



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU
Yhdessä enemmän

Kehitysvammaisten seksuaalikasvatus ryhmätoimintana

Reiman, Hanna

Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

Kehitysvammaisten seksuaalikasvatus
ryhmätoimintana

Hanna Reiman
Hoitotyön koulutusohjelma
Opinnäytetyö
Tammikuu, 2016

Hanna Reiman

Kehitysvammaisten seksuaalikasvatus ryhmätoimintana

Vuosi 2016 Sivumäärä 88

Kehitysvammaisten seksuaalisuus on asia, jota ei haluta myöntää tai josta ei haluta keskustella. Se on aiheena arkaluontoinen ja vaikeasti lähestyttävä. Seksuaalisuuteen liittyvät asiat ovat läsnä kehitysvammaisten arjessa aivan kuten muillakin ihmisillä. He kohtaavat paljon esteitä seksuaalisuutensa toteuttamisessa; heille asetetaan paljon enemmän kieltoja ja rajoitteita. Jokaisella ihmisellä on kuitenkin yhtäläiset oikeudet omaan seksuaalisuuteensa ja sen toteuttamiseen. Monella kehitysvammaisella on puutteellista tietoa seksuaalisuuteen ja seksiin liittyvissä asioissa. Seksuaalikasvatusta ei yleensä järjestetä kehitysvammaisille ja toimintarajoitteidensa takia he eivät välttämättä kykene itsenäisesti hankkimaan tarvittavaa asianmukaista tietoa.

Tämä toiminnallinen opinnäytetyö toteutettiin eräässä toimintakeskuksessa, josta kaupungin vammaispalvelut hankkii ostopalveluina palveluja kehitysvammaisille. Työ koostui kahdesta osasta: seksuaalikasvatusryhmien tuntisuunnitelmista ja -materiaalista sekä toimintaraportista. Seksuaalikasvatuksen pilottiryhmä toteutettiin tuntisuunnitelmien mukaisesti kymmenen viikon ajan syksyllä 2014.

Tuntisuunnitelmien runkona käytettiin Maailman Terveysjärjestön Seksuaalikasvatuksen Standardit Euroopassa asiakirjaa, joka löytyy internetistä. Kohderyhmäksi valittiin aikuiset, joilla yhtenä ominaisuutena on lievä kehitysvamma ja jotka tarvitsevat tietoa seksuaalisuuteen liittyvissä asioissa.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli antaa kehitysvammaisten parissa työskenteleville valmiuksia toteuttaa seksuaalikasvatusta ryhmätoimintana. Tavoitteena oli lisätä kehitysvammaisten tietämystä seksuaalisuuden osa-alueista ja tukea heidän seksuaaliterveyttään ja pyrkiä ennaltaehkäisemään seksuaalista hyväksikäyttöä.

Pilottiryhmälle tehdyn palautekyselyn perusteella tällaiselle ryhmätoiminnalle olisi jatkossakin kysyntää ja tarvetta sekä tiedon lisäämisen että myös vaihtelun näkökulmasta.

Asiasanat: kehitysvammaisuus, seksuaalisuus, seksuaalikasvatus

Hanna Reiman

Sexuality Education for Intellectually Disabled as a Group Activity

Year	2015	Pages	88
------	------	-------	----

Sexuality of intellectually disabled people is a subject that is often denied and rarely talked about. It is a sensitive and difficult subject to approach. Sexuality is an everyday issue that concerns the intellectually disabled people, just as it does everyone else. They meet numerous obstacles when trying to fulfil their sexual needs; they face more restrictions than the rest of the population. Everyone has equal rights when it comes to sexuality and fulfilling sexual needs. Many intellectually disabled people have limited knowledge about sex and sexuality. Sexuality education is rarely available for the intellectually disabled and due to their disabilities, they are rarely capable of acquiring said information independently.

This thesis was compiled at a service center, from which the city outsources services for the intellectually disabled. The thesis consists of two parts: providing materials and lesson planning for sexuality education groups, and a report these procedures. This sexuality education pilot group was implemented, in accordance with the lesson plan, in the course of ten weeks in the fall of 2014.

The basis for the lesson plan was “Standards for Sexuality Education in Europe”, which is a document distributed by the World Health Organization and is available on the internet. The target group consisted of adults with mild intellectual disabilities, who needed information concerning sexuality.

The purpose of this thesis was to provide the basis for a sexuality education course to those who work with intellectually disabled people. The aim was to increase knowledge among the intellectually disabled people concerning sexuality, to support a healthy sexual lifestyle and to prevent sexual abuse.

According to a questionnaire provided to the target group this kind of group activity would be welcome in the future. Not just for the increase in knowledge about sex and sexuality, but also as a change for something different.

Keywords: intellectual disability, sexuality, sexuality education

Sisällys

1	Johdanto.....	6
2	Kehitettävän toiminnan teoreettiset perustelut	8
2.1	Kehitysvammaisuus	8
2.2	Seksuaalisuus.....	10
2.3	Seksuaalisuuden kehittyminen	12
2.4	Seksuaalioikeudet	14
2.5	Seksuaalikasvatus	15
2.6	Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa	17
2.7	Kehitysvammaisuus ja seksuaalisuus.....	26
3	Kehittämistoiminnan menetelmät	27
3.1	Aineistonkeruumenetelmä.....	27
3.2	Aineiston analysointi.....	28
3.3	Luotettavuus	29
3.4	Eettisyys	30
4	Kehittämistoiminnan ympäristö	31
5	Kehittämistoiminnan toteutus	32
6	Tuotos.....	34
7	Kehittämistoiminnan arviointi	38
7.1	Palautekysely	38
7.2	Pohdintaa.....	40
7.3	Kehittämisehdotukset	42
	Lähteet	43
	Liitteet.....	46

1 Johdanto

Suomen perustuslaki (11.6.1999/731) takaa jokaiselle Suomen kansalaisille perusoikeuksia, joita ovat mm. yhdenvertaisuus lain edessä, oikeus elämään sekä henkilökohtaiseen vapauteen ja koskemattomuuteen ja yksityiselämän suojaan. Yhdenvertaisuudella tarkoitetaan, että ”ketään ei saa ilman hyväksyttävää perustetta asettaa eri asemaan sukupuolen, iän, alkuperän, kielen, uskonnon, vakaumuksen, mielipiteen, terveydentilan, vammaisuuden tai muun henkilöön liittyvän syyn perusteella”. (Finlex 2012.)

Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista (22.9.2000/812) ja laki potilaan asemasta ja oikeuksista (17.8.1992/785) takaavat jokaiselle ihmiselle itsemääräämisoikeuden, mikäli hän on kykenevä päättämään asioistaan. (Finlex 2011; Finlex 2015.)

Seksuaalioikeudet ovat keskeinen osa ihmisen itsemääräämisoikeutta. IPPF:n (International Planned Parenthood Federation) määritelmän mukaan jokaisella ihmisellä on seksuaalioikeuksia, joita ovat muun muassa oikeus elämään, oikeus nauttia seksuaalisuudesta, oikeus tietoon seksuaalisuudesta, oikeus suojella itseään ja oikeus seksuaaliterveydenhuoltoon. (Apter, Väisälä & Kaimola 2006, 424.)

Kehitysvammaisuuteen liittyy paljon käytännön ongelmia. Kehitysvammaisten on esimerkiksi vaikea saada tietoa seksuaalisuudesta julkisen terveydenhuollon tai sosiaalitoimen piiristä kommunikaatio-ongelmiensa tai kognitiivisten puutteidensa vuoksi. Kehitysvammaisuuteen ja seksuaalisuuteen liittyy lisäksi paljon myyttejä, kuten esimerkiksi, että kehitysvammaisilla ei ole samanlaisia seksuaalisia tarpeita kun ei-kehitysvammaisilla tai kehitysvammaisten kuuluu seurustella toisten kehitysvammaisten kanssa. Harhaluuloja on myös, ettei heille ole tarpeellista puhua seksuaalisuuteen liittyvistä asioista, jotta ei herätetä turhia toiveita tai haluja. Myyttien takia kehitysvammaisten seksuaalisuuteen saatetaan suhtautua varautuneesti ja se voi olla joillekin jopa tabu, asia joka on kiellettyä tai kirottua, jolloin siitä ei ole soveliasta edes keskustella. Ikään kuin seksuaalisuus ja seksi olisi tarkoitettu ainoastaan terveille, kauniille ja nuorille ihmisille. (Palonen-Munnukka 2009, 5-35.)

Seksuaalisuuteen liittyvät aiheet ja asiat ovat jatkuvasti pinnalla kehitysvammaisten toimintakeskuksissa ja asumispalveluyksiköissä, joten erään kaupungin vammaispalveluista toivottiin, että opinnäytetyön aihe liittyisi kehitysvammaisiin ja seksuaalisuuteen. Nämä kaksi ai-hetta käsitellään tarkoituksella erillään, sillä ei ole olemassa erikseen kehitysvammaisten seksuaalisuutta. Kuten Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen internet-sivustollakin (2014) todetaan, jokainen ihminen on seksuaalinen omalla tavallaan eikä sitä vähennä sairaus, vamma tai ikääntyminen. Kuten Palonen-Munnukkakin (2009, 5) toteaa, ”kehitysvammaiset pelaavat aivan samoja pelejä kuin muutkin ihmiset, mutta hiukan eri säännöillä.”

Vammaispalvelujen toiveesta opinnäytetyön aiheeksi muokkautui kehitysvammaisten seksuaalikasvatus ryhmätoimintana ja se koostuu kahdesta osasta; seksuaalikasvatusryhmien tuntisuunnitelmista ja -materiaalista sekä toimintaraportista.

Työn tavoitteena on antaa lievästi kehitysvammaisten parissa työskenteleville valmiudet toteuttaa seksuaalikasvatusta ryhmätoimintana ja täten lisätä kehitysvammaisten tietoa seksuaalisuuden eri osa-alueista ja tukea heidän seksuaaliterveyttään ja ennaltaehkäistä seksuaalista hyväksikäyttöä.

Seksuaalikasvatuksen pilottiryhmä toteutettiin tuntisuunnitelmien mukaisesti eräässä kehitysvammaisten toimintakeskuksessa kymmenen viikon ajan syksyllä 2014.

Työn tarkoitus on, että tuntisuunnitelmia ja -materiaaleja käytettäisiin jatkossakin aktiivisesti ryhmätoiminnassa toimintakeskuksessa. Ne on koottu toimintakeskuksen ohjaajille avuksi ryhmien suunnitteluun ja toteutukseen. Ohjaajat voivat ryhmän tason huomioiden itse päättää, miten syvällisesti aiheita käsittelevät ryhmissään. Tuntisuunnitelmien runkona on käytetty Maailman Terveysjärjestön Seksuaalikasvatuksen Standardit Euroopassa asiakirjaa, joka löytyy internetistä.

Seksuaalikasvatuksen kohderyhmänä ovat nuoret ja nuoret aikuiset, joilla yhtenä ominaisuutena on lievä kehitysvamma tai kehitysviive ja jotka ovat muuttaneet tai muuttamassa pois kotoa ja ovat seksuaaliselta kehitykseltään sillä tasolla, että tarvitsevat tietoa seksuaalisuudesta ja hyötyvät seksuaalikasvatuksesta.

2 Kehitettävän toiminnan teoreettiset perustelut

2.1 Kehitysvammaisuus

Kehitysvammaliiton sivuilta löytyy AAIDD:n (American Association of Intellectual and Developmental Disabilities) suomennettu määritelmä kehitysvammaisuudesta: ”Kehitysvammaisuus on vammaisuutta. Sitä luonnehtivat huomattavat rajoitukset sekä älyllisissä toiminnoissa että adaptiivisessa käyttäytymisessä ilmeten käsitteellisissä, sosiaalisissa ja käytännöllisissä taidoissa. Tämä vammaisuus on saanut alkunsa ennen kuin henkilö on täyttänyt 18 vuotta”. (Kehitysvamma-alan verkkopalvelu 2012.)

Kehitysvammalla voidaan tarkoittaa muitakin kuin hermoston vaurioita ja vammoja. Suurimmalla osalla kehitysvammaisista on kuitenkin hermoston kehityshäiriö, mikä tarkoittaa hermoston sairautta, vauriota tai muuta toiminnan puutosta tai poikkeavuutta. Aivojen kehityshäiriöön liittyy älyllisen toiminnan vajautta, mistä voi käyttää käsitettä älyllinen kehitysvammaisuus (retardio mentalis). Ominaisuutena älyllinen kehitysvammaisuus voi aiheutua mitä erilaisimmista syistä lapsen kehityksen aikana (Kaski, Manninen & Pihko 2009, 16-17; Palonen-Munnukka 2009, 5.)

Maailman terveysjärjestö (WHO) käyttää ICD-10 tautiluokituksessaan älyllistä kehitysvammaisuutta kuvaamaan tilaa, jossa ihmisen henkinen suorituskyky on epätäydellinen tai estynyt. Vaikka kehitysvamma löytyy tautiluokituksesta, se ei kuitenkaan ole sairaus, vaan se on vamma tai vaurio, joka hankaloittaa päivittäistä elämää. (Kaski ym. 2009, 16-17; Palonen-Munnukka 2009, 11.)

Älyllisessä kehitysvammaisuudessa puutteita ilmenee kognitiivisissa, kielellisissä, motorisissa tai sosiaalisissa taidoissa, jotka ilmaantuvat erityisesti lapsen kehitysiässä. Älyllistä kehitysvammaisuutta voi esiintyä myös yhdessä jonkin muun psyykkisen tai fyysisen tilan kanssa. (Kaski ym. 2009, 16-17.)

Kehitysvammaisuudella tarkoitetaan vaikeutta oppia ja ymmärtää uusia asioita. Se voidaan jaotella lievästä oppimisen vaikeudesta aina vaikeaan kehitysvammaan. Kehitysvamma voi siis vaikeuttaa vain osaa ihmisen toiminnoista ja tästä syystä kehitysvammaisuutta voidaan tarkastella kolmesta eri näkökulmasta: lääketieteen ja diagnoosin, toimintakyvyn ja sosiaalisuuden näkökulmasta. Suomessa on tällä hetkellä noin 40 000 kehitysvammaista henkilöä. (Kehitysvamma-alan verkkopalvelu 2012.)

Toimintakyky (functioning) on laaja käsite, joka pitää sisällään kaikki kehon toiminnot, yksilötason toiminnan ja oman osallisuuden elämäntilanteeseen. Toimintarajoitteet (disability) -

käsitteenä vastaavasti pitää sisällään vajaavuudet ruumiin rakenteissa ja toiminnoissa sekä rajoitteet osallistumisessa ja suorituksissa. (Kaski ym. 2009, 15.)

Ympäristötekijöillä tarkoitetaan ihmisen välitöntä ja yleistä elinympäristöä, johon sisältyy muun muassa palvelut ja palvelujärjestelmät. Yksilötekijöihin taas sisältyy ihmisen nykyinen elämäntilanne, taustat ja muut yksilölliset ominaisuudet, kuten esimerkiksi sukupuoli, ikä, elämäntyyli, sosiaalinen asema, kasvatustavat ja tavat, koulutus ja elämäkokemukset sekä selviytymiskeinot. Suoritusaste (performance) ja suorituskyky (capacity) on hyvä erottaa myös toisistaan. Suoritusasteella tarkoitetaan sitä, miten ihminen suoriutuu nykyisessä ympäristössään ja suorituskyvyllä sitä, miten ihminen suoriutuisi parhaimmillaan ympäristössä, josta on poistettu suoritusta haittaavat tekijät. (Kaski ym. 2009, 15.)

Ympäristötekijöillä (environmental factors) voidaan vaikuttaa toimintakykyyn joko positiivisesti tai negatiivisesti. Toisin sanoen toimintakykyä rajoittavat tekijät vaikuttavat yksilön kehitykseen yhdessä ympäristötekijöiden kanssa (Kaski ym. 2009, 15; Palonen-Munnukka 2009, 5.)

Käsitteenä kehitysvammaisuus on moniulotteinen ja muuttuva. Tämän lisäksi se on käsitteenä ongelmallinen, sillä kehitysvammaisia henkilöitä on vaihtelevasti vaikeasti liikunta- ja kommunikaatiovammaisista, jotka ovat kokonaan toisen ihmisen avusta riippuvaisia, toimintakykyisiin, työssäkäyviin kehitysvammaisiin, jotka tulevat toimeen lähes itsenäisesti. (Lehto-Lundén 2012, 22-25.)

Kehitysvammaiset eroavat kognitiivisilta kyvyiltään toisistaan hyvin paljon. Vaikka kehitysvammaisille yritetään järjestää mahdollisimman hyvät puitteet itsenäiselle toiminnalle, tarvitsevat he tukea monilla elämän osa-alueilla, jolloin itsenäisyyttä on väkisin rajoitettava. On kuitenkin muistettava, että jokaisella kehitysvammaisella on myös omat vahvuudet ja kyvyt, joita tulee tukea. (Palonen-Munnukka 2009, 5-6.)

Merkittävästi alempi älyllinen suorituskyky muuhun väestöön verrattuna on ainut yhdistävä tekijä kaikilla kehitysvammaisilla. Tästä syystä kehitysvammaisuus väärässä asiayhteydessä käytettynä voi olla jopa loukkaava ja leimaava käsite. (Lehto-Lundén 2012, 22-25.)

AAIDD on määritellyt, että kehitysvammaisilla on ominaista, että heidän älykkyydosamääränsä on alle 70-75 ja heillä on samanaikaisesti rajoituksia kommunikaation, itsestään huolehtimisen, kotona asumisen, sosiaalisten taitojen, yhteisössä toimimisen, itsehallinnan, terveyden ja turvallisuuden, oppimiskyvyn, vapaa-ajan tai työn kanssa. Maailman terveysjärjestön (WHO) mukaan älykkyydosamäärän ollessa 50-69, puhutaan lievistä älyllisistä kehitysvammaisuuksista (retardatio mentalis levis), älykkyydosamäärän ollessa 35-49 keskivaikeasta älyllisestä kehitysvammaisuudesta (retardatio mentalis moderata), älykkyydosamäärän ollessa 20-34 vaikeas-

ta älyllisestä kehitysvammasta (retardatio mentalis gravis) ja älykkyydosamäärän ollessa alle 20 syvästä älyllisestä kehitysvammasta (retardatio mentalis profunda). (Kaski ym. 2009, 17-19.)

Myös muita kehityshäiriöitä (developmental disorders), lisävammoja ja -sairauksia voi esiintyä yhtä aikaa älyllisen kehitysvammaisuuden kanssa. Tällaisia ovat esimerkiksi epilepsia, autismi, mielenterveysongelmat, haastava käyttäytyminen ja vammat liikunta- ja aistielimissä. Mielenterveysongelmista esimerkiksi mielialahäiriöt ja psykoosi ovat tavallisia kehitysvammaisilla (Kaski ym. 2009, 17-19; Palonen-Munnukka 2009, 5.)

Kehitysvammaisuuteen on monia eri syitä. Perinnölliset syyt kattavat Huttusen (2014) mukaan noin 5 prosenttia, kun taas Kehitysvamma-alan verkkopalvelun (2012) mukaan 30-50 prosenttia kehitysvammatapauksista johtuu geneettisistä syistä.

Sikiökauden kehityshäiriöt aiheuttavat 30 prosenttia ja raskauden ja synnytyksen aikaiset haitat 10 prosenttia kehitysvammoista. Raskauden ja synnytyksen aikaisilla haitoilla tarkoitetaan esimerkiksi odottavan äidin runsasta alkoholin käyttöä. (Huttunen 2014.)

Myös synnytyksen aikainen hapenpuute aiheuttaa kehitysvammaisuutta. Äidin päihteiden käyttö tai sairastetut infektiot raskauden aikana voivat aiheuttaa kehitysvammaisuutta sikiölle. Tapaturmat ja infektiot lapsuudessa ovat lisäksi syitä kehitysvammaisuuteen. Lapsuuden tapaturmia voivat olla esimerkiksi erilaiset päähän kohdistuneet vammat tai myrkytykset, varsinkin jos olosuhteet ovat olleet lapsuudessa äärimmäisen vaikeat. (Kehitysvamma-alan verkkopalvelu 2012; Huttunen 2014.)

Kaikissa tapauksissa ei aina saada selvitettyä, mistä kehitysvammaisuus johtuu. 30-40 prosenttia tapauksista kehitysvammaisuuden syy jää tuntemattomaksi. Kehitysvammaisuus huomataan yleensä lapsen ensimmäisten elinvuosien aikana, kun kehitys ei etene odotetusti. Joskus kehitysvammaisuutta voidaan epäillä heti syntymän jälkeen vauvan ulkoisista piirteistä, kuten esimerkiksi Downin syndroomassa. (Kehitysvamma-alan verkkopalvelu 2012; Huttunen 2014.)

2.2 Seksuaalisuus

Palonen-Munnukka (2009, 13) toteaa, että ”seksuaalisuus on elämän perusta”. Hänen mukaansa ilman seksuaalisuutta ei olisi ihmiskuntaa eikä erilaisia ihmisiä.

Maailman terveysjärjestön (WHO) perusmääritelmän mukaan ”ihmisen seksuaalisuus on luonnollinen osa ihmisen kehitystä kussakin elämänvaiheessa ja käsittää fyysisiä, psykologisia ja sosiaalisia tekijöitä” (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010).

WHO:n mukaan seksuaalisuus käsitteenä sisältää sukupuolen, sukupuoliroolit, sukupuoli-identiteetin, seksuaalisen suuntautumisen, lisääntymisen, seksuaaliset suhteet, mielihyvän ja erotiikan (Terveysten ja hyvinvoinnin laitos 2014).

Jokainen ihminen on seksuaalinen, halusi hän sitä tai ei. Seksuaalisuudessa ei siis kyse ole valinnasta vaan tosiasista, että jokaisella ihmisellä tapahtuu seksuaalista kehitystä ja se alkaa jo sikiön ollessa äidin kohdussa. (Palonen-Munnukka 2009, 13.)

On kuitenkin huomioitava, että lapsuuden seksuaalisuus ei ole samanlaista kuin aikuisuuden seksuaalisuus, jossa tavoitellaan yleensä kosketusta, parisuhdetta tai lisääntymistä. Lapsuuden seksuaalisuus on toisenlaista; sisäisen ja ulkoisen kehon ihmettelyä, tiedon keräämistä, oman kehon tutkimista ja uteliaisuutta. Lapsena opetellaan läheisyyttä sekä koetaan turvaa, huolenpitoa, lohtua, mielihyvää ja nautintoa. Se voi olla myös hauskanpitoa, avointa estotonta leikkiä tai suojeluksi tulemisen tarvetta. (Apter ym. 2006, 205.)

Jokainen ihminen on omalla laillaan seksuaalinen eikä sitä vähennä sairaus, vamma tai ikäännyminen. Seksuaalisuus mahdollistaa läheisyydestä ja mielihyvää tuottavista kokemuksista nauttimisen. Oma minäkuva ja identiteetti vahvistuvat, kun oma seksuaalisuus selkiytyy. Seksuaalisuus kehittyy läpi koko elämän. (Terveysten ja hyvinvoinnin laitos 2014.)

Miesten ja naisten seksuaalisten halujen ominaispiirteet selittyvät useimmiten kehityspsykologian kautta. Yleensä miesten seksuaaliset halut heräävät naisen nuoruudesta, terveydestä ja ulkoisista tekijöistä, jotka viestivät halusta. Vastaavasti naisilla halun herättää helpon esimerkiksi miehen koko, turvallisuus ja asema. Mustasukkaisuus, joka on ihmiselle ominainen piirre, osoittaa että ihminen on jollain tasolla pariuskollinen. (Apter ym. 2006, 17.)

Seksuaalinen vietti eli libido on määritelty kuuluvaksi ihmisen perintötekijöihin, joiden mukaan ihminen tavoittelee itsepäisesti seksuaalista mielihyvää. Muiden viettien tavoin seksuaalinen vietti ohjailee hyvin paljon ihmisen käytöstä, ajatuksia ja tunteita. Seksuaalisen vietin lisäksi myös lisääntymisvietti vaikuttaa hyvin monien pakonomaistenkin käytösmallien takana. (Apter ym. 2006, 15.)

Seksuaalisuus käsitteenä pitää sisällään muutakin kuin sukupuolielinten toimintoja, kuten itsetyydytystä tai yhdyntää. Tavallisimmin se on tyytyväisyyttä, onnea ja nautintoa tuottava asia. (Kehitysvamma-alan verkkopalvelu 2012.)

2.3 Seksuaalisuuden kehittyminen

Ihmisen kehitys voidaan jakaa fyysiseen, motoriseen, kognitiiviseen ja psykososiaaliseen kehitykseen. Kehityksen muutokset eri osa-alueilla vaikuttavat toisiinsa ja ovat myös sidoksissa toisiinsa. Kehitys on siis kokonaisvaltaista ja dynaamista. Fyysistä kehitystä säätelevät elinympäristö ja perintötekijät. Motorista kehitystä säätelevät perintötekijät, elinympäristö, motivaatio ja yksilön persoonallisuus. Lisäksi motoriseen kehitykseen eli liikkeiden kehitykseen vaikuttavat keskushermoston, luuston ja lihaksien kehitys. Kognitiivisella kehityksellä tarkoitetaan tiedon käsittelyyn liittyvää kehitystä kuten esimerkiksi havainnointia, ajattelua, muistia, kieltä ja oppimista, joiden kehitykseen vaikuttavat oma aktiivisuus, perintö- ja ympäristötekijät. Psykososiaalisella kehityksellä tarkoitetaan kokonaispersoonallisuutta, sosiaalisuutta ja tunne-elämää. Psykososiaaliseen kehitykseen vaikuttavat elinympäristö, perintötekijät, yksilön aktiivisuus ja tavoitteellisuus. (Storvik-Sydänmaa, Talvensaari, Kaisvuo & Uotila 2012, 10-11.)

Kehityspsykologia on osoittanut, että lapsi syntyy seksuaalisena olentona ja hänen seksuaalisuutensa kehittyy eri vaiheissa yhtä aikaa muun kehityksen kanssa. Seksuaaliseen kehitykseen vaikuttavat biologiset, psykologiset ja sosiaaliset tekijät kuten esimerkiksi lapsuuden kokemukset, jotka liittyvät lapsen omiin tarpeisiin, kehoon, ihmissuhteisiin ja seksuaalisuuteen. Perusluottamus syntyy, kun lapsen janoon, nälkää ja muihin tarpeisiin on reagoitu ja lapsi on saanut fyysistä läheisyyttä ja turvaa. Lapsen seksuaalisen kehityksen ja luonteen kehityksen kannalta perusluottamuksen syntyminen on tärkeää, vaikka suppean määritelmän mukaan perusluottamuksen syntyyn vaikuttavat kokemukset eivät ole seksuaalisia. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010, 22-23.)

Seksuaalisuuden kehittyminen on tärkeä osa-alue varsinkin nuoruusiällä. Nuorella fyysiset seksuaaliset ominaisuudet kehittyvät puberteetin eli murrosiän aikana, jolloin sukupuolihormonien toiminnan käynnistäminen aiheuttaa primaaristen ja sekundaaristen sukupuoliominaisuuksien syntymisen. Myös keskushermosto kehittyy kognitiivisten ja emotionaalisten kykyjen osalta, mikä mahdollistaa molemmin puolisesti tyydyttävää ja vastavuoroista seksuaalikäyttäytymistä. Fyysisiltä seksuaalisilta ominaisuuksiltaan nuoret kehittyvät aikuisen tasolle nopeimmin, kun taas kognitiiviset ja emotionaaliset ominaisuudet kypsyvät hitaammin. (Kaltiala-Heino, Työläjärvi & Eronen 2015.)

Seksuaalinen kehitys tapahtuu järjen, tunteen ja biologian tasolla. Väestöliitto (2014) jakaa kehityksen etenemisen kolmeen eri vaiheeseen, joita on uteliaisuus, herkistyminen ja rohkautuminen. Nämä kuvaavat kunkin kehitysvaiheen ihastumista ja rakastumista. Väestöliiton seksuaalisuuden portaissa seksuaalinen kehitys on jaettu 9 portaaseen, jotka alkavat lapsuudesta ja etenevät murrosiän kautta aikuisuuteen. (Väestöliitto 2014.)

Uteliaisuudenvaiheessa, ensimmäisellä portaalla luodaan perusuottamus ja -turvallisuus aikuiseen, mikä on myös perusta seksuaalisuuden kehittymiselle. Alle kouluikäinen lapsi on kiinnostunut avoimesti seksuaalisuudesta ja saattaa ylpeänä esitellä sukupuolielimiään. Sukupuolierot ja roolimallit alkavat hahmottua lähipiiriin mukaan. Lapsi saattaa myös ihastua lähipiirissä olevaan aikuiseen, esimerkiksi äitiin tai isään. (Väestöliitto 2014.)

Herkistymisvaiheessa ennen murrosikää alkaa epävarmuus ja itsenäistymisen tarve. Seksuaalisuuden toisella portaalla haaveillaan yleensä jostain kodin ulkopuolella olevasta henkilöstä kuten kuuluisasta urheilijasta tai näyttelijästä. Tällaisesta rakkaudesta ei voi tulla vastavuoroista, jolloin on turvallista harjoitella ihastumiseen ja pettymiseen liittyviä tunteita. (Väestöliitto 2014.)

Kolmannella portaalla ihastumisen kohde siirtyy johonkin tuttavapiiriin, mutta ihastuksesta ei vielä kerrota kenellekään. Ihastuksen kohde voi olla esimerkiksi opettaja tai isoveljen kaveri. Vasta neljännellä portaalla uskalletaan hyvälle kaverille kertoa ihastumisesta. Tuen saaminen on tärkeää ja rohkaisee seuraavalle portaalle, jossa tunteet ilmaistaan ihastuksen kohteelle. Tunteille ei välttämättä saada vastakaikua tai voi tulla jopa torjutuksi. Ihastus voi myös muuttua ystävyudeksi. (Väestöliitto 2014.)

Kuudennella portaalla ihastukselle saadaan vastakaikua ja saatetaan kävellä käsi kädessä. Kuudes porras on ihmissuhdetaitojen kannalta tärkein porras, sillä silloin opetellaan seurustelun pelisääntöjä, ilmaisemaan rakkautta ja pettymyksen tunteita. Tällä portaalla koetut kokemukset vaikuttavat kaikkiin tuleviin parisuhteisiin ja seurusteluihin. (Väestöliitto 2014.)

Seitsemännellä portaalla suudellaan, halaillaan ja ollaan lähekkäin. Viimeistään tässä vaiheessa itsetyydytys tulee mukaan. Kahdeksannella portaalla opetellaan antamaan hellyyttä ja nautintoa sekä vastaanottamaan sitä. Yhdeksäs porras on rohkaistumisen porras, jossa ollaan aikuisuuden kynnyksellä ja otetaan vastuuta. Tällä portaalla parisuhdetaitojen tulisi olla lähes aikuisen tasolla. On tärkeää, että kumppaniin on tällöin läheinen rakkaussuhde. (Väestöliitto 2014.)

Jokaisella seksuaalisuuden portaalla saa olla niin kauan, kunnes on valmis siirtymään eteenpäin. Jokainen kehittyy seksuaalisesti omaa vauhtiaan. Liian nopea eteneminen ilman, että on henkisesti valmis, voi aiheuttaa huonoa itsetuntoa ja vääristyneen käsityksen seksuaalisuudesta ja seksuaaliterveydestä ja altistaa näin ollen kaltoinkohtelulle ja hyväksikäytölle. Ongelmat ilmenevät riskikäyttäytymisenä ja aikuisena seksuaaliongelmoina tai kykenemättömyytenä muodostaa tasavertainen parisuhde. (Väestöliitto 2014.)

2.4 Seksuaalioikeudet

Seksuaalioikeuksia ovat esimerkiksi oikeus elämään, oikeus nauttia seksuaalisuudesta, oikeus tietoon seksuaalisuudesta, oikeus suojella itseään ja oikeus seksuaaliterveydenhuoltoon. Seksuaalioikeudet kuuluvat jokaiselle ihmiselle. (Apter ym. 2006, 424.)

Oikeus elämään pitää sisällään oikeuden olla oma itsensä, tehdä päätöksiä itsenäisesti ja ilmaista mielipiteensä. Kukaan ei saa syrjiä, kiusata tai loukata sukupuolen tai seksuaalisten erityispiirteiden takia. Ketään ei saa haukkua seksuaalisuutta loukkaavasti homoksi tai huoraksi. Ketään ei myöskään saa ahdistella seksuaalisesti. (Apter ym. 2006, 424.)

Oikeus nauttia seksuaalisuudesta tarkoittaa, että saa olla turvassa ja vapaasti saa valita, haluaako mennä naimisiin vai pysyä naimattomana. Jokaisella on myös oikeus perhesuunnitteluun, oikeus ajoissa ja oikein tehtyyn raskaudenkeskeytykseen, mutta myös oikeus jatkaa raskauttaan niin halutessaan ja saada tällöin kaikki tuki, joka on tarpeen. Oikeus nauttia seksuaalisuudestaan tarkoittaa myös sitä, että jokainen saa toteuttaa seksuaalista suuntautumistaan itseään tyydyttävällä tavalla, kunhan se ei vahingoita, loukkaa tai alistaa ketään toista. Jokaisella on oikeus osoittaa seksuaalista halukkuuttaan, mutta myös kieltäytyä ja peräytyä seksuaalisesta kanssakäymisestä missä vaiheessa tahansa. (Apter ym. 2006, 424.)

Oikeus tietoon seksuaalisuudesta pitää sisällään kaiken tiedon ehkäisymenetelmistä, sukupuolitaudeista ja jokaisen omista oikeuksista. Jokaiselle täytyy tarjota tietoa myös siitä, kuinka luonnollinen asia seksuaalisuus. Tämän lisäksi kaikilla on oikeus tietää, kuinka turvallisesti ja vastuuntuntoisesti voi tyydyttää seksuaaliset tarpeensa, olla onnellinen ja tasapainoinen. (Apter ym. 2006, 424.)

Oikeus suojella itseään tarkoittaa sitä, ettei ketään saa painostaa ottamaan riskejä seksuaalisuuteen liittyvissä asioissa kuten suojaamattomaan seksiin, jolloin sukupuolitaudit ja suunnittelemattomat raskaudet ovat mahdollisia. Jokaisella on myös oikeus suojella itseään seksuaaliselta hyväksikäytöltä. (Apter ym. 2006, 424.)

Oikeus seksuaaliterveydenhuoltoon tarkoittaa sitä, että jokaisella on oikeus korkealaatuiseen ja luottamukselliseen seksuaaliterveydenhuoltoon. Jokaisella on oltava varaa käyttää palveluita ja niitä on annettava molemminpuolisen kunnioituksen vallitessa. Tutkimukset tai hoidot eivät saa olla kivuliaita tai loukkaavia ja tarvittaessa on käytettävä kivunlievitystä. Seksuaalipalvelujen tulisi olla alueellisesti ja laadullisesti kaikille tasavertaisia. (Apter ym. 2006, 424.)

2.5 Seksuaalikasvatus

Seksuaalikasvatus sisältää kolme eri tasoa: seksuaalivalistuksen, seksuaaliopetuksen ja seksuaalineuvonnan. Seksuaalivalistus on isolle ihmisryhmälle tapahtuvaa kampanjointia tai materiaalin jakamista, joiden avulla lisätään seksuaalitietoutta. Seksuaaliopetusta taas pidetään peruskoulujen ylemmillä luokilla. Seksuaalineuvonnalla voidaan tarkoittaa yleistä tiedon jakamista seksuaalisuudesta, joka tapahtuu esimerkiksi perusterveydenhuollon vastaanotolla. (Palonen-Munnukka 2009, 56-57.)

Seksuaalinen kehitys on portaittain tapahtuvaa kehitystä osana ihmisen psyykkistä, fyysistä ja sosiaalista kehitystä. Seksuaalikasvatusta ei voi siis erottaa muusta kasvatuksesta vaan sitä on pidettävä osana ihmiseksi kasvamista. Näin ollen jokainen lasten ja nuorten kanssa toimiva tai työskentelevä on seksuaalikasvattaja, halusi hän sitä tai ei. (Apter ym. 2006, 205.)

Seksuaalisuuden kohtaaminen vaatii kuitenkin subjektiivisia edellytyksiä. Subjektiiviset edellytykset pitävät sisällään seksologiset tiedot ja taidot, asenteet ja empatian sekä oman seksuaalisuuden hyväksymisen, mikä tarkoittaa sitä, että omia seksuaalisuuteen liittyviä ennakkoluuloja ja asenteita on aktiivisesti työstettävä. (Tukiainen & Lindroos 2009.)

Oma suhtautuminen seksuaalisuuteen ja sukupuoliisuuteen pohjautuu osittain lapsuuden kokemuksiin, mitkä asiat on ollut luvallisia, miellyttäviä ja nautinnollisia ja mitkä sitä vastoin ahdistavia, kiellettyjä, pelottavia tai hävettäviä. Asenteisiin vaikuttaa myös se, miten asioita on opetettu tai mitä on annettu ymmärtää. Lapset voivat oppia seksuaalisuuteen liittyviä asenteita ja uskomuksia huomaamatta nonverbaalisista viesteistä sekä ympäristönsä ilmapiiristä. (Apter ym. 2006, 43.)

Lapsille ja nuorille välittyy malli naiseudesta tai miehuudesta, miten aikuinen käyttäytyy ja minkälaiset asenteet hänellä on esimerkiksi erilaisuutta kohtaan ja kuinka hän käyttäytyy tai osoittaa tunteitaan muita ihmisiä kohtaan. Jokin asia on toiselle normaalia ja luontevaa, toiselle se voi olla kiusallista ja hävettävää. Vuorovaikutustilanteissa tulisi käyttää omaan suuhun sopivia sanoja ja kohdata hämmennystä herättäviä tunteita. (Apter ym. 2006, 205-206; Tukiainen & Lindroos 2009.)

Seksuaalikasvatuksen tarkoitus on lisätä tietoutta omasta kehosta ja sen muutoksesta, lisääntymisestä ja seksuaalisuuden sosiaalisista, emotionaalisista, fyysisistä, kognitiivisista ja kulttuurisista näkökohdista. Seksuaalikasvatuksessa käytettävän tiedon on oltava asiallista, tutkittua ja mahdollisimman hyvin päivitettyä (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010; Apter ym. 2006, 41-42.)

Tarkoitus on myös lisätä tietoa ehkäisystä, sukupuolitaudeista ja itsemääräämisoikeudesta. Lisäksi neuvonta- ja terveydenhuoltopalvelut ja niiden käyttö kuuluvat seksuaalikasvatukseen. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

Vaikka terveydenhuollossa puhutaan kokonaisvaltaisesta ihmisen kohtaamisesta, yleensä seksuaalisuudesta ei kuitenkaan puhuta terveyteen liittyvien asioiden kanssa yhtä aikaa, vaikka ihmisen terveys ja hyvinvointi pitävät sisällään seksuaalisuuden. Ammatillisissa opinnoissa järjestetään seksuaalisuuteen liittyvää opetusta hyvin vähän tai ei ollenkaan eikä teoria yhdisty käytännössä. (Palonen-Munnukka 2009,13.)

Kokonaisvaltainen seksuaalikasvatus aloitetaan lapsen synnyttyä ja se perustuu vakaasti sukupuoliseen tasa-arvoisuuteen, erilaisuuden hyväksyntään ja itsemääräämisoikeuteen ja jossa huomioidaan kulttuuriset, sosiaaliset ja sukupuoleen liittyvät tekijät. Se on puolueetonta, tieteellisesti paikkaansa pitävää seksuaalitietoutta kaikista näkykulumista. Tällöin lapset ja nuoret voivat tietojensa ja taitojensa avulla itse päättää seksuaalisuudestaan ja suhteistaan eri kehitysvaiheensa mukaan. Perinteinen seksuaalikasvatus, jossa keskitytään seksuaalisuuden mahdollisiin riskeihin kuten esimerkiksi sukupuolitauteihin tai vahinkoraskauksiin, ei tarjoa tarvittavia tietoja tai taitoja vaan on usein epäoleellista ja jopa pelottavaa. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

PLISSIT-malli on hyvä jäsentäjä seksuaalineuvonnassa ja -terapiassa, mutta myös yleisesti hyvä periaate seksuaalikasvatuksessa. PLISSIT tulee sanojen Permission, Limited Information, Specific Suggestions ja Intensive Therapy alkukirjaimista. (Apter ym. 2006, 46.)

Permission -tasolla tarkoitetaan luvan antamista, jossa oikaistaan seksuaalisuuteen liittyviä väärinkäsityksiä ja hälvennetään ennakkoluuloja. Sillä voidaan tarkoittaa myös monien asioiden ja ilmiöiden normalisointia, jolloin seksuaalisuuden eri ilmenemismuotoihin suhtautuminen on myönteistä ja sallivaa. Jokaisella on lupa omaan seksuaalisuuteen ja jokainen saa olla sellainen kuin on. Lupaa ei kuitenkaan tule antaa mihin tahansa, mikä rikkoo esimerkiksi toisen ihmisen itsemääräämisoikeutta tai rajoja. Hyvät käytöstavat ja toisten ihmisten kunnioitus on myös pidettävä mielessä. (Palonen-Munnukka 2009,57; Apter ym. 2006, 48-49.)

Permission-tasolla asioiden normalisoinnissa on tärkeää, miten esimerkiksi lauseet ja kysymykset muotoillaan. Ne eivät saisi sisältää normittamista tai oletuksia. Esimerkiksi kysymys nuorelle miehelle, onko sinulla jo tyttöystävä, sisältää hetero-oletuksen, jonka johdosta homoseksuaali voi jäädä paitsi tarvitsemastaan tiedosta, jos hän ei uskalla kertoa totuutta. Kysymys, miten usein harrastat itsetyydytystä, sisältää itsetyydytyksen normalisoinnin, kun taas kysymys, harrastatko itsetyydytystä, ei sisällä. (Apter ym. 2006, 46-52.)

Limited Information-tasolla annetaan rajattua tietoa seksuaalisuuteen liittyvissä asioissa, joista kysyjä haluaa tai tarvitsee tietoa. Tiedon antamisella voidaan myös tehdä seksuaalisuuteen liittyvät odotukset ja toiveet realistisemmiksi. Jos asianmukaista tietoa seksuaalisuudesta ei ole saatavilla, korvautuu se yleensä kuvitelmilla ja myyteillä eli uskomuksilla. Väärä tieto voi aiheuttaa ahdistusta ja pelkoa. Asioiden ja ilmiöiden normalisointi, kuten esimerkiksi seksuaalisuuteen liittyvien ongelmien yleisyydestä kertominen, voi auttaa ihmistä, joka luulee olevansa yksin pulmansa kanssa. Toiveiden ja odotusten realisointi on tärkeää, mikäli pornografian katselu on aiheuttanut jollekin vääristyneen kuvan seksuaalisuudesta. Jos seksuaalineuvontaa antava aikuinen ei tiedä jostain aiheesta tarpeeksi, täytyy hänen uskaltaa myöntää tietämättömyytensä ja ottaa asioista selvää. (Palonen-Munnukka 2009, 58; Apter ym. 2006, 52-53.)

Specific Suggestions-tasolla tarkoitetaan erityisohjeiden antamista, jolla esimerkiksi sosiaali- ja terveydenhuollossa työskentelevän seksuaalineuvojan on osattava työskennellä. Jotta erityisohjeita voi antaa, on tehtävä seksuaalianamneesi eli esitietokysely seksuaalisuuteen liittyen. Viimeisellä, neljännellä Intensive Therapy-tasolla puhutaan jo seksuaaliterapiasta, jota voi antaa vain asianmukaisen terapiakoulutuksen saanut henkilö. (Palonen-Munnukka 2009, 58-59.)

Palonen-Munnukan (2009, 58-59) mukaan seksuaalikasvatusta toteuttavalle henkilölle riittää yleensä kaksi ensimmäistä perustasoa, luvan antamisen ja rajatun tiedon-tasot. Myös Apter ym. (2006, 45) mielestä nämä kaksi tasoa muodostavat seksuaalineuvonnan kokonaisuuden, jota tulisi toteuttaa sosiaali- ja terveydenhuollon peruspalveluissa joko yksilöittäin tai ryhmätoimintana.

Kolmannen tai neljännen tason erityispalveluja tarvitaan vasta sitten, jos alemman tason seksuaalineuvonnasta ei ole apua. Kahden ensimmäisen tason neuvonnalla pystytään usein kuitenkin ennaltaehkäisemään ongelmien syntyminen, vaikeutuminen tai kroonisoituminen, mikä vähentää vastaavasti tarvetta erityispalveluille. (Apter ym. 2006, 45.)

2.6 Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa

Maailman Terveysjärjestön Euroopan aluetoimisto ja Saksan liittovaltion terveystieteiden keskus (Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung) aloitti vuonna 2008 hankkeen, jossa 19 asiantuntijaa yhdeksästä Euroopan maasta kokosi EU:n laajuiset seksuaalikasvatuksen standardit. Hankkeen tarkoitus oli edistää kokonaisvaltaista seksuaalikasvatusta ja vastata Euroopassa ilmenneeseen seksuaalikasvatusstandardien tarpeeseen, sillä aikaisemmin näin laajoja suuntaviivoja ei ole tehty. Hanke kesti puolitoista vuotta ja lopputuloksena syntyi asiakirja, jota voi käyttää käytännön apuna seksuaalikasvatuksen suunnittelussa ja kehittämi-

sessä. Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa koostuu kahdesta osasta, ensimmäinen osa on yleiskatsaus kokonaisvaltaiseen seksuaalikasvatukseen käsitteineen, määritelmineen ja perusteluineen. Toisessa osassa on seksuaalikasvatuksen aiheita taulukossa eri ikäkausittain. Taulukkoa apuna käyttäen saa hyvän käsityksen, mitä seksuaalisuuteen liittyviä tietoja, taitoja ja asenteita on hyvä opettaa tietyn ikäisille lapsille ja nuorille. Taulukossa on erilaisia merkintätapoja riippuen, onko käsiteltävä aihe pääaihe vai lisätietoa. Pääaiheet ovat seksuaalikasvatuksen vähimmäisvaatimukset; lisätieto on täydentävää tietoa, jota voi käsitellä, jos aika riittää. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

Seksuaalikasvatusstandardeissa on eri teemoista eroteltu lapselle/nuorelle kerrottavat tiedot, opetettavat taidot ja autettavat asenteet. Taulukko on jaettu 0 - 4-, 4 - 6-, 6 - 9- ja 9 - 12-vuotiaisiin lapsiin sekä 12 - 15- ja yli 15 - vuotiaisiin nuoriin. Teemat seksuaalikasvatuksessa ovat ihmiskeho ja sen kehitys; hedelmällisyys ja lisääntyminen; seksuaalisuus; tunteet; ihmis-suhteet ja elämäntyyli; seksuaalisuus, terveys ja hyvinvointi; seksuaalisuus ja oikeudet sekä seksuaalisuutta määrittävät sosiaaliset ja kulttuuriset tekijät. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

Ihmiskeho ja sen kehitys teeman seksuaalikasvatuksen vähimmäisvaatimukset ovat, että 0 - 4-vuotiaalle lapselle kerrotaan kaikista ihmisen ruumiinosista ja niiden tehtävistä. Pienelle lapselle opetetaan kehon eri osien nimet ja opetetaan tunnistamaan ja kunnioittamaan eri kehojen eroja ja erilaisuutta. Lasta autetaan myös arvostamaan omaa kehoaan ja kehittämään myönteistä minäkuvaa. Lisäksi lapselle opetetaan hygieniaa: kuinka pestä keho eri puolilta. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

4 - 6-vuotiaalle lapselle edellä mainittuja tietoja syvennetään ja autetaan lasta kehittämään myönteinen sukupuoli-identiteetti (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010).

6 - 9-vuotiaalle lapselle täytyy kertoa murrosiässä tapahtuvista muutoksista: tytöillä muun muassa kuukautisista ja pojilla siemensyöksyistä. Täytyy myös kertoa, että muutokset ovat hyvin yksilöllisiä eivätkä tapahdu kaikilla samaan aikaan. Lapselle täytyy kertoa, miten miehet ja naiset eroavat toisistaan biologisesti sekä sisäisesti että ulkoisesti. 6 - 9-vuotiaalle on opetettava tuntemaan eri ruumiinosat ja niiden tehtävät sekä käyttämään niistä oikeita sanoja. Lasta on autettava käsittelemään ja hyväksymään tunteita, kuten epävarmuutta, jota voi ilmetä murrosiän muutoksien yhteydessä. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

9 - 12 -vuotiaalle lapselle kerrotaan tarkemmin kuukautisista, siemensyöksyistä ja niihin liittyvästä hygieniasta. On tärkeää kertoa murrosiän muutoksista, jotka voivat olla psyykkisiä, fyysisiä, sosiaalisia tai emotionaalisia. Lasta on opetettava ymmärtämään, miksi muutokset tapahtuvat ja autettava niiden hyväksymisessä. Lapselle on kerrottava, että jokainen ihminen

on erilainen ja esimerkiksi sukupuolielinten koko ja muoto vaihtelevat paljon yksilöllisesti. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

12 - 15 -vuotiaalle kerrotaan kehonkuvasta ja kehon muuttamisesta. Lisäksi kerrotaan naisen ja miehen sekundäärisistä seksuaalisuuden tunnusmerkeistä, niiden toiminnasta ja mitä tunteita niihin liittyy. Lasta opetetaan, voiko oma kehonkuva vaikuttaa jotenkin terveyteen, minäkuvaan tai käyttäytymiseen. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

Yli 15-vuotiaiden seksuaalikasvatuksen vähimmäisvaatimuksena on käsitellä murrosikään liittyviä psyykkisiä muutoksia. Tämän ikäisiä nuoria on myös opetettava suhtautumaan kriittisesti median välittämiin kuviin ja tunnistamaan niiden eroavaisuudet tosielämään verrattuna. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

Hedelmällisyys ja lisääntyminen teemaan vähimmäisvaatimukset ovat 0 - 4-vuotiaille lapsille raskaudesta, syntymästä ja vauvoista kertominen. Ihmisen lisääntymisestä kerrotaan perusasiat. Lasta opetetaan puhumaan asioista niiden oikeilla nimillä. 4 - 6-vuotiaille voi lisäksi kertoa myyteistä, joita liittyy lisääntymiseen, kuten esimerkiksi joskus haikaran sanotaan tuovan vauvoja. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

6 - 9-vuotiaille on hyvä kertoa lisääntymiseen liittyvistä valinnoista, haluaako perustaa perheen vai ei ja mikä on ehkäisyn perusajatus. Lapselle on kerrottava myös hedelmättömyydestä ja adoptiosta. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

9 - 12-vuotiaille on kerrottava tarkemmin lisääntymisestä ja perheen suunnittelusta. Lapselle on tärkeää kertoa erilaisista ehkäisyvälineistä ja kuinka niitä käytetään. On hyvä myös kertoa myyteistä, jotka liittyvät ehkäisyyn. Lapsen on tiedettävä suojaamattoman seksin riskit ja seuraukset sekä (ei-toivotun) raskauden oireet. Lasta on opetettava ymmärtämään kuukautisten ja siemensyöksyjen välinen suhde lisääntymisessä ja hedelmällisyydessä ja opetettava käyttämään kondomia ja muita ehkäisyvälineitä oikein. Lasta on autettava ymmärtämään, että ehkäisyasiat ovat molempien osapuolten vastuulla, kun aletaan harrastaa seksiä. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

12 - 15-vuotiaan seksuaalikasvatukseen kuuluu, että kerrotaan vanhemmuuden vaikutuksista nuoreen: mitä esimerkiksi lapsen kasvattaminen merkitsee tulevaisuuden kannalta. Nuoren on saatava tietoa ehkäisyn pettämisestä ja sen syistä sekä raskaudesta ja sen merkeistä, mutta myös mahdollisesta hedelmättömyydestä. Nuorta on opetettava, mistä hankkia ehkäisyvälineitä, niin että hän osaa hakeutua oikeaan paikkaan niitä tarvitessaan. Nuorta on autettava kehittämään suhtautumistaan vanhemmuuteen, ehkäisyyn, raskauden keskeytykseen ja täten

auttaa häntä tekemään tietoinen päätös, hankkiako seksuaalisia kokemuksia vai ei. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

Yli 15-vuotiaasta on opetettava keskustelemaan kumppaninsa kanssa seksuaalisuuteen liittyvistä asioista tasavertaisesti toisen mielipiteitä kunnioittaen. Nuorta on opetettava tekemään tietoon perustuvia päätöksiä muun muassa ehkäisyyn ja ei-toivottuun raskauteen liittyen. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

Seksuaalisuuteen liittyvät vähimmäisvaatimukset ovat, että pienelle lapselle, 0 - 4-vuotiaalle, kerrotaan omien sukupuolielinten tutkimisesta ja oman kehon koskettamisesta syntyvästä nautinnosta. On kerrottava, että fyysisestä läheisyydestä ja hellyydestä nauttiminen on normaalia elämää ja osoittaa rakkautta ja kiintymystä. Lasta on opetettava tiedostamaan oma sukupuoli-identiteettinsä, ilmaisemaan omia tarpeita, toiveita ja rajoja sekä puhumaan epämiellyttävistä ja miellyttävistä kehoon liittyvistä tuntemuksistaan. Lasta on opetettava kunnioittamaan muita ihmisiä. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

4 - 6-vuotiaasta on opetettava puhumaan seksuaalisuuteen liittyvistä asioista. On myös tärkeää lujittaa hänen sukupuoli-identiteettiään. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

6 - 9-vuotiaalle on kerrottava asianmukaisesta seksuaalisesta kielenkäytöstä. Hänelle on kerrottava seksistä eri medioissa muun muassa televisiossa ja internetissä ja opetettava käsittelemään sitä. Lapselle on opetettava hyväksymään omat yksityisyyden tarpeet samoin kuin muiden yksityisyyden tarpeet. Lapselle on kerrottava rakkaudesta, rakastumisesta ja hellyydestä. Hänen täytyy ymmärtää, että seksin täytyy perustua vapaaehtoisuuteen, tasa-arvoisuuteen ja sen täytyy olla ikään ja kehitykseen nähden sopivaa ja perustua molempien itsekunnioitukseen ja halukkuuteen. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

9 - 12-vuotiaalle tulee kertoa millainen mahdollinen ensimmäinen seksuaalinen kokemus voi olla, jotta se ei tule yllätyksenä tai järkytyksenä. Lapselle täytyy kertoa eri seksuaalisista suuntautumisista ja nuorten seksuaalisen käyttäytymisen eroista. Lapselle on opetettava ilmaisemaan erilaisia seksuaalisia tunteita, ymmärtämään niitä sekä puhumaan seksuaalisuuteen liittyvistä asioista asianmukaisesti. Lapsen on opittava tekemään tietoisia päätöksiä siitä, hankkiiko seksuaalisia kokemuksia vai ei ja hänen on osattava kieltäytyä sellaisista seksuaalisista kokemuksista, jotka eivät ole toivottuja. Lasta on autettava ymmärtämään, hyväksymään ja kunnioittamaan erilaisuutta, jota liittyy seksuaalisuuteen ja seksuaaliseen suuntautumiseen. Lapselle on kerrottava, että seksuaalisuus on oppimisprosessi ja seksiin liittyy muutakin kuin yhdyntää. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

12 - 15-vuotiaalle kerrotaan rooli-odotuksista, joita liittyy sukupuolten eroihin ja seksuaaliseen kiihottumiseen. Nuorelle on opetettava intiimiin kanssakäymiseen neuvottelu- ja viestintätaitoja. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

15 vuotta täyttäneille kerrotaan sukupuolten välisistä eroista ja korostetaan, että seksi on muutakin kuin yhdyntää. Nuorille täytyy kertoa, että seksin ja seksuaalisuuden merkitys vaihtelee yksilöllisesti, mutta sitä ei automaattisesti vähennä esimerkiksi vammaisuus tai sairaus. Yli 15-vuotiaille nuorille on kerrottava seksistä kaupankäynnin välineenä, pornografiasta ja riippuvuudesta seksiin. Nuorta opetetaan keskustelemaan eri suhteista ja siitä, harrastaako seksiä vai ei. Nuorta on opetettava tunnustamaan avoimesti homo- ja biseksuaalisetkin tunteet muille ja autettava suhtautumaan myönteisesti seksuaalisuuteen ja nautintoon. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

Tunteisiin liittyvät seksuaalikasvatuksen vähimmäisvaatimukset ovat 0 - 4-vuotiaille pienille lapsille, että kerrotaan erityyppisistä rakkauksista. Lapselle kerrotaan myönteisistä ja kielteisistä tunteista. Lapselle on opetettava tuntemaan ja osoittamaan empatiaa muita ihmisiä kohtaan. Hänelle on opetettava ilmaisemaan omia tarpeita, toiveita ja tunteita ja sanomaan tarvittaessa ”kyllä” ja ”ei”. Lapselle on opetettava, että tunteita voi ilmaista monilla eri tavoilla ja että koetuissa tunteissa ja niiden ilmaisemisessa ei ole mitään väärää. Pientä lasta autetaan suhtautumaan positiivisesti omaan kehoon, sukupuoleen ja sukupuolielimiin. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

4-6 -vuotiaalle kerrotaan erilaisista tunteista, kuten vihasta, kateudesta ja pettymyksestä. Lapselle kerrotaan myös ystävydestä ja rakkaudesta, joka kohdistuu saman sukupuolen edustajaan. Häntä on autettava ymmärtämään, että rakkaus on täysin luonnollinen tunne muiden joukossa. Lasta on opetettava käsittelemään pettymyksen tunteita. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

6 - 9-vuotiaille on kerrottava, mitä eroa on ystävyydellä, rakkaudella ja intohimolla. Lasta autetaan hyväksymään rakkauden tunteet luonnollisena osana muita tunteita. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

9 - 12-vuotiaalle kerrotaan eri tunteista, kuten kiinnostuksesta, epävarmuudesta, mustasukkaisuudesta, rakastumisesta, pelosta, häpeästä ja ristiriitaisista tunteista. Lapselle on kerrottava, että eri ihmisillä on erilaiset tarpeet yksityisyyteen ja intimitettiin liittyen. Lasta opetetaan tunnistamaan erilaisia tunteita itsessä ja muissa ja ilmaisemaan niitä. Hänelle on opetettava, kuinka ilmaista omia toiveita, tarpeita ja rajoja sekä kuinka kunnioittaa muiden toiveita, tarpeita ja rajoja sekä yksityisyyttä. Lasta on autettava ymmärtämään, että mistään

tunteista ei tarvitse kokea häpeää tai syyllisyyttä. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

12 - 15-vuotiasta on autettava hyväksymään eri ihmisten erilaiset tunteet, joihin voi vaikuttaa sukupuoli, kulttuurilliset tai uskonnolliset tekijät (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010).

15 vuotta täyttäneitä nuoria opetetaan käsittelemään erilaisia tunteita ja keskustelemaan niistä. Erilaisia tunteita ovat muun muassa rakkaus, ristiriitaisuus, pettymys, viha, mustasukkaisuus, hylkääminen, luottamus, syyllisyys, pelko ja epävarmuus. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

Seksuaalikasvatuksen vähimmäisvaatimukset ihmissuhteet ja elämäntyylit teemaan ovat 0 - 4-vuotiaille, että lapselle kerrotaan erilaisista perhe- ja ihmissuhteista ja häntä opetetaan puhumaan perheestään ja ihmissuhteistaan. Lasta autetaan suhtautumaan positiivisesti erilaisiin elämäntyyliin ja tiedostamaan, että on olemassa monenlaisia suhteita. Lasta autetaan myös saavuttamaan kokemuksen kautta tunne läheisyydestä ja luottamuksesta. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

4 - 6-vuotiaille on kerrottava ystävydestä ja erilaisista suhteista samaan sukupuoleen. Lasta on opetettava toimimaan asianmukaisella ja sopivalla tavalla toisten lasten, ystävien ja perheenjäsenten seurassa. Hänelle on opetettava, kuinka luoda ja ylläpitää ihmissuhteita ja kuinka elää perheessä, jossa vallitsee vastavuoroinen kunnioitus. Lasta on autettava erilaisuuden hyväksymisessä. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

6 - 9-vuotiaille lapselle on kerrottava erityyppisistä suhteista, jotka perustuvat erilaiseen rakkauteen tai ystävyYTEEN. Lasta on opetettava, kuinka ilmaista itseään ihmissuhteissa, tehdä kompromisseja ja osoittaa suvaitsevaisuutta ja empatiaa. Hänen on opittava luomaan ystävyssuhteita ja sosiaalisia kontakteja. Lasta on autettava oppimaan kunnioitusta muita ihmisiä kohtaan. Hänen on hyväksyttävä, että rehellisyys, vastuu ja sitoutuminen on ihmissuhteiden perusta. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

9-12 -vuotiaille kerrotaan, mitä eroa on ystävyydellä ja parisuhteella. Tämän ikäisille lapsille on kerrottava suhteista, jotka voivat olla miellyttäviä tai epämiellyttäviä. Lapsille on opetettava, kuinka ilmaista ystävyyttä ja rakkautta eri tavoilla. Lasta on autettava suhtautumaan tasa-arvoiseen parisuhteeseen ja kertoa hänelle, että jokainen on oikeutettu itse valitsemaan kumppaninsa vapaasti. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

12 - 15-vuotiaalle on kerrottava sukupuolen, iän, kulttuurin ja uskonnon vaikutuksesta erilaisiin suhteisiin. Nuorta on opetettava, että epäoikeudenmukaisuuteen, epätasa-arvoon ja syrjintään on puututtava. Häntä on autettava tavoittelemaan tasa-arvoisia ja tyydyttäviä suhteita. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

15 vuotta täyttäneille on kerrottava sukupuoliroolin mukaisesta käyttäytymisestä, väärinkäsityksistä ja odotuksista. Tämän ikäisiä nuoria on autettava suhtautumaan myönteisesti erilaisuuteen: erilaisiin suhteisiin ja elämäntyyleihin. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

Seksuaalisuus, terveys ja hyvinvointi teemasta 0 - 4-vuotiaalle pienelle lapselle tulee vähimmäisvaatimusten mukaan kertoa oman kehon kuuntelusta: milloin jokin tuntuu hyvälle ja milloin ei. Hänelle täytyy opettaa, että jos jokin ei tunnu hyvälle, siihen ei ole pakko suostua. Lapselle opetetaan kolmivaiheinen malli epämiellyttäviin tilanteisiin: ”Sano ei, lähde pois, puhu jollekulle, johon luotat”. Lasta opetetaan luottamaan omiin vaistoihinsa ja arvostamaan kehoaan. On tärkeää opettaa myös, että on sallittua pyytää apua. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

4 - 6-vuotiaalle on hyvä opettaa, kuinka tiedostaa riskejä. Häntä on autettava ymmärtämään, että jokaisella on valinnanvapaus. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

6 - 9-vuotiaalle on kerrottava, että seksuaalisuudella on myönteisiä vaikutuksia ihmisen hyvinvointiin ja terveyteen. Hänelle tulee kertoa myös sairauksista ja väkivallasta, joita voi liittyä seksuaalisuuteen. Lapselle on opetettava, kuinka asettaa omia rajoja. Häntä täytyy auttaa ottamaan vastuuta omasta hyvinvoinnista ja terveydestä. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

9 - 12-vuotiaalle kerrotaan tarkemmin muun muassa sukupuolitaudeista, ei-toivotusta raskaudesta ja henkisistä seurauksista, joita voi tulla suojaamattomasta tai ei-toivotuista seksuaalisista kokemuksista. Lapselle on kerrottava myös seksuaalisesta hyväksikäytöstä: mitä ja kuinka yleistä se on, kuinka sitä voi välttää ja mistä hakea apua, jos joutuu hyväksikäytetyksi. Lapselle on opetettava, että seksuaalisista kokemuksista on otettava vastuuta, jotta ne ovat turvallisia ja miellyttäviä sekä itselle että kumppanille. Hänelle on opetettava, kuinka asettaa rajoja, ilmaista toiveita ja välttää suojaamattomia ja ei-toivottuja seksuaalisia kokemuksia. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

12 - 15-vuotiaalle on kerrottava itsensä tutkimisesta ja hygieniasta. Nuorta on opetettava päättämään vastuullisesti seksuaalisesta käyttäytymisestään ja tekemään valintoja, jotka perustuvat tietoon. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

15 vuotta täyttäneitä nuoria on opetettava puolustamaan itseään seksuaaliselta häirinnältä. Nuoria on autettava ymmärtämään vastuunsa omasta ja kumppanin seksuaaliterveydestä. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

Seksuaalisuus ja oikeudet teeman vähimmäisvaatimukset 0 - 4-vuotiaille pienille lapsille on, että heille on kerrottava oikeudesta tutkiskella itseään ja sukupuoli-identiteettiään, oikeudesta esittää kysymyksiä seksuaalisuuteensa liittyen sekä oikeudesta saada suojaa ja turvaa. Lapselle täytyy kertoa, että on aikuisten velvollisuus huolehtia, että lapsi on turvassa. Häntä on opetettava sanomaan ”kyllä” ja ”ei” sekä kehittämään viestintätaitojaan muun muassa ilmaisemaan toiveitaan ja tarpeitaan. Lasta on autettava, jotta hän tiedostaa oikeutensa ja omaksuu asenteen, että ihmisen keho kuuluu vain ihmiselle itselleen. Lasta on tuettava itsenäiseen päätöksentekoon. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

4 - 6-vuotiaille on kerrottava seksuaalisesta hyväksikäytöstä: lapselle on kerrottava, että jotkut ihmiset voivat esittää kilttiä, mutta tekevätkin pahoja asioita. Lapselle on opetettava, että kysymyksiä saa esittää ja että ongelmatilanteissa on hyvä puhua aikuiselle, joka on luotettava. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

6 - 9-vuotiaille lapselle kerrotaan hänen oikeudesta ruumiilliseen koskemattomuuteen, oikeudesta saada tietoa seksuaalisuudestaan sekä oikeudesta seksuaalikasvatukseen. Lapselle kerrotaan, että hänellä on oikeus ilmaista itseään. Hänelle opetetaan, että tarvittaessa täytyy pyytää apua tai tietoja. Lasta autetaan vastuuntuntoisuuteen itsestä ja muista. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

9 - 12-vuotiaille kerrotaan seksuaalioikeudet, niin kuin Kansainvälinen perhesuunnittelujärjestö IPPF ja Seksuaaliterveyden maailmanjärjestö WAS on ne määritellyt. Lasta on myös opetettava toimimaan seksuaalioikeuksien ja -vastuiden mukaisesti. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

12 - 15-vuotiaille on opetettava, että on huomioitava omat ja muiden seksuaalioikeudet (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010).

15-vuotiaille opetetaan ymmärtämään kieltä, jota käytetään ihmisoikeuksissa. Nuorta on autettava, että hän vaatii seksuaalioikeuksien kunnioittamista ja tunnustaa oikeuksien loukkaukset ja vastustaa sukupuoleen liittyvää syrjintää ja väkivaltaa. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

Seksuaalikasvatusstandardien vähimmäisvaatimusten mukaan seksuaalisuutta määrittävät sosiaaliset ja kulttuuriset tekijät teemasta on kerrottava 0 - 4-vuotiaille lapselle sukupuoliroo-

leista, sosiaalisista säännöistä ja kulttuureihin liittyvistä arvoista ja normeista. Lapselle on kerrottava, että eri ihmisten kanssa on noudatettava erilaisia sosiaalisia etäisyyksiä. Lasta on opetettava, että julkisilla paikoilla ei voi käyttäytyä samalla lailla kuin esimerkiksi kotona, vaan on käyttäydyttävä tilanteeseen sopivalla tavalla. Lapselle on opetettava, että sosiaalisia sääntöjä ja kulttuurisia normeja on noudatettava. Lasta on autettava ymmärtämään ja hyväksymään sosiaaliset säännöt, jotka liittyvät yksityisyyteen ja intimitettiin. Häntä on autettava kunnioittamaan sekä omaa että muiden kehoa ja ymmärtämään, että muiden ihmisten sanossa ”kyllä” tai ”ei”, on heidän sanomaansa kunnioitettava. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

4 - 6-vuotiaalle on kerrottava kulttuuri-, ikä- ja sukupuolieroista. Lapselle on kerrottava, että eri maissa ja kulttuureissa normit ja arvot saattavat olla erilaiset. Hänelle on lisäksi kerrottava, että kaikkia tunteita saa tuntea, mutta kaikki tunteista seurausta olevat teot eivät välttämättä ole sallittuja tai hyväksytyjä. Lapselle on opetettava arvoihin liittyvien erojen tunnistamista ja käsittelemistä sekä autettava häntä käyttäytymään tavalla, joka on sosiaalisesti vastuullista. Lasta on opetettava avoimeen suhtautumiseen, ei tuomitsemiseen. Häntä on autettava kunnioittamaan eri normeja, joita liittyy seksuaalisuuteen sekä hyväksymään yhdenvertaiset oikeudet. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

6 - 9-vuotiaalle lapselle on kerrottava sukupuolirooleista. Häntä on opetettava puhumaan tarpeistaan, toiveistaan ja kokemuksistaan kulttuurinormit huomioiden. Lasta on autettava hyväksymään ja kunnioittamaan erilaisia elämäntyyplejä, normeja ja arvoja. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

9 - 12-vuotiaalle on kerrottava eri tekijöistä, jotka voivat vaikuttaa seksiä ja seksuaalisuutta koskeviin päätöksiin, suhteisiin tai käytökseen. Tällaisia tekijöitä ovat muun muassa vertaispaine, media, pornografia, kulttuuri, uskonto, sukupuoli, lait ja sosioekonominen asema. Lasta on opetettava keskustelemaan seksuaalisuuteen ja seksiin vaikuttavista tekijöistä ja arvioimaan niitä omalla kohdallaan. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

12 - 15-vuotiaalle on opetettava, kuinka käsitellä lähipiirissä tai yhteiskunnassa olevia ristiriitoja, jotka liittyvät arvoihin ja normeihin (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010).

15 vuotta täyttäneille kerrotaan yhteisön asettamista vaatimuksista ja sosiaalisista rajoista. Nuorta on opetettava, kuinka määritellä henkilökohtaiset arvot ja henkilökohtainen vakaus. Häntä on autettava myös ymmärtämään ja tiedostamaan, kuinka seksuaaliseen käyttäytymiseen voivat vaikuttaa kulttuurilliset, historialliset ja yhteiskunnalliset tekijät. (Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa 2010.)

2.7 Kehitysvammaisuus ja seksuaalisuus

Seksuaalikasvatus ei yleensä tavoita kehitysvammaisia ihmisiä, sillä ajatellaan, etteivät seksuaalisuuteen liittyvät kysymykset ole heidän elämässään prioriteettijärjestyksessä ensimmäisenä. Aiheena seksuaalisuus on hyvin arkaluontoinen ja siksi myös vaikeasti lähestyttävä. Rajoitteidensa takia kehitysvammaiset eivät välttämättä kykene ottamaan asioista selvää itsenäisesti, minkä takia lähes kaikilla kehitysvammaisilla on puutteelliset tiedot seksuaalisuuteen ja seksiin liittyvissä asioissa. (Palonen-Munnukka 2009, 56-58).

Vaikeasti kehitysvammaisella ihmisellä seksuaalinen kehitys voi olla viivästynyt. Kaikilla kehitysvammaisilla on kuitenkin oikeus seksuaalisuuteen, seurusteluun ja ihmissuhteisiin. Heitä kielletään ja rajoitetaan kuitenkin enemmän kuin muita ihmisiä. (Palonen-Munnukka 2009, 13-14.)

Kehitysvammaisilla esteitä seksuaalisuuden toteuttamiselle luovat muun muassa sosiaaliset olosuhteet, asenneilmapiiri, kehitysvamman laatu ja psykologiset ongelmat. Sosiaalisilla olosuhteilla tarkoitetaan muun muassa sitä, missä kehitysvammainen asuu. Asuuko hän kotona vanhempien kanssa, vuokra-asunnossa, asuntolassa vai laitoksessa. Asumismuodot eroavat toisistaan erilaisten rajoitusten suhteen, esimerkiksi kuinka kontrolloituja ovat tapaamiset muiden ihmisten kanssa. Myös liikkumismahdollisuudet rajoittavat sosiaalisten suhteiden luomista ja ylläpitoa ja usein liikkumiseen tarvitaan vaikeammin vammaisilla esimerkiksi kuljetuspalvelua. Monesti kehitysvammaiset tarvitsevat myös ohjaajan mukaan julkisia kulkuneuvoja käyttäessään. (Palonen-Munnukka 2009, 41-42.)

Rajoittunut asenneilmapiiri luo esteitä kehitysvammaisten seksuaalisuuden toteuttamiselle, jos esimerkiksi seurustelu tai ystävien vierailut asumisyksiköissä koetaan negatiivisena ja ongelmallisena. Kehitysvamman laatu voi itsessään luoda rajoitteita, mutta mikään vamma ei täysin estä seksuaalisuuden toteuttamista. Rajoitteisiin on olemassa ratkaisuja, joita on mahdollista toteuttaa. Kehitysvammaisilla on samoja pelkoja ja ahdistuksia seksuaalisuuteen liittyen kuin muillakin ihmisillä. Ne voivat aiheuttaa epävarmuutta, kehonkuvan muutoksia ja jopa toiminnallisia häiriöitä. Vammat tai sairaudet voivat korostaa näitä entisestään. Jatkuva seksuaalinen energia, jota ei voi purkaa mitenkään, aiheuttaa jännitetilän, josta voi tulla stressioireita. Kehitysvammaisilla purkamaton seksuaalinen energia voi ilmentyä myös aggressiivisuutena tai levottomuutena. (Palonen-Munnukka 2009, 41-42.)

Kehitysvammaiset ihmiset ovat suuremmissa riskissä joutua seksuaalisen hyväksikäytön uhriksi kun ei-kehitysvammaiset ihmiset. Kehitysvammaiset ovat yleensä kilttejä ja tottelevat, mitä toiset ihmiset heiltä pyytävät. He saattavat olla avuttomia eivätkä hallitse sosiaalisia tilan-

teita. Heitä on helppo suostutella, varsin jos vastineeksi saa huomiota, mielihyvää tai lahjoja. (Väestöliitto 2006.)

Suostuttelua on yritys saada toinen toimimaan haluamallaan tavalla. Suostuttelijalla on selkeä tavoite toiminnalleen ja hän haluaa hyötyä toisesta. Suostutteluun voi käyttää erilaisia keinoja, jotta saataisiin toinen myöntymään tekoon. Suostuttelussa voidaan vedota toisen kiltteyteen tai tahtoon, mutta se voi sisältää myös uhkauksia tai lupauksia. Vahvoja ihmisiä on vaikeampi suostutella, sillä heillä on omat mielipiteensä asioista, eivätkä he vaihda helpolla niitä. (Kulmala 2013, 63.)

3 Kehittämistoiminnan menetelmät

Tämä opinnäytetyö on toiminannallinen opinnäytetyö. Vilkan ja Airaksisen (2003) mukaan toiminnallinen opinnäytetyö voi olla ammatillisen kentän käytännön toimintaan ohjeistus, opas, toiminnan järjestäminen tai toiminnan järjeistäminen. Toiminnallinen opinnäytetyö voi olla esimerkiksi perehdyttämisorja tai turvallisuusohje tai jopa jonkin tapahtuman toteutus. Toteutustavat vaihtelevat kansioista ja portfolioista aina kotisivuihin tai järjestettyihin näyttelyihin. Ammattikorkeakoulutasoisessa toiminnallisessa opinnäytetyössä on tärkeää, että se koostuu kahdesta osatekijästä: käytännön toiminnasta ja sen raportoinnista tutkimusviestintää käyttäen. (Vilka & Airaksinen 2003, 9.)

Tämä opinnäytetyö koostuu kahdesta osasta: ensimmäinen osa on kehitysvammaisten seksuaalikasvatusryhmien tuntisuunnitelmat ja -materiaalit eli tuotos, joka sisältää valmiit esimerkkintuntisuunnitelmat (Liite 4) ja niihin liittyvät materiaalit (Liite 5), joita seksuaalikasvatusryhmiä toteuttava ohjaaja voi käyttää sellaisenaan tai muokata ryhmälleen sopivaksi. Toinen osa on toimintaraportti.

3.1 Aineistonkeruumenetelmä

Yleisimmät aineistonkeruumenetelmät laadullisessa tutkimuksessa ovat haastattelut, kyselyt, havainnointi ja tieto, joka perustuu erilaisiin dokumentteihin. Menetelmistä voi käyttää tutkittavasta ongelmasta ja resursseista riippuen yhtä tai useampaa yhdessä tai erikseen. Vapaammassa tutkimusasetelmassa on esimerkiksi luontevaa käyttää keskustelua, havainnointia ja omaelämäkertaa aineiston keruussa. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 71.)

Opinnäytetyössä käytettiin laadullisia tutkimusmenetelmiä, joista yksi oli haastattelu seksuaalikasvatusstandardien teemojen mukailleen. Vilkan ja Airaksisen (2003) mukaan laadulliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön kerättyä aineistoa ei ole välttämätöntä analysoida yhtä tarkasti kuin tutkimuksellisissa opinnäytetyöissä, sillä kerätyn aineiston tehtävä on yleensä

toimia kohderyhmän selvityksenä, kun kohderyhmää ei joko tiedetä tai sen tarpeita ei tunneta. Toisin sanoin yleensä laadullisissa ja toiminnallisissa opinnäytetöissä riittää niin sanotusti suuntaa antava tieto. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 57.)

Myös Ojasalon, Moilasen & Ritalahden mukaan (2009, 94) erilaisia haastatteluja ja osallistuvaa havainnointia voi käyttää sellaisten aiheiden tutkimiseen, joita halutaan ymmärtää paremmin tai joita ei entuudestaan tunneta hyvin.

Opinnäytetyön toteutusvaiheen alussa tehtiin haastattelut kaikille kehitysvammaisille, jotka olivat ilmoittautuneet ja valikoitu järjestettäviin seksuaalikasvatusryhmiin. Ojasalon ym. (2009, 94) mukaan puhutaan harkinnanvaraisesta näytteestä, kun tutkimuksen kohde on tarkoin harkiten valittu, kuten tässä opinnäytetyössä. Tuomi & Sarajärvi (2013, 87) ovat taas sitä mieltä, että laadullisessa tutkimuksessa ei yleensä voi puhua harkinnanvaraisesta näytteestä, sillä se on alun perin kehitetty määrälliseen tutkimukseen ja tarkoittaa ”kaikkia niitä perusjoukon osajoukkoja, jotka eivät ole otoksia.”

Seksuaalikasvatusstandardien teemoja mukaillen tehtiin haastattelurunko. Haastattelun muodoksi valittiin teemahaastattelu, joka toteutettiin yksilöhaastatteluna. Seksuaalisuus oli erittäin arka aihe toimintakeskuksessa, joten haastatteluja ei nauhoitettu eikä myöskään tarkasti kirjoitettu ylös, sillä tarkoituksena oli vain saada suuntaa antavaa tietoa siitä, mitä ryhmäläiset tietävät seksuaalisuudesta entuudestaan. Haastattelun nauhoittaminen ja sen litterointi olisi ollut turhaa työtä eikä olisi lisännyt millään lailla saatua tietoa vaan päinvastoin ehkä jopa vähentänyt sitä, sillä moni haastateltavista jännitti haastattelua kovasti.

Ojasalon ym. (2009, 95) mukaan haastattelu sopii useisiin kehittämistehtäviin ja sen avulla saadaan lyhyessäkin ajassa syvällistä tietoa tutkittavasta aiheesta; tiedonkeruumenetelmänä se on hyvä valinta, kun halutaan korostaa tutkimuskohteen yksilöllisyyttä, jolloin tutkittava voi vapaasti tuoda esille itseään koskevia asioita.

Teemahaastatteluja käytettäessä haastattelut voivat venyä tunnista jopa kahteen tuntiin, jolloin on varauduttava puheliaisiin haastateltaviin. Vastaavasti myös niukkasanaisiin haastateltaviin on hyvä valmistautua. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 211.)

3.2 Aineiston analysointi

Sisällönanalyysi on perusmenetelmä, jota voi käyttää kaikissa laadullisissa tutkimuksissa. Yleisesti sisällönanalyysillä tarkoitetaan analyysimenetelmää, jossa analyysi etenee tietyn rungon mukaan. Ennen aineiston läpikäyntiä on päätettävä, mitkä asiat kiinnostavat ja tehtävä päätös siitä. Tämän jälkeen aineisto litteroidaan tai koodataan. Koodaamisella tarkoitetaan sitä,

että aineistoa jäsennetään niin, että saadaan käsitys, mitä aineistossa käsitellään. Koodimerkit toimivat myös tekstin kuvailussa apuvälineenä. Kolmas vaihe sisällönanalyysissä on luokittelu, teemoittelu tai tyypittely. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 91-93.)

Luokittelulla tarkoitetaan, että aineistosta määritellään erilaisia luokkia, jonka jälkeen laskeaan, kuinka monta kertaa mikäkin luokka esiintyy aineistossa. Luokittelu on sisällönanalyysissä yksinkertaisin aineiston järjestämisen muoto. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 93.)

Teemoittelussa taas painotetaan laadullisen aineiston pilkkomista eri aihepiirien mukaan ja mitä kustakin teemasta on sanottu. Lukumäärillä ei välttämättä ole merkitystä, kuinka monta kertaa mikäkin teema esiintyy aineistossa. Teemoittelua ennen voi aineistoa alustavasti ryhmitellä esimerkiksi vastaajan iän tai sukupuolen mukaan. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 93.)

Tyypittelyssä aineistoa ryhmitellään erilaisiksi tyypeiksi, esimerkiksi yhteisten ominaisuuksien tai näkemysten perusteella, jonka jälkeen ne tiivistetään yleistykseksi (Tuomi & Sarajärvi 2013, 93).

Teorialähtöisellä eli deduktiivisella sisällönanalyysillä aineiston analysointi perustuu johonkin viitekehukseen, joka voi olla teoria tai käsitejärjestelmä. Tällöin käytetään analyysirunkoa, joka on sisällönanalyysin ensimmäinen vaihe. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 113.)

Tässä opinnäytetyössä analyysirunkona toimi seksuaalikasvatusstandardien teemat, joita käytettiin myös haastattelun runkona.

3.3 Luotettavuus

Määrällisissä tutkimuksissa käytettyjä termejä validiteetti ja reliabiliteetti, jotka tarkoittavat tutkimuksen luotettavuutta ja tutkimustulosten toistettavuutta, ei voi kunnolla soveltaa laadulliseen tutkimukseen, sillä ne on kehitetty määrällisten tutkimusmenetelmien luotettavuuden arviointiin. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 136.)

Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta voidaan arvioida totuuden ja objektiivisen tiedon näkökulmasta. Lisäksi on arvioitava havaintojen luotettavuutta ja niiden puolueettomuutta. Havaintojen luotettavuudella ja puolueettomuudella tarkoitetaan sitä, vaikuttaako esimerkiksi tutkijan ikä, sukupuoli, uskonto, poliittinen asema, koulutus tai kansalaisuus siihen, mitä hän kuulee tai havainnoi. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 136.)

Haastattelujen luotettavuuteen vaikuttaa haastattelija, haastateltava ja haastattelutilanne kokonaisuudessaan. Virhelähteitä voi syntyä esimerkiksi, jos haastateltava kokee tilanteen

uhkaavaksi tai pelottavaksi. Haastateltava voi myös antaa sosiaalisesti suotuisia vastauksia tai vaieta arkaluontoisista asioista, joihin kuuluu muun muassa sairaudet, vajaavaisuudet ja seksuaalisuus. (Hirsjärvi ym. 2009, 206-207.)

Ojasalon ym. (2009, 94) mukaan laadullisen tutkimuksen luotettavuutta voidaan arvioida myös tutkimusprosessin tarkan kuvauksen ja tulkintojen perusteluiden avulla. Laadullisessa tutkimuksessa tutkija on yleensä lähellä tutkimuksen kohteita ja saattaa jopa osallistua toimintaan (Ojasalo ym. 2009, 94).

3.4 Eettisyys

Ihmisoikeudet muodostavat eettisen perustan tutkimuksissa, joissa tutkitaan ihmisiä. Tällöin tutkittavien suojaan kuuluu, että tutkija muun muassa selvittää osallistujille tutkimuksen tavoitteet, käytetyt menetelmät ja mahdolliset riskit. Tutkittavalla on oikeus kieltäytyä tutkimuksesta, keskeyttää mukanaolo ja kieltää jälkikäteen itseään koskevan tutkimusaineiston käyttö. Osallistujalla on oikeus tietää oikeutensa. Tutkijan on lisäksi varmistettava, että tutkittava ymmärtää, mitä tutkimuksessa tutkitaan. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 131.)

Suomen Akatemia on julkaissut vuonna 2008 tutkimuseettiset ohjeet, joissa on määritelty hyvä tieteellinen käytäntö. Hyvällä tieteellisellä käytännöllä (good scientific practice) tarkoitetaan, että tutkijat ja tieteelliset asiantuntijat noudattavat toimintatapoja, jotka tiedeyhteisö on tunnustanut. Tällaisia toimintatapoja ovat muun muassa rehellisyys, yleinen huolellisuus ja tarkkuus tutkimustyössä, tulosten tallennuksessa ja esittämisessä sekä tutkimuksen arvioinnissa. Heidän on lisäksi sovellettava tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä, jotka ovat tieteellisen tutkimuksen kriteerien mukaisia ja eettisesti kestäviä. Heidän täytyy myös toteuttaa avoimuutta julkaistessaan tutkimuksensa tuloksia, mikä kuuluu tieteellisen tiedon luonteeseen. Heidän on otettava huomioon asianmukaisella tavalla muiden tutkijoiden työn tulokset ja saavutukset niin, että heidän työtään kunnioitetaan ja niille annetaan niille kuuluva arvo. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 132.)

Tutkimuksen suunnittelu, toteutus ja raportointi yksityiskohtaisesti ja tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten edellyttämällä tavalla kuuluu hyvään tieteelliseen käytäntöön. Lisäksi tulee olla määriteltyä ja kirjattuna tietoja liittyen esimerkiksi tutkimusryhmän asemaan, oikeuksiin, vastuisiin ja velvollisuuksiin, tekijänoikeuksiin sekä tutkimusaineiston säilyttämiseen. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 133.)

Tutkimuksen tekijällä itsellään, tutkimusryhmällä ja tutkimusyksilön johtajalla on vastuu noudattaa hyvää tieteellistä käytäntöä. Tämä tarkoittaa myös sitä, että oppilaiden tekemisissä

opinnäytetöissä vastuu tutkimuksen rehellisyydestä ja vilpittömyydestä on myös opinnäytetöitä ohjaavalla opettajalla. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 133.)

4 Kehittämistoiminnan ympäristö

Tässä opinnäytetyössä oli mukana erään kaupungin vammaispalvelut, josta kliinisenä asiantuntijana toimi eräs avohuollon ohjaaja, joka itse pitää seksuaalikasvatusryhmiä säännöllisesti muun muassa peruskouluissa. Kehitysvammaisille suunnattua seksuaalikasvatusta toteutettiin ryhmätoimintana eräässä kehitysvammaisten toimintakeskuksessa. Vammaispalvelut hankkii työ- ja toimintapalvelunsa toimintakeskukselta ostopalveluna.

Toimintakeskuksessa käy noin 100 kehitysvammaista asiakasta työ- ja päivätoiminnassa. Asiakkaat saavat yksilöllistä palvelua omien tarpeidensa ja kykyjensä mukaan: työtehtäviä ovat esimerkiksi kokoonpano-, pakkaus- ja siivoustyöt. Myös käsitöitä tehdään ja niitä on myynnissä toimintakeskuksen kirpputorilla. (Eteva 2012.)

Useimmiten kehitysvammaiset työskentelevät erilaisissa työ- ja toimintakeskuksissa. Työskentelyä pidetään kuntoutuksena eikä siitä makseta kunnollista palkkaa vaan niin sanottua ahkeruusrahaa. Oikein toteutettuna päivätoiminta antaa ryhtiä ja sisältöä arkeen, jolloin elämänlaatu paranee ja toimintakyky säilyy. (Palonen-Munnukka 2009, 11.)

Seksuaalikasvatusryhmätoiminnassa oli mukana 10 kehitysvammaista miestä ja naista ja he olivat iältään 22-48 -vuotiaita. Osa ryhmäläisistä asui kaupungin alueella, mutta osa tuli toimintakeskukseen naapurikunnista ja -kaupungeista. Vähän vajaa puolet ryhmäläisistä asui edelleen vanhempiensa kanssa, kun taas osa asui yksin vuokra-asunnossa. Seurustelusta kysyttäessä vain yksi ryhmäläisistä kertoi seurustelevansa. Keskimäärin niin sanotusti vakavampia seurustelukumppaneita ryhmäläisillä oli aikaisemmin ollut yhdestä kolmeen.

Yksi ryhmäläisistä kertoi avoimesti tulleensa raiskatuksi. Vuonna 2001 tehdyn tutkimuksen mukaan vammaiset naiset kohtaavat väkivaltaa kahdesta kymmeneen kertaa enemmän kuin vammattomat naiset. Erityisesti kehitysvammaisiin naisiin kohdistuu seksuaalista pakottamista, painostamista, hyväksikäyttöä ja seksuaalista väkivaltaa. Tutkittua tietoa kehitysvammaisten seksuaalisesta hyväksikäytöstä ei ole paljoakaan, sillä ilmitulon pelko ja tietämättömyys oman kehon koskemattomuudesta luovat ongelmia ja esteitä tapausten selvittelyssä. (Väestöliitto 2006.)

Piispan (2013,7) mukaan vammaiset naiset eivät ole sukupuoleettomia vaan ovat erityisen haavoittuvia vammansa takia ja siksi alttiita kohtaamaan kaikenlaista väkivaltaa, vaikka usein luullaan, että vammaisuus suojelee väkivallalta. Väkivallalla on monia ilmenemismuotoja:

fyysinen, seksuaalinen, henkinen ja taloudellinen. Vammaisiin naisiin kohdistuva seksuaalinen väkivalta on tabu, jota ei tunnusteta, josta ei puhuta ja jonka olemassa oloa ei haluta myöntää. (Piispa 2013, 7.)

5 Kehittämistoiminnan toteutus

Opinnäytetyön aiheiden valinta alkoi keväällä 2014, kun mietittiin kaupungin vammaispalveluita opinnäytetyön toteuttamisympäristöksi. Ensimmäisen tapaamisen jälkeen vammaispalveluissa oli kiinnostusta opinnäytetyöhön, mutta ei alkuperäisellä aiheella. Keskustelun pohjalta sovittiin uusi tapaaminen, jossa sovittiin kaikkia osapuolia tyydyttävä aihe, joka olisi tarpeellinen ja ajankohtainen. Toteuttamisympäristöksi valittiin eräs kehitysvammaisten työ- ja toimintakeskus, jolta kaupunki hankkii tarvitsemansa palvelut ostopalveluina. Kliiniseksi asiantuntijaksi sovittiin vammaispalvelujen avohuollon ohjaaja, jolla on paljon kokemusta seksuaaliväkivaltajana. Aiheeksi tarkennettiin kehitysvammaisten seksuaalikasvatus ryhmätoimintana.

Ryhmätoiminnan käynnistämistilaisuus oli toimintakeskuksessa kesäkuun alussa 2014. Mukana olivat vammaispalveluista avohuollon ohjaaja, toimintakeskuksen esimies ja yksi toimintakeskuksen työntekijöistä, joka oli mukana seksuaaliryhmien toteutuksessa. Tapaamisessa sovittiin kohderyhmästä ja ryhmien ajankohdasta ja alustavista aiheista. Naisten ryhmä sovittiin toteutettavaksi maanantaisin kello 9.30-11.00 ja miesten ryhmä tiistaisin kello 9.30-11.00 kymmenen viikon ajan syksyllä 2014. Samalla tapaamiskerralla päätettiin, että seksuaalikasvatusryhmiin pitäisi kehitysvammaisten itse ilmoittautua, jotta päätös ryhmään osallistumisesta olisi heillä itsellään. Sovittiin, että ryhmään ilmoittautuneista toimintakeskuksen esimies ja ryhmätoiminnassa mukana oleva työntekijä valitsevat naisten ja miesten ryhmään 8-10 kehitysvammaista, jotka heidän mielestään hyötyisivät ryhmästä eniten ja jotka suurin piirtein olisivat seksuaaliselta kehitystasoltaan samanlaisia. Toimintakeskuksen esimies ja ohjaaja epäilivät kuitenkin, että ryhmään ei välttämättä ilmoittau aiheen arkuudesta johtuen niitä kehitysvammaisia, jotka heidän mielestään olisivat siihen kaikkein sopivimpia eli joilla kehitysvamman aste on lievempi ja jotka tarvitsisivat akuutisti tietoa seksuaalisuuteen liittyvissä asioissa. Epävarmuudesta johtuen varasuunnitelmaksi sovittiin ”tykkään -ryhmä” eli ryhmä, jossa kehitysvammaiset ovat seksuaaliselta kehitykseltään tasolla, jossa kävellään käsi kädessä ja korkeintaan halaillaan seurustelukumppania.

Jotta ilmoittautumisia tulisi mahdollisimman paljon, päätettiin tehdä mahdollisimman puoleensavetävä mainosjuliste seksuaalikasvatusryhmistä. Toimintakeskuksen työntekijät myös mainostivat ääneen syksyllä alkavaa ryhmää. Juliste laitettiin toimintakeskuksen seinälle kesäkuun alussa ja aikaa ilmoittautumiseen oli juhannukseen asti. Juhannuksen jälkeen sovittiin tapaaminen, johon osallistui molemmat toimintakeskuksen työntekijät, jotka olivat mukana seksuaalikasvatusryhmissä. Seksuaalikasvatusryhmiin ilmoittautuneet olivat tiedossa ja iloi-

seksi yllätykseksi ilmoittautuneista saatiin koottua juuri sellainen ryhmä, joka oli päätavoitteena. Tosin ryhmän koko ja ikäjakauma oli hieman suurempi kuin mitä alun perin suunniteltiin. Ilmoittautuneista valittuja oli kuusi naista ja viisi miestä. Yhdessä päätettiin haastattelu-aika, jotta saataisiin jonkinlainen käsitys heidän seksuaalitietämyksestään. Samalla myös päätettiin, että halutessaan haastateltava saisi ottaa mukaansa toimintakeskuksen työntekijän ”henkiseksi tueksi”.

Yhdestätoista ryhmään ilmoittautuneesta haastateltiin seitsemän, jotka olivat paikalla toimintakeskuksessa haastattelun aikaan kesäkuun lopulla. Yksi haastateltavista halusi toimintakeskuksen työntekijänkin mukaan, sillä haastattelu oli tuntunut niin pelottavalta. Haastattelun runko löytyy liitteistä (Liite 1).

Haastattelujen jälkeen lopulliseksi ryhmän kooksi muodostui viisi naista ja viisi miestä, sillä yksi naisista ei selkeästi ollut muun ryhmän kanssa samalla tasolla seksuaaliselta kehitykseltään. Toimintakeskuksen työntekijän kanssa tultiin siihen lopputulokseen, että on kaikkien edun mukaista, että tämä nuori kehitysvammainen nainen ei ole ryhmässä mukana. Hän ei tiennyt eikä ollut kuullut juuri mitään esitetyistä termeistä tai aiheista ja oli todella ymmällään kysymyksistä. Kysyttäessä ihastumisen tai rakastumisen kohteita, hän kertoi television näyttelijöistä, jonka perusteella pääteltiin hänen olevan seksuaaliselta kehitykseltään reilusti muita jäljessä. Väestöliiton seksuaalisuuden portaiden toinen askelma on idolirakkaus, kun taas korkein porras, yhdeksäs askel, on yhdyntää sisältävää vastuullista rakastelua, jossa ollaan aikuisuuden ja itsenäisyyden kynnyksellä. Muista ryhmäläisistä melkein puolet oli itsenäisesti asuvia ja mahdollisesti seksiä harrastavia, joten he olivat paljon lähempänä tätä yhdeksättä askelta.

Teoriatiedon kerääminen alkoi heti aiheen varmistumisen jälkeen ja tuntisuunnitelmien koaminen syksyllä 2014. Ensimmäinen naisten ryhmä oli 15.9.2014 ja miesten ryhmä 16.9.2014. Seksuaalikasvatusryhmien tuntisuunnitelmien runkona WHO:n seksuaalikasvatuksen standardeja, joita sovellettiin kehitysvammaisille sopiviksi. WHO:n seksuaalikasvatuksen standardien aiheista jätettiin pois viimeinen aihealue, seksuaalisuutta määrittävät sosiaaliset ja kulttuuriset tekijät, joita ei juurikaan käsitelty ryhmässä. Aihe kuitenkin lisättiin valmiisiin tuntisuunnitelmiin, jotta seuraava, joka järjestää seksuaalikasvatusryhmiä, voi itse päättää ajan ja resurssien puitteissa käsitteleekö aihetta vai ei.

Ryhmät kokoontuivat viikoittain, naiset maanantaisin ja miehet tiistaisin kymmenen viikon ajan. Viimeinen kerta oli marraskuun 18. päivä, jolloin järjestettiin koko toimintakeskukselle yhteinen tapahtuma. Tapahtumaan järjestettiin kolme pistettä, joista yksi oli kondomipiste, toinen oli kysy meiltä -piste ja kolmas sitä hän sä kysyt -pelipiste. Jokaisella pisteellä oli yksi ryhmän vetäjä sekä miehiä ja naisia seksuaalikasvatusryhmästä niin sanottuina asiantuntijoi-

na, sillä parhaiten oppii itse opettamalla. Lisäksi ryhmäläiset saivat positiivista huomiota sekä itsevarmuutta esiintymiseen. Jokaiseen pisteeseen sai toimintakeskuksen asiakkaat mennä itsenäisesti kiinnostuksensa mukaan. Tapahtuma kesti 9.30-11.00.

Kondomipisteellä harjoiteltiin kondomin laittoa banaanien päälle. Kondomeja sai halutessaan myös mukaansa. Pisteellä jaettiin leikkimielisiä Halicardeja, joka pitää näyttää etukäteen halauksen kohteelle. Halicardeja tilattiin ilmaiseksi osoitteesta www.nytyi.fi. Korttien avulla kehitysvammaisille pystyi selittämään, että ketä tahansa ei voi mennä halaamaan tai koskemaan, sillä kaikki eivät välttämättä halua tulla halatuksi tai kosketuksi. Kondomipisteellä oli lisäksi kilpailu, jossa piti arvata suomalaisen miehen erektiossa olevan peniksen keskimittaa. Pisteellä oli hahmottamisapuna mittanauha. Yksi toimintakeskuksen asiakkaista arvasi keskimittan sentilleen oikein ja sai palkinnoksi parasta seksin korviketta eli suklaata. Pisteellä käytetyt ja syödyt banaanit saatiin lahjoituksena paikallisesta Prismasta.

Kysy meiltä -pisteelle sai tulla kysymään seksuaalisuuteen liittyviä kysymyksiä, jotka askaruttivat mieltä. Kysymyksiä sai esittää joko suullisesti tai kirjallisesti. Koska vain yksi mies uskalsi esittää kysymyksen, siirryttiin pisteellä varasuunnitelmaan, joka oli seksuaalisuuteen liittyvien myyttien pohtiminen. Totta vai tarua -harjoitustehtävää käytiin läpi myös seksuaalikasvatusryhmissä neljännessä kerralla, kun aiheena oli seksuaalisuus. Jokainen sai seksuaalisuuteen liittyvän väittämän ja piti miettiä, onko se totta vai tarua. Pisteelle kerääntyi paljon ihmisiä myös vain oleskelemaan ja syömään mandariineja, joita hankittiin naposteltavaksi. Lisäksi keskusteltiin seurustelusta ja siihen liittyvistä ongelmista, jotka ovat koko ajan pinnalla toimintakeskuksen arjessa.

Sitähän sä kysyt -pelipisteellä pelattiin toimintakeskuksen hankkimaa Väestöliiton Sitähän sä kysyt -peliä. Peli on Trivial Pursuit -tyyppinen peli, jossa pitää kerätä kaikista neljästä aihealueesta oikea vastaus. Aihealueet olivat: mistä on kysymys, mitä voin itse tehdä, mikä on tavallista ja mistä johtuu. Pelaamisen lisäksi pisteellä tarjoiittiin naposteltavaksi hankittuja omenoita.

Puolitoista tuntia meni todella nopeasti ja päivästä jäi todella positiivinen olo. Ryhmäläisten ja ohjaajien kanssa sovittiin, että palautetta tullaan keräämään pidetyistä ryhmistä. Ajankohdaksi sovittiin 1.12.2014. Palautekysely löytyy liitteistä (Liite 2).

6 Tuotos

Tuotoksen eli seksuaalikasvatusryhmien tuntisuunnitelmien runkona käytettiin Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa -asiakirjaa, jotka on tehty suuntaviivoiksi poliittisille päättäjille, opetus- ja terveydenhoitoalan viranomaisille ja asiantuntijoille.

Tuntisuunnitelmien aiheet olivat samat kuin standardien teemat: ihmiskeho ja sen kehitys; hedelmällisyys ja lisääntyminen; seksuaalisuus; tunteet; ihmissuhteet ja elämäntyyli; seksuaalisuus, terveys ja hyvinvointi; seksuaalisuus ja oikeudet sekä seksuaalisuutta määrittävät sosiaaliset ja kulttuuriset tekijät. Standardien teemoja on kahdeksan, joten ensimmäisellä ja viimeisellä kerralla ei ollut tiettyä aihealuetta käsiteltävänä. Standardeista on otettu aiheita joka ikäryhmästä, sillä ikäjaottelu ei sovellu kehitysvammaisille. Kymmenen kerran tuntisuunnitelmat löytyvät liitteistä samoin kuin niihin tarvittavat materiaalit.

Ensimmäisen kerran aihe on johdatus seksuaalikasvatukseen, ryhmään tutustuminen sekä ryhmän sääntöjen tekeminen. Molemmille ryhmille selitettiin, miksi kymmenen viikon seksuaalikasvatusryhmät toteutetaan ja mitä aiheita niissä käsitellään. Ryhmään tutustuminen tapahtui nimilappuja käyttämällä eli jokaisen etunimi kirjoitettiin sydämenmuotoiselle kartonkipalalle, jonka sai kiinnittää paitaansa. Samalla sai halutessaan kertoa itsestään jotain. Ryhmässä tehtiin myös säännöt, jotka jokainen ryhmäläinen allekirjoitti. Kuva naisten ryhmän säännöistä löytyy liitteistä. Allekirjoituksissa oli pelkät etunimet, joten ryhmäläiset eivät ole tunnistettavissa. Tärkein säännöistä oli vaitiolovelvollisuus, joka ryhmän pitäjällä on automaattisesti, mutta jota toivottiin myös ryhmäläisiltä. Ensimmäisellä kerralla käytiin läpi hieman, mitä tulee mieleen sanasta seksuaalisuus. Sanoja kirjoitettiin ylös paperille, josta on myös kuva liitteissä (Liite 3).

Toisen kerran aiheena on ihmiskeho ja ihmisen kehitys. Ensimmäisellä kerralla tehty sääntöjulistte otettiin esiin ja kerrattiin säännöt vaitiolovelvollisuutta korostaen. Ryhmässä käytiin läpi naisen ja miehen sukupuolielimet ja niiden oikeat nimet sekä mitä esimerkiksi kuukautisissa ja siemensyöksyssä tapahtuu. Värejä käyttämällä pystyi hyvin erottelemaan kuvista esimerkiksi virtsan, ulosteen ja kuukautisveren reitit, jolloin oli hyvä hetki puhua myös hygieniasta. Ryhmässä käsiteltiin myös muun muassa, miten paljon sukupuolielimet voivat ulkonäöltään ja kooltaan erota toisistaan ja minkälaisia paineita esimerkiksi pornografian katselu voi aiheuttaa.

Kolmannen kerran aihe on hedelmällisyys ja lisääntyminen. Ryhmissä kerrattiin naisen ja miehen sukupuolielimet, niiden nimet sekä toiminnot kuten kuukautiset ja siemensyöksy. Tämän jälkeen molemmille ryhmille selitettiin konkreettisesti, mitä tarkoitetaan yhdynnällä ja mitä siinä tapahtuu. Kuvia apuna käyttämällä hahmotettiin siittiön matka miehen kiveksistä naisen emättimen kautta munanjohtimiin, missä mahdollinen hedelmöittyminen tapahtuu. Samassa yhteydessä oli hyvä keskustella jo hieman kondomin käytöstä, miten se ehkäisee raskaudelta ja sukupuolitaudeilta. Kolmannella kerralla käytiin läpi myös raskaus ja synnytys. Raskauskolmanneksia käsiteltäessä oli loistava tilaisuus käsitellä hieman kehitysvammaisuuden syitä. Ryhmässä käytiin läpi esimerkiksi odottavan äidin päihteiden käyttöä ja synnytyksen riskejä

kuten hapenpuutetta, jos esimerkiksi napanuora on kiertynyt vauvan kaulan ympärille. Hedelmällisyys ja lisääntyminen teemaan kuuluvat myös lapsettomuus ja sen syyt ja kuinka esimerkiksi tupakointi vaikuttaa siihen.

Neljännän kerran aiheena on seksuaalisuus. Ensiksi pohdittiin esimerkkitapausten avulla, kuka on seksuaalinen. Tehtävän tarkoitus oli opettaa, että jokainen ihminen on seksuaalinen olento, eikä seksuaalisuutta vähennä ikä, sairaus tai vamma. Esimerkkitapauksista on tarkoituksella jätetty pois alle 18 -vuotiaat, jotta täysikäisille ryhmäläisille voi korostaa, että seksisuhtealaikäisen kanssa ei ole sallittua. Tapausesimerkit löytyvät liitteistä tuntimateriaaleista. Ryhmässä pelattiin myös seksuaalisuus sananselitystä. Aluksi sanat herättivät ryhmässä hilpeyttä, eikä niitä meinattu uskaltaa sanoa ääneen. Ohjaajan tehtäväksi jäi pysyä mahdollisimman neutraalina ja viestittää näin, ettei seksuaalisuudessa ole mitään hävettävää. Neljännellä kerralla käsiteltiin myös miehen ja naisen erogeenisia alueita eli alueita, joiden koskettelu tuottaa mielihyvää. Samalla tehtiin juliste, johon merkittiin, mihin toista ihmistä saa koskea. Kuva löytyy liitteistä. Viimeiseksi käsiteltiin seksuaalisuuteen liittyviä myyttejä ja mietittiin, mitkä niistä ovat tarua ja mitkä totta.

Viidennen kerran aihe on tunteet. Ryhmässä käsiteltiin erilaisia tunteita, positiivisia ja negatiivisia, ja miltä turvallisuus tai turvattomuus tuntuu. Yhdessä mietittiin, miten erilaisia tunteita voi ilmaista, hallita tai helpottaa. Tauon jälkeen piirrettiin jokaisesta ryhmäläisestä ”omakuva” kierrättämällä papereita piirissä. Liitteistä löytyy kaksi esimerkkikuvaa.

Kuudennen kerran aihe on ihmissuhteet ja elämäntyyli. Tilastokeskuksen (2013) mukaan perheeksi voi kutsua samassa asunnossa asuvia avo- tai aviopuolisoja sekä parisuhteensa rekisteröineitä saman sukupuolen edustajia ja heidän lapsiaan. Myös jompikumpi vanhemmista, joka asuu lapsiansa kanssa sekä lapsettomat avo- ja aviopuolisot ja parisuhteensa rekisteröineet henkilöt muodostavat perheen. Perheet voi siis luokitella lapsettomiin ja lasten kanssa asuviin perheisiin. Perhe voi koostua heteropareista tai rekisteröityneistä mies- tai naispareista tai vain yhdestä vanhemmasta lapsineen. Lapsiperheeksi sanotaan perhettä, jossa on vähintään yksi alle 18 -vuotias lapsi. (Tilastokeskus 2013.)

Tilastokeskuksen määritelmän mukaisia perhetyyppäjä on kahdeksan. Tikku-ukkokuvia käyttämällä tehtiin juliste erilaisista perheistä, joita voi olla olemassa. Liitteistä löytyy sekä naisten että miesten ryhmässä tehty juliste. Julistetta tehdessä oli hyvä tilaisuus keskustella, miten erilaisia perhetyyppäjä voi syntyä. Ryhmässä on hyvä keskustella myös hedelmättömyydestä ja adoptiosta. Tauon jälkeen käsiteltiin ystävyyttä ja seurustelua ja miten ne eroavat toisistaan. Viimeiseksi tehtiin yhdessä seurusteluun sopivat pelisäännöt, joita seurustellessa olisi hyvä noudattaa.

Seitsemannen kerran aihe on seksuaalisuus, terveys ja hyvinvointi. Ryhmässä pohdittiin seksuaalisuuden vaikutuksia terveyteen. Seksuaalisuudella voi olla myönteisiä vaikutuksia terveyteen, mutta sillä voi olla myös kielteisiä vaikutuksia. Myönteisistä vaikutuksista puhuttaessa oli hyvä kertoa, että masturboinnissa ei ole mitään hävettävää vaan se on täysin normaalia ja sillä voi esimerkiksi helpottaa stressiä. Ryhmässä keskusteltiin myös negatiivisista vaikutuksista kuten sukupuolitaudeista: miten ne tarttuvat, mistä voi tunnistaa ja miten voi hakeutua hoitoon. Tärkeintä oli osata kuunnella omaa kehoaan, mikä tuntuu hyvälle ja mikä epämiellyttävälle sekä tunnistaa, mikä on niin sanotusti normaalia ja mikä epänormaalia. Ryhmässä keskusteltiin myös seksuaalisuuden vastuusta; mitkä ovat vaihtoehdot, jos nainen on raskas. Seitsemännellä kerralla harjoiteltiin lisäksi kondomin laittoa ja pohdittiin seksuaaliongelmia, joita miehillä ja naisilla voi olla.

Kahdeksannen kerran aihe on seksuaalisuus ja oikeudet. Ryhmässä käytiin läpi jokaiselle ihmiselle kuuluvat seksuaalioikeudet, jotka kirjoitettiin ylös isolle kartongille. Samalla korostettiin, että myös toisen seksuaalioikeuksia on kunnioitettava. Seksuaalioikeuksien jälkeen käsiteltiin flirtin ja seksuaalisen häirinnän eroja. Ryhmässä käsiteltiin lisäksi suostuttelua ja seksuaalista hyväksikäyttöä erilaisten tapausesimerkkien avulla. Ahdistavien tilanteiden varalle harjoiteltiin äänenkäyttöä ja ryhdikästä, itsevarmaa asentoa. Seksuaalikasvatuksen standardeista löytyvää kolmivaiheista mallia harjoiteltiin myös: ”Sano ei, lähde pois, puhu jollekulle, johon luotat.” Viimeiseksi käsiteltiin, mitä pitää tehdä, jos itse tai joku kavereista joutuu raiskauksen uhriksi.

Yhdeksannen kerran aihe on seksuaalisuutta määrittävät sosiaaliset ja kulttuuriset tekijät. Aihe jätettiin pilottiryhmistä pois, sillä se tuntui liian haastavalta. Aihe kuitenkin lisättiin tuntuun suunnitelmiin ja yhdeksännellä kerralla käsitellään muun muassa ihmisten omia rajoja ja miten esimerkiksi vertaispaine, media, pornografia, kulttuuri ja uskonto voivat vaikuttaa ihmisten seksuaalisuuteen ja siihen liittyviin päätöksiin, suhteisiin ja käytökseen. Ryhmässä on hyvä käsitellä myös mediakasvatusta.

Viimeisellä eli kymmenennellä kerralla kerrataan aiheita ja kerätään ryhmistä palautetta. Aiheita voi palautella mieleen esimerkiksi pelaamalla Väestöliiton Sitähän sä kysyt -peliä. Palautetta voi kerätä esimerkiksi liitteistä löytyvällä palautekyselyllä (Liite 2) tai muokata sitä tarpeen mukaan.

7 Kehittämistoiminnan arviointi

7.1 Palautekysely

Kun kymmenen viikon seksuaalikasvatusryhmät olivat ohi, kerättiin palautetta 1.12.2014. Palautekyselyyn vastasi kaksi ryhmässä mukana ollutta toimintakeskuksen ohjaajaa sekä seitsemän kymmenestä ryhmäläisestä.

Palautekyselyssä oli monivalintoja kuudesta eri aiheesta sekä kolme avointa kysymystä. Palauteen keräämisen yhteydessä sovittiin, että useammankin monivalintavaihtoehdon saa ymmärröidä halutessaan. Palaute kerättiin nimettömänä.

Monivalinnat koskivat ryhmien kestoa, joka oli kymmenen viikkoa, yhden kerran kestoa, joka oli puolitoista tuntia, ryhmien aiheita, toteutusta sekä viimeisen kerran tapahtumaa. Monivalinnoissa kysyttiin myös sitä, kuinka paljon uutta tietoa ryhmäläiset saivat eri aiheista. Avoimissa kysymyksissä kysyttiin, mitä on oppinut ryhmistä ja mitä olisi halunnut oppia lisää. Viimeisenä avoimena kohtana sai kirjoittaa halutessaan muuta palautetta omin sanoin.

Ryhmien kestosta oli vastausvaihtoehtoina ihan liian pitkä, hieman liian pitkä, sopivan pituinen, hieman liian lyhyt ja ihan liian lyhyt.

Molemmat ohjaajista vastasivat ryhmien keston olleen sopivan pituinen. Ryhmäläisistä viisi vastasi ryhmien olleen sopivan mittaisia; yhden ryhmäläisen mielestä kymmenen viikkoa oli ihan liian pitkä ja yhden mielestä ihan liian lyhyt.

Yhden kerran keston vastausvaihtoehtoina olivat ihan liian pitkä, hieman liian pitkä, sopivan pituinen, hieman liian lyhyt ja ihan liian lyhyt.

Molempien ohjaajien mielestä yhden kerran kesto 1,5 tuntia oli sopivan mittainen. Kuuden ryhmäläisen mielestä yhden kerran kesto oli myös sopivan mittainen, yhdessä lomakkeessa ei ollut merkintää tässä kohdassa.

Ryhmien aiheiden vaihtoehtoina oli mukavia, kiinnostavia, inhottavia, tylsiä ja hyödyllisiä. Toisen ohjaajan mielestä aiheet olivat olleet hyödyllisiä ja toisen mielestä kiinnostavia. Neljän ryhmäläisen mielestä aiheet olivat kiinnostavia, kahden mielestä mukavia ja yhden mielestä sekä kiinnostavia että hyödyllisiä.

Ryhmien toteutuksen vastausvaihtoehdot olivat hauskaa, tylsää, innostavaa, huonoa ja mukavaa. Toisen ohjaajan mielestä toteutus oli innostavaa ja toisen mielestä mukavaa. Kahden ryhmäläisen mielestä toteutus oli hauskaa, kahden mielestä innostavaa ja kahden mielestä mukavaa. Yksi paperi oli täyttämättä tältä kohdalta.

Ryhmien aiheista erilailta kysyttäessä vastausvaihtoehdot olivat kaikki oli uutta asiaa, lähes kaikki oli uutta asiaa, opin jonkin verran, en oppinut paljoakaan uutta ja en oppinut mitään uutta. Molemmat ohjaajat vastasivat oppineensa jonkin verran ryhmistä. Ryhmäläisistä kolmelle kaikki oli uutta asiaa, kahdelle lähes kaikki oli uutta ja yksi ryhmäläisistä oli mielestään oppinut jonkin verran. Yksi paperi oli tyhjä.

Viimeisen kerran eli toimintakeskuksen yhteisestä tapahtumasta kysyttäessä vastausvaihtoehdot olivat ahdistava, hauska, tylsä, hyödyllinen ja mukava.

Toisen ohjaajan mielestä viimeisen kerran yhteinen tapahtuma oli ollut hauska ja hyödyllinen.

Toisen ohjaajan mielestä se oli ollut taas hauska, hyödyllinen ja mukava.

Kolmen ryhmäläisen mielestä tapahtuma oli hauska ja yhden mielestä mukava. Yhteen paperiin oli kirjoitettu, ettei vastaaja ollut paikalla viimeisellä kerralla ja kaksi papereista oli täyttämättä.

Ensimmäiseen avoimeen kysymykseen, mitä olet oppinut ryhmissä, oli toinen ohjaajista vastannut, että tietopohja on täydentynyt ja vahvistunut. Toinen ohjaajista ei ollut vastannut mitään. Viisi ryhmäläistä vastasi avoimeen kysymykseen, mutta kahdessa vastauspaperissa ei lukenut mitään.

Synyksestäät.

Opin tietämään seksuaalisuudesta, josta olisin halunnut tietää jo 14 v.

Mukavia asioita.

Hauskoja juttuja.

Laittamaan kondomin, tietoa seksitaudeista.

Toiseen avoimeen kysymykseen, mitä olisit halunnut oppia lisää, vastasi toinen toimintakeskuksen ohjaajista ja neljä ryhmäläistä.

Seksuaalisuus suhteessa yhteiskuntaan ja sen normeihin on kiinnostava aihe. Sitä olisi voitu pohtia enemmänkin. Eriarvoisuus jne.

Mustasakaidestaat.

Olisin halunnut tietää enemmän kehitysvammaisten asioista enemmän.

Uusia juttuja.

Ihan mukavia asioita.

Viimeiseen avoimeen kohtaan, johon sai kirjoittaa muuta palautetta omin sanoin, olivat molemmat toimintakeskuksen ohjaajat kirjoittaneet melko pitkän palautteen.

Kiitos Hanna. Upeasti vedetty ryhmä. Todella tärkeä aihe. Hienosti koostettu tietopaketti. Antoisa jakso itselleni ja uskon että myös asiakkaille. Hyvää jatkoa ja joulua sulle.

Ohjaus oli ammattitaitoista, aiheet esitelty ymmärrettävästi ja motivoit hienosti asiakkaat mukaan. Keskusteluissa vedit rajat ammattitaitoisesti. Kiitos. Asiat/aiheet olivat mietitty niin, että asiaa oli tarpeeksi (ei liikaa/ei liian vähän) ja asiakkaiden oli se helppo omaksua ja ymmärtää.

Ryhmäläisten vastaukset viimeiseen avoimeen kysymykseen olivat melko samanlaisia. Kahdessa paperissa ei lukenut mitään.

Olisi ollut kivaa, jos ryhmä olisi jatkunut eikä olisi loppunut jo nyt.

Oli mukavia asioita.

Tunnit oli hauskoja ja kiinnostavia ja mukavia.

Ryhmä oli mielenkiintoinen ja toi vaihtelua työpäivään.

Oli kivoja tunteja, ryhmätunnit oli kivoja.

7.2 Pohdintaa

Sekä alkuhaastattelu että palautekysely suoritettiin nimettömänä, sillä laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista (22.9.2000/812) pitää sisällään vaitiolovelvollisuuden, joka koskettaa kaikkia sosiaalihuollon järjestäjiä, tuottajia ja palveluiden työntekijöitä, myös harjoittelijoita. Vaitiolovelvollisuus säilyy sosiaalihuollossa työskentelyn tai toiminnan päättymisen jälkeenkin. (Finlex 2011.)

Palautteen keräys kehitysvammaisilta oli vaikeaa, mutta arvioinnin kannalta oli tärkeää, että heiltä kerättiin sitä. Palautekyselyn vastauksista voi päätellä, että osalle kirjallinen vastaaminen oli todennäköisesti liian vaikeaa, kyselylomake liian vaikea ymmärtää tai molempia.

Yhdessä vähiten täytetyssä vastauspaperissa oli ympyröity vain kaksi kuudesta monivalinnasta ja kaikki avoimet kohdat olivat täyttämättä. Oliko kyse siis osaamisen, ymmärryksen vai viitseliäisyyden puutteesta, sillä ajallisesti palautekyselyn täyttäminen ei kestänyt kauaa. Kyseisen paperin vastaukset olivat, että kymmenen viikon ryhmät olivat sopivan pituisia ja ryhmien aiheet mukavia. Eli todennäköisesti keskittyminen tai osaaminen ei ollut riittänyt palautteen täyttämiseen.

Kahdessa seuraavaksi vähiten täytetyssä paperissa oli täytetty kaikki monivalintakohdat, mutta toisessa paperissa oli jätetty vastaamatta kahteen ensimmäiseen avoimeen kysymykseen ja toisessa viimeiseen avoimeen kysymykseen. Jälkimmäisessä paperissa kahteen ensimmäiseen avokysymykseen oli vastattu kahdella sanalla ”synyksestäät” ja ”mustasakaidestaat” eli todennäköisesti vastaajalla on ollut vaikeuksia kirjallisessa ilmaisussa. Kyseiseltä vastaajalta olisi ehkä saattanut saada paremmin suullista palautetta, mutta koska palautekysely tehtiin nimettömänä, ei ole täyttä varmuutta, kuka sen on täyttänyt. Toisessa vastauspaperissa oli viimeiseen avoimeen kohtaan kirjoitettu ”oli kivoja tunteja, ryhmätunnit oli kivoja”. Tämä vaikuttaisi sellaiselta vastaukselta, jonka voisi kirjoittaa, jos ei keksisi mitään muutakaan eikä haluaisi jättää vastauspaperia tyhjäksi.

Kahdessa muussa vastauspaperissa oli myös tämäläisiä vastauksia avoimissa kysymyksissä: ”hauskoja juttuja”, ”ihan mukavia asioita”, ”tunnit oli hauskoja ja kiinnostavia ja mukavia” sekä ”mukavia asioita”, ”uusia juttuja” ja ”oli mukavia asioita”. Toisessa näistä papereista oli lisäksi vastattu, että kymmenen viikkoa oli ihan liian pitkä aika ryhmien kestolle.

Ensimmäiseksi tuli mieleen, että vastauksien adjektiiveihin oli otettu mallia palautekyselyn monivalintakohdasta, jossa oli kahdessa kohtaa vaihtoehtona hauska, kolmessa kohtaa mukava ja yhdessä kohtaa kiinnostava. Olivatko ryhmäläiset siis kopioineet paperista sanoja, jos/kun eivät keksineet mitään muutakaan kirjoitettavaa? Positiivista palautettahan se on silti, koska käytetyt adjektiivit olivat positiivisia, kun myös negatiivisia adjektiiveja oli mallina. Mutta mitä palautetta olisi saanut, jos palautekyselyssä olisi ollut pelkkiä avoimia kysymyksiä? Olisiko tyhjiä papereita ollut enemmän?

Kahdesta viimeisestä ryhmäläisten ja kahden ohjaajan täyttämistä vastauspapereiden avoimien kysymysten vastauksista saatiin eniten pohdittavaa. Toisen ryhmäläisen vastauspaperista tulkittiin vastauksista, että hän oli tykännyt kovasti ryhmistä, sillä hänen mielestään 10 viikkoa oli liian lyhyt aika ryhmien järjestämiselle. Hänen mielestä yhden kerran kesto oli sopivan pituinen ja toteutus innostavaa. Hänelle aiheet olivat kiinnostavia ja niistä lähes kaikki oli ollut uutta asiaa. Parasta antia olivat vastaukset avoimiin kysymyksiin, joihin hän oli vastannut, että oppi tietämään seksuaalisuudesta asioita, joita olisi halunnut tietää jo 14 -vuotiaasta lähtien. Häneltä saatiin myös erittäin tärkeä ja hyödyllinen kehitysidea seksuaalikasvatusryhmiin: kehitysvammaisuuteen liittyviä asioita voisi käsitellä ryhmissä enemmän. Kehitysvammaisille suunnattua seksuaalisuuteen liittyvää materiaalia on saatavilla suhteellisen vähän ja sitä on haastava löytää. Toisaalta jokainen ihminenhan on omalla laillaan seksuaalinen eikä sitä vähennä sairaus, vamma tai ikääntyminen. Viimeiseksi vastaaja vielä laitto, että olisi ollut kiva, jos ryhmät olisivat vielä jatkuneet, mikä kävi jo ilmi monivalintakysymyksistä.

Toinen ryhmäläinen taas vastasi ensimmäiseen avoimeen kysymykseen oppineensa laittamaan kondomin ja saaneensa tietoa sukupuolitaudeista. Hän ei kuitenkaan ollut vastannut kysymykseen, mitä olisi halunnut oppia lisää, mikä olikin ehkä vaikein kysymys avoimista kysymyksistä. Muuta palautetta oli, että ryhmä oli ollut hänestä mielenkiintoinen ja tuonut vaihtelua työpäivään. Eli tällaiselle ryhmätoiminnalle olisi jatkossakin kysyntää ja tarvetta sekä tiedon lisäämisen että myös vaihtelun näkökulmasta.

Toisen toimintakeskuksen ohjaajan palautteesta oivallettiin, että seksuaalikasvatusstandardien viimeinenkin aihe on otettava mukaan seksuaalikasvatuskokonaisuuteen. Ohjaaja oli oikeassa, että enemmän olisi voinut käsitellä eriarvoisuutta ja seksuaalisuuden suhdetta yhteiskuntaan ja sen normeihin. Toki aiheena se on todella haastava. Ryhmäläisistä osan kanssa olisi voinut käsitellä tätä aihetta, mutta ei ehkä kaikkien. Kuten palautekyselyn vastauksista näkee, ryhmäläiset olivat todella heterogeeninen ryhmä, joilla jokaisella oli vahvuuksia ja heikkouksia eri osa-alueilla. Se kuitenkin kiteyttää hyvin, miten erilaisia ja yksilöllisiä kehitysvammaiset ovat.

7.3 Kehittämisehdotukset

Kehittämisehdotuksia kehitysvammaisten seksuaalikasvatusryhmiin tuli sekä ryhmien aikana että niiden jälkeen. Dokumentoinnin osalta kannattaa ryhmien tuotoksia ja tilanteita valokuvata enemmän, mikäli ryhmä siihen suostuu. Jälkeenpäin ei enää muista, mitä kaikkea on tehty ja valokuvia on mukava katsella. Valokuvista voisi teettää esimerkiksi kortteja, joita ryhmäläiset voisivat saada muistoksi, joita voisi laittaa esille tai jopa myydä tai jakaa seksuaalivalistusmateriaalina. Ryhmien tuotoksia, kuten julisteita, kannattaisi laittaa enemmän esille, sillä niistä tuli todella kauniita, värikkäitä ja informatiivisia (Liite 3).

Palautteen kerääminen oli tärkeää muun muassa ryhmien onnistumisen arvioinnin kannalta. Palautekysely, joka tehtiin toimintakeskukseen, osoittautui kuitenkin liian vaikeaksi osalle ryhmäläisistä. Jos palautekysely tehtäisiin nyt uudestaan sen pohjalta, mitä on opittu, käytettäisiin samanmallista kyselyä, mutta sanojen tilalla voisi käyttää esimerkiksi erilaisia hymynaamoja. Tällöin vastaajat eivät voisi kopioida lomakkeessa käytettyjä sanoja mahdollisiin avoimiin kysymyksiin. Kirjallisen palautteen lisäksi kerättäisiin suullista palautetta haastatteleamalla ryhmäläisiä joko yksittäin, pareittain tai pienissä ryhmissä. Paras keino olisi ollut tehdä sama haastattelu sekä ennen ryhmiä että niiden jälkeen ja katsoa, eroavatko vastaukset ja miten paljon.

Lähteet

- Aaltonen, J. 2012. Turvataitoja nuorille. Opas sukupuolisen häirinnän ja seksuaalisen väkivallan ehkäisyyn. Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. Viitattu 27.11.2015.
<https://www.thl.fi/documents/10531/124365/Opas%202012%2021.pdf>
- Amnesty International 2014. Seksuaalioikeudet. Viitattu 6.9.2014.
https://www.amnesty.fi/tyomme/teemat/seksuaalioikeudet/?gclid=Cj0KEQjw4aqqBRCvwLDi_8Tc54YBEiQAs6DLvls83L565_2-0jay_TFbNubv1a5GHnoMq-jkFza0LKgaAqip8P8HAQ
- Apter, D., Väisälä, L. & Kaimola, K. 2006. Seksuaalisuus. Jyväskylä. Gummerus Kirjapaino Oy.
- Eteva 2012. Kuntayhtymä. Viitattu 21.5.2014. <http://www.eteva.fi/Eteva/>
- Eteva 2012. Kuntayhtymä. Viitattu 27.5.2014.
<http://www.eteva.fi/Palvelut/Toimipaikat/Lohja/>
- Finlex 2011. Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista. Viitattu 6.9.2014.
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2000/20000812>
- Finlex 2012. Suomen perustuslaki. Viitattu 6.9.2014.
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731#L2P6>
- Finlex 2015. Laki Viitattu 24.11.2015. Laki potilaan asemasta ja oikeuksista.
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1992/19920785?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=laki%20potilaan%20asemasta%20ja%20oikeuksista>
- Huttunen, M. 2014. Tietoa potilaalle: Älyllinen kehitysvammaisuus. Terveysportti. Lääkärin tietokannat. Viitattu 24.11.2015.
http://www.terveysportti.fi.nelli.laurea.fi/dtk/ltk/koti?p_artikkeli=ykt00692&p_haku=kehitysvamma
- Kaltiala-Heino, R., Työläjärvi, M. & Eronen, M. 2015. Vahingoittavaan seksuaalikäyttäytymiseen syyllistyvät nuoret. Terveysportti. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim. Viitattu 25.11.2015.
http://www.duodecimlehti.fi.nelli.laurea.fi/web/guest/uusinnumero;jsessionid=4B12BCCA4D83826F4BF7F3A627D99337?p_p_id=Article_WAR_DL6_Articleportlet&_Article_WAR_DL6_Articleportlet_viewType=viewArticle&_Article_WAR_DL6_Articleportlet_tunnus=duo12204&_Article_WAR_DL6_Articleportlet_member=3fToRsb3erubPlc33frUUvZssl/0lt6/
- Kaski, M., Manninen, A. & Pihko, H. 2009. Kehitysvammaisuus. Helsinki. WSOY.
- Kehitysvamma-alan verkkopalvelu. Vernerinet.net. 2012. Mitä seksuaalisuus on? Viitattu 21.5.2014. <http://www.verneri.net/yleis/mit%C3%A4-seksuaalisuus>
- Kehitysvamma-alan verkkopalvelu. Vernerinet.net. 2012. Mitä kehitysvammaisuus on?. Viitattu 29.3.2014. <http://verneri.net/yleis/kehitysvammaisuus/mita-kehitysvammaisuus-on/toimintakyvyn-nakokulma/toimintakyvyn-pohjaavat-maaritelmat.html>
- Kulmala, M. 2013. Pärjää porukassa. Opas sosiaalisten taitojen harjoitteluun. Eura Print.
- Lehto-Lundén, T. 2012. Yksilökeskeinen elämänsuunnittelu kehitysvammaisten henkilöiden kokemana. Helsingin yliopisto. Pro gradu -tutkielma.
- Ojasalo, K., Moilanen, T. & Ritalahti, J. 2009. Kehittämistyön menetelmät. Helsinki. WSOY.
- Palonen-Munnukka, R. 2009. Mitä niille rakkaudesta puhuu. Mediapinta.

Piispa, M. 2013. Uskalla olla, uskalla puhua. Vammaisen nainen ja väkivalta. Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. Viitattu 25.11.2015.

[http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110395/THL_OPA2013_028_verkko.pdf?sequence=](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110395/THL_OPA2013_028_verkko.pdf?sequence=1) Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa. 2010. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 21.5.2014. <http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/039844e2-c540-4e81-834e-6f11e0218246>

Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa. 2010. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 21.5.2014. <http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/039844e2-c540-4e81-834e-6f11e0218246>

Storvik-Sydänmaa, S., Talvensaari, H., Kaisvuori, T. & Uotila, N. 2012. Lapsen ja nuoren hoitotyö. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2014. Viitattu 21.5.2014.

<http://www.thl.fi/fi/aiheet/tietopaketit/seksuaalinen-hyvinvointi/seksuaalisuus>

Tilastokeskus. 2013. Viitattu 29.3.2014. <http://www.stat.fi/meta/til/perh.html>

Tukiainen, S. & Lindroos, S. 2009. Seksuaalisuuden kohtaamisen edellytykset. Terveysportti. Duodecim oppikirjat. Viitattu 25.11.2015.

http://www.terveysportti.fi/nelli.laurea.fi/dtk/oppi/koti?p_artikkeli=kun00284&p_haku=seksuaalisuus

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki. Tammi

Väestöliitto. Tietoa seksuaalisuudesta. 2014. Viitattu 21.5.2014.

http://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/tietoa-seksuaalisuudesta/ammattilaiset/tietopankki/seksuaalinen_kehitys/

Väestöliitto. Väestöliiton seksuaaliterveyspoliittinen ohjelma. 2006. Viitattu 26.11.2015.

<http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/4e3cdd05cc6ecbad1d77a5d1fa6d086d/1447172384/application/pdf/906885/Sekstervpolohjelma.pdf>

Kuvien lähteet:

Ihminen edestä ja takaa. Viitattu 1.4.2015.

<http://childcoloring.blogspot.fi/2012/01/drawing-human-body-coloring.html>

Miehen sukupuolielimet. Viitattu 17.9.2014.

<http://www.tohtori.fi/?page=1750363&id=6522156>

Naisen sukupuolielimet edestä. Viitattu 17.9.2014.

<http://www.tohtori.fi/?page=1750363&id=6522156>

Naisen sukupuolielimet sivulta. Viitattu 17.9.2014.

<http://www.tohtori.fi/?page=1750363&id=6522156>

Raskauskolmannekset. Viitattu 20.9.2014. <http://www.sussexacupuncture.co.uk/pregnancy-acupuncture/>

Tikku-ukkomies. Viitattu 1.4.2015. <http://pixabay.com/fi/mies-tikku-ukko-symboli-siluetti-294095/>

Tikku-ukkonainen. Viitattu 1.4.2015. <http://pixabay.com/fi/nainen-tikku-ukko-symboli-siluetti-294094/>

Liitteet

Liite 1. Haastattelukysymyksiä 1/2	48
Liite 1. Haastattelukysymyksiä 2/2	49
Liite 2. Palautekysely 1/3	50
Liite 2. Palautekysely 2/3	51
Liite 2. Palautekysely 3/3	52
Liite 3. Kuvia seksuaalikasvatusryhmien töistä 1/6	53
Liite 3. Kuvia seksuaalikasvatusryhmien töistä 2/6	54
Liite 3. Kuvia seksuaalikasvatusryhmien töistä 3/6	55
Liite 3. Kuvia seksuaalikasvatusryhmien töistä 4/6	56
Liite 3. Kuvia seksuaalikasvatusryhmien töistä 5/6	57
Liite 3. Kuvia seksuaalikasvatusryhmien töistä 6/6	58
Liite 4. Tuntisuunnitelmat 1/11	59
Liite 4. Tuntisuunnitelmat 2/11	60
Liite 4. Tuntisuunnitelmat 3/11	61
Liite 4. Tuntisuunnitelmat 4/11	62
Liite 4. Tuntisuunnitelmat 5/11	63
Liite 4. Tuntisuunnitelmat 6/11	64
Liite 4. Tuntisuunnitelmat 7/11	65
Liite 4. Tuntisuunnitelmat 8/11	66
Liite 4. Tuntisuunnitelmat 9/11	67
Liite 4. Tuntisuunnitelmat 10/11	68
Liite 4. Tuntisuunnitelmat 11/11	69
Liite 5. Tuntimateriaalit 1/19	70
Liite 5. Tuntimateriaalit 2/19	71
Liite 5. Tuntimateriaalit 3/19	72
Liite 5. Tuntimateriaalit 4/19	73
Liite 5. Tuntimateriaalit 5/19	74
Liite 5. Tuntimateriaalit 6/19	75
Liite 5. Tuntimateriaalit 7/19	76
Liite 5. Tuntimateriaalit 8/19	77
Liite 5. Tuntimateriaalit 9/19	78
Liite 5. Tuntimateriaalit 10/19	79
Liite 5. Tuntimateriaalit 11/19	80
Liite 5. Tuntimateriaalit 12/19	81
Liite 5. Tuntimateriaalit 13/19	82
Liite 5. Tuntimateriaalit 14/19	83
Liite 5. Tuntimateriaalit 15/19	84

Liite 5. Tuntimateriaalit 16/19.....	85
Liite 5. Tuntimateriaalit 17/19.....	86
Liite 5. Tuntimateriaalit 18/19.....	87
Liite 5. Tuntimateriaalit 19/19.....	88

Liite 1. Haastattelukysymyksiä 1/2

Haastattelut 30.6.2014

Taustatietoja

Ikäsi?

Asuinpaikka?

Seurusteletko tällä hetkellä?

Asuuko seurustelukumppanisi samalla paikkakunnalla?

Kuinka pitkään olette olleet yhdessä?

Mitä teette yhdessä?

Miten seurustelukumppani eroaa ystävästä?

Kuinka monta seurustelukumppania sinulla on ollut?

Ihmiskeho ja ihmisen kehitys

Tiedätkö, mitkä ovat sukupuolielimet naisella ja miehellä?

Niiden tarkoitus/tehtävä?

Osaatko kuvailla kehityksen vauvasta aikuiseksi?

Muutokset murrosiässä?

Naisella: kuukautiset, rinnat kasvavat, karvoitus...?

Miehellä: äänenmurros, karvoitus, penis kasvaa, siemensyöksyt...?

Hedelmällisyys ja lisääntyminen

Miten lapsia tehdään?

Miten nainen tulee raskaaksi?

Kuinka kauan vauva on kohdussa?

Mistä vauva saa ravintoa?

Mistä vauva syntyy?

Onko sinulla unelmia perheen perustamisesta ja lapsen hankkimisesta?

Ehkäisyasiat?

Mitä ehkäisyvälineitä tiedät?

Osaatko laittaa kondomin?

Seksuaalisuus

Mitä asioita kuuluu seksuaalisuus?

Mitä tulee mieleen?

Mikä on seksiä? Suukottelu, halailu, hyväily, yhdyntä?

Mitä on rakastelu? Miten eroaa seksistä?

Kiihottuminen?

Liite 1. Haastattelukysymyksiä 2/2

Orgasmi?

Itsetyydytys?

Tunteet

Oletko ollut rakastunut?

Mitä on rakkaus?

Millainen on rakastunut ihminen?

Mikä tuntuu hyvälle?

Pelissäännöt?

Onko sinulla monta seurustelukumppania yhtä aikaa?

Oletko jättänyt? Pettänyt?

Onko sinut jätetty? Petetty?

Mitä on pettäminen?

Mikä on sallittua, jos seurustelee?

Ihmissuhteet ja elämäntyylit

Homo, lesbo, bi?

Seksuaalisuus, terveys ja hyvinvointi

Mitä ovat sukupuolitaudit?

Miten suojaudutaan?

Seksuaalisuus ja oikeudet

Saako toiseen ihmiseen koskea ilman lupaa?

Mihin saa koskea ilman lupaa?

Saako sinuun koskea kuka tahansa?

Mitä on hyväksikäyttö?

Mitä on raiskaus?

Oletko joskus harrastanut seksiä vaikka et ole halunnut?

Lopuksi

Miten opit parhaiten uusia asioita?

Mitä haluaisit oppia pajoissa?

Mikä kiinnostaa erityisesti?

Liite 2. Palautekysely 1/3

Hei ryhmäläiset ja ohjaajat!

10 viikon seksuaaliryhmät ovat ohi ja nyt on aika antaa palautetta.

Palaute on tärkeää opinnäytetyöni arvioinnissa.

Palautteesta on hyötyä myös seksuaaliryhmien kehittämisessä.

Toivon siis, että kaikki antavat palautetta rehellisesti.

Nimeä ei tarvitse laittaa paperiin.

Myös negatiivista palautetta ja parannusehdotuksia saa antaa.

Kiitos vielä kerran mukavista ryhmistä ja hyvää joulun odotusta!

Hanna Reiman



Liite 2. Palautekysely 2/3

Palautetta seksuaaliryhmistä 1.12.2014.

Ympyröi mielestäsi paras vaihtoehto!

Ryhmien kesto.. (10 viikkoa)	Ihan liian pitkä	Hieman liian pitkä	Sopivan pituinen	Hieman liian lyhyt	Ihan liian lyhyt
Yhden ker- ran kesto.. (1,5 tuntia)	Ihan liian pitkä	Hieman liian pitkä	Sopivan pituinen	Hieman liian lyhyt	Ihan liian lyhyt
Ryhmien aiheet..	Mukavia	Kiinnostavia	Inhottavia	Tylyä	Hyödyllisiä
Ryhmien toteutus..	Hauskaa	Tylyä	Innostavaa	Huonoa	Mukavaa
Ryhmän aiheista..	Kaikki oli uutta asiaa	Lähes kaikki oli uutta asiaa	Opin jonkin verran	En oppinut paljoakaan uutta	En oppinut mitään uutta
Viimeinen kerta..	Ahdistava	Hauska	Tylyä	Hyödyllinen	Mukava

Mitä olet oppinut ryhmissä?

-

Liite 2. Palautekysely 3/3

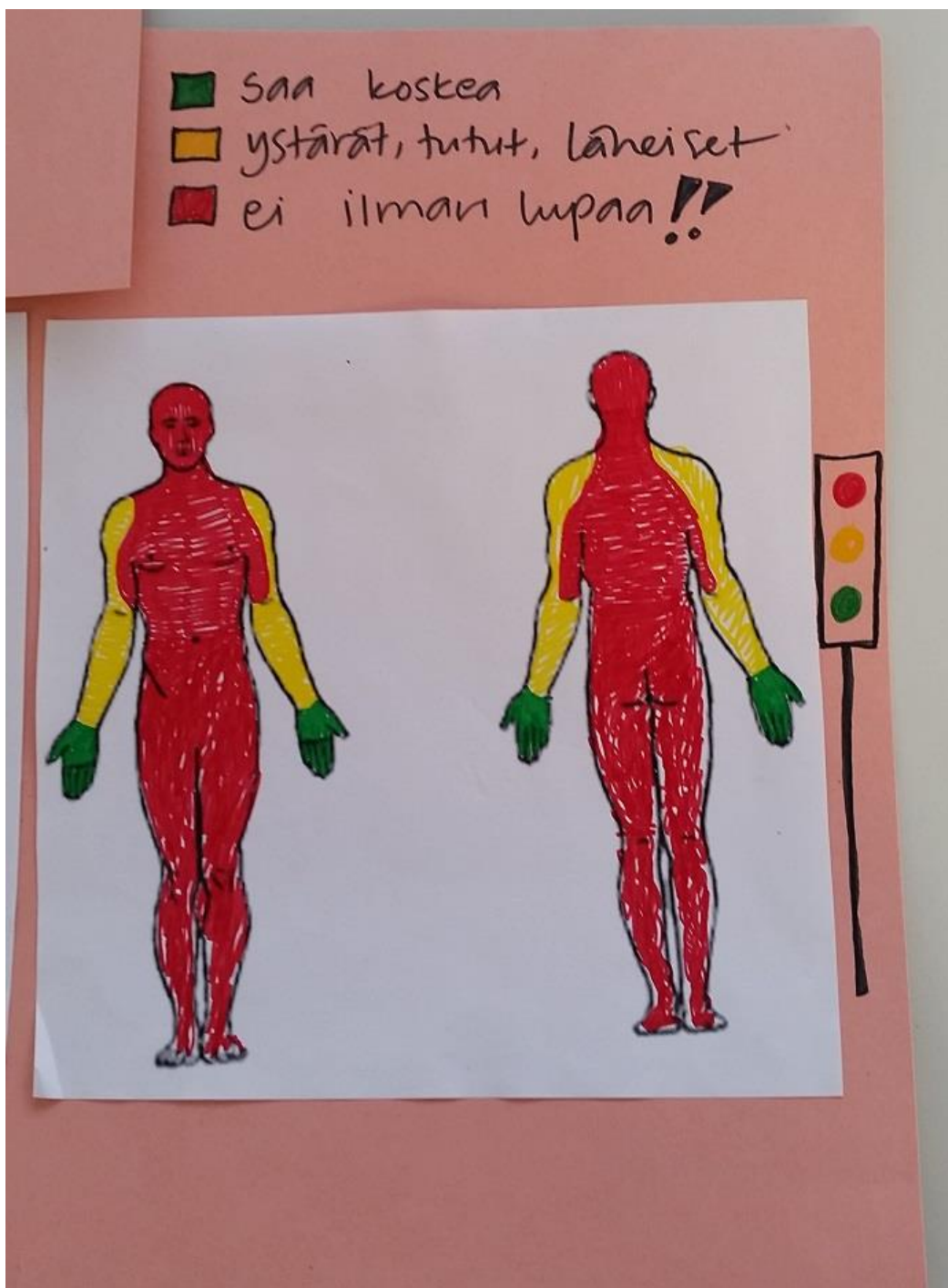
Mitä olisit halunnut oppia lisää?

Tähän saa kirjoittaa muuta palautetta omin sanoin:

Kiitos palautteestasi!



Liite 3. Kuvia seksuaalikasvatusryhmien töistä 2/6



Kuva: Mihin saa koskea toista ihmistä?

Liite 3. Kuvia seksuaalikasvatusryhmien töistä 3/6



Kuva: Omakuva

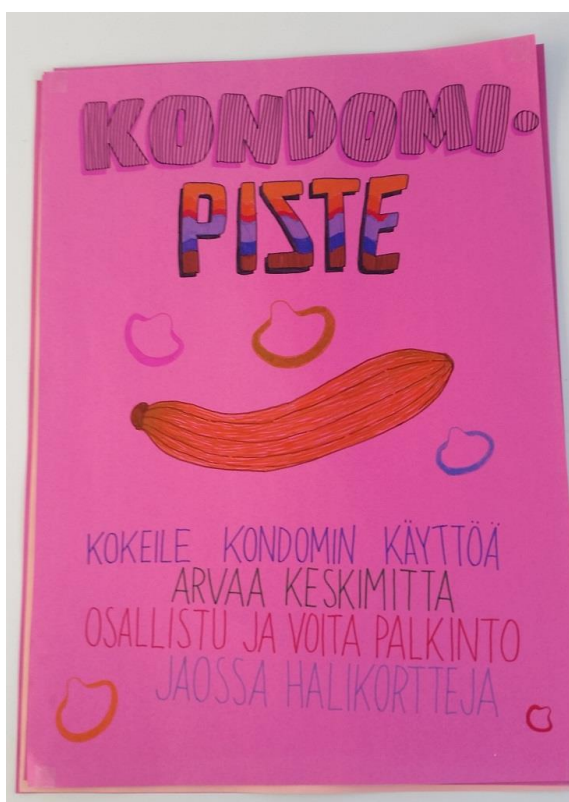


Kuva: Omakuva

Liite 3. Kuvia seksuaalikasvatusryhmien töistä 5/6



Kuva: Mainosjuliste koko toimintakeskukselle tarkoitetusta tapahtumasta viimeisellä kerralla

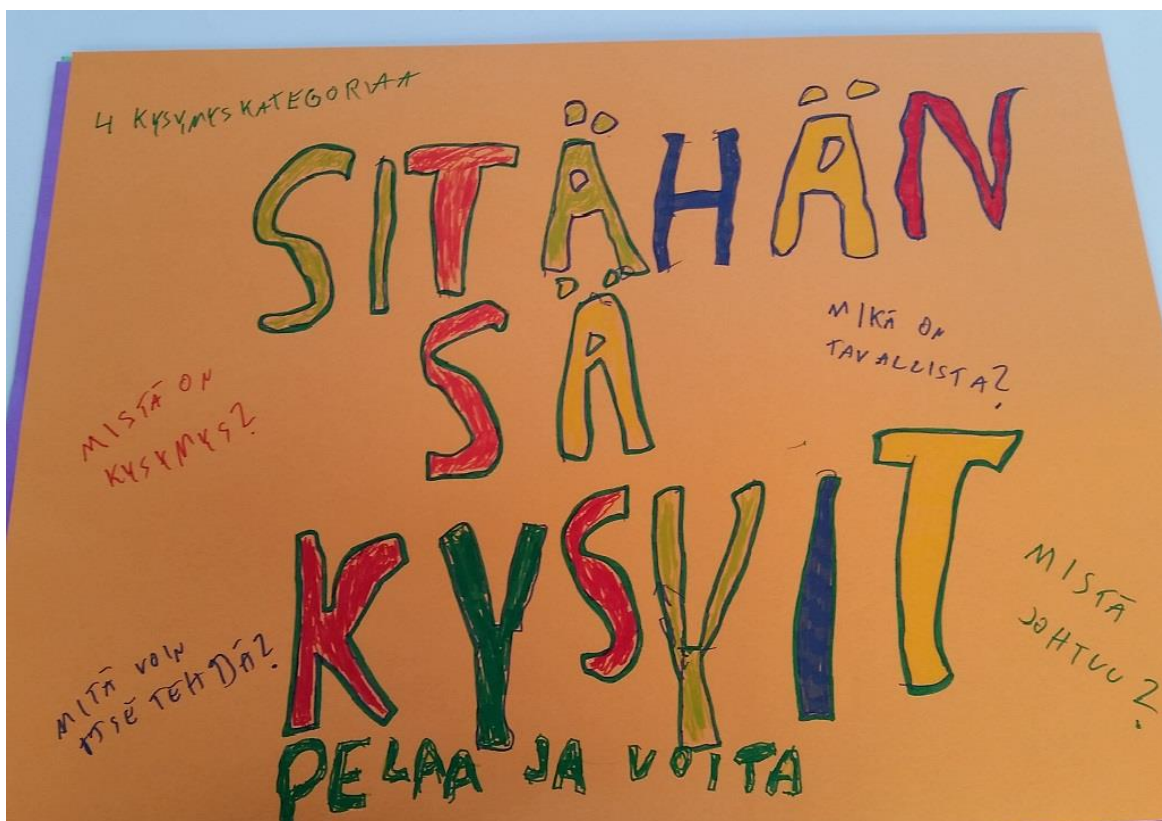


Kuva: Kondomipisteen juliste

Liite 3. Kuvia seksuaalikasvatusryhmien töistä 6/6



Kuva: Kysy meiltä -pisteen juliste



Kuva: Sitähän sä kysyt -pelipisteen juliste

Liite 4. Tuntisuunnitelmat 1/11

Ensimmäinen kerta: ryhmään tutustuminen ja johdatus aiheeseen

Aihe	Tarkemmin	
Mitä ja miksi?	Kerrotaan, miksi ryhmä järjestetään ja mitä asioita käydään läpi seuraavan kymmenen kerran aikana.	5 min
Ryhmän jäsenten esittely	Jokainen vuorotellen kertoo etunimensä, jotka kirjoitetaan nimilapulle, jonka voi halutessaan laittaa rintapieleen. Nimilappujen käyttö ei ole välttämätöntä, jos tuntee jokaisen jäsenen entuudestaan. Nimi-kerroksen yhteydessä samalla voi halutessaan kertoa itsestään jotain. Jos tuntuu liian vaikealta kertoa itsestä mitään, voi helpottaa asiaa lauseiden jatkamisella esimerkiksi: ”Jos olisin eläin, olisin..” tai ”Jos olisin väri, olisin...”	10 min
Ryhmän säännöt	Tehdään ryhmän säännöt yhdessä. Joku toimii kirjurina ja kirjaa säännöt isolle paperille. Paperi otsikoidaan ryhmän haluamalla tavalla, esimerkiksi ”meidän ryhmä, naisten ryhmä”... Sääntöjä voi olla esimerkiksi: Ei saa ilkeillä tai nauraa toiselle. Ei saa kertoa toisten asioita eteenpäin eli juuruta ryhmän juttuja, kunnioitus... Kerrotaan vaitiolovelvollisuudesta, joka kaikilla sosiaali- ja terveydenhuoltoalalla työskentelevillä on. Toivottavaa olisi myös, että ryhmäläiset eivät puhuisi ryhmän asioita ulkopuolisille vaan myös heitä koskisi vaitiolo-velvollisuus.	15 min
Johdatus aiheeseen	Mitä on seksuaalisuus? Pienryhmissä tai yksin mietitään, mitä sanoja tulee mieleen. Sanoja voi kirjoittaa paperille muistiin.	10 min
Tauko	*TAUKO*	10 min
Johdatus aiheeseen jatkuu	Kerätään kooste isolle paperille, mitä sanoja tulee mieleen seksuaalisuudesta. Otsikkona voi esimerkiksi olla seksuaalisuus. Jokainen voi kirjoittaa sanoja sikiin sokin paperille tai piirtää kuvia. Julisteen voi halutessaan laittaa seinälle.	30 min
Lopettelu	Kerrataan säännöt. Korostetaan vaitiolo-velvollisuutta eli että ei puhuta ryhmän asioita ulkopuolisille. Kerrotaan seuraavan kerran aihe. Kysymyksiä?	10 min
	Yhteensä	90 min

Tarvikkeet:

Kaksi isoa kartonkia (julistetta), mielellään värillisiä.

Tusseja, hakaneuloja, nimilaput, papereita kirjoittamiseen, kyniä.

Liite 4. Tuntisuunnitelmat 2/11

Toinen kerta: Naisten ryhmä: Ihmiskeho ja ihmisen kehitys

Aihe	Tarkemmin	
Aloitus	Kerrataan vielä edellisellä kerralla tehdyt säännöt vaihtolovelvollisuutta korostaen. Esitellään päivän aihe. Keskitytään sukupuolielimiin, niiden nimiin ja tehtäviin, jotta saadaan ”yhteinen kieli” ryhmässä.	5 min
Naisen sukupuolielimet	Liimataan isolle kartongille kaksi kuvaa naisen sukupuolielimistä. Kuvat löytyvät tuntimateriaaleista. Otsikoidaan juliste. Toinen kuva on edestä ja toinen sivulta katsottuna. Nimetään eri osat ja mietitään niiden tehtävät. Myös tehtävät voi kirjoittaa julisteeseen. Käydään läpi kuu-kautiskierron eri vaiheet kuvien avulla. Selvitetään myös, mistä virtsa ja uloste tulevat.	25 min
Oma kehonkuva	Voiko oma kehonkuva vaikuttaa jollain lailla terveyteen, minäkuvaan tai käyttäytymiseen? Positiivinen minäkuva vai negatiivinen minäkuva? Otetaan esille kaksi paperihylsyä. Vertaillaan näitä keskenään ja mietitään emättimien kokoa ja näköä. Korostetaan, että jokaisen ihmisen sukupuolielimet voivat vaihdella ulkonäöltään ja kooltaan.	5 min
Tauko	*TAUKO*	10 min
Miesten sukupuolielimet	Liimataan kuva miehen sukupuolielimistä kartongille. Otsikoidaan juliste. Nimetään eri osat ja mietitään niiden tehtäviä. Käydään läpi, mitä erektiossa tai siemensyöksyssä tapahtuu, mistä virtsa tulee...	25 min
Banaanien vertailu	Vertaillaan kahta banaania keskenään. Kuka arvaa suomalaisten miesten erektiossa olevan peniksen keskipituuden? Mietitään, minkälaisia paineita pornografian katselu voi miehille aiheuttaa. Mittanauhaa voi käyttää apuna.	10 min
Loppuyhteenveto	Banaaneja ja paperihylsyjä käyttäen. On olemassa erikokoisia ja näköisiä ihmisiä. Havainnollistetaan pienellä paperihylsällä (=pienellä emättimellä) että pienempiäkin banaaneja (=pienempiä peniksiä) tarvitaan. Kerrotaan seuraavan kerran aihe.	10 min
	Yhteensä	90 min

Tarvikkeet:

Kaksi kuvaa naisen sukupuolielimistä ja yksi kuva miehen sukupuolielimistä.

Tussit ja liimaa, 2 isoa kartonkia

2 banaania, toinen noin 13cm ja toinen 20-25cm pitkä. (Ensimmäinen banaani vastaa suomalaista keskimittaista erektiossa olevaa penistä ja toinen pornografiassa esiintyvää erektiossa olevaa penistä.)

Mittanauha, jotta voi mitata banaanit ryhmän nähden.

Vessapaperirullan hylsy ja talouspaperirullan hylsy vastaavat naisten emättimiä.

Liite 4. Tuntisuunnitelmat 3/11

Toinen kerta: Miesten ryhmä: Ihmiskeho ja ihmisen kehitys

Aihe	Tarkemmin	
Aloitus	Kerrataan edellisellä kerralla tehdyt säännöt korostaen vaitiolovelvollisuutta. Esitellään päivän aihe. Keskitytään sukupuolielimiin, niiden nimiin ja tehtäviin, jotta saadaan ”yhteinen kieli” ryhmässä.	5 min
Miehen sukupuolielimet	Liimataan kuva miehen sukupuolielimestä kartongille. Otsikoidaan juliste. Nimetään eri osat ja mietitään niiden tehtäviä. Käydään läpi, mitä erektiossa ja siemensyöksyssä tapahtuu, mistä virtsa tulee...	25 min
Banaanien vertailua	Mahtaako kukaan ryhmästä tietää suomalaisen miehen erektiossa olevan peniksen keskimittaa? Ja miltä tämä pituus näyttää todellisuudessa? Tässä hyvä hetki käyttää mittanauhaa! Vertaillaan kahta eripituista banaania keskenään ja mietitään, minkälaisia paineita esimerkiksi pornografian katselu voi miehille aiheuttaa. Kuunnellaan musiikkikappale Turo's Hevi Gee - Peeniskateus.	10 min
Tauko	*TAUKO*	10 min
Naisen sukupuolielimet	Liimataan kaksi kuvaa naisen sukupuolielimestä isolle kartongille, kuvat löytyvät materiaaleista. Otsikoidaan juliste. Toinen kuva on edestä ja toinen sivulta katsottuna. Nimetään eri osat ja mietitään niiden tehtävät. Myös tehtävät voi kirjoittaa julisteeseen. Käydään läpi kuukautiskierron eri vaiheet kuvien avulla. Selvitetään myös, mistä kuukautisveri, virtsa ja uloste tulevat ulos.	25 min
Oma kehonkuva	Voiko oma kehonkuva vaikuttaa jollain lailla terveyteen, minäkuvaan tai käyttäytymiseen? Positiivinen minäkuva vai negatiivinen minäkuva? Otetaan esille kaksi paperihylsyä. Vertaillaan näitä keskenään ja mietitään emättimien pituuksia. Korostetaan, että jokaisen ihmisen sukupuolielimet voivat vaihdella ulkonäöltään ja kooltaan.	5 min
Loppuyhteenveto	Banaaneja ja paperihylsyjä käyttäen. On olemassa erikokoisia ja näköisiä ihmisiä. Havainnollistetaan pienellä paperihylsillä (=pienellä emättimellä) että pienempiäkin banaaneja (=pienempiä peniksiä) tarvitaan. Kerrotaan seuraavan kerran aihe.	10 min
	Yhteensä	90 min

Tarvikkeet:

Kuva miehen sukupuolielimestä ja kaksi kuvaa naisen sukupuolielimestä.

Tussit ja liimaa, 2 isoa kartonkia

2 banaania, toinen noin 13 cm ja toinen 20-25 cm pitkä. (Ensimmäinen banaani vastaa suomalaista keskimittaista erektiossa olevaa penistä ja toinen pornografiassa esiintyvää erektiossa olevaa penistä.)

Mittanauha, jotta voi mitata banaanit ryhmän nähden.

Vessapaperirullan hylsy ja talouspaperirullan hylsy, joilla voi havainnollistaa naisen emättimen koko eroja.

Turo's Hevi Gee: Peeniskateus. Youtubesta: http://www.youtube.com/watch?v=LjARhW_3k6Y

Liite 4. Tuntisuunnitelmat 4/11

Kolmas kerta: Hedelmällisyys ja lisääntyminen

Aihe	Tarkemmin	
Aloitus	Kerrataan edellisen kerran aihe ja ryhmän säännöt pikaisesti. Esitellään päivän aihe.	5 min
Hedelmällisyys	Otetaan esille edellisellä kerralla tehdyt julisteet naisen ja miehen sukupuolielimistä. Kerrataan nopeasti, mitä siemensyöksyssä tapahtuu. Kerrataan myös naisen kuukautiskierto.	10 min
Hedelmöitys ja raskaus	Mitä yhdynnässä tapahtuu? Julisteita apuna käyttäen hahmotetaan yhdynnässä siittiön matka kiveksistä naisen emättimen kautta munanjohdtimeen, missä siittiöt kohtaavat munasolun ja mahdollinen hedelmöityminen tapahtuu. Käydään läpi raskauskolmannekset kuvan avulla. Kuva löytyy materiaaleista. Kuvasta voi tehdä julisteen, johon voi kirjoittaa, miten sikiö kehittyy missäkin vaiheessa. Tässä on hyvä hetki käydä läpi odottavan äidin alkoholin ja huumeiden käytön sekä tupakoinnin vaikutuksia sikiöön sekä ruokavalion tärkeydestä. Ryhmässä voi tulla esille myös kysymyksiä kuten esimerkiksi, voiko yhdyntää harrastaa naisen ollessa raskaana vai aiheutuuko siitä keskenmeno tai vahinkoa sikiölle. On hyvä keskustella myös hedelmättömyydestä ja mistä se voi johtua. Ehkäisyasioista voi myös puhua jo tässä vaiheessa, mutta niistä tarkemmin seksuaalisuus, terveys ja hyvinvointi osiossa.	25 min
Tauko	*TAUKO*	10 min
Synnytysvideo ja Olipa kerran elämä: elämän alku	Katsotaan synnytysvideo youtubesta, video tosin englanninkielinen, ohjaaja voi selostaa mitä tapahtuu. Video kestää alle kolme minuuttia, joten videon voi katsoa useaan otteeseen ja samalla selittää synnytyksen vaiheet, mitä tapahtuu, miksi ja kuinka kauan mikäkin vaihe yleensä kestää. Videota katsellessa on oivallinen tilaisuus ottaa puheeksi, miten synnytyksessä vauvalle voi tulla hapenpuutetta esimerkiksi napanuoran kierrettyä kaulan ympärille. On hyvä kertoa, että hapenpuute voi aiheuttaa kehitysvammaisuutta. Jos jää aikaa, voi katsoa ”Olipa kerran elämä”-sarjasta ”Elämän alku”-jakson. Jakso on tosin melko lapsellinen, mutta antaa yksinkertaisen kuvan, mistä kaikki saa alkunsa.	35 min
Lopetus	Muistutetaan vaihtolovelvollisuudesta ja muista yhdessä tehdyistä säännöistä. Kerrotaan seuraavan kerran aihe.	5 min
	Yhteensä	90 min

Tarvikkeet:

Kuva raskauskolmannekset.

Synnytysvideo: http://www.youtube.com/watch?v=ZDP_ewMDxCo

Olipa kerran elämä: elämän alku -jakso löytyy myös Youtubesta:

<http://www.youtube.com/watch?v=Uwfest3m0hw>

Liite 4. Tuntisuunnitelmat 5/11

Neljäs kerta: Seksuaalisuus

Aihe	Tarkemmin	
Aloitus	Kerrataan säännöt ja muistutetaan vaitiolovelvollisuudesta. Päivän aihe.	5 min
Kuka on seksuaalinen?	Materiaaleista leikataan esimerkkitapauksia, jotka jaetaan ryhmäläisille sattumanvaraisesti ja pyydetään lukemaan ne läpi ja miettimään, ketkä heidän mielestään ovat seksuaalisia ja ketkä eivät. Ryhmäläiset jakavat tapaukset seksuaalisiin ja ei-seksuaalisiin, esimerkiksi pöydälle ihan konkreettisiksi pinoiksi. Ideaalissa tilanteessa tulee vain yksi pino. Seksuaalisuutta ei siis vähennä esimerkiksi ikä, sairaudet tai vammat. Käydään tilanne läpi esimerkkitapaus kerrallaan. Huom. Lapset on jätetty tarkoituksella pois esimerkeistä, vaikka he ovat myös seksuaalisia olentoja. Ryhmän voi olla vaikea käsittää eroa lapsen ja aikuisen seksuaalisuuden välillä. Varsinkin jos kaikki ryhmäläiset ovat yli 18-vuotiaita, on hyvä korostaa, että kaikki alaikäiset ovat ns. ”sakko-lihaa” ja tällöin esimerkiksi seksisuhde alaikäisen kanssa ei ole sallittua.	15 min
Seksuaalisuus sananselitys	Ryhmän vetäjä selittää seksuaalisuuteen liittyviä sanoja. Myös joku ryhmäläisistä voi halutessaan selittää sanoja. Pisteitä ei tarvitse laskea ellei ryhmä niin halua. Alussa sanat voivat hihityttää, ryhmän vetäjän tärkeimmäksi tehtäväksi jää niin sanotusti ”pitää pokka” (=seksuaalisuudessa ei ole mitään hävettävää) ja käyttää PLISSIT -mallin mukaista normalisointia, ilman olettamuksia tai normittamista.	15 min
Tauko	*TAUKO*	10 min
Naisen ja miehen erogeeniset alueet	Käsitellään aihetta erogeeniset alueet. Tarvitaan Ihminen edestä ja takaa kuva, jonka voi halutessaan liimata isolle kartongille. Ryhmän jäsenet voivat myös kertoa omista erogeenisistä alueistaan. Alueet voi värittää esimerkiksi siten, että vaaleanpunaisella väritetään alueet, jotka tuottavat kosketeltaessa hieman mielihyvää ja tummimmalla punaisella väritetään alueet, jotka tuottavat eniten mielihyvää. Kuka saa koskea näihin alueisiin? Otetaan toinen Ihminen edestä ja takaa kuva, johon väritetään alueet, joihin voi koskea vierasta, voi koskea tuttua ja alueet, joihin ei saa koskea ilman lupaa. Hyvänä esimerkkinä on käyttää liikennevalon värejä: vihreällä alueet, joihin voi koskea vierasta ihmistä, keltaisella alueet, joihin tuttua, ja punaisella alueet, joihin ei saa koskea ketään ilman lupaa. Jotta aiheet eivät mene sekaisin, voi tehdä vain Kuka saa koskea julisteen, johon on turvallisinta on värittää vain kämmenet vihreällä, käsivarret keltaisella ja muun vartalon punaisella. Varsikaan miesten ryhmässä tätä ei voi korostaa liikaa..! Vaihtoehtoisesti jokainen voi tehdä oman Kuka saa koskea julisteen, johon häntä saa koskea. Valmiita töitä voi vertailla: kuinka ja miksi eroavat toisistaan?	30 min
Totta vai tarua?	Mikä on myytti? Käydään läpi erilaisia myyttejä seksuaalisuuteen liittyen. ryhmässä voi käyttää vastauslappuja, joilla näyttää oman vastauksensa, jotta ei tule liian kova hälinä. Tällöin ryhmäläiset eivät näe muiden vastauksia, jolloin he uskaltanevat vastata totuudenmukaisemmin.	10 min
Lopetus	Kerrotaan seuraavan kerran aihe. Muistutus vaitiolovelvollisuudesta.	5 min
	Yhteensä	90 min

Tarvikkeet:

Materiaaleista Kuka on seksuaalinen? Sanoja sananselitykseen, ihminen edestä ja takaa ja Totta vai Tarua? -väittämät. Tussit ja liimaa, isoja kartonkeja.

Liite 4. Tuntisuunnitelmat 6/11

Viides kerta: Tunteet

Aihe	Tarkemmin	
Aloitus	Ryhmät puolivälissä! Esitellään päivän aihe. Onko kysymyksiä edellisistä kerroista? Kerrataan ryhmän säännöt ja muistutetaan vaitiolovelvollisuudesta. Jos jokin asia on jäänyt painamaan tai mietityttämään, voi siitä puhua ryhmän ulkopuolella esimerkiksi omalle ohjajalle.	5 min
Turvallisuus ja turvattomuus?	Tehdään pohtimistehtävä Turvallisuus ja turvattomuus, joka löytyy materiaaleista.	10 min
Tärkeitä tunteita	Kaikki tunteet ovat sallittuja, myös negatiiviset tunteet. Harjoitellaan niiden tunnistamista ja pohditaan, kuinka niitä voi ilmaista, hallita ja helpottaa. Tehdään harjoitus Tärkeitä tunteita, joka löytyy materiaaleista. Käydään neljä tunnetta läpi harjoituksen mukaisesti. Kuunnellaan tunteita kuvaavia ja helpottavia musiikkikappaleita. Esimerkkejä tunteita kuvaavista ja helpottavista musiikkikappaleista löytyy myös materiaaleista.	40 min
Tauko	*TAUKO*	5 min
Oma kuva	Annetaan jokaiselle ryhmäläiselle A4 -paperi, johon kirjoitetaan oma etunimi. Tämän jälkeen paperi laitetaan vasemmalla puolella olevalle henkilölle, joka piirtää siihen yhden asian: nenän, silmät, suun, hiukset..? Tämän jälkeen paperi kiertää seuraavalle, joka piirtää seuraavan asian. Paperien kierrätystä jatketaan niin pitkään, kunnes kaikki on piirretty. Tämän jälkeen pitää laittaa toista kuvaavia sanoja esimerkiksi: mukava, ystävällinen, hauska, luotettava..? Oman paperin tullessa kohdalle, voi itseään kehua. Valmiit paperit palautetaan omistajilleen. Mitään negatiivisista ei saa laittaa.	15 min
Erlaisia tunteita	Erityyppisten tunteiden esimerkiksi mustasukkaisuuden, epävarmuuden, rakkauden, häpeän, pettymyksen, vihan, hylkäämisen, luottamuksen, syyllisyyden, pelon ja erot tuntemisen ja tekemisen välillä. Kuinka niitä voi käsitellä, hallita tai helpottaa? Miten seurustelukumppania kohdellaan? Miten haluat itseäsi kohdeltavan? Millainen olisi täydellinen tyttö- tai poikaystävä? Onko sellaista? Miten oma käytös tai luonne vaikuttaa seurustelukumppaniin? Vai vaikuttaako? Tehtävän voi tehdä suullisesti tai kirjallisesti listaamalla esimerkiksi ”täydellisen” kumppanin luonteenpiirteitä paperille.	15 min
	Yhteensä	90 min.

Tarvikkeet:

Tulostettuna pohtimistehtävä Turvallisuus ja turvattomuus sekä harjoitus Tärkeitä tunteita.

Tunteita kuvaavia musiikkikappaleita

A4 -paperiarkkeja, kyniä ja tusseja

Liite 4. Tuntisuunnitelmat 7/11

Kuudes kerta: Ihmissuhteet ja elämäntyylit

Aihe	Tarkemmin	Käytettävissä oleva aika
Aloitus	Enää 4 kertaa tämän jälkeen! Jäljellä olevien kertojen määrä kannattaa ilmoittaa joka kerta tästä lähtien, jotta ryhmien loppumiseen voi hieman alkaa valmistautumaan. Esitellään päivän aihe.	5 min
Erilaiset elämäntyylit	<p>Tehdään juliste, jonka voi otsikoida esimerkiksi ”erilaiset elämäntyylit”.</p> <p>Julisteeseen tarvitaan 8kpl miehiä, 8 kpl naisia ja 5 kpl lapsia. Erilaisia perhetyyppejä tulee 8, joista malliesimerkki löytyy materiaaleista.</p> <p>Ryhmäläiset saavat itse miettiä, minkä tyyppisiä perheitä on olemassa. Ryhmän vetäjä voi auttaa levittämällä kaikki kuvat yhtä aikaa pöydälle ja kertoa, että kaikki kuvat tulee käyttää.</p> <p>Kun juliste on valmis, käydään se läpi. Esimerkiksi miten syntyy yksinhuoltajaperheitä? Entäs uusperheet, joissa lapsia voi olla sekä yhteisiä että omia molemmilla edellisistä liitoista. Tässä tilanteessa on hyvä puhua myös hedelmättömyydestä ja adoptiosta! Perheiden lisäksi on myös yksineläviä ihmisiä.</p>	35 min
Tauko	*TAUKO*	10 min
Ystävyys ja rakkaus	<p>Mitä eroa on ihastumisella, tykkäämisellä, rakastumisella ja rakastamisella? Miten voi ilmaista ystävyyttä tai rakkautta? Miten ylläpidetään ystävyyssuhteita, entäs rakkaussuhdetta? Entäs jos ei saa rakkauden tunteille vastakaikua, voiko olla ystävä sen jälkeen? Mistä voi löytää ystäviä? Mistä seurustelukumppaneita? Miten seurustelu alkaa ja miten loppuu? Miksi haluamme seurustella? Emmekö halua olla yksin vai koska oletamme, että kaikki muutkin seurustelevat emmekä halua olla erilaisia?</p> <p>Ryhmäläisille jaetaan sanoja, jotka liittyvät ystävyyteen, rakkauteen tai molempiin. Tehdään kolme pinoa pöydälle ja käydään läpi sanat.</p>	20 min
Seurustelun pelisäännöt	Tehdään ryhmässä seurustelun pelisäännöt, jotka voi tarvittaessa laittaa esille toistenkin luettavaksi. Materiaaleista löytyy avuksi suuntaviivat seurustelun pelisääntöihin.	20 min
	Yhteensä	90 min

Tarvikkeet:

2 isoa kartonkia, tussit, sakset, liimaa ja tarvittavat sivut tulostettuna materiaaleista.

Liite 4. Tuntisuunnitelmat 8/11

Seitsemäs kerta: Seksuaalisuus, terveys ja hyvinvointi

Aihe	Tarkemmin	Käytettävissä oleva aika
Aloitus	<p>Enää 3 kertaa jäljellä tämän jälkeen! Esitellään päivän aihe.</p> <p>Seksuaalisuudella on myönteisiä vaikutuksia ihmisen hyvinvointiin ja terveyteen, mutta siihen voi liittyä ikäviä asioita kuten esimerkiksi väkivaltaa ja sairauksia.</p> <p>Mietitään yhdessä seksuaalisuuden myönteisiä vaikutuksia terveyteen ja hyvinvointiin.</p> <p>Tässä kohtaa hyvä muistuttaa masturboinnista, joka on täysin normaalia ja voi helpottaa esimerkiksi stressiä.</p> <p>Mietitään myös negatiivisia vaikutuksia terveyteen ja hyvinvointiin.</p> <p>Kirjataan ylös listaksi, kuinka monta sukupuolitaudin nimeä muistuu mieleen. Entäs mitä muuta tulee aiheesta mieleen?</p>	15 min
Seksuaalisuuden vastuut	<p>Käsitellään sukupuolitauteja. Kuinka ne tarttuvat, mistä voi tunnistaa ja minne ja miten voi hakeutua hoitoon?</p> <p>Tärkeintä olisi hahmottaa, mikä on niin sanotusti normaalia/tervettä ja mikä ei ole normaalia/tervettä, esimerkiksi genitaalialueella. Ihottumat, erilaiset vuodot yms.</p> <p>Hyvä tilaisuus puhua oman kehon kuuntelemisesta!</p> <p>Käydään läpi ydinkohdat sukupuolitautilien oireista ja kuinka ne voivat tarttua. Käsitellään sukupuolitaudit: kuppa, klamydia, tippuri, HIV-infektio, B ja C-hepatiitti, kondylooma ja genitaalierpes. Aiheesta voi näyttää myös kuvia, esimerkiksi erilaisista iho- ja limakalvomuutoksista.</p>	25 min
Tauko	*TAUKO*	10 min
Seksuaalisuuden vastuut	Puhutaan ei-toivotusta raskaudesta. Mistä tietää, että nainen on raskaana? Minne ja mitä tehdä tällaisessa tilanteessa? Mikä on abortti?	10 min
Erilaiset ehkäisymenetelmät	Keskustellaan, mitä eri ehkäisymenetelmiä on olemassa ja miten niitä käytetään. Harjoitellaan kondomin laittoa. Kondomin laitosta voi katsoa myös videon.	20 min
Seksuaaliongelmät	Erilaiset seksuaaliongelmät miehillä ja naisilla. Tämä on melko raskas paketti yhdelle kerralle. Jos on ajallisesti mahdollista, niin kannattaa pilkkoa pienempiin eriin.	10 min
	Yhteensä	90 min

Tarvikkeet:

Kyniä ja paperia

Kondomeja ja banaaneja, jotka saavat olla mahdollisimman pieniä esimerkiksi Chiquita junioreita, koska suomalaisen miehen erektiossa olevan peniksen keskipituus 13cm.

Värikuvia eri sukupuolitaudeista, jotta voi hieman hahmottaa, mikä normaalia ja mikä ei.

Video kondomin laitosta: www.youtube.com/watch?v=XHDyBHPVuxM

Liite 4. Tuntisuunnitelmat 9/11

Kahdeksas kerta: Seksuaalisuus ja oikeudet

Aihe	Tarkemmin	Käytettävissä oleva aika
Aloitus	Enää 2 kertaa jäljellä tämän jälkeen!	5 min
Seksuaalioikeudet	Käydään läpi seksuaalioikeudet. Halutessaan voi tehdä julisteen, jonka voi laittaa esille. Materiaaleista löytyy nuorten seksuaalioikeudet, joita voi käyttää mallina. Hyvä tilaisuus keskustella, että myös toisten oikeuksia on kunnioitettava!	15 min
Flirttiä vai seksuaalista häirintää?	Tehdään kaksi harjoitusta, jotka löytyvät materiaaleista. Ensimmäinen harjoitus on Flirttiä vai seksuaalista häirintää? Myös kaksi ryhmän vetäjää voi tehdä harjoituksen ryhmäläisten arvioidessa, kumpi tilanne on flirttiä ja kumpi häirintää. Toinen harjoitus on Häiritseviä katseita. Mitä voi tehdä tällaisessa tilanteessa? Hyvä kolmivaiheinen malli löytyy Seksuaalikasvatusstandardeista: ”Sano ei, lähde pois, puhu jollekulle, johon luotat”.	20 min
Tauko	*TAUKO*	10 min
Mitä on?	Mitä on suostuttelu? Mitä on seksuaalinen häirintä? Mitä on seksuaalinen hyväksikäyttö/raiskaus? Mitä on flirtti? Käydään jokainen aihe läpi kertaalleen. Materiaaleissa on sivullinen keksittyjä tapahtumia, jotka jaotellaan, mikä on mitään. Mietitään, mitä eri tilanteissa voi tehdä. Paikalta poistuminen on ensisijainen vaihtoehto pelottaan/ahdistaviin tilanteisiin, mutta äänenkäyttö on tärkeää tilanteissa, joista ei pääse poistumaan. Äänenkäyttöä ja itsemääräämisoikeuden ilmaisua voidaan harjoitella myös suostuttelun kohdalla, johon pelkkä ”Ei” usein riittää. Harjoitellaan itsevarmuutta ja jämäkkyyttä esimerkiksi asennon kautta. Ryhdikäs ja jämäkkä vai hartiat lyyssä epävarmana? Ryhmäläiset itsekkin huomaavat, miten iso vaikutus asennolla on.	25 min
Mitä tehdä?	Mitä tehdä, jos joku raiskaa sinut tai kaverisi? Minne hakeutua hoitoon? Mitä kaikkea kuuluu raiskaustutkimukseen?	10 min
Halicard	Kaikille ryhmäläisille jaetaan Halicard. Mikä on Halicard ja mitä sillä voi tehdä?	5 min
	Yhteensä	90 min

Tarvikkeet:

Iso kartonki mahdollista julistetta varten, tussit.

Tulostettuna tarvittavat sivut materiaaleista. Halicardeja voi tilata ilmaiseksi osoitteesta www.nyyti.fi.

Liite 4. Tuntisuunnitelmat 10/11

Yhdeksäs kerta: Seksuaalisuutta määrittävät sosiaaliset ja kulttuuriset tekijät

Aihe	Tarkemmin	Käytettävissä oleva aika
Aloitus	Toiseksi viimeinen kerta. Esitellään päivän aihe.	5 min
Oma kupla	Tehdään harjoitus Oma kupla, joka löytyy materiaaleista. Harjoituksessa määritellään omat rajat eli niin sanottu oma kupla. Ryhmän vetäjä lähestyy vuorotellen ryhmäläisiä ja ryhmäläinen sanoo ”seis”, kun ei halua tätä enää lähemmäs itseään. Toistetaan harjoitus kaikille ryhmäläisille vuorotellen. Myös ryhmäläiset voivat kokeilla keskenään rajojaan. Toisilla ihmisillä kupla on pienempi kuin toisilla. Mistä mahtaa johtua? Mitkä tekijät vaikuttavat kuplan kokoon? Kulttuuri? Ikä? Sukupuoli? Muita tekijöitä? Halutessaan voi mittanauhalla mitata etäisyyksiä ja kirjata ne ylös. Keskustellaan aiheesta.	20 min
Keskustelua	Keskustellaan eri tekijöistä, jotka voivat vaikuttaa seksuaalisuuteen, siihen liittyviin päätöksiin, suhteisiin ja käytökseen. Tällaisia tekijöitä ovat esimerkiksi vertaispaine, media, pornografia, kulttuuri, uskonto, sukupuoli, lait ja sosioekonominen asema. Seksuaaliseen käyttäytymiseen vaikuttaa lisäksi kulttuurilliset, historialliset ja yhteiskunnalliset tekijät. Vaikeat sanat voi selittää tai kysyä, jos joku ryhmäläinen osaa ja haluaa ne selittää.	15 min
Tauko	*TAUKO*	10 min
Mediakasvatus	Kuunnellaan Jenni Vartiaisen kappale Nettiin. Katsotaan video Nettielämää - Olenko ainoa? nettituttujen tapaamisesta ja somen yksityisyysasetuksista. Keskustellaan aiheesta.	40 min
	Yhteensä	90 min

Tarvikkeet:

Mittanauha

Oma kupla harjoitus!

Jenni Vartiainen Nettiin <https://www.youtube.com/watch?v=p2IQYsuscw>

Nettielämää - olenko ainoa?

https://www.youtube.com/watch?v=AyAaQ_XGGcw&index=3&list=PLc-oeAnc5vm9FHR9UibEfpB3LzX_0gBEj

Liite 4. Tuntisuunnitelmat 11/11
Kymmenes kerta: Viimeinen kerta

Aihe	Tarkemmin	Käytettävissä oleva aika
Aloitus	Viimeinen kerta. Mitä on opittu?	5 min
Sitähän sä kysyt	Pelataan Väestöliiton Sitähän sä kysyt -peliä esimerkiksi pareittain. Parit voidaan jakaa arpomalla. Myös yksin voi halutessaan pelata. Yksi ohjaajista lukee kaikki kysymykset, mikäli parit eivät mene tasan.	35 min
	TAUKO	10 min
Palautekysely ja ryhmien loppuyhteenveto	Kerätään palautetta ryhmäläisiltä. Materiaaleista löytyy esimerkki palautekyselystä. Palautteen keräämisen jälkeen keskustellaan, mikä on ollut hyvää ja mikä huonoa. Mitä voisi parantaa seuraavaan ryhmään. Jos mahdollista, niin viimeisellä kerralla olisi kiva tarjota ryhmäläisille jotain syötävää ja juotavaa esimerkiksi pullakahvit tms.	40 min
	Yhteensä	90 min

Tarvikkeet:

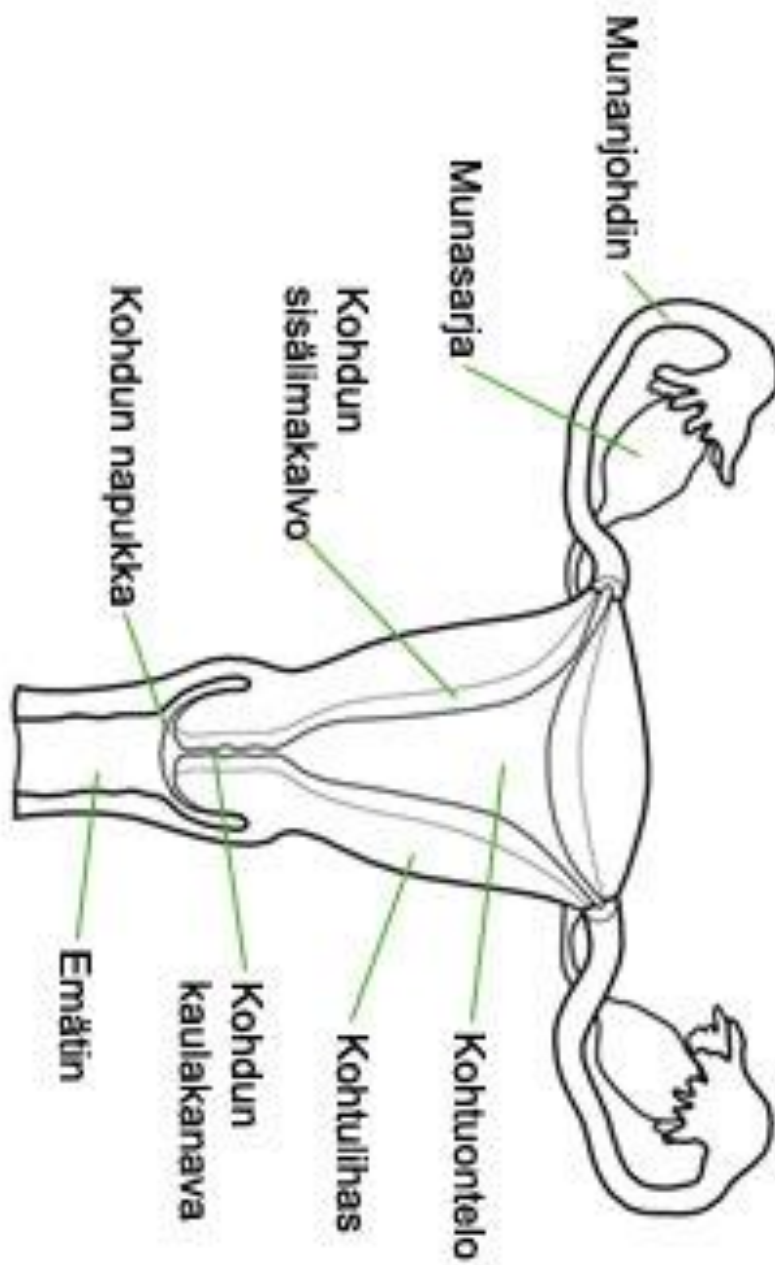
Väestöliiton Sitähän sä kysyt -peli

Pelin voi tilata Väestöliiton sivuilta osoitteesta <http://www.vaestoliitto.fi/nettikauppa/>

Palautekysely ryhmäläisille

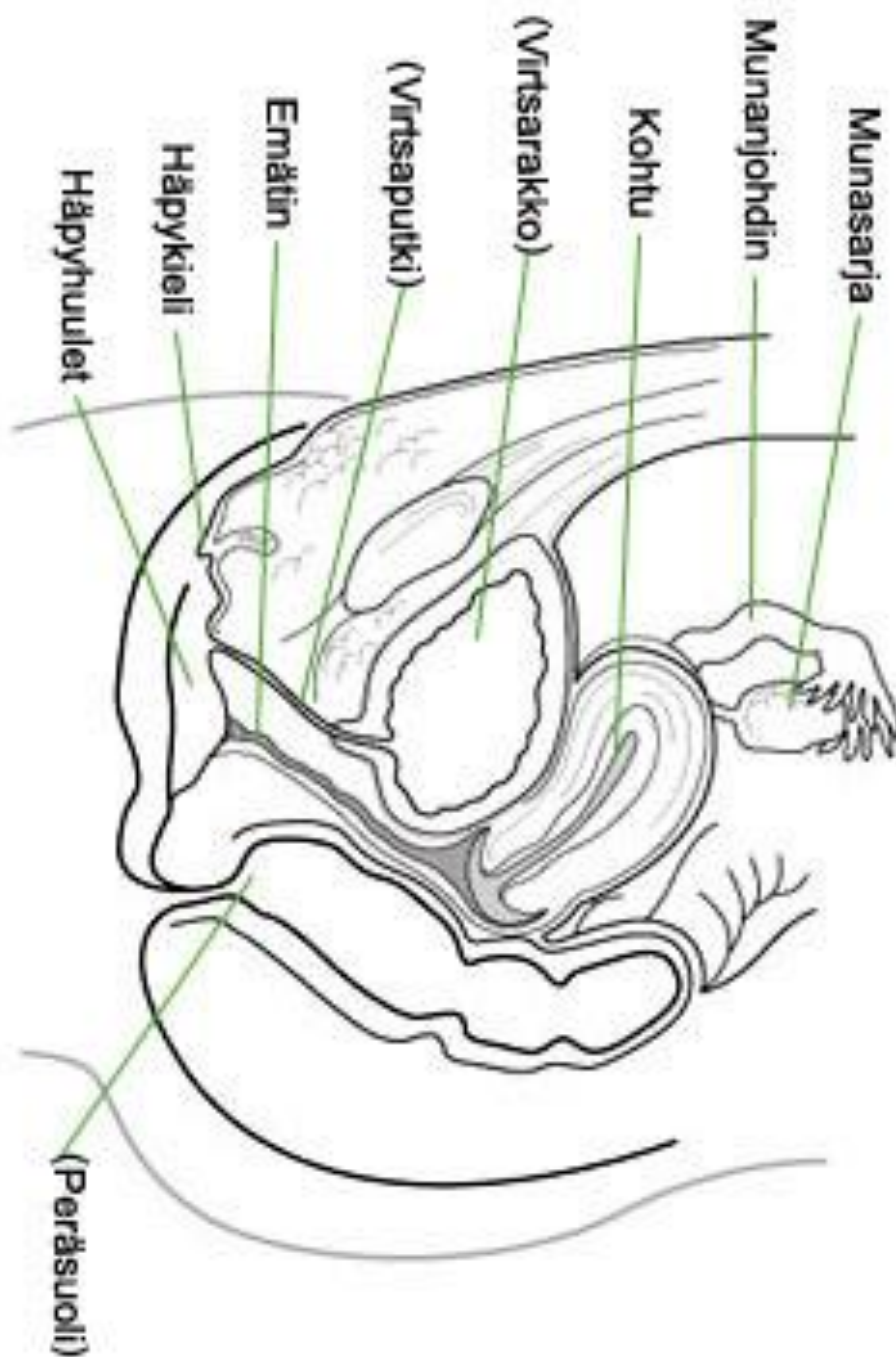
Liite 5. Tuntimateriaalit 1/19

Ihmiskeho ja ihmisen kehitys: Kuva: Naisen sukupuolielimet edestä



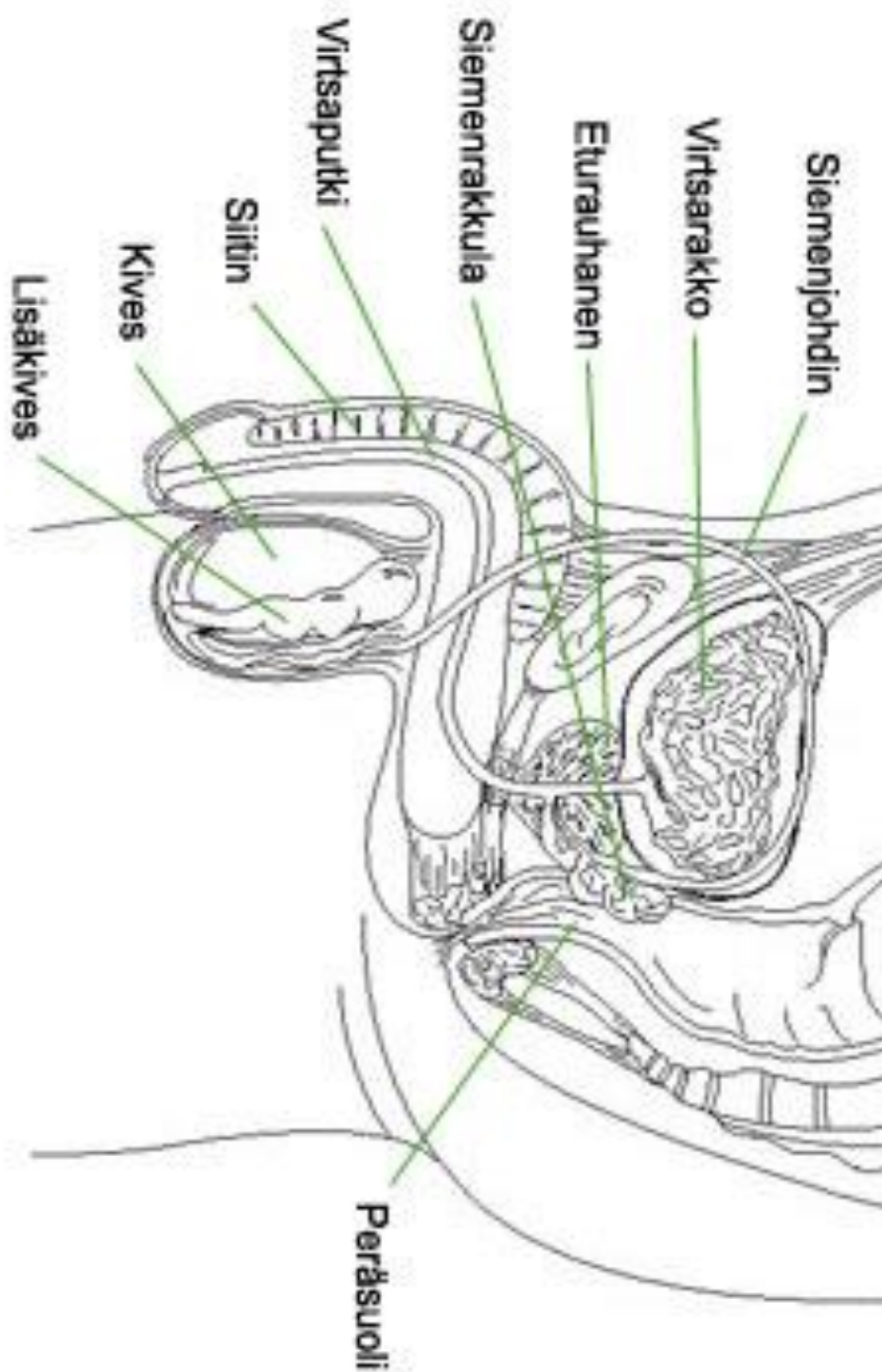
Liite 5. Tuntimateriaalit 2/19

Ihmiskeho ja ihmisen kehitys: Kuva: Naisen sukupuolielimet sivulta

Lähde: <http://www.tohtori.fi/?page=1750363&id=6522156>

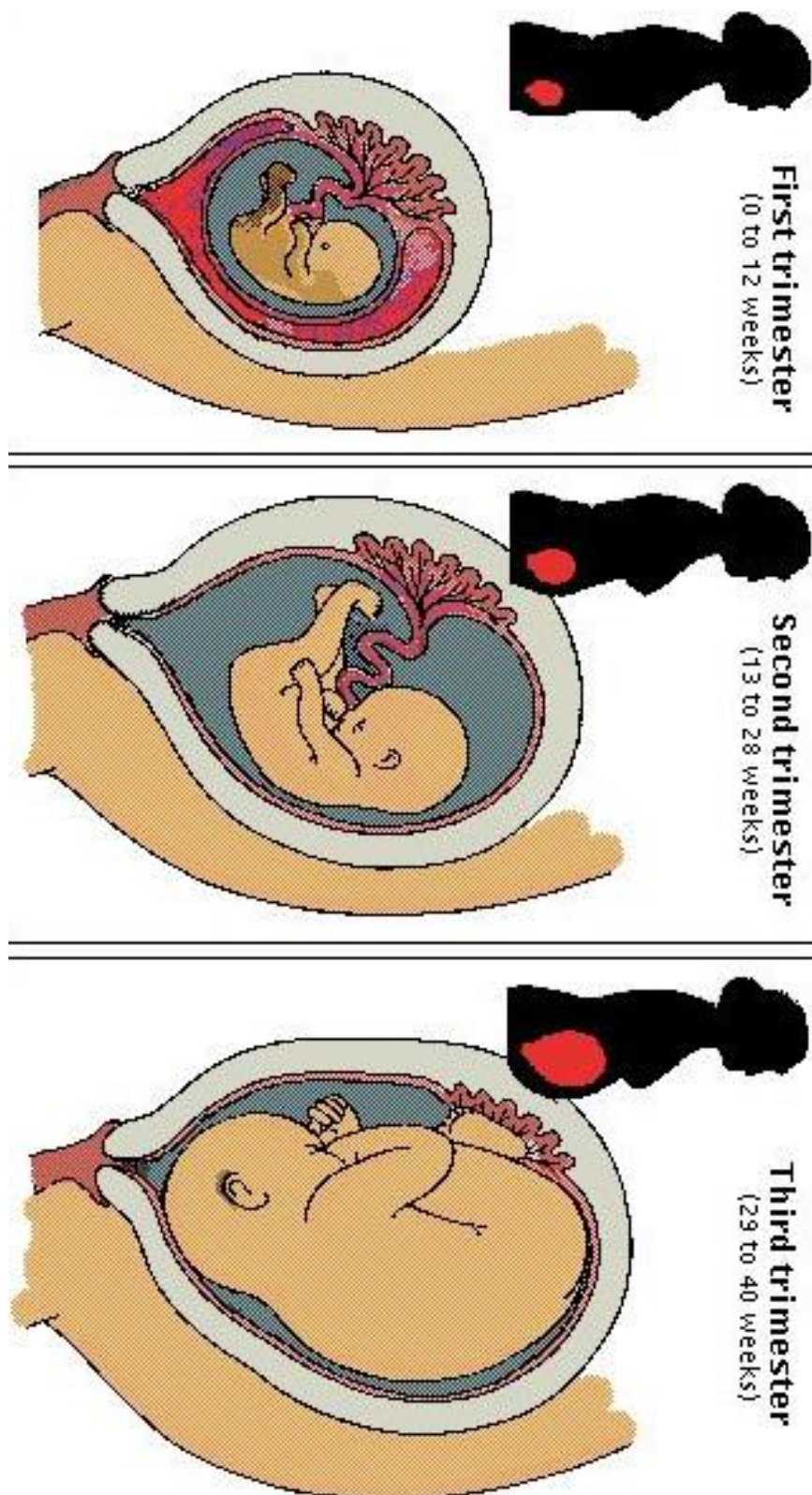
Liite 5. Tuntimateriaalit 3/19

Ihmiskeho ja ihmisen kehitys: Kuva: Miehen sukupuolielimet

Lähde: <http://www.tohtori.fi/?page=1750363&id=6522156>

Liite 5. Tuntimateriaalit 4/19

Hedelmällisyys ja lisääntyminen: Kuva: Raskauskolmannekset



Lähde: <http://www.sussexacupuncture.co.uk/pregnancy-acupuncture/>

Liite 5. Tuntimateriaalit 5/19

Seksuaalisuus: Kuka on seksuaalinen?

75 - vuotias huonokuuloinen mies	Viimeisillään raskaana oleva nainen	45 - vuotias homoseksuaali (mies)
Kaulasta alaspäin halvaantunut 35 - vuotias nainen	30 - vuotias kehitysvammainen mies	2 lapsen yksinhuoltajaisä
55 - vuotias vaikeasti kehi- tysvammainen mies	65 - vuotias eläkkeellä oleva mummo	18 - vuotias sokea mies
40 - vuotias lesbonainen	Reilusti ylipainoinen 25 - vuotias	25 - vuotias nainen, jolta puuttuu toinen jalka
Kuuro 35 - vuotias nainen	50 - vuotias masennuksesta kärsivä nainen	Yksinasuva 60 - vuotias nainen, jolla 5 kissaa
Epilepsiaa sairastava 20 - vuotias mies	Syöpää sairastava 80 - vuotias nainen	80 - vuotias ikäisekseen terve nainen
Keski-ikäinen mies, jolla erektio-ongelma	20 - vuotias nainen, joka on raskaana	50 - vuotias alkoholisti
Kotiäiti perheessä, jossa 6 lasta	Asuntolassa asuva ja pal- jon tukea tarvitseva kehi- tysvammainen	25 - vuotias kehitysvam- mainen nainen, joka asuu vanhempiensa kanssa
Huumeita käyttävä 30 - vuotias mies	Toisen naisen kanssa seurusteleva 25 - vuotias nainen	Kiireinen ja töissä käyvä perheenisä
50 - vuotias nainen, jolla yksi rinta	Pyörätuolissa istuva 35 - vuotias mies	Miehistä kiinnostunut 40 - vuotias mies

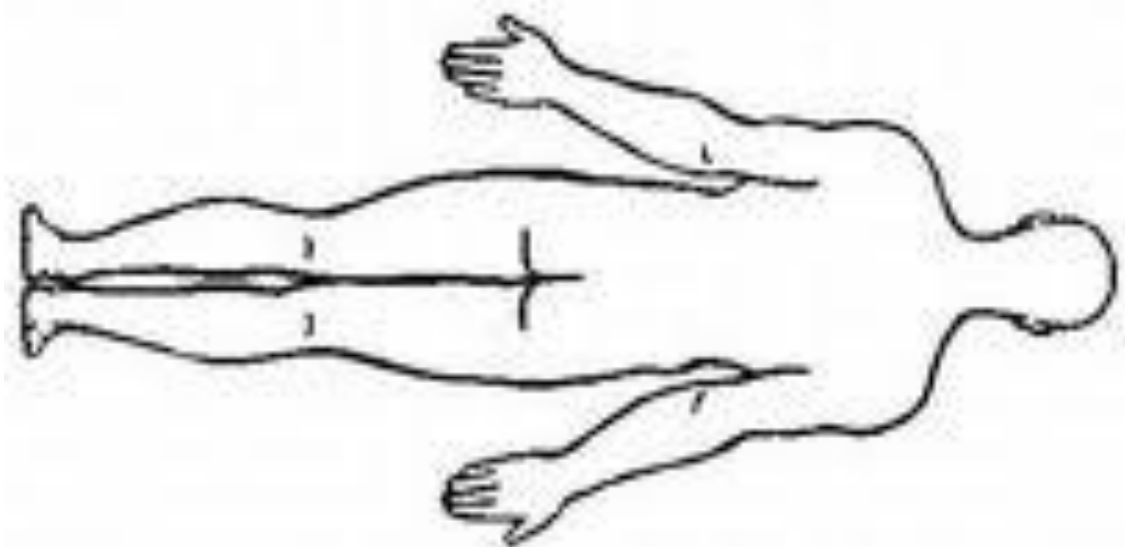
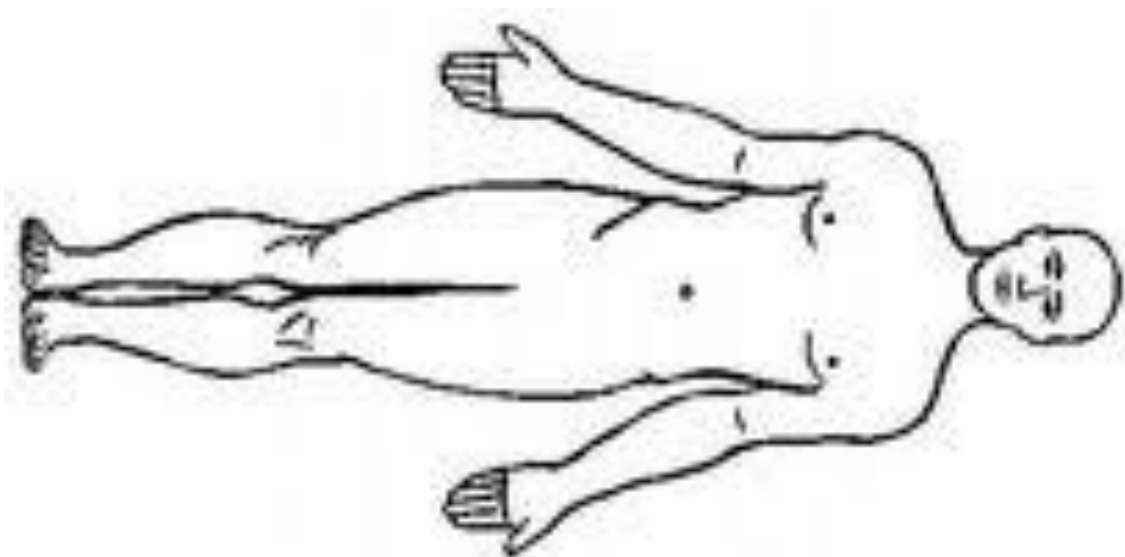
Liite 5. Tuntimateriaalit 6/19

Seksuaalisuus: Sanoja sanaselitykseen

Homo	Itsetyydytys	Läheisyys
Lesbo	Seurustelu	Rakastaa
Bi	Orgasmi	Siemensyöksy
Hyväily	Tykätä	Kaunis
Pussailu	Himo	Tyttöystävä
Halailu	Rinnat	Penis
Poikaystävä	Kivekset	Porno
Nautinto	Yhdyntä	Uskollisuus
Sukupuoli	Erektio	Esileikki
Uskollisuus	Emätin	Kondomi

Liite 5. Tuntimateriaalit 7/19

Seksuaalisuus: Kuva: Ihminen edestä ja takaa



Lähde: <http://childcoloring.blogspot.fi/2012/01/drawing-human-body-coloring.html>

Liite 5. Tuntimateriaalit 8/19

Seksuaalisuus: Totta vai tarua?

1. Seksuaalinen haluttomuus on vain naisten kokema ongelma. (Tarua)
2. Iäkkäät ihmiset eivät harrasta seksiä. (Tarua)
3. Erilaiset ihmiset tekevät maailmasta mielenkiintoisen. (Totta)
4. Iäkkäät voivat olla seksuaalisesti puoleensa vetäviä. (Totta)
5. Vammaisetkin ihmiset voivat hankkia lapsia. (Totta)
6. Mies saa itkeä. (Totta)
7. Naiset eivät katso pornoa. (Tarua)
8. Jokaisella on oikeus olla omanlaisensa. (Totta)
9. Naiset eivät saa pelata jalkapalloa, koska se on miesten laji. (Tarua)
10. Mies on aina valmis seksiin. (Tarua)
11. Kehitysvammaiset pystyvät saamaan ainoastaan kehitysvammaisia lapsia. (Tarua)
12. Onnistunutta seksiä voi olla ilman miehen erektiota. (Totta)
13. Homoseksuaalisuus on sairaus. (Tarua)
14. Kaikilla on oikeus päättää harrastaako seksiä vai ei. (Totta)
15. Homoseksuaali on täysin normaali ihminen. (Totta)
16. Jokaisen tytön ja naisen on meikattava, kaunistauduttava. (Tarua)
17. Mies ei voi käyttää vaaleanpunaista, koska se on tyttöjen väri. (Tarua)
18. Kondomin käyttöä tulee harjoitella. (Totta)
19. Mies päällä -asento on ainut hyväksyttävä asento. (Tarua)
20. Itsetyydytystä ei saa tehdä jos seurustelee. (Tarua)
21. Parisuhteessa ei voi kieltäytyä seksistä. (Tarua)
22. Miehen peniksen koolla on väliä. (Joillekin tarua, joillekin totta)
23. Naisen ollessa raskaana ei voi harrastaa yhdyntää. (Tarua)
24. Ihmisten seksuaalinen halu vaihtelee paljon. (Totta)
25. Naisten tehtävä yhdynnän aikana on maata paikallaan. (Tarua)
26. Rakastelu on muutakin kuin yhdyntää. (Totta)
27. Jokaisen naisen sukupuolielimet ovat samannäköiset. (Tarua)
28. Seksi (yhdyntä) kuuluu vasta avioliittoon. (Jokainen saa itse päättää.)
29. Keskeytetty yhdyntä on hyvä ehkäisykeino. (Tarua)
30. Syy lapsettomuuteen on aina naisessa. (Tarua)
31. Itsetyydytys ei ole sallittua. (Tarua)
32. Jokainen ihminen on kaunis omalla laillaan. (Totta)
33. Yhdynnässä miehen ja naisen tulee saada yhtä aikaa orgasmi. (Tarua)
34. Itsetyydytys on arvokas mielihyvän lähde. (Totta)
35. Yhdynnästä ei voi kieltäytyä enää siinä vaiheessa, kun vaatteet on riisuttu. (Tarua)
36. Naisen tulee odottaa miehen aloitetta. (Tarua)
37. Tosimies ei puhu eikä pussaa. (Tarua)

Liite 5. Tuntimateriaalit 9/19

Tunteet: Turvallisuus ja turvattomuus?

Pohtimistehtävä Terveiden ja hyvinvointilaitoksen julkaisusta Turvataitoja nuorille:

”

1. Mistä tietää, että olo on turvaton?
2. Miltä silloin tuntuu kehossa?
3. Millainen mieli silloin on?
4. Millaisissa paikoissa tai tilanteissa tuntee helposti olonsa turvattomaksi?
5. Miltä turvallisuus tuntuu?
6. Millaisissa paikoissa, tilanteissa tai kenen seurassa tunnet olosi turvalliseksi?
7. Miten toimia, kun pelottaa?
8. Mitä tekisit, jos toinen uhkailee, painostaa tai yrittää pakottaa tekemään jotain, mitä et halua?
9. Miten voit itse toimia ja miten toivoisit muiden toimivan, jotta turvaton tilanne muuttuisi turvallisemmaksi? ”

Liite 5. Tuntimateriaalit 10/19

Tunteet: Tärkeitä tunteita

Harjoitus Terveiden ja hyvinvointilaitoksen julkaisusta Turvataitoja nuorille:

”Viha/raivo/tuska

Tuska/ahdistus

Syällisyys

Pettymys

Mieti yllä olevia tunteita ajan kanssa. Kirjaa kunkin tunteen kohdalle seuraavat asiat:

1. Milloin ja millaisessa tilanteessa viimeksi olit tuossa tunnetilassa? Mieti, mikä/mitkä tarpeet eivät tyydyttyneet, koska tunnekokemuksesi oli reaktionasi siihen. Mikä nostatti ärsykekyynnyksen niin suureksi, että koit tunteen? Miten toimit tilanteessa?
2. Missä kehon osassa tunne tuntui? Millainen asento tai liike helpottaisi oloasi?
3. Millainen musiikki kuvaisi tunnettasi? Kuuntele kappale. Millainen musiikki helpottaisi tunnetilaasi? Kuuntele kappale.
4. Mikä väri kuvaa oloasi? Mikä symboli, taulu tai jokin muu kuva kuvaisi oloasi? Millainen tila helpottaisi oloasi? Mitä tilassa näkisit?
5. Miten selvisit tunteesta? Millaisia tunteita tilanne herättää sinussa nyt? Mikä voisi olla hyvä ja rakentava tapa päästä tunteesta eteenpäin?”

Liite 5. Tuntimateriaalit 11/19

Tunteet: Esimerkkejä tunteita kuvaavista ja helpottavista musiikkikappaleista

Viha/raivo/tuska

1. Kuvaava: Slipknot - People = Shit
2. Helpottava: The Bloodhoundgang - The Bad Touch

Tuska/ahdistus

3. Kuvaava: In Flames - The Quiet Place
4. Helpottava: Adele - Someone Like You

Syällisyys

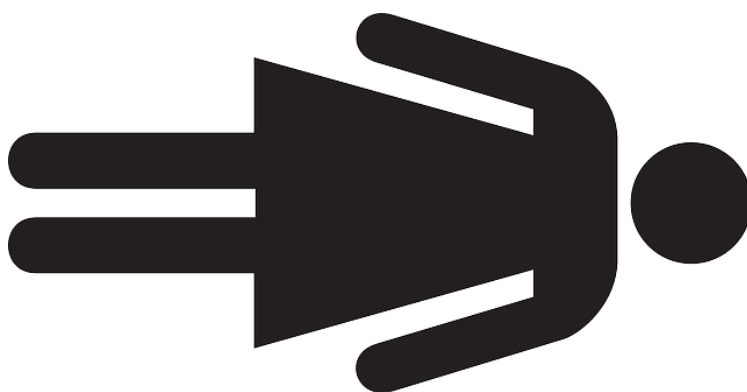
5. Kuvaava: FFDP - The Bleeding
6. Helpottava: One Republic - Abologize

Pettymys

7. Kuvaava: Apulanta - Armo
8. Helpottava: Survivor - Burning Heart

Liite 5. Tuntimateriaalit 12/19

Ihmissuhteet ja elämäntyylit: Kuva: Tikku-ukkomies ja tikku-ukkonainen

Lähde: <http://pixabay.com/fi/mies-tikku-ukko-symboli-siluetti-294095>Lähde: <http://pixabay.com/fi/nainen-tikku-ukko-symboli-siluetti-294094/>

Liite 5. Tuntimateriaalit 13/19

Ihmissuhteet ja elämäntyylit: Erilaisia perheitä



Liite 5. Tuntimateriaalit 14/19

Ihmissuhteet ja elämäntyylit: Ystävyyteen ja rakkauteen liittyviä sanoja

Halailu	Pussailu	Yhdyntä
Seksi	Kunnioitus	Tykkääminen
Luottamus	Rakastaminen	Rakastuminen
Ihastuminen	Yhdessä oleminen	Uskollisuus
Kädestä pitäminen	Rehellisyys	Turvallisuus
Läheisyys	Koskettelu	Halaus
Syntymäpäivän muistaminen		Tekstiviesti: mitä kuuluu?
Soitto kännykällä: miten menee?		Lahjan ostaminen
Suukko poskelle	Kutsu päiväkahville	Pizzan tarjoaminen
Sohvalla istuminen todella lähekkäin		Toisen lohduttaminen
Kukkien ostaminen	Kahvilassa käynti	

Liite 5. Tuntimateriaalit 15/19

Ihmissuhteet ja elämäntyylit: Seurustelun pelisäännöt

Seurustelun pelisääntöjen suuntaviivat Terveiden ja hyvinvoinninlaitoksen julkaisusta Turvataitoja nuorille:

- Kunnioita toista ja itseäsi. Muista, että sinuun luotetaan ja sinut koetaan turvalliseksi.
- Sopikaa yhdessä, mitä teidän seurusteluunne kuuluu ja ei kuulu.
- Älä oleta toisen puolesta.
- Muista, että kumppanisi ei lue ajatuksiasi tai välttämättä tiedosta tunteitasi. Kerro niistä ääneen.
- Ole rehellinen.
- Kunnioita toisen yksityisyyttä.
- Molemmilla on oikeus omiin ystäviin, harrastuksiin ja omaan aikaan.
- Älä juoruile kumppanisi asioista, edes suhteen päättymisen jälkeen.
- Muista vapauden lisäksi myös vastuu.
- Kysy, jos koet olosi epävarmaksi, älä luule toisen puolesta mitään.
- Väkivalta on kaikissa muodoissaan väärin.
- Älä painosta tai pakota itseäsi tai kumppaniasi mihinkään.
- Jos rakkaus loppuu tai jostain syystä haluat päättää seurustelun, kerro se toiselle. Lopeta suhde ennen kuin aloitat uuden.
- Älä kosta toiselle suhteen päättymistä, älä kiusaa tai häiriköi. Kumppanillasi on oikeus päättää seurustelustaan.

Liite 5. Tuntimateriaalit 16/19

Seksuaalisuus ja oikeudet: Seksuaalioikeudet

Terveyden ja hyvinvoinninlaitos, Turvataitoja nuorille:

Nuorten seksuaalioikeudet (Väestöliitto)

”

1. Oikeus elämään, oikeus olla oma itsensä, tehdä itsenäisiä päätöksiä, ilmaista mielipiteensä.
2. Oikeus nauttia omasta kehostaan ja seksuaalisuudestaan.
3. Vapaus uskonnollisten tekstien, uskomusten, aatteiden ja perinteiden rajoittavista tulkinnoista tai omaan kehoon puuttuvista loukkauksista seksuaalisissa asioissa. Oikeus noudattaa uskontoaan omalla tavallaan.
4. Kukaan ei saa kiusata, syrjiä, tai loukata sukupuolensa, seksuaalisten erityispiirteidensä, kehittyneisyytensä tai kehittymättömyytensä vuoksi.
5. Ei saa haukkua seksuaalisuutta loukkaavasti esimerkiksi homoksi tai huoraksi eikä ahdistella seksuaalisesti.
6. Oikeus sanoa mielipiteensä, kun omista seksuaalisuuteen liittyvistä asioista keskustellaan tai niistä päätetään.
7. Oikeus nauttia seksuaalisuudesta, olla turvassa, valita vapaasti haluaako avioitua tai pysyä naimattomana sekä oikeus perhesuunnitteluun.
8. Jokaisella oikeus seksuaalisen suuntautumisensa mukaiseen tyydyttävään seksuaalisuuteen ja sukupuolielämään, kunhan ei vahingoita eikä alistakaan toista.
9. Jokaisen täytyy saada rauhassa päättää itse haluaako olla seksuaalisesti aktiivinen vai ei.
10. Oikeus osoittaa seksuaalista halukkuutta ja oikeus peräytyä ja kieltäytyä missä tahansa seksuaalisen tapahtuman vaiheessa.
11. Oikeus saada riittävästi tietoa ja välineitä ehkäistäkseen suunnittelemattomia raskauksia, oikeus ajoissa ja oikein tehtyyn raskauden keskeytykseen ja oikeus myös jatkaa raskauttaan ja saada tällöin kaikki tarpeellinen tuki. ”

Liite 5. Tuntimateriaalit 17/19

Seksuaalisuus ja oikeudet: Flirttiä vai seksuaalista häirintää?

Harjoitus 1: Flirttiä vai seksuaalista häirintää?

Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen oppaasta Turvataitoja nuorille:

”Mitä on seksuaalinen häirintä? Millä tavoin seksuaalinen häirintä ja flirtti eroavat toisistaan?

Ottakaa parit ja esittäkää kaksi tilannetta. Toisessa on kyse seksuaalisesta häirinnästä ja toinen on flirttiä. Kumpi on kumpaa? Miten vaikea tilanne on arvioida ulkopuolelta? Kuinka häirinnän ja flirttailun kohde koki tilanteet? Mitä jos häiritsijä väittää flirttailleensa, mutta flirtin kohde kokee hänen käytöksensä seksuaalisena häirintänä?

Sanna kertoo, että Ville on lähennellyt häntä ikävästi. Sanna kysyy sinulta, mitä tehdä. Ville kuitenkin väittää, että kyse oli vain flirtistä. Miten menettelet tilanteessa? Kuinka Sannan kannattaa toimia tilanteessa? Kuka määrittelee, milloin kyse on flirtistä ja milloin seksuaalisesta häirinnästä? ”

Harjoitus 2: Häiritseviä katseita.

Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen oppaasta Turvataitoja nuorille:

”Miten katsetta voidaan käyttää seksuaalisen häirinnän välineenä?

Ottakaa pari. Laatikaa lista sellaisista katseista ja sanoista, jotka ovat mielestänne seksuaalista häirintää. Esitellään listanne koko ryhmälle ja keskustellaan aiheesta.

Milloin mainokset tai muut median kuvat voivat olla seksuaalista häirintää? Miten niiltä voisi suojautua rajoittamatta omaa elinpiiriä tai käyttäytymistä? ”

Liite 5. Tuntimateriaalit 18/19

Seksuaalisuus ja oikeudet: Flirttiä, suostuttelua, seksuaalista häirintää vai seksuaalista hyväksikäyttöä?

1. Joku kehuu sinua kauniiksi ja pidät siitä.
2. Työkaverisi tulee päivittäin hieromaan hartioitasi, inhoat sitä.
3. Eräs kaverisi tarvitsee rahaa lainaan ja kertoo sinun olevan hänen viimeinen toivonsa. Sinulle on 20e kukkarossa, mutta saat lisää rahaa vasta muutaman päivän päästä ja jääkaappisi on tyhjä.
4. Istut bussissa ikkunan puolella ja viereesi istuu mies, joka hivuttaa kätensä reidellesi. Sinua ahdistaa ja ällöttää.
5. Olet väsynyt, mutta poikaystäväsi haluaa seksiä. Nukahdat, mutta heräät siihen, että poikaystäväsi on riisunut sinulta housut ja työntää penistään emättimesi.
6. Poikaystäväsi uhkaa jättää sinut, mikäli et suostu seksiin hänen kanssaan.
7. Eräs mies, jonka tunnet huonosti, tarjoutuu ostamaan sinulle uuden puhelimen, mikäli suostut harrastamaan seksiä hänen kanssaan.
8. Olet ihastunut töissä yhteen nuoreen mieheen, jolle moikkaat joka aamu ja hymyilet kauniisti. Olette yhtä aikaa jossain juhlassa, kun mies tulee luoksesi. Hän on humalassa etkä pidä siitä. Mies kertoo huomanneensa kiinnostuksesi ja haluaa seksiä kanssasi. Sinä et halua ja yrität poistua paikalta. Mies pakottaa sinut yhdyntää, koska hymyilit hänelle töissä. Mies sanoo, että kaikki tietävät ihastuksestasi töissä, joten turha kertoa kenellekään asiasta.
9. Joka aamu, kun menet töihin, eräs mies tuijottaa takapuoltasi kävellessäsi ohi ja viheltää. Sinusta se tuntuu kurjalta.
10. Poikaystäväsi tarvitsee rahaa, koska on lähdössä ystäviensä kanssa juhlimaan ja pyytää sitä sinulta vedoten siihen, että seurustelette ja toista on autettava.
11. Tyttöystäväsi tarvitsee uuden puseron ja pyytää sinulta rahaa, koska on miehen tehtävä maksaa se.
12. Työkaverisi tuijottaa rintoihisi joka kerta, kun puhut hänelle.
13. Eräs naispuolinen työkaverisi kertoo sinulle rivoja vitsejä, et pidä niitä hauskoina.
14. Naapurin mies, joka näki sinut edellisenä päivänä tulevan taloyhtiön saunasta pelkkä pyyhe ympärillä, tulee ovellesi ja pyrkii väkisin sisään. Menet niin shokkiin, ettet kykene puolustautumaan etkä edes huutamaan. Mies pakottaa sinut yhdyntään.
15. Saat kuulla, että näytät hyvältä uudessa paidassasi. Tykkäät kuulemastasi.
16. Saat kuulla, että näytät hyvältä uudessa paidassasi ja rintasi näyttävät siinä erityisen hyvältä. Et tiedä, mitä ajatella kommentista. Et laita paitaa enää ikinä päällesi.
17. Eräs naispuoleinen työkaverisi haluaa sinua tuttavallisesti aina kun näkee sinut. Et tykkää halaamisesta.
18. Juhlissa kaverisi on juonut itsensä niin humalaan, että sammuu. Autat hänet sänkyyn nukkumaan. Myöhemmin menet katsomaan, kuinka kaverisi voi. Kun avaat oven, näet kaverisi harrastavan seksiä poikaystävänsä kanssa. Kun katsot tarkemmin, huomaat kaverisi nukkuvan edelleen.

Liite 5. Tuntimateriaalit 19/19

Seksuaalisuutta määrittävät sosiaaliset ja kulttuuriset tekijät: Oma kupla

Oma kupla harjoitus tehdään mukaillen Stop -leikkiä, joka löytyy Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen oppaasta Turvataitoja nuorille:

”Stop! -leikissä opetellaan toisen rajojen kunnioittamista, mikä on jokaisen ihmisoikeus.

Missä sinun rajasi kulkevat? Mistä ja miten löytyvät toisen rajat?

Jokainen ottaa parin, jota vastapäätä asettuu etäisyyden päähän seisomaan.

Toinen pari (A) jää seisomaan paikalleen, mutta toisen (B) tehtävänä on hiljaa lähestyä pariin.

A:n tehtävä on sanoa Stop!, kun B tulee läheisyyden sietorajalle.

B:n tulee pysähtyä siihen.

HUOM! Tehtävä on hyvä tehdä useamman kanssa, koska etäisyydet ovat jokaisen kanssa erilaisia.

Tehtävä puretaan yhdessä koko luokan kesken tai pienissä ryhmissä.

Vastauksia voi etsiä mm. seuraaviin kysymyksiin:

Miltä leikki tuntui?

Mitä ajatuksia leikki herätti?

Oliko eri ihmisillä erilaiset etäisyystarpeet?

Pääsitkö jonkun ihmisen lähemmäksi kuin toisen? Miksi?

Miltä tuntui, kun toinen sanoi ”Stop!”?

Olisitko voinut kuvitella meneväsi vielä lähemmäksi? ”