



SAVONIA

OPINNÄYTETYÖ - AMMATTIKORKEAKOULUTUTKINTO
SOSIAALI-, TERVEYS- JA LIIKUNTA-ALA

0-10-VUOTIAIDEN SEKSUAALISUUDEN TUKEMINEN

Opas vanhempien tueksi

TEKIJÄ/T: Iris Kivelä
Hanna Lehto

TK14K
TN14SA

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala	
Koulutusohjelma/Tutkinto-ohjelma Hoitotyön koulutusohjelma	
Työn tekijä(t) Iiris Kivelä ja Hanna Lehto	
Työn nimi 0-10- vuotiaiden seksuaalisuuden tukeminen- Opas vanhempien tueksi	
Päiväys	11.11.2017
Sivumäärä/Liitteet	37/2
Ohjaaja(t) Päivi Hoffren	
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) Kuopion kaupunki	
<p>Tiivistelmä</p> <p>Tämä opinnäytetyö toteutettiin kehittämistyönä ja työn tuotos tehtiin Kuopion kaupungin seksuaaliterveyden edistämisen työryhmän toiveesta. Tuotoksena oli opas lasten seksuaalikasvatuksesta vanhemmille. Tuotos on kaikkien löydettävissä verkosta. Työn tavoitteena oli antaa tukea vanhemmille lasten seksuaalikasvatusta varten ja kertoa heille, mikä on normaalia lapsen kehitystä.</p> <p>Seksuaalikasvatus tarkoittaa lapsen kokonaisvaltaista seksuaalisuuden tukemista. Tällöin lapselle annetaan hänen kehitystasoonsa nähden tietoa seksuaalisuudesta. Koti on lapsen ensisijaisin seksuaalikasvatuksen antaja. Kodin ja vanhempien tehtävä on kasvattaa lapsen itsetuntoa ja arvomaailmaa sekä turvata lapsen kehitystä ikäluokkaansa nähden. Lisäksi sosiaalinen media on nykyään osa lasten elämää, joten osa lapsen seksuaalisuuden kehitystä on hyvä vanhempien nostaa esille turvataito-ohjeet. Näin lapsi myös kasvaa turvallisesti suojaten omaa seksuaalisuuttaan.</p> <p>Opinnäytetyössä kerrottiin yleisesti seksuaalisuudesta, jonka jälkeen keskitytään seksuaalikasvatukseen ja seksuaalisuuden tukemiseen. Seksuaalikasvatusta tulkittiin seksuaalikasvatuksen standardien sekä ”seksuaalisuuden portaiden” avulla. Niiden avulla on löydetty eri ikäryhmien kehitys seksuaalisuuden parissa. Tästä lähdettiin tekemään tuotosta, missä kerrottiin ikäryhmittäin seksuaalisuuden piirteitä sekä millaisia tilanteita ja kysymyksiä vanhempi voi kohdata lapsen kanssa. Oppaan avulla tuetaan vanhempia sekä rohkaisemaan heitä ottamaan seksuaalisuus puheeksi lapsen kanssa ja näin luomaan turvallista ja luottamuksellista kasvu ympäristöä lapselle.</p>	
Avainsanat seksuaalisuus, seksuaalikasvatus, seksuaalisuuden tukeminen, turvataidot, sosiaalinen media, lapset, opas	

Field of Study Social Services, Health and Sports			
Degree Programme Degree Programme in Nursing			
Author(s) Iiris Kivelä and Hanna Lehto			
Title of Thesis Supporting sexuality for 0 to 10 year-old children- Guide to parents' support			
Date	11.11.2017	Pages/Appendices	37/2
Supervisor(s) Päivi Hoffren			
Client Organisation /Partners City of Kuopio			
<p>Abstract</p> <p>This thesis was carried out as a development work and the output was made in collaboration with sexual health promotion work group of city of Kuopio. The output was a guide about children's sexual education and it was aimed at parents. The output is accessible to everyone on the internet. The aim of the development work was to give support to parents for children's sexual education and tell them, what normal child development is like.</p> <p>Sexual education means a child's comprehensive support of sexuality. In that case, giving to a child knowledge about sexuality compared to his/her level of development. The home is a child's primary giver in sexual education. The responsibility of home and parents is raise the child's self-esteem and values, and also to secure child development compared to his/her age group. Furthermore social media is nowadays a bigger part in children's life, so a part of sexual education is important so that the parents highlight safety skills instructions. Like this, the child grows in safe environment and protects his/her own sexuality.</p> <p>The thesis is telling generally about sexuality, after which there is a focus on sexual education and supporting sexuality. Sexual education was started interpreting standards of sexual education and also with the help of "stairs of sexuality". With the help of these it has been found different development between an age group and sexuality. The output contains features of sexuality in every age group and what kind of situations and questions the parent can face with his/her child. With the help of the guide, parents are supported and encouraged to bring up sexuality with the kids. This can create safe and trustful growth environment to the child.</p>			
<p>Keywords sexuality, sexual education, support sexuality, safety skills, social media, children, guide</p>			

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	4
2	LASTEN SEKSUAALISUUS JA SEN KEHITTYMINEN.....	6
2.1	Seksuaalinen kehittyminen 0–10-vuotiailla	6
2.2	Seksuaalinen kehitys Freudin teorian mukaan	6
3	LASTEN SEKSUAALIKASVATUS JA SEKSUAALISUUDEN TUKEMINEN.....	8
3.1	Seksuaalikasvatus 0–10-vuotiailla	8
3.2	Seksuaalisuuden tukeminen.....	10
3.3	Lapsen seksuaaliterveyden edistäminen	10
3.4	Sosiaalinen media seksuaalikasvatuksessa	11
3.5	Turva- ja tunnetaidot	11
3.6	Hyvän oppaan kriteerit	12
4	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS JA TAVOITTEET	13
4.1	Opinnäytetyön vaiheet ja suunnittelu	13
4.2	Toteutus ja prosessin kulku	14
4.3	Opinnäytetyön ja tuotoksen arviointi	15
5	KEHITTÄMISTYÖN AIKATAULU	16
6	POHDINTA.....	18
6.1	Eettisyys ja luotettavuus.....	18
6.2	Kehittämistyön prosessin ja tuotoksen arviointia	19
6.3	Ammatillinen kasvu	20
	LÄHTEET	22
	LIITE 1. TUTKIMUKSET	24
	LIITE 2. OPAS	26

1 JOHDANTO

Valitsimme opinnäytetyömme aiheeksi 0–10-vuotiaiden seksuaalisuuden tukemisen, koska olemme kiinnostuneita kyseisen ikäluokan ajatusmaailmasta. Lisäksi tämä aihe palvelee sekä kättilö- että sairaanhoitajaopiskelijaa. Seksuaalisuus on isossa roolissa lasten kehityksen kannalta ja siksi tulemme tulevana hoitotyön ammattilaisina kohtaamaan paljon tilanteita, joissa seksuaalisuutta käsitellään. Lapsen seksuaalikasvatuksen ei pidä olla seksuaalivalistusta vaan kasvatuksella pyritään tuomaan esille lapsen omaa seksuaalista kehittymistä kohti murrosikää. Kun lapsi on hyväksynyt seksuaalisuuden osaksi omaa kasvuaan ja persoonaansa, hänen on helppoa ja luontevaa keskustella siihen liittyvistä kysymyksistä murrosiässä vanhempiensa kanssa ja suhtautua siihen luonnollisesti, kun seksuaaliset tarpeet ja tunteet heräävät.

Seksuaalikasvatus eli lapsen kokonaisvaltainen seksuaalisuuden tukeminen tarkoittaa sitä, että lapselle annetaan hänen kehitystasoonsa nähden tutkittua tietoa seksuaalisuudesta. Lisäksi heitä tuetaan vahvistamaan omaa itsetuntemustaan sekä ihmissuhdetaitojaan. (Duodecim, 2016.)

Koti on lapsen ensisijaisin seksuaalikasvatuksen antaja. Kodin tärkein tehtävä on kasvattaa lapsen itsetuntoa ja arvomaailmaa sekä turvata hänen kehityksensä ikäluokkaansa nähden. Kuitenkaan vanhempien omat vähäiset tiedot seksuaalikasvatukseen liittyvissä kysymyksissä eivät anna välttämättä heille valmiuksia vastata lapsen luonnollisiin seksuaalisuutta koskeviin kysymyksiin. (Kontula ym. 2001, 97.)

Kotona saanutta seksuaalikasvatusta voidaan tukea koulussa sekä jatkaa siellä tiedon saamista seksuaalisuuteen liittyvissä asioissa. Osa tasa-arvoista kasvatusta ovat seksuaalisuuden monimuotoisuus ja sen vastuu sekä monimuotoisuuteen liittyvät arvot ja oikeudet. Seksuaalisuuden monimuotoisuudella korostetaan yksilöllisyyttä ja omaa harkintaa sekä tunteita ja niiden hallintaa. Aikuisten vastuulla on arvioida, mikä on lapselle tulevaisuuden kannalta tärkeintä tietoa missäkin ikävaiheessa, ja miten lapsi sen sisäistää ja vastaanottaa. (Kontula ym. 2001, 97.)

Jokaisella on oma yksilöllinen suhde seksuaalisuuteensa ja siksi sen käsitteleminen ei ole helppoa. (Ryttyläinen ja Valkama 2010, 129.) Tämän vuoksi seksuaalisuudesta puhuminen voi olla arka aihe vanhemmille ja siksi opinnäytetyömme tarkoituksena onkin helpottaa vanhempia tuomaan esille seksuaalisuutta käsitteleviä asioita avoimemmin omille lapsilleen sekä pyrkiä vastaamaan heidän yllättäviin kysymyksiin.

Työn tilaaja on Kuopion kaupunki, ja aihe on tullut seksuaaliterveyden edistämisen työryhmältä erityisesti terveydenhoitajilta. Opinnäytetyö on kehittämistyö, jonka tuotoksena on opas. Tarkoituksena on antaa tuotos Pyörön neuvolan terveydenhoitajien työn tueksi ja opas on kaikkien löydettävissä verkosta. Työn tilaajan tavoitteena on jakaa tietoa seksuaalikasvatuksesta ja sen tärkeydestä vanhemmille. Kohderyhmänä ovat 0-10-vuotiaiden lasten vanhemmat, ja tuotoksen tavoitteena on antaa tietoa ja taitoa ottaa seksuaalisuus puheeksi kotona käyttäen opasta apuna. Opas antaa myös

ohjeita, miten lapsen seksuaalisuus näkyy missäkin ikävaiheessa. Omat tavoitteemme opinnäytetyölle on perehtyminen kyseisen ikäryhmän seksuaalisuuteen, sen kehitykseen ja kasvatukseen ja sen kautta tulevan tiedon hyödyntäminen tulevaisuudessa.

Seksuaaliterveyden tukeminen toteutuu niin yksilön, yhteisön kuin yhteiskunnankin tasolla. Yksilötasolla seksuaalisuutta tuetaan tarjoamalla esimerkiksi seksuaalikasvatusta. (Ryttyläinen ja Valkama 2010, 21.) Hoitotyön näkökulmasta ajatellen seksuaalisuuden tukeminen tulisi näkyä hoitotyössä kuten muittenkin hyvinvointiin liittyvien asioiden. Seksuaalisuuden käsitteleminen ei ole helppoa, koska jokaisen seksuaalisuus on yksilöllistä. Siksi opinnäytetyössä tullaan helpottamaan seksuaalisuuden käsittelemistä 0–10 -vuotiaiden joukossa. Haluamme saada taitoja ottaa seksuaalisuus aidosti puheeksi vanhempien kanssa. Mielestämme seksuaalisuuden ei kuulu olla arka aihe millään sektorilla hoitotyössä, joten haluamme kehittää seksuaalisuuden esille tuomista. Tulevaisuudessa meillä on enemmän valmiuksia seksuaalisuuden osalta ja pyrimme tuomaan siitä esille positiivisia näkökulmia.

2 LASTEN SEKSUAALISUUS JA SEN KEHITTYMINEN

Seksuaalisuus on laaja käsite, joka ei rajoitu ikäryhmiin vaan liittyy läheisesti sukupuoleen. Se on käsitteenä laajempi kuin lisääntyminen. WHO määrittelee seksuaalisuuden olevan osa luonnollista ihmisen kehitystä. Se on keskeinen osa ihmisen kaikissa elämän vaiheissa ja käsittää sukupuoli-identiteetin, sukupuoliroolit ja mielihyvän. Seksuaalisia kokemuksia ja sen ilmenemismuotoja ovat pienet ajatukset ja teot, uskomukset, halut ja asenteet. Myös seksuaalisuuden harjoittaminen sekä roolit ja suhteet kuuluvat näihin ilmenemismuotoihin. Vaikka seksuaalisuus pitää sisällään kaikki nämä ulottuvuudet, ei ihminen aina koe tai ilmennä niitä. Vuorovaikutuksessa seksuaalisuus muotoutuu ympäristön ja vastakkaisen osapuolen kanssa. (THL 2010a, 16.)

Seksuaalisuus on aistillinen kokemus, johon pohja luodaan jo vauvaiässä. Nautinnon elämyksiä saadaan jo tässä varhaisessa vaiheessa äidin rinnosta ja vanhempien sylistä. Varhaiset kokemukset niin yhdessäolosta kuin läheisyydestä ovat seksuaalisuuden perusta lapsen elämässä. (Kinnunen 2001, 12.)

2.1 Seksuaalinen kehittyminen 0–10-vuotiailla

Lasten kymmenen ensimmäistä vuotta sisältää omaan kehoon tutustumista sekä erilaisista seksuaalisuuteen liittyvistä kysymyksistä. Jopa ensimmäisten kuuden vuoden aikana siirtyminen rajalliseen itsenäisyyteen on nopeaa. Lapsi tulee nopeasti huomaamaan miehen ja naisen fyysiset erot ja näin oman kehon tutkiminen kiinnostaa. Tällöin lapsella voi esiintyä varhaislapsuuden itsetyydytystä, mikä on normaalia lapsen seksuaaliseen kehitykseen nähden. Tietoa haetaan myös ikätovereilta esimerkiksi lääkäreikkien kautta, jolloin päästään tutustumaan toisen kehoon. (THL 201a, 23.)

Kun seksuaalisuuteen liittyvät kysymykset nousevat esille, vanhempien hiljaisuus asiasta saa lapsen entistä kiinnostuneemmaksi asiasta ja kokeilee vanhempiensa rajoja esimerkiksi riisuutumalla varoitusta (THL 2010a, 24). Vuonna 2015 tehdyssä tutkimuksessa vanhemmat olivat tyytyväisiä omaan tietoonsa seksuaalisuudesta, mutta asian puheeksiottaminen lapsen kanssa tuntui vaikealta (Morawska, Walsh, Grabinski ja Fletcher 2015, 239). Lasten huomattessa vanhempien olevan entistä varautuneempia kysymyksiin, tietoa haetaan vanhetessa kavereilta. Tämä on normaalia noin kuuden vuoden tietämällä ja seksuaalisuus ikään kuin uinuu, jolloin seksuaalisuuteen liittyvä häpeän tunne kasvaa. Lapsilla, erityisesti pojilla, on seksuaalisia leikkejä, ja noin 7–8 vuoden iässä sukuelimiä saatetaan esitellä muille ja lisäksi halutaan nähdä toisen lapsen sukuelimet, syynä uteliaisuus ja tiedonjano. Lapsella oman aistillisuuden kehittyminen on osa seksuaalista kehitystä ja se sisältää muun muassa psykologista, biologista ja sosiaalista kehitystä. (THL 2010a, 24.)

2.2 Seksuaalinen kehitys Freudin teorian mukaan

Lapsen seksuaalista kehitystä voidaan seurata myös Freudin teorian mukaan. Teoria on jaettu viiteen eri psykoseksuaaliseen vaiheeseen, missä ensimmäistä vaihetta kutsutaan oraaliseksi vaiheeksi. Tämä tapahtuu noin syntymästä vuoden ikään, missä tyydytys keskittyy suun alueeseen esimerkiksi

äidin rinnoista imeminen. Anaalivaihe ajoittuu 1,5–3 -vuotiaisiin. Tässä vaiheessa tyydytyksen lähteinä ovat ulostustoiminta sekä peräaukon seutu. Tämän ikäisinä lapsi yleensä oppii potalle ja on siksi kiinnostunut omista eritteistä ja odottaa positiivista suhtautumista siihen. (Digma 2013.)

Sukupuolielimiin kohdistunut mielenkiinto korostuu fallisessa vaiheessa, jolloin lapsi on 3-4 vuoden ikäinen. Tässä iässä lapsi voi kokeilla ensimmäistä kertaa unnutusta, joka on lapsen itsetyytytystä ja tähän voi liittyä seksuaalisesti kiihdyttäviä mielikuvia. Tästä vaiheesta lapsi siirtyy oidipaaliseen vaiheeseen, missä kiinnostuksen kohteena on yleensä vastakkaista sukupuolta oleva vanhempi ja samaa sukupuolta oleva vanhempi koetaan vastustajana. Tämä psykoseksuaalinen kehitys nähdään 3-4 vuoden ikäisillä lapsilla. Mustasukkaisuus näkyy samaa sukupuolta kohtaan voimakkaasti sekä sukupuolielinten menettämisen pelko kasvaa esimerkiksi niiden alueelle tehtävien toimenpiteiden kautta. (Digma 2013.)

Viimeinen vaihe eli latenssivaihe jakautuu 6-11 vuoden välille, jolloin sukupuolivietillä on vähäinen merkitys oikeastaan murrosikään asti. Latenssivaiheessa näkyy homoeroottisia piirteitä, jolloin lapsi pyrkii olemaan samaa sukupuolta olevien lapsien kanssa ja muodostavat näin kaveripiirejä, tytöt tyttöjen kanssa ja pojat poikien kanssa. (Digma 2013.)

3 LASTEN SEKSUAALIKASVATUS JA SEKSUAALISUUDEN TUKEMINEN

Seksuaalisuus liitetään useisiin käsitteisiin kuten seksuaaliterveys, seksuaalioikeus ja seksuaalikasvatus. Seksuaalikasvatus on yksi tärkeistä käsitteistä ja se näkyy 0–10-vuotiaiden seksuaalisuuden tukemisessa. Seksuaalikasvatuksella tarkoitetaan kognitiivista eli tiedollista, sosiaalista ja vuorovaikutteista oppimista. Seksuaalikasvatuksen tulee alkaa jo varhaislapsuudessa ja jatkua läpi nuoruuden ja aikuisuuden. Lasten kohdalla tavoitteena on suojella ja tukea seksuaalista kehitystä. (THL 2010a, 19.) Stonen, Inghamin ja Gibbinsin (2013) tehdyssä tutkimuksessa todetaan, että lapsia on pidetty seksuaalisesti viattomina ja sen suojelemista on pyritty ylläpitämään. Vanhemmille on siksi tullut tapa määritellä, mitä lapsi saa tietää ja miten hänen tulee käyttäytyä. Lapsien nostaessa seksuaalisuuteen liittyviä kysymyksiä esille, myös vanhempien epävarmuus näkyy ja miettivät, mitä hyvän seksuaalikasvatuksen tulisi sisältää.

Martin ja Torres (2014, 188) tutkivat, miten lapset reagoivat, kun vanhemmat laitettiin lukemaan omille lapsilleen kirjallisuutta, jossa käsitellään muun muassa lisääntymistä. Esille nousi muutamia seikkoja, jotka ovat arkipäivää varmasti monella. Osa vanhemmista osaa keskustella lasten kanssa avoimesti seksuaalisuudesta ja vastata lasta askarruttaviin kysymyksiin. Joillekin vanhemmista oli hankala jatkaa keskustelua ja lapsen kysymyksiin vastattiin vaan nopeasti ja ympäröörästä. Kuitenkin vanhempia pidetään isona osana lapsen seksuaalikasvatuksessa, ja siksi he ovat vastuussa lasten uteliaisuudesta ja hämmennyksestä.

3.1 Seksuaalikasvatus 0–10-vuotiailla

WHO:n standardeissa on jaettu ikäryhmät seksuaalikasvatuksen teemojen mukaan sekä Väestöliitto ja kuvassa 1. on opetushallituksen kokoama seksuaalikasvatusmalli ”Seksuaalisuuden portaat”. Näillä portailla pyritään antamaan malli lapsen erilaisista kehitysvaiheista ikätasoonsa nähden. (THL, 2010a; Väestöliitto, 2015.)



Kuva 1. Seksuaalisuuden portaat (Väestöliitto, 2015).

Vastasyntyneestä taaperoiikään teemana on löytäminen ja tutkiminen, johon sisältyy vanhempien varhainen vuorovaikutus (THL 2016b, 25). Vauvat keskittyvät täysin aisteihinsa. Heille on tärkeää muun muassa koskettelu, maistelu, kuuntelu ja haistelu (THL 2010a, 25). Lapsilla herää myös kiinnostus omaan kehoonsa, eikä heitä saa nolata tästä uteliaisuudesta (THL 2016b, 47). Fyysinen kontakti säilyy tärkeänä myös taaperoiässä. Sukupuoli-identiteetti muodostuu tässä vaiheessa. (THL 2010a, 25.) Seksuaalikasvatusmallin ensimmäisessä teemassa lapsi tutustuu itseensä, oppii rakastamaan omaa kehoaan ja saa rauhassa tutkiskella sitä. Lapsi on utelias ja vertailee itseään muihin. (Väestöliitto, 2015.)

Seuraava teema on jaoteltu 4–6 -vuotiaille, minkä pääkohtina pidetään sääntöjen oppimista, ystävyysuhteiden luomista sekä leikkimistä. (THL 2010a, 25). Ryhmässä oleminen ja sukupuoliroolien pohdinta tukevat seksuaalikasvatusta. Sopivan seksuaalisuuteen liittyvän sanaston oppimista pidetään tärkeänä. (THL 2016b, 47.) Tähän ikävaiheeseen kuuluvat myös kiinnostus lisääntymisestä ja kysymykset aiheesta kuten ”mistä lapset tulevat?” (THL 2010a, 25). Kasvatusmallin seuraava ikäjakauska on 3–8-vuotiaat ja teemaa kutsutaan ”tykkäyskaveriksi”. Lapsi kokee ihastumisen tunteita ja oppii ystävydestä sekä rajojen merkityksestä. Lapsi opettelee myös oikeita tapoja ilmaista tunteitaan. ”Vanhemman ihailu” on seksuaalikasvatusmallin kolmas porras, jonka ikäjakauska ovat 3–9-vuotiaat. Nämä kaksi edellä mainittua kasvatusmallin vaihetta sisältävät melko paljon samoja asioita. Kun lapsi on siirtymässä kolmannelle portaalle, hänellä näkyy selvästi ihailun kohde, joka yleensä on vastakkaista sukupuolta, usein jompikumpi vanhemmista. Lapsella voi esiintyä mustasukkaisuutta sekä hän miettii, mitä toiset hänestä ajattelevat. Sukupuolierojen tulkitseminen alkaa sekä vauvojen alkuperä kiehtoo. (Väestöliitto, 2015.) WHO:n standardeissa 7–9-vuotiaiden teemoja ovat häpeä ja ensirakkaus. Alakoulussa lapset alkavat muodostaa ryhmiä sukupuolen mukaan ja puhutaan niin sanotuista tyttö- ja poikapöppöistä. (THL 2016b, 47.)

Varhaispuberteetin alkamisikä katsotaan alkavan noin 10–11 -vuotiaana. Sukupuoli-hormonien tuotanto kiihtyy, jolloin lapset alkavat kiinnostua seksuaalisuudesta ja siihen liittyvistä muutoksista. Noin 10 vuoden iässä lapsilla voi olla enemmän seksuaalifantasioita, mikä lisää uteliaisuutta. Lapset ottavat tässä vaiheessa ensiaskeleitaan kohti rakkautta. Kädestä pitäminen ja poskisuukot kuuluvat varovaisiin lähestymisyriyksiin toisia kohtaan. (THL 2010a, 26.) Seksuaalikasvatusmallin neljättä porrasta kutsutaan ”idoli ihastuttaa”, missä vanhempaan kohdistuneet tunteet konkretisoituvat totuudenmukaiseksi ja lapset ymmärtävät, ettei omaa vanhempaa voi saada. Ihailun kohteeksi siirtyä yleensä julkisuuden henkilö ja aletaan miettiä seksuaalisuuteen liittyviä asioita, kuten parisuhteen aloittamista. (Väestöliitto, 2015.)

Seksuaalikasvatuksella on omat periaatteet mihin kasvatuksella halutaan perustua. Kasvatuksen tulee olla ikään sopivaan, jossa otetaan huomioon lapsen kehitystaso sekä kyky käsitellä asioita. Ihmisoikeuksien sekä kokonaiskäsitys hyvinvoinnista, käsittäen myös terveyden, tulee perustua seksuaalikasvatukseen. Lisäksi seksuaalikasvatuksen standardeissa mainitaan, että kasvatuksen tulee alkaa jo syntymästä. (THL 2010a, 28.)

3.2 Seksuaalisuuden tukeminen

Seksuaalisuuden tukeminen käsittelee seksuaalikasvatuksen osa-alueet. Varhainen vuorovaikutus sekä kodin antama tuki seksuaalikäyttäytymiseen tukevat seksuaalisuutta lapsuuden ajan. Alle 10-vuotiaiden seksuaalisuuteen liittyy vahvasti itsetunnon kehittyminen, oma kehonkuva sekä tunteidot. Lapsen seksuaalisuus on omaan kehoon, läheisyyteen sekä muihin omiin oikeuksiin ja tunteisiin liittyvää tutkimusta ja kokeilua. Lapsi saa seksuaalisuuden perustan varhaislapsuudessaan hyväksynnän ja arvostuksen kautta vanhemmiltaan. Tällöin lapsi saa tärkeän huomion seksuaalisuudesta; Minkä arvoinen olen? Entäpä missä menee kunnioituksen raja? Kunnioitusta omasta kehosta sekä toisen koskemattomuudesta on syytä opettaa lapselle seksuaalisuudesta. Myös sopivat ja sopimattomat teot ja sanat on hyvä tuoda ilmi aina lapsen ikätasoon nähden. (Neuvolainfo 2016.) Yhteiskunnallisesti katsoen, seksuaaliterveyden tukemista ja edistämistä ohjaavat monet ohjelmat esimerkiksi Seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistämisen toimintaohjelmassa vuosille 2014-2020. (Ryttyläinen ja Valkama 2010, 27.)

3.3 Lapsen seksuaaliterveyden edistäminen

Seksuaaliterveyden edistämistä voidaan tarkastella PLISSIT-mallin avulla. Lasten kohdalla keskitytään pääasiallisesti peruspalveluihin, joihin kuuluu ohjausta ja neuvontaa. Lapsille seksuaalikasvatus on luvan antamista ja seksuaalisuus koetaan hyvänä asiana. Kuviossa 1 nousevat esille muun muassa itsetunto ja kehonkuva, jotka ovat lapsen seksuaalisuuden perusta. Rajatun tiedon antaminen osana seksuaalikasvatusta tukee lapsen ikätasonsa mukaista seksuaalista kehitystä.



Kuvio 1. PLISSIT-malli (Digma, 2013).

3.4 Sosiaalinen media seksuaalikasvatuksessa

Nykypäivänä sosiaalinen media on iso osa lapsuutta. Lapsi huomaa, että sosiaalisessa mediassa on runsaasti tietoa ja se on helposti saatavissa, joten hän etsii tietonsa ensisijaisesti internetin tai matkapuhelimen kautta. Se tieto, mitä lapsi saa irti voi olla kuitenkin vääristynyttä, harhaanjohtavaa ja usein naisia halventavia, esimerkiksi pornografialla. Sosiaalisen median kasvu on antanut uuden syyn nostaa esille seksuaalikasvatuksen tärkeyttä. Harhaanjohtavia tietoja ja mielikuvia tulisi oikaista, jotta lapsi saisi terveen kuvan seksuaalisuudesta. (THL 2010a, 22.) Sosiaalisen median yleistynyt käyttö pienten lasten kohdalla nostaa esille turvataidot. Vanhempien tulisi olla tietoisia, miten lapsi käyttää internetiä ja mitä tietoa hän sieltä etsii. Turva- ja tunnetaidot olisi jokaisen, niin aikuisen, nuoren ja lapsen, hyvä tietää.

3.5 Turva- ja tunnetaidot

Jokaisen tulisi kasvaa syrjinnästä vapaassa ympäristössä, sillä esimerkiksi nuorten kohdalla nousee esille seksuaalista häirintää ja väkivaltaa. Omat uskomukset itsestään ja omista kyvyistään sekä onnistumisistaan joko edistävät tai estävät voimaantumista. Syrjäytyminen voi johtua negatiivisista ja haavoittuvista kokemuksista. Positiivisilla ja onnistumisen tunteilla ja kokemuksilla pyritään pääsemään pois kielteisestä kehästä, mutta tämä ei kuitenkaan tarkoita, että lasten kohdalla ei kyseistä asiaa tapahtuisi. Sukupuoleen ja seksuaalisuuteen liittyvät epäkohdat voivat tapahtua myös lapsille ja niistä tulisi vanhempien olla tietoisia ja kasvattaa lapsiaan siihen, mikä tuntuu oikealta ja mikä väärältä. Mitä toinen ihminen saa sinulle sanoa tai tehdä. (Aaltonen 2012, 12–13.) Lapsi voi kokea esimerkiksi tuuppimista päiväkodissa, jolloin kokee itsensä uhatuksi ja miettii miten hänen tulisi toimia, milloin kerron aikuiselle ja millaiset tunteet on sallittuja (Lajunen ym. 2005, 18). Turvataitokasvatuksen tarkoitus on vahvistaa itsetuntoa ja kykyä selviytyä haasteista. Erityisesti lasten kohdalla tulee muistaa, ettei kasvatus saa perustua pelotteluun. Tämä voi saada lapsen pelkäämään seksuaalisuuttaan, vaikuttavan negatiivisesti minäkuvaan ja voi aiheuttaa jopa häpeän tunnetta. Lasten todelliset tarpeet ovat turvataitokasvatuksen lähtökohtana ja tärkeintä on lapsen hyvinvointi sekä lapsen turvallisuus, mikä kuuluu ensisijaisesti aikuiselle. Vanhemman yksi perustehtävistä on suojella omaa lasta ja hänen lapsuuttaan. (Aaltonen 2012, 14; Lajunen ym. 2005, 34.) Lapselle voi opettaa helpot ohjeet, miten toimia tilanteessa, jossa tuntee itsensä epämiellyttäväksi:

1. Sano EI

a) Opettele kuuluva, jämäkkä ja vakuuttava EI.

2. Poistu paikalta tai nettisivustolta

a) Saat poistua aina sanomatta sanaakaan.

b) Et tarvitse keneenkään lupaa tai suostumusta epäilyttävästä tilanteesta poistumiseen.

3. Kerro luotettavalle aikuiselle

a) Kerro, vaikka tilanne olisi jo ohi

b) Aikuinen voi puuttua tilanteeseen ja tukea lasta.

c) Muista kiittää lasta, jos hän kertoo. Kehu, kun lapsi kuunnellut itseään ja toiminut parhaaksi katsomallaan tavallaan. (Aaltonen 2012, 13–14, 16.)

Tunteet kertovat meille, mikä on hyväksi ja mikä pahaksi. Omiin tunteisiin luottaminen helpottaa omien rajojen hahmottamista. Edellytyksenä on, että osaa ottaa omat tunteet hallintaan ja hyväksyy

ne. Tunteiden ilmaisemista voi harjoitella lapsen kanssa. Lapsi tietää, että kaikki tunteet ovat sallittuja, mutta niiden hyväksyminen ja hallitseminen ovat tärkeitä. Omat tunteet saa näyttää ja sen tulee aina olla vapaaehtoista. Pieni lapsi ei aina välttämättä tunnista omia tunteitaan, ja siinä kohtaa vanhemman tulee olla kiinnostunut, mistä nämä tunteet tulevat. Miksi olet vihainen? Mikä sinua itkettää? Mikä tekee sinusta onnellisen? (Aaltonen 2012, 53,55.)

3.5 Hyvän oppaan kriteerit

Hyvässä oppaassa tarina etenee loogisesti, herättää lukijassa mielenkiintoa ja on helppoa lukea. Opas sisältää niin sanotun juonen, jonka mukaan edetään. Teksti on asianmukaista ja siinä käytetään lukijalle sopivia termejä ja määritteitä, jolloin tekstiä on helppo ymmärtää. Jo pelkän otsikon katsominen tulisi kertoa, mitä kyseinen kappale sisältää. Mielenkiintoinen ulkoasu saa lukijan helpommin tarttumaan oppaaseen. (Hyvärinen, 2005.) Oppaan yksi tärkeimmistä osista ovat kuvat. Oppaan tarkoitus opinnäytetyössä on tukea vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta seksuaalisuuden puheeksiottamisesta, jolloin kuvien tulee olla helposti ymmärrettäviä, mielenkiintoisia ja tulee täydentää tekstin sanomaa. Hyvin valitut kuvat lisäävät oppaan luettavuutta sekä nostavat lukijan kiinnostusta aiheesta. (Torkkola, ym. 2002, 40.)

4 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS JA TAVOITTEET

Tämä opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Kuopion kaupungin seksuaaliterveyden parissa työskentelevän työryhmän kanssa. Työn tavoitteena oli toteuttaa kattava ohjeistus oppaan muodossa 0–10-vuotiaiden seksuaalisuuden tukemiseen. Opas on tiivistelmä ikäluokittain 0–10-vuotiaiden lapsien seksuaalikasvatuksen tarpeista ja tavoitteista. Oppaan avulla vanhempien on helppo huomioida ikäluokille tyypilliset seksuaalisuuden tarpeet, tavoitteet ja kokemukset sekä tukea ja kannustaa lasta. Oppaan tavoitteena on myös luoda hyvää vuorovaikutus- ja luottamussuhdetta vanhemman ja lapsen välillä varsinkin, kun kyseessä on intiimistä ja henkilökohtaisesta asiasta.

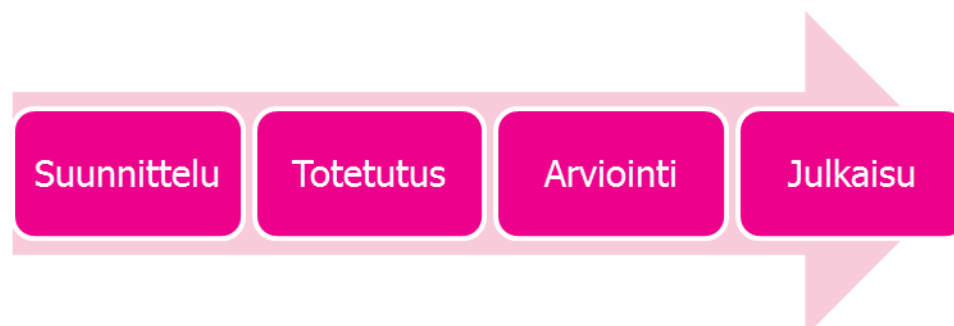
Tavoitteena oli tehdä oppaasta tärkeä työkalu alle 10-vuotiaiden lasten vanhemmille. Opas tulee löytymään internetistä pdf-tiedostona. Opas on sekä työryhmän että vanhempien tueksi tarkoitettu apuväline, jolloin tutkitusti oikeaa seksuaalikasvatusta saadaan tuotua myös kotiväen tietoon.

Oma tavoitteemme oli perehtyä vastasyntyneestä aina 10-vuotiaan seksuaalisuuden heräämiseen ja siinä ilmeneviin käyttäytymismalleihin. Haluamme saada hyvän tietopohjan näiden ikäluokkien ajatusmaailmasta, ja siten tulevaisuudessa olla hyvä ohjaaja lapsien seksuaalikasvatuksen piirissä.

4.1 Opinnäytetyön vaiheet ja suunnittelu

Opinnäytetyömme on kehittämistyö, johon liittyy lähes aina ongelma. Taustalla on prosessi, ilmiö tai asiantila, joka kehittämisen jälkeen halutaan olevan paremmin. (Kananen 2012, 13.) Meidän tapauksessamme kehittämistyön ongelma on seksuaalikasvatukseen riittämätön materiaali.

Opinnäytetyössä on neljä selvästi toisistaan eroteltavaa vaihetta. Suunnittelu, toteutus, arviointi ja julkaisu. Tämä kehittämistyö aloitettiin perehtymällä 0–10-vuotiaiden lasten seksuaalikasvatukseen tutkitun tiedon perusteella. Työ toteutettiin keräämällä aineistoa 0–10-vuotiaiden seksuaalikasvatuksesta sekä seksuaalisuudesta. Aineistoa etsittiin kirjastoinformaation kanssa Medic- sekä Cinahl-tietokannasta. Opinnäytetyön ohjaaja oli prosessissa aktiivisesti mukana ja häneltä saatiin hyviä ohjeita, miten työtä jatkaa eteenpäin. Lisäksi ohjaajan oma tietämys seksuaalisuudesta on hyvänä lisänä työn etenemisessä. Kokoamalla aiemmasta tietoperustasta yhteen aineiston, saatiin tehtyä lopullisen tuotoksen, joka tuli olemaan seksuaalikasvatuksen opas vanhempien tueksi ja se on löydettävissä pdf-tiedostona internetistä.



Kuvio 1. Kehittämistyön vaiheet

Kuviossa 1 näkyy, että suunnitteluvaihe on opinnäytetyön ensimmäinen vaihe. Aihe saatiin opinnäytetyön ohjaajalta, joka toimii seksuaaliterveyden työryhmän jäsenenä ja he olivat suunnitelleet kyseisen aiheen tilaamisen ammattikorkeakoulu opiskelijoilta. Suunnitteluvaihe aloitettiin etsimällä teoreettista tietoa kirjoista ja internetistä. Aineistoa etsittiin kirjastoinformaation kanssa Medic- sekä Cinahl- tietokannoista, liittyen lasten seksuaalikasvatukseen. Hakusanoina on käytetty muun muassa "sex education", "child", "sexual health" ja "sexuality". Perehtyminen aiheeseen on suunnitteluvaiheessa tärkeää, jotta voidaan alkaa rakentaa tuotoksesta ja opinnäytetyöstä johdonmukainen. (Kananen 2012, 47.) Tavoitteena oli tehdä opas vanhemmille, Pyörön neuvolaan sekä vapaasti löydettäväksi Kuopion kaupungin nettisivuilta.

4.2 Toteutus ja prosessin kulku

Toisessa vaiheessa eli toteutusvaiheessa kirjoitettiin asiat johdonmukaisesti opinnäytetyöhön sekä suunniteltiin ja toteutettiin opasta seksuaaliterveyden työryhmälle. Jotta toinen vaihe onnistuisi, ensimmäisen vaiheen tulee olla huolella suunniteltu. Tässä vaiheessa aloitettiin toteuttaa kaikkia opinnäytetyöprojektiin kuuluvia velvoitteita tapaamisista työryhmän kanssa sekä oppaan laatimista. (Kananen 2012, 47.)

Työsuunnitelmaa aloitettiin tekemään sekä yhdessä että erikseen Google Docsin kautta. Kun työsuunnitelma oli hyväksytty, esitettiin suunnitelma seksuaaliterveyden työryhmälle, joka sisälsi myös oppaan raakaversioon. Teoriatiedon, tutkimusten ja työryhmän kokouksessa esille nostettujen kehittämissideoiden pohjalta aloitettiin kokoamaan tulevaa opasta. Työryhmä nosti esille vanhempien osuuden oppaassa ja toivoivat, että tehdään vanhemmille suunnattu kysely, mitä opas käsittelee ja sisältäisi. Kuopion kaupungille laitettiin tutkimuslupa menemään ja sillä välin, kun lupaa oltiin käsittelemässä, tehtiin valmiiksi kyselylomakkeen vanhemmille neuvolaan jaettavaksi. Luvan saamisessa kesti kauan ja kaupunki olisi vaatinut luvan menevän eettisen lautakunnan kautta, mikä olisi hidastanut työskentelyä tuotoksen parissa. Yhdessä ohjaajan kanssa todettiin, että luovutaan tästä ideasta järjestää vanhemmille kysely ja jatketaan niin, kuin oli alun perin suunniteltu.

Vastoinkäymisten ja odotteluiden jälkeen, aloitettiin työstämään opasta. Ensimmäinen versio lähetettiin ohjaajalle arvioitavaksi. Saatiin kehittämissideoita, joita jäätettiin miettimään kesän 2017 ajaksi. Kesä vietettiin eri paikkakunnilla töitä tehden, joten opinnäytetyö jäi tauolle sen ajaksi. Syksyllä 2017 tavattiin yhdessä ohjaajan kanssa ja keskusteltiin, miten työtä jatketaan tästä eteenpäin. Oppas pyrittiin tekemään valmiiksi mahdollisimman pian, jotta se saataisiin testiin valitsemille kohdehenkilöille. Opinnäytetyön tekstiosuutta työstettiin oppaan rinnalla ja käytiin ABC-pajassa tarkastele-massa äidinkielen osuutta työssä. Oppaan kuvat on saatu nettisivustolta Pixabay, jossa kuvat ovat vapaasti käytettävissä eikä niiden lähettä tarvitse merkitä.

4.3 Opinnäytetyön ja tuotoksen arviointi

Kolmas vaihe piti sisällään arviointivaiheen ja silloin opasta arvioivat valitut kohdehenkilöt. Kohdehenkilöiksi valittiin sellaiset henkilöt, kenellä olisi näkemystä aiheeseen. Työtä arvioivat alle vuoden ikäisen perheen ensimmäisen lapsen vanhemmat, lastentarhaopettaja, neuvolan työntekijä sekä oppaan visuaalisuutta arvioi muotoilualan opiskelija. Kohdehenkilöiden palaute oli positiivista ja lapsiperheille suuntaavaa. Ideoita saatiin muun muassa fonttien tarkasteluun, oppaan ilmeen pehmentämiseen ja seksuaalisuuden tarkempaan esilletuomiseen. Lisäksi opettajat sekä opponoiijat antoivat opinnäytetyöstä viimehetken kommentteja, mitä voitaisiin vielä tehdä toisin lopulliseen palautettavaan työhön. Tässä kohtaa työtä ja opasta voidaan vielä muokata, mikäli niissä nähdään puutteita. Viimeinen vaihe on julkaisuvaihe, joka tarkoittaa valmiin opinnäytetyön julkaisemista ja sen käyttöönottoa julkisesti. (Kananen 2012, 47). Julkaisuvaiheessa opas annetaan Kuopion kaupungille ja työryhmälle käyttöön ja he julkaisevat oppaan omilla verkkosivuillaan. Pyörön neuvola käyttää myös opasta työnsä ohella. Valmis opas esitetään seksuaaliterveydenedistämisen työryhmälle.

5 KEHITTÄMISTYÖN AIKATAULU

Taulukossa 1 kuvataan kehittämistyön etenemisen vaiheet ja aikataulu. Tarkoituksena on noudattaa aikataulua niin hyvin kuin suinkin pystyy, ottaen huomioon, että opinnäytetyötä tehdään suurimman osan ajasta etätyöskentelynä erilaisista syistä, kuten harjoittelujaksoista johtuen. Tarkoituksen ja aikataulun mukaisesti valmis opinnäytetyö ja opas julkaistiin syksyllä 2017.

TAULUKKO 1. Kehittämistyön aikataulu ja vaiheet

Aikataulu	Kehittämistyön vaihe
Syyskuu 2016	Valmis aihekuvaus Aihekuvauksen esittely
Lokakuu 2016	Työsuunnitelman tekoa
Marraskuu 2016	Työsuunnitelman viimeistely
Joulukuu 2016	Oppaan suunnittelua Hyväksytty työsuunnitelma - Sopimus
Tammikuu 2017	Työsuunnitelman ja oppaan raakaversioon esittäminen työryhmälle
Helmi-Maaliskuu 2017	Oppaan tekoa
Syyskuu 2017	Oppaan viimeistely Oppaan testaus
Lokakuu 2017	ABC-pajat Opinnäytetyön viimeistely
Marras-Joulukuu 2017	Valmiin työn esittäminen Kypsyysnäyte Valmiin tuotoksen esitys työryhmälle

Taulukossa 2. kuvataan kehittämistyön riskienhallinta analyysi eli SWOT-analyysi. Analyysiin on koottu työn vahvuuksia ja heikkouksia, joita on kehittämistyötä tehdessä kohdattu tai tulittiin kohtaamaan. Analyysiä varten pohdittiin myös mahdollisia mahdollisuuksia ja uhkia työlle. Työn valmistuttua pohdittiin, miten hyvin kyseisen analyysin osa-alueet näkyivät työssä. Vahvuuksien osalta oli työtä pohdittu oikein. Aiheen kiinnostavuus ja hyvä parityöskentely auttoivat vaikeuksien kautta voittoon. Lisäksi ohjaajan antama palaute ja asiantuntijuus auttoivat kehittämistyön sekä tuotoksen teossa. Kehittämistyön heikkoutena pidetty kielitaito näkyi siinä, että vain toinen työn tekijä hallitsi englanninkielentaidon paremmin ja suomensi kansainväliset lähteet sekä kokosi yhteen englanninkielisen tiivistelmän. Aiheen rajaus oli myös heikkoutena, mutta ei sinänsä näkynyt työtä tehdessä, koska loppujen lopuksi päädyttiin nopeasti pysyvään päätökseen. Etätyöskentely näkyi yhtenä heikkoutena työssä, koska tapaamisia niin parin kuin ohjaajan kanssa ei voitu toisella paikkakunnalla

olevien harjoitteluiden tai töiden vuoksi järjestää. Ohjaajaan kanssa onnistui hyvin yhteistyö ja ohjausta saatiin sopivissa määrin.

Mahdollisuuden ja uhkien näkyvyyttä ei pystytä ennustamaan, mutta tuotoksesta saatiin hyvä työväline niin työn tekijöille, vanhemmille sekä itse tilaajalle. Sitä ei pystytä ennustamaan, miten seksuaalikasvatuksen tärkeys nousee esille kotona tai tuleeko se ikinä poistamaan seksuaalisuuden tabua kotona, mutta tähän on ainakin pyritty kehittämistyön ja oppaan myötä. Uhkina näkyi se, että 0–10-vuotiaiden seksuaalikasvatuksesta tai seksuaalisuudesta oli vähän tutkimustietoa. Suurin osa lapsiin kohdistuva tutkimustieto oli tehty murrosikäisille. Opas toivottavasti herättää vanhempien keskuudessa mielenkiintoa ja halua tuoda kotona seksuaalikasvatusta esille lastensa kanssa.

Taulukko 2. SWOT-analyysi

<p>Vahvuudet</p> <ul style="list-style-type: none"> Kiinnostus aiheeseen Eri alojen vahvuudet Hyvä parityöskentely Ohjaajan oma asiantuntemus aiheesta 	<p>Heikkoudet</p> <ul style="list-style-type: none"> Kielitaito Tarkka aiheen rajaus Parityöskentely etänä suurimmaksi osaksi Ohjaajaan yhteyden saaminen välissä hankalaa
<p>Mahdollisuudet</p> <ul style="list-style-type: none"> Hyvä työväline työtämme ajatellen Tärkeä apuväline vanhemmille Opas voi poistaa seksuaalisuus tabun kotona Seksuaalisuuden tärkeyden esille tuominen Alle 10-vuotiaiden lapsuudesta turvaaminen 	<p>Uhat</p> <ul style="list-style-type: none"> Vähäinen tutkimustieto Mielenkiinnon syöttäminen vanhemmille aiheeseen Vanhemmat eivät lue opasta Oppaasta mahdollisimman ytimekäs ja houkutteleva

6 POHDINTA

6.1 Eettisyys ja luotettavuus

Etiikka lapsiin keskittyvässä hoitotyössä sekä kasvatuksessa tarkoittaa sitä, että lapsi on pääosassa. Tärkeintä on, että lapsi itse kokee hyvää oloa sekä on tietoinen omasta terveydestään. Lapsen päätöksenteko ja vastuun ottaminen omasta terveydestä on kuitenkin rajallinen, joten vanhempien osuus lapsen kasvussa ja kehityksessä on tärkeää. (Leino-Kilpi ja Välimäki, 2014, 218.) Kätilötyön eettisissä ohjeissa perustana on ihmiskäsitys ja -arvo. Opinnäytetyötä ajatellen esille nousee myös kätilön arvoihin ja periaatteisiin liittyvä terveys- ja perhekeskeisyys. Lähtökohtana ovat asiakkaan omat voimavarat sekä esiintyminen yksilönä sekä perheensä jäsenenä. Pidetään huolta, että perhe saa kaiken mahdollisen tuen ja tiedon, mitä se tarvitsee. (Suomen kätilöliitto 2004, 6-7.)

Työn eettisiä ongelmia ovat, miten vanhempi kohtaa lapsensa yksilönä ja antaa hänelle hänen piirteisiinsä sopivaa seksuaalikasvatusta ja muistaa myös lapselle sopivan seksuaalisuuden tukemisen myöhemmälle iälle saakka. Vanhempien kuuluu saada lapsi tuntemaan hyväksyntää ja tukea hänelle kehittyvää vahvaa minäkuvan muodostumista. Sosiaalisen median osuus lapsen kehityksessä ja miten se tulisi ottaa huomioon seksuaalikasvatuksessa.

Hoitotyön ongelmana on myös se, miten ammattilaiset kohtaavat perheen lapsen seksuaalisuuteen liittyvissä asioissa, jotka voivat olla jollekin perheelle vaikeita käsitellä. Hoitotyön osaamisvaatimukset sisältävät itsenäisen päätöksenteon ja terveyden sekä hyvinvoinnin edistämisen, jotka olemme ottaneet työtämme tehdessä huomioon. Myös eettisyyden hallitsemisen sekä edistämisen on hoitotyön tärkeimpiä ammatillisia osaamisvaatimuksia, joita olemme työssämme kuljettaneet mukamme alusta loppuun. (Savonia 2017.)

Luotettavuutta mitataan validiteetin ja reliabiliteetin avulla. Validiteetilla mitataan, onko työn sisältö se, mikä on ollut alkuperäinen tarkoitus. Tämä tarkoittaa työn kohdalla sitä, että aineistoa on etsitty aiheeseen liittyvästä kirjallisuudesta sekä tutkimuksista. Ulkoinen validiteetti kertoo, onko työstä hyötyä kohderyhmälle. Työmme on ensisijaisesti tehty kohderyhmälle eli alle 10-vuotiaiden vanhemmille, mutta tuotos on kaikkien löydettävissä internetistä. Reliabiliteetti viittaa tulosten pysyvyyteen. Työ on koottu aiheeseen liittyvästä aineistosta, joten tuotoksessa ei ole aiheesta sivuavia tietoja. Tuotoksen toimivuutta ja sisältöä on esiteltävä valituilla kohdehenkilöillä. Heidän ammattinsa ja sosiaalinen tilanteensa viittaa tuotoksen kohderyhmään eli alle 10-vuotiaisiin. (Kankkunen ja Vehviläinen-Julkunen 2009, 152-154.)

Työn luotettavuus näkyy siinä, että käytetään mahdollisimman uutta kirjallisuutta sekä etsitään tutkimustietoa vain meidän ikäryhmään kuuluvista tutkimuksista. Tutkimustieto on rajattu myös niin, että se on mahdollisimman uutta tietoa. Tiedon paikkansapitävyytenä selvitämme, onko tieto fakta tutkimus vai kenties mielipide. Mielipiteen kohdalla täytyy olla tarkkana ja katsoa pohjautuuko se tutkittuun teoreettiseen tietoon, vai onko se jonkin perustelematon mielipide. Lähdeaineistoa tutkitaan tarkasti ja etsitään siitä luotettavat piirteet tiedon paikkansapitävyydelle. (eNorssi 2016.)

6.2 Kehittämistyön prosessin ja tuotoksen arviointia

Kehittämistyön tekeminen oli mielenkiintoista kyseisen aiheen vuoksi. Alle 10-vuotiaiden seksuaalisuudesta ei juurikaan puhuta ja myös sen takia aiheesta ei löytynyt paljoa tutkittua tietoa. Kehittämistyön teossa nousi monia hankaluuksia esille, kuten harjoittelut toisella paikkakunnalla ja sen vuoksi yhteisen ajan löytäminen kehittämistyön tekemiseen oli vähissä. Työskentely onnistui kuitenkin hyvin myös etätyönä, koska halusimme samoja asioita näkyvän työssä ja meillä oli tarkka näkökulma, miten haluamme työssä edetä. Luottamus toisiimme näkyi vahvasti siinä, että annoimme vapaat kädet toiselle lisätä tekstiä tai muokata ulkoasua oman mielen mukaan.

Vaikeuksia työn tekemiseen tuotti myöskin tutkimusluvan hakeminen. Tilaajat toivoivat meidän tekevän kyselyn alle 10-vuotiaiden vanhemmille seksuaalikasvatuksesta, mutta olisimme joutuneet odottamaan tutkimuslupaa sen verran kauan, että päädyimme yhdessä ohjaajan kanssa jatkamaan työtä ilman kyselyn tekoa. Oman ohjaajamme asiantuntijuus aiheessa auttoi myös prosessissa. Ohjaus työtämme kohtaan onnistui asiantuntevasti ja saimme hyviä ohjeita, jos niitä kaipasimme. Kehittämistyön teko ei kesällä edistynyt eteenpäin, kun molemmat työskentelivät eri paikkakunnilla. Olemme kuitenkin tyytyväisiä nykyiseen työhömmä ja uskomme siitä löytyvän riittävästi aiheeseen liittyvää aineistoa, minkä avulla oli mukava lähteä työstämään työmme tuotosta.

Tuotoksen tekeminen aloitettiin kerätyn aineiston pohjalta. Kokosimme yhteen tarvittavat tiedot ja pohdimme, millaisia asioita vanhemmat haluaisivat lukea työstämme. Kumpikaan meistä ei ole hyvä tietokoneiden kanssa, ja siksi oppaan luominen pelkän word-tiedoston avulla oli välillä hankalaa. Lisäksi kummallakin oli oma näkemys oppaan suhteen ja siksi tuli välillä tehdä kompromisseja, mitä oppaaseen laitetaan ja miltä se näyttäisi. Kuitenkin pääasiana oppaassa oli se, että halusimme siitä helppolukuisen vanhemmille sekä visuaalisesti mielenkiintoisen, koska kyse on kuitenkin lapsiperheistä. Välillä tuntui, että opas jää vajaaksi seksuaalikasvatuksen osalta, mutta uskomme sen myös johtuvan siitä, että tutkittua tietoa aiheesta oli rajallisesti ja asiat menivät paljon ristiin löydettyissä lähteissä. Pyrimme oppaassa positiiviseen ilmapiiriin ja neutraaleihin ilmaisiin. Pyysimme mielipiteitä ja arviointia oppaasta valitsemiltamme ulkopuolisilta henkilöiltä, jotka olivat ammattinsa puolesta lasten kanssa tekemisissä, lapsiperheeltä sekä oppaan visuaaliseen ilmeeseen meille antoi vinkkejä muotoilun opiskelija. Teimme viimeisiä korjauksia heidän kehitysideoidensa perusteella ja kaiken kaikkiaan olemme tyytyväisiä työn ulkonäköön ja sisältöön.

Myöhemmin, kun opas julkaistaan Kuopion Kaupungin verkkosivuilla, olisi mielenkiintoista nähdä esimerkiksi kävijälaskurista oppaan käytön määrää. Toivomme kovasti, että opas otetaan käyttöön ja että neuvoloissa mainitaan tästä oppaasta kaupungin nettisivuilla. Tästä oppaasta voi myös saada myöhemmin uuden opinnäytetyön aiheen siitä, onko seksuaalikasvatus muuttunut tai onko se edelleen perheissä ”tabu”.

6.2 Ammatillinen kasvu

Kehittämistyön tekijöinä on ollut sekä sairaanhoitaja- että kättilöopiskelija, joten kummatkin ovat saaneet uutta tietoa aiheeseen liittyen. Toisella meistä on ollut enemmän kokemusta pienten lasten kanssa toimimisesta sekä heidän kehityksestä. Opinnäytetyön tekeminen pitkäjänteisenä työskentelynä toi molemmille uutta kokemusta prosessityöskentelystä. Opinnäytetyömme tulee palvelemaan työelämässä varsinkin kättilöopiskelijaa lapsiperheiden parissa, mutta myöskin sairaanhoitajaopiskelijaa. Sairaanhoitajalle tämä on ollut hieman vieras sektori, mutta tyytyväisenä voi todeta, että silmät aukenivat aivan uudella lailla lapsien parissa. Tämän asian voi yleensä viedä eteenpäin työyhteisössä ja tuoda julki tärkeää asiaa lasten seksuaalisuuden turvallisessa tukemisessa ja kehittämisessä.

Kävimme opinnäytetyömme aikana muutamassa tapaamisessa pyörön neuvolassa ja seksuaalityöryhmän kokouksessa. Neuvolassa ilmeni, että tällä hetkellä seksuaalisuudesta ei juuri puhuta neuvolakäynneillä, eikä tiedetä, uskaltavatko vanhemmat edes kysyä mieltä painavista asioista. Siksi kehittämistyön tavoitteena oli myös tavoittaa neuvoloiden työntekijät (yhteistyössä Pyörön neuvola), jotta saataisiin yhdessä nostettua asiaa esille. Otamme itse ainakin täyden vastuun siitä, että tuomme seksuaalikasvatusta varmasti esille, mikäli työskentelemme lapsiperheiden parissa. Lisäksi seksuaalityöryhmän kokouksessa pääsimme opasta esittelemään, joten opinnäytetyöprosessi vahvisti moniammatillisuutta, tiimityöskentelyä sekä joustavuutta varsinkin kehittämisideoiden toteuttamisen kohdalla.

Seksuaalisuudesta puhuminen voi monille olla haastava tilanne potilaskontaktissa ja vielä enemmän, kun kyse on lapsesta ja nuoresta. Totesimme työtä tehdessä, että mitä avoimemmin seksuaalisuudesta puhutaan lapsuudessa, voi murrosiässä ilmetä aivan erilainen suhde vanhempien ja nuoren välillä. Kehittämistyön tavoitteena oli juuri nostaa tätä kyseistä suhteen luomista lapsen ja vanhemman välille.

Oma ammatillinen kasvumme näkyy kokonaisuudessaan siinä, että olemme pitäneet sairaanhoitajan ja kättilötyön ammatilliset kompetenssit eli osaamisvaatimukset mielessämme ja toteuttaneet niiden pohjalta hyvän sekä ytimekkään oppaan. Esimerkiksi kättilötyön osaamiseen kuuluu lisääntymis- ja seksuaaliterveyden edistäminen. Vaikka seksuaaliterveyden edistymistä näistä kompetensseissa viitataan naisen seksuaaliterveyteen, voi kättilö yhtä hyvin vastata myös vastasyntyneen seksuaalisuudesta, jos vanhemmat asiasta kysyvät. (Savonia, 2017.)

Etsimme myös kansainvälisistä lähteistä tietoa, joka tuntui aluksi haastavalta, mutta täydentää opinnäytetyötämme myöskin kansainvälisestä näkökulmasta luotettavaksi. Lisäksi uskaliaisuus seksuaalisuudesta puhumiseen kehittyi ja siitä tuli mielestämme täysin normaalia. Uskallamme ottaa seksuaalisuuden helpommin puheeksi pienten lasten vanhempien kanssa, koska teoriatietoa on kehittämistyön avulla tullut tietoon. Ymmärrämme miksi lapsi tekee tiettyjä asioita missäkin iässä ja, että kaikki on osa lapsen kehitystä. Työssä nousi esille turva- ja tunnetaidot, joita ei voi korostaa liikaa. Turva-

ja tunnetaidot ovat tulleet työn kautta kertauksena meille ja se liittyy hyvin lapsen seksuaalisuuden tukemiseen. Tulemme niin kätilönä kuin sairaanhoitajana kohtaamaan perheitä, ja siksi tämän tiedon perusteella osaamme avoimesti puhua vanhempien ja lasten kanssa seksuaalisuuteen liittyvistä asioista.

LÄHTEET

- AALTONEN, Jussi. 2012. Turvataitoja nuorille. Tampere: Juvenes Print – Tampereen Yliopistopaino Oy.
- DIGMA 2013a. Freudin teoria. [Verkkojulkaisu]. [Viitattu 2017-01-04]. Saatavissa: <https://moodle.amk.fi/mod/page/view.php?id=935>
- DIGMA 2013b. Plissit-malli. [Verkkojulkaisu]. [Viitattu 2017-09-21]. Saatavissa: <https://moodle.amk.fi/mod/resource/view.php?id=550>
- DUODECIM 2016. Ikätasoinen seksuaalisuus vahvistaa lapsen itsetuntemusta ja omanarvontuntoa. [Verkkojulkaisu]. [Viitattu 2016-09-13]. Saatavissa: <https://www.duodecim.fi/2016/08/10/ikatasoinen-seksuaalikasvatus-vahvistaa-lapsen-itsetuntemusta-ja-omanarvontuntoa/>
- ENORSSI 2016. Tiedon hankkiminen ja sen luotettavuuden arviointi. [Verkkojulkaisu]. [Viitattu 2016-12-13.] Saatavissa: <http://www.enorssi.fi/opetus/verkko-opetus-1/keittokirja-aloittelevalle-verkko-opettajalle/tiedon-hankkiminen-ja-sen-luotettavuuden-arviointi>
- HYVÄRINEN, Riitta. 2005. Millainen on toimiva potilasohje? Hyvä kieliasu varmistaa sanoman perillemenon. [Verkkojulkaisu.] [Viitattu 2016-11-03]. Saatavissa: http://www.duodecim-lehti.fi/web/guest/haku?p_p_id=Article_WAR_DL6_Articleportlet&p_p_lifecycle=0&Article_WAR_DL6_Articleportlet_hakusana=Millainen+on+toimiva&Article_WAR_DL6_Articleportlet_p_frompage=haku&Article_WAR_DL6_Articleportlet_viewType=viewArticle&Article_WAR_DL6_Articleportlet_tunnus=duo95167
- JAMK 2014. Tunne- ja turvataidot osaamiseksi. [Verkkojulkaisu.] Jyväskylä. [Viitattu 2017-09-21]. Saatavissa: <https://www.jamk.fi/fi/Tutkimus-ja-kehitys/projektit/Tunne--ja-turvataidot/Etusivu/>
- KANANEN, Jorma. 2012. Kehittämistutkimus opinnäytetyönä. Kehittämistutkimuksen kirjoittamisen käytännön opas. Kehittämistutkimuksen toteutus. Jyväskylä: Tampereen Yliopistopaino Oy – Juvenes Print.
- KANKKUNEN, Päivi ja VEHVILÄINEN-JULKUNEN, Katri. 2009. Tutkimus hoitotieteessä. 1.painos. Helsinki: WSOYpro OY
- KINNUNEN, Saara. 2001. Tytöt, pojat ja seksi. Hämeenlinna: Kirjapaja Oy.
- KONTULA, O., CACCIATORE, R., APTER, D., BILDJUSCHKIN, K., TÖRHÖNEN, M., KOSKI, S. ja TIILO, L. 2001. Koululaisten tiedot seksuaaliterveydestä. Helsinki. Väestöliitto Väestöntutkimuslaitos.
- LAJUNEN, Kaija, ANDELL, Minna, JALAVA, Leena, KEMPPAINEN, Kaija, PAKKANEN, Marjo ja YLENIUS-LEHTONEN, Mirja. 2010. Turvataitoja lapsile. Toinen tarkistettu painos. Helsinki: Erikoispaino Oy.
- LEINO-KILPI, Helena ja VÄLIMÄKI, Maritta. 2014. Etiikka hoitotyössä. 8.painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- MARTIN, Karin A and TORRES, Jennifer M.C. 2014. Where did I come from? US parents' and pre-school children's participation in sexual socialisation. Sex Education 14(2), 174-190.
- MORAWSKA, A., WALSH, A., GRABSKI, M. and FLETCHER, R. 2015. Parental confidence and preferences for communicating with their child about sexuality. Sex Education 15(3), 235-248.
- MUSTONEN, Anu. 2005. Lapsi ja media: käsikirjoitus. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Helsinki: Miktor.
- NEUVOLAINFO 2016. Lapsen seksuaalisuuden tukeminen ja suojaaminen. [Verkkojulkaisu.] [Viitattu 2016-12-13.] Saatavissa: <http://neuvolainfo.fi/artikkelit/lapsen-seksuaalisuuden-tukeminen-ja-suojaaminen/>

RYTTYLÄINEN, Katri ja VALKAMA, Sirpa. 2012. Seksuaalisuus hoitotyössä. 1.painos. Helsinki: Edita Prima.

SAVONIA 2017. Sairaanhoidajan ja kättilötyön ammatilliset kompetenssit. [Verkkajulkaisu]. Kuopio. [Viitattu 2017-11-04]. Saatavissa: http://webd.savonia.fi/nettiops/TK12_Sairaanhoidajan_ ja_k%C3%A4til%C3%B6n_ammattilliset_kompetenssit.pdf

STONE, N., INGMAN, R. and GIBBINS, K. 2013. 'Where do babies come from?' Barriers to early sexuality communication between parents and young children. *Sex Education* 13(2), 228-240.

SUOMEN KÄTILÖLIITTO 2004. Tiedolla, taidolla ja tunteella - kättilötyön eettiset ohjeet. [Verkkajulkaisu]. Helsinki. [Viitattu 2016-12-10]. Saatavissa: https://asiakas.kotisivukone.com/files/suomenkättilöliitto.kotisivukone.com/tiedostot/tiedolla_taidolla_tunteella.pdf

THL 2010a. Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa. [Verkkajulkaisu]. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki. [Viitattu 2016-05-21]. Saatavissa: <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80220/039844e2-c540-4e81-834e-6f11e0218246.pdf?sequence=1>

THL 2016b. Edistä, ehkäise, vaikuta. [Verkkajulkaisu]. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki. [Viitattu 2016-05-21]. Saatavissa: http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116162/THL_OPAS33_VERKKO9.3.2016.pdf?sequence=3

TORKKOLA, S., HEIKKINEN, H. ja TIAINEN, S. 2002. Potilasohjeet ymmärrettäviksi. Tampere: Tammer-Paino Oy.

VÄESTÖLIITTO 2015. Seksuaalisuuden portaat. [Verkkajulkaisu]. Helsinki. [Viitattu 2016-11-03]. Saatavissa: http://www.vaestoliitto.fi/vanhemmuus/tietoa_vanhemmille/pienten_lasten_vanhemmat/lapsijaseksuaalisuus/ikatasoinen-seksuaalikasvatus/seksuaalisuuden-portaat/

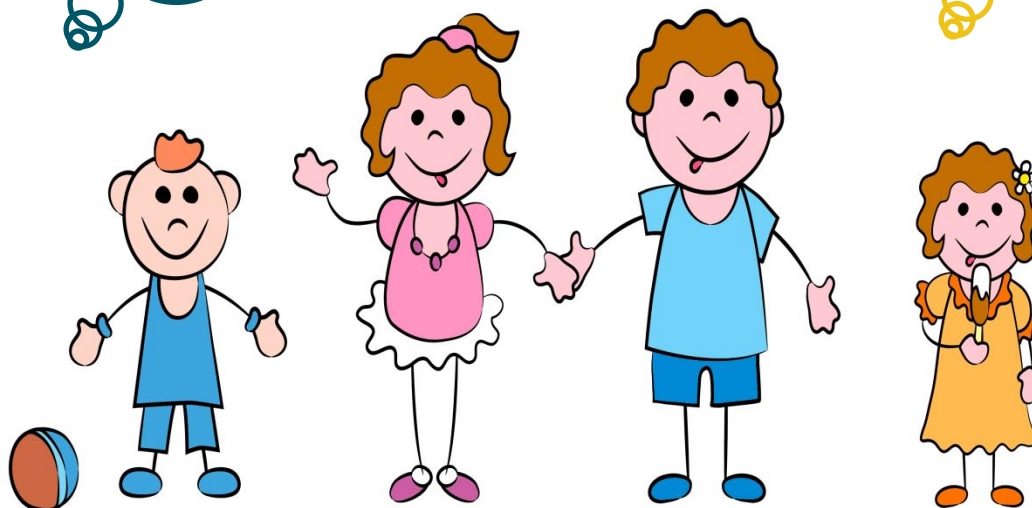
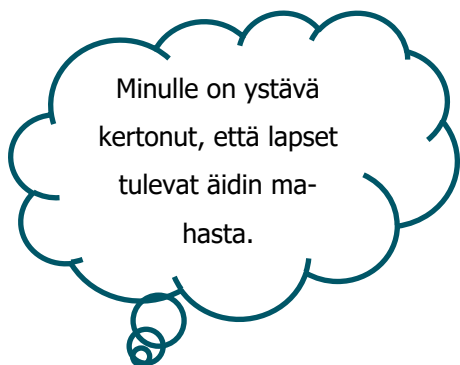
LIITE 1. TUTKIMUKSET

Tutkimuksen nimi, vuosiluku	Tekijät	Tutkimuksen aihe	Tulokset
<p>'Where do babies come from?' Barriers to early sexuality communication between parents and young people, 2013</p>	<p>Stone, Nicole Ingham, Roger Gibbins, Kate</p>	<p>Kysely 3-7- vuotaiden vanhemmille. Millainen on heidän mielestään hyvä seksuaalikasvatus? Miten media vaikuttaa? Keskityttiin kysymykseen mitä esteitä on kommunikoidessa seksuaalisuudesta.</p>	<p>Lapsia pidetään seksuaalisesti viattomina, ja sitä pyritään ylläpitämään. Aikuiset määrittelevät miten lapsi käyttäytyy, mitä he tietävät, mitä heidän tulee tietää ja miten suojella tätä "tahramatonta" vaihetta. Esille nousi vanhempien epävarmuus aiheesta ja kyseenalaistiin, että mitä hyvän seksuaalikasvatuksen tulisi sisältää. Harhaanjohtavilla vastauksilla ja puheet väärin termein saattoivat olla kytköksissä tulla seksuaalisesti hyväksikäytetyksi. Tulevaisuudessa vanhempien tulisi olla varmempia seksuaalikasvatuksen suhteen.</p>
<p>Parental confidence and preferences for communicating with their child about sexuality, 2015</p>	<p>Morawska, Alina Walsh, Anthony Grabinski, Melanie Fletcher, Renee</p>	<p>Kysely 3-10- vuotiaiden vanhemmille. Kysyttiin kolme (3) pääkysymystä:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Omat tiedot ja kokemukset seksuaalikasvatuksesta 2. Strategiat ja informaatiot lapsen seksuaalisesta kehityksestä, miten puhua lapsille aiheesta 3. Heidän mielipiteensä lapsen kasvatuksesta, millaisia keinoja vanhemmat kaipaavat 	<p>Vanhemmat olivat melko itsevarmoja omasta tiedostaan, olisivat toivoneet enemmän tietoa omilta vanhemmiltaan. Vanhempien luottavaisuus näkyi siinä, etteivät kiusoitelleet lapsiaan seksuaalisuudesta ja puhuivat asioista oikeilla termeillä. Kuitenkin keskustelun aloittaminen seksuaalisuudesta oli vanhemmille hankalaa. Vanhemmilla on tärkeä</p>

			rooli seksuaalikasvatuksessa.
Where did I come from? US parents' and preschool childrens' participation in sexual socialization, 2014	Martin, Karin A Torres, Jennifer M.C.	3-5- vuotiden vanhemmat lukivat kirjallisuutta liittyen seksuaalisuuteen. Lukuhetki nauhoitettiin.	<p>Keskusteluja läpikäydessä ilmeni, miten vanhemmat reagoivat lastensa kysymyksiin ja mietteisiin luettauan kirjallisuutta. Eri-tyistä huomiota herättivät, että miten vauva saa alkunsa.</p> <p>Nauhoituksista selvisi, että osa vanhemmista oli motivoitunut käymään keskustelua lapsensa kanssa ja vastasivat avoimesti ja rehellisesti lapsen kysymyksiin. Osasta vanhemmista huomasi, etteivät olleet omalla mukavuusalueellaan eivätkä vieneet keskustelua lapsen kanssa eteenpäin. Vanhempia pidetään isona osana lapsen seksuaalikasvatusta. Vanhemmat ovat vastuussa lastensa uteliaisuudesta ja hämmennyksestä heidän kasvaessaan.</p>

” MISTÄ NE VAUVAT TULEE?”

Opas lapsen seksuaalikasvatukselle



Tekijät:

Iiris Kivelä

Hanna Lehto

Yhteistyössä:

Savonia-ammattikorkeakoulu

Kuopion kaupunki, Seksuaaliterveyden edistämisen työryhmä

Pyörön neuvola, Kuopio



SAVONIA
AMMATTIKORKEAKOULU



Sisällys

1. Vanhemmille
2. Lapsen seksuaalisuus
3. Seksuaalikasvatus
 - 0-4-vuotiaat
 - 4-6-vuotiaat
 - 6-10-vuotiaat
4. Sosiaalisen median vaikutus
5. Lasten suusta
6. Linkkejä

Hyvät vanhemmat!

Olette varmaan joskus tulleet miettineeksi, onko vauvoilla ja alle 10 -vuotiailla seksuaalisuus osana elämää, tai nähdäänkö lapsissa seksuaalisuuden erilaisia muotoja. Vastaus on, kyllä! Seksuaalisuus kulkee jokaisen ihmisen mukana vauvasta vanhukseen ja se kehittyy koko ajan iän myötä. Seksuaalisuutta on alle 10 vuotiailla nähtävissä montaa muotoa ja niihin pääsette tutustumaan myöhemmin tässä oppaassa.

Oppaassa kerrotaan, millaista lastenne seksuaalisuus on ja miten se ilmenee eri ikäkausina. Monet vanhemmat eivät tiedä, miten antaa oikeaa seksuaalikasvatusta lapselleen, joten tämän oppaan avulla on tarkoitus antaa enemmän tietoa vanhemmille.

Lisäksi monet vanhemmat toivovat, että lapset kyselisivät heiltä mieltä painavia seksuaalisuuden asioita, mutta valitettavan usein seksuaalisuus on tabu monissa perheissä, eikä siitä voida avoimesti perheessä puhua. Siksi moni nuori, joka omistaa internet yhteyden puhelimellaan, etsii sieltä tietoa. Tässä oppaassa käsitellään myös internetin käyttöön liittyviä asioita, jotka ovat hyvä vanhempana muistaa.

Yksi oppaan tärkeimmistä asioista ovat lasten turvataidot, jotka esitellään teille vanhemmille tässä oppaassa myöhemmin. Ne teidän tulee vanhempina omaksua ja opettaa lapsillenne, jotta lapsi välttyy mahdollisilta ikäviltä tilanteilta. On tärkeä olla luottamuksellinen aikuinen henkilö, jotta lapsen on helppo lähestyä mieltä askarruttavissa asioissa.

Oppaan loppuun on koottu esimerkkikysymyksiä, joita lapsi saattaa teille esittää ja siellä myös kerrotaan, mitä kannattaa vastata, jottei lapsi saa väärää tietoa, mutta joka on kuitenkin ikäkaudelle sopivan helppoa sisäistää. Valehteleminen ei hankalissa tai noloissa kysymyksissä auta, sillä lapsi saa kuitenkin toista kautta oikeaa tietoa ja alkaa voi miettiä syytä valehtelulle. Luottamus auttaa sinua ja lapseasi myöhemmin. On hyvä muistaa, että jokainen lapsi on yksilö ja toimia hänen kanssaan sen mukaan.

Viimeisenä oppaasta löydätte sivun erilaisia linkkejä, joista voitte käydä etsimässä lisää kiinnostavaa materiaalia seksuaalisuudesta!

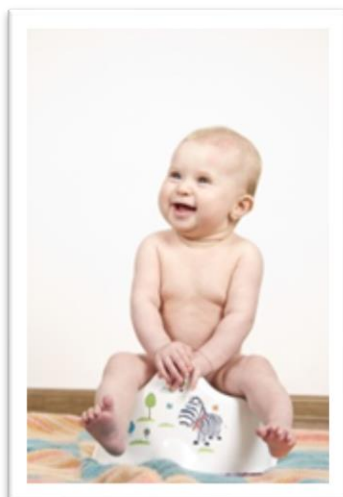
2. Lapsen seksuaalisuus

WHO määrittelee seksuaalisuuden olevan osa luonnollista ihmisen kehitystä. Se on keskeinen osa ihmisen kaikissa elämän vaiheissa ja käsittää sukupuoli-identiteetin, sukupuoliroolit ja mielihyvän. Seksuaalisia kokemuksia ja sen ilmenemismuotoja ovat pienet ajatukset ja teot, uskomukset, halut ja asenteet. Seksuaalisuus muotoutuu ympäristön ja vastakkaisen osapuolen kanssa vuorovaikutuksessa.

Seksuaalisuus on aistillinen kokemus, johon pohja luodaan jo vauvaiässä. Nautinnon elämyksiä saadaan jo tässä varhaisessa vaiheessa äidin rinnalla olemisesta ja vanhempien sylistä. Varhaiset kokemukset niin yhdessäolosta kuin läheisyydestä ovat seksuaalisuuden perusta lapsen elämässä.



Lasten kymmenen ensimmäistä vuotta sisältää omaan kehoon tutustumista sekä erilaisista seksuaalisuuteen liittyvistä kysymyksistä. Lapsi tulee nopeasti huomaamaan miehen ja naisen fyysiset erot ja näin oman kehon tutkiminen kiinnostaa.



3. Seksuaalikasvatus

Seksuaalikasvatuksella tarkoitetaan kognitiivista eli tiedollista, sosiaalista ja vuorovaikutteista oppimista. Seksuaalikasvatuksen tulee alkaa jo varhaislapsuudessa ja jatkua läpi nuoruuden ja aikuisuuden. Lasten kohdalla tavoitteena on suojella ja tukea seksuaalista kehitystä. Seksuaalikasvatuksella on omat periaatteet mihin kasvatuksella halutaan perustua. Kasvatuksen tulee olla ikään sopivaan, jossa otetaan huomioon lapsen kehitystaso sekä kyky käsitellä asioita.

Lasten seksuaalisuuden tukeminen on osa kodin antamaa turvaa kasvuvaiheessa. Lapsien, ikävuosiltaan 0-10- vuotiaiden seksuaalisuuteen liittyy vahvasti itsetunnon kehittyminen, oma kehonkuva sekä tunnetaidot. Lapsen seksuaalisuus on omaan kehoon, läheisyyteen sekä muihin omiin oikeuksiin ja tunteisiin liittyvää tutkimusta ja kokeilua

0-4-vuotiaat

Lapsesi:

- Keskittyy aisteihinsa
- Tutkii omaa kehoaan
- Tutustuu itseensä
- On utelias
- Vertailee itseään muihin
- Sukupuoli-identiteetti muodostuu



4-6-vuotiaat

Lapsesi:

- Luo ystävyssuhteita
- On kiinnostunut vauvan alkuperästä ja esittää siihen liittyviä kysymyksiä
- Voi itsetyydyttää eli unnuttaa
- Voi kokea ihastumisen tunteita
- Voi oppia sinulta sopivaa seksuaalisuuteen liittyvää sanastoa



6-10-vuotiaat

Lapsesi:

- Voi ihailia vastakkaista sukupuolta olevaa vanhempaa
- Voi kokea mustasukkaisuutta
- Murrosiän muutokset voivat alkaa
- Miettii mitä muut ajattelevat hänestä
- Voi tulkita sukupuolieroja
- Vauvojen alkuperä alkaa kiehtomaan
- Viihtyy samaa sukupuolta olevien toisten lasten kanssa
- voi puhua "tyttö- ja poikapöppöistä"



Lapsi saa seksuaalisuuden perustan varhaislapsuudessaan hyväksynnän ja arvostuksen kautta vanhemmiltaan. Tällöin lapsi saa tärkeän huomion seksuaalisuudesta; Minkä arvoinen olen? Entäpä missä menee kunnioituksen raja? Kunnioitusta omasta kehosta sekä toisen koskemattomuudesta on syytä opettaa lapselle seksuaalisuudesta. Myös sopivat ja sopimattomat teot ja sanat on hyvä tuoda ilmi aina lapsen ikätason huomioon ottaen.

Turvaohjeet ovat tärkeä osa seksuaalikasvatusta. Jokaisen vanhemmat tulisi lapsen kasvaessa ja ymmärtäessä opettaa perinteiset turvaohjeet, jotka käsittelevät epämiellyttävää tilannetta, kuten kadulla oleva mies tarjoaa karkkeja tai koulussa saa inhottavaa koskettelua. Lapsen tulee tietää, millainen kosketus on hyvästä ja mikä ei. Lapselle tulee myös kertoa, että kuka tahansa ei saa kosketella häntä. Lapsen tulisi tällöin osata sanoa ei ja postua paikalta.



Kuva 2. (JAMK, 2014.)

4. Sosiaalisen median vaikutus

Nykyäänä sosiaalinen media on iso osa lapsuutta. Lapsi huomaa, että sosiaalisessa mediassa on runsaasti tietoa ja se on helposti saatavissa, joten hän etsii tietonsa ensisijaisesti internetin tai matkapuhelimen kautta. Se tieto, mitä lapsi löytää, voi olla vääristynyttä ja harhaanjohtavaa. Näitä tietoja ja mielikuvia tulisi oikaista, jotta lapsi saisi terveen kuvan seksuaalisuudesta.

Sosiaalisen median hyvät puolet lapsellesi:

- *Yhteydenpito kavereihin*
- *Virittää mielikuvista*
- *Ideoita leikkeihin*
- *Tarjoaa monipuolista oppimisympäristöä*
- *Lisää luovaa ajattelua*
- *Löytää tietoa omista mielenkiinnon kohteista esimerkiksi harrastuksista*
- *Opettaa monipuoliseksi tietokoneen käyttäjäksi*

Huomioi nämä sosiaalisen median käytössä:

- *Sovi lapsen kanssa, kuinka kauan hän saa viettää sosiaalisen median parissa*
- *Lapsella tulee olla muitakin virikkeitä kuin sosiaalinen media*
- *Vanhempana perehdy tietoturvaan*
- *Rajoita alle kouluikäisen uutisten katselua*
- *Seksi- ja väkivaltakohtaukset saattavat aiheuttaa painajaisia*
- *Vanhempana voit määritellä/rajoittaa, millä sivuilla lapsesi pääsee käymään*

5. Lasten suusta

Lasten suusta voi tulla hämmentäviäkin kysymyksiä ja aikuisen saattaa olla hankala vastata niihin. Tähän osioon on koottu yleisimpiä kysymyksiä, joista lapset saattavat olla kiinnostuneita. Sinä vanhempana voit ottaa näistä vastauksista esimerkkejä ja soveltaa niiden mukaan lapsen ikäkaudelle sopiva vastaus hänen kysymykseensä. Kysymykset ovat miettineet opinnäytetyön tekijät ja vastauksiin on saatu vinkkejä työssä käytetyistä lähteistä sekä oppaan arvioijilta.

Mistä vauvat tulevat?

Miten vauva saadaan alulle?

Vauva kasvaa äidin eräänlaisessa vauvapussissa eli kohdussa. Sieltä se syntyy äidin "vauvareiästä". Vauva saa alkunsa, kun äiti ja isä oikein kovasti rakastavat toisiaan ja haluavat olla toistensa lähellä. Isän vauvasiemenet menevät äidin "vauvareikään" ja näin vauva alkaa kasvaa.

Kuulin koulussa sanan seksi, mitä se on?

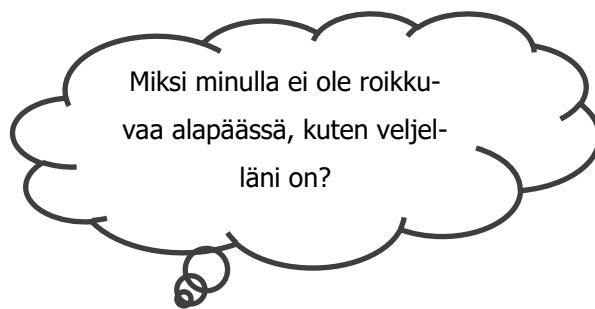
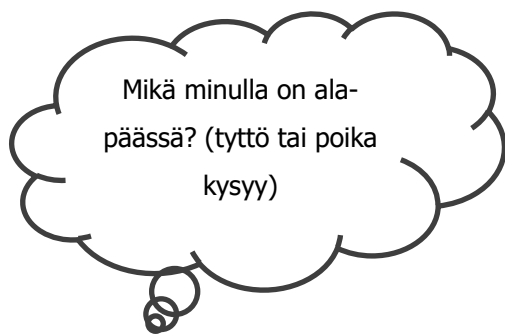
Näin, kun äiti ja isä olivat peiton alla ja käskivät mennä pois. Mitä he siellä tekivät?

Kahden ihmisen välistä hellyydenosoitusta. Seksi voi myös johtaa siihen, että isä laittaa vauvasiemeniä äidin "vauvareikään". Jos vanhemmat oikein kovasti rakastavat toisiaan, he osoittavat hellyyttä toisille ja haluavat pitää toisista hyvää huolta.

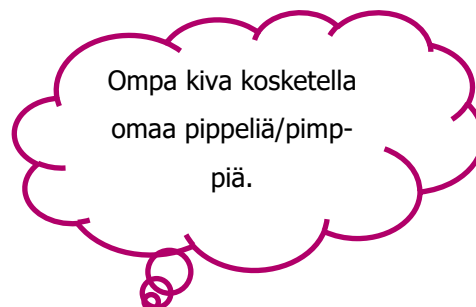
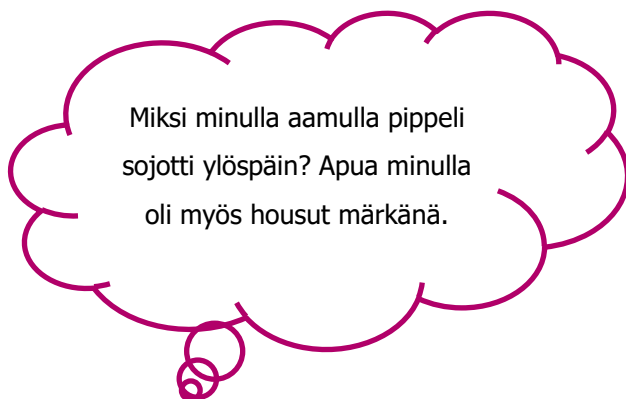
Äiti, miksi sinulla on isommat rinnat kuin minulla?

Miksei minulla ole samanlaisia tummia karvoja, kuin sinulla?

Murrosiässä eli noin 10 -ikävuoden jälkeen alkaa kehitys naiseksi ja mieheksi. Silloin kaikille tytöille alkaa muodostua naisellisia muotoja, kuten rinnat. Myöskin karvoitus alkaa kasvaa sekä tytöille että pojille.



Tytöillä ja pojilla on erilaiset sukupuolielimet. Tyttöillä on omat ainutlaatuiset sukupuolielimet. Tyttöjen sukupuolielintä voi kutsua esimerkiksi pimpiksi tai etupyllyksi. Poikien sukupuolielintä voi kutsua esimerkiksi pippeliksi.



Pojilla tapahtuu toisinaan sukupuolielimessä muutoksia, kuten koon kasvua ja siemensyöksyä eli pippelin virtsaputkesta tulee hieman vaaleaa eritettä, joka ei ole vaarallista. Se tekee hyvää oloa ja kuuluu normaaliin kasvuun ja vanhenemiseen.

Oman sukupuolielimen koskettelu on oman kehon tutkimista ja koskettelua (unnutusta). Se saattaa tuottaa nautintoa, eikä ole väärin. On kuitenkin suotavaa tehdä kyseisiä tutkimuksia omassa rauhassa, eikä yleisillä paikoilla muiden nähden. Jokaisella on ainutlaatuinen sukupuolielin, jota ei tarvitse turhaan muille esitellä.

6. Linkkejä

Oppaan loppuun on koottu hyödyllisiä linkkejä, joista löydät lisää tietoa itseäsi kiinnostavista aiheista.

Turvataitoja nuorille

www.thl.fi/kasvunkumppanit/turvataitojanuorille

Tulosta juliste turvataidoista

https://www.vaestoliitto.fi/vanhemmuus/tietoa_vanhemmille/pienten_lasten_vanhemmat/lapsijaseksuaalisuus/tulosta-juliste-turvataidoista/

Lasten kasvu ja kehitys ikävuosittain

<https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/>

Lapsen seksuaalinen kehitys

http://www.hus.fi/sairaanhoito/lasten-sairaanhoito/lastenpsykiatria/lasten_seks_hyv_kaytto/Tietoa/seksuaalinen_kehitys/Sivut/default.aspx

Miksi seksuaalikasvattaa alle kouluikäistä?

http://www.vaestoliitto.fi/vanhemmuus/tietoa_vanhemmille/pienten_lasten_vanhemmat/lapsijaseksuaalisuus/miksi-seksuaalikasvattaa-alle-ko/

Keho on leikki

https://www.vaestoliitto.fi/vanhemmuus/tietoa_vanhemmille/pienten_lasten_vanhemmat/lapsijaseksuaalisuus/keho-on-leikki/