet aikuiset suullisesti. Avoimiin kysymyksiin vastaaminen oli nuorilta vähäsanaista. Arvioinnista kävi kuitenkin ilmi, että toiminnallinen tapahtuma oli suurimmaksi osaksi kiinnostava ja hyödyllinen. Tapahtuman tavoite edistää luotettavien tiedonlähteiden käyttöä ja oppiminen seksuaaliterveydestä saavutettiin, koska nuoret toimivat tehtävänantojen mukaisesti. Eniten oppilaita kiinnosti Väestöliiton internetpeli Superori, joka sisälsi väittämiä ja vastauksia seksuaaliterveydestä.

Johtopäätöksenä toiminnallisesta tapahtumasta on se, että poikia kiinnostaa ja heillä on tarve tietää seksuaaliterveydestä ja seksuaalisuudesta. Tapahtumasta nousi esille nuorien kiinnostus peleihin. Oppimista tuki oppilaita kiinnostava opetustapa.

Asiasanat: seksuaaliterveyden edistäminen, seksuaalikasvatus, nuoren fyysinen ja psyykinen kehitys, toiminnallinen opinnäytetyö

ABSTRACT

Jäsberg, Jonna. "I am developing". Promoting sexual health. A functional thesis for 7th grade boys. 52 p., 4 appendices. Language: Finnish. Helsinki, Spring 2015.

Diaconia University of Applied Sciences. Degree program in Nursing, Option in health care. Degree: Public Health Nurse.

The aim of the study was to design and execute a functional event for 7th grade boys about sexual health promotion. The aim was to improve young people's knowledge about sexual health and sexual health information from reliable sources. The functional event consisted of individual and group learning.

The theoretical part of the functional event was formed from promotion of sexual health, sex education and the physical and mental development of the youth. The theory showed that young people have the right and the need to learn reliable information about sexual health and sexuality. Through the school health survey it has been noted that, especially boys, have shortcomings in sexual health information.

Community analysis served as the basis for planning the event. This included evidence-based data, the operating environment as well as the literature the school uses. The functional event took place at the students' school environment in one occasion. The event was preceded by a visit to the class, which promoted individualization just for that group. The social constructive or co-operative work supported staying in the topic as well as guidance.

The functional event was evaluated by written and oral feedback and by the author's assessment. The evaluation revealed that the functional event was for the most part interesting and useful. The aims of the event were to promote the use of reliable sources of information and learning about sexual health was achieved, as young people acted in accordance with the assignments. Most students were interested in an internet game from the Family Federation of Finland called Superori containing statements and responses to sexual health.

Key words: promoting sexual health, sexual education, the physical and mental development of the youth, functional thesis

SISÄLLYS

| | |
|---|----|
| 1 JOHDANTO | 6 |
| 2 NUORTEN SEKSUAALITERVEYS..... | 8 |
| 2.1 Seksuaali- ja lisääntymisterveys..... | 8 |
| 2.2. Nuoren seksuaaliterveyden edistäminen..... | 11 |
| 2.3 Nuorten tietämys sukupuolitaudeista ja ehkäisystä | 13 |
| 3 KOULUN ROOLI SEKSUAALITERVEYDEN EDISTÄJÄNÄ | 15 |
| 3.1 Seksuaalikasvatus kouluissa..... | 15 |
| 3.2 Kouluterveydenhuolto seksuaaliterveyden edistäjänä | 19 |
| 4 NUORTEN FYYSINEN JA PSYKKINEN KEHITTYMINEN..... | 21 |
| 4.1 Murrosikä..... | 21 |
| 4.2 Itsetunto..... | 24 |
| 4.3 Minäkuva | 26 |
| 5 TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ..... | 27 |
| 5.1 Toimintaympäristö | 28 |
| 5.2 Nuorten ryhmänohjaus toiminnallisessa opinnäytetyössä | 29 |
| 6 SEKSUAALITERVEYTTÄ EDISTÄVÄ TAPAHTUMA | 31 |
| 6.1 Toiminnallisen tapahtuman tavoitteet ja suunnitelma | 31 |
| 6.2 Tapahtuman toteutuminen..... | 33 |
| 6.3 Tapahtuman arviointi ja eettisyys | 35 |
| 7 POHDINTA | 40 |
| 7.1 Oma ammatillinen kasvu | 41 |
| 7.2 Tapahtuman kehittämisideoita..... | 43 |
| LÄHTEET | 45 |
| LIITE 1 Toiminnallinen tapahtuma taulukkona | 49 |

| | |
|----------------------------|----|
| LIITE 2 Trivia..... | 50 |
| LIITE 3 Tuotokset..... | 51 |
| LIITE 4 Palautelomake..... | 52 |

1 JOHDANTO

Terveydenhoitaja kohtaa työssään ihmisiä, joiden kanssa keskustellaan luontevasti elämään ja seksuaalisuuteen liittyvistä asioista. Seksuaalisuus on tärkeä osa ihmistä ja siitä pitäisi voida keskustella terveydenhuollon ammattilaisten kanssa avoimesti. Haluan suuntautua työssäni etenkin nuoriin ja siksi olen valinnut kohderyhmäkseni murrosikäiset nuoret. Heillä on suuri tarve saada luotettavaa tietoa, sillä median määrä nuorten päivittäisessä elämässä on viime vuosien aikana lisääntynyt. Medialukutaitoa eli kykyä olla kriittinen luettua tietoa kohtaan tulisi opettaa jo varhaisessa vaiheessa. Nuori tarvitsee luotettavaa tietoa ja tukea sekä seksuaaliterveydestä että seksuaalisuudesta lapsuudesta vanhuuteen.

Seksuaaliterveys on käsitteenä laaja ja se voidaan määritellä monin eri tavoin. Se on osa ihmistä ja identiteettiä ja kehittyy lapsuudesta lähtien aina vanhuuteen. Yksilön hyvinvointi läpi elämän on liitoksissa muun muassa seksuaaliterveyteen. (Bildjuschkin & Ruuhilahti 2010, 19–20.) Terveydenhoitajan työ on terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä ja niiden keinojen kehittämistä. Se on toisen huomioon ottamista ja arvioimista yksilöllisesti hänen tarpeistaan lähtien. On huomioitava, että yksilön elinympäristö, kulttuuri, arvot ja asenteet vaikuttavat kykyyn ja halukkuuteen edistää omaa terveyttä. (Suomen Terveydenhoitajaliitto 2008, 6.)

Seksuaaliterveyden edistäminen on osa opetushallituksen määrittelemän opetussuunnitelman mukaista terveystietoon kuuluvaa identiteetin, minäkuvan, itsetuntemuksen ja seksuaalisen kehityksen kokonaisvaltaista ymmärtämistä. Opetussuunnitelman mukaan perehdytään myös seksuaaliterveyden eri osa-alueisiin ja seksuaalisen kehityksen monimuotoisuuteen. (Opetushallitus 2014, 461.) Uusi opetussuunnitelma otetaan porrastetusti käyttöön vuodesta 2016

eteenpäin. Yhteistyötahoni on aktiivisesti ottanut seksuaaliterveyden edistämistä aiheena jo esille muun muassa teemaviikoin.

Kouluterveyskyselyjen mukaan peruskouluikäisten tiedot seksuaaliterveydestä ovat vaihdelleet, mutta viimeisimmän kouluterveyskyselyn mukaan tiedot olivat heikentyneet. Poikien tiedot tyttöihin verrattuna ovat aina olleet jonkin verran huonompia. (Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos 2015a.) Ilmiö viittaisi tarpeeseen lisätä varsinkin poikien tietämystä aiheesta.

Seksuaaliterveyden edistämisestä on aiemminkin tehty toiminnallisia opinnäyteitä erilaisin näkökulmin ja toteutustavoin. Tutkimuksia seksuaaliterveydestä ja murrosiän kehityksestä tehdään säännöllisin väliajoin. Näitä ovat muun muassa kouluterveyskysely ja kouluterveydenhuollon tarkastukset. Näiden tutkimusten tarkoituksena on kartoittaa ja edistää nuorten yleistä hyvinvointia, kehitystä ja tietoa seksuaaliterveydestä. (Terho 2002, 21; Tervaskanto-Mäentausta 2015, 281–287 .)

Toiminnallisen opinnäytetyöni teen Pohjois-Haagan yhteiskoulun yläasteen teemaviikolle, joka käsittelee seksuaaliterveyttä. Opinnäytetyöni tarkoitus on suunnitella ja toteuttaa toiminnallinen tapahtuma. Opinnäytetyöni tavoite on parantaa nuorten tietoja seksuaaliterveydestä ja luotettavista tiedonlähteistä seksuaaliterveyteen ja seksuaalisuuteen liittyen. Tapahtuma käsittää yksilö- ja ryhmässä oppimista.

Tulevissa kappaleissa tulen avaamaan nuorten seksuaaliterveyteen, fyysiseen ja psyykkiseen kehitykseen ja seksuaaliterveyttä edistävän tapahtuman ideointiin sekä toteutukseen liittyviä asioita. Lopuksi pohdin opinnäytetyön hyötyä nuorille ja omalle ammatilliselle kasvulleni.

2 NUORTEN SEKSUAALITERVEYS

Seuraavissa kappaleissa tulen avaamaan työssäni käyttämiä käsitteitä, jotka luovat teoriapohjan opinnäytetyölleni. Tässä kappaleessa ne ovat seksuaali- ja lisääntymisterveys, seksuaaliterveyden edistäminen ja nuorten tietämystä sukupuolitaudeista.

2.1 Seksuaali- ja lisääntymisterveys

Kuntien on toimittava terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi ja järjestettävä niihin liittyviä palveluita tasa-arvoisesti. Seksuaaliterveyden edistämiseen sisältyvät palvelut kuuluvat yhtenä osana näihin. (Terveystalolaki 2010/1326.)

Palveluiden tarkoitus on korostaa hyvinvoinnin edistämistä yksilötasolta lähtien yhteisön hyvinvoinnin ylläpitämiseksi ja terveyden edistämiseksi. Seksuaaliterveyden edistäminen kuuluu siis yhtenä osana kuntien toimintasuunnitelmaan lisätä yhteisön hyvinvointia. (Bildjuschkin & Ruuhilahti 2010, 19–20.)

Seksuaaliterveyden edistäminen on moniulotteista toimintaa, joka kattaa niin sosiaali- kuin terveysalan. Seksuaaliterveys osana yksilöä vaikuttaa vahvasti yksilön hyvinvointiin. Yksilön kannalta kunnan tavoitteellinen toiminta pyrkii turvaamaan riittävät seksuaaliterveyteen liittyvät tiedot ja neuvonnan sekä järjestämään yksilön tarpeiden mukaiset palvelut tasavertaisesti. (Ryttyläinen & Valkama 2010, 21–23.)

Tässä opinnäytetyössä seksuaaliterveyden määritelmä on moninainen. Koska se on laaja käsite, olen nostanut esiin määritelmiä, jotka kuvaavat seksuaaliterveyttä nuoren kehitystä ajatellen. Liisa Kettunen (2001, 49–52) määrittelee seksuaalisen terveyden yksilön kyvyksi nauttia seksuaalisuudestaan silloin, kun siitä ei ole muille tai yksilölle itselleen haittaa. Nuoren saama luotettava tieto seksuaalisuudesta, edistää yksilön omaa arviointikykyä. Suomalaisen tutkijan

Osmo Kontulan mukaan järjen, tunteiden ja biologian yhteissumma on seksuaalisuus (Kettunen 2001, 51). Järki on harkintakykyä, jonka avulla tehdään päätöksiä seksuaalisen toiminnan suhteen. Tunteiden avulla kehittyy ihastumisen tunne, rakastuminen, pettymys ja sitoutuminen. Biologia puolestaan ajaa tarvetta lisääntyä. (Orkovaara yms. 2004, 72.) Seksuaalisuus on siis monen eri asian summa. Se on osa ihmistä ja identiteettiä, joka kulkee mukana lapsuudesta vanhuuteen.

Yhden määritelmän mukaan seksuaaliterveyteen kuuluu myös itsestä huolehtiminen sekä vastavuoroisen läheisyyden hakeminen ja siitä nauttiminen. Se, miten ihminen kohtelee itseään ja muita ei kuulu vain uskonnolliseen taustaan vaan myös seksuaalisuuteen. Seksuaaliterveyteen kuuluu näiden lisäksi olennaisesti seksuaalinen minäkuva. Se muodostuu sen mukaan, kuinka yksilö kokee itsensä, mitä hän pitää tärkeänä seksuaalisuudessa, ja miten hän ilmaisee seksuaalisuuttaan. (Kannas, Eskola, Räsänen & Mustajoki 2005, 172–174.)

Seksuaalietiikka on puolestaan jokaisen yksilön oma käsitys ja suhtautuminen seksuaalimoraalisiin kysymyksiin ja kuuluu omalta osaltaan seksuaaliterveyteen. Omat arvot, uskonto ja asenteet liittyvät vahvasti muodostuviin seksuaalietisiin periaatteisiin. Yksilön uskonto voi vaikuttaa käsityksiin seksuaalisuudesta. Liberaali käsitys seksuaalietiikasta tavoittelee neutraaliutta ja sen mukaan eettisyys on omien tekojen arviointia. Tärkein eettisyyden mittari, oli kyseessä uskonnollinen tai liberaali näkemys, on yksilön vapaaehtoinen suostumus. (Kannas ym. 2010, 150–151.)

Median kaupallisuuden ja yleisesti seksuaalisuuden jatkuvan läsnäolon lisäksi, seksistä on tullut arki-päivää nuorten maailmassa. Seksuaalisuuden kaupallistuksessa myös seksuaalinen käyttäytyminen on vapautunut. Nyky-yhteiskunnan kulttuuri on siis seksualisoitunut ja johtanut siihen, että fyysiseltä ja psyykkiseltä kehitykseltään yhä nuoremmat saattavat aloittaa seksuaalisuhteet. (Näre 2006, 69–71.)

Pornon vaikutus näkyy poikien seksuaaliterveystiedoissa. Nuoret miehet kertovat katsoneen jo kymmenvuotiaina pornoa. Kouluissa he kokevat, että eivät tarvitse koulun terveystiedon opetuksia, koska he tietävät jo kaiken. Tiedonlähteen laajuus on siis tämän perusteella suppea. Tämän tietämyksen lisäksi he voivat kuitenkin ahdistua ja tulla riippuvaisiksi jatkuvasta kiihotuksesta myöhemmällä iällä ja markkinointi käyttää tätä riippuvuutta hyväkseen. Pornon kautta todellisuus voi hämärtyä ja vaikuttaa myöhempiin seurustelusuhteisiin negatiivisesti. (Cacciatore & Koiso-Kanttila 2010, 180–181.) Erään vain poikia koskeneen tutkimuksen mukaan, pornoa katsotaan muun muassa sieltä saatujen seksitietojen vuoksi (Anttila 2012, 75).

Tasa-arvon ja lisääntymisterveyden kehittäminen ovat osa YK:n kansainvälistä vuosituhatprojektia. Sen tavoitteena on muun muassa edistää etenkin naisten asemaa ja oikeuksia omaan kehoon, mutta myös tuoda terveystalvet tavoitettaviksi kaikille. Lasten oikeuksien sopimuksella vuodelta 1989 on suora yhteys lisääntymisterveyteen. Tämän sopimuksen on tarkoitus oikeuttaa nuoret tasa-arvaisesti muun muassa terveystietoon ja -palveluihin. (Väestöliitto 2005, 19–28.) Suomessa terveystalvet antaa nuorille ehkäisy- ja perhesuunnittelu-neuvola, joiden tavoitteena on edistää seksuaaliterveyttä ja antaa tietoa lisääntymisterveydestä koulun, kouluterveydenhuollon ja kodin ohella (Nummelin 2000, 23).

Lisääntymisterveys on seksuaaliterveyttä ja usein liitoksissa sukupuolielimiin, hedelmällisyyteen sekä sairauksiin. Lisääntymisterveyden tiedon lisääminen naisten kohdalla on tärkeä asia, mutta myös miesten tiedon lisäämiseen on tällä vuosituhatannella kiinnitetty huomiota. On todettu, että nuoret miehet tarvitsevat ja haluavat neuvontaa omaan seksuaaliseen kehitykseen liittyvissä asioissa. (Kosunen 2006, 24–25.) Seksuaalisuuteen ja seksuaaliterveyden ylläpitoon tulisi olla saatavilla talvet ja neuvontaa läpi elämän. Vaikka fyysinen kehitys päättyy ja hormonitoiminta rauhoittuu nuoruuden jälkeen, seksuaalisuus jatkaa kehittymistä. (Pötsönen 2003, 101.)

2.2. Nuoren seksuaaliterveyden edistäminen

Kouluterveyskyselyn (2000/2001–2013) mukaan peruskouluikäisten poikien tietämys on viime vuosien aikana noussut muun muassa ehkäisystä, raskaaksi tulosta ja sukupuolitaudeista. Tosin viimeisimmän, vuonna 2013 tehdyn kyselyn tuloksista ilmenee pieni notkahdus tyttöjen ja poikien tietämyksessä. Hieman alle puolet peruskoululaisista koki ajanvarauksen terveydenhoitajalle seksuaaliterveyteen liittyvissä asioissa melko helpoksi, mutta kolmasosasta vastaajista se tuntui melko vaikealta. Noin joka kolmas kouluterveyskyselyyn vastanneista koki vanhemmilleen puhumisen seksuaalisuuteen liittyvistä melko vaikeaksi. Vain alle kolmannes tytöistä ja pojista koki vanhempien kanssa keskustelun asiasta melko helpoksi. (Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos 2015a.) Tietämyksen notkahdus ja asioiden puheeksi ottamisen vaikeus tukee seksuaaliterveyteen liittyvän opetuksen tarvetta peruskouluissa.

Kouluterveyskyselyn mukaan noin joka viides peruskouluikäisistä, yhdynnässä olleista, pojista ilmoitti, että ei ollut käyttänyt minkäänlaista ehkäisyä viimeisimmässä yhdynnässä, tytöistä harvempi. Pojilla tämä luku oli aavistuksen noussut ja tytöillä laskenut. Kuitenkin lähes kaikki vastaajat olivat sitä mieltä, että kondomin käytön ehdottaminen tai vaatiminen tyttö- tai poikaystävältä on melko tai erittäin helppoa. Tyttöjen mielestä kondomien hankkiminen oli poikia vaikeampaa ja se oli yleisimmin käytetty ehkäisyväline. (Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos 2015a.) Ehkäisystä puhuminen ja sen käyttäminen voi vähentää seksuaalista riskikäyttäytymistä eli seksiä ilman kondomia ja sukupuolitautilien leviämistä nuorten keskuudessa.

Seksuaalinen riskikäyttäytyminen eli suojaamaton seksi on lisääntynyt nuorten keskuudessa, vaikka heillä on tietoa ehkäisystä ja sukupuolitaudeista. Eniten seksiin liittyviä kokemuksia on yleensä varhain kypsyneillä. Toisaalta alkoholin käytön aloittaminen on todettu huomattavammaksi sukupuolikokemusten läh-

teeksi kuin sukupuolinen kehittyminen. Sukupuolikokemukset ajoittuvat keskimäärin murrosiän keskivaiheille eli 14–16-vuotiaiden kohdalle, ja ne tapahtuvat askeleittain suutelemisesta yhdyntään. (Aalberg & Siimes 2007, 292–293.)

Erään pelkästään 13–17 -vuotiaille pojille suunnatun tutkimuksen, mukaan seurustelusuhhteessa seksi ei ole läheskään niin tärkeä elementti kuin on ajateltu (Anttila 2012, 67). Iso osa nuorista kertoo aloittavansa sukupuolielämän yli 16-vuotiaana. Peruskoululaiset ovat kyselyjen perusteella yleisesti myös sitä mieltä, että heillä ei ole riittäviä tietoja seksuaaliterveydestä. (Tervaskanto-Mäentausta 2015, 284–285.) Riittävät tiedot seksuaaliterveydestä vähentävät seksuaalista riskikäyttäytymistä. Peruskoululaisten mielipidettä ja käyttäytymistä kuunnellen on selvää, että he tarvitsevat lisää opetusta aiheesta.

Väestökyselyn avulla on selvitetty, että nuoret paitsi viihtyvät internetissä, mutta myös todennäköisesti keskustelevat seksuaalisuudesta ja seksistä siellä. Useimmiten näistä asioista kuitenkin keskusteltiin vielä reaaliaikaisesti jonkun kaverin kanssa. Tyttöillä on todettu olevan enemmän ihmisiä joiden kanssa keskustella murrosikään, kasvuun ja kehitykseen liittyvistä asioista kuin pojilla. Sosioekonomisten tekijöiden on myös huomattu vaikuttavan nuorten tietoihin seksuaaliterveydestä. Etenkin maahanmuuttajataustaisten käsitykset omista tiedoistaan eivät usein vastaa peruskoulun opetussuunnitelman tavoitteita. Syntymäpaikastaan tai taustastaan huolimatta poikien tiedot ovat tyttöjä huonommat. (Klemetti & Raussi-Lehto 2014, 28–31.)

Vuorovaikutustaitojen kehittyminen on olennaista myös seksuaaliterveyden kannalta. Turvallinen ja vastuullinen seksuaalikäyttäytyminen vähentää hyväksikäytön riskiä sekä edistää kaikissa ihmissuhteissa toimimista. Yksilön seksuaaliterveyttä edistää toimiminen omien arvojen mukaisesti ja omien toiveiden ilmaisu. Kyky toimia vuorovaikutuksessa edistää omien toiveiden ilmaisua. Seksuaaliterveyden edistämisen kannalta on tärkeää saada siihen liittyviä palveluita ja opetusta, tasa-arvoisesti ja kunnioittavasti, ikätasoon sopivalla tavalla. (Ryttyläinen & Valkama, 2010, 23.)

Maailman terveysjärjestön (WHO:n) mukaan epävirallinen ja virallinen seksuaalikasvatus täydentävät nuoren ymmärrystä omasta kehityksestään kokonaisvaltaisena yksilönä. Epävirallinen kasvatus tapahtuu kotona ja sosiaalisissa tilanteissa, virallinen kasvatus seksuaaliterveyden ja kehityksen ymmärtämiseen kouluissa ja terveydenhuollon palveluissa. Kasvatusta seksuaaliterveyteen tapahtuu siis useista eri lähteistä. Seksuaaliterveyden edistäminen kuuluu yhtenä osana myös ihmisoikeuksiin. Jo Yhdistyneiden kansakuntien (YK) sopimuksessa lapsen oikeuksista vuodelta 1989 oikeuttaa lapset ja nuoret saamaan tietoa seksuaalisuudesta, seksuaaliterveydestä ja omista oikeuksistaan näissä asioissa. (Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos 2010, 7–22.) Seksuaaliterveyden opetuksen aloittaminen varhain ei ole lisännyt seksisuhteiden aloituskäyttäytymistä vaan se lisää tietoisuutta ja sitä kautta voi jopa siirtää seksuaalisten suhteiden aloitusta (Klemetti & Raussi-Lehto 2014, 46).

2.3 Nuorten tietämys sukupuolitaudeista ja ehkäisystä

Nuoret tietävät sukupuolitaudeista ja ehkäisystä suhteellisen hyvin. Ehkäisyn käyttämättä jättäminen on kuitenkin valitettavan yleistä. Murrosikään kuuluu, että nuori ei ajattele tekojensa seurauksia pitkällä aikavälillä. Riskien ottaminen on myös yleistä murrosiässä. Seksuaalinen riskikäyttäytyminen voi olla myös merkki nuoren huonosta itsetunnosta ja masennuksesta. (Kaltiala-Heino 2004, 65.) Tasa-arvoisuuden kasvaessa nuorten seksuaalinen riskikäyttäytyminen eli yhdynnät ilman ehkäisyä ovat lisääntyneet. Se on myös nostanut sukupuoliteitse tarttuvien tautien lukumäärää jonkin verran. (Pötsönen 2003, 106–110.)

Klamydia on ilmoitetuista sukupuoliteitse tarttuvista taudeista yleisin ja yli puolet tartunnan saaneista on alle 25-vuotiaita (Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos 2015b). Viime vuosina tartunnan saaneiden lukumäärä Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiirin alueella on ollut nousussa (Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos 2015c).

Pojille tulisi opettaa, että heillä on oikeus käyttää kondomia, vaikka kumppani ei sitä haluaisikaan. Kondomi on ainoa keino ehkäistä sukupuolitauteja, mutta niiden ostaminen tuntuu olevan edelleen kynnykskysymys. Vanhempien tulisi rohkaista poikia käyttämään kondomia esimerkiksi ostamalla niitä kotiin huomiota herättämättä. Kondomin käyttöä on myös hyvä harjoitella ennen varsinaista yhdyntää. Käyttämättä jättäminen voi johtaa raskauteen, eikä pojilla ole vaikutusvaltaa abortti- tai raskauden jatkamispäätökseen. (Cacciatore & Koiso-Kanttila 2010, 174–175.)

Kouluterveyskyselystä viimeisen kymmenen vuoden ajalta selviää peruskouluikäisten tyttöjen ja poikien tietotason eroavaisuus. Tytöt tietävät sukupuolitauteihin liittyviä asioita paremmin kuin pojat. Murrosikäiset tytöt myös keskustelvat kouluterveydenhoitajan kanssa helpommin ehkäisyyn ja muihin sukupuoliasioihin liittyen kuin pojat. Joka viides kyselyyn vastanneista peruskoulun pojista piti ”Ehkäisyvälineistä vain kondomi suojaa sukupuolitaudeilta” – väittämää vääränä. Lukio- ja ammattioppilaitosikäiset pojat tiesivät asioista jo paremmin. (Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos 2015a.)

Nuoren saama seksuaaliterveystieto on usein peräisin ystäviltä tai vanhemmilta (Aalberg & Siimes 2007, 203). Tämän epävirallisen tiedonlähteen ja virallisen tiedonlähteen, välinen mahdollinen eroavaisuus voi aiheuttaa nuorella epävarmuutta ja epätietoisuutta. Seksuaalikasvatusta tarvitaan siis selvästi lisää peruskouluihin, jotta poikien tietotaso saataisiin samalle tasolle kuin tyttöillä ja molempien seksuaaliterveyttä edistettyä. Uuden opetussuunnitelman käyttöönoton jälkeen voidaan mitata terveystiedon opetuksen vaikutusta seksuaaliterveyden edistymiseen peruskouluikäisillä nuorilla esimerkiksi kouluterveyskyselyn avulla.

3 KOULUN ROOLI SEKSUAALITERVEYDEN EDISTÄJÄNÄ

Terveystieto kuuluu yläasteella omana oppiaineenaan opetussuunnitelmaan. Sitä tulisi opettaa terveystiedon ainekelpoisuuden saanut henkilö, osalla opettajista on aiheesta vain lisäkoulutus. Opetuksen dialogisuus sekä toiminnallisuus tukevat seksuaaliterveydestä oppimista. Seksuaaliterveyden opetuksen tavoitteena on nuorten jo olemassa olevien tietojen ja asenteiden kehittäminen. Mediakasvatus eli tiedonlähteiden luotettavuuden kriittinen arviointi kuuluu yhtenä osana seksuaaliopetukseen. (Klemetti & Raussi-Lehto 2014, 39–40.)

3.1 Seksuaalikasvatus kouluissa

Terveystieto oppiaineena oli pois opetussuunnitelmasta 1990-luvulla. Se oli ainoastaan integroituna muihin aineisiin, kuten biologiaan tai liikuntaan. Tästä aiheutui se, ettei asioita käyty kouluissa systemaattisesti läpi ja eritasoisuus lisääntyi. Vuonna 2001 terveystieto saatiin takaisin perusopetuksen opetussuunnitelmaan. (Viitala 2002, 2.) Terveystiedon palauttaminen oppiaineeksi lisäsi myös seksuaalikasvatuksen tuntimäärää (Kontula & Meriläinen 2007, 124).

Seksuaalikasvatukseen on lisätty vuosituhaten vaihteessa eniten opetusta seksistä mediassa, seksuaalisesta ahdistelusta ja lasten seksuaalisuudesta. Lisäntymisbiologia on siirtynyt seitsemännelle luokalle ja kahdeksannelta luokalta eteenpäin opetetaan seksuaalisesta kanssakäymisestä, sukupuolitaudeista ja ehkäisystä. Oppilaiden tiedot eivät ole lisääntyneet suhteessa tuntimäärään. On mahdollista, että oppimateriaalien laatu on vaikuttanut omalta osaltaan oppilaiden terveystietojen heikkouteen. (Kontula & Meriläinen 2007, 124–125.)

Uuden opetussuunnitelman mukaan seksuaalikasvatus on ollut ja on edelleen osa terveystiedon opetuksen tavoitteita peruskouluissa. Pyrkimys on lisätä nuoren yleistä näkemystä omasta itsestään, kehittymisen eri vaiheista, seksuaaliterveydestä ja seksuaalisesta monimuotoisuudesta. (Opetushallitus 2014, 461.) Seksuaalikasvatukseen kuuluvat seksuaalivalistus, -opetus ja -neuvonta. Seksuaaliopetus ja -neuvonta kuuluvat kouluympäristöön. Niiden tulee perustua tutkittuun tietoon, lisätä suvaitsevaisuutta ja vastata nuorten kysymyksiin asiallisesti. Seksuaalivalistus on puolestaan yhteiskunnallisempaa toimintaa. (Bildjuschkin & Ruuhilahti 2008, 16–17.) Koulun merkitys terveystiedon lähteenä kasvaa jatkuvasti. Opetus poikien näkökulmasta katsottuna näyttäisi myös lisänneen heidän kiinnostusta aiheesta. (Cacciatore & Koiso-Kanttila 2010, 171.)

Opetuksessa tulee lähtökohtana huomioida suvaitsevaisuus. Kommunikaatio-aidot eli vuorovaikutus toisten ihmisten kanssa on myös osa seksuaalikasvatusta. (Klemetti & Raussi-Lehto 2014, 46–47.) Muun muassa minäkuvasta ja identiteetistä keskusteleminen nuorten kanssa voivat lisätä suvaitsevaisuutta ja tietoisuutta omasta itsestä ja muista. Näiden oppiminen voivat kasvattaa itseluottamusta ja hyvää oloa itsestä.

Tavanomainen biologian opetus ei ole juurikaan keskittynyt poikien kehitykseen. Ajatus, että pojat osaavat luonnostaan, on ollut vallalla. Ajanmukaista tietoa läheisyydestä, siemensyöksyistä tai turvallisuudesta ei ollut tarjolla kouluissa. Terveystieto ja uusi opetussuunnitelma tuovat luultavasti tasapainoisemman oppimisen. Pojat tarvitsevat tietoa seksuaaliterveydestä yhtä paljon kuin tytötkin. (Cacciatore & Koiso-Kanttila 2010, 181–182.) Opetustapojen muuttaminen nuoria kiinnostavimmiksi tekee myös oppimisesta innostavampaa.

Seksuaaliopetuksen kannalta sosiokonstruktiiviset opetusmenetelmät eli yhteistoiminnalliset toimintatavat, joissa oppilas otetaan mukaan prosessiin, ovat tulosiltaan parempia. Yleisin opetusmenetelmä on ollut tavallinen luokkaopetus, toiseksi yleisin yhteinen keskustelu aiheesta. (Kauppila 2007, 155.) Toiminnallisessa opinnäytetyössäni halusin hyödyntää sosiokonstruktiivista oppimiskäsi-

tystä ja poiketa tavallisesta luokkaopetusmetodista, jotta tiedonvälitys ja oppiminen onnistuisivat paremmin.

Monet nuoret ovat sitä mieltä, että heillä on riittävästi tietoa seksuaalisuuteen liittyvistä asioista, mutta samalla he eivät koe saavansa tarpeeksi tietoa asiasta koulusta. Kodin tehtävä, koulun ohella, olisi keskustella seksuaalisuuteen ja kehitykseen liittyvistä asioista, mutta vain harva nuori pystyy puhumaan tai osaa puhua näistä kotona. Syyksi usein koetaan, että vanhemmat ovat liian läheisiä, jotta näistä asioista voisi keskustella avoimesti. (Nummelin 2000, 18–28, 38–39.) Erään vain pojille suunnatun tutkimuksen perusteella pojat eivät edes halua saada tietoa seksistä ja seurustelusta aikuiselta sukulaiselta tai tutulta (Anttila 2012, 80).

Osa aikuisista kokee, että he eivät ole saaneet riittävästi tai asiallista seksuaalikasvatusta nuoruudessa. Tästä syystä he eivät välttämättä osaa sitä antaa. Nuoren virheratkaisujen välttämiseksi, kuten seksuaalinen riskikäyttäytyminen, vanhempienkin olisi hyvä ottaa selvää, miten nuoren kehitystä voisi vahvistaa. (Cacciatore & Koiso-Kanttila 2010, 169.)

Erään aikuisiin kohdistuneen tutkimuksen mukaan miehet ovat usein kokeneet saaneensa seksuaalikasvatuksensa ystäviltä, kirjoista ja lehdistä. Nämä julkaisut olivat yleensä pornografisia tai seksioppaita. Naiset puolestaan kokivat saaneensa tietoa koulun seksuaalikasvatuksesta sekä kotoa moraalikasvatuksen kautta. Molemmat kuitenkin muistelivat saaneensa kokemusperäistä tietoa ikäryhmältään. (Haavio-Mannila, Kontula & Rotkirch 2002, 37–38.) Viitaten myös aiempaan kappaleeseen WHO:n epävirallisesta ja virallisesta seksuaalikasvatuksesta, epävirallisella tiedonlähteellä ei siis välttämättä ole ajanmukaisinta tietoa asioista. Tästä syystä koulujen tulisikin panostaa enemmän ajanmukaiseen ja tasavertaiseen tiedon antoon, huomioiden asiallisesti myös seksuaalisen monimuotoisuuden opetuksessa.

Sukupuoli ja seksuaalisuus ovat kouluissa osa arkipäivää. Tytöiltä odotetaan edelleen tietynlaista käytöstä, pojilta toisenlaista. Heteronormatiivisuus eli oletus kahdesta eri sukupuolesta ja heteroseksuaalisesta suuntautumisesta ovat olleet vahvasti esillä oppikirjoissa ja arkisissa käytännöissä. Seksuaalikasvatuksen haasteet ovat usein koulujen heteronormatiivisessa opetuksessa. Oppikirjat esittelevät tietyn tyyppistä sukupuoleen ja seksuaalisuuteen liittyvää teemaa. Opetuksessa tulisi pyrkiä tasavertaisuuteen ja suvaitsevaisuuteen seksuaalisuuden ja sukupuolen moninaisuutta kohtaan. (Lehtonen 2006, 53–56.) Asioista puhuminen myönteiseen sävyyn edistää nuoren tietämystä muun muassa moninaisista perheistä ja suhteista (Frantti-Malinen 2004, 104–105).

Yhteistyötahon käyttämä oppikirja, Terveystiedon Syke 7–9, terveystiedossa antaa tasavertaisen kuvan pojille ja tytöille seksuaalisuudesta ja -terveydestä. Sen osio seksuaaliterveydestä käsittelee laajasti, mutta samalla tiivistetysti aiheet murrosiän tunteista aina sukupuolitauteihin. Osion kappaleissa käsitellään muun muassa seksuaalisuutta, sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuutta, oikeutta omaan kehoon ja tunteisiin. Seurustelu, seksi, ehkäisy ja sukupuolitaudit käydään asiallisesti läpi. Se muistuttaa, että kaikki kehittyvät yksilöllisesti eikä nuorella tulisi olla minkään kokemukselliseen asiaan kiire. Tekstin, kuvien ja tehtäväkirjan kysymysten avulla nuoren tulisi saada hyvä tieto terveellisestä seksuaalisesta käyttäytymisestä ja seksistä. Oppikirja on siis käytössä koko yläasteen ja siinä käsitellään osioittain aiheet terveestä elämästä, kasvusta ja kehityksestä aina selviytymiseen. (Lehtinen, Lehtinen & Soisalo, 2013.) Nuorten yksilöllinen kehitys vaikuttaa kiinnostuneisuuteen seksuaaliterveydestä. Kolmi-vuotinen oppikirja antaa mahdollisuuden tutkia sitä pidemmälle kuin mitä oppitunneilla ollaan sillä hetkellä ja sitä kautta edistää yksilöllistä oppimista ja kehitystä.

3.2 Kouluterveydenhuolto seksuaaliterveyden edistäjänä

Seksuaalisuuteen liittyvien kysymysten monimuotoisuuden vuoksi koko kouluterveydenhuollolla on tärkeä merkitys terveys- ja seksuaalikasvatuksen suunnittelussa ja toteutuksessa (Sosiaali- ja terveysministeriö 2007, 31). Kouluterveydenhuoltoon kuuluu kouluterveydenhoitajan lisäksi koululääkäri, kuraattori ja psykologi. Terveystiedon seksuaalikasvatusta suunnitellessa sen tavoitteissa on otettava huomioon sisältö eri ikäkausille. Sisällöllisesti oppilaan tulisi ymmärtää sekä terveyden että seksuaaliterveyden merkitys oman elämän kannalta, terveelliset elämäntavat ja vastuu omasta itsestä. (Terho 2002, 21.) Tätä edellä mainittua sisältöä voidaan kutsua myös terveydenlukutaidoksi. Kouluterveydenhoitajan yksilötasoiset menetelmät, kuten terveyskeskustelu ja ohjaaminen tukevat terveystiedon opetusta ja kehittävät nuoren terveydenlukutaitoa. (Tervaskanto-Mäentausta 2015, 293.)

Erään tutkimuksen mukaan kouluterveydenhoitajien näkökulmasta terveystiedon tarkoitus on oppilaiden tietoihin, taitoihin ja asenteisiin vaikuttaminen terveyttä edistävällä tavalla. Siihen liittyy fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen kehitys. Tutkimukseen haastatellut terveydenhoitajat kokivat elämäntapaohjeet merkitykselliseksi terveystiedon sisällöksi. Näitä ohjeita olivat muun muassa lepo, liikunta, puhtaus ja ravinto. Normaalia kasvusta ja kehityksestä opettaminen koettiin tärkeäksi myös kouluterveydenhoitajan työn näkökulmasta. Psyykkiseen hyvinvointiin liitettiin itsetunto ja sen vahvistaminen koko kouluuyhteisön viihtyvyyden kannalta. Sosiaalisen terveyden edistämisen kannalta haastatellut kokivat ihmissuhdetaitojen kehittämisen tärkeänä. Näitä olivat erilaisten suhteiden hoitaminen ja toisen huomioon ottaminen. (Viitala 2002, 35–40.) Huomioitavaa on, että tutkimuksen teosta on jo aikaa ja kouluterveydenhoitajien näkemykset ovat voineet muuttua. Tutkimustulokset keskittyvät lähinnä ulkoisiin seikkoihin, kuten puhtauteen ja liikuntaan. Tästä tutkimuksesta ei käynyt ilmi, keskustellaanko nuorten kanssa esimerkiksi seksuaalisuudesta vastaanotoilla.

On huomattu erilaisten foorumeiden kautta, että etenkin nuorilla miehillä on tarve keskustella omasta kehityksestään. Peruskouluissa kouluterveydenhuolto on oppilaiden käytettävissä tasavertaisesti. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2007, 31.) Kouluterveydenhoitajan yksi työtehtävä onkin terveysneuvonta, sisältäen myös seksuaaliterveydestä keskustelemisen. Säännöllisissä terveystarkastuksissa tarkastellaan oppilaan fyysistä kehitystä, mutta myös keskustellaan mieltä painavista asioista. Työnkuvaan kuuluu päivitetty tieto terveystiedon opetus-suunnitelmasta, jotta terveydenhoitaja ja mahdollisesti myös koululääkäri voivat osallistua paitsi oppilashuollon toimintaan asiantuntijoina myös terveystiedon opetukseen. (Haarala, Honkanen, Mellin & Tervaskanto-Mäentausta 2008, 375–376; Tervaskanto-Mäentausta 2015, 290–291, 294.) Kouluterveydenhuollon näkökulmasta uusi oppilas- ja opiskelijahuoltolaki (1287/2013) edellyttää muun muassa terveyden ja hyvinvoinnin sekä osallisuuden edistämistä.

4 NUORTEN FYYSINEN JA PSYKKINEN KEHITTYMINEN

Tässä opinnäytetyössä käsittelen nuorten fyysistä ja psyykkistä kehittymistä seksuaaliterveyteen liittyvien asioiden kautta. Käsiteltäviksi asioiksi nostin murrosiän, itsetunnon ja minäkuvan, koska nuoret itse ovat yhä kiinnostuneempia näistä asioista. Terveystenhoitajan työssä keskustellaan paitsi varsinaiseen seksuaaliterveyteen liittyvistä asioista myös nuoren psyykkiseen kasvuun kohdistuvista asioista.

Kehittyminen ei tapahdu yksiulotteisesti, vaan se on monen asian summa. Nuori kasvaa niin henkisesti, fyysisesti kuin sosiaalisestikin, mihin vaikuttavat omalta osaltaan ympäristöstä saatu tieto ja palaute. Ymmärrys, luotettavan tiedon antaminen ja luottamus nuoreen vahvistavat tämän itsenäisyyspyrkimyksiä ja turvallisuuden tunnetta. (Cacciatore, Korteniemi-Poikela & Huovinen 2008, 121–126.)

4.1 Murrosikä

Murrosikä alkaa yleisesti 8–14-vuotiaana ja päättyy 16–18-vuotiaana. Pojilla se alkaa keskimäärin 2–3 vuotta myöhemmin kuin tytöillä. Ajanjaksona se vaihtelee 2–5 vuoden välillä. Murrosikä on kasvun, kehityksen ja epävarmuuden aikaa. Se on aikaa, jolloin nuori opettelee vastuuta tekemisistään ja omasta kehostaan. Fyysiset ja psyykkiset muutokset kehittyvän nuoren kehossa voivat tuottaa hämmennystä ja epävarmuutta itsestä. (Kettunen 2001, 9–29.) Epävarmuus voi korostua käytöksessä, esimerkiksi häiriköintinä. Ärtäisyys voi tulla esiin, kun aikuinen puuttuu johonkin nuoren asiaan. (Cacciatore & Koiso-Kanttila 2010, 158.)

Pojilla murrosiän muutokset alkavat kivesten kasvulla 9–13-vuotiaana. Se jatkuu fyysisinä muutoksina pituuskasvuna, painon nousuna, karvoituksena, ää-

nenmurroksena, peniksen kasvuna, siemensyöksyinä ja erektioina jännityksestä, pelästymisestä ja lämpötilan vaihteluista. Poikia harvoin valmistellaan siemensyöksyjen alkamiseen samoin kuin tyttöjä kuukautisten alkamiseen. Spontaanit siemensyöksyt tapahtuvat öisin, mikä voi aiheuttaa hämmennystä herätessä. Psykkinen ja sosiaalinen taantuminen takaisin lapsen tasolle on tavallista, kuten koulumenestyksessä heikentyminenkin. (Cacciatore & Koiso-Kanttila 2010, 322–324.)

On pohdittu, että poikien murrosiän myöhemmällä kehitymisellä tyttöihin verrattuna olisi negatiivinen vaikutus koulumenestykseen ala-asteelta yläasteelle siirtyäessä. Poikien murrosiän alkamisen vaihteluväli on laaja ja siirtymävaihe koulusta toiseen tapahtuu juuri kehityksen vilkkaimmassa vaiheessa noin 13,5 vuoden iässä. Samaan aikaan poikien tulisi sopeutua uuteen ympäristöön, kehoon, ystäviin ja tunteisiin. Yläasteelle siirtyminen tarkoittaa muutosta myös opetuksessa. Nuori tekee itsenäisiä kurssivalintoja, jotka voivat vaikuttaa myöhempään elämään. Poikien murrosiän laajan vaihteluvälin vuoksi heillä on siis hyvin erilaiset voimavarat tehdä näitä päätöksiä. (Cacciatore & Koiso-Kanttila 2010, 158.)

Murrosikä on erilaisten kriisien yhteentörmäystä, kuten ihmissuhteiden, identiteetin ja ideologisen kriisin. Mitä muut minusta ajattelevat – pohdinnat liittyvät nuoren itsetuntoon ja ideologiseen kriisiin. Ihmissuhdekriisi on vanhemmista irtaantumista ja itsenäisyyden etsimistä. Identiteetti puolestaan muokkaantuu kasvuhormonin aiheuttamien muutosten johdosta, kun luusto kehittyy aikuiseseen muotoonsa ja lapsen ulkonäkö vaihtuu aikuisempaan. Fyysisen ja psykkinen kehittymisen kannalta onkin tärkeää tuottaa positiivista palautetta itsestään ja muista. (Nurmiranta, Leppämäki & Horppu 2011, 72–73.)

Seksuaalisuus kasvaa ja kehittyy etenkin murrosiässä, kun aivojen kehitys ja hormonitoiminta kiihtyvät. Kaikki tämä muutos ja kehittyminen voivat aiheuttaa hämmennystä ja aggressioita. Huomiohakuisuus on sosiaalisen median kehittyessä lisääntynyt, mutta riskitietoisuus ei samalla tavalla. Nuori tarvitsee tällöin

luottamusta, tietoa ja ymmärrystä lähipiiriltään, jotta uusien kokemusten kartuttaminen tulisi mahdollisimman tietoisesti ja turvallisesti. Kehittyminen on myös rajojen ja itsenäisyyden etsimistä. Murrosikäinen nuori voi kapinoida rajustikin löytääkseen oman itsensä sekä paikkansa ympäristöstään. (Cacciatore ym. 2008, 126–127.)

Murrosikä muodostuu kehitystehtävistä. Ne ovat nuoruusiän haasteita, joista oppimalla nuori kehittyy. Kasvu ja kypsyminen tapahtuvat kuitenkin omaan tahtiin, eli yksilöllisesti. Itsenäistyminen, fyysinen kasvu ja seksuaalinen kypsyminen ovat näitä haasteita. Aktiivinen seksuaalinen vaihe elämässä on yleisesti ottaen aikaistunut eikä nuori välttämättä ole vielä henkisesti tähän valmis. Varhainen kypsyminen ja sosiaaliset paineet voivat vaikuttaa varhaisten seksisuhteiden aloittamiseen. On huomattu, että aikaiset seksuaaliset kokemukset voivat vaikuttaa epäsuotuisasti mielenterveyteen. Masennusriskin on todettu olevan suurempi heillä, jotka aloittavat seksisuhteet emotionaalisen kehityksen ollessa vielä epäkypsä. On myös mahdollista, että masentunut nuori etsii seksisuhteista läheisyyttä ja hyväksyntää. Nuorille tulisikin antaa aikaa kehittyä rauhassa, koska mielenterveyden häiriöiden riskit, masennuksen lisäksi, voivat kasvaa varhain aloitettujen seksisuhteiden takia. (Kaltiala-Heino 2004, 61–68.)

Nuoren seksuaalisuuden kehittyessä tämä käy läpi useita eri kehittymisen vaiheita. Se alkaa fyysisestä kehityksestä, jossa halu nousee päällimmäiseksi. Seuraavaksi kehittyy seksuaalisuuden psyykinen puoli, mikä tuo sisältöä halun ja rakastamiseen. Näiden kehityksien taustalla on vuorovaikutuksessa oleminen ja siinä kehittyminen. Nuoren fyysinen kehittyminen alkaa suhteesta omaan kehoon ja oppimiseen eroottisista haluistaan itsetutkiskelun kautta. Itsenäistyminen vanhemmista vahvistuu, mutta etenkin kielteinen oidipaalisuus eli suhde samaa sukupuolta olevaan vanhempaan palaa lapsuudesta ja etsii muotoaan. Nuoren heteroseksuaaliset tavoitteet korostuvat, kun tunteet samaa sukupuolta olevaan vanhempaan lisääntyvät. Se, miten nuori ratkaisee tilanteen vaikuttaa nuoruuden kehitykseen. (Aalberg & Siimes 2007, 94–97.)

Seksuaalisuutensa kehittymiseen nuori tarvitsee ja hakeutuukin ikäistensä seuraan. Ensin ryhmäydytään samaa sukupuolta olevien kanssa ja myöhemmin ryhmät yhdistyvät ja alkavat muodostaa seurustelupareja. Ryhmästä muodostunut seurustelupari voi saada osakseen vihaa ja kateutta, mutta samalla ihanointia. Ristiriitaisuus on tavanomaista. Ryhmästä irrottautuminen vapauttaa seurusteluparin, jolloin he voivat luoda jotain omaa ja yksityistä. (Aalberg & Siimes 2007, 97–99.)

Nuoren seksuaalisuus kehittyy ja voimistuu asteittain. Haavoittuvuus ja itsetutkiskelu kuuluvat kehitykseen. Tunteiden kehityksen kannalta ei ole merkitystä kumpaan sukupuoleen ne kohdistuvat. Nuoren kannustaminen omiin päätöksiin ja hyväksyntä rohkaisevat esimerkiksi seurustelusuhteen aloittamiseen. Hän tarvitsee kuitenkin paljon oikeanlaista tietoa muun muassa siitä, että hätiköinti ei kannata. Päätökset tulee tehdä järjellä, vaikka tunteet ja biologia tuntuisivatkin vahvemmilta sillä hetkellä. (Cacciatore & Koiso-Kanttila 2010, 166–169, 172–173.)

4.2 Itsetunto

Itsetunto kehittyy yksilön kokemuksista ja tunnetiloista läpi elämän. Se on osa persoonallisuuttamme, kuten seksuaalisuuskin. Siihen vaikuttavat suuresti yksilön saama palaute ympäristöltä ja se, miten hän osaa siihen suhtautua. Tärkeä osa itsetunnon kehittymistä on perheen hyväksyntä tai sen puute. Kotoa on voitu oppia niin sanotut heteronormit eli oletus siitä, että kaikki ovat heteroseksuaaleja. Nämä oletukset saattavat vaikuttaa nuoren omaan käsitykseen itsestä ja kokemukseen omasta sukupuolesta hyvänä tai huonona. (Cacciatore ym. 2008, 137–143, 224–225.)

Huono itsetunto voi puolestaan vaikuttaa nuoren myöhempään elämään siten, että pienetkin vastoinkäymiset tuntuvat ylitsepääsemättömiltä. Itsetuntoa voi kuitenkin kehittää läpi elämän erilaisin harjoituksin, yksi niistä on positiivinen

ajattelu. (Nyyti ry, 2014.) Kouluympäristössä huono itsetunto voi ilmetä esimerkiksi muiden häirinnällä, oman epävarmuuden peittämisellä. Häirintä voi olla myös merkki kehittymättömistä sosiaalisista taidoista, joita voi nuorelle opettaa. Sosiaalisten taitojen kehittyminen parantaa nuoren itseluottamusta ja minäkuva. (Kauppila 2005, 134–135.) Koulun tehtävänä on muodostaa turvallinen ympäristö, jossa nuori uskaltaa olla avoin kokemuksille ja oppii luottamaan itseensä. Itsetunto kehittyy, kun nuorelle annetaan vapaus valita, mutta myös vastuuta. (Tervaskanto-Mäentausta 2015, 300.)

Itsetunto on rakennettua ja saatua. Se on rakennettu omista kokemuksista ja tuntemuksista elämäkokemusten kautta sekä kehittynyt saaduista palautteista ja hoivasta läpi elämän. Hyvä itsetunto voi koostua myös joko tai edellä mainituista, mutta tasapainoisimman siitä tekevät molemmat. Hyvällä itsetunnolla varustettu nuori on riittävän itsevarma kehuaan muita ja antamaan positiivista palautetta myös toisille, eikä itse pelkää rakentavaa kritiikkiä. Palautetta on toisinaan vaikea ottaa vastaan loukkaantumatta ja hyvä tai huono itsetunto vaikuttavat vastaanottoon. Terveen itsetunnon omaavan nuoren ei tarvitse olla riippuvainen muiden mielipiteistä eikä pohdi liikaa sitä, mitä muut hänestä ajattelevat. (Keltikangas-Järvinen 2001, 104–105, 120–122.)

Terve itsetunto muodostuu hyväksynnän kautta. Yksilö kokee itsensä tarpeeksi hyväksi, samalla muodostuu minäkuva; minä olen riittävän hyvä. Nuori tarvitsee positiivista palautetta rakentaakseen itseluottamusta omaan itseensä. Sitä kautta hän uskaltaa ottaa haasteita vastaan ja asettaa päämääriä itselleen. Itsetunto on myös kykyä arvostaa muita ihmisiä sellaisina kuin he ovat. (Keltikangas-Järvinen 2001, 99–105.)

Nuoren kasvaessa fyysisesti myös psyykkinen näkemys itsestä muuttuu. Pitäen ja painon lisääntyminen voivat kasvattaa arvostusta, mutta myös kömpelyyttä. Hän voi kokea olevansa vääränlainen ja peilikuvan muuttuessa tunteet omasta kehosta ja itsestä voivat vaihdella päivittäin. Hitaammin kehittyvä nuori voi kokea olevansa huonompi kuin muut ja kompensoida tätä esimerkiksi ag-

gressiivisellä käytöksellä. Nuori tarvitsee siis paljon tukea ja kannustusta päätöksissään sekä omasta itsestään. Yhdessä tekeminen ja nuoren kuuleminen lujittavat vanhemman ja nuoren välistä suhdetta. Nuoren arvostaminen todennäköisesti lisää tämän itsetuntoa ja arvostusta myös omasta itsestä. (Cacciatore & Koiso-Kanttila 2010, 160–166.)

4.3 Minäkuva

Minäkuva on suurelta osin sidoksissa yksilön perimään. Se, millaisesta yhteisöstä hän tulee, miten hänet on kasvatettu ja mitä asioita hän kokee merkityksellisenä muokkaavat yksilön minäkuva. Omien juurien eli kulttuuriperimän tunteminen kehittää nuoren ymmärrystä ympäröivästä maailmasta. Monipuolinen minäkuva suojaa nuorta henkisesti negatiivisilta kokemuksilta ja vähentää muun muassa syrjäytymisen riskiä. (Keltikangas-Järvinen 2001, 15–17.)

Nuori on altis ympäristön vaikutuksille. Media ja muodin seuraaminen voivat muokata radikaalisti nuoren minäkuva, ajattelua ja muuttaa tämän ajatuksia, ajan ja muodin vaatimalla tavalla. (Nurmiranta ym. 2011, 75–76.) Nuoren päätösten kunnioittaminen on hänen hyväksymistä juuri sellaisena kuin hän on.

Itsensä tunteminen pohjautuu vahvaan minäkuvaan. Se on käsitystä siitä, kuka on. Seksuaalinen minäkuva muodostuu jo varhaisessa vuorovaikutuksessa, kun lapsi kehittää käsitystä itsestään peilaten saamaansa läheisyyttä. Positiivinen kokemus itsestä ja seksuaalisuudesta edistävät lapsen kehitystä. Varhainen vuorovaikutus vaikuttaa myös lapsen myöhempiin ihmissuhteisiin, empatiakykyyn ja jopa terveyteen. Seksuaalinen minäkuva kehittyy läpi elämän. Itsensä löytäminen voi tapahtua vasta keski-iän kynnyksellä, kun on jo hyväksynyt itsensä muilta osin. (Bildjuschkin & Ruuhilahti 2010, 29–31, 35.)

5 TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ

Toiminnallisessa tapahtumassa on tärkeää yhdistää toteutus ja raportointi. Sen järjestäminen vaati aiheeseen perehtymistä ja sopivien toimintatapojen etsimistä kohderyhmälle. (Vilka & Airaksinen 2004, 9–19.) Toiminnallisessa opinnäytetyössä käytettävät menetelmät, teoreettinen viitekehys ja mahdollisten ongelmien ilmeneminen vaikuttavat toteutukseen. On otettava huomioon ryhmän kieltäytyminen ohjatusta tunnista, menetelmän toimiminen tai epäonnistuminen kyseisen ryhmän kanssa sekä toiminnan eettisyys. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2010, 65.)

Toiminnallisessa opinnäytetyössäni käytetyt käsitteet perustuvat seksuaaliterveyden edistämiseen. Työn teoreettinen näkökulma oli työn käsitteet ja niiden avaaminen sekä käyttö toiminnallisessa tapahtumassa (Vilka & Airaksinen 2004, 26, 42–43). Tapahtuman tavoitteet perustuivat nuorten seksuaaliterveyden edistämiseen, jonka määritelmiä tarkastelemalla kokosin yhtenäisen ja aktiivisen tapahtuman nuorille.

On huomattu, että positiiviset kokemukset auttavat oppimaan. Ne ovat usein liittyneet sosiaalisiin vuorovaikutustilanteisiin. Toiminnallinen opinnäytetyö on yksi tällaisen oppimisen muoto. Sosiaalinen vuorovaikutus paranee, kun tavoitteet, toiminta ja arviointi suoritetaan yhdessä. Sosiaalinen oppiminen on sosiaalista vuorovaikutusta, mikä ottaa huomioon ympäristön, yhteisön tai kulttuurin. Oppimisen sosiaalista puolta on edistänyt viimeisten vuosikymmenten aikana siirtyminen hiljaisesta työskentelystä keskustelemaan oppimiseen. Toiminnallisuuteen osallistuminen edistää juuri oppimisen sosiaalista puolta ja kehittää vuorovaikutustaitoja. (Kauppila 2007, 151–152.)

5.1 Toimintaympäristö

Yhteisöanalyysi on tapa etsiä tietoa tutkittavasta alueesta, eli ympäristöstä. Tutkitaan ja havainnoidaan ihmisiä, ympäristöä ja muun muassa tarpeita, minkä avulla saadaan kokonaiskuva alueesta. (Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus 2000, 1.) Sen pyrkimyksenä on siis luoda kokonaiskuva yhteisöstä ja sen terveystarpeista. Tutkimustiedon etsinnässä tulee ottaa huomioon kyseisen yhteisön yksilölliset tarpeet ja piirteet. Tutkimustietoa saadaan muun muassa tilastoista, kyselyistä ja tutkitusta tiedosta. Yhteisöanalyysin pohjalta voidaan rakentaa yhteisön tarpeiden mukainen toiminta. (Honkanen & Mellin 2015, 202–205.)

Perehtyminen tutkimustietoon ja oppilaiden käytössä olevaan terveystiedon oppikirjaan edistivät omalta osaltaan yhteisöanalyysin tekoa. Tutustumiskäynti koulun tiloissa ja luokassa edisti kyseisen ryhmän toimintatapojen ymmärtämistä ja muokkasi tapahtuman alkuperäistä suunnitelmaa yksilöllisemmäksi. Analyysin tekeminen auttoi myös ymmärtämään ikäryhmän seksuaaliterveystiedon tarpeita.

Tein toiminnallisen opinnäytetyöni Pohjois-Haagan yhteiskoulun 7.luokan pojille, jotka opiskelevat 8 -hengen pienryhmässä perus opetussuunnitelman mukaisesti. Pohjois-Haagan yhteiskoulu on Helsingin Pohjois-Haagassa sijaitseva liikuntapainotteinen koulu. Oppilaaksiotto alueen lisäksi kouluun tulee oppilaita ympäri Helsinkiä. Koulussa on useita eri painotusluokkia; liikunta, matematiikka sekä liikunta- matematiikkalinjat yleislinjojen lisäksi. Oppilaaksiottoalueen ulkopuolelta tulevat oppilaat ovat jollakin painotusluokalla. (Pohjois-Haagan yhteiskoulu i.a.)

Toteutin toiminnallisen opinnäytetyöni yläasteen tiloissa, nuorille tutussa ympäristössä. Ryhmässä ja yksilönä toimiminen on oppimisen sosiaalinen vastavuoroisuus. Toimiminen yhdessä eli sosiaaliset tilanteet voivat olla oppimista edistäviä keinoja. Yksilötyöskentely puolestaan kehittää omaa identiteettiä ja itse-

tuntoa. (Kauppila 2007, 149–151.) Yhdistin näitä molempia menetelmiä, kun suunnittelin monipuolista tuntia nuorille.

5.2 Nuorten ryhmänohjaus toiminnallisessa opinnäytetyössä

Ryhmäohjaus on yksilöohjauksen ohella lisääntynyt terveydenhoitajan työmenetelmä. Pienryhmissä keskusteleminen esimerkiksi seksuaaliterveydestä voi olla helpompaa kuin suuressa. (Haarala & Mellin 2015, 206.) Ryhmäohjauksessa on kyse vuorovaikutuksesta ryhmän kanssa ja sen muuttuvasta dynamiikasta. Ohjaajalla on tavoite ryhmän kehittymisestä tuloksen saamiseksi ja ohjauksellaan tähtää tähän. Aktiivisen ja osallistavan opetuksen lisääminen kouluissa on luonut tilaa tälle ryhmämuotoiselle opetukselle. (Niemistö 2000, 17–29.)

Ryhmätyön ohjaajan on tiedettävä tavoitteensa edistääkseen ryhmän toimintaa ja tarkoitusta. Sitä on ajoittain ohjattava oikeaan suuntaan, jotta ryhmätyö eteni toivotusti. Ryhmän ohjaajalla on mielikuva lopullisesta tuloksesta, mutta ryhmän tehtävänä on tuottaa haluttu tulos. Sen työskennellessä ohjaajan rooli on vahvistaa kaikkien ryhmissä työskentelevien aktiivisuutta. (Kopakkala 2005, 88–91.)

Ryhmissä on hyvä pyrkiä autonomisuuteen eli omatoimiseen tiedon etsintään. Itsenäinen ryhmätyöskentely rohkaisee ryhmän jäseniä tuottamaan tietoa myös ryhmän sisältä. (Vänskä, Laitinen-Väänänen, Kettunen & Mäkelä 2011, 96–97.) Toiminnallisessa tapahtumassa haluttu tulos oli tiedon hankkiminen luotettavista lähteistä ja oppiminen seksuaaliterveydestä. Pyrin olemaan ohjaaja, joka keskustelisi aiheesta työnteon aikana ja kannustaisi haluttuihin tuloksiin eli oppimiseen seksuaaliterveydestä ja luotettavista tiedonlähteistä.

Oli mahdollista, että nuoret eivät hyväksyisi minua ohjaajaksi eivätkä sitä kautta toimisi toivotusti tapahtuman aikana. Vastustus ja kyseenalaistaminen ovat luonnollinen osa ryhmän vaiheita (Vänskä ym. 2011, 89–90). Ohjaajana olin

varautunut tähän tarvittaessa pienellä liikunnallisella tauolla ja ryhmän opettajan sekä avustajan läsnäololla. Liikunnallisen tauon oli tarkoitus purkaa nuorten ylimääräistä energiaa ja vahvistaa ryhmää, ottamalla ryhmän jäseniä hartioista kiinni ja hyppimällä mahdollisimman samaan tahtiin.

Ryhmän jäsenten huonolla motivaatiolla tehtävään asiaan on suora vaikutus ryhmän ohjaajan työn vaativuuteen. Seksuaaliterveyden edistämisen ryhmätyö nuorten kanssa on tavoitteellista toimintaa, minkä onnistuminen on kiinni jäsenten motivaatiosta tehdä töitä tavoitteiden saavuttamiseksi. (Vänskä ym. 2011, 88–89.) Opinnäytetyössäni siis nuorten oma oppiminen oli täysin suhteessa heidän omaan halukkuuteensa tehdä töitä yhdessä. Ryhmän vetäjänä olin yhtälailla vastuussa kuin nuoret itse ryhmän tavoitteiden saavuttamisesta ohjaamalla ja kannustamalla nuoria työn etenemiseen.

On huomattu, että ryhmät yleisesti hyötyvät toiminnallisuudesta. Työskennellessä he oppivat erilaisia toimintatapoja ja oppivat myös toisiltaan. Hyvä ryhmäko-ko vaihtelee 10 hengen ryhmästä pienempiin. Ryhmän jakaminen tästä vielä pienempiin osiin antaa mahdollisuuden useampiin näkökulmiin asiasta. Pienryhmätyön valmistuttua muiden töiden tarkasteleminen oman pienryhmän kanssa voi tuottaa lisää tietoa. Muiden töistä saattaa saada uusia näkökulmia aiheeseen. (Vänskä ym. 2011, 92.)

6 SEKSUAALITERVEYTTÄ EDISTÄVÄ TAPAHTUMA

Tapahtuman järjestäminen vaatii perehtymistä aiheeseen ja sen suunnittelua. Ohjaajana oleminen toiminnallisessa tapahtumassa edellyttää vuorovaikutustaitoja ja kykyä muokkautua muuttuviin tilanteisiin. Tässä kappaleessa käyn läpi toiminnallisen tapahtuman tavoitteet, toteutuksen ja arvioinnin, sen kuinka suunnitelmasta tuli tapahtuma.

Ihmisen vuorovaikutustaidot kehittyvät läpi elämän ja on tärkeää oppia kommunikoidaan erilaisten ihmisten kanssa. Sosiaalinen kyvykkyys, kuten ihmisten kanssa toimeen tuleminen, kehittyy vuorovaikutuksessa. (Kauppila 2007, 167–168.) Otin yhdeksi toiminnallisen tapahtuman keinoksi ryhmässä oppimisen, koska se on yhdenlaista vuorovaikutusta.

6.1 Toiminnallisen tapahtuman tavoitteet ja suunnitelma

Yhteistyötahon pyynnöstä suunnittelin aktiivisen tapahtuman 7.luokan pojille. Luokka on erityisluokka, jossa on 8 käyttäytymis- tai oppimishäiriöistä poikaa. He opiskelevat normaalin opetusjärjestyksen mukaan. Avukseni sain luokan opettajan sekä heidän avustajansa. Tapahtuma käsitti kolme erilaista tehtävää yksilö- ja ryhmätöinä sekä arvioinnin (LIITE 1).

Ensimmäisenä tehtävänä, niin sanottuna tutustumisleikkinä, oli istua rinkiin ja kertoa oma nimi ja asia, jossa on hyvä sekä jotain positiivista vieressä istuvasta henkilöstä. Ohjaajana osallistuisin tähän tehtävään näyttäen esimerkin. Rouvinen-Kemppinen ja Kemppisen (2000, 100) mukaan positiivisten asioiden ilmaiseminen nostaa ryhmähenkeä ja vahvistaa itsetuntoa. Tehtävän tavoite oli kannustaa, luoda positiivinen ja luottamuksellinen ilmapiiri ennen johdantoon ja ryhmätehtävään siirtymistä.

Toiseksi tehtäväksi olin suunnitellut pienen PowerPoint-esityksen, tavoitteenani oli johdattaa nuoret seksuaaliterveyden edistämisen aiheeseen. Johdannossa oli dioja, jotka käsittivät kysymyksiä seksistä, murrosiästä ja seksuaaliterveydestä, lisäksi olin koonnut viimeiseen diaan joukon linkkejä, joista sai hakea luotettavaa tietoa myöhempään ryhmätyöhön (LIITE 2). Kysymykset valitsin opinnäytetyöni teorian pohjalta ja siten, että niihin voisi olla nuorilla jo entuudestaan tietoa. Halusin korostaa, että kaikki aiheeseen liittyvät vastaukset olivat hyviä, jotta nuoret uskaltaisivat keskustella asiasta. Ryhmätyöstä toivoin myös sujuvampaa tätä kautta.

Kolmantena tehtävänä oli muodostaa 2–3 hengen ryhmiä. Ryhmä sai käytettäväkseen A3-kokoisen paperin, johon oli piirretty tyhjiä puhekuplia, laatikoita ja yksinkertainen ihmishahmo. Tehtävään kuului seuraaviin kysymyksiin vastaaminen: miten keho muuttuu murrosiässä mainitse molemmista vähintään 3–5 asiaa, mistä löydät tietoa sukupuolitaudeista ja lopuksi kirjoita puhekupliin sanoja, joilla voi kehua kaveria. Sukupuolitauteihin tein seuraavat jatkokysymykset: miten ne tarttuvat ja mikä on paras keino ehkäistä niitä ja mitä ehkäisykeinoja on.

Kysymyksiin sai vastata kirjoittamalla tai piirtämällä. Vastauksia sai etsiä ryhmässä keskustelemalla, etsimällä tietoa koulun oppikirjoista, kysymällä tai käyttämällä mahdollisesti omaa älypuhelinta tiedonhakuun. Kannustin nuoria käyttämään mahdollisesti kaikkia tapoja tuottaa tietoa ryhmänä. Tuotokset jätettiin lopuksi esille muiden toiminnalliseen tapahtumaan osallistuneiden nähtäviksi ja ryhmät kiersivät katsomassa muiden aikaansaannoksia. Toiminnallisen tapahtuman päätyttyä valokuvasin valmiit ryhmätuotokset ja lisäsin ne valmiin opinnäytetyöni liitteeksi (LIITE 3).

Lopuksi suunnittelin nuorten tehtäväksi arvioinnin kirjoittamisen toiminnallisesta tapahtumasta yksilönä. Arvioinnin kirjoittaminen oli osa toiminnallista tapahtumaa, sillä sitä kautta pystyin arvioimaan tapahtuman vaikutuksia nuoriin. He ovat koulussa tottuneet itse saamaan palautetta, mutta tässä tapauksessa he

saivat antaa sitä. Palautteeksi pyysin vastauksia vähintään yhdellä lauseella. Oli mahdollista myös saada tyhjiä palautteita.

6.2 Tapahtuman toteutuminen

Ajatuksenani oli, että käyttämiäni toiminnallisia menetelmiä voisi käyttää vastaavanlaisissa tapahtumissa tulevaisuudessakin. Toiminnallisen tapahtuman myöhempää raportointia edisti opinnäytetyöpäiväkirjan pitäminen, jota olin jo ideoinnista lähtien käyttänyt ajatuksilleni. Tapahtuman järjestämistä vastaisuudessa kyseisessä koulussa edisti luokan opettajan ja avustajan paikalla olo ja osallistuminen. Oppilaiden kieltäytyessä toiminnasta eli tapahtuman osittaisen epäonnistumisen kohdalla heillä oli mahdollisuus Väestöliiton pelin ”Sitähän sä kysyt” (2015a) pelaamiseen, minkä kysymykset liittyvät seksuaaliterveyteen.

Tapahtuman toteutumista edelsi tutustumiskäynti tiistaina 10.2.2015 koulussa. Osallistuin heidän historian sekä kuvaamataidon tunneille. Halusin tavata oppilaat ennen toiminnallista tapahtumaa, jotta voisin mahdollisesti muokata oppilaille yksilöllisemmän tapahtuman. Seurasin heidän käytöstään ja tapaa toimia oppituntien aikana. Huomasin, että pojat toimivat hyvin lyhytkestoisissa tehtävissä. Toiset tekivät aktiivisemmin ja itsenäisemmin tehtäviä tehtävänannon mukaisesti kuin toiset. Pojat olivat myös hyvin sosiaalisia, joten tutustumiskäynnin jälkeen uskalsin odottaa ryhmätyön toimimista.

Tapahtuman päivä vaihtui alkuperäisestä viikolta 9 ensin torstaille (12.2.2015) iltapäivään ja myöhemmin perjantaille (13.2.2015) heti aamuun. Ensimmäinen vaihtuminen oli yhteistyötahon ja itseni keskustelun jälkeen sovittu ja toinen vaihtuminen johtui yhteistyötahon aikataulusta. Tapahtuman siirtyminen iltapäivästä aamupäivään paransi tapahtuman onnistumismahdollisuuksia. Huomasin tutustumiskäynnillä, että poikien keskittymiskyky herpaantui selvästi iltapäivää kohden. Tutustumiskäyntini aikana huomasin myös, että ensimmäisen tehtävän rinkiin istuminen ei tulisi onnistumaan, koska pojat olivat hyvin aktiivisia. Päätin-

kin pyytää kaikkia seisomaan omalla paikallaan ja toimimaan muutoin tehtävänannon mukaisesti.

Tapahtuma alkoi perjantai (13.2.2015) aamuna kello 8.15 normaalin koulupäivän mukaisesti. Sen lopullinen kesto oli kaksi oppituntia eli 90 minuuttia. Kaksi oppilaista oli ilmoittautunut sairaaksi, joten ryhmässä oli 6 oppilasta. Tapahtuman pitoon kahden oppilaan puuttuminen ei vaikuttanut muuten kuin, että ryhmätehtävässä ryhmiä olisi kolmen sijaan kaksi. Opettajalta sain vapaat kädet tapahtuman keston suhteen. Sovimme, että tapahtuma kestäisi sen aikaa kun oppilaat jaksaisivat tehdä työtä ja sitten he pitäisivät tauon.

Aloitin tapahtuman tutustumiskäynnin jälkeen tehdyllä muokkauksella eli istumisen sijaan nuoret saivat seistä omalla paikallaan ja esitellä itsensä. Esittelin itseni ja kerroin, miksi olen heidän luokassaan sekä aamupäivän tapahtumaa, vaikka olin jo kertonut nämä heille tutustumiskäynnillä. Pyysin siis oppilaita seisomaan, kertomaan oman nimensä ja asian, jossa on hyvä. Epäilin, että ilmapii-ri ei antaisi myöten toisesta hyvän asian kertomista, joten jätin sen pois. Pienen kannustamisen jälkeen oppilaat uskaltoutuivat tekemään lopullisen tehtävänannon mukaisesti.

Johdannoksi aiheeseen olin suunnitellut seksuaaliterveyttä koskevan trivian, johon kaikki saivat vastata sen mukaan, mitä kysymyksistä tuli mieleen. Tutustumiskäynnin perusteella olin odottanut innokkaampia vastauksia, mutta tällä kerralla oppilaat olivat hiljaisempia. Jokaiseen kysymykseen sain kuitenkin joi-tain vastauksia ja pääsimme etenemään.

Ryhmätyötä varten oppilaat muodostivat kaksi kolmen hengen ryhmää. Olin etukäteen tulostanut heille kehyksiä ja puhekuplia niiden piirtämisen sijaan, mikä he ensin leikkasivat ja sitten liimasivat A3-kokoiselle paperille. Samalla, kun he tekivät tätä, minä kirjoitin ryhmätyöhön liittyvät kysymykset taululle. Kysymyksiin tuli etsiä vastauksia käyttämällä avuksi esimerkiksi seksuaaliterveys trivian lopussa olevia linkkejä ja kirjoittaa löydetty vastaukset kehyksiin. Olin

myös löytänyt Väestöliiton sivuilta Superori (2015b) -nimisen pelin, joka käsitteli seksuaaliterveyttä. Pelissä oli kysymyksiä ja väittämiä, joiden avulla oppilaat pystyivät myös täyttämään ryhmätyötä. Näiden lisäksi opettaja, avustaja ja minä olimme käytettävissä, jos joku kaipasi apua. Ryhmätyön lopuksi oppilaat täyttivät tapahtuman arvioinnin itsenäisesti. Kiitokseksi osallistumisesta jaoin oppilaille riisisuklaata, HIV- tukikeskukselta saamiani kondomeja sekä ”seikkaile turvalisesti” -lehtisiä.

Liikunnalliseen välituokioon en nähnyt tarvetta toiminnallisen tapahtuman aikana vaan ohjasimme oppilaat takaisin ryhmätyön pariin keskittymisen heikentyessä. Tutustumiskäynnin perusteella ajattelin oppilaiden tarvitsevan enemmän tilaa työskentelylleen, mutta keskittyessään he pysyivät hyvin omilla paikoillaan.

6.3 Tapahtuman arviointi ja eettisyys

Tapahtuman pitämistä edisti selvästi tutustumiskäynti luokassa. Henkilökohtaisesti olin sopeutuneempi oppilaisiin tapahtuman aikana. Tapahtuma sujui suunnitellusti siten, että kaikki suunnittelemani tehtävät tulivat käytyä läpi. Vastauksista ja ryhmätöistä olisin toivonut sisällöllisesti kattavampia, mutta olen tyytyväinen oppilaiden panokseen. Kaikki osallistuivat heille sopivalla tavalla.

Tutustumiskäynnin jälkeen osasin odottaa toisten tekevän enemmän ryhmätyön eteen kuin toisten. Toiset etsivät tietoa ja tuntuivat olevan aidosti kiinnostuneita aiheesta, toiset keskittyivät enemmän Väestöliiton Superori -peliin ja osa omiin peleihin. Kaikki oppilaat tekivät kuitenkin ryhmätyön eteen jonkin verran. Yksi tavoitteistani oli, että oppilaat oppisivat etsimään tietoa oikeanlaisista lähteistä, kuten esimerkiksi Väestöliiton internet sivut ja tietäisivät, mistä tietoa löytyy sitten, kun heitä asia kiinnostaa. Tavoite toteutui siinä määrin, että nyt he tietävät muitakin tietolähteitä seksuaaliterveyteen ja murrosikään liittyen kuin perheenjäsenet, opettajan ja wikipedian, joka ei ole luotettava tiedonlähde.

Ohjausta ja kannustusta työn etenemiseen oppilaat tarvitsivat runsaasti. Heidän kanssaan oli koko tapahtuman ajan opettaja, avustaja ja minä. Oppilaiden keskittyminen vaati runsaasti innostamista aiheeseen ja työn etenemisen näkökulmasta erilaisten työhön liittyvien ehdotusten läpi vientiä. Enemmän oppilaita tuntui kiinnostavan Väestöliiton Superori -peli kuin ryhmätyön eteneminen. Aiheesta oppimisen kannalta kiinnostus peliin ei ollut huono asia, mutta toiminnallisen tapahtuman näkökulmasta se vaati enemmän ohjaamista takaisin ryhmätyön pariin.

Vaikka kaikki oppilaat tekivät ryhmätöidensä eteen jonkin verran, ryhmässä oli yksi oppilas, joka selvästi ei ollut aiheesta lainkaan kiinnostunut ja häntä tuntui ahdistavan seksuaaliterveys yleisesti aiheena. Hän koki tapahtuman pelkkään seksiin liittyvänä, vaikka yritimme kertoa seksuaaliterveyden olevan muutakin kuin seksiä. Kannustimme häntä keskittymään ryhmätyön kolmanteen kohtaan ”kirjoita sanoja, joilla keuhut kaveria”. Tähän hän lopuksi osallistui. Myöhemmin opettajan kanssa keskustellessani selvisi, että hänen taustastaan johtuen seksuaaliterveysasioista ei ilmeisesti keskustella kotona. Oppilaita, jotka olivat ilmoittautuneet sairaksi tapahtumapäivänä, olisi opettajan mukaan kiinnostanut seksuaaliterveyttä koskevat asiat eniten. Sovimme, että opettaja ja avustaja voivat käyttää tapahtumassa tehtyjä tehtäviä ja pelejä myöhemmin, jotta poisolijatkin pääsisivät osallistumaan.

Ryhmiä ollessa kolmen sijaan kaksi sain molempien ryhmien tuotokset liitettyä työhöni. Tuotoksista käy ilmi toisen ryhmän saaneen enemmän aikaa kuin toisen.

Varsinaista kieltäytymistä ryhmätyöstä ei yhtä oppilasta lukuun ottamatta tullut. Olin varasuunnitelmaksi suunnitellut Väestöliiton ”Sitähän sä kysyt!” -pelin pelaamista, jos ryhmätyöt eivät suju ollenkaan. Pelille en tapahtuman aikana kuitenkaan nähnyt tarvetta. Vaikka kaikki eivät jatkuvasti olleet ryhmätyössä läsnä, he kuitenkin kysyttäessä tiesivät aiheeseen liittyviä asioita ja jatkoivat sen jälkeen hetken työn parissa.

Tapahtuman vaikutusta voidaan arvioida tavoitteiden ja saavutusten erotuksella. Tavoitteiden asettamisella saadaan päämäärä, johon toiminnallisella tapahtumalla pyritään. Tapahtuman, tässä tapauksessa seksuaaliterveyden edistämisen, varsinainen vaikutus nuoriin näkyy vasta pidemmällä aikavälillä heidän oman toimintansa kautta, mutta palautteen saamisella voi saada käsityksen toiminnan saavutuksesta. Tärkeää palautteen saamisessa on myös mahdollisuus tapahtuman kehittämiseen eteenpäin. (Hakulinen ym. 2000, 284–286.)

Arvioinnin pyysin nuorilta kirjallisesti, suullisen palautteen sain opettajalta ja avustajalta. Kirjallisessa arvioinnissa kysyin nuorilta, mitä opit tänään, mistä haluaisit vielä lisää tietoa, mikä edisti oppimistasi, mikä oli mielestäsi kivaa, mikä oli mielestäsi huonoa ja muita kommentteja tunnista (LIITE 4). Palautteen kysymykset valitsin heidän oppimisen näkökulmasta. Nuorten oppimiseen liittyen halusin tietää, mitä he oppivat tapahtumasta omasta mielestään, mitä he pitivät tapahtumasta ja mistä he olisivat halunneet vielä lisää tietoa. Tapahtuman vaikutusta, sillä hetkellä, osallistuviin pystyin arvioimaan saadun palautteen kautta. Toiminnallisen tapahtuman arvioinnin saaminen on osa eettistä toimintaa. Kysymykset, joihin ei voi vastata ”kyllä” tai ”ei” auttavat vastaajaa selittämään asian ja tuottavat enemmän informaatiota vastauksen saajalle (Vilkkä & Airaksinen 2004, 63–64).

Kirjallisia arviointeja sain kuusi kappaletta. Suullisen arvioinnin sain opettajalta ja avustajalta. Oli odotettavissa, että ainakin osa vastauksista olisi ”en mitään” tai ”en tiedä”. Kahdesta arvioinnista oli ”mikä edisti oppimistasi” – kohta tyhjä ja yhdestä arvioinnista ”mikä oli huonoa” ja ”muita kommentteja tunnista”. Kirjallisen arvioinnin ensimmäinen kysymys liittyi omaan oppimiseen tapahtumasta. Vastauksista nousi kondomin avaaminen käsillä, ei saksilla ja murrosiän alkaminen. Tämä kysymys väittämiseen oli tullut Väestöliiton Superiori -pelissä. Toisena kysymyksenä oli, että ”mistä haluaisit vielä lisää tietoa?”. Yhtä vastausta lukuun ottamatta oppilaat mielestään joko tiesivät kaiken tai eivät tarvinneet lisää tietoa. Oppimista edistävä toiminta oli vastausten perusteella ”ei mikään” ja

”peli”. Kivana he pitivät kaikkea tai eivät mitään. Kysymykseen ”mikä oli mielestäsi huonoa?” yksi vastaus nousi ”en tiedä” vastausten yli, ”ei mikään koska kaikki oli tarvittavaa tietoa”. Samasta palautteesta kävi ilmi, että tunti oli ollut hyödyllinen aikuisuutta ajatellen, muut joko pitivät tuntia kivana tai eivät.

Varsinaista vaikutusta toiminnallisesta tapahtumasta oppilaisiin en heti kokenut. Uskon kuitenkin, että he tarvitsevat aikaa asian käsittelemiseen ja sisäistävät asioita myöhemmin. Heillä on nyt tiedossa internet -sivustoja, joista saa luotettavaa tietoa ja kiinnostava peli, joka edistää oppimista aiheesta. Palautteesta kävi ilmi, että kyseisen ryhmän pojat ovat tavallisia murrosikäisiä poikia, jotka antavat vähän kirjallista palautetta avoimiin kysymyksiin.

Tapahtuman ohjauksen arviointia voidaan pohtia ainakin konstruktivisesta näkökulmasta. Se tarkastelee ohjattavan omaa oppimista toiminnan tuloksen kautta. Ohjaus on sosiaalista vuorovaikutusta aiheeseen liittyen, mistä molemmat osapuolet voivat oppia. (Vänskä ym. 2011, 135.) Seksuaaliterveyttä edistävän tapahtuman ohjaajana jäin kaipaamaan sisällöllisesti laajempaa tulosta toiminnasta. Oli selvästi huomattavaa, että oppilaille ei ollut aiemmin puhuttu aiheesta yhtä tiiviisti ja se tuntui hämmentävän heitä. Samanikäiset nuoret voivat olla murrosiässä henkisesti eri tasolla toisistaan. Tämä näkyi toisten kiinnostuksena aiheeseen, kun toiset keskittyivät ennemmin johonkin aiheen ulkopuolelle.

Henkilökohtainen tavoitteeni oli saada enemmän sisällöllistä tulosta aikaan kuin, mitä lopulta valmistui papereille. Jatkuvan ohjauksen, kannustamisen ja ryhmätyöhön palauttamisen tulos siis jäi pieneksi. Tästä opin sen, että murrosikäisiä poikia aihe kyllä kiinnostaa, mutta keinoja saada tieto perille täytyy pohtia aina ryhmäkohtaisesti. Tämän ryhmän kohdalla internet -peli oli kiinnostavin tiedonlähde. Tätä tulosta peilaten Väestöliiton ”Sitähän sä kysyt” -peli olisi varmasti myös innostanut nuoria enemmän kuin ryhmätyö, mutta sitä he voivat pelata jollain toisella tunnilla opettajan niin arvioidessa. Halusin kuitenkin tuoda toiminnalliseen tapahtumaan ryhmätyön sosiaalisen vuorovaikutuksen ja kehittymisen sitä kautta. Luentotyypinen opetuspa on yleisesti käytetyin myös seksuaali-

kasvatuksessa, mutta se on vähiten osallistava, jolloin riskinä olisi ollut sama keskittymisen vaikeus kuin seksuaaliterveyttä edistävässä ryhmätyössä kohtaamani ongelma.

7 POHDINTA

Toiminnallisen tapahtuman ideointi, suunnittelu ja toteutus olivat haastavia välitavoitteita. Itse ideointi lähtiessään syksyllä 2014 käyntiin synnytti useita ajatuksia, joista oli osa karsittava pois. Lopulta oli päätettävä, mihin työmenetelmiin päätyy, pitäydyttävä siinä ja tutkittava aihetta siitä näkökulmasta. Toiminnallisen tapahtuman suunnitteluvaiheessa yhteisöanalyysin tekeminen eli tutkimustiedon etsiminen, ympäristön havainnointi ja koulun käytössä olevaan terveystiedon kirjaan perehtyminen tuottivat työtä, mutta autoivat lopullisen työn etenemisessä. Seksuaaliterveys aiheesta on kirjoitettu paljon ja aihe kiinnosti myös henkilökohtaisesti.

Suunnitelman esittelyssä ymmärsin, että minulla oli liian kauaskantoinen näkemys tapahtuman toteutumisesta ja nuorten taidoista vastata laatimiini kysymyksiin. Tästä opittuani muotoilin kysymyksiä uudelleen ja sain mielestäni toimivamman kokonaisuuden aikaiseksi.

Tässä opinnäytetyössä oli selvästi huomattavaa, että nuoret eli 7-luokan pojat olivat kiinnostuneita internetissä pelattavasta Väestöliiton pelistä. Pelkkä pelin pelaamisen suunnittelu ei olisi ajanut opinnäytetyölle asettamiani tavoitteita, mutta sen ottaminen osaksi tapahtumaa nosti nuorten motivaatiota ryhmätyöhön ja tavoitteiden saavuttamiseen. Ryhmätyön avulla halusin saada kaikki osallistumaan ja oppimaan asiasta. Nuorten ikätaso huomioon ottaen, en odottanut suurta vaikutusta tapahtumasta, mutta uskon heidän jääneen miettimään seksuaaliterveyteen liittyviä asioita. Olen huomannut, että asioiden puheeksi ottaminen saa ihmiset kuitenkin pohtimaan asioita omalla ajallaan.

Pohtiessani tapahtuman arviointia huomasin, että tapahtuman aikaiset huomiointit olivat tärkeitä, ei vain tapahtumasta saatu palaute. Konstruktivisen ajattelun näkökulmasta arviointia pyritään tekemään jatkuvasti, koska se kehittää sekä ohjattavaa että ohjaajaa jo toiminnan aikana (Vänskä ym. 2011, 136).

Teorian ja tapahtuman kautta voidaan todeta, että nuoret sanovat tietävänsä seksuaaliterveydestä hyvin, mutta samalla myös tiedostavat, että näin ei ole. Halu tietää asioista kehittyy myös yksilöllisesti. Kaikkien ei voi olettaa kiinnostuvan seksuaaliterveydestä aiheena samanaikaisesti, niin kuin ei voi olettaa, että kaikki kehittyisivät samaan tahtiin.

Terveydenhoitajan opintoihin kuuluvassa kouluterveydenhuollon harjoittelussa pidin 5.luokan tytöille pienen oppitunnin murrosiästä. Vertasin murrosikään keskittyvää oppituntia pitämäni seksuaaliterveyden edistämisen tapahtumaan ja huomasin, että 7.luokan pojat ovat ajatuksiltaan ja kysymyksiltään suhteellisen samalla tasolla 5.luokan tyttöihin. Yksilölliset erot on toki otettava huomioon.

Teoriaa kirjoittaessani ja eri oppikirjoja tutkiessani huomasin, että niissä on suuria eroja. Toiset keskittyvät enemmän muun muassa perheen määrittelyyn, sukupuolitauteihin ja raskauteen. Nämä oppikirjat olivat yleensä painettu noin kymmenen vuotta sitten. Toiset puolestaan selittävät murrosiän psyykkisiä muutoksia ja ajatuksia paremmin ja olivat kokonaisvaltaisempia sekä tasa-arvoisempia kaikkia kohtaan. Oli mielenkiintoista, että muutamassa vuodessa tämä ero oli kasvanut niin suureksi. Kehitys oli mielestäni tapahtunut positiiviseen suuntaan, mutta jäin pohtimaan vanhempien oppikirjojen tämän hetkistä käyttöastetta oppilaitoksissa. Opetussuunnitelma määrittelee opetuksen sisällön, mutta ei varsinaisesti käytössä olevaa oppimateriaalia. Ovatko kaikki nuoret terveystiedon ja seksuaaliterveyden opetuksen ja oppimateriaalien suhteen samalla tasolla?

7.1 Oma ammatillinen kasvu

Oman ammatillisen kasvun näkökulmasta toiminnallisen opinnäytetyön tekeminen on ollut itseä kehittävää. Terveydenhoitajan työssä tapahtumien suunnittelu ja järjestäminen eivät ole arkipäivää, mutta eivät harvinaistakaan. Työ-

kentän laajuuden vuoksi on hyvä osata järjestää ja toteuttaa tapahtumia, isoja ja pieniä.

Asiantuntijuus lähtee asioihin perehtymisestä ja oma kiinnostus aiheeseen vaikuttaa aina lopputulokseen. Terveystieteiden työ on siis jatkuvaa itsensä kehittämistä ja uuden oppimista. Hoitotieteen lisäksi on tiedettävä myös muista tieteistä, kuten kasvatustieteestä, ravitsemus- ja liikuntatieteistä mahdollisimman laajan tiedon ja taidon saamiseksi. Kyky arvioida omaa osaamistaan sekä tietojaan ja taitojaan on osa terveystieteiden kompetenssia eli ammatillista osaamista. (Suomen Terveystietäjäläiitto 2008, 8.)

Terveystieteiden työ on terveyden edistämistä ja sen keinojen kehittämistä yhteisön hyvinvoinnin parantamiseksi. Terveystietä voidaan edistää ammattilaisten taholta vain, jos yksilö on siihen itse halukas. Yksilön ja yhteisön osallistaminen omaan terveyden edistämiseen on tuloksellisempaa työtä kuin yksipuolinen vaalistaminen asiasta. Työ tulee suunnitella ja tehdä tasa-arvoisesti ja kaikki huomioon ottaen. (Suomen Terveystietäjäläiitto 2008, 6.) Opinnäytetyössäni halusin osallistaa nuoret omaan terveyden edistämiseen teettämällä heillä seksuaaliterveyden edistämiseen liittyvän ryhmätyön. En ollut aiemmin suunnitellut tapahtumia tai toteuttanut niitä. Pohdin tapahtumaa siltä kannalta, mikä itsestä olisi mielekästä, vaikka itse en ole enää murrosikäinen.

Opinnäytetyöprosessi on ollut omalta mukavuusalueelta poistumista, mikä jo itsessään on kasvattanut minua ihmisenä ja tulevana ammattilaisena. Tämän työn tekeminen yksin on ollut haastavaa, koska omalle tekstilleen tulee sokeaksi. Seminaareissa muiden kommenttien vastaanottaminen ja niistä oppiminen ovat tuoneet laajempaa näkökulmaa opinnäytetyöhöni. Rakentavan palautteen saaminen ja työn muilla luetuttaminen ovat tuoneet esille asioita, joita en itse olisi edes tullut ajatelleeksi. Toiminnallisen opinnäytetyön tekeminen osana terveystieteiden ammattikorkeakoulututkintoa kasvatti toimimaan erilaisissa toimintaympäristöissä. Puhuminen ja puheeksi ottaminen ovat tärkeitä terveystieteiden työn keinoja, joita tulee ylläpitää ja harjoitella vastaisuudessakin.

Toiminnallisesta opinnäytetyöstä opin, että pelkkä selkeä mielikuva tapahtuman kulusta ei riitä. Täytyy olla mustaa valkoisella, jotta sen mahdolliset epäkohdat tulevat esille ennen tapahtumaa. Ideointi on tärkeä osa prosessia, mikä auttaa valitsemaan parhaimmat ideat. Koin tärkeänä kirjoittaa ensin kaikki ideointiin liittyvät asiat ylös ja myöhemmin varsinaiseen tekstiin liittyvät mietteet ikään kuin opinnäytetyöpäiväkirjana. Teoriaa kirjoittaessani pystyin aina palaamaan aikaisempiin ajatuksiini ja kehittämään niiden kautta parempaa tekstiä. Opinnäytetyön prosessin aikana huomasin miettiväni työtäni päivin ja öin, ja tuolloin ajatusten kirjaaminen helpotti muun muassa unen saantia.

7.2 Tapahtuman kehittämideoita

Koulujen lisätessä interaktiivista työskentelyä ja aktiivista otetta opetukseen, toiminnallisella tapahtumalla on mahdollista saada lisää vaikutusta nuoriin. Nuorten kiinnostus sosiaaliseen mediaan ja virtuaaliseen maailmaan lisäävät opetuksen haasteita, mutta luovat myös mahdollisuuksia. Seksuaaliterveyden edistämisen näkökulmasta on tärkeää saada tieto nuorille heitä kiinnostavalla tavalla.

Tapahtumaa voidaan kehittää muun muassa ryhmäkohtaisesti. On kyse erityisluokasta, liikuntapainotteisesta tai tavallisesta luokasta, jokainen ryhmä on aina erilainen. Seksuaaliterveyteen liittyvä teoria päivittyy ja suositukset voivat muuttua ajan mukana. Tapahtumaa järjestettäessä on siis otettava huomioon, että käytössä on ajanmukainen tieto. Itse aiheeseen johdattaminen on hyvä ottaa huomioon nuorille järjestettävissä tapahtumissa, eli keskeisten käsitteiden esittely ja tapahtuman tavoitteet. Jos mahdollista, nuoret voisi ottaa mukaan jo tapahtuman suunnitteluun ja itse toteutukseen. Tarkoituksen eli miksi tapahtuma tehdään ja tavoitteiden eli mitä tapahtumassa tehdään yhteinen laatiminen voivat lisätä nuoren motivaatiota asiasta oppimisen suhteen. Nuoret ovat halukkai-

ta tietämään asioista, mutta samalla he haluavat tietää, miksi asioista on tiedettävä.

Paljon on puhuttu itsetunnon ja minäkuvan vahvistamisesta. Ne ovat iso osa nuoren kehitystä murrosiässä, jolloin tämä tarvitsee positiivista kannustusta tunteakseen itsensä riittävän hyväksi. Toiminnallista tapahtumaa voidaan kehittää myös tällä ajatuksella. 7.luokka on ryhmänä kehityksellisesti hyvin eritasoinen. Tästä syystä voisikin olla kaikkien eduksi, että keskityttäisiin enemmän murrosiän psyykkiseen kasvuun ja kehitykseen sivuten myös varsinaista seksuaaliope-
tusta.

Tätä toiminnallista tapahtumaa voidaan rakenteellisesti käyttää missä tahansa oppilaitoksessa tai ryhmässä, jossa on tarvetta nuorten seksuaaliterveyden edistämiseksi. Ajankohtaisesti aiheeseen perehtyminen on suotavaa, koska suositukset ja laki muuttuvat ajoittain. Aiheeseen perehtyminen myös lisää asiantuntijuutta sekä mahdollisesti nuorten uskallusta keskustella asiasta. Ryhmän ohjaajan omat asenteet ja arvot eivät saisi olla nuorten suvaitsevaisuuden ja tiedon kehittämisen esteenä.

LÄHTEET

- Aalberg, Veikko & Siimes, Martti A, 2007. Lapsesta aikuiseksi. Nuoren kypsyminen naiseksi tai mieheksi. Helsinki: Nemo.
- Anttila, Anna 2012. Seksiin, seurusteluun sekä koulun seksuaaliopetukseen liittyviä poikien kokemuksia ja toiveita nettikyselyssä. Teoksessa Osmo Kontula (toim.) Mitä pojat todella haluavat tietää seksistä - tehoa poikien seksuaaliopetukseen (PoikaS -hanke). Internet - julkaisu. Helsinki: Väestöliitto. Viitattu 29.3.2015. http://vaestoliitto.fi/bin.directo.fi/@Bin/4bf72c63e420359907d86ae02b5e670e/1427633949/application/pdf/3335068/PoikaS-raportti_web.pdf, 61–94.
- Bildjuschkin, Katriina & Ruuhilahti, Susanna 2008. Seksiä vaatteet päällä. Helsinki: Tammi.
- Bildjuschkin, Katriina & Ruuhilahti, Susanna 2010. Puhutaan seksuaalisuudesta. Ammatillisia kohtaantumisia sosiaali- ja hoitotyössä. Helsinki: Kirjapaja.
- Cacciatore, Raisa & Koiso-Kanttila, Samuli 2010. Pelastakaa pojat! Helsinki: Minerva.
- Cacciatore, Raisa; Korteniemi-Poikela, Erja & Huovinen, Maarit 2008. Miten tuen lapsen ja nuoren itsetuntoa. Helsinki: WSOY.
- Frantti-Malinen, Ulla 2004. Tietoa ja tukea seksuaali- tai sukupuolivähemmistöön kuuluvalla. Teoksessa Elise Kosunen & Maija Ritamo (toim.) Näkökulmia nuorten seksuaaliterveyteen. Helsinki: Stakes, 100–111.
- Haavio-Mannila, Elina; Kontula, Osmo & Rotkirch, Anna 2002. Sexual lifestyles in the Twentieth Century. A research study. Hampshire: Palgrave.
- Hakulinen, Tuovi; Pietilä, Anna-Maija & Kurkko, Heli 2002. Terveystieteen vaikuttavuuden arviointi ja tulevaisuus. Teoksessa Anna-Maija Pietilä, Tuovi Hakulinen, Eila Hirvonen, Päivikki Koponen, Eeva-Maija Salminen & Kirsi Sirola (toim.) Terveystieteen edistäminen. Uudistuvat työmenetelmät. Helsinki: WSOY, 281–300.
- Hirsjärvi, Sirkka; Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2010. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Honkanen, Hilikka & Mellin, Oili-Katriina 2015. Terveystieteen edistämisen työmenetelmiä terveydenhoitajan työssä. Yhteistyö yhteisöjen ja ryhmien kanssa. Teoksessa Päivi Haarala, Hilikka Honkanen, Oili-Katriina Mellin & Tiina Tervaskanto-Mäentausta (toim.) Terveystieteen edistämisen työmenetelmät. Helsinki: Edita, 202–212.
- Kaltiala-Heino, Riittakerttu 2004. Seksuaalisuus ja mielenterveys nuoruusiässä. Teoksessa Elise Kosunen & Maija Ritamo (toim.) Näkökulmia nuorten seksuaaliterveyteen. Helsinki: Stakes, 61–71.
- Kannas, Lasse; Eskola, Kari; Räsänen, Pia & Mustajoki, Pertti 2005. Virtaa. Uuden sukupolven terveystieto. Jyväskylä: Atena.
- Kannas, Lasse; Eskola, Kari; Välimaa, Pia & Mustajoki, Pertti 2010. Virtaa. Nuoret, terveys ja arkielämä. Jyväskylä: Atena.
- Kauppila, Reijo A. 2005. Vuorovaikutus- ja sosiaaliset taidot. Opetus 2000. Jyväskylä: PS-kustannus.

- Kauppila, Reijo A. 2007. Ihmisen tapa oppia. Opetus 2000. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Keltikangas-Järvinen, Liisa 2001. Tunne itsesi, suomalainen. Helsinki: WSOY.
- Kettunen, Liisa 2001. Kyllä vai Ei. Murrosikäisestä aikuiseksi. Helsinki: WSOY.
- Klemetti, Reija & Raussi-Lehto, Eija (toim.) 2014. Edistä, ehkäise, vaikuta – Seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelma 2014–2020. Helsinki: Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos.
- Kontula, Osmo & Meriläinen, Henna 2007. Koulun seksuaalikasvatus 2000-luvun Suomessa. Internet -julkaisu. Helsinki: Väestöliitto. Viitattu 29.3.2015. http://www.vaestoliitto.fi/@Bin/256572/Pesese_7.pdf.
- Kopakkala, Aku 2005. Porukka, jengi, tiimi. Ryhmädynamiikka ja siihen vaikuttaminen. Helsinki: Edita.
- Kosunen, Elise 2006. Seksuaaliterveyden edistäminen Suomessa. Muistio seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistämisen toimintaohjelmaa laativaa työryhmää varten. Helsinki: Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus.
- Lehtinen, Ismo; Lehtinen, Tiina & Soisalo, Soili 2013. Syke 7–9 terveystieto. Helsinki: Edita.
- Lehtonen, Jukka 2006. Seksuaalisuuden ja sukupuolen moninaisuus koulun käytännöissä ja nuorten elämässä. Teoksessa Eija Asikainen (toim.) Pysäytyskuvia. Sukupuoli ja seksuaalisuus nuorten elämässä ja koulun arjessa. Internet-julkaisu. Joensuu: Joensuun Yliopistopaino, 49–66.
- Niemistö, Raimo 2000. Ryhmän luovuus ja kehitysehdot. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Nummelin, Raija 2000. Seksuaalikasvatusmateriaalit – pääkaupunkiseutulaisten nuorten näkemyksiä ja kokemuksia. Väitöskirja. Tampere: Tampereen Yliopisto.
- Nurmiraanta, Hanna; Leppämäki, Päivi & Horppu, Sari 2011. Kehityspsykologiaa lapsuudesta vanhuuteen. Helsinki: Kirjapaja.
- Nyyti ry 2014. Itsetunto. Viitattu 12.1.2015. <https://www.nyyti.fi/tietoa/itsetunto/>.
- Näre, Sari 2006. Julkinen, intiimi ja nettijulkisuus nuorten sukupuolikulttuurissa. Teoksessa Eija Asikainen (toim.) Pysäytyskuvia. Sukupuoli ja seksuaalisuus nuorten elämässä ja koulun arjessa. Internet-julkaisu. Joensuu: Joensuun Yliopistopaino, 67–80.
- Opetushallitus 2014. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet. Viitattu 28.1.2015. http://www.oph.fi/download/163777_perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf.
- Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki 1287/2013. Viitattu 25.3.2015. <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2013/20131287>.
- Orkovaara, Pirjo; Cacciatore, Raisa; Furman, Ben; Hirvihuhta, Harri; Hämäläinen, Anu-Maaria; Kekki, Marjo & Korteniemi-Poikela, Erja 2004. Dynamo. Terveystietoa luokille 7–9. Helsinki: Tammi.
- Pohjois-Haagan yhteiskoulu i.a. Viitattu 12.1.2015. <http://www.phyk.fi/yl%C3%A4aste.aspx>.

- Pötsönen, Riikka 2003. Suomalaisten seksuaaliterveys. Teoksessa Riitta Luoto, Kirsi Viisainen & Ilona Kulmala (toim.) Sukupuoli ja terveys. Tampere: Vastapaino, 101–112.
- Rouvinen-Kemppinen, Katriina & Kemppinen Pertti 2000. Luovuuden kukoistus. Toiminnallinen harjoituskirja. Vantaa: Kannustusvalmennus.
- Ryttyläinen, Katri & Valkama, Sirpa 2010. Seksuaalisuus hoitotyössä. Helsinki: Edita.
- Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus 2000. Yhteisöanalyysillä työ alkuun! Viitattu 12.1.2015. http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/77268/ideakortti3_00.pdf?sequence=1.
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2007. Seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistäminen. Toimintaohjelma 2007-2011. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.
- Suomen Terveydenhoitajaliitto ry 2008. Terveydenhoitajan ammatillisen osaamisen tunnistaminen. Viitattu 19.2.2015. http://www.terveydenhoitajaliitto.fi/easydata/customers/sthl/files/liitt eet/TH_am_os_tunnistami_6_10.pdf.
- Terho, Pirjo 2002. Kouluterveydenhuollon tavoitteet ja merkitys. Teoksessa Hillevi Krogius & Matti Pietikäinen (toim.) Kouluterveydenhuolto. Helsinki: Duodecim, 18–22.
- Tervaskanto-Mäentausta, Tiina 2008. Kouluikäinen ja nuori. Teoksessa Päivi Haarala, Hilikka Honkanen, Oili-Katriina Mellin & Tiina Tervaskanto-Mäentausta (toim.) Terveydenhoitajan osaaminen. Helsinki: Edita, 365–404.
- Tervaskanto-Mäentausta, Tiina 2015. Kouluikäinen ja nuori. Teoksessa Päivi Haarala, Hilikka Honkanen, Oili-Katriina Mellin, Tiina Tervaskanto-Mäentausta (toim.) Terveydenhoitajan osaaminen. Helsinki: Edita, 280–318.
- Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos 2010. Maailman terveysjärjestön (WHO) Euroopan aluetoimisto ja Bzga. Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa. Suuntaviivat poliittisille päättäjille, opetus- ja terveydenhoitoalan viranomaisille ja asiantuntijoille. Helsinki: Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos. Viitattu 2.2.2015. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80220/039844e2-c540-4e81-834e-6f11e0218246.pdf?sequence=1>.
- Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos 2015a. Kouluterveyskysely 2000/2001-2013. Seksuaaliterveys. Viitattu 29.1.2015 <http://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntija-tyo/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely/tulokset/tulokset-aiheittain/seksuaaliterveys>.
- Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos 2015b. Klamydia on nuorten sukupuolitauti. Viitattu 30.1.2015. <http://www.thl.fi/fi/aiheet/tietopakettit/kesaterveys/heita-vapaalle-vastuullisesti/klamydia-on-nuorten-sukupuolitauti>.
- Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos 2015c. Klamydia. Esiintyvyys Suomessa. Tartuntatautirekisterin tilastotietokanta. Viitattu 30.1.2015 https://sampo.thl.fi/sampo_prod/cgi-

- bin/cognos.cgi?b_action=powerPlayService&ui.action=run&TARGET=%2Fcontent%2Ffolder%5B%40name%3D%27amor_prod%27%5D%2Ffolder%5B%40name%3D%27ttr%27%5D%2Fpackage%5B%40name%3D%27amor_ttr_shp_1350_fi_prod%27%5D.
- Terveysdenhuoltolaki 2010/1326. Viitattu 22.3.2015.
[https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326?search\[type\]=pika&search\[pika\]=terveydenhuoltolaki#L2P12](https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326?search[type]=pika&search[pika]=terveydenhuoltolaki#L2P12)
- Viitala, Anne 2002. Terveystieto ja koululaisen terveyden edistäminen kouluterveydenhoitajan näkökulmasta. Pro gradu -tutkielma. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Vilka, Hanna & Airaksinen, Tiina 2004. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.
- Väestöliitto 2005. Tasa-arvon ja lisääntymisterveyden edistämällä kohti vuosituhattavoitteita. Tiivistelmä YK:n väestörahasen vuosiraportista State of World Population 2005. Helsinki: Väestöliitto.
- Väestöliitto 2015a. Peli seksuaalikasvatukseen: Sitähän sä kysyt!. Viitattu 13.2.2015. http://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/tietoa-seksuaalisuudesta/ammattilaiset/tyokalupakki/valineita_nuoren_kohtaamiseen/sitahansakysyt/.
- Väestöliitto 2015b. Superori. Viitattu 13.2.2015. <http://superori.fi/>.
- Vänskä, Kirsti; Laitinen-Väänänen, Sirpa; Kettunen, Tarja & Mäkelä, Juha 2011. Onnistuuko ohjaus? Sosiaali- ja terveysalan ohjaustyössä kehittyminen. Helsinki: Edita.

LIITE 1 Toiminnallinen tapahtuma taulukkona

Seksuaaliterveyttä edistävä tapahtuma, kevät 2015

| SUUNNITELTU TOIMINTA | TOIMINNAN TAVOITE | TOIMINNAN TOTEUTUS | ARVIOINTI |
|---|---|---|---|
| Tehtävä 1 Tutustuminen (10min) | - Luottamuksen syntyminen - Positiivinen ilmapiiri | - Oma nimi - Asia, jossa on hyvä/ josta tykkää | - Alkujännitys (molemmin puoleinen) - Hieman jäykkä alku |
| Tehtävä 2 Johdanto diat (25min) | - Aiheeseen orientoituminen | - Aiheeseen liittyviä kysymyksiä - Kaikki aiheeseen liittyvät vastaukset hyväksytään | - Odotettua vähemmän vastauksia - Vastaukset asiallisia ja aiheeseen liittyviä |
| Tehtävä 3 Ryhmätyö (45min) | - Tieto luotettavista tiedonlähteistä - Oppiminen aiheesta | - Tiedonetsintä luotettavista tiedonlähteistä - Kysymyksiin vastaaminen - Ryhmässä työskenteleminen | - Luotettavat tiedonlähteet hyvin käytössä - Keskittyminen vaihtelevaa |
| Tehtävä 4 Arviointi (10min) | - Oppimisen ja ohjauksen arviointi | - Vastaaminen avoimiin kysymyksiin - Kirjallinen palaute | - Suppeat/ yksinkertaiset vastaukset |

LIITE 2 Trivia

SEKSUAALITERVEYS TRIVIA

Jonna Jäsberg

Terveystenhoitaja opiskelija

Diakonia ammattikorkeakoulu

KOHTA1

SEKSI

MISTÄ/KENELTÄ SAAT LUOTETTAVAA TIETOA?

MIKÄ OLII SEKSIIN ALKUPERÄINEN TARKOITUS?

KOHTA 2

MISSÄ IKÄKAUDESSA OLETTE?

MURROSIKÄ

MITÄ MURROSIÄSSÄ TAPAHTUU?

KOHTA 3

MITÄ TEILLE TULEE MIELEEN SANASTA
SEKSUAALITERVEYS?

MISTÄ OLISI HYVÄ ETSIÄ LISÄÄ TIETOA?

LINKKEJÄ

Väestöliitto, nuoret

<http://www.vaestoliitto.fi/nuoret/seksi/>

THL, Nuoret ja seksuaalisuus

<http://www.thl.fi/fi/web/terveyden-edistaminen/toimijat/terveyden-edistaminen-eri-toimialoilla/terveyden-ja-hyvinvoinnin-edistaminen-ammattillisessa-koulutuksessa/seksuaaliterveys/nuoret-ja-seksuaalisuus>

TOHTORI.FI

<http://www.tohtori.fi/seksiklinikka/>

AIDSTUKIKESKUS, sukupuoli- ja sukupuolitaudeista

<http://www.aidstukikeskus.fi/sivut>

MLL, Mannerheimin Lastensuojeluliitto, nuortennetti

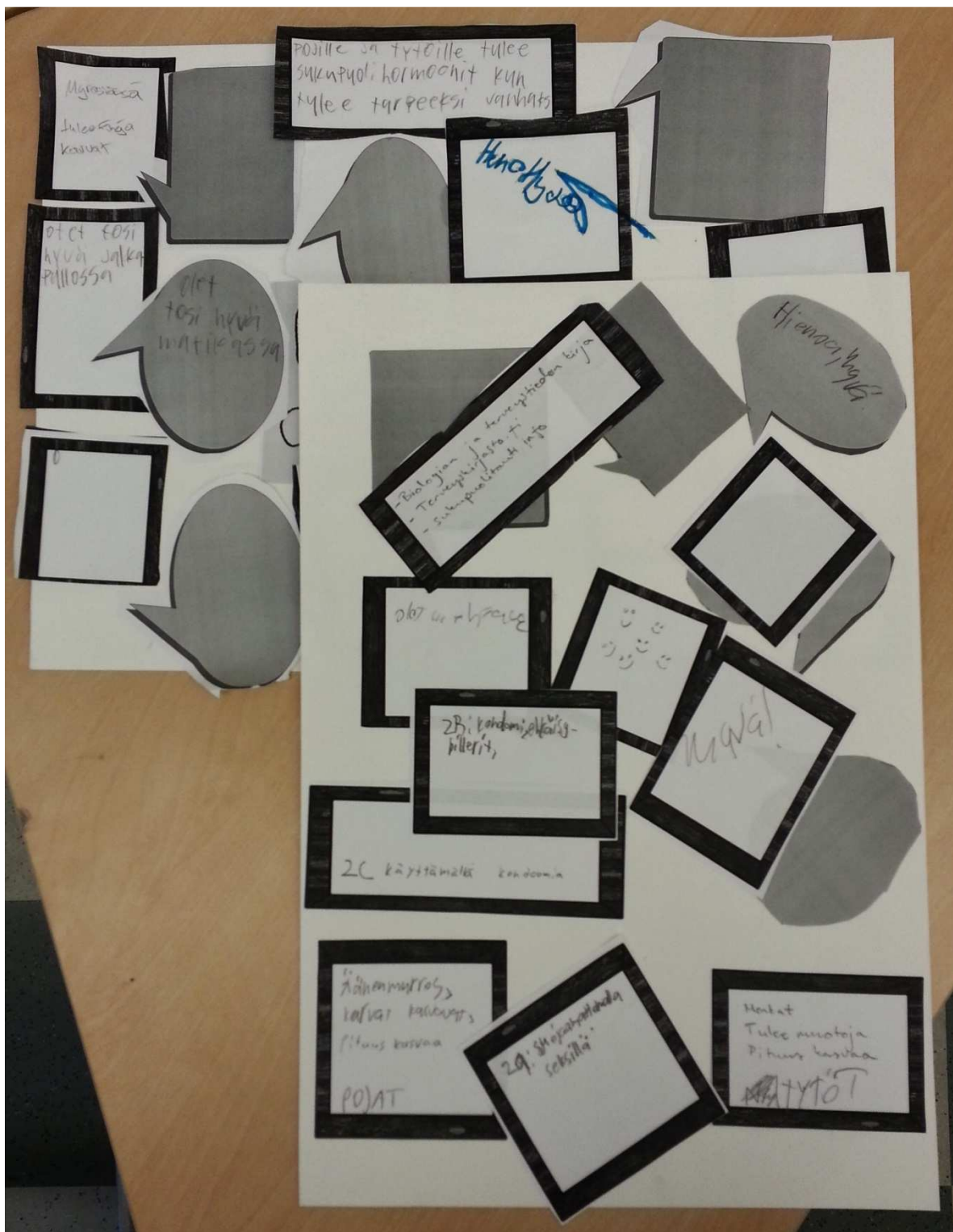
<http://www.mll.fi/nuortennetti/omakehitys/>

NUORISOTIEDOTUSKESKUS, KOMPASSI

http://www.kompassi.info/FI/search/community.asp?id=3729&_item_id=978

LIITE 3 Tuotokset

Toiminnallisen tapahtuman valmiit tuotokset.



LIITE 4 Palautelomake

TOIMINNALLISEN TAPAHTUMAN ARVIOINTI

Vastaa vähintään yhdellä lauseella jokaiseen kohtaan.

1. Mitä opit tänään?

2. Tapahtuman aiheeseen liittyen. Mistä haluaisit vielä lisää tietoa?

3. Mikä edisti oppimistasi?

4. Mikä oli mielestäsi kivaa?

5. Mikä oli mielestäsi huonoa?

6. Muita kommentteja tunnista.

KIITOS PALAUTTEESTA!