

**SEKSUAALINEN HÄIRINTÄ SOSIAALISESSA MEDIASSA –
OPPITUNTI 9.-LUOKKALAISILLE**



Ammattikorkeakoulututkinnon opinnäytetyö

Hämeenlinnan korkeakoulukeskus

Hoitotyön koulutus, terveydenhoitaja

Kevät 2019

Miia Härkönen

Hoitotyön koulutus
Terveydenhoitaja
Hämeenlinnan korkeakoulukeskus

Tekijä	Miia Härkönen	Vuosi 2019
Työn nimi	Seksuaalinen häirintä sosiaalisessa mediassa – oppitunti 9.-luokkalaisille	
Työn ohjaaja	Henna Tyni	

TIIVISTELMÄ

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa oppitunti 9.-luokkalaisille aiheesta seksuaalinen häirintä sosiaalisessa mediassa. Opinnäytetyön tavoitteena oli edistää nuorten seksuaaliterveyttä, tuottamalla heille tietoa ja osaamista toimia oikein kohdatessa seksuaalista häirintää sosiaalisessa mediassa. Oppitunnin jälkeen nuoret olisivat tietoisempia seksuaalioikeuksistaan, he osaisivat puolustaa omia oikeuksiaan sekä kunnioittaa toisten oikeuksia, tunnistaisivat seksuaalisesti häiritsevän käyttäytymisen ja osaisivat ilmoittaa siitä. Työn tilaajaksi valikoitui Hämeenlinnan kaupungin perhe- ja sosiaalipalvelut. Työelämän yhteistyökumppanina toimi Hämeenlinnalaisen yläkoulun terveydenhoitaja.

Työn tietoperustassa käsiteltiin nuoruusvaihetta, murrosiän muutoksia ja nuorten seksuaalikäyttäytymistä sekä avattiin käsitteet sosiaalinen media ja seksuaalinen häirintä nuorten näkökulmasta. Lisäksi perehdyttiin ryhmänohjaukseen ja oppitunnin järjestämiseen. Työn toiminnallinen osuus jaettiin raportissa suunnitelma-, toteutus- ja arviointivaiheisiin. Lähdemateriaalina käytettiin alan kirjallisuutta, tutkimuksia, asiantuntijoiden artikkeleita sekä luotettavia verkkolähteitä.

Oppitunnin asiasisältö pohjautui opinnäytetyön tietoperustaan. Oppitunti toteutettiin Hämeenlinnassa yläkoululla maaliskuussa 2019. Oppilaiden ja tilaajan antaman palautteen perusteella oppitunti oli tarpeellinen ja hyödyllinen. Se antoi nuorille uutta tietoa siitä, kuinka toimia kohdatessa seksuaalista häirintää sosiaalisessa mediassa. Oppitunnin runkona toiminut PowerPoint-esitys jää Hämeenlinnan kaupungin perhe- ja sosiaalipalveluiden yksikön käyttöön, jotta alueen kouluterveydenhoitajat voivat hyödyntää sitä jatkossa opetusmateriaalina.

Avainsanat nuoret, seksuaalisuus, seksuaalinen häirintä, sosiaalinen media

Sivut 49 sivua, joista liitteitä 12 sivua

Degree Programme in Nursing
Public Health Nursing
Hämeenlinna University Centre

Author	Miia Härkönen	Year 2019
Subject	Sexual harassment in social media – A lesson for 9 th graders	
Supervisor	Henna Tyni	

ABSTRACT

The purpose of this practice based Bachelor's thesis was to organize a lesson for 9th graders about sexual harassment in social media. The aim of this thesis was to improve sexual health of the adolescents by developing their knowledge and know-how when faced with sexual harassment in social media. The aim was adolescents with more awareness of their sexual rights, ability to defend their rights and respect those of others, ability to recognise sexual harassment and knowledge how to report it. The City of Hämeenlinna Family and Social Services Department became the commissioner of the thesis. The thesis was carried out in co-operation with a school nurse of an upper comprehensive school in Hämeenlinna.

The theoretical framework of the thesis discussed youth, changes of puberty and sexual behaviour of adolescents. In addition, the concepts of social media and sexual harassment were explained and they were reflected on from the adolescents' point of view. In the theoretical framework group guidance and lesson planning were also discussed. The practice based part of the thesis was divided into planning, execution and evaluation. The sources used in the thesis consist of literature, research, expert articles and reliable internet sources.

The contents for the lesson were gathered from the data of the theoretical framework. The lesson was carried out in an upper comprehensive school in Hämeenlinna in March 2019. According to the feedback, the lesson was important and useful. The adolescents learned what to do when faced with sexual harassment in social media. The PowerPoint slide show used for the lesson will remain in the City of Hämeenlinna Family and Social Services Department and can be used by the school nurses as teaching material.

Keywords adolescents, sexuality, sexual harassment, social media

Pages 49 pages including appendices 12 pages

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	1
2	NUORUUS IKÄKAUTENA	2
2.1	Nuoren fyysinen kehitys.....	2
2.2	Nuoren psyykkinen kehitys	2
2.3	Nuoren sosiaalinen kehitys	3
3	NUORTEN SEKSUAALISUUS JA SEKSUAALIKÄYTTÄYTYMINEN	3
3.1	Nuoren seksuaalinen kehitys	4
3.2	Nuorten seksuaalikäyttäytyminen	5
3.3	Nuorten seurustelusuhteet.....	7
3.4	Tunne ja turvataidot.....	7
4	SOSIAALINEN MEDIA	8
4.1	Nuoret sosiaalisessa mediassa	8
4.2	Seksuaalisuus sosiaalisessa mediassa	9
4.3	Mediaosaaminen.....	10
5	SEKSUAALINEN HÄIRINTÄ.....	11
5.1	Seksuaalioikeudet osana ihmisoikeuksia	12
5.2	Mitä seksuaalinen häirintä on?	12
5.3	Kuka häiritsee ja ketä?	13
5.4	Seksuaaliseen häirintään liittyvä lainsäädäntö	14
5.5	Seksuaalinen häirintä sosiaalisessa mediassa.....	15
5.6	Kuinka nuori voi toimia kohdatessaan seksuaalista häirintää?	16
6	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE	17
7	TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ.....	18
7.1	Ryhmän ohjaus ja opetus	18
7.2	Millainen on hyvä oppitunti?	20
7.3	Tuntisuunnitelma	21
7.4	Toteutuneen oppitunnin kuvaus.....	22
7.5	Oppilaiden palaute	23
7.6	Tilaaajan palaute	25
8	POHDINTA.....	26
8.1	Tulokset ja johtopäätökset.....	26
8.2	Tiedonhaku, eettisyys ja luotettavuus	28
8.3	Ammatillinen kasvu	30
8.4	Opinnäytetyön hyödynnettävyys ja jatkokehittämisaiheet.....	31
	LÄHTEET	32

Liitteet

Liite 1 Oppitunnin PowerPoint-diaesitys

1 JOHDANTO

Median vaikutus nykypäivän nuorten elämään on merkittävä. Sosiaalinen media on luonut niin aikuisille kuin nuorillekin paikan tutustua uusiin ihmisiin ja pitää yllä sosiaalisia suhteita. Internet tarjoaa paljon mahdollisuuksia, mutta siellä piilee myös vaaroja ja uhkia. YK:n lapsen oikeuksien sopimuksen (Unicef n.d.) mukaan kaikki alle 18-vuotiaat ovat lapsia ja sopimuksen mukaan lasta on suojeltava kaikenlaiselta hyväksikäytöltä, tapahtui se sitten internetissä tai reaali maailmassa. Lasten ja nuorten parissa tai heidän hyväkseen työskentelevien ammattilaisten tulisikin siis ymmärtää internetin ja sosiaalisen median merkitys lisääntyneessä nuoriin kohdistuneessa seksuaalisessa häirinnässä ja hyväksikäytössä. Lapset ja nuoret tarvitsevat enenevässä määrin tietoa omista oikeuksistaan sekä rohkeutta ilmoittaa heihin kohdistuvasta ei-toivotusta seksuaalikäyttäytymisestä.

Syksyllä 2017 sosiaalista mediaa kuohuttanut #Metoo -kampanja oli yksi laukaus tämän opinnäytetyön aiheen syntymiselle. Lokakuussa 2017 yhdysvaltalaisen naisnäyttelijän alulle panema kampanja levisi laajalle myös Suomessa. Kampanjassa kehoitetaan jakamaan kokemuksia seksuaalisesta häirinnästä sosiaalisessa mediassa tunnisteella #metoo. Kampanja toi esiin vaietun ja salatun häirinnän kulttuurin ympäri maailmaa ja on madaltanut kynnyksen puhua kokemuksista, joita pelko ja häpeä ovat aiemmin varjostaneet. Se ajatus, joka päällimmäisenä nousi tästä koko ilmiöstä, on asioiden ennaltaehkäisemisen tärkeys ja paras ennaltaehkäisyn kohderyhmä on tietysti lapset ja nuoret.

Tämän opinnäytetyön aiheena on nuorten kokema seksuaalinen häirintä sosiaalisessa mediassa. Se toteutetaan toiminnallisessa muodossa ja tuotoksena syntyy oppitunti 9.-luokkalaisille. Opinnäytetyön tavoitteena on antaa nuorille tietoa ja käytännön toimintatapoja avuksi kohdatessaan seksuaalista häirintää sosiaalisessa mediassa ja tällä tavoin edistää nuorten seksuaaliterveyttä. Oppitunnilla käsitellään muun muassa mediaosaaamista sekä tunne- ja turvataitoja seksuaalisen häirinnän ennaltaehkäisemiseksi.

Ymmärtääkseen tämän opinnäytetyön lähtökohtia, työn tietoperustassa käsitellään nuoruutta ikävaiheena, murrosiän muutoksia sekä nuorten seksuaalisuuden ja seksuaalikäyttäytymisen erityispiirteitä. Sosiaalisen median ja seksuaalisen häirinnän käsitteet avataan ja niitä pohditaan erityisesti nuorten näkökulmasta. Tietoperustassa kerrotaan myös ryhmänohjauksesta, koska se on tärkeä taito oppituntia suunniteltaessa ja toteuttaessa. Työn keskeisiä käsitteitä ovat nuoruus, seksuaalisuus, seksuaalinen häirintä ja sosiaalinen media. Toiminnallinen osuus on raportissa jaettu suunnittelu-, toteutus- ja arviointivaiheisiin.

2 NUORUUS IKÄKAUTENA

Nuorisolain (1285/2016 § 3) mukaan kaikki alle 29-vuotiaat henkilöt ovat nuoria. Suomalaisen Lääkäriseura Duodecimin konsensuslausuma (Kaivosoja ym. 2010, 4) määrittää nuoruusiän ajoittuvan ikävuosiin 13-22. Nuoruus on elämänvaihe lapsuudesta aikuisuuteen siirryttäessä ja sen keskeisenä päämääränä on saavuttaa itsenäisyys. Nuoruuskehitykseen kuuluu oleellisesti keskushermoston voimakas kehittyminen, ruumiillinen kasvu ja kehitys, hormonaaliset muutokset sekä muutokset tunne-elämässä, ajattelussa, ihmissuhteissa ja käyttäytymisessä. (Kaivosoja ym. 2010, 4.)

2.1 Nuoren fyysinen kehitys

Puberteetti eli murrosikä alkaa HPG-akselin eli hypotalamuksen, aivolisäkkeen ja sukurauhasten muodostaman ketjun kypsyamisprosessista ja jatkuu monimuotoisena kasvuna ja kehityksenä päättyen lisääntymiskykyisyyden saavuttamiseen (Sinkkonen 2010, 24; Nurmi, Ahonen, Lyytinen, Lyytinen, Pulkkinen & Ruoppila 2015, 144). Murrosikä alkaa keskimäärin 12-vuotiaana. Sen alkamisajankohta on kuitenkin hyvin yksilöllinen 10-16 ikävuoden välillä. (Nurmiranta, Leppämäki & Horppu 2009, 73.)

Tytöillä estrogeenin eli naishormonin pitoisuuden lisääntyminen vaikuttaa rintojen kasvuun, kohdun kehittymiseen, sukupuolielinten kasvuun, lantion pyöristymiseen sekä painon lisääntymiseen. Kuukautiset alkavat keskimäärin 13-vuotiaana. Ne ovat aluksi epäsäännölliset, eikä niihin liity vielä munasolun irtoamista. (Nurmiranta ym. 2009, 73.)

Poikien puberteettiin kuuluu testosteronin eli mieshormonin pitoisuuden lisääntymisen vaikuttamana kivesten ja peniksen kehittyminen, siemensyöksyt sekä äänenmurros. Siemensyöksyjen alettua pojat ovat jo sukukypsiä. Pojilla sekä tytöillä kehittyy kainalo- ja häpykarvoitus sekä hien ja talin erityys lisääntyy. Puberteettiin kuuluvan kasvupyrähdyksen saa aikaan lisääntynyt kasvuhormonin tuotanto. Nuori voi kasvaa pituutta jopa 10-15cm vuodessa. (Nurmiranta ym. 2009, 73.)

2.2 Nuoren psyykinen kehitys

Nuoruudessa koetut muutokset voivat olla hyvin hämmentäviä ja mullistavia. Lapsena itsestä muodostetut käsitykset rakentuvat ja muokkaantuvat. (Nurmiranta ym. 2009, 75.) Nuoruusiässä ajattelutaidot kehittyvät merkittävästi ja vaikuttavat muun muassa nuoren minäkuvaan, maailmankuvaan, moraalisiin ja tulevaisuuden suunnitteluun (Nurmi ym. 2015, 146-147).

Yksi nuoruuden kehityshaasteista on löytää oma yksilöllisyys ja erillisyyks. Nuori muodostaa käsityksen siitä, millainen ympäristö haluaisi hänen olevan ja millainen hän itse haluaisi olla. (Nurmiranta ym. 2009, 76.) Nuori

etsii omaa identiteettiään ja pystyy näkemään itsensä jo monesta eri näkökulmasta. Hän kokeilee ja valikoi eri vaihtoehtoja jäsentääkseen omaa identiteettiään. (MLL n.d.)

Nuoren mieliala voi vaihdella rajustikin, mutta kaikilla murrosikä ei ole rajua kuohuntaa (Nurmiranta ym. 2009, 77). Omien tunteiden hallitsemisen ja sietämisen harjoittelu kuuluu nuoruuteen. Epäonnistumisiin on tärkeä opetella suhtautumaan, koska ne kuuluvat elämään. Omien tunteiden hallinta auttaa parantamaan itsetuntemusta. Esimerkiksi aggression hallitsemiseen tarvitaan sietokykyä pettymyksen, häpeän ja ahdistuksen tunteille. (MLL n.d.)

2.3 Nuoren sosiaalinen kehitys

Nuoren sosiaalinen kehitys näkyy vahvasti ystävyysuhteissa sekä suhteissa vanhempiin. Murrosiässä ystävyysuhteet korostuvat ja suhde vanhempiin muuttuu ristiriitaiseksi. Suhteen laatu vanhempiin vaikuttaa merkittävästi nuoren hyvinvointiin. Itsenäistymisestä huolimatta nuori tarvitsee yhä vanhempiaan monessa asiassa. Perushuollon ja rahan lisäksi nuori tarvitsee ohjausta, tukea ja yhdessäoloa. (Nurmiranta ym. 2009, 86-87.)

Vanhempien soveltamat kasvatuskäytännöt ovat monin tavoin yhteydessä nuoren ajatteluun ja toimintatapoihin. Kotona annetun kasvatuksen ja toimintamallien lisäksi nuoren kehitykseen vaikuttavat kavereilta omaksutut mallit, toimintatavat ja ajatukset. Nuoret valitsevat ystävikseen itsensä kaltaisia ihmisiä. (Nurmi ym. 2015, 148.)

Tiiviit ja pysyvät ystävyysuhteet ovat oleellisia nuoren sosiaalisen kehityksen kannalta. Nuoruuden ystävyysuhteet ovat harjoittelua tulevia ihmissuhteita varten. Ne kehittävät nuoren ajattelua ja tunne-elämän taitoja. Myös kyky ajatella ja eläytyä toisen tunteisiin kehittyy ystävyysuhteiden kautta. (Nurmiranta ym. 2009, 87.)

3 NUORTEN SEKSUAALISUUS JA SEKSUAALIKÄYTTÄYTYMINEN

Seksuaalisuus on ihmisyyden keskeinen osa, johon sisältyy sukupuoli, sukupuoli-identiteetit ja sukupuoliroolit, seksuaalinen suuntautuminen, erotiikka, mielihyvä, seksuaaliset suhteet sekä lisääntyminen. Seksuaalisuus ilmenee muun muassa ajatuksina, asenteina, arvoina, käyttäytymisenä, seksuaalisuuden harjoittamisena ja suhteina. Kaikkia näitä seksuaalisuuden ulottuvuuksia ei aina koeta tai ilmenetä. Seksuaalisuuteen vuorovaikuttavat biologiset, psykologiset, sosiaaliset, taloudelliset, poliittiset, kulttuurilliset, eettiset, historialliset, lailliset, uskonnolliset ja hengelliset tekijät. (Who n.d.)

Seksuaalisuus on ihmisen terveyden osa ja seksuaaliterveyden huomiointi kuuluu kokonaisvaltaiseen terveyden edistämiseen. Jokainen nuori on vapaa määrittelemään omalta osaltaan, mitä seksuaalisuus hänelle tarkoittaa ja mikä sen merkitys on hänen elämässään. Parhaimmillaan seksuaalisuus on voimavara ja tärkeä hyvinvoinnin osa nuoren elämässä, vaikka toiminnallinen seksi ei olisi hänelle vielä ajankohtaista. Nuorten seksuaalisuuteen liittyviä ajankohtaisia aiheita ovat muun muassa murrosiän ja nuoruuden kehitys ja kehitystehtävät sekä raskauden ja seksitautien ehkäisy. (Santalahti 2018.)

3.1 Nuoren seksuaalinen kehitys

Yksilön seksuaalisuus koostuu kolmesta tärkeästä kerroksesta, jotka ovat järki, tunne ja biologia. Nuoren seksuaalista kehitystä tapahtuu jatkuvasti tiedon ja ymmärryksen lisääntyessä, tunne-elämän portaita pitkin kulkien sekä biologisten muutosten kautta. Järjen kerros sisältää tietoisien prosessoinnin, joka tarkoittaa asenteiden muokkautumista, kokemuksellista tietoa ja uuden oppimista. Lapsuuden järkiperäinen tieto muuttuu nuoruudessa tunnetäyteiseksi omaksi kokemukseksi. Tunteen kerroksella ystävyyssuhteet ja ihastumiset suuntaavat nuorta itsenäistymistä kohti. Oman tunnekuohunsa läpikäymällä nuori oppii itsearvostusta ja -ymmärrystä. Biologian kerroksella nuori muuttuu lapsesta sukukypsäksi aikuiseksi murrosiän avulla. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 19-20.)

Opetushallituksen ja Väestöliiton yhteistyössä tuottamassa Seksuaalisuuden portaat -oppaassa käsitellään seksuaalista kehitystä ja itsenäistymistä erityisesti tunteiden kautta. Malli antaa lapselle ja nuorelle keinoja kehittää omia tunne- ja vuorovaikutustaitojaan sekä itsensä suojaamisen ymmärrystä. Seksuaalisuuden portaat – mallissa on yhteensä yksitoista portasta, joista nuoruuden elämänvaiheeseen asettuu kohdat neljästä yhteentoista. (Santalahti 2017.)

Seksuaalisuuden portaiden neljäs porras sijoittuu noin 6-12 ikävuoden välille. Tällä portaalla lapsi valitsee ihailunsa kohteen lähipiirinsä ulkopuolelta ja haaveilee parisuhteesta esimerkiksi julkisuuden henkilön kanssa. Ajatus jonkun tunnetun henkilön rakkaudesta lasta kohtaan vahvistaa tämän itsetuntoa ja uskoa siihen, että voisi tulevaisuudessa saavuttaa parisuhteen. Kaukorakkaus on turvallista koska se ei vaadi mitään, mutta antaa lapselle paljon. Tällä portaalla seksuaalinen nautinto voidaan kokea itse-tyytytyksen kautta, mutta asiasta fantasioiminen ei tarkoita toivetta sen toteutumisesta todellisuudessa. Lapsi tietää idolirakkauden olevan leikkiä ja kuvitelmaa. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 63-64, 67.)

Viidennellä portaalla lapsi kohdistaa ihastuksen tunteen tuttuun ikätoveriin. Tämä tapahtuu tavallisimmin 8-13-vuotiaana. Rakastettu ikätoveri tuntuu erityiseltä ja tärkeältä ja lapsen toive tulla itse oikeasti valituksi rakkauden kohteeksi kasvaa. Tunne on ristiriitainen ja sen haluaisi samalla sa-

lata sekä osoittaa. Lapsi opettelee tunteiden ilmaisun kontrollointia. Läheisyys kohteen kanssa kiehtoo, mutta on vasta haaveen tasolla. Oma seksuaalinen identiteetti alkaa hahmottumaan. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 69, 72.)

Kuudennella portaalla 9-14-vuotias lapsi uskaltaa puhua rakkauden tunteestaan läheisimmille ystävilleen ja toivoo saavansa hyväksyntää omalle tunnekokemukselleen. Samalla hän opettelee, miten tunteista puhutaan yhteisössä ja ympäristön vahvistaessa lapsen suuntaa, hänen rohkeutensa kasvaa ja minäkuva vahvistuu. Lapsi kokee kelpaavansa parisuhteen osapuoleksi. Seitsemännellä portaalla rakastumisen tunne on tuttu ja itselle hyväksytty ja lapsi uskaltaa kertoa tunteistaan rakkauden kohteelleen. Kun hän uskaltautuu toimimaan, hän kokee osaavansa itse solmia parisuhteen valitsemansa kumppanin kanssa. Samaan aikaan tämä 10-15-vuotias lapsi kokee murrosiän aiheuttamat muutokset ja voimakkaat mielen myllerrykset. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 75, 85.)

Ihastunut lapsi tai nuori uskaltaa tavoitella kosketusta kahdeksannella portaalla. Tässä ikävaiheessa 12-16-vuotiaana harjoitellaan seurustelua ja opetellaan, kuinka erosta selviytyy. Monen kehitysaikatauluun kuuluu jo seksuaaliset kiihottumiset sekä jännitteiden purkaminen itsetyydytyksen avulla. Yhdeksännellä portaalla noin 14-18-vuotiaana nuorella herää halu tutustua suutelemiseen. Ihastuksen ollessa samalla portaalla, tehdään yhdessä ensiaskeleita seksuaaliseen kontaktiin suutelulla ja vartalon hyväilyllä. Nuoren on osattava hallita järjen, tunteen ja biologian kerrokset, eli ilmaista mitä haluaa ja mihin on valmis. Hänen on myös kyettävä kunnioittamaan toisen viestejä. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 93, 101.)

Noin 15-20-vuotiaana nuori on kymmenennellä portaalla ja on valmis jakamaan seksuaalista nautintoa kumppanin kanssa. Hän osaa kuunnella itseään ja arvioi haluaako todella sitä mitä tekee. Fyysinen hyväily kumppanin kanssa lähentää paria myös ajatusten tasolla ja lisää tunteiden myrskyä. Tämä porras on seksuaalisten viestien ja kommunikaation opettelua. Yhdestoista porras koetaan keskimäärin 16-25-vuotiaana. Silloin yleensä koetaan olevansa tarpeeksi kypsiä seksin harrastamiseen. Nuori on yleensä jo tunnistanut oman seksuaalisen identiteettinsä ja rakastelulla tavoitellaan uudenlaista mielihyvää ja yhteyttä kumppaniin. Nuori tunnistaa ja osaa kunnioittaa omia ja toisen rajoja ja huolehtii ehkäisystä. (Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2015, 109, 117.)

3.2 Nuorten seksuaalikäyttäytyminen

Seksuaalikäyttäytyminen muodostuu kulttuurin, uskonnon, lainsäädännön ja sosiaalisten arvojen pohjalta (Falah Hassani 2010, 65). Nuorten seksuaalikäyttäytyminen on kokenut viime vuosikymmenten aikana paljon muutoksia. Nuoret ovat vapaampia itsensä toteuttamiseen ja tehostuneen seksuaalikasvatuksen myötä nuorten tiedon taso on parantunut. Seurustelu ja

yhdynnät aloitetaan aiemmin, mutta teiniraskaudet ja abortit ovat vähentyneet. (Kontula & Meriläinen 2007, 13.)

Yläasteikäisten nuorten seksuaalikokemukset lisääntyivät 1990-luvun puolivälistä ja vähenevät 2000-luvun vaihteen jälkeen (Puusniekka, Kivimäki & Jokela 2012, 4). Tuoreimman kouluterveyskyselyn mukaan yhdynnässä oli ollut 8.- ja 9.-luokkalaisista tytöistä 18% ja pojista 19%. Viimeisimmässä yhdynnässään ilman mitään ehkäisymenetelmää oli ollut 11% yläkouluikäisistä vastaajista. (Kouluterveyskysely 2017.)

Nuorten seksuaalikokemukset alkavat suudelmilla ja hyväilyllä jatkuen intiimiin seksuaalikäyttäytymiseen ja lopulta yhdyntään. Tyttöjen ja poikien kokemukset suutelemisesta ja vaatteiden päältä hyväilystä on lähes yhtä yleisiä, mutta tytöillä on enemmän intiimimpiä kokemuksia. Suurimmalla osalla 9.-luokkalaisista on jonkinlaisia kokemuksia seurustelusta. (Liinamo 2005, 38.)

Suojautuminen raskaudelta ja sukupuolitaudeilta on nuorten keskuudessa puutteellista. Klamydiatartuntojen määrä on kasvanut erityisesti nuorilla miehillä. Nuorten naisten klamydiatapaukset ovat silti huomattavasti yleisempiä kuin miesten. (Puusniekka, Kivimäki & Jokela 2012, 5; Kontula & Meriläinen 2007, 15-16.) Suomessa tasa-arvon toteutuminen on näkynyt tyttöjen omaksuessa aiemmin vain pojille hyväksytyjä käyttäytymistapoja, kuten esimerkiksi kondomien ostamisen ja mukana kuljettamisen helpouden. Kansainvälisesti tällainen on vielä hyvin harvinaista. (Kontula & Meriläinen 2007, 14.)

Tartuntatautirekisterin mukaan klamydiatapauksia todettiin 14 461 vuoden 2017 aikana. Tilaston mukaan 15-19-vuotiaiden tartunnat ovat vähentyneet 10 vuoden aikana, mutta tätä vanhempien ikäryhmien tartunnat ovat lisääntyneet. Tippuritartuntojen määrät ovat kasvaneet huomattavasti vuodesta 2015 alkaen. Vuoden 2017 aikana uusia tartuntoja raportoitiin 597. Miesten osuus tartunnan saaneista oli 73% ja huomattava määrä tartunnoista saatiin miesten välisestä seksistä. Suurin tartuntojen ilmaantuvuus keskittyi kuitenkin vielä yli 25-vuotiaiden ikäryhmään. (Jaakola ym. 2018, 27-28.)

Suomalaisten nuorten teiniraskaudet ja abortit ovat olleet muuhun Eurooppaan verrattuna melko harvinaisia. Nuorten raskauden keskeytykset yleistyivät 1990-luvulta kasvaen vuoteen 2002 saakka, jolloin luvut alkoivat vähentymään. Tilastojen mukaan vuonna 2002 raskaudenkeskeytyksiä oli 17,0 tuhatta 15-19 -vuotiasta naista kohden ja vuonna 2006 määrä oli laskenut lukuun 14,3. Noin viidesosa aborteista tehdään nuorille naisille. (Kontula & Meriläinen 2007, 15.)

3.3 Nuorten seurustelusuhteet

Nuoret määrittelevät seurustelun monella tavalla, eikä ystävyyden ja seurustelun välille ole luotu selvää rajaa. Vakituistakaan seurustelusuhdetta ei välttämättä mielletä vakavaksi ja suhteet jäävät useimmiten lyhytkestoisiksi. Nuorelle tärkeintä seurustelussa voikin olla vain kokemusten kerääminen. Nuori myös rakentaa seurustelusuhteessa käsitystään sukupuolestaan ja seksuaalisuudestaan. Suhteet toimivat minuutta rakentava väylänä, jossa saadaan palautetta toiselta. Seurustelussa nuorille on tärkeää läheisyys, luottamus, hyvä seura ja seksuaalisuuden opettelu. (Aaltonen 2012, 109-110.)

Internet toimii nuorille luonnollisena paikkana ihastua ja löytää seurustelukumppani. Netissä koettu ihastuminen voi tuntua jopa aidommalta, koska siellä ulkonäköpaineet eivät rajoita tutustumista. Kariutunut nettisuhde voi nuorelle olla yhtä kova paikka kuin reaali maailmassa. (Aaltonen 2012, 110.)

Parisuhteessa on pystyttävä keskustelemaan omista toiveistaan ja tunteistaan. Toisen tuntemuksia on opeteltava kuuntelemaan ja niiden ottamista kritiikkinä tulisi välttää. Toista kunnioittavalla kommunikoinnilla kumppanit oppivat ratkaisemaan ristiriitoja rakentavasti ja riitelemään turvallisesti. Omien oikeuksien tunteminen seurustelusuhteessa ei ole nuorelle aina selvää. Nuoren on tärkeä ymmärtää, mitä kuuluu hyvään parisuhteeseen ja miten se liittyy seksuaalioikeuksiin. Näin nuori havaitsee väkivaltaisen käytöksen muotoja parisuhteessa ja kumppanin hälyttävän käyttäytymisen jälkeen on helpompi irrottautua suhteesta jo aikaisessa vaiheessa. (Aaltonen 2012, 13, 113.)

3.4 Tunne ja turvataidot

Tunteet viestittävät meille siitä, mikä on hyväksi ja mikä pahaksi. Omien rajojen hahmottamista helpottaa kyky luottaa omiin tunteisiinsa. Tunteiden itsehallinta on yhteydessä lapsen luotettavaan ja ystävälliseen käytökseen ja aikuisiän tunne-elämä on yhteydessä lapsena opittuihin tunnetaitoihin. Heikko tunteiden hallinta aiheuttaa hankaluuksia elämässä. (Aaltonen 2012, 53-54.)

Rajoilla on erityinen merkitys seksuaalisuudessa. Tunne omista rajoista auttaa lasta ja nuorta ohjautumaan itseään kunnioittavalla tavalla suhteessa omaan kehoon sekä muihin ihmisiin. Rajojensa rikkomisen tunnistaa silloin, kun on luotu hyvä pohja omien rajojen tunnistamiselle. Nämä taidot luovat vahvan pohjan seksuaaliselle hyvinvoinnille ja suojaavat seksuaaliselta häirinnältä sekä hyväksikäytöltä. Tunteiden tunnistamisen kautta lapsi kuulostelee omia rajojaan ja toimii joustavasti niiden kanssa. Tunnepohjaisessa ja kunnioittavassa vuorovaikutuksessa lapsi saa kokemuksen omien rajojensa oikeudesta. Tämä opettaa häntä kunnioittamaan

myös muiden oikeuksia ja heidän asettamia rajoja. (Kallio 2015, 187; ks. myös Aaltonen 2012, 11.)

Yhteiskunnassa omaksutut sukupuoliroolit kytkeytyvät laajasti tunteiden ilmaisun sallittavuuteen. Poikien sallitut tunteet ovat liittyneet valtaan, aggressioon ja suuttumukseen, kun tytöiltä on odotettu kiltteyttä ja mukautuvuutta. Sukupuolten välistä stereotyyppien raja-aitaa tunneilmaisussa voidaan purkaa harjoittelemalla tunnetaitoja. Tunnetaitoja ovat muun muassa ongelmien ja aggression käsittelykyky, turhautumisen sieto sekä hetken mielijohteiden hallinta. (Aaltonen 2012, 57; Jalovaara 2006, 96.)

Toisen tunnetila ja oman toiminnan reaktio toisessa ihmisessä on tärkeä oppia havaitsemaan. Empatiakyvyn harjaannuttaminen auttaa nuorta havaitsemaan ei-toivottua käytöstä sekä toisen asettamia rajoja. Näin paine häirintään syylistyneen vastuunotosta kasvaa. Empatiakyvyn opettelu suojelee myös nuorta päätyvästä itse häiritsijäksi. (Aaltonen 2012, 59-60.)

4 SOSIAALINEN MEDIA

Sosiaalinen media tarkoittaa internetin uusia verkkopalveluita ja -sovelluksia, jotka saavat sisältönsä käyttäjiltään tai keräävät sen muilta sivustoilta. Sivustot rakentuvat sosiaalisista verkostoista ja yhteisöistä, joita yksilöt ja ryhmät luovat vertais- ja käyttötuotannon kautta. Perinteisestä joukkoviestinnästä sosiaalinen media eroaa siinä, että käyttäjät voivat vastaanottamisen lisäksi tehdä itse asioita, kuten kommentoida ja jakaa sisältöä. (Hintikka n.d.; Erkkola 2008, 83; Lietsala & Sirkkunen 2008, 13.)

4.1 Nuoret sosiaalisessa mediassa

Nuoret ovat internetin käytön suhteen innovatiivisia. He ottavat virtuaalisen tilan omakseen ja omaksuvat nopeasti uusia tapoja käyttää sitä. Tämä juuri tekee nuorista myös haavoittuvaisia internetissä tapahtuvalle häirinnälle. Aikuisella on harvoin pääsy nuorten nettiseikkailuihin ja siksi on tärkeää kehittää nuorten omia tietoja ja taitoja itsensä suojeluun sosiaalisessa mediassa. Sosiaalisen median riskit ovat nuorilla hyvin tiedossa, mutta riskien ja haavoittuvuuden nähdään kohdistuvan muihin, kuten nuorempiin lapsiin. (Aaltonen 2012, 23-24.)

Nuorten internetin käyttö on muuttunut yksityisemmäksi sosiaalisen median kehityksen myötä. Sosiaalisessa mediassa ollaan matkapuhelimilla sekä kannettavilla tietokoneilla omassa huoneessa. Sivustot muokataan osaksi omaa persoonaa ja itseä koskevan tiedon jakaminen on keskeinen osa sosiaalista mediaa. (Aaltonen 2012, 23.) Nuori rakentaa oman nettiniän, joka koostuu monista piirteistä. Nuoren sosiaalisessa mediassa luoma mielikuva itsestään ei välttämättä vastaa todellisuutta. Kuvavalinnoilla ja

nimimerkillä voidaan välittyvää mielikuvaa muokata halutun kaltaiseksi. Nuoret luovat kuvagallerioissa itsestään illuusioita korostaen omasta mielestään ulkonäöllisesti toivottavia asioita tai käyttäytymisen piirteitä, joita arvelevat ystäväpiirin ja muiden nuorten arvostavan. (Haasio 2013, 60.)

Tärkein syy sosiaalisen median palveluiden käyttöön on yhteydenpito sukulaisiin, ystäviin ja tuttaviiin. Yhteydenpitoa pidetään tärkeämpänä kuin uusien tuttavuuksien etsimistä tai julkisuuden henkilöiden julkaisujen seuraamista. (Pönkä 2014, 38.) Nuorten yleisimmin käytettyjä sosiaalisen median palveluja ja sovelluksia ovat Snapchat, Instagram ja WhatsApp. Vuonna 2016 tehdyn kyselytutkimuksen mukaan 13-17-vuotiaat käyttivät eniten WhatsAppia. Vuonna 2018 tehdyn selvityksen mukaan nuorista 38% kertoi käyttävänsä WhatsAppia kerran tunnissa tai useammin. Snapchatin vastaava määrä oli 72% vastaajista. Aiemmin suuressa suosiossa ollut sovellus Facebook oli 42%:lla vastaajista käytössä ei koskaan tai harvemmin kuin kerran kuukaudessa. (SoMe ja nuoret 2016; Pelastakaa lapset ry 2018, 12.)

Nykykulttuurin kauneusihanne korostaa laihuutta ja seksikkyyttä ja naisen vartalon esittämisestä on tehty aiempaa näkyvämpää ja paljastavampaa. Täyttääkseen kauneusihanteen, naisen tulisi ansaita seksuaalisuutensa kauneudella ja laihuudella. Tytöt lisäävät suosittuihin kuvapalveluihin seksuaalisesti provosoivia kuvia, joita kutsutaan myös herutuskuviksi, ja pyrkivät näin tuomaan esiin seksuaalisuuttaan. Kuvien kommentit ovat yleensä vihjailevia ja alatyylisiä. (Aaltonen 2012, 27; Haasio 2013, 60-61.)

Nuorten toisilleen lähettämiä seksuaalissävytteisiä materiaaleja kutsutaan sextingiksi. Nämä kuvat ja videot sisältävät seksuaalissävytteistä poseerausta tai ovat seksuaalisesti vihjailevia. Kuvissa nuoret ovat alasti tai paljastavissa asuissa. Sexting-viesteissä on seksuaalissävytteisiä hymiöitä, pyyntö seksuaalisesta kuvamateriaalista tai kyseisten kuvien vaihtokauppaa. Seksuaalisesti paljastavan materiaalin jakaminen lisää riskiä seksuaaliselle häirinnälle. Materiaalia jaetaan yleensä vapaaehtoisesti esimerkiksi seurustelusuhteessa ja nuoret kokevat tämän myönteisenä ja suhdetta vahvistavana. Aktiivinen ja vapaaehtoinen sexting täytyykin erottaa mahdollisesti toispuoleisesta ja vastentahtoisesta materiaalin vastaanottamisesta. (Pelastakaa lapset ry 2018, 5.)

4.2 Seksuaalisuus sosiaalisessa mediassa

Nykypäivän nuorten oppimisympäristö on laajentunut pelkästä koulumaailmasta niin populaarikulttuuriin kuin mediaankin. Lapset ja nuoret ovat tietoisempia seksistä ja seksuaalisuudesta kuin koulun seksuaalikasvatus antaa olettaa. Oppi tulee mainoksista, tv-sarjoista, nuortenlehdistä, pornosivuilta sekä muilta nettisivustoilta. (Vilkkä 2011, 112-113.)

Nykyajan mediaviihde esineellistää naisia sekä miehiä ja tätä esineellistämistä pidetään yleisesti nuoren kasvun ja kehityksen kannalta haitallisena.

Mediassa on tapana esittää käyttäytymismalleja, jotka heijastuvat usein nuorten puheeseen, ajattelutapaan ja pukeutumistyyliin. Nuorten käyttä-mässä mediassa puhutaan avoimesti seksuaalisuudesta, seksistä ja por-nosta. Nuoret eivät aina erota seksin ja pornon välistä eroa. (Vilka 2011, 112-114.)

Nyky-yhteiskunnassa meneillään oleva pornoistuminen näkyy monella kulttuurin tasolla, kuten pornoteollisuuden kasvuna, kovan pornon nou-suna valtakulttuuriin sekä asioiden seksualisoitumisena. Asenne pornogra-fiaan ja seksiin ylipäänsä on sallivampaa. Media hyödyntää tätä asenneil-mapiiriä ja samalla arkipäiväistä seksuaalisuutta ja rikkoo siihen liittyviä tabuja. (Haasio 2013, 65.)

Aikuisilta vaaditaan paljon, ettei nuori kehittyisi seksuaalisesti yksipuolisen tiedon varassa. Mediassa ongelma ei ole niinkään sen pornoistuminen, vaan pikemminkin nuorten taidottomuus lukea kaikkialle levinnyttä hete-roseksistä pehmopornoa, joka vahvistaa pääosin maskuliinisuuden pahim-pia puolia suhteessa naisiin. Se heijastaa sukupuolten, seksuaalisuuden ja vallan jakautumista nykypäivänä. (Vilka 2011, 114.)

4.3 Mediaosaaminen

Mediakasvatus tarkoittaa ihmisen tietoista harjaannuttamista median ak-tiiviseksi ja kriittiseksi käyttäjäksi. Mediakasvatus kuuluu yhtenä osa-alu-eena viestintäkasvatukseen, johon sisältyy lisäksi yksilöiden välinen vies-tintä sekä ilmaisukasvatus. Mediakasvatuksen tuottama mediataito toimii suojana median riskivaikutuksilta. Kriittistä otetta mediaan opitaan myös monipuolisten elämäkokemusten myötä. (Mustonen 2001, 32.)

Medialukutaito tarkoittaa mediaan liittyvää tietämystä, asennetta, osaa-mista ja taitoa. Se sisältää lukemisen lisäksi kirjoittamisen taidon. Interne-tin myötä tiedonvälittäminen on helpottunut. Virheellisen ja valheellisen tiedon tuottaminen ja jakaminen on lisääntynyt. Sen vuoksi tarvitaan läh-dekriittisyyttä ja kykyä erottaa luotettava tieto epäluotettavasta. (Merikivi, Myllyniemi & Salasuo n.d., 139.)

Kriittisessä mediakasvatuksessa pyritään havainnoimaan ja analysoimaan median rakenteita ja sisältöä. Ihmisen vaikutus mediasisältöihin on olen-naista huomioida, koska sisällöt eivät synny itsestään minkään koneiston tekeminä, vaan julkaisut ovat ihmisten tekemiä ja erinäisten valintojen tu-loksia. Mediasisältöihin on sidottuna yhteiskunnallinen ja historiallinen konteksti ja jokainen käyttäjä tulkitsee niitä oman kokemuksensa pohjalta. (KAVI 2015, 6.)

Mediakulttuuri on osana nykyistä elinympäristöämme ja arkeamme, joten mediataidon kehittäminen tuo edellytyksiä toimia nykyisessä mediayhteis-kunnassa. Median hallitsemiseen ei ole valmista kaikkiin tilanteisiin sopi-vaa ohjetta, joten nuorten kanssa mediasta keskustellessa on olennaista

toimia avoimessa hengessä ja kuulla heidän ajatuksiaan mediakulttuurin ulottuvuuksista. Seksuaalisuuteen liittyy mediassa niin monenlaisia elementtejä, ettei aikuisella voi olla niihin kaikkiin vastauksia. Yhdessä keskustellessa nuoren tulkinta- ja arviointitaidot kehittyvät. (KAVI 2015, 5.)

Median seksualisoitumista voidaan tarkastella representaation avulla. Se viittaa jonkin asian uudelleen esittämiseen eli todellisuuden sijaan media esittää todellisuuden kuvauksia. Esimerkiksi elokuvan seksikohtaus on esitetty kuvaus siitä, kuinka seksiä voidaan harrastaa. Esitystä tulkittaessa, siihen voidaan liittää erilaisia merkityksiä. Toisen mielestä seksikohtaus on tylsä ja toisen mielestä ihana. On myöskin eri asia, katsooko kohtausta kumppanin vai isovanhempansa kanssa. (KAVI 2015, 6.)

Koska sosiaalisessa mediassa vuorovaikutus on pelkistetympää kuin reaali maailmassa, siellä syntyy herkästi väärinkäsityksiä. Tämän vuoksi on syytä huomioida omia keskustelutapojaan. Sosiaalisen median yhteisöissä syntyy monimutkaisten vuorovaikutussuhteiden vuoksi kirjoittamattomia sääntöjä ja normeja. Näistä normeista on muodostunut yleispäteviä käytössääntöjä, joita kutsutaan nettietiketiksi tai netiketiksi. Sosiaalisen median käsikirja (Pönkä 2014, 50) ohjeistaa netiketin alkeet, johon on listattuna muun muassa seuraavia asioita:

1. Älä puhu muista pahaa.
2. Pyri kuuntelemaan ja ymmärtämään muita.
3. Seiso rehdisti sanojesi takana.
4. Kunnioita muiden asettamia rajoja ja rajaa myös oma avoimuutesi.
5. Älä laita verkkoon sellaista, mihin et haluaisi tulevaisuudessa törmätä.

5 SEKSUAALINEN HÄIRINTÄ

Seksuaaliseen häirintään liittyvät käsitteet eivät ole täysin täsmällisiä, koska tilanteet, tekijät ja tekotavat vaihtelevat niin suuresti. Arkikielessä on käytössä rinnakkain useita termejä, kuten seksuaalinen häirintä ja ahdistelu, seksuaalinen kaltoinkohtelu sekä seksuaalinen hyväksikäyttö. Myös sukupuolinen häirintä on usein liitetty seksuaaliseen häirintään, mutta sukupuolisella häirinnällä viitataan häirintään, joka loukkaa perinteisiä sukupuolinormeja ja aiheuttaa negatiivisia vaikutuksia kohteena olevan sukupuoliryhmälle. Seksuaalinen häirintä taas ei ole riippuvainen sukupuolesta, vaan suuntautuu henkilön seksuaalisiin ominaisuuksiin. (Vilkkä 2011, 34-35.) Ei-toivottu seksuaalikäyttäytyminen sisältää monia alatermejä, mutta tämä opinnäytetyö on rajattu koskemaan pelkästään seksuaalista häirintää.

5.1 Seksuaalioikeudet osana ihmisoikeuksia

Ihmisoikeudet ovat kansainvälisillä sopimuksilla taatut vapaudet ja oikeudet, jotka kuuluvat yhtäläisesti kaikille. Ne ovat jokaiselle ihmisyyden perusteella kuuluvat, koska ihmisyyteen kuuluu ihmisarvo. Ihmisoikeudet eivät salli minkäänlaista syrjintää sukupuolen, seksuaalisen suuntautumisen, sukupuoli-identiteetin tai sukupuolen ilmaisun perusteella. Ihmisoikeuksiin linkittyvillä seksuaalioikeuksilla tarkoitetaan yksilön oikeutta päättää seksuaalisuuteensa liittyvistä asioista. Jokaisella on itsemääräämisoikeus kehostaan ja seksuaalisuudestaan. Seksuaalioikeudet takaavat myös oikeuden ilmaista omaa seksuaalisuuttaan samalla kunnioittaen muiden oikeuksia. Hyvinvoinnin ja tasapainoisen elämän kannalta on tärkeää, että seksuaalioikeudet toteutuvat. (Ilmonen & Korhonen 2015, 4-6; Aaltonen 2012, 133.)

Seksuaalioikeuksille ei ole yhtä ainoaa määritelmää ja ne käsittävät laajasti seksuaalisuuteen liittyviä eri elämänalueita. Seksuaalioikeuksia käsitteleviä julkaisuja ja julistuksia ovat laatineet esimerkiksi Kansainvälinen perhe-suunnittelujärjestöjen liitto IPPF, Seksuaaliterveyden maailmanjärjestö WAS sekä Maailman terveysjärjestö WHO. Väestöliiton seksuaalioikeuksia koskevassa julkaisussa (Ilmonen & Korhonen 2015, 10) on koottu seksuaalioikeudet seitsemän kohdan listaksi, jonka mukaan kaikilla ihmisillä on:

1. Oikeus omaan seksuaalisuuteen.
2. Oikeus tietoon seksuaalisuudesta.
3. Oikeus elämään, turvallisuuteen ja ruumiilliseen koskemattomuuteen.
4. Oikeus turvallisiin ja luotettaviin seksuaaliterveyspalveluihin.
5. Oikeus tasa-arvoon ja syrjimättömyyteen.
6. Oikeus seksuaalisuuteensa liittyvään yksityisyyteen.
7. Oikeus vaikuttaa seksuaalisuuteen liittyvään päätöksentekoon.

Nuorille on erityisen tärkeää antaa tietoa seksuaalioikeuksista. Tieto seksuaalisuudesta toimii nuorten seksiin liittyvän päätöksenteon pohjana ja ilman luotettavaa tietoa vapaus tehdä itsenäisiä päätöksiä ei voi toteutua. Rajojen asettaminen ja itsensä suojeleminen helpottuu oikean tiedon avulla. Sukupuolinormit opitaan ja siirretään eteenpäin, joten seksuaalikasvatuksella on myös keskeinen rooli naisten voimaannuttamisessa. Normeja muuttamalla voidaan vaikuttaa naisten seksuaaliterveyteen ja heihin kohdistuvaan väkivaltaan. (Ilmonen & Korhonen 2015, 18-20.)

5.2 Mitä seksuaalinen häirintä on?

Seksuaalinen häirintä ja häirintä sukupuolen perusteella ovat tasa-arvolain tarkoittamaa syrjintää. Laki naisten ja miesten välisestä tasa-arvosta (609/1986 § 7) määrittelee seksuaalisen häirinnän sanalliseksi, sanattomaksi tai fyysiseksi, luonteeltaan seksuaalisesti ei-toivotuksi käytökseksi, jolla tarkoituksellisesti tai tosiasiallisesti loukataan henkilön henkistä tai

fyysistä koskemattomuutta erityisesti luomalla uhkaava, vihamielinen, halventava, nöyryyttävä tai ahdistava ilmapiiri. Rikoslain (39/1889 § 5 a) nojalla myös seksuaalinen ahdistelu on ollut rangaistavaa vuodesta 2014 lähtien. Rikoslaisissa käytetään myös termiä seksuaalinen väkivalta, joka tarkoittaa toisen ihmisen seksuaalisuutta loukkaavaa tai vahingoittavaa tekoa, joka tapahtuu ilman toisen suostumusta.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen mukaan (THL 2018) seksuaalista häirintää voivat olla esimerkiksi sukupuolisesti vihjailevat eleet tai ilmeet, vartaloa tai pukeutumista koskevat huomautukset tai kysymykset, härskit puheet, kaksimieliset vitsit, seksuaalisesti värittyneet aineistot, viestit tai puhelut, fyysinen koskettelu, sukupuoliyhteyttä tai muuta sukupuolista kanssakäymistä koskevat ehdotukset tai vaatimukset sekä raiskaus tai sen yritys.

Jokaisella on oikeus määritellä itseensä kohdistuvan käytöksen rajat. On siis yksilöllistä ja tilanteesta kiinni, mitä pidetään häirintänä ja mistä loukkaannutaan. Naiset ja miehet saattavat myös tunnistaa ilmiöt eri tavalla tilanteen mukaan, koska he suhtautuvat eri tavoin seksuaalisuuteen viitattaviin tekoihin, vitseihin ja huomautuksiin. Seksuaalisesti värittyä tasa-arvoista vitsailua ja seksuaalista häirintää ei tule sekoittaa keskenään. (Vilkkä 2011, 36.)

Seksuaalinen häirintä on vallankäyttöä, jota on vaikea tunnistaa yksittäisistä tapahtumista. Se on usein jonkin aikaa kestänyt tapahtumien sarja. Normaalisti kahdenkeskisestä vuorovaikutuksesta häirintäkokemuksen tekee häiritsevien tapahtumien toistuminen tai jatkuminen lopettamiskehoituksen jälkeenkin. Seksuaalisen häirinnän ja seksuaalisen hyväksikäytön ero taas on se, että seksuaalisessa häirinnässä katsotaan olevan kyse seksuaalisuuden avulla toteutettavan sukupuolisen ylivallan osoittamisesta toiselle. Siinä seksuaalisuus on keino eikä välttämättä toiminnan päämäärä, kuten seksuaalisessa hyväksikäytössä. (Vilkkä 2011, 36-37.)

5.3 Kuka häiritsee ja ketä?

Häirintää tapahtuu sukupuolesta riippumatta. Fyysinen häirintä kohdistuu kuitenkin useammin tyttöihin ja nuoriin naisiin. Häiritsijä on usein häirinnän kohteelle ennestään tuttu ja yleisimmin eri sukupuolta. Seksuaalivähemmistöön kuuluvat kokevat eniten seksuaalista häirintää. (Jääskeläinen, Hautakorpi, Onwen-Huma, Niittymäki, Pirttijärvi, Lempinen & Kajander 2015, 15.)

Vuonna 2012 tehdyn tasa-arvobarometrin mukaan naisten kokema seksuaalinen häirintä on lisääntynyt 2000-luvun aikana. Joka kolmas nainen ja joka kuudes mies on kokenut viimeisen kahden vuoden aikana seksuaalista häirintää. Seksuaalista häirintää kokevat yleisimmin 15-34-vuotiaat naiset. Naisten kokema seksuaalinen häirintä on ollut kaksimielisiä vitsejä, härsejä puheita sekä asiattomia vartaloon tai seksuaalisuuteen kohdistuvia

huomautuksia. Vajaassa puolessa naisten kokemasta seksuaalisesta häirinnästä tekijänä oli toiminut tuntematon henkilö. Seksuaalista häirintää oli koettu myös tuttavan, työtoverin, perheenjäsenen ja ystävän toimesta. (Kiiänmaa 2012, 65-68.)

Poliisiammattikorkeakoulun, Oikeuspoliittisen tutkimuslaitoksen ja Lastensuojelun Keskusliiton yhteistyössä tehty raportti lapsiuhritutkimuksen tuloksista antaa tietoa lapsiin kohdistuvasta väkivallasta. Raportissa kartoitetaan internetissä tai matkapuhelimella tapahtunutta kiusaamista ja häirintää sekä uhrikokemusten että tekojen tekemisen osalta. Raportin mukaan internetissä tapahtunut seksuaalinen häirintä ja ehdottelu kohdistuivat tyttöihin useammin kuin poikiin. Yleisimmät kokemukset olivat rivo kielenkäyttö ja törkeydet keskustelupalstalla. Yhdeksäsluokkalaisista noin joka viides oli kokenut tällaista häirintää viimeisen vuoden aikana. Ehdotuksia seksikkäiden kuvien lähettämisestä tai seksistä oli saanut yli viidenes tytöistä viimeisen vuoden aikana. (Ellonen, Kääriäinen, Salmi & Sariola 2008, 131.)

5.4 Seksuaaliseen häirintään liittyvä lainsäädäntö

Vuonna 1986 on Suomessa asetettu voimaan laki naisten ja miesten välisestä tasa-arvosta eli tavallisemmin tasa-arvolaki. Tasa-arvolain tarkoituksena on estää sukupuolinen häirintä ja edistää miesten ja naisten välistä tasa-arvoa. Lakiin sisältyy kolmenlaisia säännöksiä, jotka ovat syrjinnän kiellot, tasa-arvon edistämissäännökset sekä oikeussuojaa ja valvontaa koskevat säännökset. Syrjinnän kielloissa kielletään sukupuoleen liittyvä syrjintä. Myös seksuaalinen häirintä määritellään laissa syrjinnäksi. Tasa-arvolaki edellyttää oppilaitoksilta vuosittaista tasa-arvosuunnitelmaa oppilaiden tasa-arvon turvaamiseksi. (Laki naisten ja miesten välisestä tasa-arvosta 609/1986.)

Yhdenvertaisuuslaki ehkäisee syrjintää ja edistää yhdenvertaisuutta. Lain mukaan henkilön ihmisarvoa loukkaava käytös on häirintää, jos se liittyy mm. henkilön seksuaaliseen suuntautumiseen tai sukupuoleen. Oppilaitokset ovat yhdenvertaisuuslain puitteissa velvollisia huolehtimaan toimenpiteistä yhdenvertaisuuden edistämiseksi. Yhdenvertaisuuslaki asettaa myös esimerkiksi työnantajan velvolliseksi puuttua työpaikalla tapahtuvaan häirintään ja mikäli näin ei tapahdu, hän syyllistyy syrjintään. (Yhdenvertaisuuslaki 1325/2014.)

Suomen rikosoikeudellinen lainsäädäntö on määritelty rikoslaisissa. Laki määrittelee rikolliset teot ja niiden seuraamukset. Rikoslain mukaan seksuaalinen ahdistelu on kiellettyä, mutta seksuaalista häirintää laki ei kriminalisoi. Rikoslain mukaisia rangaistavia seksuaalirikoksia ovat mm. seksuaalipalvelujen ostaminen nuorelta, lapsen houkutteleva seksuaalisiin tarkoituksiin sekä sukupuolisiveellisyyttä loukkaavan lasta koskevan esityksen seuraaminen. (Rikoslaki 39/1889.)

Kunnianloukkaus on rikoslain nojalla rangaistava teko, jossa toisesta henkilöstä esitetään valheellinen tieto tai vihjaus, niin että teko aiheuttaa loukatulle vahinkoa, kärsimystä tai halveksuntaa. Valheellisen tiedon esittäminen voi tapahtua suullisesti tai kirjallisesti reaali maailmassa tai sosiaalisen median palvelussa. Kunnianloukkaus on asianomistajarikos, eli syyte voidaan nostaa vain rikoksen uhrin toimesta tämän tehdessä rikosilmoituksen. Rikoslaisa määritellään myös yksityiselämää loukkaavan tiedon levittäminen, joka eroaa kunnianloukkauksesta siten, että siinä levitetty tieto on totta. Molemmissa tapauksissa tiedon leviäminen aiheuttaa uhrille vahinkoa ja halveksuntaa. Kunnianloukkauksesta sekä yksityiselämää loukkaavan tiedon levittämisestä tuomitaan sakkorangaistukseen ja törkeästä teosta vankeuteen enintään kahdeksi vuodeksi. (Rikoslaki 39/1889.)

5.5 Seksuaalinen häirintä sosiaalisessa mediassa

Kännykät ja sosiaalinen media mahdollistavat häirinnän myös nuoren ollessa kotonaan. Nuoren sosiaalisessa mediassa kohtaama häirintä on monimuotoista ja -tasoista. Se voi olla yksittäinen seksuaalissävyyinen kommentti, ahdistelevia ehdotuksia tai hyväksikäyttöön tähtäävää manipulointia. Asiattomat kommentit ulkonäöstä, alastonkuvien pyytäminen tai niiden lähettäminen, web-kameran välityksellä näytetty itsetyydytys ja pornosivustolinkkien lähettäminen ovat sosiaalisessa mediassa tapahtuvaa seksuaalista häirintää. (Aaltonen 2012, 94, 96; Nuortennetti 2018.)

Tuoreimpien kouluterveyskyselyn tulosten mukaan 8. ja 9.-luokkalaisista tytöistä 17,6 % ja pojista 6,1 % on kokenut viimeisen vuoden aikana seksuaalista häirintää puhelimesta tai internetissä. Seksuaalista häirintää kokeneista nuorista 24,8 % olisi tarvinnut tukea kokemaansa häirintään koulun aikuisilta, mutta eivät saaneet sitä. (Kouluterveyskysely 2017.)

Helsingin virtuaalisen lähipoliisiryhmän ja Pelastakaa lapset ry:n yhteistyössä toteuttama kysely kartoitti alle 16-vuotiaiden kokemaa seksuaalista häirintää internetissä. Kysely toteutettiin neljän suomalaisen verkkoyhteisön kautta kyselylinkkiä jakamalla. Kyselyn tulosten mukaan 35% alle 16-vuotiaista vastasi tuntemattoman henkilön ehdottaneen heille seksiä netin välityksellä. Pelkkien tyttöjen vastaava osuus oli jopa 48%. Yli puolelta vastanneista tytöistä (52%) oli pyydetty internetin kautta vähäpukeisia tai alastomia kuvia. Internetissä koetusta seksuaalisesta häirinnästä noin vajaa puolet kaikista vastaajista (45%) ei kertonut siitä kenellekään. Eniten kerrottiin kaverille (48% vastaajista) ja vähiten koulun henkilökunnalle (5% vastaajista). (Helsingin virtuaalinen lähipoliisiryhmä ja Pelastakaa Lapset ry 2011, 4, 8, 10)

Pelastakaa lapset ry:n tuoreen, vuonna 2018, tehdyn selvityksen mukaan nuorista yli 30% oli nähnyt viimeisen vuoden aikana seksuaalista häirintää sosiaalisessa mediassa toisten nuorten tekemänä. Nuoret kokivat, että yleisin syy toisiin nuoriin kohdistuneessa seksuaalisessa häirinnässä oli vit-sailu. Viimeisen vuoden aikana joskus seksuaalissävyytteisiä kuvia toisilta

nuorilta oli tytöistä saanut 28% ja pojista 16%. Tytöistä 10% kertoi saavansa kuvia usein tai jatkuvasti. Selvityksen mukaan liki puolet seksuaalista häirintää kokeneista nuorista häpesi ja oli huolissaan, että tapahtunut tulisi vastaan tulevaisuudessa. (Pelastakaa lapset ry 2018, 14, 18)

Grooming on englannin kielestä käyttöön tullut sana, joka kuvaa tapahtumaketjua, jossa aikuinen valmistelee, usein sosiaalisessa mediassa, lapsen seksuaalista hyväksikäyttöä. Rikoslain nojalla lapsen houkutteleva seksuaalisiin tarkoituksiin on rangaistavaa. Houkutteluvaihe voi kestää viikkoja tai kuukausia. Tekijä esittää toista nuorta ja pyrkii vaikuttamaan mukavalta ja antaa nuorelle kehuja ja imartelua. Mukavat keskustelut vaihtuvat jossain vaiheessa seksiin tai muihin intiimeihin asioihin ja tekijä saattaa pyytää uhrilta muun muassa alastonkuvia. Nuoren harkinta voi hämärtyä mukavan uuden tuttavuuden ja keskustelujen vuoksi, eikä hän välttämättä ymmärrä mistä on sopivaa keskustella internetissä. (Väestöliitto n.d.)

Sextortion eli seksuaalisilla kuvilla kiristäminen on yksi seksuaaliseen häirintään liittyvä ilmiö sosiaalisessa mediassa. Tilanteessa nuorta kiristetään usein tämän itse ottamalla alastonkuvilla. Kiristäminen voi tapahtua yksittäisen henkilön toimesta tai se voi olla osa suurempaa rikollista toimintaa. Kiristämisen tavoitteena on saada nuori lähettämään lisää seksuaalista kuvamateriaalia. Kirittäjä uhkaa jakaa alastonkuvan sosiaaliseen mediaan tai uhrin perheelle ja häpeä ja syyllisyys saa nuoren usein suostumaan kirittäjän vaatimuksiin. (Pelastakaa lapset ry 2018, 8)

5.6 Kuinka nuori voi toimia kohdatessaan seksuaalista häirintää?

Valitettavan usein nuori ei kerro kokemastaan seksuaalisesta häirinnästä. Syyt vaieta ovat moninaisia. Nuoret pelkäävät asian torjumista tai ohittamista, aikuisen rangaistusta tai syyllistämistä siitä, että nuori olisi itse osallinen tapahtuneeseen. Koska yhteiskunta on luonut maskuliinisia uskomuksia, joiden mukaan miehen tulisi pystyä puolustamaan itseään, monet häirityt pojat pelkäävät leimautumista. Yhteiskunnassamme uhrien kokemana pelko, häpeä ja syyllisyys aiheuttavat vaikenemisen ja näin saavat tekijät jatkamaan toimintaansa. Häpeän tunne estää häirinnän esille tulon ja mitä pienempi yhteisö on, sitä vaikeampi asia on nostaa esiin. (Vilkka 2011, 86-88.)

Opetushallitus on luonut oppaan, jonka avulla seksuaalista häirintää voidaan ennaltaehkäistä ja siihen voidaan puuttua kouluissa ja oppilaitoksissa. Oppaassa (Granskog, Haanpää, Järvinen, Lahtinen, Laitinen & Turunen-Zwinger 2018, 23-24) tuodaan esiin, kuinka tärkeää on, että jokainen kouluyhteisöön kuuluva opiskelija ja aikuinen on tietoinen kyseisestä ilmiöstä ja osaa puuttua esiin tuleviin tilanteisiin. Opas tarjoaa toimintaohjeita niin koulun eri työntekijätahoille kuin huoltajille ja itse koululaisillekin. Oppaan esille tuomat toimintaohjeet ovat yleispäteviä ja näkisin, että nämä

kyseiset ohjeet toimivat niin reaali maailmassa kuin sosiaalisessa mediasakin. Opas ehdottaa nuorta toiminaan seuraavalla tavalla kohdatessaan seksuaalista häirintää:

1. Rakenna omalta osaltasi yhteisöä, jossa kaikilla on hyvä olla.
2. Kohdatessasi seksuaalista häirintää, ilmaise häiritsijälle, miltä hänen käyttöksensä sinusta tuntuu ja pyydä häntä lopettamaan.
3. Jos häirintä jatkuu kiellostasi huolimatta, ilmoita siitä luotettavalle aikuiselle, joka on velvollinen ryhtymään toimiin tietoonsa tulleen häirinnän osalta.
4. Merkitse asian käsittelyä varten muistiin häirinnän aika ja paikka, keitä tilanteessa on osallisena sekä mitä tilanteessa tapahtui. Some- tai tekstiviestit tulisi säilyttää todisteena.
5. Ilmoita aikuiselle myös silloin, kun havaitset muihin kohdistuvaa seksuaalista häirintää.

Nuoren vastuu tilanteesta päättyy siihen, kun hän ilmoittaa asiasta aikuiselle. Kun nuori tai hänen läheisensä kääntyy ammattilaisen pariin, tämän on lähdettävä selvittämään asiaa tarkemmin ja alaikäiseen kohdistunutta seksuaalirikosta epäiltäessä tehtävä lastensuojelu- tai rikosilmoitus. Nuorta tulee rohkaista kertomaan tapahtuneesta johdattelematta ja painostamatta sekä kiittää häntä luottamuksesta. Nuoren tukiverkosto tulee selvittää, jotta hän ei jää asian kanssa yksin. (Väestöliitto 2017.)

6 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa oppitunti 9.-luokkalaisille aiheesta seksuaalinen häirintä sosiaalisessa mediassa. Opinnäytetyön tavoitteena oli edistää nuorten seksuaaliterveyttä, tuottamalla heille tietoa ja osaamista toimia oikein kohdatessa seksuaalista häirintää sosiaalisessa mediassa. Oppitunnin jälkeen nuoret olisivat tietoisempia seksuaalioikeuksistaan, he osaisivat puolustaa omia oikeuksiaan sekä kunnioittaa toisten oikeuksia, tunnistaisivat seksuaalisesti häiritsevän käyttäytymisen ja osaisivat ilmoittaa siitä.

Työtä ohjaavat kysymykset: Minkälaista seksuaalista häirintää nuoret voivat kokea sosiaalisessa mediassa? Miten nuori voi toimia kohdatessaan seksuaalista häirintää sosiaalisessa mediassa?

7 TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ

Tutkimustoiminta on yksi ammattikorkeakoulujärjestelmän tehtävistä. Yliopistojen perustutkimuksen sijaan ammattikorkeakouluissa tuotetaan soveltavaa tutkimustietoa. Ammattikorkeakoulut panostavat työelämään ja alueelliseen kehittämiseen. Ammattikorkeakoulussa tuotettu tutkimustieto on käytännönläheistä, ajankohtaista ja työelämälähtöistä. Mielenkiinto kohdistuu siihen, kuinka jo tiedetty tutkimustieto sovelletaan käytännön työhön. (Vilka 2015, 16-18.)

Ammattikorkeakoulun tutkimuksellisen opinnäytetyön vaihtoehtona on toiminnallinen opinnäytetyö. Sen tavoitteena on ohjeistaminen, opastaminen, toiminnan järjestäminen tai järjeistämisen ammatillisella työkentällä. Toiminnallisesta opinnäytetyöstä syntyy aina jokin konkreettinen tuotos. Toiminnallisen opinnäytetyön voi toteuttaa esimerkiksi ohjeistuksena, oppaana, tapahtumana tai näyttelynä. Sen kriteereinä voidaan pitää käytettävyyttä kohderyhmässä, houkuttelevuutta, uutta muotoa, informatiivisuutta sekä johdonmukaisuutta ja selkeyttä. (Vilka & Airaksinen 2003, 9, 51, 53.)

Toiminnallinen opinnäytetyö tehdään aina jonkun käytettäväksi, joten työlle on asetettava kohderyhmä. Kohderyhmä rajataan yleensä iän, ammattiaseman tai henkilöstötason mukaan ja se ratkaisee työn sisällön ja laajuuden. Kohderyhmältä saatu palaute auttaa myös pohtimaan työn onnistumista, merkittävyyttä ja hyödynnettävyyttä. (Vilka & Airaksinen 2003, 38-40.)

Tämän opinnäytetyön kohderyhmäksi valikoitui 9.-luokkalaiset, koska työhön haluttiin nuorten näkökulma ja ennaltaehkäisevää toimintaa. Idea opinnäytetyön aiheesta lähti työn tekijältä ja työn tilaajaksi valikoitui Hämeenlinnan kaupungin perhe- ja sosiaalipalvelut. Työelämän yhteistyökumppanina toimi Hämeenlinnalaisen yläkoulun terveydenhoitaja. Opinnäytetyön tuotoksena syntyi PowerPoint-esityksen muodossa oleva oppitunti. Tämä opinnäytetyö vastaa ammattikorkeakoulun opinnäytetyön kriteereihin, koska se on ajankohtainen, työelämässä hyödynnettävä ja se vastaa informatiivisesti kohderyhmän tarpeisiin.

7.1 Ryhmän ohjaus ja opetus

Ryhmä muodostuu, kun vähintään kolme ihmistä ovat vuorovaikutuksessa keskenään ja heidän toimimisellaan on yhteinen tarkoitus. Kun ihmiset ovat vuorovaikutuksessa samassa toimintatilanteessa, syntyy ryhmädynamiikka. Ryhmäilmiö eli ryhmän olemus muodostuu ryhmädynamiikan tuottamista ja yksilöllisistä vaikutteista ryhmätilanteeseen. (Jauhiainen & Eskola 1994, 12, 37.)

Hyvä ja toimiva ryhmä edellyttää toistensa tuntemista ja yhteistä päämäärää tai tavoitetta. Toistensa tunteminen lisää luottamusta ja turvallisuutta ryhmässä. Hyvin toimivassa ryhmässä kuunnellaan ja kannustetaan toisia sekä annetaan tilaa erilaisille näkemyksille. Yhteisesti sovittuihin sääntöihin ja tavoitteisiin sitoudutaan. (Kyngäs, Kääriäinen, Poskiparta, Johansson, Hirvonen & Renfors 2007, 106-107.)

Ryhmä tarvitsee aina jonkun ohjaamaan ja huolehtimaan siitä. Sosiaali- ja terveydenhuoltoalalla ryhmänohjaajan rooli on usein ulkoapäin annettu ja perustuu asiantuntemukseen. Ryhmänohjaajalla on oltava tietoa ryhmänohjauksesta ja ryhmädynamiikasta sekä herkkyyttä havaita ryhmän tarpeita. Hyvä ryhmänohjaaja osaa toimia vuorovaikutuksellisesti ja poistaa kommunikaatioesteitä. Palautteen anto on tärkeä osa ryhmänohjausta. (Kyngäs ym. 2007, 107-109.) Yhdessä asetettujen tavoitteiden saavuttaminen ryhmädynamiikkaa säädellen on ryhmänohjaajan päätehtävä (Jauhainen & Eskola 1994, 34).

Opetustapahtuma on vuorovaikutteinen ja tavoitteellinen toiminto, jolla pyritään vaikuttamaan oppilaan oppimiseen ja henkilökohtaiseen kehittymiseen. Opetusmenetelmät ja opetustyylit muodostavat opetustapahtuman. Opetusmenetelmät ovat opettajan käyttämiä opetustekniikoita ja opetustyylit ovat opettajan tapa ilmaista itseään opettaessaan. Opetustyylit muodostuu opettajan identiteetistä, luonteesta ja persoonasta. (Hyppönen & Lindén 2009, 11-12.)

Esitelmän pitäminen eli luennointi on käytetyin oppitunnin opetusmenetelmä. Luento-opetuksessa opettajalla on aktiivinen rooli ja oppilaat omaksuvat tietoa passiivisesti. Varioimalla luento saadaan kuitenkin muokattua aktivoimaan oppilaita osallistuvimmiksi. Silloin oppilaat työstävät annettua tietoa yhdessä ryhmän kanssa. Luennon vahvuuksina on, että se on tarkasti suunniteltavissa ja mahdollistaa yhteyden luomisen eri asioiden välille. Opiskelijoiden näkökulmasta se on tuttu ja turvallinen tapa vastaanottaa tietoa. (Hyppönen & Lindén 2009, 45-46.)

Opetuskeskustelu on opetusmenetelmä, jota käytetään tilanteissa, joissa keskeistä on toisten mielipiteiden kuunteleminen, omien ajatusten muotoileminen, muilta oppiminen, omien keskustelutaitojen kehittäminen sekä ongelmien selvittäminen yhdessä. Opetuskeskustelun onnistuminen riippuu sekä opettajasta että oppilaista. Sen tavoitteena on esimerkiksi tilanteen analysointi ja erilaisten näkemysten kuuleminen. Opetuskeskustelu voidaan käynnistää esimerkiksi kysymyksiä esittämällä tai käyttämällä tarinaa, uutista tai videota. Menetelmän vahvuutena on se, että opettaja pääsee läheiseen vuorovaikutukseen oppilaiden kanssa ja lähemmäksi heidän omaa ajatteluaan. Keskustelun ohjaaminen vaatii kuitenkin opettajalta paljon esimerkiksi tilanneherkkyyttä. (Hyppönen & Lindén 2009, 44.)

7.2 Millainen on hyvä oppitunti?

Laakson (2008) toteuttaman pro gradu -tutkielman mukaan 9.-luokkalaiset nuoret toivovat seksuaaliopetusta koskevan oppitunnin sisältävän yhteistä keskustelua käsiteltävistä aiheista. Keskustelu tapahtuisi koko luokan kesken ääneen tai pienryhmissä. Pienryhmät mahdollistaisivat keskustelun myös herkemmistä aiheista. Vapaan kommentoinnin koettiin mahdollistavan rennomman tunti-ilmapiiirin. Toiseksi toivotuin opetusmenetelmä oli nuorten mielestä videoiden näyttäminen. Videoiden pohjalta olisi helppo virittää keskustelua ja ne olisivat mukavaa vaihtelua normaaleihin luentomuotoisiin oppitunteihin. Videoiden toivotaan olevan tuoreita, eikä niissä saa olla järkyttävää kuvamateriaalia. Lisäksi toivottiin nimettömien kysymyslappujen käyttöä sekä tosielämän esimerkkitapauksia ja niihin liittyviä ongelmanratkaisutehtäviä. (Laakso 2008, 41-43.)

Nuoret oppilaat tahtovat seksuaaliopetusta tarjoavan tahon olevan koulun ulkopuolinen henkilö, kuten terveydenhoitaja tai alan opiskelija, jolloin arkaluontoisista asioista keskusteleminen olisi helpompaa. Opettajalta toivotaan asiantuntijuutta ja nuorta ikää. Nuoreen ikään liitettiin nuorten kokemusten, nuorison puhekielen sekä nuorten seksuaalisen maailman ymmärtäminen. Nuori opettaja otettaisiin paremmin osaksi ”nuorten omaan heimoon”, joka edesauttaisi keskinäistä yhteisymmärrystä oppitunnilla. Avoimuus, varmuus, rohkaisevaisuus ja luottamuksellisuus kuvattiin opettajan parhaiksi ominaisuuksiksi. (Laakso 2008, 45-46, 48.)

Pelastakaa lapset ry:n tuoreen selvityksen mukaan nuoret kokevat tiedon sosiaalisessa mediassa tapahtuneesta seksuaalisesta häirinnästä hyödyllisenä. Joka kolmas selvityksen vastaajista koki, ettei saa tarpeeksi tietoa seksuaaliseen häirintään liittyvästä lainsäädännöstä. Nuoret kaipaavat tietoa myös siitä, kuinka ilmoittaa netissä tapahtuneesta häirinnästä. (Pelastakaa lapset ry 2018, 28.)

Kouluihin tarvitaan lisää avointa keskustelua seksuaalissävytteisen materiaalin jakamisesta ja sen haitallisista seuraamuksista. Nuoret tarvitsevat selkeää tietoa ja käytännönläheistä ohjausta, kuinka kohdata seksuaalissävytteisiä pyyntöjä ja kehotuksia sosiaalisessa mediassa. On huomioitava, että nuoret kokevat ikätovereiden pyytämät alastonkuvat melko tavanomaisena toimintana. Nuoren voi olla vaikea tunnistaa tilanne, jossa materiaalia pyytääkin tuntematon aikuinen väärinkäytettäväksi seksuaalisiin tarkoituksiin. (Pelastakaa lapset ry 2018, 32.)

Seksuaalista häirintää nuorten kanssa käsiteltäessä tulisi muistaa, että nuori lähestyy teemaa aina omien kokemustensa kautta. Jos aiheet tai harjoitteet aiheuttavat jossakin ahdistusta, tulisi ne keskeyttää ja vaihtaa kevyempään asiaan. Seksuaalisuuteen liittyvät aiheet ovat aina sensitiivisiä, joten on tärkeää, että luokan ilmapiiri on turvallinen. Keskustelussa tulisi antaa tilaa nuorten omille pohdinnoille ja kysymyksille. Aiheen purku on tärkein vaihe oppituntia, jossa käsitellään näin sensitiivisiä asioita. Lopuksi

on hyvä mainita tahoja, joiden puoleen kääntyä. On tärkeää myös tarjota jatkokäsittelyapua, jos jollakin nuorella herää tarve keskustella kahden kesken kokemuksistaan oppitunnin jälkeen. (Nuorten exit n.d.)

7.3 Tuntisuunnitelma

Oppitunnin tuntisuunnitelma rakentui opinnäytetyön teoriaosuuden pohjalta. Teoriaosuuden tarkoituksena oli avata aiheeseen liittyvät käsitteet ja tarkastella sosiaalisessa mediassa tapahtuvaa seksuaalista häirintää ilmiönä nuorten keskuudessa. Teoriaosuuden käsittely toimi myös tekijän asiantuntijuuden rakentajana. Järjestettävä oppitunti koostuu kahdesta 45 minuutin pituisesta jaksosta, joiden välissä on 15 minuutin mittainen välitunti. Oppitunnin sisältö on tuotettu PowerPoint-ohjelmalla diaesitykseksi. Oppitunnin tuntisuunnitelma on rakennettu niin, että se etenee loogisesti johdattelun ja pohdintaosuuksien kautta pääaiheeseen ja loppukäsittelyyn. Käytettäviä opetusmenetelmiä ovat muun muassa esitelmöinti ja opetuskeskustelu, koska koin nämä menetelmät sopiviksi oppituntia varten huomioiden kohderyhmän iän ja aiheen sensitiivisyyden.

Oppitunnin ensimmäinen osa alkaa tekijän esittäytymisellä sekä aiheen esittelyllä. Aiheeseen sukeltaan noin reilun minuutin mittaisella Right to choose -kampanjan videolla, jossa näyttelemisen avulla nettihäirinnän kommentteja esitetään reaali maailmassa. Videon jälkeen esitetään kaavio vuoden 2017 kouluterveyskyselyn tuloksista somessa tapahtuvan seksuaalisen häirinnän osalta, jonka tarkoituksena on tuoda esiin aiheen yleisyys kyseisessä ikäluokassa.

Teoriaosuudessa käsitellään esitelmöinnin avulla nuorten seksuaalioikeuksia sekä tunne- ja turvataitoja. Rajojen kunnioittamista ja koskettamista käydään läpi keskustelun avulla. Nuoret saavat kirjoittaa älypuhelimensa avulla esimerkkejä hyvästä ja huonosta kosketuksesta Padlet-alustalle, joka näkyy samalla luokan taululla. Flirttailusta keskustellaan arjen esimerkkitapausten avulla ja nuoret saavat keksiä yhdessä erilaisia tapoja osoittaa kiinnostusta toiseen.

Ensimmäisen osion lopussa käydään läpi, mitä seksuaalinen häirintä on ja kuinka se näyttäytyy sosiaalisessa mediassa. Sen jälkeen esitetään muutama esimerkki somessa tapahtuvasta seksuaalisesta häirinnästä ja annetaan oppilaille tehtäväksi välitunnin ajan pohtia, mitä muita esimerkkejä heillä tulee mieleen.

Välitunnin jälkeen toisen osion alussa käydään läpi oppilaiden esille tuomia esimerkkitapauksia. Tämän jälkeen käydään läpi, mitä on sexting, grooming ja sextortion ja millaisia vääränlaisia reagoitintapoja häirintää kohtaan voi tapahtua. Häirintätilanteen toimintamallit käydään tarkasti läpi, jotta ne jäävät kaikkien mieleen. Seuraavaksi käydään yhdessä läpi yleisim-

min käytettyjen puhelinsovellusten esto- ja ilmiantotoimintoja. Tämän jälkeen käydään läpi seksuaaliseen häirintään liittyvää lainsäädäntöä, joka ei ole kyselyiden mukaan kaikille nuorille tuttua.

Lopuksi katsotaan yhdessä auttavia tahoja ja nuorille jaetaan listat netti-osoitteista ja puhelinnumeroista, joihin ottaa tarvittaessa yhteyttä. Jos ylimääräistä aikaa jää, niin katsotaan lisää aiheeseen liittyviä videoita sekä uutisia ja keskustellaan niistä. Varalla on myös Kahoot-tietovisa tunnelman keventämiseksi. Lopuksi nuorilta kerätään Padlet-alustalla palaute oppitunnin hyödyllisyydestä ja opettavaisuudesta. Nuoria ohjataan olemaan yhteydessä omaan terveydenhoitajaansa, jos oppitunnin jälkeen mieltä jäi askarruttamaan omat kokemukset tai muita asioita aiheeseen liittyen.

7.4 Toteutuneen oppitunnin kuvaus

Oppitunti toteutettiin yhteistyökumppanina toimineella yläkoululla maaliskuussa 2019. Oppitunti jakautui kahteen 45 minuutin osioon, joiden välissä oli 15 minuutin pituinen välitunti. Oppitunnille osallistui koko luokka ja oppilaita oli yhteensä 13. Molemmille oppitunneille osallistui lisäksi opettaja, koulun terveydenhoitaja sekä työharjoittelussa ollut terveydenhoitajaopiskelija.

Oppilaat saapuivat ajoissa tunnille ja istuutuivat rauhassa paikoilleen. Luokan opinto-ohjaajalla oli lyhyt puheenvuoro opintoasioista tunnin alussa, jonka aikana kerkesin ottamaan tietokoneella tarvittavat materiaalin valmiiksi esille. Aloitin oppitunnin esittelemällä itseni ja kertomalla oppitunnin tarkoituksesta ja sen asiasisällöstä. Tämän jälkeen aloitin PowerPointesityksen. Oppitunti eteni sisällöltään suunnitelman mukaisesti. Joitakin esityksen dioja ja linkkejä jätin tarkoituksella näyttämättä, koska aikaa kului enemmän yhteiskeskusteluun, joka olikin tavoitteena. Molempien tuntiosuuksien lopussa tuli jonkin verran kiire, koska innoissani en tullut katsoneeksi tarpeeksi usein kelloa. Mitään oleellista ja suunniteltua ei kuitenkaan jäänyt käymättä läpi.

Oppilaat olivat ja kuuntelivat yllättävän rauhallisina tunneilla sekä osallistuivat keskusteluun. Kertaakaan ei tarvinnut ketään kehottaa kuunteluun, vaan riitti, että luokassa asteli keskenään keskustelevan pöytäseurueen luokse ja ohjasi heidät suunnatun kysymyksen avulla takaisin aiheen sisäiseen yhteiseen keskusteluun. Opettajan ja terveydenhoitajan läsnäolo varmasti myös rauhoitti oppilaita ja vähensi häiriökäyttäytymisen mahdollisuutta.

Mielestäni tekemäni tuntisuunnitelma toteutui hyvin ja tarkoin valittu sisältö toimi erinomaisesti. Lyhyen alkujännityksen jälkeen esiintyminen ja puhuminen tuntui erittäin luontevalta. Huomioin ikäryhmän eli nuorten puhetapaa ja käytin heidän ymmärtämiään termejä ja slangisanoja. Pysin käyttämään mahdollisimman paljon esimerkkejä nuorten omasta arjesta, jotta heillä olisi jotain konkreettista, johon yhdistää oppimaansa.

Koin, että osaamiseni aiheesta riitti asiantuntijuuteen ja minulla oli itsevarmuutta kohdata ja vastata oppilaiden mieltä askarruttaviin kysymyksiin aiheeseen liittyen. Huomioin hyvin ryhmää ja kuljin luokkatilassa kohdistuen kysymyksiä eri oppilaille, jotta kaikki pääsisivät tuomaan ajatuksiaan esille. Kannustin ja annoin positiivista palautetta hyvistä kommentteista ja ajatuksista. Joidenkin pohdintakysymysten jälkeen olisin voinut antaa oppilaille enemmän aikaa pohtia itsekseen ennen kuin jatkoin puhumista.

Tunnin alussa ja lopussa toteutetut janaharjoitukset nuorten tietämyksestä ja asenteista olivat hyvin antoisia vertailukohtia nuorten oppimista arvioidessa. Alussa kysyttiin muun muassa nuorten tietämystä omista seksuaalioikeuksistaan, lainsäädännöstä sekä siitä, kuinka toimia kohdattaessa seksuaalista häirintää. Nuoret jakaantuivat luokassa janalla sen mukaan, olivatko kuinka samaa vai eri mieltä väittämän kanssa. Asenteita kysyttiin esimerkiksi sillä, kuinka loukkaavaksi nuoret kokevat huorittelun ja homottelun, kuinka he kokevat pukeutumisensa vaikuttavan heihin kohdistuneeseen häirintään ja kuinka huolissaan he ovat somessa tapahtuvasta seksuaalisesta häirinnästä. Nuorilta kysyttiin myös, kuinka helppoa häirinnästä on kertoa aikuiselle tai vastaavasti kaverille. Nuoret asettuivat janalle melko lailla hypoteesieni mukaisesti eli tietämystä ensimmäiseksi mainituista kaivattiin lisää, haukkumista ei koettu kovinkaan loukkaavaksi ja aikuiselle kertominen on paljon vaikeampaa kuin kaverille. Huoli häirinnästä sekä pukeutumisen vaikuttamisen kokeminen jakaantui hyvin yksilöllisesti oppilaiden kesken. Janaharjoituksen kysymykset käytiin lopputunnista uudestaan läpi ja moni koki nyt tietävänsä enemmän oikeuksistaan, lainsäädännöstä sekä häirinnän kohtaamisen toimintamallista. Jotkut olivat myös sitä mieltä, että aikuiselle on nyt helpompi kertoa häirinnästä.

Seuraavalla kerralla rajaisin esityksestä kosketusosuuden lyhyemmäksi, koska aihe oli kuitenkin rajattu sosiaaliseen mediaan. Se toimi kuitenkin tällä kertaa hyvänä johdatteluna flirttailuun, joka oli tärkeä aihe oppitunnilla. Lisäksi karsisin janaharjoituksen kysymykset vähemmäksi, koska nuoret eivät välttämättä jaksaa keskittyä tämänkaltaisiin harjoituksiin pitkään ja ne vievät aikaa itse asialta. Oppilaille jaetut paperiset laput auttavista tahoista ja nettisivuista toteuttaisin seuraavalla kerralla digitaalisesti esimerkiksi kuvan jakamisena luokan WhatsApp-ryhmään, koska se olisi modernimpi tapa toimia ja materiaali jäisi varmemmin nuorilla talteen.

7.5 Oppilaiden palaute

Oppilailta kerättiin palaute digitaalisesti Padlet-alustan avulla. Palautekyselyssä kysyttiin oppitunnin hyödyllisyydestä, opituista asioista, oppitunnin toteutumisesta sekä kehittämis ehdotuksista. Oppilaat saivat kyselyyn linkin ja käyttivät vastaamiseen omia älypuhelimiaan. Vastaukset näkyivät reaaliajassa Padlet-alustalla ja ne olivat nimettömiä. Padletin käyttäminen on helppoa ja oppilaille ennestään tuttua, joten sen käyttöön ei tarvinnut antaa paljon ohjeistusta. Kannustin oppilaita olemaan vastauksissaan rehellisiä ja perustelemaan näkemyksensä. Nuoret olivat nopeita puhelimen

käyttäjiä ja vastasivat melko lyhyesti, joten palautteen keräämiseen meni kokonaisuudessaan alle 5 minuuttia.

Ensimmäinen kysymys koski oppitunnista saatua hyötyä nuorille eli ”Oliko oppitunti mielestäsi hyödyllinen?”. Vastauksia siihen tuli 12 kappaletta. Kaikki vastaukset olivat positiivissävyyisiä. Suurin osa vastauksista oli pelkästään ”juu” tai ”joo”-tyylisiä, mutta osa perusteli oppitunnin hyödyllisyyttä uuden oppimisella.

”Oli tosi hyvä tunti ja opin paljon”

”Juu, opin uusia asioita, ja mistä hakea apua jos siltä tuntuu”

”Juu oli!! Paljon uutta tietoa ja sillee”

Yksi vastaajista oli hieman epävarma mielipiteestään, mutta koki oppitunnin idean kuitenkin lopulta hyödylliseksi:

”Ehh emmätiedä on kai. tai idea ainaki”

Toinen kysymys oli ”Opitko jotain uutta?”. Oppilaat vastasivat oppineensa uutta tietoa seksuaaliseen häirintään liittyvästä lainsäädännöstä sekä seksuaalioikeuksista. Kaksi vastaajaa koki oppineensa vähän jotain ja yksi vastaaja ei osannut oikein sanoa kantaansa.

”Kaikennäköistä esim oikeuksista”

”Opin uutta esim laki asioista”

”Ehkä vähän joo”

”Emmäänyttiä”

Kolmannessa kysymyksessä kysyttiin ”Tiedätkö mitä tehdä kohdatessasi seksuaalista häirintää sosiaalisessa mediassa?”. Vastauksia tähän kohtaan tuli 11 eli kaksi oppilasta jätti vastaamatta. Kaikki vastaajat kertoivat tietävänsä mitä tehdä kyseisessä tilanteessa, mikä oli tietysti tavoiteltua ja erittäin positiivista.

Neljäs kysymys oli ”Mistä olisit halunnut tietää enemmän?”. Kaikki vastaajat olivat tyytyväisiä oppitunnin aiheisälttöön. Kaksi vastaajaa kommentoi sisältöä kattavaksi ja loputkin vastaajat myönsivät, etteivät keksi mitään, mistä olisivat vielä kaivanneet lisää tietoa.

”Oli aika kattavasti kaikesta jotain”

”Oli aika paljon kaikkea mitä tarvitsi”

”En oikeastaan mistään”

Viimeinen kysymys koski oppitunnin toteutumista eli ”Toteutuiko oppitunti hyvin? Mitä olisit muuttanut?”. Oppitunti koettiin pääasiassa hyvin toteutuneeksi. Muutama vastasi oppitunnin olleen jonkin verran tylsä ja luentomainen. Yksi vastasi sen olleen liian pitkä.

”Hyvin meni”

”lihan hyvin meni, ehkä hieman tylsä, sellanen luentomainen”

”Muute hyvä mut tylsä loppu”

”Oli hyvä, ehkä hieman pitkä”

Kaiken kaikkiaan oppilailta saatu palaute oli myönteistä ja oppitunti koettiin hyödylliseksi ja sisällöltään kattavaksi. Tärkeintä oli, että oppilaat saivat tietoa oikeuksistaan, lainsäädännöstä ja tietäisivät, miten toimia kohdatessaan seksuaalista häirintää somessa. Palautteen perusteella näihin tavoitteisiin päästiin. Kehittämisaikajatkona voisi viimeisen kysymyksen vastausten perusteella keskittyä oppitunnin keston lyhentämiseen sekä lakiasioiden siirtäminen oppitunnin keskivaiheille, jotta ”tylsempi” osuus ei olisi viimeisenä. Padletin käyttö palautteen keräämisessä oli mielestäni hyvä ja toimiva vaihtoehto, koska digitaalisuus on nykyaikaista ja vie vähemmän aikaa. Anonymiteetti varmisti myös rehellisen palautteenannon. Nuoret eivät tyypillisesti jaksa kirjoittaa pitkiä vastauksia, joten olin tyytyväinen saamani palautteen määrään sekä sisältöön.

7.6 Tilaajan palaute

Tämän opinnäytetyön tilaajana ja työelämäyhteistyökumppanina toimi kyseisen yhteistyökoulun terveydenhoitaja. Terveydenhoitaja osallistui toteutuneelle oppitunnille ja antoi siitä oman kirjallisen palautteensa. Palaute oli kokonaisuudessaan erittäin positiivista ja kannustavaa.

Oppitunnissa terveydenhoitaja koki erittäin onnistuneeksi muun muassa tunnin alussa olevan aiheeseen johdattelevan videon sekä janaharjoituksen, jossa kyseltiin oppilaiden ennakkotiedoista ja asenteista. PowerPointesitys oli hyvin tehty ja lisämateriaalien, kuten Padletin, käytöstä tuli positiivista palautetta. Ryhmän huomioiminen oli onnistunutta. Kiitosta sai myös tiedottaminen auttavista tahoista ja uusista sovelluksista, joita nuoret voivat hyödyntää apunaan seksuaalisen häirinnän tilanteissa. Kehittämishdotuksena esiintymiseen toivottiin enemmän rauhallisuutta ja aikaa oppilaille vastata esitettyyn kysymykseen.

Terveydenhoitajan mukaan yhteistyö opinnäytetyön tekijän kanssa sujui hyvin. Hänen mukaansa oppitunnille asetetut tavoitteet täyttyivät ja tekijän perehtyneisyys aiheeseen näkyi asiantuntijuutena. Hänen mielestään niin kouluterveydenhoitajat kuin opettajatkin voivat hyödyntää tätä opinnäytetyötä opetusmateriaalina tulevaisuudessa.

8 POHDINTA

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa oppitunti sosiaalisessa mediassa tapahtuvasta seksuaalisesta häirinnästä 9.-luokkalaisille nuorille. Tavoitteena oli edistää heidän seksuaaliterveyttään opettamalla heille tietoja ja taitoja niin, että oppitunnin jälkeen nuoret tietäisivät omista seksuaalioikeuksistaan ja osaisivat puolustaa niitä samalla kunnioittaen toisten oikeuksia. Tärkeää olisi myös oppia tunnistamaan seksuaalinen häirintä ja saada rohkeutta ilmoittaa siitä aikuiselle.

Opinnäytetyöprosessi alkoi aiheen valinnalla ja rajauksella loppuvuodesta 2017. Teoreettinen viitekehys muovautui tiedonhaun aikana, jota tein pitkään ja hartaasti läpi vuoden 2018. Teoriaosuus ehti valmistua keväällä 2019, jolloin opinnäytetyön toiminnallinen osuus oli suunniteltu toteutettavaksi. Opinnäytetyön tilaajalla ei ollut vaatimuksia työn sisällön tai toteutuksen suhteen, joten minulla oli koko prosessin ajan vapaat kädet sisällön tuottamiseen. Tämä toimi niin siunauksena kuin kirouksenakin, koska pääsin toteuttamaan itseäni ja ideoitani täysin vapaasti, mutta aiheen rajaaminen hankaloitui. Korkea työmotivaationi ja innostus aiheesta olisi laajentanut työn mahdollisuuksia suureksi, ellen olisi aktiivisesti muistutellut itseäni aiheen rajoista.

8.1 Tulokset ja johtopäätökset

Oppitunnille osallistuneiden oppilaiden palautteen perusteella opinnäytetyölle asetetut tavoitteet täyttyivät. Oppilaat kertoivat hyötynensä oppitunnista ja oppineensa uutta tietoa esimerkiksi seksuaalioikeuksista sekä seksuaaliseen häirintään liittyvästä lainsäädännöstä. Oppitunnin lopussa tekemästäni kyselystä selvisi, että nuoret kokivat oppitunnin jälkeen seksuaalisesta häirinnästä ilmoittamisen aikuiselle helpompina kuin ennen oppituntia. Jokainen oppilas myös vastasi palautteessa oppitunnin jälkeen tietävänsä, kuinka toimia kohdatessaan seksuaalista häirintää sosiaalisessa mediassa. Opinnäytetyölle asetetun kohderyhmän eli oppilaiden lisäksi työstä hyötyivät välillisesti myös oppitunnilla kuunnelleet terveydenhoitaja ja luokanopettaja, jotka saivat oppitunnista lisää tietämystä itselleen.

Seksuaalisen häirinnän ennaltaehkäisy ja siihen puuttuminen on ensiarvoisen tärkeää, koska koettu seksuaalinen häirintä vahingoittaa nuoren sek-

suaalista kehitystä ja häirintä voi pahimmillaan johtaa seksuaaliseen hyväksikäyttöön. Seksuaalista häirintää ehkäistään muuttamalla ihmisten asenteita ja ilmapiiriä. Asenteita ja ilmapiiriä muutetaan antamalla tietoa ja opettamalla taitoja ja toimintatapoja. Häirinnän vastainen ilmapiiri muodostuu, kun tiedostetaan häirinnän vääräisyys ja epäoikeudenmukaisuus. Tällöin myös kaverin puolustaminen ja häirinnästä ilmoittaminen on helpompaa. Sosiaalisessa mediassa vallitsevaa yleistä ilmapiiriä on vaikea lähteä muuttamaan, mutta yksilötasolla jokaisen miettiessä omaa käyttäytymistään toista kohtaan, päästäisiin jo pitkälle ja välttyttäisiin ikäviltä somekoh- taamisilta.

Reaalimaailman tapakulttuurin muuttamisella voidaan vaikuttaa myös nuorten somekulttuuriin. Koulujen kriittinen suhtautuminen seksuaaliseen häirintään kehittää oppilaiden omia työvälineitä kohdata seksuaalista häirintää myös muissa ympäristöissä kuten sosiaalisessa mediassa. Kouluissa yhdessä sovitut pelisäännöt ja tarkat toimintaohjeet häirintään puuttumiseksi auttavat myös koulun henkilöstöä toimimaan häirintätilanteissa oikein.

Tämän opinnäytetyön toiminnallisen osuuden diaesityksessä tuodaan esiin vääränlaisia reagointitapoja häirintään, joita tulisi systemaattisesti kitkeä pois ajatusmalleista. Vääränlaisia reagointitapoja ovat muun muassa häirinnän nimeäminen vitsiksi tai huumoriksi, häirinnän neutralisointi toteamalla nuoren hormonien vain hyrräävän tai huomion kiinnittäminen häirinnän kohteeseen viitaten tämän provosoivaan pukeutumiseen tai huumorintajuttomuuteen. Tämä osio oppitunnin diaesityksestä upposi ainakin oppitunnille osallistuneen luokanopettajan ajatuksiin. Tunnin jälkeen keskustelimme siitä, kuinka nämä ajatusmallit tulee kitkeä pois, jotta ne eivät siirtyisi sukupolvelta toiselle. Jokainen on joskus kuullut vanhan sanonnan ”rakkaudesta se hevonenkin potkii” ja sitä tarkemmin pohtiessa voikin ymmärtää, että hevosen potku tarkoittaa aina jotain ihan muuta kuin kiintymyksen osoittamista.

Vanhemmat ovat ensisijaisesti vastuussa lapsen ja nuoren seksuaalikasvatuksesta. Vanhempien ei kuitenkaan tarvitse osata ja tietää kaikkea, vaan kasvatusta ja terveysalan ammattilaiset tukevat vanhempia lapsen ja nuoren seksuaalikasvatuksessa. Lapsen ja nuoren kysymyksiin seksuaalisuudesta tulisi aina vastata rehellisesti ja tämän ikätason mukaisesti. Lapsi ei välttämättä ymmärrä vielä vaikeita käsitteitä, mutta nuorille voidaan jo puhua seksuaalisesta häirinnästä. Ensimmäinen askel seksuaalikasvatuksessa on opettaa lapselle ja nuorelle tämän oikeudesta koskemattomuuteen ja itsensä määräämisoikeuteen. Nuoret tarvitsevat tietoa tunne- ja turvataidoista, jotta he tunnistaisivat omia rajojaan loukkaavan toiminnan. Kun nuorella on selvästi määritellyt omat rajat ja vahva itsearvostus, hän on kykeneväinen puolustautumaan seksuaaliselta häirinnältä. Kohentaessaan myös empatiataitojaan, nuori pystyy välttämään itse syyllistymisen häirintään.

Sosiaalisessa mediassa tapahtuvan seksuaalisen häirinnän kitkemiseksi tarvitaan turvataitokasvatuksen lisäksi mediakasvatusta. Internetin käyttöä ei tulisi missään nimessä kieltää nuorilta, vaan aikuisten tehtävänä olisi tukea nuorten osaamista ja käyttäytymistä sosiaalisessa mediassa. Kouluihin tarvitaan lisää resursseja turvataitokasvatukseen, ihmissuhdetaitojen opettamiseen ja mediakasvatukseen. Ihmissuhdetaitojen opettelu on elämänmittainen projekti ja sitä voisi hyvin sisällyttää koulujen seksuaalikasvatukseen turvataitojen ohessa.

Kouluterveydenhuollon seksuaalikasvatustoiminnan tavoitteena on, että nuori kunnioittaa omaa ja toisten seksuaalisuutta ja itsemääräämisoikeutta ja toimii vastuullisesti seksuaalielämässään ja ihmissuhteissaan. Terveystyöntekijä on merkittävässä roolissa nuorten seksuaaliterveyden edistäjänä, koska hänen tehtävänä on tunnistaa seksuaaliterveyteen liittyviä ongelmia. Terveystyöntekijä tapaa nuoria terveystarkastuksissa, joissa tulee kartoittaa nuoren yksilöllistä tarvetta seksuaalikasvatukselle ja -neuvonnalle. Nuoreen tulee luoda luottamuksellinen suhde, jotta tämän olisi helpompaa kertoa vaikeaksi kokemiaan asioita. Terveystyöntekijä hyödyntää keskustelussa puheeksi ottamisen menetelmiä sekä kyselylomakkeita ja jaettavaa tietomateriaalia. Nuorelta tulee kysyä suoraan ikätasoisesti koetusta seksuaalisesta häirinnästä tai sen uhasta ja kouluterveydenhoitajan on selvitettävä tietoonsa tullutta seksuaalista häirintää ja tarjottava nuorelle tukea ja apua.

Seksuaalinen häirintä on arkinen ilmiö yhteiskunnassa, mutta se ei täytä riittävästi rikoksen ehtoja. Seksuaaliseen häirintään sovelletut lait ovat myös melko tulkinnanvaraisia ja monen mielestä seksuaalirikosten tuomiot eivät ole läheskään riittäviä. Seksuaalirikoslainsäädäntöä on lähdetty kehittämään viime aikoina eteenpäin ja esimerkiksi lapsen seksuaalisiin tarkoituksiin houkuttelemisen kriminalisointi on ollut hyvä askel eteenpäin lainsäädännöllisessä lastensuojelutyössä. Selvitysten mukaan nuorilla ei ole tarpeeksi tietoa seksuaaliseen häirintään liittyvästä lainsäädännöstä. Oppitunnista saamani palautteen ja tunnilla tekemäni huomion mukaan, tämä osa-alue koettiin nuorten mielestä kuitenkin tylsäksi. Lainsäädännöllisistä asioista on kuitenkin tärkeä oppia jo nuorena, koska 9.-luokkalaisten on jo rikosoikeudellisessa vastuussa ikänsä puolesta, vaikka eivät aina ymmärräkään tekojensa tai sanojensa seuraamuksia.

8.2 Tiedonhaku, eettisyys ja luotettavuus

Tiedonhaku ja tiedon rajaaminen oli tämän opinnäytetyöprosessin haastavin osuus. Seksuaalisesta häirinnästä ja sosiaalisesta mediasta löytyy erillisinä paljon tutkimuksia, mutta sosiaalisessa mediassa tapahtuva nuorten kokema seksuaalinen häirintä on vielä tuore ja melko tutkimaton osa-alue. Hyödynsin Hämeen ammattikorkeakoulun informaation osaamista ja etsimme yhdessä tutkimuksia laadukkaista tietokannoista, kuten Cinahlista, Medicistä ja Finnasta, mutta tuloksetta. Hakusanoina käytettiin *seksuaalinen häirintä ja sosiaalinen media* tai *sexual harassment and social media*.

Hakutulosten sisäänottokriteerinä oli nuoret tai yläasteikäiset, eli ulkopuolelle jäivät lapset ja aikuiset. Tärkeimpänä tiedonhakupalveluna toimi lopulta Google Scholar, josta löytyikin tuoreita selvityksiä ja tutkimuksia aiheeseen liittyen ja löytyneiden tutkimusten lähdeluetteloista nousi aina runsaasti lisää hyödynnettävää materiaalia. Esimerkiksi Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen tuottama Kouluterveyskysely on laadukas ja kattava tutkimus nuorten terveydestä ja hyvinvoinnista ja sen tuottamat tulokset nuorten kokemasta seksuaalisesta häirinnästä toimivatkin yhtenä perusteluna tämän opinnäytetyön tärkeydelle.

Opinnäytetyössä käytetyt tutkitusta tiedosta koostuvat kirja- ja internetlähteet tukevat tämän opinnäytetyön luotettavuutta. Jokaisen lähteen alkuperää ja luotettavuutta sekä kirjoittajan asiantuntijuutta on arvioitu ennen käyttöä. Työssä on pyritty käyttämään korkeintaan kymmenen vuotta vanhaa materiaalia, mutta sitä vanhempien käytettyjen materiaalin luotettavuus ja hyödyllisyys tälle työlle on tarkasti arvioitu. Aiheen sekä kohderyhmän tarkka määrittely ja rajaus lisäävät myös työn luotettavuutta.

Tämän opinnäytetyön teossa noudatettiin hyvää tieteellistä käytäntöä, eli se on tehty rehellisesti, huolellisesti ja tarkkuudella. Työn toteutusmenetelmä on tarkasti valittu aiheen ja kohderyhmän perusteella ja valintaa on perusteltu tämän työn kappaleissa 7.1. ja 7.2. Opinnäytetyön tekoa varten haettiin tutkimuslupa Hämeenlinnan kaupungilta ja oppitunnin pitämiseen saatiin lupa yhteistyökoulun rehtorilta. Oppitunnille osallistuneiden oppilaiden huoltajille lähetettiin hyvissä ajoin informatiivinen saatekirje oppitunnista ja he saivat mahdollisuuden ilmoittaa, jos oppilas ei saisi osallistua kyseiselle oppitunnille.

Tutkimustyön etiikka huomioiden oppilailta ei kerätty työtä varten taustatietoja, eikä oppitunnilla noussut esiin henkilökohtaisia kokemuksia aiheeseen liittyen. Opinnäytetyön raportissa esitetyt sitaatit nuorten antamasta palautteesta on sisällytetty työhön täysin muuttamattomina, eikä niistä voida tunnistaa oppilaan henkilöllisyyttä. Opinnäytetyössä ei tuoda esiin myöskään työelämäyhteistyökumppanin tai yhteistyökoulun nimeä, jotta mahdollisuus oppilaiden tunnistamiseen olisi vähäisempi.

Yksin opinnäytetyötä työstäessä voi sokaistua asiavirheille, joten luetutin oppitunnin PowerPoint-diaesitystä useammilla eri ikäisillä puolueettomilla tahoilla. Esitetauksen avulla sain tietää, ymmärretäänkö diaesityksen sisällöt tarkoittamallani tavalla ja väärinymmärrettävät asiat saatiin minimoitua. Esitetauksen myötä sain myös erilaisia näkökulmia ja esityksen kieliasua muokattua nuorille ymmärrettävämpään muotoon. Esityksen harjoittelu ennakoon vahvisti esiintymistaitojani, selkeytti puheen käytöäni ja vähensi mahdollisuutta virheilmauksille.

Seksuaalisen häirinnän vaikea määriteltävyys voi vaikuttaa opinnäytetyön luotettavuuteen. Useissa lähteissä termit seksuaalinen häirintä, sukupuoli-

linen häirintä ja seksuaalinen ahdistelu on sekoitettu tai määritelty eri tavoin. Seksuaalinen häirintä on vaikea määritellä, koska se koetaan eri ihmisten toimesta eri tavoin. Määrittely vaikeuttaa aiheesta keskustelua sekä luotettavan tiedon löytymistä. Tämä työ rajattiin koskemaan vain seksuaalista häirintää, joten seksuaaliseen ahdisteluun tai sukupuoliseen häirintään liittyvä lähdemateriaali rajattiin työn ulkopuolelle luotettavuuden parantamiseksi.

8.3 Ammatillinen kasvu

Opinnäytetyöprosessi on syventänyt ymmärrystäni seksuaalisesta häirinnästä ilmiönä, sosiaalisesta mediasta osana nyky-yhteiskuntaa sekä nuoruudesta elämänvaiheena. On ollut mielenkiintoista tutustua nuorten seksuaalisuuden kehitysvaiheisiin sekä seksuaalikäyttäytymiseen entistä syvemmin. Sosiaalisen median maailma muuttuu jatkuvasti ja on ollut silmiä avaavaa huomata näin aikuisena, kuinka vaikeaa siinä on enää pysyä mukana. Nuorten kanssa työskentelevän terveydenhoitajan on pidettävä itsensä ajan tasalla ja haettava aktiivisesti tietoa niin muuttuvassa hoitotyön maailmassa kuin nuorisokulttuurissakin. Tämän opinnäytetyön myötä olen kehittänyt taitojani ja itsevarmuuttani kohdata nuoria asiakkaita ja nuorisokulttuuriin sukeltamalla löytänyt tapoja keskustella ja vaikuttaa nuoriin.

Seksuaalinen häirintä on hyvin sensitiivinen aihe, mutta ilmiöön perehtyminen on helpottanut aiheen puheeksi ottamista. Olen oppinut ymmärtämään siihen liittyviä tabuja, asenteita ja tunteita, jotka hyödyttävät minua työssäni terveydenhoitajana kohdatessani seksuaalista häirintää kokeneita asiakkaita. Sensitiivisen aiheen parissa työskentely on herättänyt paljon ajatuksia myös henkilökohtaisesti ja tämän myötä keskustelua lähipiirissä. Seksuaalisen itsemääräämisoikeuden loukkaaminen nostaa erilaisia tunteita pintaan sen mukaan millainen kosketuspinta henkilöllä on aiheeseen omien kokemustensa myötä. Opinnäytetyöprosessin alussa pohdin, olisiko minun vaikea pitää omat kokemukseni ja asenteeni erillisinä, mutta aiheen katsominen ammattilaisen ja hoitotyön näkökulmasta on ollutkin erittäin helppoa ja luontevaa.

Opinnäytetyöprosessi on kehittänyt taitojani tutkitun tiedon kriittisessä arvioinnissa sekä tietojani tutkimuksellisista käytänteistä. Opinnäytetyötä toteuttaessa olen kehittänyt projektityöskentelyssä, organisoinnissa sekä ajanhallinnassa. Myös stressin ja paineensietokyky kehittyivät, koska prosessi oli pitkäkestoinen ja sitä suoritettiin muiden opintojen ja työharjoittelujen ohessa yli vuoden ajan. Yksin työskennellessä aikataulun luominen ja siitä kiinni pitäminen on koko ajan omalla vastuulla. Suunnitelmanmukainen työskentely ja itseohjautuvuus ovat tärkeitä taitoja terveydenhoitajan työssä ja näissä taidoissa olen opinnäytetyöprosessin aikana kehittänyt. Aika ajoin olisin kaivannut työparin kannustusta, mutta olen lopulta erittäin tyytyväinen päätökseeni tehdä opinnäytetyö yksin, koska se on nyt täysin minun näköiseni.

8.4 Opinnäytetyön hyödynnettävyys ja jatkokehittämisaiheet

Tämä opinnäytetyö tarjoaa opetusmateriaalia Hämeenlinnan kaupungin perhe- ja sosiaalipalveluiden yksikön käyttöön koulu- ja opiskeluterveydenhoitajien hyödynnettäväksi. Toivottavaa olisi, jos Hämeenlinnassa sisällytettäisiin seksuaalisen häirinnän ennaltaehkäisyä jatkossa enemmän osaksi nuorten opetusta sekä terveystasvatusta. Sen avulla voitaisiin myös viestittää, että seksuaalisesta häirinnästä on lupa puhua ja esille tulleisiin tapauksiin puututaan. Lisäksi aion itse aktiivisesti hyödyntää hankkimaani osaamista ja tuottamaani oppituntirunkoa tulevaisuudessa työskennellessäni lasten ja nuorten parissa.

Tämän opinnäytetyön loppuseminaari pidettiin Hämeenlinnan koulu- ja opiskeluterveydenhuollon terveydenhoitajien kuukausikokouksessa huhtikuussa 2019, jossa kerroin nuorten sosiaalisessa mediassa kokemasta seksuaalisesta häirinnästä ilmiönä sekä pitämästäni oppitunnista ja sen tavoitteista. Lisäsin esitykseen koulu- ja opiskeluterveydenhuollon näkökulman siitä, kuinka kouluyhteisö voisi tukea seksuaalisen häirinnän vastaisen ilmapiirin syntymisessä ja mikä kouluterveydenhoitajan rooli on tässä ennaltaehkäisevässä työssä. Terveystenhoitajat kokivat aiheen puheeksi ottamisen ja siitä opettamisen erittäin tärkeäksi, mutta samalla pohtivat resurssien ja aikataulujen riittävyyttä oppituntien pitämiseen. Oppituntia on helpompi sovittaa tiukkaan aikatauluun, jos sitä jakaa esimerkiksi teemoitain useammalle päivälle. Pohdintaa nousi myös siitä, kuinka aihetta voitaisiin käsitellä laajemmin alakoulun turvataitotuntien yhteydessä sekä yläkoulun terveystiedon tunneilla opettajan toimesta.

Tämä opinnäytetyö käsitteli sosiaalisessa mediassa tapahtuvaa seksuaalista häirintää yleisesti, mutta jatkokehittämis ehdotuksena voitaisiin paneutua syvemmin grooming-ilmiöön eli aikuisen internetissä toteuttamaan lapsen houkutteluun seksuaalisiin tarkoituksiin. Mielenkiintoista olisi selvittää aihetta myös häiritsijän näkökulmasta tai tiettyjen vähemmistöryhmien, kuten transihmisten tai muunsukupuolisten kokemasta seksuaalisesta häirinnästä. Aiheen voisi suunnata myös eri kohderyhmille, kuten luento nuorten huoltajille tai koulun opettajille mediakasvatuksellisesta näkökulmasta. Seksuaalisesta häirinnästä voitaisiin tuottaa materiaalia myös muihin terveydenhoitotyön työkentille kuten työterveyshuoltoon tai hyvinvointineuvolaan.

LÄHTEET

Aaltonen, J. (2012.) *Turvataitoja nuorille. Opas sukupuolisen häirinnän ja seksuaalisen väkivallan ehkäisyyn*. Opas 21. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Haettu 21.9.2018 osoitteesta http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90817/Opas_21%20_verkko.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Ellonen, N., Kääriäinen, J., Salmi, V. & Sariola, H. (2008). *Lasten ja nuorten väkivaltakokemukset. Tutkimus peruskoulun 6. ja 9. luokan oppilaiden kokemasta väkivallasta*. Poliisiammattikorkeakoulun raportteja 71/2008. Oikeuspoliittisen tutkimuslaitoksen tutkimustiedonantoja 87. Poliisiammattikorkeakoulu. Oikeuspoliittinen tutkimuslaitos. Haettu 6.5.2018 osoitteesta https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/152529/Lasten_ja_nuorten_vakivaltakokemukset.pdf?sequence=1

Erkkola, J-P. (2008). *Sosiaalisen median käsitteestä*. Lopputyö. MA in New Media. Taideteollinen korkeakoulu. Haettu 3.5.2018 osoitteesta https://aaltodoc.aalto.fi/bitstream/handle/123456789/12480/op-tika_id_989_erkkola_jussi-pekka_2008.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Falah Hassani, K. (2010). *Changes in Sexual Behavior and Hormonal Contraceptives Use Among Finnish Adolescents*. Väitöskirja. Tampereen yliopisto. Haettu 23.10.2018 osoitteesta <http://urn.fi/urn:isbn:978-951-44-8138-3>

Granskog, P., Haanpää, S., Järvinen, J., Lahtinen, M., Laitinen, K. & Turunen-Zwinger, S. (2018.) *Opas seksuaalisen häirinnän ennaltaehkäisemiseksi ja siihen puuttumiseksi kouluissa ja oppilaitoksissa*. Oppaat ja käsikirjat 2018:4a. Opetushallitus. Haettu 3.2.2019 osoitteesta http://oph.fi/download/189829_Opas_seksuaalisen_hairinnan_ennalta_ehkaisemiseksi_ja_siihen_puuttumiseksi_ko.pdf

Haasio, A. (2013). *Netin pimeä puoli*. Helsinki: Suomalaisen kirjallisuuden seura.

Helsingin virtuaalinen lähipoliisiryhmä ja Pelastakaa Lapset ry. (2011) *Lasten kokema seksuaalinen häirintä ja hyväksikäyttö internetissä*. Haettu 21.10.2018 osoitteesta <http://frantic.s3-eu-west-1.amazonaws.com/pelastakaalapset/2016/02/01155018/Lasten-kokema-seksuaalinen-h%C3%A4irint%C3%A42011.pdf>

Hintikka, K. (n.d.) *Sosiaalinen media*. Kansalaisyhteiskunnan tutkimusportaali. Jyväskylän yliopisto. Haettu 3.5.2018 osoitteesta <http://kans.jyu.fi/sanasto/sanat-kansio/sosiaalinen-media>

Hyppönen, O. & Lindén, S. (2009). *Opettajan käsikirja. Opintojaksojen rakenteet, opetusmenetelmät ja arviointi*. Teknillisen korkeakoulun Opetuksen ja opiskelun tuen julkaisuja 4/2009. Teknillinen korkeakoulu. Haettu 27.2.2019 osoitteesta <http://lib.tkk.fi/Raportit/2009/isbn9789522480637.pdf>

Ilmonen, K. & Korhonen, E. (2015). *Seksuaalioikeudet*. Väestötietosarja 28. Väestöliitto. Haettu 20.9.2018 osoitteesta https://www.vaestoliitto.fi/@Bin/5048510/vaestoliitto_seksuaalioikeudet_web.pdf

Jaakola, S., Lyytikäinen, O., Rimhanen-Finne, R., Salmenlinna, S., Savolainen-Kopra, C., Liitsola, K., Jalava, J., Toropainen, M., Nohynek, H., Virtanen, M., Löflund, J.-E., Kuusi, M. & Salminen, M. (2018). Tartuntataudit Suomessa 2017. Raportti 6/2018. Terveystieteiden tutkimuskeskus. Haettu 27.2.2019 osoitteesta http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/136615/THL_RAP_6_2018_Tartuntataudit%20Suomessa%20017KORJ27.8.2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Jalovaara, E. (2006). *Tunnetaidot tiedon rinnalle kasvatuksessa*. Tampere: Pilot-kustannus Oy.

Jauhiainen, R. & Eskola, M. (1994). *Ryhmäilmiö*. Porvoo: WSOY.

Jääskeläinen, L., Hautakorpi, J., Onwen-Huma, H., Niittymäki, H., Pirttijärvi, A., Lempinen, M. & Kajander, V. (2015). *Tasa-arvotyö on taitolaji. Opas sukupuolten tasa-arvon edistämiseen perusopetuksessa*. Oppaat ja käsikirjat 2015:5. Opetushallitus. Haettu 22.9.2018 osoitteesta http://www.oph.fi/download/173318_tasa_arvotyö_on_taitolaji.pdf

Kaivosoja, M., Karlsson, L., Ehrling, L., Melartin, T., Pylkkänen, K., Lounamaa, R., Kalland, M., Laakso, J., Pietikäinen, M., Isolauri, J., Wrede, G., Paloniemi, A., Merikanto, T., Virtanen, V. & Haapalainen, S. (2010). Nuorten hyvin- ja pahoinvointi. Konsensuslausuma. Suomalainen Lääkäriseura Duodecim. Haettu 2.5.2018 osoitteesta <https://www.duodecim.fi/wp-content/uploads/sites/9/2016/02/konsensuslausuma090210.pdf>

Kallio, M. (2015). Rajat ovat turvallisuuden perusta. Teoksessa E. Korteniemi-Poikela & R. Cacciatore (toim.) *Seksuaalisuuden portaat. Käsikirja peruskoulun terveystietoon 1.-9.-vuosiluokille*. Helsinki: Opetushallitus.

KAVI (2015.) Seksiä mediassa. Materiaali nuorten mediakasvatukseen. Kansallinen audiovisuaalinen instituutti. Haettu 11.2.2019 osoitteesta <https://kavi.fi/sites/default/files/documents/seksiamediassa.pdf>

Kiianmaa, N. (2012). Tasa-arvobarometri 2012. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2012:23. Sosiaali- ja terveysministeriö. Haettu 8.5.2018 osoitteesta http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/69944/URN_ISBN_978-952-00-3370-5.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Kontula, O. & Meriläinen, H. (2007). *Koulun seksuaalikasvatus 2000-luvun Suomessa*. Katsauksia E 26/2007. Väestöntutkimuslaitos. Haettu 26.2.2019 osoitteesta <https://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/863d2c2c8cab61c511ca710ddc725bf4/1551193186/application/pdf/239651/Koulun%20seksikasvatus%20e-book.pdf>

Korteniemi-Poikela, E. & Cacciatore, R. (2015). *Seksuaalisuuden portaat. Käsikirja peruskoulun terveystietoon 1.-9.-vuosiluokille*. Helsinki: Opetushallitus.

Kouluterveyskysely (2017). Lapset, nuoret ja perheet. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Haettu 27.2.2019 osoitteesta <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tutkimustuloksia/kaikki-kouluterveyskyselyn-tulokset>

Kyngäs, H., Kääriäinen, M., Poskiparta, M., Johansson, K., Hirvonen, E. & Renfors, T. (2007). *Ohjaaminen hoitotyössä*. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.

Laakso, S. (2008). *9.-luokkalaisten nuorten toiveita ja ehdotuksia koulun seksuaaliopetuksesta*. Terveyskasvatuksen pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Terveystieteiden laitos. Haettu 26.2.2019 osoitteesta <http://urn.fi/URN:NBN:fi:juu-200801241094>

Laki naisten ja miesten välisestä tasa-arvosta 609/1986. Haettu 11.2.2019 osoitteesta <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1986/19860609#P6c>

Lietsala, K. & Sirkkunen, E. (2008.) Social media. Introduction to the tools and processes of participatory economy. Hypermedia Laboratory Net Series 17. Tampereen yliopisto. Haettu 3.5.2018 osoitteesta <http://tam-pub.uta.fi/bitstream/handle/10024/65560/978-951-44-7320-3.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Liinamo, A. (2005). *Suomalaisnuorten seksuaalikasvatus ja seksuaaliterveystiedot oppilaan ja koulun näkökulmasta. Arviointia terveyden edistämisen viittekehityksessä*. Väitöskirja. Jyväskylän yliopisto. Terveystieteiden laitos. Haettu 27.2.2019 osoitteesta <http://urn.fi/URN:ISBN:951-39-2176-X>

Merikivi, J., Myllyniemi, S. & Salasuo, M (n.d.). Media hanskassa. Lasten ja nuorten vapaa-aikatutkimus 2016 mediasta ja liikunnasta. Nuorisotutkimusseura. Haettu 2.5.2018 osoitteesta https://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/media_hanskassa.pdf

MLL (n.d). 15-18-vuotiaan persoonallisuuden kehitys. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Haettu 7.5.2018 osoitteesta <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/15-18-v/15-18-vuotiaan-persoonallisuuden-kehitys/>

Mustonen, A. (2001). *Mediapsykologia*. Helsinki: WSOY.

Nuorisolaki 1285/2016. Haettu 2.5.2018 osoitteesta <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20161285>

Nuorten exit (N.d). Vinkkejä seksuaalisen kaltoinkohtelun teemojen käsittelyyn nuorten kanssa. Nuorten exit ry. Haettu 26.2.2019 osoitteesta https://exitry.fi/wp-content/uploads/2017/04/vinkkejä_kasittelyyn_ammattilaiselle-1.pdf

Nuortennetti. (2018). Seksuaalinen häirintä netissä. Nuortennetti. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Haettu 22.9.2018 osoitteesta <https://www.nuortennetti.fi/netti-ja-media/seksuaalinen-hairinta-netissa/>

Nurmi, J-E., Ahonen, T., Lyytinen H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. (2015). *Ihmisen psykologinen kehitys*. Jyväskylä: PS-kustannus.

Nurmiranta, H., Leppämäki, P. & Horppu, S. (2009). *Kehityopsykologiaa lapsuudesta vanhuuteen*. Helsinki: Kirjapaja.

Pelastakaa lapset Ry (2018). Lasten ja nuorten kokemaa seksuaalista häirintää ja siihen liittyvää kiusaamista digitaalisessa mediassa. Selvitys. Pelastakaa lapset Ry. Haettu 31.1.2019 osoitteesta https://s3-eu-west-1.amazonaws.com/pelastakaalapset/main/2018/08/31131602/Sexting_raportti_web-002.pdf

Puusniekka, R., Kivimäki, H. & Jokela, J. (2012). Nuorten seksuaalikäyttäytyminen 2000-luvulla. *Nuorisotutkimus* 3 (30). Haettu 21.10.2018 osoitteesta <http://elektra.helsinki.fi/oa/0780-0886/2012/3/nuortens.pdf>

Pönkä, H. (2014.) *Sosiaalisen median käsikirja*. Jyväskylä: Docendo Oy.

Rikoslaki 39/1889. Haettu 11.2.2019 osoitteesta <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1889/18890039001#L20>

Santalahti, T. (2018). Nuorten seksuaalisuus ja seksuaaliterveys. Opettajan opas. Koulun terveyskirjasto. Suomalainen Lääkäriseura Duodecim. Haettu 21.9.2018 osoitteesta <https://www.koulunterveyskirjasto.fi/aihe/opettajalle-ja-opiskeluhuollolle/opettajan-opas-nuorten-seksuaalisuus-ja-seksuaaliterveys>

Santalahti, T. (2017). Seksuaalisuuden portaat – seksuaalisuutta tunteiden kautta. Seksuaalisuus ja seurustelu. Koulun terveystietokirjasto. Suomalainen lääkärisseura Duodecim. Haettu 20.9.2018 osoitteesta <https://www.koulunterveyskirjasto.fi/aihe/seksi/seksuaalisuus-ja-seurustelu/sjs00001>

Sinkkonen, J. (2010). *Nuoruusikä*. Helsinki: WSOY.

SoMe ja nuoret (2016). Suomessa asuvien 13-29 -vuotiaiden nuorten sosiaalisen median palveluiden käyttäminen ja läsnäolo. Ebrand Suomi Oy & Oulun kaupungin sivistys- ja kulttuuripalvelut. Haettu 31.1.2019 osoitteesta <https://www.ebrand.fi/somejanuoret2016/>

THL (2018). Häirintä. Sukupuolten tasa-arvo. Terveystietokeskus ja hyvinvoinnin laitos. Haettu 3.5.2018 osoitteesta <https://www.thl.fi/fi/web/sukupuolten-tasa-arvo/sukupuoli/syrjinta/hairinta>

Unicef (n.d.). Yleissopimus lapsen oikeuksista. Unicef. Haettu 3.5.2018 osoitteesta <https://www.unicef.fi/lapsen-oikeudet/sopimus-kokonaisuudessaan/>

WHO (n.d.) Defining sexual health. World health organization. Haettu 21.9.2018 osoitteesta https://www.who.int/reproductivehealth/topics/sexual_health/sh_definitions/en/

Vilkka, H. & Airaksinen, T. (2003). *Toiminnallinen opinnäytetyö*. Helsinki: Tammi

Vilkka, H. (2011). *Seksuaalinen häirintä*. Jyväskylä: PS-kustannus.

Vilkka, H. (2015). *Tutki ja kehitä*. Jyväskylä: PS-kustannus

Väestöliitto (2017). Miten toimia seksuaalisen häirinnän tilanteissa? Väestöliitto. Haettu 3.2.2019 osoitteesta <http://www.vaestoliitto.fi/?x27375=7499540>

Väestöliitto (n.d.). Grooming. Väestöliitto. Haettu 26.2.2019 osoitteesta <https://www.vaestoliitto.fi/nuoret/turvallisuus/media/grooming/>

Yhdenvertaisuuslaki 1325/2014. Haettu 11.2.2019 osoitteesta <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141325#Lidp446783232>

Oppitunnin PowerPoint-diaesitys

SEKSUAALINEN HÄIRINTÄ SOSIAALISESSA MEDIASSA

Se fiis kun tulustui henkilö ja yhtiöki
Se on lisänny sul jokapudel oika jätä sua rauhaas



ALUKSI...

Nettikin on oikeaa elämää

<https://www.youtube.com/watch?v=Ms9yfM3mmZ4>

© Miia Härkönen

TUNTIEN SISÄLTÖ

1. OSIO

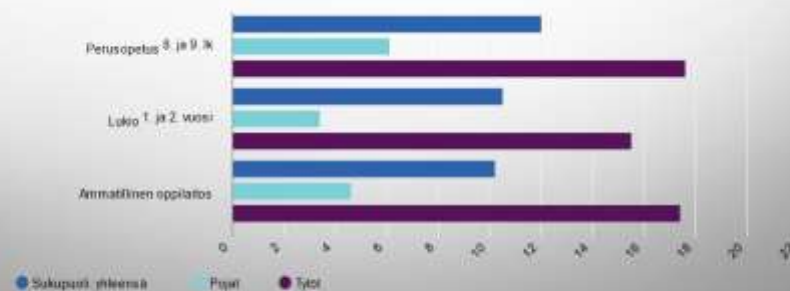
- Seksuaalioikeudet
- Tunne ja turvataidot
- Koskettaminen & flirttailu
- Nettietiketti
- Mitä seksuaalinen häirintä on?

2. OSIO

- Seksuaalinen häirintä somessa
- Kuinka toimia
- Lainsäädäntö
- Auttavat tahot
- Palautteen kerääminen

KOULUTERVEYSKYSELY 2017

- 8. ja 9. luokkalaisista tytöistä 17,6 % ja pojista 6,1 % on kokenut seksuaalista häirintää puhelimesta tai internetissä vuoden aikana



ASETTUKAA JANALLE...

- Tiedän mitä kuuluu omiin seksuaalioikeuksiini?
- Olen huolissani somessa tapahtuvasta seksuaalisesta häirinnästä?
- Tiedän seksuaaliseen häirintään liittyvästä lainsäädännöstä?
- Tiedän kuinka toimia kohdatessani somessa seksuaalista häirintää?
- Kuinka loukkaavaksi koen huorittelun/homottelun?
- Koen, että pukeutumiseni/käytökseni voisivat vaikuttaa siihen, että minua häiritään seksuaalisesti?
- Kuinka helppo häirinnästä on kertoa aikuiselle?
- Entä kaverille?

SEKSUAALIOIKEUDET

- Jokaisella yksilöllä on ihmisarvoon perustuvat ja lakiin kirjoitetut ihmisoikeudet
- Ihmisoikeudet eivät salli minkäänlaista syrjintää sukupuolen, seksuaalisen suuntautumisen, sukupuoli-identiteetin tai sukupuolen ilmaisun perusteella
- Seksuaalioikeudet linkittyvät ihmisoikeuksiin siten, että jokaisella on itsemääräämisoikeus kehostaan ja seksuaalisuudestaan
- Jokaisella on oikeus omiin fyysisiin ja henkisiin rajoihin ja muilla on velvollisuus kunnioittaa toisen asettamia rajoja

TUNNE JA TURVATAIDOT

- Tunteet viestittävät meille siitä, mikä on hyväksi ja mikä pahaksi
- Toisen tunnetila ja oman toiminnan reaktio toisessa ihmisessä on tärkeä oppia havaitsemaan
- Omien rajojen hahmottamista helpottaa kyky luottaa omiin tunteisiinsa
- Tunne omista rajoista auttaa ohjautumaan itseään kunnioittavalla tavalla suhteessa omaan kehoon sekä muihin ihmisiin
- Rajojensa rikkomisen tunnistaa silloin, kun on luotu hyvä pohja omien rajojen tunnistamiselle
- Empatiakyvyn harjaannuttaminen auttaa havaitsemaan ei-toivottua käytöstä sekä toisen asettamia rajoja

KOSKETUS

- Mihin kohtiin sinua saa koskettaa opettaja, ystävä, vanhempasi tai ihminen, johon olet ihastunut? Mihin kohtiin he eivät saa koskea?
- Mistä tiedät, saako toista koskettaa? Miten toinen voisi ilmaista haluaako hän kosketusta vai ei?

Tehtävä: Miltä tuntuu hyvä kosketus? Entä ikävä kosketus?

HYVÄ KOSKETUS VS. IKÄVÄ KOSKETUS

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Hyvä kosketus- turvallinen, miellyttävä- loppuu kun haluan- kunnioittaa omia rajojani, voin kieltäytyä siitä- molemminpuolista | <ul style="list-style-type: none">• Ikävä kosketus- hämmentää, pelottaa, vihastuttaa- painostavaa, suostuttelevaa- ei lopu pyydettyä- satuttaa fyysisesti tai henkisesti- tekee mieli lähteä pois |
|--|--|

FLIRTTIÄ VAI HÄIRINTÄÄ?

- Onko huomio toivottua vai ei-toivottua?
- Onko huomio tai kontakti miellyttävää vai hämmentävää/loukkaavaa?
- Onko huomio molemminpuolista vai yksipuolista?

- Pohdi: Millä tavoin voisi flirttailla ja osoittaa kiinnostuksensa ylittämättä toisen rajoja?

OMAT RAJAT SOMESSA

- Mitä omat rajat tarkoittavat netissä?
- Eroavatko rajat netissä ja kasvokkain kohdatessa?

NETTIETIKETTI

- Älä koskaan anna kenellekään yhteystietojasi keskustelupalstoilla.
- Mieti tarkkaan, millaisia kuvia itsestäsi internetsivuille asetat. Kuvat ovat netissä muiden ulottuvilla, ja osa kuvista päätyy asiattomille sivuille tai kuvaksi jollekulle, joka käyttää sitä henkilöllisyytensä muuttamiseen keskustelupalstoilla.
- Älä lähde tapaamaan nettituttuja ilman, että olet kertonut tapaamispaikan ja kellonajan jollekulle. Älä mene tapaamiseen, jos nettituttusi hiemankaan epäilyttää tai pelottaa sinua. Tapaamispaikaksi kannattaa aina sopia julkinen paikka, jossa on muita ihmisiä.

NETTIETIKETTI JATKUU

- Internetissä seikkaillessa saattaa päätyä sivuille, jotka ahdistavat ja jäävät painamaan mieltä. Uskalla kertoa asiasta jollekin luotettavalle aikuiselle.
- Pornosivustoilla käyminen on kiellettyä alle 18-vuotiailta. Mieti myös vastuutasi muista ihmisistä. Osa pornobisneksen "tähdistä" on pakotettu työhönsä ja pornon katselulla tuet tätä bisnestä.
- Kaikki internetistä löytyvä tieto ei ole totta. Muista mediakriittisyys!
- Laki kieltää toisen ihmisen intiimin elämän kuvaamisen, kuuntelun, perättömien väitteiden esittämisen ja toisen ihmisen kunnian loukkaamisen. Mieti siis mitä teet ja kirjoitat.

MITÄ SEKSUAALINEN HÄIRINTÄ ON?

- Sanallista tai sanatonta, *ei-toivottua* käytöstä, jolla loukataan henkilön fyysistä tai henkistä koskemattomuutta luomalla uhkaava, halventava tai ahdistava ilmapiiri
- Seksuaalisuuden avulla toteutettavan sukupuolisen ylivallan osoittamisesta toiselle
- Kiellettyä Tasa-arvolain ja Rikoslain nojalla
- Häirinnälle tyypillistä on sen toistuvuus, jolloin ahdistelun ilmapiiri on läsnä koko ajan häirintää kokevan arjessa
- Se on usein pienempiä yksittäisiä tekoja, joiden vakavuus paljastuu vasta, kun niitä tarkastellaan toisiinsa liittyvänä tapahtumien sarjana

MIKÄ ON SEKSUAALISTA HÄIRINTÄÄ?

- Sukupuolisesti vihjailevat eleet tai ilmeet
- Vartaloa tai pukeutumista koskevat huomautukset tai kysymykset
- Härskit puheet ja kaksimieliset vitsit
- Seksuaalisesti värityneet aineistot, viestit tai puhelut
- Sukupuolyhteyttä tai muuta sukupuolista kanssakäymistä koskevat ehdotukset tai vaatimukset
- Fyysinen koskettelu
- Raiskaus tai sen yritys

SEKSUAALINEN HÄIRINTÄ SOSIAALISESSA MEDIASSA

- Seksuaalissävytteiset kommentit
- Asiattomat kommentit ulkonäöstä
- Alastonsuorituspyytämisen tai niiden lähettäminen
- Salaa otetut kuvat ja niiden jakaminen somessa
- Kameran välityksellä näytetty itsetyydytys
- Pornosivustolinkkien lähettäminen

ESIMERKIKSI...



TAPAUSESIMERKKEJÄ SOMESTA..

- Elli (15v) on postannut Instagramiin iloisen kuvan kaveriporukastaan juhlimassa. Kuvan alle ja directiin on ilmestynyt tuntemattomalta aikuiselta useita kommentteja, joissa keuhataan vuolaasti Ellin vartaloa ja tämän paljastavaa asua. Ellille tulee inhottava ja likainen olo.
- Samin (14v) Facebook Messengeriin on tullut täysin tuntemattomalta aikuiselta mieheltä alastonkuva, joka ällöttää Samia. Kun Sami ei vastaa viestiin, mies alkaa pommittamaan tätä haukkuvin ja uhkailevin viestein.
- Neea ja Niko erosivat riittävästi ja nyt Niko on jakanut kostona Neean suhteen aikana Nikolle lähettämät nudekuvat poikien WhatsApp-rinkiin, josta ne ovat levinneet nettiin.

Mitä muita tilanteita tulee mieleen?

SEXTING

= seksuaalissävyytteisiä hymiöitä, pyyntö seksuaalisesta kuvamateriaalista tai kyseisten kuvien vaihtokauppa

- lisää riskiä seksuaaliselle häirinnälle
- Aktiivinen ja vapaaehtoinen sexting täytyy erottaa toispuoleisesta ja vastentahtoista materiaalin vastaanottamisesta
- <https://www.vastuu.fi/2018/05/01/sexting-vaikuttaa/>



GROOMING

= aikuisen suorittama manipulatiivinen prosessi, jossa hän valmisteleo lapsen/nuoren seksuaalista hyväksikäyttöä luomalla lapsen/nuoreen kiintymys- ja luottamussuhteen

- Alkaa yleensä kuvan kommentoinnilla ja kehuilla
- Prosessiin kuuluu ystävällisyyttä, hellyyttä, lahjojen antamista
- Myöhemmin voi tulla kiristämistä
- Lapsen houkuttelemisen seksuaalisiin tarkoituksiin on rikos, josta voidaan tuomita sakkoon tai vankeuteen

GROOMING

Case 1. tyttö 6lk

- <https://www.youtube.com/watch?v=TRTE6vNjDa8>

• Case 2. anssi

- <https://www.youtube.com/watch?v=0718m5tjw04>

SEXTORTION

= eli seksuaalisilla kuvilla kiristäminen

- Uhria kiristetään usein tämän itse ottamalla alastonkuvilla
- Kiristäminen voi tapahtua yksittäisen henkilön toimesta tai se voi olla osa suurempaa rikollista toimintaa
- Kiristämisen tavoitteena on saada uhri lähettämään lisää seksuaalista kuvamateriaalia. Kirittäjä uhkaa jakaa alastonkuvan sosiaaliseen mediaan tai uhrin perheelle ja häpeä ja syyllisyys saa uhrin usein suostumaan kirittäjän vaatimuksiin.

VÄÄRÄNLAISIA REAGOINTITAPOJA HÄIRINTÄÄN

- Nimeäminen joksikin muuksi, josta ei jää tilaa loukkaantua: "Sehän oli vaan vitsi, Etkö sä nyt huumoria ymmärrä..."
- Neutralisointi: "Pojat on polkii, rakkaudesta se hevonenkin polkii, hormonit vaan hyrrää..."
- Häirinnän ei-toivotun luonteen häivyttäminen: Selitetään ihastumisella, mielenkiinnon osoittamisella, tasavertaisena nahisteluna
- Huomio kiinnitetään häirinnän kohteeseen: Tämä provosoi, pukeutuu väärin, on humorintajuuton, herkkänahkainen, tai hänen tulisi olla kypsä osapuoli ja vastuullinen häiritsijänkin puolesta

KUINKA TOIMIA HÄIRINTÄTILANTEESSA?

1. Muista, että sinulla on aina oikeus omiin rajoihisi myös somessa.
2. Häiritseviin viesteihin ei kannata vastata. Voit kuitenkin napakasti kehottaa toista lopettamaan kirjoittamalla "Lopeta, en aio kuunnella tällaisia juttuja."
3. Jos vastapuoli ei noudata kehoitustasi, lopeta keskustelu, älä vastaa enää viesteihin ja estä hänet kyseisessä palvelussa.
4. Jos joku on jakamassa alastonkuvaa sinusta, muistuta potentiaalista jakajaa siitä, miltä hänestä tuntuisi jos joku olisi aikeissa tehdä hänestä samoin. Vaadi jakajaa poistamaan materiaali.

TOIMINTAOHJEET HÄIRINTÄTILANTEEN JÄLKEEN

1. Tallenna tai ruutukaappaa (screenshot) viestit tai muu häiritsevä sisältö todisteeksi. Ota talteen tarkasti myös käyttäjätunnukset sekä milloin ja missä palvelussa häirintä on tapahtunut.
 2. Kerro asiasta luotettavalle aikuiselle. Yhdessä voitte ilmoittaa henkilöstä sivuston ylläpidolle tai tehdä asiasta rikosilmoituksen.
- + Muista, että tämän jälkeen vastuu siirtyy aikuiselle. Sinun ei kuulu tai tarvitse alkaa selvittää asiaa yksin tai kaverin kanssa.
- + Muista myös, että tilanteessa ei ole mitään hävettävää: et ole itse tehnyt mitään väärää ja aikuiset kyllä ymmärtävät, kun selität tilanteen juuri niin kuin se tapahtuikin.

ESTO- JA ILMOITUSTOIMINNOT SOMEKANAVISSA

- Whatsapp (esto)
- Instagram (esto + ilmianto)
- Snapchat (esto + ilmianto)
- Facebook (esto + ilmianto)
- Facebook messenger (esto + viestien ohitus + ilmianto)
- Youtube (kommenttien poisto + esto + ilmianto)

Missä muissa kanavissa olette ja kuinka niissä on järjestetty esto ja ilmoitustoiminnot?

SEKSUAALISEEN HÄIRINTÄÄN LIITTYVÄ LAINSÄÄDÄNTÖ

- Tasa-arvolaki, Yhdenvertaisuuslaki, Rikoslaki, Työturvallisuuslaki...
- Rikoslain mukaan seksuaalinen ahdistelu on kiellettyä, mutta seksuaalista häirintää laki ei kriminalisoi
- Rikoslain mukaisia rangaistavia seksuaalirikoksia ovat mm. seksuaalipalvelujen ostaminen nuorelta, lapsen houkutteleminen seksuaalisiin tarkoituksiin sekä sukupuolisiveellisyyttä loukkaavan lasta koskevan esityksen seuraaminen.

KUNNIANLOUKKAUS JA YKSITYISELÄMÄÄ LOUKKAAVAN TIEDON LEVITTÄMINEN (RIKOSLAKI)

- *Kunnianloukkaus = jos esittää toisesta henkilöstä valheellisen tiedon tai vihjauksen sillä tavalla, että teko aiheuttaa vahinkoa tai kärsimystä loukatulle tai häneen kohdistuvaa halveksuntaa*
- *Yksityiselämää loukkaavan tiedon levittäminen = jos levittää muiden ihmisten saataville toisen yksityiselämästä tiedon, vihjauksen tai kuvan siten, että teko aiheuttaa vahinkoa, kärsimystä tai halveksuntaa loukatulle*
- Kunnianloukkauksen ja yksityiselämää loukkaavan tiedon levittäminen eroavat niin, että kunnianloukkauksessa esitettävä tieto tai vihjaus ei pidä paikkaansa.
- Näiden valheiden /tietojen esittäminen on rangaistavaa huolimatta siitä, miten sen esittäminen tapahtuu.
- Tavanomainen seuraamus on sakkorangaistus.
- Esimerkiksi huorittelu tai pedofiiliksi haukkuminen on toisen kunniaa loukkaavaa ja toisen henkilön arkojen kuvien luvaton jakaminen on yksityiselämää loukkaavan tiedon levittämistä

LAPSEN HOUKUTTELEMINEN SEKSUAALISIIN TARKOITUKSIIN (RIKOSLAKI)

- Jos aikuinen ehdottaa tapaamista tai muuta kanssakäymistä lapsen (alle 18v) kanssa siten, että tekijän tarkoituksena on ottaa kuvatallenteita, joissa loukataan lasta seksuaalisesti tai pyrkii houkuttelemaan lapsen kanssa sukupuoliyhteyteen tai muuhun seksuaaliseen tekoon
- Tuomitaan sakkoon tai vankeuteen

HELPSOME-SOVELLUS

- <https://www.youtube.com/watch?v=Hagd5d4afQ8>
- Pelastakaa lapset ry
- Ilmainen, alle 18-vuotiaille tarkoitettu sovellus
- Yhteistyössä rikosuhripäivystys ja nettipoliisi
- Chat- ja viestipalvelu + tietoa ja tukea ongelmatilanteisiin

SOMETURVA

<https://www.youtube.com/watch?v=PS1yTQHkWNQ>

- yksilöllistä apua somessa tapahtuneiden kiusaamis- ja rikostilanteiden ratkaisemiseksi. Oikeusturvan arviot perustuvat Suomen lainsäädäntöön.
- Palvelu on maksutonta
- Someturvan asiantuntijatiimi koostuu juristeista ja sosiaalipsykologeista
- Vakavien rikosten yhteydessä asiantuntijat ohjaavat avunpyytäjän olemaan yhteydessä poliisiin ja kertovat ohjeita, kuinka asian kanssa edetään
- Someturva kiinnittää erityisesti huomiota siihen, kuinka alaikäisen olisi helpompi kertoa tapahtuneesta myös huoltajilleen. Palvelusta saa halutessaan tapausselitteen, jossa kerrotaan mitä lapselle on tapahtunut ja kuinka asian kanssa tulisi edetä
- <https://www.someturva.fi/> "WhatsApp: Severin alastonkuva leviää"

NETTIVIHJE

- <https://www.pelastakaa lapset.fi/tyomme-kotimaassa/lasten-socielu-ja-nettivilje/>
- Pelastakaa lapset Ry
- Vihjepalvelu, jossa kuka tahansa voi tehdä anonymisti ilmoituksen netissä olevasta lasten seksuaaliseen kaltoinkohteluun liittyvästä laittomasta toiminnasta (esim. seksuaaliset kuvat ja videot alaikäisistä)
- Vihjeet käsitellään mahd pian (48h tunnin sisällä)

AUTTAVIA TAHOJA

- Naisten Linja 0800 02400 <https://www.naistenlinja.fi/>
- Väestöliiton Poikien puhelin 0800 94884 <http://www.vaestoliitto.fi/>
- Mannerheimin lastensuojeluliiton lasten ja nuorten puhelin 116 111 <https://www.mll.fi/>
- Suomen Mielen terveysseuran valtakunnallinen kriisipuhelin 010 195 202 <https://www.mielenterveysseura.fi/fi>
- Raiskauskriisikeskus Tukinainen 0800 97899 <https://tukinainen.fi/>
- Rikosuhrin päivystys auttava puhelin 116 006 <https://www.riku.fi/fi>

NETTIOSOITTEITA

- Nuorten Exit: www.nuortenexit.fi - Tietoa ja tukea nuorille seksuaalisen kaltoinkohtelun tilanteisiin
- Mannerheimin lastensuojeluliitto: www.mll.fi/nuorille - tukea ja tekemistä nuorille, nuortennetti.
- Väestöliiton nuorten sivut: www.vaestoliitto.fi/nuoret - tukea ja vastauksia seksuaaliterveyteen liittyvissä kysymyksissä.
- Tyttöjen talo: www.tyttöjentalo.fi - avointa tyttötoimintaa, harrastusryhmiä ja vertaisryhmiä
- Poikien talo: www.poikientalo.fi - avointa poikatoimintaa, harrastusryhmiä ja vertaisryhmiä
- Naisten Linja: www.naistenlinja.fi - väkivaltaa kokeneille tai väkivallasta huolestuneille naisille
- Netari.fi: www.netari.fi - verkkonuoorisotato, mahdollisuus tavata muita nuoria ja nettinuoorisotyöntekijöitä
- Nuorten kriisipiste: www.nuortenkriisipiste.fi
- Omat rajani: www.omatrajani.fi on Naisten linjan nettisivusto nuorille seurustelusta ja väkivallasta
- Nettipoliisi: www.poliisi.fi/tietoa_poliisista/poliisit_sosiaalisessa_mediasa
- Netiturvakoti: www.turvakoti.net virtuaalinen turvakoti, josta löytyy tietoa esimerkiksi seurusteluväkivaltaan liittyen sekä mahdollisuus varata kahdenkeskiä chat-aikoja ammattilaisen kanssa

JANAHARJOITUKSIA

- Tiedän mitä kuuluu omiin seksuaalioikeuksiini?
- Tiedän seksuaaliseen häirintään liittyvästä lainsäädännöstä?
- Tiedän kuinka toimia kohdatessani somessa seksuaalista häirintää?
- Kuinka helppo häirinnästä on kertoa aikuiselle?
- Entä kaverille?

KIITOS!

- Oliko oppitunti mielestäsi hyödyllinen?
- Opitko jotain uutta? Mitä?
- Tiedätkö mitä tehdä kohdatessasi seksuaalista häirintää sosiaalisessa mediassa?
- Mistä olisit halunnut tietää enemmän?
- Toteutuiko tunti mielestäsi hyvin?