

Opinnäytetyö (AMK)

Hoitotyö

Terveystenhoitotyö

2013

Heidi Kantonen, Heidi Pollari, Jasmin Saarinen ja Milka Sieppi

# ”PariSuhdetta?”

– Internetpeli 16–18-vuotiaiden  
seksuaaliohjausmenetelmänä



TURUN AMMATTIKORKEAKOULU  
TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

OPINNÄYTETYÖ (AMK) | TIIVISTELMÄ

TURUN AMMATTIKORKEAKOULU

Hoitotyön koulutusohjelma | Terveystieteiden suuntautumisvaihtoehto

Huhtikuu 2013 | Sivumäärä 50+29

Ohjaajat: Sirpa Nikunen ja Tiina Pelander

Heidi Kantonen, Heidi Pollari, Jasmin Saarinen ja Milka Sieppi

## ”PariSuhdetta?”

– Internetpeli 16–18-vuotiaiden seksuaaliohjausmenetelmänä

Sosiaali- ja terveysministeriön seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelman 2007–2011 ja vuoden 2011 kouluterveyskyselyn tulosten perusteella voidaan päätellä, että 16–18-vuotiaiden seksuaalitietoudessa on aukkoja ja seksuaalikäyttäytymisessä havaittavissa huolestuttavia käyttäytymis- sekä ajattelumalleja. Etenkin ammatillisella puolella opiskelevien nuorten seksuaalikasvatukseen tulisi kiinnittää aikaisempaa enemmän huomiota.

Internetpeli on nuoren maailmaan sijoittuva ja nuoren kielellä toteutettu mielenkiintoa herättävä opetuskeino, joka on helposti saatavilla ja joka mahdollistaa asiallisen tiedon jakamisen kohderyhmälle. Nuorten terveyden edistämiseksi on saatavilla monenlaisia pelejä Internetissä. Aihealueet liittyvät enimmäkseen ravitsemukseen, päihteisiin sekä sukupuolitauteihin ja raskauteen. Pelien kohderyhmänä on useimmiten yläkouluikäinen nuori.

Tämä opinnäytetyö on osa Salon kaupungin ja Salon seudun ammattiopiston Hyvän olon työkalupakki -kehittämishanketta. Projektin tuotoksena syntynyt peli tulee löytymään Salon seudun ammattiopiston Internetsivuilta. Tämän opinnäytetyön tehtävänä oli laatia 16–18-vuotiaille nuorille seksi- ja seurusteluaiheinen terveyttä edistävä peli. Tavoitteena on edistää nuorten turvallista ja toista kunnioittavaa seksuaalikäyttäytymistä.

Opinnäytetyön tuotoksena syntyneessä tarinamuotoisessa pelissä pelaaja vastaa seurusteluun ja seksiin liittyviin kysymyksiin ja määrittelee tunteitaan tunneliikennevalon avulla. Pelaajan valitsemien vastausten perusteella määrittyy polku, jota pitkin tarina etenee. Erilaisia etenemispolkuja on pelissä yhteensä kahdeksantoista kappaletta. Pelin informatiivinen ja opetuksellinen osuus on toteutettu paitsi kysymysten niin myös inforuutujen avulla.

Internetpelissä on haluttu tuoda esille turvalliseen seksikäyttäytymiseen liittyvien asioiden lisäksi ihmissuhdeasioita. Keskeisiä teemoja ovat toisen kunnioitus ja huomioon ottaminen sekä itsemääräämisoikeus. Aiheita on tarkasteltu positiivisesta näkökulmasta. Pelin toivotaan auttavan nuoria tiedostamaan entistä paremmin turvallisen seksuaalikäyttäytymisen edut kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin kannalta.

Jatkossa Internetpeliä tullaan testaamaan kohderyhmällä ja tuloksista raportoidaan. Pelin teknistä osa-aluetta voidaan jatkossa kehittää monipuolisemmaksi.

### ASIASANAT:

Internet, Nuoret, Pelit, Seksi, Seksuaalisuus, Seksuaalikasvatus, Seurustelu, Terveystieteiden edistäminen

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Degree programme in nursing | Public health nursing

April 2013 | Total number of pages 50+29

Instructors: Sirpa Nikunen and Tiina Pelander

Heidi Kantonen, Heidi Pollari, Jasmin Saarinen and Milka Sieppi

## “PariSuhdetta?”

-Internet game as a sex education method for young people aged 16-18 years.

Based on the information gathered from two sources: a publication by Ministry of Social Affairs and Health *Promotion of sexual and reproductive health, Action programme 2007-2011*, and *School Health Promotion Study 2011* it can be concluded that there are defects in sexual knowledge of young people aged 16-18 years. Alarming behavioural patterns and ways of thinking can also be detected among young people. More attention should be paid especially on sexual education of young people in vocational education.

An Internet game is located in the world of a young person and it speaks the same language as he or she does, so it is logical to claim that an Internet game is an interesting teaching method. Internet games are easily available and make it easy to offer objective information to the target group. There are a lot of health promoting Internet games concerning nutrition, substance abuse, sexually transmitted diseases and pregnancy. The target group of these games is in most cases the young people in secondary school.

This thesis is a part of Hyvän olon työkalupakki -development project launched by City of Salo and Salo Vocational College. The purpose of this thesis was to create a health promoting Internet game for young people aged 16-18 years. The game can be found on Salo Vocational College website. The topic of the game is sexual behaviour and relationships. The purpose of the game is to promote safe and respectful sexual behaviour of young people.

The Internet game consists of questions which create a story. The player answers these questions about sex and relationships and defines his or her feelings with the help of specific traffic lights showing different feelings. The story goes forward along a path which is dictated by the answers the player has chosen earlier. There are eighteen different paths in the game. The informative and educational section of the game is realized not only by the questions but also with information boxes.

In addition to themes belonging to safe sexual behaviour, the game highlights also relationship matters. The central themes are respect, consideration and sexual autonomy. The themes are dealt with from a positive perspective. Hopefully the game will help young people become conscious of the connection between safe sexual behaviour and overall wellbeing.

In future the game will be tested with the target group and the results will be reported. The technical section of the game can be further developed if needed.

### KEYWORDS:

Internet, Youth, Games, Sex, Sexuality, Sex education, Relationships, Health promoting

# SISÄLTÖ

<b>1 JOHDANTO</b>	<b>6</b>
<b>2 NUOREN SEKSUAALITERVEYDEN EDISTÄMINEN</b>	<b>8</b>
2.1 Seksuaalioikeudet	9
2.2 Nuoren seksuaalisuus	10
<b>3 NUORI, SEURUSTELU JA SEKSI</b>	<b>12</b>
3.1 Nuori ja seurustelu	12
3.2 Nuori ja seksi	14
<b>4 NUORI SEKSUAALITIEDON LÄHTEILLÄ</b>	<b>19</b>
<b>5 PROJEKTIN TEHTÄVÄ JA TAVOITE</b>	<b>25</b>
<b>6 PROJEKTIN TOTEUTTAMINEN</b>	<b>26</b>
6.1 Aiheen valinta	26
6.2 Pelin suunnittelu	28
6.3 Pelin sisältö ja toteutus	31
<b>7 PROJEKTIN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS</b>	<b>37</b>
<b>8 POHDINTA</b>	<b>42</b>
<b>LÄHTEET</b>	<b>46</b>

## LIITTEET

- Liite 1. Toimeksiantosopimus
- Liite 2. Projektilupa
- Liite 3. Tuntisisältö lähihoitajille
- Liite 4. Tuntisisältö datanomeille
- Liite 5. Ajatuskartta pelin rakenteesta
- Liite 6. Pelin tekstit
- Liite 7. Polut
- Liite 8. Tietoruudut

## KUVIOT

Kuvio 1. Raskauden keskeytykset tuhatta naista kohden.	17
Kuvio 2. Seksiin painostamisen ja pakottamisen kohteeksi joutuminen lukiolaisilla sekä ammattiin opiskelevilla nuorilla Varsinais-Suomessa	18
Kuvio 3. Treffietapin kysymys	32
Kuvio 4. Esimerkkipolku	33
Kuvio 5. Esimerkki tietoruudusta	34

# 1 JOHDANTO

Suomalaisten nuorten seksuaaliterveys on hyvä kansainvälisellä tasolla vertailtuna, mutta silti Sosiaali- ja terveysministeriön seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelmasta 2007–2011 käy ilmi huolestuttavia seikkoja. Näitä asioita ovat korkeat klamydialuvut, nuorten seksuaalisen väkivallan kokemukset, sosioekonomiset erot seksuaaliterveydessä ja riittämätön tietous ehkäisymenetelmistä sekä niiden käytöstä. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2012.) Vuoden 2011 kouluterveyskyselyn tulosten perusteella voidaan havaita samankaltaisia malleja nuorten seksuaalikäyttäytymisessä (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2011a; Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2011b).

Nuoren seksuaalisuudessa avainasioiksi katsotaan seksuaalinen itsemääräämisoikeus ja yksilön vapaus. Seksuaaliseen hyvinvointiin kuuluu toisen kunnioittaminen ja mielipiteiden sekä seksuaalisen suuntautumisen hyväksyminen. Nuorella on oikeus asiallisen tiedon saantiin ja itsensä suojelemiseen suunnitelmattomilta raskauksilta, sukupuolitaudeilta sekä seksuaaliselta hyväksikäytöltä. Nuoren oikeutena on myös seksuaaliterveyden palveluiden ja nuorille suunnattujen ohjelmien suunnittelemiseen osallistuminen. (Väestöliitto 2012a.)

Internetpelin avulla nuorelle voidaan tarjota tietoa sellaisessa muodossa, joka on helposti saatavilla sekä nuorten suosimassa muodossa. Tämän projektin tehtävänä oli laatia 16–18-vuotiaille nuorille seksi- ja seurusteluaiheinen terveyttä edistävä Internetpeli. Tavoitteena on edistää nuorten turvallista ja toista kunnioittavaa seksuaalikäyttäytymistä. Lisäksi tarkoituksena oli luoda nuorten mielenkiintoa herättävä ja omaa ajattelua aktivoiva peli. Peliä lähdettiin ideoimaan positiivisesta näkökulmasta ja tämän kautta pyrittiin luomaan hyväksyvä ja kannustava oppimisympäristö.

Projekti kuuluu Salon kaupungin ja Salon seudun ammattiopiston Hyvän olon työkalupakki -kehittämishankkeeseen, jonka tavoitteena on terveyserojen kaventaminen ja nuorten hyvinvoinnin edistäminen. Kohderyhmänä hankkeessa ovat ammattiopiston opiskelijat. Salon seudun ammattiopiston Internetsivuilta

Hyvän olon työkalupakista löytyy erilaisia terveyden edistämisen Internet-pelejä nuorille.

## 2 NUOREN SEKSUAALITERVEYDEN EDISTÄMINEN

Terveys sisältää monia ulottuvuuksia ja elämän osa-alueita. Eri tieteenalat tarkastelevat terveyttä erilaisista näkökulmista ja alun perin terveys on tarkoittanut ihmisen kokonaisuutta. (Vertio 2003, 15.) Maailman terveysjärjestö määrittelee terveyden fyysiseksi, psyykkiseksi ja sosiaalisesti hyvinvoinnin tilaksi, ei niinkään sairauden puuttumiseksi (WHO 1946, 1). Tätä määritelmää on arvosteltu yksilökeskeisyydestä, ja terveyden edistämistä käsitellessään Vertio (2003) pyrkii ottamaan huomioon laajemman näkökulman. Terveyden edistämisen tarkoituksena on parantaa ihmisten mahdollisuuksia oman ja ympäristönsä terveydestä huolehtimisessa. Se on myös terveyden edellytysten parantamista yksilön, yhteisön ja yhteiskunnan kannalta. (Vertio 2003, 29.)

Nuoruusiässä luodaan pohja aikuisiän terveydelle. Nuoruusvuosiin liittyy monia tärkeitä tapahtumia, kuten siirtyminen peruskoulun jälkeiseen oppilaitokseen ja työelämään sekä sukukypsyyden saavuttaminen. Tällöin omaksutut tottumukset, tavat ja elämänuran valinnat muotoilevat perustan loppuelämän terveydelle. (Rimpelä 2005.)

Sosiaali- ja terveysministeriön seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelmasta 2007–2011 käy ilmi, että kansainvälisessä vertailussa suomalaisten nuorten seksuaaliterveys on hyvä. Suomalaisen nuorison seksuaaliterveyteen liittyviä huolestuttavia asioita ovat korkeat klamydialuvut, nuorten seksuaalisen väkivallan kokemukset, sosioekonomiset erot seksuaaliterveydessä ja riittämätön tietous ehkäisymenetelmistä sekä niiden käytöstä. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2012.)



## 2.1 Seksuaalioikeudet

IPPF (International Planned Parenthood Federation) on luonut seksuaalioikeudet, joiden tarkoituksena on suojella ja edistää ihmisten seksuaalisia oikeuksia ympäri maailman. Näitä ovat kaikkien yksilöiden ja parien oikeus päättää omaan seksuaalisuuteensa liittyvistä asioista, kuten avioitumisesta ja lasten saamisesta. Seksuaalioikeudet pohjautuvat YK:n ihmisoikeusjulistukseen, jonka perustana ovat tasa-arvo, yksityisyys, vapaus ja itsemääräämisoikeus. (IPPF 2008.) Itsemääräämisoikeus nousi keskeiseksi seksuaalikäyttäytymisen oikeuttamisen käsitteeksi myös Salosen (2005) tutkimuksessa, jossa analysoidaan ihmisen seksuaalikäyttäytymisen hyväksymistä ja oikeuttamista. Tutkimuksen toisena pääkysymyksenä oli, miten itsemäärääminen kytkeytyy seksuaalisuuden normaaliuden diskursiiviseen tekemiseen. Tutkimuksessa seksuaalinen itsemäärääminen tuodaan esille sekä yksilötoimintana että yksilöiden välisenä toimintana.

Reinikainen (2002) selvitti tutkimuksessaan nuorten seksuaalisuutta ja seksuaalikäyttäytymistä. Tutkimuksessa haastateltiin yläkoulun opettajia (n=12) ja koulukuraattoreita (n=2). Seksuaalikäyttäytymisen tärkeimmiksi asioiksi tutkimuksessa listattiin itsensä ja toisen kunnioitus sekä huomioiminen, suvaitsevaisuus, oikeus päättää omasta kehosta, avoimuus sekä seksuaaliterveyden vaaliminen. Nämä arvot ovat yhdistettävissä Väestöliiton (2012a) muokkaamiin erityisesti suomalaisille nuorille suunnattuihin nuorten seksuaalioikeuksiin. Oikeudet on jaettu kuuteen pääluokkaan. Näitä luokkia ovat oikeus elämään, oikeus seksuaalisuudesta nauttimiseen, oikeus tietoon seksuaalisuudesta ja oikeus seksuaaliterveydenhuoltoon. Nuorten seksuaalioikeuksiin kuuluvat myös oikeus suojella itseään ja tulla suojelluksi sekä oikeus osallistua. Oikeus elämään ja oikeus seksuaalisuudesta nauttimiseen -kohtien tarkennukset painottavat nuoren seksuaalista itsemääräämisoikeutta ja yksilön vapautta. Toisen kunnioittaminen ja mielipiteiden sekä seksuaalisen suuntautumisen hyväksyminen katsotaan avainasioiksi onnelliseen, turvalliseen ja tyydyttävään seksuaalisuuteen. Myös oikeus suojella itseään suunnittelemattomilta raskauksilta, sukupuolitaudeilta ja

HIV:ltä sekä seksuaaliselta hyväksikäytöltä kuuluvat nuoren seksuaalisiin oikeuksiin. (Väestöliitto 2012a.)

## 2.2 Nuoren seksuaalisuus

Seksuaalisuus on laaja kokonaisuus ja jokaiselle ihmiselle sen merkitys on yksilöllinen. Yksilön oman seksuaalisuuden voi määritellä vain yksilö itse, sillä seksuaalisuus on aina vahvasti kokemuksellinen asia. (Bildjusckin & Ruuhilahti 2010, 13.) Ihmisen hyvinvointiin kuuluu terve seksuaalisuus ja sen avulla ihminen saa hyvää oloa sekä voimavaroja. Seksuaalisuus on luonnollinen osa ihmisen kehitystä kussakin elämänvaiheessa ja se käsittää fyysisiä, psykologisia sekä sosiaalisia tekijöitä. WHO (2010) kuvaa seksuaalisuutta laajemmin siten, että se on keskeinen osa ihmisyyttä kaikissa elämän vaiheissa käsittäen sukupuolen, sukupuoli-identiteetin ja sukupuoliroolit, seksuaalisen suuntautumisen, erotiikan, mielihyvän, sukupuolisuhteet ja lisääntymisen. Seksuaalisuuden kuvaaminen ja määrittely auttaa hahmottamaan monin tavoin tulkittavia asioita samansuuntaisesti seksuaalisuudesta puhuttaessa. (WHO 2010, 16.) Ajatukset, fantasiat, halut, uskomukset, asenteet, käyttäytyminen, seksuaalisuuden harjoittaminen, roolit ja suhteet ovat seksuaalisuuden ja seksuaalisten kokemusten ilmenemismuotoja. Ihminen ei kuitenkaan aina koe tai ilmennä näitä kaikkia ulottuvuuksia. (Järvensivu & Koskinen 2007.)

Ihmisen seksuaalisuus on kokemuksellinen asia, eikä se ole koskaan valmis, vaan muuttuu ihmisen elämäkulun myötä. Seksuaalisuus koostuu osatekijöistä ja ulottuvuuksista, jotka yhdessä muodostavat kokonaisuuden. Seksuaalisuuden ulottuvuudet ovat henkinen, fyysinen ja psyykkis-sosiaalinen ulottuvuus. Henkiseen ulottuvuuteen sisältyvät arvot, päätöksenteko, eettisyys, rakkaus ja luovuus. Fyysinen ulottuvuus sisältää kaiken näkyvän ja tuntevan kehossamme. Psyykkis-sosiaalinen ulottuvuus koostuu perusluonteesta, tunteista, havainnoinnista, kyvyistä ja lahjakkuuksista, kognitiosta sekä temperamentista. Yksilön käsitys ihmisyydestä ja arvoista luovat perustan seksuaalisuudelle. Arvot auttavat yksilöä identiteetin löytymisessä, sillä hyväksi todetut arvot ohjaavat

yksilöä sellaiseen toimintaan, jossa hänen ei tarvitse asettaa ajatuksiaan, toiveitaan ja tekojaan vastakkain. Seksuaalisuus on yksilöä kannatteleva ja terveyttä edistävä voimavara. (Bildjuschkin & Ruuhilahti 2010, 13–17, 27–28.)

Nuoren seksuaalisuus on voimakkaasti kehittyvää ja nuori rakentaa siinä suhdetta omaan kehoonsa. Hänen tulee sopeutua elämään muuttuvan kehon kanssa. Lisäksi nuoruuteen kuuluu irrottautuminen vanhemmista ja ikätovereidensä seura, jolloin nuori etsii päämäärää omaan seksuaalisuuteensa. Nuoruuden kaveriryhmät ja -parit ovat esiasteita varsinaiselle parinmuodostukselle. (Aalberg & Siimes, 2007, 97–98.) Reinikaisen (2002) tutkimus tuo esille, että seksuaalisuus on iso osa nuoren elämää ja näin ollen sitä mietitään paljon. Tutkimuksen haastateltavat olivat sitä mieltä, että nuorten seksuaalisuus ilmenee pukeutumisena, julkisena seurusteluna ja puheina. Nuoren toimintaan vaikuttaa ajatusmaailma siitä, että muut ovat kokeneempia kuin nuori itse. Seksuaalisuuden ylikorostaminen nyky-yhteiskunnassa ja nuorisokulttuuri vaikuttavat nuoreen ja hänen seksuaaliseen käyttäytymiseen. Osa vastaajista ajatteli, että nuoren voi olla hankalaa kasvaa omaan seksuaalisuutensa, koska media antaa vääristynyttä kuvaa siitä. (Reinikainen 2002, 66–72.)

Seksuaaliterveys voidaan määritellä fyysisen, psyykkisen, emotionaalisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tilaksi, joka on suhteessa seksuaalisuuteen. Hyvä seksuaaliterveys sisältää positiivisen suhteutumisen seksuaalisuuteen ja se on vapaa pakottamisesta ja väkivallasta. Hyvä itsetunto ja itsensä kunnioittaminen ovat olennaisia tekijöitä nuoren seksuaaliterveydessä. (Väestöliitto 2012 b; Väestöliitto 2012c.)

### 3 NUORI, SEURUSTELU JA SEKSI

Nuoren sosiaalinen kehitys kulkee yhdessä persoonallisen kehityksen kanssa. Ihmisen varhaiset ihmissuhteet vaikuttavat siihen, miten ihminen myöhemmin kohtaa toisia ihmisiä. Nuoruuden haasteita ovat parisuhdetaitojen opettelu ja valmistautuminen pysyvään parisuhteeseen. (Aaltonen ym. 2003 85, 160–161, 171.)

#### 3.1 Nuori ja seurustelu

Nuorten seurustelu on yleistä. Nuorten seurustelu- ja parisuhteet ovat karkeasti jaoteltuna kolmenlaisia: lyhytaikaiset yhden illan jutut, muutamista päivistä muutamisiin kuukausiin kestävät seurustelusuhteet sekä vakituinen ja tulevaan tähtäävä seurustelu. Seurustelu on osa nuoren itsenäistymistä ja rakkaussuhteen avulla nuori tähtää kohti omaa elämää. Iän ja kokemuksen myötä käsitys vakituisesta seurustelusta muuttuu. Biologisella kypsymisellä on yhteys seurusteluasioihin. Mitä aikaisemmin puberteetti alkaa, sitä aikaisemmin myös seurustelu aloitetaan. Yksinäinen nuori voi kokea yhteisön painetta seurusteluun ja yksinäisyys aiheuttaa epävarmuutta ja häpeää. (Aaltonen ym. 2003 85, 160–161, 171.)

Seurustelun ja ystävyysuhteiden yhteen sovittaminen voi aiheuttaa ristiriitailanteita esimerkiksi silloin, kun ystävät tuntevat jäävänsä uuden seurustelusuhteen varjoon. Ystävyysuhteilla on merkitystä nuoren identiteetin rakentumisessa. Ne tarjoavat nuorelle hyväksytyksi tulemisen, yhteenkuulumisen, kiintymyksen ja toveruuden tunteita. Nuorten ystävyysuhteet kehittyvät vähitellen ja niiden merkitys lisääntyy vuosien myötä. Samassa tahdissa kuin nuoren moraalijajattelu kehittyy, kehittyy myös kyky vastavuoroisuuteen ja toisen asemaan asettumiseen. Keskeistä ystävyudessa on kyky ottaa huomioon toisen näkökantaja. Nuoruusiässä ystävyksillä on yhteisiä mieltymyksiä ja kiinnostuksen kohteita. Nuorten ystävyudessa muiden reaktiot vaikuttavat nuoreen esimerkiksi niin,

että nuorelle syntyy käsitys siitä, miten hänen tulisi käyttäytyä. Kokemukset, joita nuorelle kertyy ystävien kanssa, kehittävät nuoren sosiaalisen todellisuuden tajuamista. (Aaltonen ym. 2003, 91–94.)

Nuoren tunteet ja kiinnostusten kohteet vaihtelevat. Hänellä tulisi olla mahdollisuus kypsyä rauhassa omaan tahtiin. Nuoren olisi hyvä ymmärtää, että seurustelu voi olla hieno kokemus ilman seksiäkin ja seurustelun voi lopettaa myönteisellä tavalla toista loukkaamatta. Toimiminen seurustelusuhteissaan ikätasonsa mukaisesti on nuoren oikeus. Se, mikä ei nuoresta tunnu luonnolliselta, sitä hänen ei tarvitse tehdä. Tytöt miettivät poikia enemmän seurusteluun liittyviä asioita. Tytöt saattavat kokea, että suhteessa omilla ehdoilla toimiminen saattaa olla vaikeaa. Pojille yhden illan jutut ovat miellyttävämpiä, koska yleiset asenteet ovat sallivampia poikien yhden illan jutuille sekä kokeiluille. Seksuaalivalistuksessa nuorten yhden illan juttujen käsitteleminen olisi tarpeellista, sillä monilla nuorilla on yhden illan kestäviä suhteita. (Aaltonen ym. 2003 171–173; Antila 2010, 35.)

Heteroseksuaaliset ja ei-heteroseksuaaliset yksilöt on tarkoitus esittää samoista lähtökohdista ajatellen. Tätä kautta on tarkoitus tuoda esille suvaitsevaisuutta ja ihmisten monimuotoisuutta. (Lehtonen 2003, 33–35.) Ihmiset jaetaan tyypillisesti melko karkeasti kolmeen kategoriaan; homo-, hetero- ja biseksuaaleihin. Näiden sijasta voidaan käyttää käsitteitä hetero- ja ei-heteroseksuaalit. Nämä käsitteet eivät ole toisiaan poissulkevia, eivätkä ne myöskään kata kaikkea. Ei-heteroseksuaalista käsitettä käytetään kuvaamaan ihmistä, jolla on seksuaalisia tunteita ja/tai seksuaalisia tekoja, jotka kohdistuvat samaa sukupuolta oleviin yksilöihin kuin hän itse on. Ihminen saattaa määritellä seksuaalisuuttaan tai itseään termeillä, jotka liittyvät kulttuurissamme ei-heteroseksuaalisuuteen. Lähtökohtana ihmisen homo-, lesbo-, bi- tai hetero-määrittelylle tulisi olla se, että ihminen itse määrittelee itsensä, ennen kuin muut voivat häntä näin määritellä. Nuoret eivät koe homo- lesbo- tai bi-kategorioiden kuvaavan kovinkaan pätevästi elämänsä. Tunteiden, itsemäärittelyn ja käyttäytymisen muuttumattomuus määrittelyjen alla kyseenalaistetaan. Tässäkin suhteessa tulisi huomioida

ihmisen seksuaalisuuden jatkuva, elämän aikainen muuttuvuus. (Lehtonen 2003, 33–35.)

Ei-heteroseksuaalisuutta koskevan keskustelun tulisi olla avoimuutta ja erilaisuuden hyväksymistä edistävää. Vaikka suotuisampi suhtautuminen ei-heteroseksuaaleihin on lisääntynyt viime aikoina, saatetaan siihen silti suhtautua ennakkoluuloisesti. Tämän vuoksi ei-heteroseksuaaliselle nuorelle voi olla erittäin vaikeaa hyväksyä oma seksuaalinen identiteettinsä. Seksuaalikasvatuksessa pidetään usein heteroseksuaalisuutta itsestään selvänä lähtökohtana ja ei-heteroseksuaalisuutta erilaisena vaihtoehtona. Yhteiskunnan rakenteet, ihmisten sosiaaliset suhteet ja käyttäytyminen ovat luoneet pohjan käsitykselle, että heteroseksuaalisuus on normi. Esimerkiksi puhuttaessa ensimmäisestä kerrasta, ajatellaan usein oletusarvoisesti kyseessä olevan pojan ja tytön välinen ensimmäinen yhdyntä. (Aaltonen ym. 2003, 173; Antila 2010, 75; Lehtonen 2003, 65–67.) Suomalaisilla seksuaalivalistussivustoilla ei-heteroseksuaalisuus tuodaan esille enemmän fyysisenä vetovoimana, ei rakkaussuhteena, mikä liitetään enemmän heteroseksuaalisuuteen. Ei-heteroseksuaalisuus ei rajoitu pelkästään seksuaaliseen haluun, vaan on kokonaisvaltaista kuten heteroseksuaalisuuskin. (Antila 2010, 33, 70.)

### 3.2 Nuori ja seksi

Suomalainen kouluterveyskysely kerää tietoa valtakunnallisesti ja alueellisesti nuorten elinoloista, terveydestä, terveystottumuksista ja hyvinvoinnista. Kyselyn tulokset tukevat kunnissa ja kouluissa tehtävää työtä nuorten hyvinvoinnin sekä terveyden edistämiseksi. Kysely tehdään peruskoulujen 8. ja 9. luokkalaisille sekä lukioden ja ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuoden opiskelijoille. (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2011c.) Huomion arvoista on, että koko Suomessa kyselyyn vastanneilla ammattiin opiskelevilla nuorilla on enemmän kokemuksia seksuaalisesta kanssakäymisestä kuin saman ikäisillä lukiossa opiskelevilla. Ammattiin opiskelevilla on ollut myös enemmän seksikumppaneita, kuin saman

ikäisillä lukiolaisilla. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2011a; Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2011b.)

Nuorista 24 % on ollut yhdynnässä viiden tai useamman kanssa. Varsinaissuomalaisista ensimmäistä ja toista vuotta ammattiin opiskelevista 14 % ei ole käyttänyt mitään ehkäisyä viimeisimmässä yhdynnässä ja 23 % nuorista uskoo, ettei nainen voi tulla raskaaksi ensimmäisellä yhdyntäkerralla (Terveiden ja hyvinvoinninlaitos 2011 a; Terveiden ja hyvinvoinninlaitos 2011b.) Nuori etsii itseään seksuaalisessa vastavuoroisuudessa (Aalberg & Siimes, 2007, 95). Seksuaaliset kokemukset yleistyvät nuoruudessa ja ne etenevät johdonmukaisesti kohti intiimimpiä muotoja. Kokemukset alkavat useimmiten hyväilyistä ja suudelmista edeten erilaisten muotojen kautta ensimmäiseen yhdyntään. Nuorelle ensimmäinen yhdyntä on merkittävä tapahtuma. Nuorilla saattaa olla pelkoja seksuaalisuutta kohtaan. Näitä pelkoja voidaan ehkäistä ja vähentää asiallisella tiedolla seksistä ja myönteisen minäkuvan tukemisella. Nuorta tulisi tukea ymmärtämään, että seksuaalisuus on jatkuva kasvuprosessi. (Aaltonen ym. 2003, 162–163.)

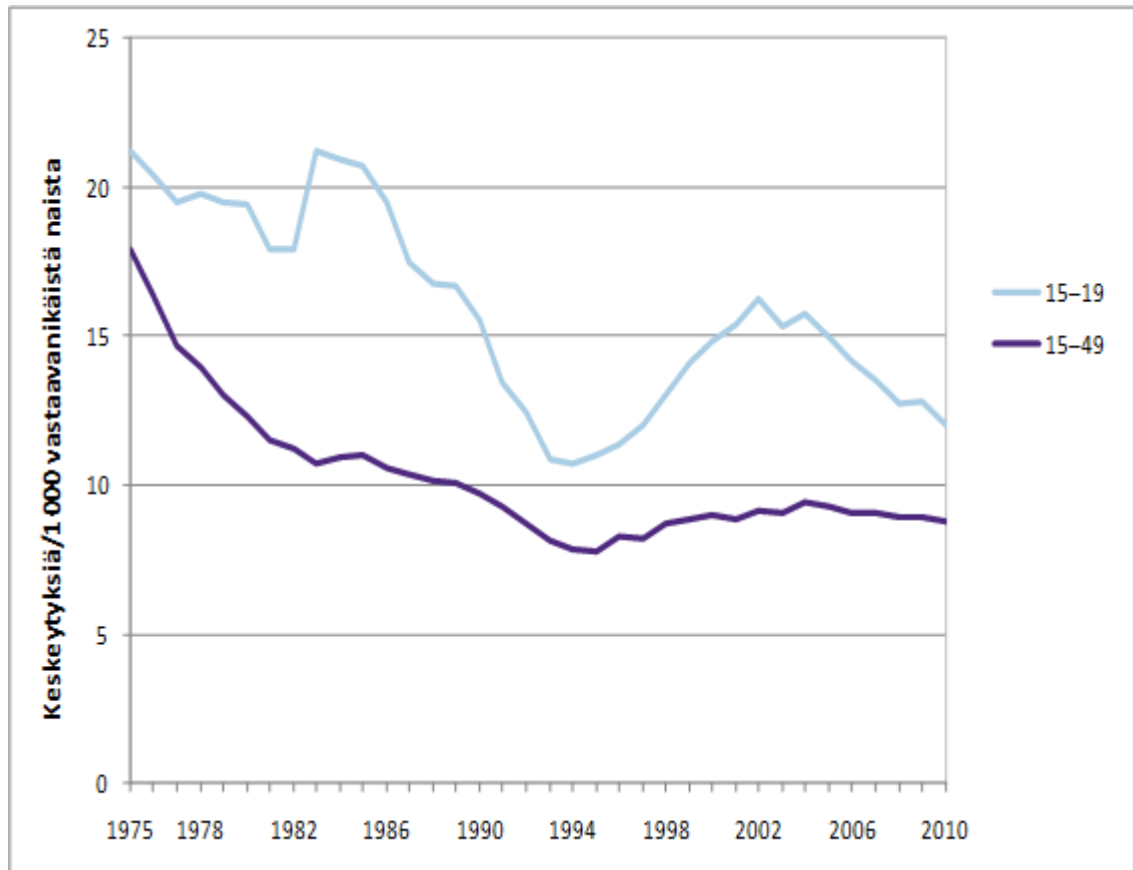
Sukupuolitauteihin lukeutuu muun muassa klamydia, tippuri, kuppa, herpes, HIV, hepatiitti B ja C sekä papilloomaviruksen aiheuttamat sukupuolitaudit, esimerkiksi kondylooma (Väestöliitto 2012e). Noin kolmasosa suomalaisista nuorista ei tiedä, että klamydiatulehdus voi aiheuttaa lapsettomuutta. Nuorista 5 % oli jopa sitä mieltä, ettei lapsettomuus voi olla klamydian seuraus. (Terveiden ja hyvinvoinninlaitos 2011 a; Terveiden ja hyvinvoinninlaitos 2011b.) Sukupuolitaudit tarttuvat herkästi limakalvokontaktissa ihmisestä toiseen ilman asianmukaista suojausta. Jotkin sukupuolitaudit voivat tarttua myös veren välityksellä, kuten HIV tai hepatiitit. Ensisijainen ehkäisy on aina kondomi, sillä se suojaa niin raskaudelta kuin sukupuolitaudeiltakin. Kun parisuhde on kestänyt kauemmin ja sukupuolitaudit on poissuljettu, turvallinen ehkäisyvaihtoehto on esimerkiksi e-pillarit. (Väestöliitto 2012 e; Väestöliitto 2012f.) Taudit voivat olla myös oireettomia, mikä ei kuitenkaan tarkoita, etteivät ne olisi vaarallisia. Sukupuolitaudit todetaan pääasiassa testeillä. Kaikkia tauteja ei kuitenkaan niissä todeta, vaan ne huomataan vasta oireiden ilmaannuttua. (Väestöliitto 2012e.)

Nuoret saattavat tuntea syyllisyyttä ja pelkoa seksitauteja kohtaan. Nuorilla on tietoa seksitaudeista, mutta se ei aina riitä ohjaamaan toimintaa. Kun nuori havaitsee ottaneensa riskin, nousevat häpeän ja syyllisyyden tunteet esiin. Nuori tarvitsee ymmärrystä ja tukea seksitautiin sairastuessaan. Vastuu itsestä ja toisesta kuuluu sukupuolielämään. (Aaltonen ym. 2003, 168.)

Vuonna 2010 Suomessa ilmoitettiin yhteensä 12 825 klamydiatartuntaa, joista suurin osa oli 15–24-vuotiailla naisilla. Yli 20-vuotiailla naisilla todettiin noin 3000 tartuntaa, kun taas 15–19-vuotiaiden osuus oli hieman alle 2500 ilmoitettua tartuntaa. Nuorilla miehillä (15–19-vuotiaat) todettiin noin 700 tartuntaa. (Hulkko ym. 2011.) Kondomin käyttöä nuorten keskuudessa vähentää niiden korkea hinta ja niiden saatavuutta pyritäänkin parantamaan arvolisäveroa alentamalla sekä lisäämällä ilmaisjakelua terveydenhuollon toimipisteissä (Sosiaali- ja terveysministeriö 2012, 114–116).

Sukupuoliyhteydessä raskauden ehkäisyn pettäessä tai tilanteissa, joissa ehkäisyä ei ole käytetty, on mahdollista turvautua jälkiehkäisyyn. Jälkiehkäisytabletti tulee ottaa mielellään 12 tunnin ja viimeistään 72 tunnin kuluttua yhdynnästä. Lääkkeen ehkäisyteho on sitä parempi, mitä nopeammin sen ottaa. Se ehkäisee raskauden alkamisen, mutta ei keskeytä jo alkanutta raskautta. Alle 20-vuotiaat jälkiehkäisyä hakevat nuoret ohjataan jälkitarkastukseen saamaan yksilöllistä ehkäisy- ja seksuaalineuvontaa. (Käypähoito 2010.) Väestöntutkimuslaitoksen kokoaman selvityksen mukaan Suomessa tehdään vuosittain noin 10 000 aborttia, joista toiseksi eniten 15–19-vuotiaille teini-ikäisille. Vaikka tässä ikäryhmässä aborttien määrä on ollut laskussa 2000-luvun aikana, tehdään silti edelleen noin 2300 aborttia vuodessa. (Väisänen 2011.) Kuviosta 1 käy ilmi, että 15–19-vuotiaiden ikäluokassa aborttien määrä on korkea (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2011d).

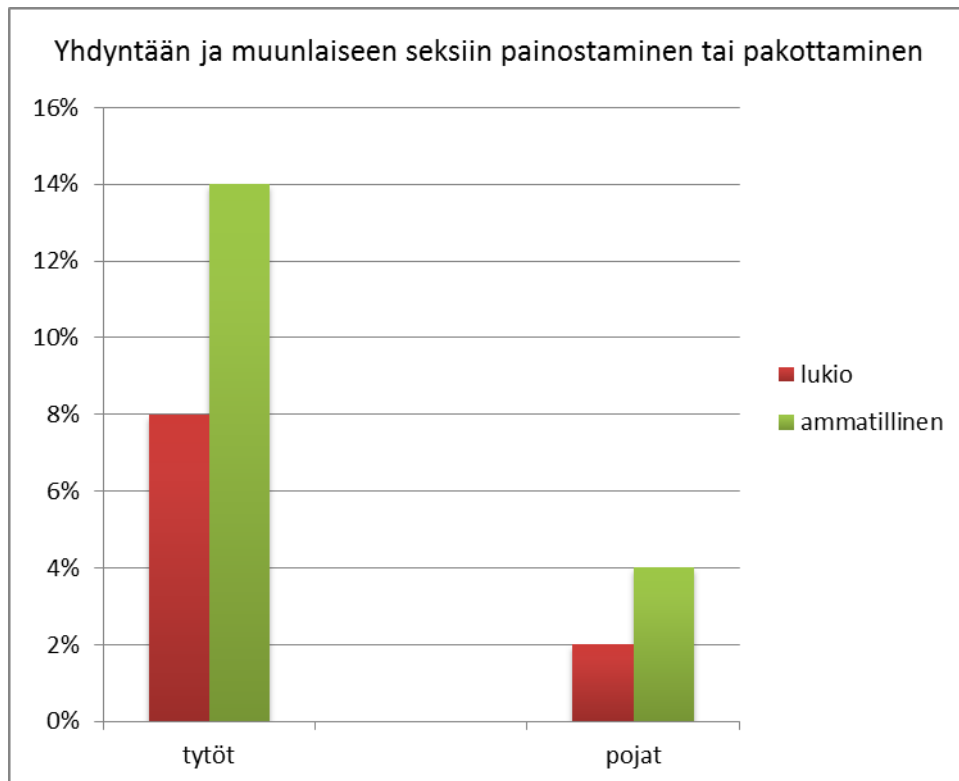




KUVIO 1. Raskauden keskeytykset tuhatta naista kohden. Vertailussa 15–19-vuotiaiden ikäryhmän aborttien määrä koko ikäryhmään (15–49-vuotiaat) verrattuna (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2011d).

Seksiin painostaminen ja pakottaminen ovat seksuaalista kaltoinkohtelua, joka tarkoittaa vastoin omaa tahtoa tapahtuvaa seksuaalista toimintaa (Väestöliitto 2012d). Kouluterveyskyselyn tuloksissa on nähtävissä, että ammattiin opiskelevista tytöistä 14 % ja pojista 4 % on joutunut kokemaan yhdyntään tai muunlaiseen seksiin painostamista tai pakottamista, vastaavasti lukiolaisilla luvut ovat tytöillä 8 % ja pojilla 2 % (Kuvio 2; Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2011 a; Terveyden ja hyvinvoinnin laitost 2011b). Seksuaalista kaltoinkohtelua ovat yhdynnän lisäksi esimerkiksi vartaloon tai seksiin liittyvä vihjailu, uhkailu, kiristäminen ja lahjonta. Rahaa, tavaraa tai päihteitä on tarjottu vastineeksi seksistä 9 % tytöistä 4 % pojista. (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2011 a; Terveyden ja hyvinvoinnin laitost 2011b). Nuorista 65 % kokee kieltäytymisen ei-halutusta seksuaa-

lisestä kanssakäymisestä erittäin helpoksi ja 30 % melko helpoksi (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2011 a; Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2011b). Seksiin liittyvien asioiden katsomaan ja kuuntelemaan pakottaminen on myös laitonta. Kaltoinkohtelija voi olla mies tai nainen, aikuinen tai nuori. Kaltoinkohtelua voi tapahtua myös Internetissä, puhelimitse ja kasvotusten tapahtuvan pakottamisen ohella. (Väestöliitto 2012d.)



KUVIO 2. Seksiin painostamisen ja pakottamisen kohteeksi joutuminen lukiolaisilla sekä ammattiin opiskelevilla nuorilla Varsinais-Suomessa (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2011a; Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2011b).

Seksuaalisen väkivallan uhrien hoitoon hakeutumista edistetään kehittämällä niin sanottuja matalan kynnyksen palveluita nuorten tarpeet huomioiden. Kolmannen sektorin palveluiden jatkuminen turvataan ja erityisesti nuorten uhrien varhaiseen tunnistamiseen panostetaan sosiaali- ja terveydenhuollon palveluissa. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2012, 123.)

## 4 NUORI SEKSUAALITIEDON LÄHTEILLÄ

Seksuaalikasvatus perustuu ajatukseen, että seksuaalisuuden kehittyminen on elinikäinen prosessi. Seksuaalikasvatus on monialaista ja eri näkökohtien oppimista varhaislapsuudesta alkaen jatkuen läpi koko elämän. Nämä alueet ovat kognitiiviset, sosiaaliset, emotionaaliset, fyysiset ja vuorovaikutteiset näkökohdat. Lisäksi seksuaalisuuden osa-alueisiin kuuluvat eettiset ja biologiset tekijät. Ihminen hankkii ja saa sellaisia tietoja, arvoja, asenteita ja taitoja, joita tarvitsee seksuaalisuuteensa. (Bildjuschkin ym. 2012; WHO 2012, 19, 31.) UNESCO eli Yhdistyneiden Kansakuntien kasvatus-, tiede- ja kulttuurijärjestö sekä muut YK:n järjestöt ovat määritelleet seksuaalikasvatuksen olevan ikään nähden sopivaa ja kulttuurisesti merkityksellinen tapa kertoa seksistä ja suhteista esittämällä paikkansapitävää, realistista ja ei-tuomitsevaa tietoa. Se tarjoaa yksilölle mahdollisuuden tarkastella omia arvojaan sekä asenteitaan, ja kehittää seksuaalisuuden eri näkökohtiin liittyviä päätöksenteko-, viestintä- ja riskientorjuntataitoja. (WHO 2010, 20.)

Seksuaalikasvatuksen tulee perustua itsemääräämisoikeuteen, tasa-arvoon ja erilaisuuden hyväksymiseen. Sen tulisi olla henkilön ikään, kehitystasoon ja käsityskykyyn sopivaa, sekä siinä on otettava huomioon sukupuoli, kulttuuri ja sosiaaliset tekijät. Seksuaalikasvatuksen tulee tukea yksilön omaa seksuaalisuutta ja sukupuoli-identiteettiä. Aikuistuvien 16–18-vuotiaiden nuorten seksuaalikasvatuksessa tulee huomioida moninaisia asioita. Itsenäistyvä nuori alkaa muodostaa käsitystä omasta hetero- tai homoseksuaalisuudestaan. Seurustelukokeilut astuvat mukaan ja seksuaalisia kokemuksia alkaa karttua. Ennen kuin nuori aloittaa aktiivisen seksielämän, olisi ihanteellista, että hänellä olisi käsitys omasta itsestään ja kehostaan, oman kehon suojelusta sekä omista tunteistaan ja ajatuksistaan. Nuoren olisi kyettävä myös ottamaan vastuuta sekä itsestään että toisesta ihmisestä. (Kosunen & Ritamo 2004, 95,100; WHO 2010, 27–28.)

Nuoren seksuaaliterveyden ja kehityksen kannalta on tärkeää saada asiallista ja kattavaa tietoa, sillä kaupallinen seksuaaliviestintä saattaa antaa vääristyneitä

ja hämmentäviä tietoja. Sekä nuoren taustatekijöillä eli kehitysvaiheella, perhe-  
taustalla ja seksuaaliasioiden ajankohtaisuudella että virallisella seksuaalikas-  
vatuksella, on tärkeä merkitys nuoren seksuaalitiedoille. Asiallinen ja oikeanlai-  
nen tieto auttaa nuorta sopeutumaan muutoksiin sekä tukee seksuaaliterveyttä  
edistäviä valintoja. (Liinamo 2005, 80–81.)

Tiedonsaanti on nuorille erittäin tärkeää. Tietoa tulee saada tarpeeksi ja se täy-  
tyy olla ymmärrettävässä muodossa. Sukupuolitaudit, ehkäisymenetelmät, oi-  
keanlainen raskauden ehkäisy ja nuoren omat oikeudet ovat sellaista tietoutta,  
jota nuorella on Väestöliiton mukaan oikeus saada. Näiden asioiden lisäksi tie-  
toa tulee tarjota myös seksuaalisuuden luonnollisuudesta ja sen turvallisesta  
toteuttamisesta. Riittävä neuvonta ja siitä tiedottaminen on aikuisten velvolli-  
suus nuoria kohtaan. Terveystieteiden velvollisuudet nuorta kohtaan liittyvät  
oikein tehtyyn raskauden keskeytykseen tai nuoren niin halutessa, sen jatkami-  
seen, jolloin nuori on oikeutettu saamaan kaiken tarpeellisen tuen. Nuorella on  
oikeus myös osallistua nuorten seksuaaliterveyden palveluiden ja erilaisten  
nuorille suunnattujen ohjelmien suunnitteluun. (Väestöliitto 2012a.)

WHO on laatinut seksuaalikasvatuksen standardit. Ne antavat päättäjille, asian-  
tuntijoille ja viranomaisille suuntaa ja ohjeistusta siitä, mitä seksuaalikasvatuk-  
sen tulisi sisältää. Standardit sisältävät monia kohtia eri aiheista. Näitä aiheita  
ovat ihmiskeho ja ihmisen kehitys; hedelmällisyys ja lisääntyminen; seksuaali-  
suus, tunteet, ihmissuhteet ja elämäntyyli; seksuaalisuus, terveys ja hyvinvointi;  
seksuaalisuus ja oikeudet sekä seksuaalisuutta määrittävät sosiaaliset ja kult-  
tuuriset tekijät. Standardit on jaettu myös ikäluokittain. Standardeissa määritel-  
lään muun muassa, että nuoria (yli 15-vuotiaat) tulee auttaa ymmärtämään vas-  
tuunsa omasta sekä kumppaninsa seksuaaliterveydestä. Heitä tulisi opettaa  
keskustelemaan erilaisista suhteista ja erilaisista syistä harrastaa tai olla harras-  
tamatta seksiä. Keskustelutaitoa tulisi ohjata myös niin, että nuoret saisivat  
valmiuksia keskustella ja neuvotella tasaveroisina kumppaninsa kanssa toisen  
mielipiteitä kunnioittaen. Nuorille on myös opetettava, miten puolustautua ja  
suojata itseään seksuaaliselta häirinnältä. (WHO 2010, 51–54.)

Nykyaikana on olemassa laaja valikoima erilaisia Internetpelejä. Tämä luo haasteen uuden pelin ideoinnille ja sille, miten nuoren saa motivoitua pelaamaan ja oppimaan. Ruohotien (1998) mukaan motivaatio sana on alun perin tullut latinankielisestä sanasta *movere*, joka tarkoittaa liikkumista. Jälkeenpäin sanaa on muokattu tarkoittamaan käyttäytymistä perustelevaa ja ohjaavien tekijöiden järjestelmää. Motivoivat asiat voidaan jakaa sisäisiin ja ulkoisiin tekijöihin. Sisäisesti motivoitunut henkilö toimii uteliaisuuden ja kiinnostuksen avulla ilman ulkoisia palkkioita. Ulkoiseen motivaatioon taas kuuluu toimiminen sen mukaan, miten muut toivovat. Ulkoisessa motivaatiossa tärkeintä ovat palkkiot, suosio, hyväksyntä sekä mahdollisten rangaistusten välttäminen. (Ruohotie 1998, 36.) Nuorten koulunkäynnissä on paljon tekijöitä, jotka motivoivat nuorta, esimerkiksi arvosanat, kaverit ja vanhemmat (Nurmi & Salmela-Aro 2002, 127). Opetustilanteessa tulee huomioida se, jotta oppilaiden motivaatio opetettavaan aiheeseen syntyy ja myös säilyy, tehtävien tulee olla kiinnostavia ja mielekkäitä (Ikonen 2000, 61). Ekman (2006) selvitti tutkimuksessaan yhdeksäsluokkalaisten nuorten (n=93) asennoitumista seksuaalikasvatukseen ja koettua seksuaaliterveyttä. Tutkimus osoittaa, että nuoren asennoituminen oppimiseen on yhteydessä koettuun seksuaaliterveyteen ja seksuaalisen vastuullisuuden kehittymiseen. Vetäytyvä ja kielteinen asenne oli yhteydessä heikkoon koettuun seksuaaliterveyteen, ja myönteinen sekä menestykseen tähtäävä asenne oli yhteydessä hyväksi koettuun seksuaaliterveyteen. Seksuaalikasvatuksen kokeminen hyödyllisenä liittyy vahvasti hyvään koettuun kokonaisvaltaiseen seksuaaliterveyteen sekä seksuaaliseen sosiaaliseen vastuullisuuteen. Tämä osoittaa sen, että asian kokeminen tärkeäksi motivoi nuorta. (Ekman 2006, 119–120.)

Media on yksi nuoren ympäristön merkittävimpiä seksuaalikasvattajia ja nuoret pitävät sitä hyvänä tietolähteenä, selviää Kolarin (2007) tutkimuksessa. Tutkimuksessa selvitettiin lähiympäristön osuutta nuoren seksuaalikasvatuksesta. Lisäksi siinä kuvataan nuorten (n=40) kokemuksia ja kehittämisohjeita kouluterveydenhoitajan toteuttamasta seksuaalikasvatuksesta. Selin (2009) tarkasteli Internetin käyttöä varhaisnuorten seksuaaliterveystiedon lähteenä. Tutkimukseen osallistui 78 viidesluokkalaista oppilasta. Vastanneiden mielestä Internetistä on helppo löytää tietoa ja he kuluttavat Internetissä aikaa lähes päivit-

täin. Eniten tietoa seksuaalisuudesta oli saatu terveydenhoitajalta, mutta puolet pojista ja viidenes tytöistä oli löytänyt informaatiota myös Internetistä. Seksuaalisuudesta oli etsitty tietoa liittyen murrosikään, parisuhteisiin, ihastumiseen, seurusteluun ja kuukautisiin. (Selin 2009.) Myös Kolarin (2007) tutkimuksessa tuli esiin nuorten Internetin käytön säännöllisyys ja tiedonsaannin vaivattomuus. Internetin haittapuoliksi nuoret kokevat Internetin kontrolloimattomuuden ja sen mahdollisesti vanhentuneen tiedot (Kolari 2007, 61).

Antila (2010) tutki viiden suomalaisen nuorille suunnatun seksuaalivalistussivuston sisältöä. Tutkielmassa nousi esille, että seksuaalisivustoilla seksi esitetään nuorille asiana, jota helposti katuu. Seksin harrastamista kehoitetaan harkitsemaan tarkkaan ja pitkään. Katumus liitetään usein ensimmäiseen kertaan. Sivustoilla käsitellään runsaasti seksitauteja, ne ja niiden jälkiseuraamukset kuvaillaan tarkkaan. Sivustoilla luetellaan runsaasti myös riskejä ja uhkia, ja vaikiintunut parisuhde nähdään seksin harrastamisen tukikohtana. Poikien seksuaalinen halu esitellään voimakkaana ja olennaisena osana poikaa ja pojan kehoa. Tyttöjen halusta ei puhuta. Poikien esitetään olevan aina valmiita ja halukkaita seksiin, tyttöjen osaksi jää reagointi tähän. Seksuaalisivustojen sisällöissä toistuvat samat teemat: taudeista varoittelu, oman kehon aktiivinen tarkkailu sekä ehkäisyn merkitys. Sivustoilla seksuaalivalistus on voimaannuttavaa sekä seksuaalisen monimuotoisuuden puolesta puhuvaa, mutta toisaalta myös hyvin heteronormatiivista ja liian seksististä. Heteronormatiivisuus sivustoilla näkyy niin, että nais- ja miessukupuolet täydentävät toisiaan ja näiden välinen seksi on hyväksyttävää sekä normaalia. Tämä ei näy suorana kannanottona, vaan ennemmin myyttien esittämisenä faktoina ja kyseenalaistamattomuutena. (Antila 2010, 80, 84–88.)

Seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelmaa laadittaessa lukion pakollisen terveystiedon opetukseen sisältyy seksuaaliterveyden aiheita, toisin kuin ammatillisen perustutkinnon opetussuunnitelmaan (Sosiaali- ja terveysministeriö 2012, 37). Tämä on asettanut opiskelijat eriarvoiseen asemaan ja kouluterveyskyselyn tuloksissakin on havaittavissa tieto- ja käyttäytymiseroja seksuaali-

terveydessä juuri lukiolaisten ja ammatillisen koulutuksen opiskelijoiden välillä (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2011c).

Järvinen (2007) tutki lukion 2. ja 3. luokan oppilaiden (n=57) ajatuksia seksuaalisuudesta ja sen opetuksesta yläkoulussa. Nuoret kokivat seksuaalisuuden olevan osa ihmistä ja tämän minäkuva. Lukiolaiset kokivat seksuaaliopetuksessa tärkeäksi sen jatkuvuuden. Nuorten mukaan olisi hyvä, että opetus kestäisi läpi yläkoulun. Heidän mukaan seksuaaliopetus tulisi aloittaa käsittelemällä seksuaalisuuden termistöä ja arvoja. Lukiolaisten mielestä opetukseen ei tarvitse käyttää suuria määriä rahaa, vaan tärkeintä on pelkkä keskusteleminen aiheista. Asioiden havainnollistamisessa käytössä voisi olla videoita tai terveydenhuollon ammattilaisten luentoja. Tärkeänä nuoret pitivät myös erilaisia vierailukäyntejä terveydenhuollon yksiköihin, esimerkiksi ehkäisyneuvolakäynti olisi heistä kiinnostava. ”Seksitohtorilaatikko”- ideaa pidettiin hyvänä, sillä sinne saa laittaa askarruttavia kysymyksiä nimettömänä. (Järvinen 2007, 44–57.)

Pitkänen (2009) on tutkinut yläkoulun seksuaaliopetuksen opetusmenetelmiä opettajien (n=7) näkökulmasta. Seksuaaliopetuksessa eniten käytettyjä opetusmenetelmiä ovat pari- ja ryhmätyöt sekä opetuskeskustelut. Vaikka lähes kaikki opettajat kokivat opettajajohtoisen luennoinnin huonoksi opetusmenetelmäksi, oli se silti yleisimmin käytettyjen seksuaaliopetusmenetelmien joukossa. Toiminnalliset menetelmät oli opettajien keskuudessa todettu hyviksi oppimisen kannalta. Toiminnallisia menetelmiä käytettiin seksuaaliopetuksessa kuitenkin vain jonkin verran, tällaisia menetelmiä ovat esimerkiksi seksuaali-alias, draamaharjoitukset, muovailuvahan hyödyntäminen ehkäisy menetelmien havainnoinnissa, väittely ja erilaisten julisteiden teko. Suurin osa opettajista oli sitä mieltä, että parhaimmat oppimismenetelmät ovat sellaisia, joissa oppilaat ovat itse toimijoina ja vuorovaikutuksessa keskenään sekä hakevat itsenäisesti tietoa. Käytettyjen opetusmenetelmien valintaan vaikuttivat muun muassa opettajan omat valmiudet ja käytettävissä olevat resurssit, kuten aika, raha ja välineet. (Pitkänen 2009, 2, 46–58.) Innovatiiviset oppimismenetelmät lisäävät opiskelijan aktiivisuutta, osallistumista ja kysymistä (Peltonen 2011). Korpelaisen (2009)

mukaan innovatiivisia oppimismenetelmiä ovat esimerkiksi työssäoppiminen, verkko-opetus, etäopetus, klinikkaopetus ja ongelmalähtöinen oppiminen.

Koulun terveystiedon tunneilla käydään läpi ehkäisy ja sukupuolitaudit, mutta muut nuorten mieltä askarruttavat asiat jäävät usein sivuun. Nuoret kertovat, että he haluaisivat lisää tietoa seurustelusta, parisuhteesta, rakastumisesta, lämpimien ja läheisten ihmissuhteiden solmimisesta ja ylläpidosta, ristiriitojen ratkaisemisesta ja suhteen päättymiseen liittyvistä kysymyksistä. (Mannerheim lastensuojeluliitto 2012.) Sekä tytöt että pojat halusivat seksuaalisuutta käsittelevien Internetsivujen sisältävän informaatiota pelin muodossa. Tytöt kertoivat lisäksi, että tiedon pitäisi olla helposti ymmärrettävissä. Sivustojen sisällön tulisi perustua nuorten itse esiin tuomiin tarpeisiin ja niissä tulisi rohkaista nuorta keskustelemaan seksuaalisuuteen liittyvistä asioista aikuisten kanssa. Internetsivujen tulisi olla vastaajien mielestä asiallisia ja luotettavia. Sivuilta toivottiin myös, että nuoret saisivat hankkia itse tietoa myös sellaisista asioista, joista he eivät uskalla kysyä esimerkiksi vanhemmilta. (Selin 2009, 37–53.) Brasiliassa toteutettu tutkimus kartoitti terveyttä edistävän pelin käyttöä sukupuolitautilien ja aidsin ehkäisyssä. Tutkimus toteutettiin julkisessa koulussa ja siihen osallistui 85 nuorta iältään 13–18-vuotta. Tutkimuksesta saatiin kannustavia tuloksia: pelin avulla nuoret saivat tietoa, peli herätti keskustelua ja sai nuoret pohtimaan aihetta. Havaittiin myös, että pelin avulla oppiminen oli tasapuolisempaa kuin opettajajohtoisessa luennoinnissa sekä oppilaiden oli helppo osallistua siihen. (Barbosa ym. 2010.)



## 5 PROJEKTIN TEHTÄVÄ JA TAVOITE

Projektin tehtävänä oli laatia 16–18-vuotiaille nuorille seksi- ja seurusteluaiheinen terveyttä edistävä Internetpeli. Tavoitteena on edistää nuorten turvallista ja toista kunnioittavaa seksuaalikäyttäytymistä.

## 6 PROJEKTIN TOTEUTTAMINEN

Sana projekti on peräisin latinasta ja tarkoittaa suunnitelmaa tai ehdotusta. Projekti on johonkin määritellyn tavoitteeseen pyrkivä, harkittu ja suunniteltu hanke. Sillä on aikataulu, määritellyt resurssit ja oma projektiorganisaatio. (Rissanen 2002, 14.) Marttala ja Karlssonin (2001) mukaan projekti on kestoaltaan rajallinen, ainutlaatuinen ja muusta toiminnasta erillään oleva toiminto, jolla on tarkoituksena saavuttaa resursseja ohjailemalla tietty päämäärä.

Projektin tarkka määrittelemine on ongelmallista, mutta projekti sisältää kaksi selvää piirrettä. Ensinnäkin projektilla on yksi ohjaava, erityinen tarkoitus ja lisäksi projekti on väliaikainen organisaatio, joka puretaan, kun tavoitteeseen on päästy. Projekti syntyy, kun voimassaoleva tilanne ei vastaa odotuksiin. Useimmat projektit alkavat näin ollen jostain ongelmasta, johon on keksitty alustava ratkaisuidea. (Marttala & Karlsson 2001, 14–18.) Tämä projekti kuului Salon terveyskeskuksen ja Salon ammattiopiston Hyvän olon työkalupakki-hankkeeseen. Hyvän olon työkalupakki on kehittämishanke, jonka tarkoituksena on nuorten terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen. Tavoitteena hankkeessa on nuorten haitallisten terveystottumusten vähentäminen, tietoisuuden lisääminen sekä heidän terveysvalintoihinsa vaikuttaminen ja terveellisyyteen kannustaminen. Kohderyhmänä tässä hankkeessa on ammattioppilaitoksen opiskelijat. Laaja-alaisesti hankkeen tavoitteena on kaventaa terveyseroja ja edistää nuorten hyvinvointia. (Salon seudun ammattiopisto 2011.) Peli tulee sisältymään Salon ammattiopiston Internetsivuille Hyvän Olon työkalupakkiin.

### 6.1 Aiheen valinta

Projekti alkaa määrittelyvaiheella. Siinä on tarkoituksena analysoida tarve projektin toteuttamiseksi (Virtanen 2000, 73–78). Marttalan ja Karlssonin (2001) mukaan projektin ensimmäisen vaiheen tarkoitus on analysoida ja tutkia kyseessä olevaa ongelmaa. Tämä projekti alkoi aihevalinnalla keväällä 2011. Aihe

rajattiin seurusteluun ja seksiin 16–18-vuotiaiden tarpeisiin vastaten. Aihevalintaan on vaikuttanut nuorten tarpeet ajantasaiselle ja ajattelua herättävälle seksuaalikasvatukselle. Viimeaikaisten tilastotietojen perusteella on syytä olettaa, että nuorten seksuaalikäyttäytymisessä sekä asenteissa on parantamisen varaa (Hulkko ym. 2011; Terveiden ja hyvinvoinninlaitos 2011a; Terveiden ja hyvinvoinninlaitos 2011b; Terveiden ja hyvinvoinninlaitos 2011c; Terveiden ja hyvinvoinninlaitos 2011d; Väisänen 2011).

Terveyttä edistävä Internetpeli on nuorta itseään aktivoiva oppimisympäristö, joka on helposti ja edullisesti saatavilla niin koulussa kuin kotonakin. Lisäksi Internet on osa nuorten päivittäistä elämää ja näin ollen se on luonteva kanava tiedon välittämiseksi. Internetpelin avulla voidaan edistää myös seuraavien Väestöliiton (2012a) määrittelemien nuorten seksuaalioikeuksien toteutumista: oikeus tietoon seksuaalisuudesta ja oikeus osallistua nuorille suunnatun aineiston tekemiseen. Lisäksi pelistä saatavan tiedon avulla nuori kykenee parantamaan muidenkin seksuaalioikeuksiensa toteutumista. Näitä ovat esimerkiksi oikeus seksuaalisuudesta nauttimiseen sekä oikeus suunnittelemattomilta raskauksilta, sukupuolitaudeilta ja seksuaaliselta hyväksikäytöltä suojautumiseen. (Väestöliitto 2012a).

Aihevalinnan jälkeen tehtiin toimeksiantosopimus (Liite 1) Salon terveystieteiden keskuksen kanssa. Projektia varten tehdyssä tiedonhaussa on käytetty sekä sähköisiä tietokantoja että kirjallisia lähteitä. Hakukielinä käytettiin suomea ja englantia. Hakusanoina sähköisissä tietokannoissa on käytetty seuraavia: terveyden edistäminen, terveystieteiden kasvatusta/-valistus, nuori, seksi, ehkäisy, seksuaalisuus, peli ja innovatiiviset oppimismenetelmät. Sähköisessä tiedonhaussa on käytetty sekä yleisiä hakukoneita (Google, Google Scholar) että terveystieteiden tietokantoja (Medic, Terveystieteen keskus, Cinahl, Academic search elite, Cochrane). Mukaan otetut aineistot on valittu tiivistelmän tai johdannon perusteella. Aihetta sivuavaa tietoa löytyi runsaasti, mutta 16–18-vuotiaiden seksuaalikasvatuksesta Internetpelin avulla ei ole olemassa juurikaan tutkittua tietoa. Internetistä löytyy paljon tietoa terveyden edistämisestä ja terveystieteiden kasvatuksesta, jolloin aiheena on enimmäkseen ruokavalio, liikunta ja päihteiden käyttö. Nuorille suunnatusta terveyteen

liittyvästä tiedosta suuri osa on kohdistettu yläkouluikäisille sekä varhaisnuorille. Pääasiallisesti ne liittyvät murrosiän tuomiin muutoksiin kehossa sekä mielessä. Seksistä, ehkäisystä ja seksuaalikasvatuksesta löytyy tietoa niin fyysisistä ominaisuuksista kuin käytännön faktoistakin. Erilaisia terveyttä edistäviä suomalaisia Internet-pelejä on olemassa monenlaisia. Tietovisoja löytyy paljon, esimerkiksi Just Wear It (Hiv-säätiö/AIDS-tukikeskus 2011). Useimpien visojen aiheina on ehkäisy, raskaus ja sukupuolitaudit. On olemassa myös roolipelejä, kuten Tamhattan, joissa erilaisilla elämänvalinnoilla voi vaikuttaa pelihahmon terveyteen ja tulevaisuuteen (Tampereen yliopisto 2010). Tällaisessa virtuaalimaailmassa pelaaja voi nähdä valintojensa vaikutuksen roolihahmon kautta ja siten miettiä oman elämänsä valintoja. Innovatiivisia oppimismenetelmiä on tutkittu jonkin verran (esimerkiksi Barbosa ym. 2010), varsinkin sellaisia, joissa on käytetty nykytekniikkaa ja sen tuomia uusia mahdollisuuksia. Tiedonkeruu ja perehtyminen aiheeseen jatkuivat koko projektin ajan. Suunnitelman hyväksymisen jälkeen haettiin projektilupaa (Liite 2). Luvan myöntämisen jälkeen alkoi pelin ideoiminen.

## 6.2 Pelin suunnittelu

Projektin toisessa vaiheessa Virtasen (2000) mukaan varsinainen suunnittelutyö valmistellaan. Vaihtoehtoisen määritelmän mukaan toinen vaihe on luova osio, jossa työstetään muutamia vaihtoehtoisia ratkaisuja ja niistä valitaan se, joka parhaiten ratkaisee ongelman. Tämä tehty valinta toimii seuraavien valintojen perustana. (Marttala & Karlsson 2001, 14–18.) Väestön tieto- ja viestintätekniikan käyttö -tutkimuksessa käy ilmi, että yhteisöpalvelut kuuluvat kiinteänä osana nuorten sosiaaliseen elämään. Päivittäin yhteisöpalveluita, esimerkiksi Facebook tai Twitter, käyttävät 44 % 16–24-vuotiasta ja lähes viidesosa nuorista aikuisista käyttää yhteisöpalveluita useasti päivässä. (Tilastokeskus 2010.)

Projektin suunnitteluvaiheen alussa käytiin seuraamassa toisen vastaavanlaisen projektin suunnittelutuntia Salon ammattiopistossa. Suunnittelutunnin pitivät kyseisen projektin tekniset toteuttajat. Kohderyhmää edusti ryhmä da-

tanomiopiskelijoita. Tunnilta saatiin ajatuksia ja ehdotuksia pelin ideointiin. Näitä ehdotuksia antoivat sekä kohderyhmän edustajat että tekniset toteuttajat. Kohderyhmä oli sitä mieltä, ettei pelissä tulisi olla pitkiä tietoiskuja ja kysymyksiä olisi korkeintaan kymmenen. Tarinamuoto ja taustamusiikki saivat tältä kohderyhmältä kannatusta. Tekniset toteuttajat suosittelivat, että peliin tulisi tuoda koukuttavuutta, joka saisi pelaajan pelaamaan. Koukuttavuutta peliin voisi heidän mukaan tuoda esimerkiksi mielenkiintoisilla kuvilla.

Sisältöehdotusten ja mielipiteiden keruu jatkui kohderyhmään kuuluvilta lähihoitaja- ja datanomiopiskelijoilta tammi-helmikuussa 2012. Sisällön keruu toteutettiin oppitunneilla Salon seudun ammattiopiston tiloissa. Ennen oppitunteja sosiaaliseen mediaan, Facebookiin, tehtiin Netti Peli -niminen profiili, johon nuoret saisivat kirjoittaa ehdotuksiaan. Profiiliin seinä ja kaverilista näkyivät vain profiilin käyttäjälle. Toiset palvelun käyttäjät eivät siis nähneet toistensa kirjoituksia ja näin opiskelijoille annettiin mahdollisuus kertoa mielipiteensä ja ehdotuksensa yksityisesti. Kummallekin ryhmälle pidettiin oppitunti, jonka alussa projekti esiteltiin ja opiskelijoille annettiin sisältötehtävä. Tunnit toteutettiin luokassa, jossa kullakin opiskelijalla oli oma tietokone. Oppitunnin suunnitelman tukemiseksi lähihoitajaryhmille (n=9, n=22) tehtiin PowerPoint -esitys (Liite 3). Lähihoitajaryhmien kanssa keskityttiin Internetpelin seurusteluun ja seksiin liittyvään sisältöön. Peliin pyydettiin tarinaehdotuksia, yksittäisiä kysymyksiä ja koko peliin liittyviä yleisiä ideoita. He saivat keskustella vapaasti keskenään ja tuottaa sisältöehdotuksia sekä mielipiteitä joko pienryhmissä tai yksin. Tämän jälkeen he arvioivat pelit ja kertoivat ehdotuksensa sekä mielipiteensä Facebookin ja sähköpostin välityksellä.

Power point -esitys (Liite 4) tehtiin myös datanomiopiskelijoiden oppitunnin tueksi. Datanomiopiskelijoilta (n=7) haluttiin tietoa Internetpelin teknisestä puolesta, kuten ulkoasusta ja rakenteesta. Heitä pyydettiin tutustumaan jo olemassa oleviin kolmeen seksiin ja seurusteluun liittyvään Internetpeliin, jotka olivat Just wear it (Hiv-säätiö/AIDS-tukikeskus 2011), Kondomiajokortti (2011) ja Seksin ABC (2010). Kun peliin oli tutustuttu, opiskelijat kertoivat ideansa ja arviointinsa

peleistä Facebookin ja sähköpostin välityksellä. Muutama opiskelija tulosti Word-tiedostoon kirjoittamansa tekstin.

Projektin kolmannessa vaiheessa Virtasen (2000) mukaan suunnitellaan toimeenpanoa, kun taas Marttala ja Karlsson (2001) tutkivat, mitä ongelman ratkaisu käytännössä vaatii. Lähihoitajaopiskelijat ideoivat erilaisia tarinoita siitä, miten pelin juoni voisi edetä. Pelistä halutaan saada sellaista hyödyllistä tietoa, mikä ei ole entuudestaan tuttua. Nuoret ehdottivat erilaisia kysymys-, tapahtuma- ja loppuratkaisuvaihtoehtoja. Käsiteltäviksi aihealueiksi toivottiin raskaus, abortti, kokeneisuus, parisuhteen ristiriitatilanteet, vuorovaikutus, luottamus, ehkäisy, sukupuolitaudit ja niiden seuraukset. Pelin hahmojen ja ulkoasun haluttiin olevan pelaajan itsensä muokattavissa, esimerkiksi sukupuoleen, seksuaalisen suuntautumiseen, kehotyyppiin ja ulkonäköön pystyisi vaikuttamaan. Värimaailmaan toivottiin värikkyyttä ja pirteyttä. Aiheeseen liittyvät huumori, kuvat ja videopätkät koettiin mieluisiksi. Ehdotusten mukaan musiikki sekä värimaailma voisi vaihtua pelin tunnelman mukaisesti. Pelissä seurustelusuhteen tilaa voisi ilmentää erilaisilla kuvioilla ja mittareilla, esimerkiksi tunnemittarilla, suhdemittarilla ja hymiöillä. Informaatiota sisältäviä tietoruutuja ehdotettiin pelin oheen. Peliin ehdotettiin sattumanvaraisuutta esimerkiksi heittämällä noppaa raskauden mahdollisuudesta.

Datanomiopiskelijat korostivat, että pelin ja sen ulkoasun tulisi olla selkeä sekä tekstifontin helposti luettavaa. Opiskelijat kokivat pelkän tietovisan tylsäksi. Pelin kysymyksiin toivottiin monipuolisuutta ja haasteita. Olemassa olevien pelien koettiin olevan nuoremmille suunnattuja ja niiden kysymyksiä pidettiin liian helppoina. Pelihahmojen ja tilanteiden toivottiin olevan realistisia, jotta niihin voisi samaistua. Peliin ehdotettiin teemaan sopivaa musiikkia. Aiheeseen liittyviä asiallisia pelejä ei löytynyt montaa.

Toimeksiantajan ja nuorten ajatukset pelin suhteen olivat samansuuntaisia, sillä selkeys, pelihahmon muokattavuus, taustamusiikki ja pulmatilanteiden ratkaisu tulivat esiin molempien ideoista. Lisäksi toimeksiantaja toivoi pelin lähtökohdaksi positiivista näkökulmaa. Ulkoasua ja kysymysten aiheita suunniteltiin toimeksiantajan toiveiden, kohderyhmän ehdotusten ja ideoiden sekä ajankohtaisten

tutkimusten pohjalta (esimerkiksi Terveiden ja hyvinvoinninlaitos 2011c). Suunnittelussa otettiin huomioon myös seksuaalikasvatuksen standardit ja seksuaalioikeudet.

### 6.3 Pelin sisältö ja toteutus

Neljäs vaihe projektissa on varsinainen toteuttamisvaihe. Siinä ongelma tulee ratkaista eli saada aikaan valmis ratkaisu. (Marttala & Karlsson 2001, 14–18.) Suomalaisilla olemassa olevilla seksuaalivalistussivustoilla korostuu negatiivinen sävy, mutta kuitenkin positiivisen nautinnon korostaminenkin on otettu huomioon. Negatiivisia sivuilla korostettuja asioita on muun muassa kipu, ulkonäköpaineet, huono itsetunto ja pelko. Myönteinen asia sivustoilla on hyvän itsetunnon merkitys. Hyvä itsetunto on nuoren vahvuus ulkonäköpaineita, painostusta ja tunne-elämän sekamelskaa vastaan (Antila 2010, 51–54, 68). Myönteisiä asioita sivustoilla korostetaan siis huomattavasti vähemmän kuin negatiivisia. Kuitenkin positiivinen näkökulma ja myönteisiä asioita korostava lähestyminen voisi olla nuoriin vaikuttavaa. Asiat eivät silloin näyttäytyisi nuorille tuomittavina eivätkä pelottavina. Tässä projektissa sisällön teema on tästä johtuen positiivinen. Pelissä ei syyllistetä nuorta epäsuotuisten vastauksien takia, vaan tavoitteena on tuoda ilmi mahdollisia seurauksia. Vaikka nykyään seksuaalivähemmistöt ovat mitä etenevissä määrin esillä, on seksuaalikasvatus edelleen hyvin heteropainotteista (Lehtonen 2003, 33). Tämän vuoksi pelissä tuodaan esille myös ei-heteroseksuaalisuutta. Pelissä huomioidaan ei-heteroseksuaaliset pelaajat pelihahmon kumppanin valinnassa ja kysymyksissä. Pelin avulla nuori pyritään saamaan ajattelemaan pelissä tekemiään ratkaisuja ja niiden seurauksia.

Peli on tarinamuodossa etenevä sarja kysymyksiä. Tarinan alussa pelaaja valitsee itselleen kumppanin, jonka kanssa sovitaan treffit. Treffitapissa (Kuvio 3) esitetään kysymys, jonka vastauksen perusteella tarina erkanee joko seurustelu- tai yhden illan juttu -painotteiseksi. Pelissä on 18 erilaista etenemispolkua ja siten myös kysymyksiä, jotka kuuluvat vain tietyille poluille. Mikäli pelaaja valit-

see esimerkiksi ehkäisyyn liittyvässä kysymyksessä sellaisen vastauksen, jonka seurauksena pelihahmo voi tulla raskaaksi tai saada sukupuolitaudin, siirtyy pelin tarina edellä mainittuihin asioihin liittyviin kysymyksiin. Mikäli pelaaja taas valitsee vastauksensa siten, että raskauden tai sukupuolitaudin mahdollisuus on erittäin epätodennäköinen, siirtyy tarina eteenpäin esimerkiksi itsemääräämisoikeuteen tai tunteiden ilmaisemiseen liittyvään kysymykseen. Tämä tuo peliin vaihtelevuutta ja monipuolisuutta. Pelaajan valitsemat vastaukset vaikuttavat tarinan etenemiseen ja tunneliikennevalot lopputulokseen, johon pelaajaa päätyy.

**2. Treffit ovat menneet hyvin. Treffikumppanisi kertoo vanhempiansa olevan poissa kotoa ja kutsuu sinut jatkamaan iltaa kotiinsa. Mitä ajattelet?**

- a) Menet hänen kotiinsa. Pidätte mukavan illan leffan parissa, ja sovitte tapaavanne vielä uudelleen.
- b) Menet hänen kotiinsa ja päätätte pitää kivan illan, vaikka teistä tuntuu ettette ole toisianne varten.
- c) Et mene vielä hänen kotiinsa, mutta sovitte uudet treffit että voit tutustua häneen paremmin.

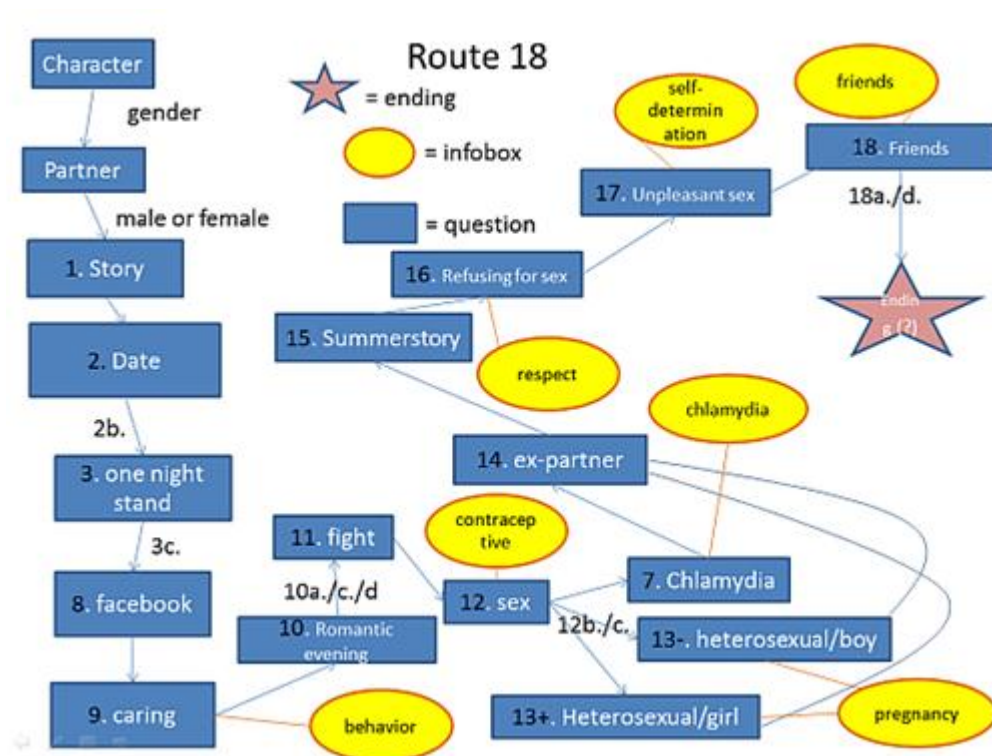


KUVIO 3. Treffietapin kysymys.

Poluissa (Kuvio 4) tulee vastaan erilaisia tapahtumia, joiden yhteydessä on niihin liittyviä kysymyksiä ja tietoruutuja. Polussa siniset laatikot tarkoittavat kysymystä. Laatikkoon on kirjoitettu kysymyksen teema, joka pelissä siinä kohdassa tulee olemaan. Keltaiset soikiot ovat tietoruutuja, jotka liittyvät kysymyksen aiheeseen ja tulevat esiin, kun pelaaja on vastannut. Tähti tarkoittaa lopputulosta, jossa paljastuu yksi kolmesta loppuvaihtoehdosta. Lopputulos riippuu siitä, mitä



pelaaja on valinnut tunnemittarista pelin edetessä. Niissä herätetään pelaajaa miettimään tekemiensä valintojen aiheuttamia tunteita sekä kannustetaan positiivisia tunteita herättäviin valintoihin tulevaisuudessa. Yhden illan juttu -polussa käsitellään seksiin painostamista, itsemääräämisoikeutta, ehkäisyä ja tunteita. Seurustelupolussa käsitellään teemoja, joita seurustelun edetessä voi tulla vastaan, esimerkiksi mustasukkaisuus, seksi, riidat, toisen kunnioittaminen, seurustelun ja kavereiden yhteensovittaminen, tunteiden näyttäminen sekä pettäminen.



KUVIO 4. Esimerkkipolku

Tietoruutuja (Kuvio 5) luotiin peliin antamaan pelaajalle tietoa hänelle ajankoh-  
taisista aiheista. Lisäksi tietoruuduilla pyrittiin elävöittämään peliä ja motivoi-  
maan pelaajaa. Huumorilla tuotiin positiivisuutta ja nuoria kiinnostavia näkökul-  
mia. Tietoruutujen ulkonäöstä haluttiin huomiota herättäviä ja taustasta selkeäs-  
ti erottuvia, jotta pelaajan on helppo ja mukava lukea niitä. Tietoruudut aukeavat  
erillisenä ikkunana pelin päälle vastaamisen jälkeen, jolloin huomio kiinnittyy

tietoruudussa kerrottuun asiaan. Pelissä olevat taustakuvat tehtiin projektin tekijöiden toimesta ja niiden tekemiseen käytettiin Paint Shop Pro – kuvankäsittelyohjelmaa. Pelin sisällön tuottamisen lisäksi tehty tekniseen toteutukseen liittyvä luova työ vei odotettua enemmän projektin tekijöiden aikaa.



KUVIO 5. Esimerkki tietoruudusta.

Pelihahmojen visuaalinen toteutus suunniteltiin tapahtuvaksi hahmokilpailun avulla. Projektin toimeksiantaja järjesti Salon seudun ammattiopiston kulttuuri-puolen opiskelijoille kilpailun, jossa opiskelijoille annettiin tehtäväksi viisi mies-puolista ja viisi naispuolista pelihahmoa joko käsin tai tietokoneella. Hahmoista parhaat olisi valittu käytettäväksi pelihahmoina. Kilpailuun ei kuitenkaan saatu yhtään osallistujaa kilpailun ajankohdan ja lyhyen osallistumisajan (2 viikkoa) vuoksi. Keväällä, juuri ennen lukukauden loppua ei löytynyt yhtään opiskelijaa, joka olisi halunnut osallistua. Tämän vuoksi pelihahmot päädyttiin valitsemaan

Internetistä ilmaiseksi ja vapaasti käytettävissä olevien pelihahmojen valikoi-  
masta.

Alun perin peliin suunniteltiin pisteytysjärjestelmä, jolla oli tarkoitus saada kou-  
kuttavuutta peliin. Eri vastaukset antaisivat eri määrän pisteitä, jotka vaikuttaisi-  
vat lopputulokseen. Pisteiksi ajateltiin sydämiä, joiden määrä vaikuttaisi hahmon  
hyvinvointiin ja elämään. Kaikissa kysymyksissä ei vastauksella kuitenkaan olisi  
pisteiden keruun kannalta merkitystä, vaan tarkoitus on saada nuori ajattele-  
maan kysymyksen aihetta. Pisteytysjärjestelmän toteuttaminen osoittautui kui-  
tenkin erittäin haastavaksi. Pelin luonteen vuoksi pelaajan vastauksia ei voi  
asettaa paremmuusjärjestykseen. Faktatietoon perustuvissa toiminnallisissa  
kysymyksissä vastausten arvottaminen onnistui. Suurin osa pelin kysymyksistä  
liittyi kuitenkin pelaajan tunteisiin tai ajatuksiin, eikä tällaisia vastauksia voi mää-  
rittää oikeaksi tai vääräksi. Pisteytysjärjestelmä vaihdettiin tunnetilaa kuvaavaan  
mittariin. Konkreettisesti mittari esitetään liikennevalojen muodossa, joista pe-  
laaja valitsee jokaisen kysymyksen yhteydessä vihreän, keltaisen tai punaisen  
värin. Vihreä kuvaa positiivisia ja miellyttäviä ajatuksia, keltainen neutraaleja ja  
punainen negatiivisia sekä epämiellyttäviä tunteita. Pelaaja tekee värivalinnan  
kysymyksen ja oman vastauksensa herättämien tunteiden ja ajatusten perus-  
teella. Peli on rakenteeltaan ja ulkoasultaan selkeä, joten pelaajan on helppo  
edetä pelissä. Kohderyhmän toiveista poiketen pelissä ei ole taustamusiikkia  
ajallisista ja tekijänoikeudellisista syistä johtuen.

Pelin teknisestä toteutuksesta vastasi ranskalainen vaihto-oppilas, joka teki pe-  
lin työharjoittelunaan. Teknistä toteuttamista varten pelin kysymyspoluista teh-  
tiin kaaviot ensin ajatuskartan (Liite 5) muodossa, jonka avulla muokattiin yksit-  
täiset polut, joissa kysymykset (Liite 6) esiintyvät. Polut esitettiin Power Point -  
tiedostojen muodossa siten, että yksi dia vastasi yhtä polkua (Liite 7). Pelin ky-  
symykset ja tietoruudut (Liite 8) tuotettiin kirjalliseen muotoon Word-ohjelmalla.  
Kysymykset ja tietoruudut koodattiin numeroin ja englanninkielisin otsikoin, jotta  
pelin tekninen toteuttaja kykenisi yhdistämään kysymyksen oikeaan kohtaan  
kysymyspolussa. Toteuttaja loi rakenteen, johon kysymykset, tietoruudut, loppu-  
ratkaisut ja kuvat lisättiin.

Pelin ulkoasuun ja rakenteeseen liittyvistä yksityiskohdista keskusteltiin projektin toimeksiantajan, pelin teknisen toteuttajan ja hänen ohjaajiensa kanssa pide-tyissä palaverissa. Tämän lisäksi peliä ja sen rakennetta on työstetty projektin tekijöiden ja teknisen toteuttajan välisenä yhteistyönä.

Pelin lopullinen nimi päätettiin vasta projektin loppuvaiheessa yhteisymmärryksessä projektin toimeksiantajan kanssa. Nimen haluttiin olevan raikas ja kiinnostusta herättävä. Sen tuli myös ilmentää pelin valintoihin perustuvaa luonnetta, joten nimeksi valittiin ”PariSuhdetta?”.

Projektin viimeisessä vaiheessa projektin tulos luovutetaan toimeksiantajalle tai asiakkaalle. Tähän vaiheeseen kuuluu myös tulosten arviointi. Lisäksi tulee pohtia, onko projekti saavuttanut tavoitteensa. Tämän jälkeen tilaaja voi ottaa ratkaisun käyttöönsä ja tilaajan tulee myös seurata, miten ratkaisu toimii käytännössä. (Marttala & Karlsson 2001, 14–18.) Loppuraportti on hyvä mittari projektin päättymiselle. Siihen tulee tiivis tieto projektista ja sen etenemisestä. Loppuraportti on myös hyödyllinen tiedon ja kokemuksen siirrossa, kun tulevaisuuden projektit voidaan rakentaa vanhan pohjalle. (Salonen 1996, 73.) Projektin tuotoksena syntyneen pelin tekninen toteuttaminen jatkui vielä tämän kirjallisen raportin palautusvaiheessa. Peli luovutetaan toimeksiantajan käyttöön heti sen valmistuttua. Pelin toimivuutta tullaan testaamaan ja se raportoidaan terveydenhoitotyön kehittämistehtävän muodossa syksyllä 2012.

## 7 PROJEKTIN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Tutkimusetiikalla tarkoitetaan sitä, miten tehdään luotettavaa ja eettisesti oikein olevaa tutkimusta (Leino-Kilpi & Välimäki 2003, 30, 285). Etiikan tutkiskelun pohjana ovat eettiset arvot. Arvot ovat käsityksiä, jotka ilmaisevat, mihin on hyvä ja oikein pyrkiä. Ne kertovat, mikä on hyvää ja mikä on vähemmän hyvää. (Sarvimäki & Stenbock-Hult 2009, 38.) On olemassa monia sääntöjä ja mielipiteitä siitä, miten tutkimuksen luotettavuus voidaan taata eettisesti oikealla tavalla. Näiden normien perustana voidaan pitää muun muassa YK:n kansainvälistä ihmisoikeuksien julistusta, joka kiinnittää huomiota erityisesti tutkittavien kohteluun ja heidän oikeuksiinsa. (Leino-Kilpi & Välimäki 2003, 286; WHO 1946.)

Tässä projektissa on huomioitu Väestöliiton nuorten seksuaalioikeudet ja niihin on pyritty vastaamaan. Näitä oikeuksia on muun muassa: oikeus elämään, oikeus seksuaalisuudesta nauttimiseen, oikeus tietoon seksuaalisuudesta ja oikeus seksuaaliterveydenhuoltoon. Nuorten tulee saada tarpeeksi tietoa ja sen tulee olla ymmärrettävässä muodossa. Sukupuolitaudit, ehkäisymenetelmät, oikeanlainen raskauden ehkäisy ja nuoren omat oikeudet ovat sellaista tietoutta, jota nuorella on Väestöliiton mukaan oikeus saada. (Väestöliitto 2012a.) Nuorille tarkoitettussa pelissä on huomioitu nuorten tiedonsaantioikeus. Tässä projektissa onkin keskitytty pääasiallisesti juuri Väestöliiton tärkeäksi pitämiin aihealueisiin. Projektia tehtäessä nuorilla on ollut oikeus osallistua nuorten seksuaaliterveyden palveluiden ja nuorille suunnatun ohjelman suunnitteluun.

Terveiden edistäminen toimintana antaa ihmiselle mahdollisuuden vaikuttaa omaan terveyteensä ja parantaa sitä. Ajankohtaisimpia terveyden edistämisen eettisiä kysymyksiä ovat tasa-arvoisuus ja oikeudenmukaisuus. Väestöryhmien väliset erot terveysterveysten saatavuudessa ja terveyden kokemuksissa ovat Suomessa kansainvälisesti verraten suuria. Hyvin koulutetut ja toimeentulevat ovat terveempiä ja heillä on paremmat mahdollisuudet ylläpitää terveyttään kuin työntekijäammateissa toimivilla ja pienituloisilla. Tämä eriarvoisuus on eettinen

ongelma, sillä se on koko väestön kannalta kielteinen ilmiö. (Valtakunnallinen terveydenhuollon eettinen neuvottelukunta 2008, 3, 25.)

Vuoden 2011 kouluterveyskyselyn mukaan ammattiin opiskelevilla ja lukiolaisilla on havaittavissa tieto- ja käyttäytymiseroja seksuaaliterveydessä (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2011c). Lukion pakollisen terveystiedon opetukseen sisältyy seksuaaliterveyden aiheita, toisin kuin ammatillisen perustutkinnon opetus-suunnitelmaan (Sosiaali- ja terveysministeriö 2012, 37). Lukion ja ammattikoulun seksuaalikasvatus asettaa oppilaat eriarvoiseen asemaan ja rikkoo nuorten seksuaalioikeuksia. Tässä projektissa on pyritty antamaan ammattiin opiskeleville ajankohtaista seksuaalitietoutta ja mahdollisuuksia vaikuttaa omaan terveyteensä. Internetpelillä pyritään kaventamaan terveyseroja nuoria itseään miellyttävällä tavalla.

Keskeinen eettinen kysymys terveyden edistämisessä liittyy itsemääräämisoikeuteen. Määrääkö yksilö itse vai joku muu sen, mikä hänelle on hyväksi. Entä mikäli yksilöllä on oikeus määrätä omasta elämästään, niin kuinka paljon hän voi tehdä niin sanottuja vääriä valintoja joutumatta yleisen mielipiteen arvostelemaksi. Onko väärin valintojen tekeminen tietoista ja ottaako ihminen siitä vastuun. Terveiden edistämisessä voidaan yksilön omaa vastuuta korostaa. On kuitenkin huomioitava, ettei sairautta tai sairastumista voi hallita. Ihminen, joka aina tekee niin sanottuja oikeanlaisia valintoja, voi sairastua, kun taas ihminen, joka ottaa tietoisesti terveydellisiä riskejä, voi pysyä terveenä. (Valtakunnallinen terveydenhuollon eettinen neuvottelukunta 2008, 13, 20.)

Projektin aihe valittiin sen vuoksi, että se on tekijöitä kiinnostava ja tunteita herättävä. Tekijöillä oli myös yhteneväinen käsitys ammattikoululaisten olemattomasta seksuaaliopetuksesta. Ammattiin opiskeleville haluttiin tarjota heidän seksuaaliterveyttään edistävä oppimismenetelmä. Motivaation lisäämiseksi aiheesta haluttiin tehdä Internetpeli. Internetpeli on uudenlainen ja mielenkiintoinen opetusmuoto, josta tekijät innostuivat heti. Kouluterveyskyselyn tulokset vahvistivat aiheen valintaa.

Peliin kerättiin aiheideoita suoraan nuorilta itseltään eli pelin kohderyhmältä ja pelin mahdollisilta pelaajilta. Näin kyettiin vastaamaan suoraan kohderyhmän edustajien toiveisiin. Ennen aiheideoiden keruuta nuorille annettiin taustatietoa tästä projektista, jotta he tiesivät mistä on kyse. Ideoiden antajat ja saadut ideat pysyivät vain projektin tekijöiden tiedossa. Nuoret saivat vapaasti kertoa ajatuksiaan ja ideoitaan eri kirjoitustyylein eikä aihealuetta rajattu liian tarkasti. Näin nuorille tarjottiin mahdollisuus kertoa mielipiteensä omin sanoin. Nuorille annettiin myös eri vaihtoehtoja ideoiden ilmaisemiseen, joista he valitsivat itselleen mieluisimman vaihtoehdon. Nuoret saivat lähettää sähköpostia suoraan tekijöille tai projektia varten tehtyyn sähköpostiosoitteeseen tai antaa ideoitaan Facebookin välityksellä. Yksi mahdollisuus oli myös tulostaa suoraan aiheideansa. Nuorilta saadut vastaukset käytiin yksilöllisesti läpi ja niistä pyrittiin saamaan mahdollisimman paljon ideoita peliin. Kaikkia saatuja vastauksia kunnioitettiin ja niihin pyrittiin mahdollisuuksien mukaan vastaamaan.

Haastateltujen anonymiteetin huomioiminen on tärkeä osa tutkimustyötä. Anonymiteetillä tarkoitetaan, että tutkimustiedot ovat ainoastaan tutkimusryhmällä, eikä niitä luovuteta ulkopuolisille. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2010, 179.) Tätä projektia varten luotu sähköpostitili sekä Facebookiin ideoita varten tehty hahmo poistetaan projektin jälkeen salassapidon turvaamiseksi. Myös nuorten tulostamat tuotokset tuhotaan.

Laadullisen ja määrällisen tutkimuksen luotettavuuden arvioinnit ovat joiltain osin toisistaan poikkeavia. Tutkimusta tehtäessä tulee arvioida, mitkä luotettavuuden kriteerit soveltuvat kyseisen tutkimuksen aineistoon ja pidettävä mielessä, että kaikkia kriteereitä ei voi käyttää kaikissa aineistoissa. Kvalitatiivisen eli laadullisen tutkimuksen arvioinnin kriteereinä voidaan pitää tutkimuksen uskottavuutta, siirrettävyyttä, riippuvuutta ja vahvistettavuutta. Tutkimuksen uskottavuuteen vaaditaan, että tulokset on kuvattu niin selkeästi, että lukija ymmärtää, miten analyysi on saatu aikaan. Luotettavuuden kannalta on tärkeää, että aineiston ja tulosten kuvaukset ovat tarkkoja ja yksityiskohtaisia. Kvalitatiivisen tutkimuksen arvioinnin mahdollisia ongelmia on muun muassa kuvailevan aineiston epäselvyys ja yksipuolisuus sekä kuvausten pinnallisuus. Lisäksi mah-

dollisia ongelmia ovat myös dokumentoinnin ja johtopäätösten perusteiden epä-täsmällisyys. Kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuuden arvioinnissa huomio tulee kiinnittää myös tutkimuksen tarkoitukseen, asetelmaan, tulkintaan ja tutkimuksen relevanssiin. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2010, 159–160, 162, 166.)

Projektin alussa anottiin projektilupa, joka myönnettiin. Pelin teema on ajankoh-tainen ja aiheideoiden keruu toteutettiin kohderyhmää motivoivasti ja kiinnosta-vasti. Projektin luotettavuutta lisää se, että aineistonkeruutavat on kuvattu tar-kasti ja yksityiskohtaisesti. Projektissa on käytetty monenlaista tietoa: kirjalli-suuskatsauksella kerättyä sekä nuorilta saatua ja lisäksi omia ajatuksia, mitkä tukevat toisiaan moniulotteisesti.

Projektin teossa on keskeistä huomioida, että tutkittavaa asiaa voidaan tarkas-tella useista eri näkökulmista ja yhteinenkin näkökulma voi eri tutkimusmene-telmää käytettäessä aikaansaada eriäviä tutkimustuloksia. Aineiston hankin-nassa tulee käyttää tarkkaa harkintaa eli lähdekritiikkiä. Tutkijan tulee olla kriitti-nen sekä lähteiden valinnassa että niiden tulkinnessa. Lähteen arvioinnissa tu-lee tarkkailla muun muassa kirjoittajan tunnettuutta, lähdetiedon ikää ja alkupe-rää sekä lähteen uskottavuutta, totuudellisuutta ja puolueettomuutta. (Hirsjärvi ym. 2007, 109–110.)

Tätä projektia tehtäessä perehdyttiin ensin alustavasti aihetta käsittelevään kir-jallisuuteen ja pohdittiin aiheen rajausta. Tästä edettiin järjestelmällisesti todelli-seen aineiston keruuseen. Projektin luotettavuutta lisää se, että kirjallisuuskat-saukseen valituissa lähteissä käytettiin tarkkaa harkintaa. Lähteiden valinnassa sekä tulkitsemisessä oltiin kriittisiä. Luotettavuutta lisää myös se, että aineiston keruussa pyrittiin hyödyntämään mahdollisimman tuoreita lähteitä, jotta käytös-sä olisi uusin olemassa oleva tieto. Luotettavuuden lisäämiseksi projektissa käytettiin alkuperäisiä lähteitä, jolloin tekstin merkitys ei ole päässyt muokkau-tumaan eri lainauksien ja tulkintojen myötä. Lähdeluettelo on koottu tarkat tiedot niistä lähteistä, joita on käytetty. Lisäksi lähdeviitteet on kirjattu tarkasti ja huolellisesti, jotta tiedetään, mihin lähteeseen tieto pohjautuu. Näin tehtäessä on kunnioitettu aineiston julkaisijaa ja annettu hänen työlleen tunnustusta.



Projektin eri vaiheissa kirjallista raporttia on luetettu niin asiantuntijoilla kuin maallikoillakin. Näin tehdessä on haluttu saada objektiivista näkökulmaa ja rakentavaa kritiikkiä. Saadun palautteen perusteella kirjallista raporttia on muokattu. Pelin kysymykset ja tietoruudut annettiin luettavaksi asiantuntijoille, maallikoille ja projektin toimeksiantajalle.

## 8 POHDINTA

Projektin tehtävänä oli laatia 16–18-vuotiaille nuorille seksi- ja seurusteluaiheinen terveyttä edistävä Internetpeli. Tavoitteena on edistää nuorten turvallista ja toista kunnioittavaa seksuaalikäyttäytymistä. Lisäksi projektin toivotaan edistävän toisen asteen ammatillisen koulutuksen opiskelijoiden terveystietoutta. Ammatillisen puolen ja lukio-opiskelijoiden välillä on epätasa-arvoa terveystiedon saatavuudessa (Sosiaali- ja terveysministeriö 2012, 37; Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2011c). Pelin ja sivuston, johon tämä peli sisältyy, uskotaan olevan toimivia työvälineitä opiskelijoiden seksuaalitietouden lisäämisessä. Näiden avulla voidaan vähentää ammatillisen puolen opiskelijoiden ja lukiolaisten välistä epätasa-arvoisuutta tiedonsaannissa ja siten vaikuttaa positiivisesti nuorten tieto- ja käyttäytymiseroihin.

Muuttuva yhteiskunta ja nopean kehityksen haasteet luovat vaativat olosuhteet terveyden edistämiseksi sekä ennaltaehkäisevälle hoitotyölle. Ennakkoluulottomuus sekä avoin suhtautuminen uusiin toimintatapoihin ja työvälineisiin on edellytyksenä toimivalle ja vaikuttavalle terveyden edistämiseksi. Se, mikä toimi kymmenen vuotta sitten, ei välttämättä tänä päivänä tuota toivottuja tuloksia. Innovatiiviset oppimismenetelmät (Korpelainen 2009; Peltonen 2011) tuovat opetus- ja kasvatustieteiden maailmaan erinomaisia mahdollisuuksia luoda mielenkiintoa herättäviä ja toiminnallisuutta lisääviä terveyden edistämisen menetelmiä. Internetpelin uskotaan vastaavan nykyajan opetukselle asettamiin haasteisiin kehittyvässä yhteiskunnassa.

Projektin tuotoksena syntyneessä pelissä tuodaan esiin aihealueita, joista aiempien tutkimustulosten (Sosiaali- ja terveysministeriö 2012; Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2011c) perusteella kohderyhmään kuuluvat nuoret tarvitsevat lisää tietoa. Pelissä on sekä kysymys että tietoruutu muun muassa klamydiasta, raskauden ehkäisystä ja seksuaalisesta itsemääräämisoikeudesta. Nuoret voivat peliin erilaisia tilanteita liittyen esimerkiksi luottamukseen, parisuhteen ristiriitaisiin tilanteisiin ja vuorovaikutukseen, seksiin, ehkäisyyn sekä raskauteen.

Pelin kysymykset liittyvät edellä mainittuihin aiheisiin ja koska kohderyhmän toiveet on huomioitu peliä tehdessä, voidaan perustellusti olettaa, että nuoret kokevat pelin mielenkiintoiseksi. Peli eroaa jo olemassa olevista seksuaali-aiheisista peleistä siten, että siinä on painotettu parisuhde- ja tunneasioita seksin ohella. Näin peli tuo laajempaa näkökulmaa aiheeseen ja lisää mahdollisuuksia Internetin kautta toteutettavalle nuorten seksuaalikasvatukselle.

Pelin sisältö perustuu tutkittuun tietoon ja kohderyhmään kuuluvien nuorten antamiin sisältöehdotuksiin. Tutkitun tiedon ja tapahtuma- sekä tarinaehdotusten pohjalta luotiin kysymykset ja tietoruudut, jotka muodostavat pelin informatiivisen sisällön. Uusimmista lähteistä peräisin oleva ja tutkittuun tietoon perustuva sisältö on ajankohtaista sekä totuudenmukaista. Lisäksi kysymyksien ja tietoruutujen sisältöä laatiessa on huomioitu Väestöliiton nuorten seksuaalioikeudet sekä WHO:n laatimat ikäryhmittäiset seksuaalikasvatuksen standardit. (Väestöliitto 2012a; WHO 2010). Tällöin pelin sisällön voidaan perustellusti olettaa vastaavan kohderyhmän tarpeisiin sekä antavan pelaajalleen hyödyllistä informaatiota.

Lopullinen Internetpeli vastaa hyvin projektin tavoitteeseen, vaikka peli onkin hieman yksinkertaisempi kuin projektin alussa suunniteltiin. Pelin tarinamuotoisen etenemistavan ansiosta peli on yhtenäinen kokonaisuus kysymyksiä ja tietoruutuja. Tämä luo peliin koukuttavuutta sekä selkeämmän kuvan välitettävästä informaatiosta kuin esimerkiksi pelkkä tietovisa -tyyppinen peli, jossa on sarja toisistaan riippumattomia, satunnaisia kysymyksiä.

Projekti eteni suunnitellun aikataulun mukaisesti ja valmistui sisällön sekä pelin suunnittelun osalta ajallaan. Internetpelin valmistumisen ajankohdan toivottiin projektin alussa olevan sama kuin kirjallisen raportin julkaisuajankohta. Pelin teknisessä toteutuksessa ilmeni kuitenkin aikataulullisia muutoksia. Pelin tekninen toteuttaja varmistui vasta projektin ollessa melko pitkällä. Teknisestä toteutuksesta vastaava ranskalainen vaihto-oppilas saapui Suomeen vasta projektin loppuvaiheessa ja siksi teknistä toteutusta päästiin aloittamaan melko myöhäisessä vaiheessa. Tämän vuoksi kirjallisen raportin julkaisemisen aikaan projektin tekijöillä ei ole esittää kuin keskeneräinen raakaversio pelistä. Pelin suunnit-

telu olisi ollut helpompaa, mikäli teknisen toteuttajan kanssa olisi päästy jo projektin alussa keskustelemaan pelin eri mahdollisuuksista. Haastavuutta projektin tekijöiden ja teknisen toteuttajan yhteistyöhön lisäsi myös osapuolten eri äidinkieli.

Mielenkiinto projektia kohtaan pysyi yllä, mikä taas edesauttoi motivaation säilymisessä ja projektin työstämissä. Lisämotivaatiota toi myös projektin edistymisen seuranta. Projektin etenemiseen toi haasteita useiden eri yhteistyötahojen aikataulujen yhteen sovittaminen, mutta yhtenevät ajatukset ja tekijöiden joustavuus helpottivat työntekoa. Yhteistyö ohjaajien kanssa oli toimivaa ja ohjausaikoja saatiin aina tarvittaessa. Joitakin odottamattomia seikkoja projektin edetessä ilmaantui, merkittävimpänä tekniseen toteutukseen vaadittujen työtuntien määrä. Projektin tekijöiden tehtävänä oli suunnitella peli ja luoda siihen sisältö, mutta tämän lisäksi tarvittiin myös tietokoneella toteutettuja kuvia ja kaavioita teknisen toteutuksen tueksi. Myös tekstien ja kuvien syöttäminen valmiiseen pelin pohjaan annettiin projektin tekijöiden tehtäväksi. Selkeä työnjako ja aikataulutus teknisen toteutuksen ja sisällön tuottamisen välillä olisi helpottanut projektin etenemistä suuresti.

Koska peliä ei ole päästy pelin teknisen toteutuksen keskeneräisyyden vuoksi testaamaan kohderyhmällä kirjallisen raportin julkaisuvaiheessa, testausta suoritetaan terveydenhoitoyön kehittämistehtävän yhteydessä. Kehittämistehtävässä peliä tullaan markkinoimaan käytännön työelämään terveyden edistämisen työvälineeksi. Peli on erinomainen työväline oppilaitosten terveydenhoitajille tai opettajille terveystiedon opetukseen. Vaikka pelin kohderyhmänä ovat 16–18-vuotiaat ammatillisen koulutuksen opiskelijat, se sopii yhtälailla kaikille samanikäisille nuorille. Terveydenhoitotyön kehittämistehtävän puitteissa tullaan tekemään myös projektista kertova artikkeli terveydenhoitajaliiton lehteen. Tällä tavoin saadaan lisättyä tietoisuutta pelistä laajemmallekin yleisölle.

Itse peliä voidaan myös kehittää jatkossa monilta osin. Erityisesti huomiota voidaan kiinnittää pelin tekniseen monipuolistamiseen. Myös pelin graafista ilmettä voidaan kehittää, mikäli löytyy riittävän suunnittelu- ja toteutustaidon omaava työryhmä projektia jatkamaan. Aiheeseen liittyviä pelejä voidaan suunnitella ja

toteuttaa useampia ja eri kohderyhmille, jonka jälkeen Internetpelin vaikuttavuutta seksuaaliohjausmenetelmänä voidaan tutkia kattavammin monen pelin avulla.

Kokonaisuudessaan projekti on ollut kasvattava ja yhteistyötaitoja kehittävä kokemus. Organisointikykyä ja pitkäjänteisyyttä vaatinut projekti opetti tekijöilleen paljon ja antoi runsaasti työvälineitä tulevaisuuden haasteiden varalle.

## LÄHTEET

- Aalberg, V. & Siimes, M. 2007. Lapsesta aikuiseksi – nuoren kypsyminen naiseksi tai mieheksi. Nemo: Helsinki.
- Aalto-Setälä, Aaltonen, M. Ojanen, T., Vihunen, R. & Vilen, M. 2003. Nuoren aika. 2. uudistettu painos. WSOY: Porvoo.
- Alasoini, T., Martikainen, R., Hanhike, T., Perttala, T.-L., Jokiluoma, H., Pirnes, E., Koivuneva, E.-L., Tolvanen, K., Korpinen, V. & Jukka, P. (2004). Luova työote – tuottava työ. Työelämälähtöiseen luovuuteen perustuva tuottavuusstrategia. Työhallinnon julkaisuja 345. Helsinki: Työministeriö. Viitattu 17.1.2012 [http://www.mol.fi/mol/fi/99\\_pdf/fi/06\\_tyoministerio/06\\_julkaisut/07\\_julkaisu/thj345.pdf](http://www.mol.fi/mol/fi/99_pdf/fi/06_tyoministerio/06_julkaisut/07_julkaisu/thj345.pdf).
- Antila, J. 2010. ”.. ja kyllä ne tytötkin sitä tekee”. Tyttöjen ja poikien seksuaalisuus internetin suomalaisilla seksuaalivalistussivuilla. Pro gradu. Historian, kulttuurin ja taiteiden tutkimuksen laitos. Turku: Turun yliopisto. Viitattu 12.11.2011 <http://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/63915/gradu2010antila.pdf?sequence=>.
- Barbosa, SM ; Dias, FLA ; Pinheiro, AKB ; Pinheiro, PNC & Vieira NFC. 2010. Educational game as a strategy for health education for adolescents in the prevention of STD/AIDS. Revista Eletrônica de Enfermagem 2010; 12(2): 337-41 (16 ref). Viitattu 15.9.2011 <http://www.fen.ufg.br/revista/v12/n2/pdf/v12n2a17.pdf>.
- Bildjuschkin, K. & Ruuhilahti, S. 2010. Puhutaan seksuaalisuudesta - Ammatillisia kohtaamisia sosiaali- ja hoitotyössä. Kirjapaja. Helsinki.
- Bildjuschkin, K., Marttinen, I. & Ruuhilahti, S. 2012. Seksuaalisuuden osatekijät. Esitteitä seksuaalikasvatuksen tueksi oppilaille ja opettajille. Selkenevää-hanke. Turun sosiaali- ja terveystoimi. Turku. Viitattu 16.1.2012 <http://www.turku.fi/Public/download.aspx?ID=132013&GUID={63B6F4B2-E262-4471-ACE2-C15ABA443E9E}>.
- Ekman, P. 2006. Oppilaiden asennoituminen seksuaalikasvatukseen ja koettu seksuaaliterveys - Pilottitutkimus erään koulun yhdeksäsluokkalaisten seksuaalikasvatuksesta. Pro Gradu. Opettajankoulutuslaitos. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Viitattu 8.5.2012 [https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/10631/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-200745.pdf?sequence=1](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/10631/URN_NBN_fi_jyu-200745.pdf?sequence=1).
- Hirsjärvi, S.; Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. 13., osin uudistettu painos. Helsinki: Tammi.
- Hiv-säätiö/AIDS-tukikeskus. 2011 Just wear it. Visat ja testit. Viitattu 9.9.2011 <http://www.justwearit.fi/>.
- Hulkko, T.; Jaakola, S.; Kuusi, M.; Lyytikäinen, O.; Puumala, J. & Ruutu, P. 2011. Tartuntataudit Suomessa 2010. Raportti 17/2011. Tartuntatautiseurannan ja -torjunnan osasto. Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos (THL). Viitattu 17.11.2011 <http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/1d73f597-8188-4ff5-b33c-101d7e1c3e90>.
- Hurley, R. & Hult, T. (1998). Innovation, Market Orientation and Organizational Learning. An Integration and Empirical Examination. Journal of Marketing. Vol.62 (July). 42-54 Viitattu 17.1.2012 <http://www.jstor.org/pss/1251742>.
- Ikonen, O. 2010. Oppimisvalmiudet ja opetus. Jyväskylä: PS-kustannus.

IPPF - International Planned Parenthood Federation. 2008. Sexual rights: an IPPF declaration. Viitattu 24.1.2012 <http://www.ippf.org/NR/rdonlyres/9E4D697C-1C7D-4EF6-AA2A-6D4D0A13A108/0/SexualRightsIPPFdeclaration.pdf>.

Järvensivu, E. & Koskinen, S. 2007. Seksuaalisuuden käsitteistä. Reuma. Terveyskirjasto. Duodecim. Viitattu 16.11.2012 [http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=reu00159#s1](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=reu00159#s1).

Järvinen, S. 2007. Seksuaaliopetus yläkouluissa: mitä, milloin ja miten. Pro gradu. Liikunta- ja terveystieteiden tiedekunta. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Viitattu 11.11.2011 [https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/12292/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-2007694.pdf?sequence=1](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/12292/URN_NBN_fi_jyu-2007694.pdf?sequence=1).

Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2010. Tutkimus hoitotieteessä. 1.–2. painos. Helsinki: WSOYpro.

Kolari, T. 2007. Nuorten kokemuksia terveydenhoitajan toteuttamasta seksuaalikasvatuksesta. Pro gradu. Hoitotieteen laitos. Tampere: Tampereen yliopisto. Viitattu 8.5.2012 <http://tutkielmat.uta.fi/pdf/gradu01531.pdf>.

Kondomiajokortti. 2011. Suomen punainen risti. Viitattu 9.9.2011 <http://spr.inoob.fi/kumiajokortti/>.

Korpelainen, K. 2005. Kasvun pelivara. Innovatiivisuus, motivaatio ja jaksaminen markkinointiviestintäyrityksissä. Väitöskirja. Tampere: Tampereen yliopisto. Viitattu 17.1.2012 <http://acta.uta.fi/pdf/951-44-6345-5.pdf>.

Korpelainen, K. 2009. Koulutusorganisaatiot innovaatiojärjestelmässä. KIT-projektin tutkimusraportti 1/2009. Koulutusorganisaatiot innovaatiojärjestelmän toimijoina. Opetusministeriön julkaisuja. Viitattu 23.1.2012 [http://www.phkk.fi/material/tutkimusraportti\\_25052009.pdf](http://www.phkk.fi/material/tutkimusraportti_25052009.pdf).

Kosunen, E. & Ritamo, M. 2004. Näkökulmia nuorten seksuaaliterveyteen. Raportteja 282. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Saarijärvi.

Käypähoito 2010. Jälkiehkäisy. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin, Suomen Gynekologiyhdistyksen ja Suomen Yleislääketieteen yhdistyksen asettama työryhmä. Artikkelin tunnus: hoi50039 (050.039). Viitattu 11.4.2012 <http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suositukses/naytaartikkeli/tunnus/hoi50039>.

Lehtonen, J. 2003. Seksuaalisuus ja sukupuoli koulussa. Yliopistopaino. Helsinki.

Leino-Kilpi, H. & Välimäki, M. 2003. Etiikka hoitotyössä. 1. painos. Juva: WSOY.

Liinamo, A. 2005. Suomalaisnuorten seksuaalikasvatus ja seksuaaliterveystiedot oppilaan ja koulun näkökulmasta : Arviointia terveyden edistämisen viitekehityksessä. Väitöskirja. Jyväskylän yliopisto. Jyväskylä. Viitattu 29.1.2012 <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/13519/951392176X.pdf?sequence=1>.

Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2010. Seksi puhuttaa yhä nuorempia MLL:n Lasten ja Nuorten puhelimessa. Viitattu: 22.1.2012 <http://www.mll.fi/?x20737=12386614#>.

Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2012. Vanhempainnetti. Seksuaalisuudesta puhuminen nuorelle. Viitattu 14.1.2012 [http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tukivinkit/seksuaalisuudesta\\_puhuminen\\_nuor/](http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tukivinkit/seksuaalisuudesta_puhuminen_nuor/).

Marttala, A. & Karlsson, Å. 2001. Projektikirja. Onnistuneen projektin toteuttaminen. Helsinki: Kauppakaari.

- Nettinappi. 2012. Seksi. Oulun kaupunki. Viitattu 8.2.2012 <http://www.nettinappi.fi/tietoalue/rakkaus-ja-seksi/seksi/>.
- Nettineuvo. 2006. Nuoret. Seurustelu ilman seksiä. Viitattu 8.2.2012 <http://www.nettineuvo.fi/index.asp?link=56&klik=3>.
- Nurmi, J-E. & Salmela-Aro, K. 2002. Mikä meitä liikuttaa. Modernin motivaatiopsykologian perusteet. Keuruu: PS-kustannus.
- Peltonen, M. 2011. Passiivisesta päättämisestä syvälliseen ymmärtämiseen. Helsingin yliopiston uutiset. Uutisarkisto 7.4.2011. Helsinki. Viitattu 23.1.2012 <http://www.helsinki.fi/ajankohtaista/uutisarkisto/4-2011/7-10-31-48.html>.
- Pitkänen, J. 2009. Yläkoulun opettajien kokemuksia seksuaaliopetuksen opetusmenetelmistä. Pro Gradu. Terveystieteiden laitos. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Viitattu 14.11.2011 [https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/20048/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-200904301527.pdf?sequence=1](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/20048/URN_NBN_fi_jyu-200904301527.pdf?sequence=1).
- Reinikainen, R. 2002. Nuorten seksuaalisuuteen kasvaminen – Tutkimus yläasteen seksuaalikasvatuksesta ja sen arvopojasta nuorten seksuaalisen kasvun tukijana. Pro Gradu. Kasvatustieteen laitos. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Viitattu 8.5.2012 <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/8886/riireini.pdf?sequence=1>.
- Rimpelä, A. 2005. Nuorten terveys. Suomalaisten terveys. Artikkelin tunnus: suo00046 (000.046). Terveyskirjasto. Duodecim.
- Rissanen, T. 2002. Projektilla tulokseen – projektin suunnittelu, toteutus, motivointi ja seuranta. Jyväskylä: Kustannusosakeyhtiö Pohjantähti.
- Ruohotie, P. 1998. Motivaatio, tahto ja oppiminen. Helsinki: Oy Edita Ab.
- Salon seudun ammattiopisto. Hyvän olon työkalupakki. Salon seudun koulutuskuntayhtymä. Viitattu 16.9.2011 <http://www.sskky.fi/ssao/projekti/hyvanolontyokalupakki/>.
- Salonen, L. 1996. Teemme projektin. POSIPLAN OY.
- Salonen, M. 2005. Hiljainen heteroseksuaalisuus? Nuoret, suojaikäraja ja itsemääräämisoikeus. Sosiaalipsykologian väitöskirja. Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta. Tampere: Tampereen yliopisto. Viitattu 8.5.2012 <http://acta.uta.fi/pdf/951-44-6259-9.pdf>.
- Sarvimäki, A. & Stenbock-Hult, B. 2009. Hoitotyön etiikka. 1. painos. Helsinki: Edita.
- Seksin abc. 2010. Yle. Elävä arkisto. Viitattu 9.9.2011 <http://yle.fi/seksinabc/>.
- Selin, H. 2009. Internet varhaisnuorten seksuaaliterveystiedon lähteenä. Pro Gradu – tutkielma. Terveystieteiden laitos. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. [https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/19483/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-200902021049.pdf?sequence=1](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/19483/URN_NBN_fi_jyu-200902021049.pdf?sequence=1).
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2012. Seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistäminen, toimintaohjelma 2007-2011. Viitattu 14.2.2012 [http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=28707&name=DLFE-3584.pdf&title=Seksuaali\\_+ja+lisaantymisterveyden+edistaminen+fi.pdf%20](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=DLFE-3584.pdf&title=Seksuaali_+ja+lisaantymisterveyden+edistaminen+fi.pdf%20).
- Taatila, V. 2009. Innovaatioiden lähteillä. Laurea-ammattikorkeakoulun julkaisusarja A-68. Helsinki:Edita Prima. Viitattu 17.1.2012 [http://www.laurea.fi/fi/tutkimus\\_+kehitys/julkaisut/tutkimukset\\_a\\_sarja/Documents/A68.pdf](http://www.laurea.fi/fi/tutkimus_+kehitys/julkaisut/tutkimukset_a_sarja/Documents/A68.pdf).
- Tampereen yliopisto. 2010. Terveysviihde-konsortio, Tamhattan. Tampereen yliopiston tietojen-



käsittelytieteiden laitos, Tampereen yliopiston terveystieteen laitos. Viitattu 9.9.2011  
<http://tervi.cs.uta.fi/tamhattan/>.

Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. 2011a. Kouluterveyskysely. Kysymyskohtaiset taulukot: Seksuaaliterveys. Viitattu 10.1.2012 <http://info.stakes.fi/kouluterveyskysely/FI/tulokset/index.htm>.

Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. 2011b. Kouluterveyskysely. Tulokset alueittain: Varsinais-Suomi. Viitattu 10.1.2012  
<http://info.stakes.fi/kouluterveyskysely/FI/tulokset/alueittain/vsuomi.htm>.

Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. 2011c. Kouluterveyskysely. Viitattu 10.1.2011  
<http://info.stakes.fi/kouluterveyskysely/FI/index.htm>.

Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. 2011d. Raskauden keskeytykset. Tilastot ja rekisterit. Viitattu 22.11.2011  
<http://www.stakes.fi/FI/Tilastot/Aiheittain/Lisaantymisen/raskaudenkeskeytykset/index.htm>.

Tilastokeskus. 2010. Väestön tieto- ja viestintätekniikan käyttö –tutkimus. Viitattu 9.2.2012  
[http://www.stat.fi/artikkelit/2010/art\\_2010-12-22\\_002.html?s=0](http://www.stat.fi/artikkelit/2010/art_2010-12-22_002.html?s=0).

Tilastokeskus 2011. Tieto- ja viestintätekniikan käyttö 2011. Helsinki. Viitattu 22.11.2011  
[http://www.stat.fi/til/sutivi/2011/sutivi\\_2011\\_2011-11-02\\_fi.pdf](http://www.stat.fi/til/sutivi/2011/sutivi_2011_2011-11-02_fi.pdf).

Valtakunnallinen terveydenhuollon eettinen neuvottelukunta. 2008 Terveiden edistämisen eettiset haasteet. ETENE-julkaisuja 19. Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 11.4.2012  
[http://www.etene.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=17135&name=DLFE-526.pdf](http://www.etene.fi/c/document_library/get_file?folderId=17135&name=DLFE-526.pdf).

Vertio, H. 2003. Terveiden edistäminen. Helsinki: Tammi.

Virtanen, P. 2000. Projektityö. Yritysjulkaisut. Porvoo: WSOY.

Väestöliitto. 2012a. Seksuaalioikeudet. Viitattu 24.1.2012  
<http://www.vaestoliitto.fi/nuoret/seksi/seksuaalioikeudet/>.

Väestöliitto. 2012b. Nuoren seksuaalisuusterveys. Seksuaaliterveys. Viitattu 18.1.2012  
[http://www.vaestoliitto.fi/murkun\\_kanssa/tietoa/seksuaalisuus\\_ja\\_seurustelu/seksuaalisuus/mita\\_seksuaalisuus\\_on/seksuaaliterveys/](http://www.vaestoliitto.fi/murkun_kanssa/tietoa/seksuaalisuus_ja_seurustelu/seksuaalisuus/mita_seksuaalisuus_on/seksuaaliterveys/).

Väestöliitto. 2012c. Seksuaalisuusterveys. Mitä seksuaalisuus on? Viitattu 18.1.2012  
[http://www.vaestoliitto.fi/murkun\\_kanssa/tietoa/seksuaalisuus\\_ja\\_seurustelu/seksuaalisuus/mita\\_seksuaalisuus\\_on/](http://www.vaestoliitto.fi/murkun_kanssa/tietoa/seksuaalisuus_ja_seurustelu/seksuaalisuus/mita_seksuaalisuus_on/).

Väestöliitto. 2012d. Nuoret. Seksuaalinen kaltoinkohtelu. Viitattu 14.1.2012  
[http://www.vaestoliitto.fi/nuoret/seksi/seksuaalinen\\_kaltoinkohtelu/](http://www.vaestoliitto.fi/nuoret/seksi/seksuaalinen_kaltoinkohtelu/).

Väestöliitto. 2012e. Nuoret. Mitä seksitaudit ovat? Viitattu 14.1.2012  
[http://www.vaestoliitto.fi/nuoret/seksi/seksitaudit/mita\\_seksitaudit\\_ovat/](http://www.vaestoliitto.fi/nuoret/seksi/seksitaudit/mita_seksitaudit_ovat/).

Väestöliitto. 2012f. Nuoret. Kondomi ehkäisee seksitaudit. Viitattu 14.1.2012  
<http://www.vaestoliitto.fi/nuoret/ehkaisy/seksitautienehkaisy/>.

Väisänen, H. 2011. Raskaudenkeskeytykset. Väestöntutkimuslaitos. Viitattu 17.11.2011  
[http://www.vaestoliitto.fi/tieto\\_ja\\_tutkimus/tietoa\\_ja\\_linkkeja/tilastotietoa/raskaudenkeskeytykset/](http://www.vaestoliitto.fi/tieto_ja_tutkimus/tietoa_ja_linkkeja/tilastotietoa/raskaudenkeskeytykset/).

WHO - World Health Organization. 1946. Constitution of the world health organization. Viitattu 25.2.2012  
[http://www.who.int/governance/eb/who\\_constitution\\_en.pdf](http://www.who.int/governance/eb/who_constitution_en.pdf).

WHO- World Health Organization 2010. Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa. Terveystien ja hyvinvoinninlaitos. Helsinki. Viitattu 14.01.2012 <http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/039844e2-c540-4e81-834e-6f11e0218246>.


## TOIMEKSIANTOSOPIMUS


OPINNÄYTETYÖN  
TOIMEKSIANTOSOPIMUS

1

## OPISKELIJAN TIEDOT

Nimi Heidi Kantonen, muut tekijät: Milka Sieppi, Jasmin Saarinen ja Heidi Pollari

Osoite 

Puhelin koti  Puhelin työ \_\_\_\_\_

Sähköposti heidi.kantonen@students.turkuamk.fi

Koulutusohjelma Hoitotyö/terveydenhoitotyö

## OPINNÄYTETYÖ

Aihe/ työnimi "Tiedätkö mitä klikkaat?" - Nettipeli 16-18 -vuotiaiden nuorten seksuaaliohjausmenetelmänä.  
Projektissa laaditaan nettipeli Salon seudun ammattiopiston Hyvän olon työkalupakki-sivustolle.

Aikataulu Työ valmistuu toukokuussa 2012

## TOIMEKSIANTAJA

Organisaatio Salon terveyskeskus

Työn ohjaaja / yhteyshenkilö th Mari Kuittinen

Osoite Lantinen terveysasema, Vilhonkatu 25 24240 Sal

Puhelin 044 772 3236 Sähköposti mari.kuittinen@sal.fi

## OHJAAVAN OPETTAJAN YHTEYSTIEDOT

Ohjaava opettaja Tiina Pelander ja Sirpa Nikunen

Puhelin 044 9075846 Sähköposti tiina.pelander@turkuamk.fi

**Turun ammattikorkeakoulu**  
Joukahaisenkatu 3 A, 20520 Turku  
puh. 02 263 350 faksi 02 2633 5791  
sposti etunimi.sukunimi@turkuamk.fi

# TOIMEKSIANTOSOPIMUS



TURUN AMMATTIKORKEAKOULU  
TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

## OPINNÄYTETYÖN TOIMEKSIANTOSOPIMUS

2

### OPINNÄYTETYÖN SOPIMUSEHDOT

#### OHJAUS JA VASTUUT

Vastuu opinnäytetyön tekemisestä ja tuloksista on opiskelijalla. Turun ammattikorkeakoulu vastaa opinnäytetyön ohjauksesta. Toimeksiantaja sitoutuu antamaan opiskelijan käyttöön kaikki opinnäytetyön tekemisessä tarvittavat tiedot ja aineistot sekä ohjaamaan opinnäytetyötä toimeksiantajaorganisaation näkökulmasta.

#### OIKEUDET

Opinnäytetyön tekijänoikeus kuuluu tekijälle eli opiskelijalle. Tekijänoikeuden lisäksi myös muiden immateriaalioikeuksien osalta noudatetaan kulloinkin voimassa olevaa kyseessä olevaa oikeutta koskevaa lainsäädäntöä.

#### TYÖSUHDE JA KUSTANNUKSET

Mahdollisesta työsuhteesta, työstä maksettavasta palkki- osta ja työstä mahdollisesti aiheutuvien kustannusten korvaamisesta toimeksiantaja ja opinnäytetyön tekijä sopivat erikseen.

#### TULOSTEN JULKISTAMINEN JA LUOTTAMUKSELLISUUS

Opinnäytetyöstä laaditaan Turun ammattikorkeakoulun ohjeen mukainen kirjallinen raportti.

Kirjallinen raportti luovutetaan toimeksiantajalle ja asetetaan kirjaston kokoelmiin tai julkaistaan elektronisessa muodossa verkkokirjastossa.

Julkaistava opinnäytetyöraportti on laadittava niin, ettei se sisällä liike- tai ammattisalaisuuksia tai muita julkisuuslaissa (laki viranomaisten toiminnan julkisuudesta) salassa pidettäväksi määrättyjä tietoja, vaan ne jätetään työn tausta-aineistoon. Opinnäytetyön arvioinnissa otetaan huomioon sekä julkaistava että salassa pidettävä osa.

Opinnäytetyön toimeksiantaja ja opiskelija sitoutuvat pitämään salassa kaikki opinnäytetyön tekemisessä ja sitä edeltävissä tai sen jälkeisissä neuvotteluissa esiin tulevat luottamukselliset tiedot ja asiakirjat.

Toimeksiantajan edustajalle varataan mahdollisuus tutustua opinnäytetyöraporttiin viimeistään neljätoista (14) päivää ennen aiotun julkaisemista. Toimeksiantaja antaa työstä ennen edellä mainittua julkaisemisaikakohtaa lausunnon, jossa voidaan määritellä opinnäytetyöraporttiin mahdollisesti sisältyvät liike- tai ammattisalaisuudet, joita ei julkaista.

Mitä liike- tai ammattisalaisuuksiin liittyviä asioita ei esitetä opinnäytetyöraportissa?

### OLEMME YHTEISESTI SOPINEET OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUKSESTA YLLÄ ESITETYLLE TAVALLA

15/2 20 12

22/2 20 12



Opiskelija

Toimeksiantaja

Seija Hyvärinen

Hallintoylläpitaja  
Salon terveyskeskus

### LIITE : OPINNÄYTETYÖSUUNNITELMA ☐





Tulosta lomake

Turun ammattikorkeakoulu  
Joukahaisenkatu 3 A, 20520 Turku  
puh. 02 263 350 faksi 02 2633 5791  
sposti etunimi.sukunimi@turkuamk.fi

# PROJEKTILUPA

TURUN AMMATTIKORKEAKOULU  
Terveysala, Salo  
Yhäistentie 2  
24130 SALO  
Puh. (02) 263 350  
Fax. (02) 2633 6179

## ANOMUS OPINNÄYTETYÖNÄ TOTEUTETTAVASTA PROJEKTISTA

Projektin nimi	Tiedätkö mitä klikkaat? - Nettipeli 16-18-vuotiaiden nuorten		
Projektitehtävä	seksuaaliohjausmenetelmänä		
Projektin kuvaus	Projektin tehtävänä on laatia 16-18-vuotiaille nuorille seksi- ja seurusteluvaiheinen terveyttä edistävää peliä		
Projektin toteuttamisajankohta	1.9.2011 - 28.5.2012		
Projektin arvioitu valmistumisajankohta	28.5.2012		
Projektsuunnitelma hyväksytty	11/1 2012		
Projektin ohjaajat	TIINA PERANDOL puh 044 9075486 <i>Tiina Perandol</i> SIRJA NIKULIN puh 044 9075494 <i>Sirja Nikulin</i>		
Sitoudumme toteuttamaan projektimme projektsuunnitelmassa esitettyjen vaiheiden puitteissa ja siten, että projektiin osallistuvien henkilöiden anonymiteetti säilyy.			
Projektin tekijät	Terveystoiminta (suuntautumisvaihtoehto)	STASO9 (ryhmä)	Muut tekijät: Jasmin Saarinen Heidi Pollari
	Heidi Kanttonen (nimi)	Milka Sieppi (nimi)	
	 (osoite)	 (osoite)	
	 (puhelinnumero)	 (puhelinnumero)	

Anomus käsitelty 23/2 2012  
☒ lupa myönnetty  
☐ lupa eväty, peruste

Allekirjoitus *Sirja Hyvärinen*  
 Sirja Hyvärinen  
 Hallintoylihoitaja  
 Salo terveyskeskus

Anomus ja projektsuunnitelma toimitetaan yhtenä kappaleena, josta toimeksiantaja lähettää kopiot yhdelle opiskelijalle, yhdelle ohjaavalle opettajalle ja kullekin työhön osallistuvalla toimipisteelle. Alkuperäinen jää toimeksiantajalle. Valmis työ toimitetaan toimeksiantajalle sovitulla tavalla.



## TUNTISISÄLTÖ LÄHIHOITAJILLE

### Nettipeli täynnä seurustelua ja seksiä

Heidi K., Heidi P., Jasmin S. ja Milka S.

### Mikä tää juttu on?

- Turun AMK:n terveydenhoitajaopiskelijat
- Opinnäytetyö
  - Hyvän Olon Työkalupakki –hanke
    - Tiedätkö, mitä klikkaat?
    - Nettipeli seurustelusta ja seksistä



## TUNTISISÄLTÖ LÄHIHOITAJILLE

### *Miksi olemme täällä?*

- *Nettipeli*
  - *kohderyhmä 16-18v.*
  - *tarinamuoto*
- *Seurustelusta ja seksistä*
  - *Toiveita*
  - *Kiinnostuksenkohteita*
  - *Ajatuksia*

### *Mitä toivomme teiltä?*

- *Ideoita tarinasta*
  - *koko tarina*
  - *yksittäinen kysymys tai tapahtuma tarinassa*
  - *tilanteita seurustelussa/seksissä*
  - *loppuratkaisu vaihtoehtoja*
- *Ideoita pelistä*
  - *pelihahmo*
  - *ulkoasu*
  - *musiikki*
  - *kuvia/videoita*

## Yhteystiedot

- [Facebookissa Netti Peli](#)

- Lisää kaveriksi
  - Kirjoita seinälle
- Lähetä inboxiin viesti



- [nettipeli2012@hotmail.com](mailto:nettipeli2012@hotmail.com)

- Heidi Kantonen, Heidi Pollari, Jasmin Saarinen ja Milka Sieppi
  - [etunimi.sukunimi@students.turkuamk.fi](mailto:etunimi.sukunimi@students.turkuamk.fi)



## TUNTISISÄLTÖ DATANOMEILLE

### Nettipeli täynnä seurustelua ja seksiä

Heidi K., Heidi P., Jasmin S. ja Milka S.

### *Mikä tää juttu on?*

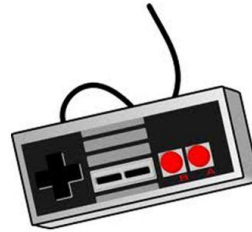
- Turun AMK:n terveydenhoitajaopiskelijat
- Opinnäytetyö
  - Hyvän Olon Työkalupakki –hanke
    - Tiedätkö, mitä klikkaat?
    - Nettipeli seurustelusta ja seksistä



## TUNTISISÄLTÖ DATANOMEILLE

### Miksi olemme täällä?

- Nettipeli
  - kohderyhmä 16-18v.
  - tarinamuoto
- Ehdotuksia ja ideoita kiinnostavaan peliin
  - Toiveita
  - Vinkkejä
  - Ajatuksia



### Mitä toivomme teiltä?

- Ideoita pelistä
  - etsi netistä peli
    - esim. Seksin ABC, Kumiajokortti, Just Wear It
  - pelaa hetki
  - arviointia pelistä, esim. sisältö, hahmot, taustat ym.
    - mitä hyviä juttuja?
    - mitä parantaisit?
    - pelaisitko peliä uudestaan?

## TUNTISISÄLTÖ DATANOMEILLE

### Yhteystiedot

- Facebookissa Netti Peli

- Lisää kaveriksi
  - Kirjoita seinälle
- Lähetä inboxiin viesti

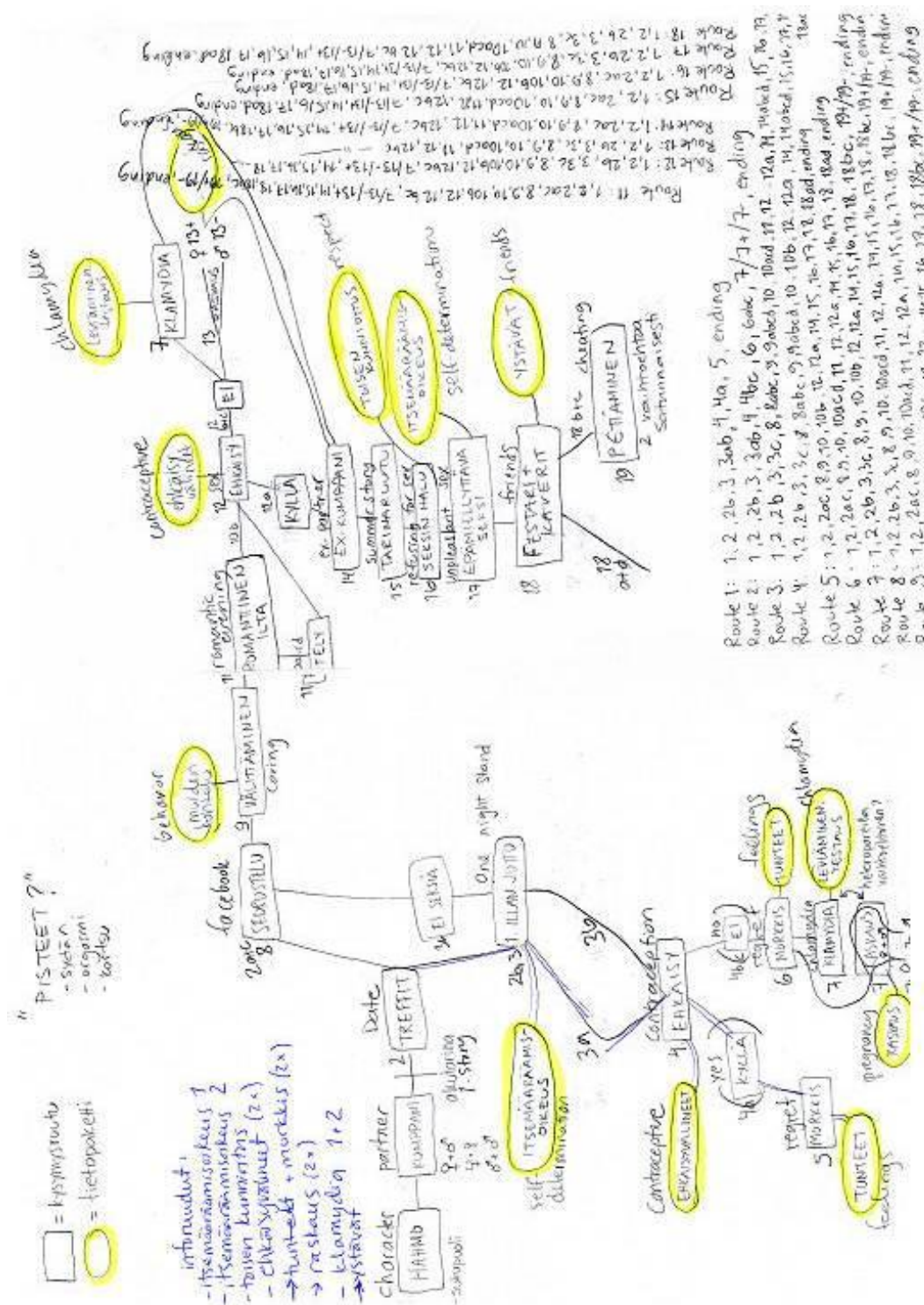
- nettipeli2012@hotmail.com

- Heidi Kantonen, Heidi Pollari, Jasmin Saarinen ja Milka Sieppi

- etunimi.sukunimi@students.turkuamk.fi



## AJATUSKARTTA PELIN RAKENTEESTA



## PELIN TEKSTIT

Start the game - Tervetuloa seksin ja seurustelun pariin. Vastattuasi kysymyseen klikkaa miltä tuntuu –liikennevaloista tunteitasi vastaavaa väriä. Punainen=paskafiilis, keltainen=semifiilis ja vihreä=voittajafiilis.

Choose character

- Valitse itsellesi pelihahmo. ♂ / ♀

Choose partner

- Valitse itsellesi kumppani. ♂ / ♀

- **1. Story:** Olet tavannut ihanan tytön/pojan. On perjantai-ilta ja olette menossa ensitreffeille kebabille. Olette sopineet tapaavanne kaupungin parhaan kebumestan edessä. Jännitys on käsinkosketeltavaa. Mitähän ilta tuo tullessaan?
  - **2. Date:** Treffit ovat menneet hyvin. Treffikumppanisi kertoo vanhempinsa olevan poissa kotoa ja kutsuu sinut jatkamaan iltaa kotiinsa. Mitä ajattelet?
    - a) Menet hänen kotiinsa. Pidätte mukavan illan leffan parissa, ja sovitte tapaavanne vielä uudelleen. (facebook, question 8)
    - b) Menet hänen kotiinsa ja päätätte pitää kivan illan, vaikka teistä tuntuu ette ole toisianne varten. (one night stand)
    - c) Et mene vielä hänen kotiinsa, mutta sovitte uudet treffit että voit tutustua häneen paremmin. (facebook, question 8)
  - **3. One night stand:** Ilta on edennyt siihen pisteeseen, että olette päätyneet sohvalle sylikkäin ja molempien halut alkavat herätä. Treffikumppanisi vihjaa siirtymisestä makkarin puolelle.
    - a) Vaatteesi lentävät nurkkaan alta aikayksikön. Laitat musiikkia kovemmalle ja pian olettekin jo täydessä touhussa. (contraception)
    - b) Et koe olevasi valmis hyppäämään sänkyyn, mutta treffikumppanisi jatkaa vonkaamista. Painostuksen alaisena kuitenkin suostut, koska pelkää joutuvasi naurunalaiseksi. (contraception)
    - c) Kieltäydyt seksistä. Treffikumppanisi kunnioittaa päätöstäsi ja sovitte tapaavanne uudestaan. (facebook)
- INFOBOX: self-determination

## PELIN TEKSTIT

- **4. contraception:** Harrastatte seksiä, miten olette hoitaneet ehkäisyn?
  - a) Ehkäisy on kunnossa. (contraception yes)
  - b) Ehkäisy unohtuu hetken huumassa. (contraception no)
  - c) ”Mikä ehkäisy? Mikä se on?” (contraception no)

INFOBOX: contraceptive
  
- **5. contraception yes:** Olette harrastaneet seksiä hetken mielijohteesta. Mitä mietit?
  - a. Harmittaa, tunnen oloni halvaksi.
  - b. Kiva ilta takana, that’s it. Onneksi huolehdimme ehkäisystä.

INFOBOX: feelings
  
- **6. Contraception no:** Olette harrastaneet seksiä hetken mielijohteesta. Mitä mietit?
  - a) Harmittaa, tunnen oloni halvaksi.
  - b) Kiva ilta takana, that’s it.
  - c) Ilta oli mukava, mutta ehkäisyn käytöstä ei ole varmuutta ja asia vaiva kovasti.

INFOBOX: feelings
  
- **7. chlamydia:** Olet harrastanut suojaamatonta seksiä ja olet saanut klamydiatartunnan. Testitulosten perusteella olet saanut antibioottikuurin taudin hoidoksi. Päätät olla tästä edes vastuullisempi ja käyttää ehkäisyä.
  - a. Kerrot kumppanillesi/kumppaneillesi tartunnastasi.
  - b. Häpeät tartuntaasi, etkä kerro asiasta kenellekään.

INFOBOX: chlamydia
  
- **7+:heterosexual/girl:** Olet raskaana. Mitä teet?
  - a. Mikäs siinä, lapset on kivoja
  - b. Teen raskaudenkeskeytyksen. En todellakaan ole valmis.
  - c. Keskustelen lapsen isän kanssa tilanteesta, pidämme lapsen.
  - d. Keskustelen lapsen isän kanssa tilanteesta, päädymme aborttiin.

INFOBOX: pregnancy
  
- **7-.Heterosexual/boy:** Treffikumppanisi on raskaana.
  - a. Olet paniikissa, ja etkä ota enää yhteyttä.
  - b. Suostuttelet tyttöä tekemään abortin.

## PELIN TEKSTIT

- c. Keskustelen lapsen äidin kanssa tilanteesta, pidämme lapsen.
- d. Keskustelen lapsen äidin kanssa tilanteesta, päädymme aborttiin.

INFOBOX: pregnancy

- **8. Facebook:** Olette olleet muutamilla treffeillä ja olette päättäneet ruveta seurustelemaan. Olette molemmat rekisteröityneet facebookin ihmealiseen maailmaan. Kumppanisi on merkinnyt sinut parisuhteeseen kanssaan. Hyväksytkö merkinnän?
  - a. En. En halua suhdettamme yleiseen tietoon.
  - b. Kyllä. Haluan julistaa suhdettamme julkisesti. <3
  - c. En vielä, sillä suhde on vielä niin tuore.
- **9. Caring:** Olette seurustelun alkuvaiheessa, miten osoitat välittäväsi mieluiten?
  - a. Kohteliaisuus, kauniit sanat, kehuminen.
  - b. Autat pienissä arkisissa asioissa.
  - c. Järjestät yllätyksiä.
  - d. Järjestää aikaa toiselle.

INFOBOX: Behavior

- **10. Romantic evening:** Teidän piti viettää romanttinen ilta kumppanisi kanssa, mutta kumppanisi perui viime hetkellä ja kertoi syyksi, että hän on kipeä. Kumppanisi kaveri on kuitenkin julkaissut facebookissa kuvan eiliseltä, jossa kumppanisi on juhlimassa.
  - a. Vihjailet, ja koitat saada kumppanisi kiinni tekosistaan. (fight)
  - b. Kysyt suoraan ja keskustellette asiasta. (sex)
  - c. Kysyt suoraan ja raivoat. (fight)
  - d. Teet kumppanillesi kostoksi oharit ja lähdet itse juhlimaan. (fight)
- **11. Fight:** Riitely ja erimielisyydet kuuluvat suhteeseen. Merkityksellistä on, miten erimielisyydet ratkaistaan. Et voi odottaa joustamista pelkäättään kumppaniltasi, vaan oletthan myös itse valmis kompromisseihin. Mieti, millainen riitelijä itse olet.
  - a. Pysin voittamaan riidan kuin riidan. Tiedän aina olevani oikeassa.
  - b. Kieahdan nopeasti, mutta hetken höyryttyäni rauhoitun ja pystyn ajattelemaan järjellä.
  - c. En uskalla sanoa omia mielipiteitäni, vaan pyrin toimimaan kumppanin odotusten mukaisesti.

## PELIN TEKSTIT

- **12. Sex:** Kumppanisi tuo sinulle ihanan lepyttelylahjan. Selvitetyn erimielisyyden jälkeen tunteenne ovat syventyneet entisestään. Päädytte harrastamaan seksiä, miten hoidatte ehkäisyn?
  - a. Olette keskustelleet asiasta ja valinneet teille sopivimman ehkäisyn. (ex-partner)
  - b. Ehkäisy unohtuu hetken huumassa. (chlamydia/13+/13-)
  - c. Mikä ehkäisy? Mikä se on? (chlamydia/13+/13-)

INFOBOX :contraceptive
- **7. Chlamydia:** Olet harrastanut suojaamatonta seksiä ja olet saanut klamydiatartunnan. Testitulosten perusteella olet saanut antibioottikuurin taudin hoidoksi. Päätät olla tästedes vastuullisempi ja käyttää ehkäisyä.
  - a. Kerrot kumppanillesi/kumppaneillesi tartunnastasi.
  - b. Häpeät tartuntaasi, etkä kerro asiasta kenellekään.

INFOBOX: chlamydia
- **13+:heterosexual/girl:** Olet raskaana. Mitä teet?
  - a. Mikäs siinä, lapset on kivoja.
  - b. Teen raskaudenkeskeytyksen. En todellakaan ole valmis.
  - c. Keskustelen poikaystäväni kanssa tilanteesta, pidämme lapsen.
  - d. Keskustelen poikaystäväni kanssa tilanteesta, päädymme aborttiin.

INFOBOX: pregnancy
- **13-:Heterosexual/boy:** Tyttöystäväsi on raskaana.
  - a. Olet paniikissa ja jätät tyttöystäväsi.
  - b. Suostuttelet tyttöystävääsi tekemään abortin.
  - c. Keskustelen tyttöystäväni kanssa tilanteesta, pidämme lapsen.
  - d. Keskustelen tyttöystäväni kanssa tilanteesta, päädymme aborttiin.

INFOBOX: pregnancy
- **14: Ex-partner:** Kumppanisi exä ottaa yhteyttä kumppaniisi. Syy jää sinulle epäselväksi. Miten reagoit?
  - a. Murehdit asiaa yksinäsi, etkä keskustele kumppanisi kanssa asiasta.
  - b. Ei haittaa. Kumppanini rakastaa vain minua.
  - c. Saat kauhean raivokohtauksen. Tutkit puhelimen, facebookin ja läppärin sivuhistorian läpikotaisin.



## PELIN TEKSTIT

d. Keskustelelette asiasta ja juttu saadaan selvitettyä. Kyse olikin vain unoh-  
tuneesta cd:stä.

- **15: Summerstory:** Makoilet kauniina kesäpäivänä aurinkotuolissa taka-  
pihalla miettien kuluva kesää. Olet viettänyt paljon aikaa yhdessä  
kumppanisi kanssa hengaillen. Olette olleet paljon rannalla nauttien au-  
ringosta ja toisistanne. Kotibileitäkin on tullut koluttua. Kesää on vielä jäl-  
jellä ja edessänne on vielä paljon ihania hetkiä. Ruisrockikin on jo ovella.
- **16: Refusing for sex:** Haluat seksiä, mutta kumppanisi kieltäytyy vedo-  
ten väsymykseen
  - a. Loukkaannut, etkä puhu kumppanillesi hetkeen, jonka jälkeen jatkatte niin  
kuin mitään ei olisi tapahtunut.
  - b. Ymmärrät kumppaniasi, mutta harmittaa silti.
  - c. Vonkaat loppuillan kunnes kumppanisi ahdistuu ja suostuu.
  - d. Ymmärrät kumppaniasi, ei aina voi jaksaa.

INFOBOX: Respect
- **17: Unpleasant sex:** On uusi viikko ja uudet leikit. Seksiä harrastaessa  
kumppanisi ehdottaa sinulle jotain epämiellyttävää
  - a. Suostut, koska et uskalla kieltäytyä jättämisen pelossa.
  - b. Et suostu ja pyrit perustelemaan.
  - c. Lähdet ovet paukkuen tilanteesta.

INFOBOX: Self-determination
- **18 Friends:** Ruisrock is here. Olette lähteneet kaveriporukalla viettä-  
mään helteistä viikonloppua festareille. Ensimmäinen päivä sujuu loista-  
vasti ja fiilis on katossa. Olette kumppanisi kanssa umpirakastuneita ja  
näette vain toisenne. Kavereitanne alkaa pikkuhiljaa kypsyttää teidän toi-  
siinne liimautuminen ja he huomauttavat teille asiasta.
  - a. Teitä ei kiinnosta kavereiden mielipiteet ja jatkatte toistenne seurasta  
nauttimisesta.
  - b. Kumppanisi ymmärtää kavereiden pointin ja lyöttäytyy muiden seuraan.  
Sinua harmittaa, koska olisit halunnut vain hänet. (19- tai 19+)
  - c. Sinä ymmärrät kavereita, mutta kumppanisi loukkaantuu ja lähtee teltaan  
mököttämään. (19- tai 19+)
  - d. Ymmärrätte molemmat kavereiden toiveen, sillä ystävät ovat tärkeitä. Eh-  
ditte olla myöhemminkin kahdestaan, koska kaveriporukallahan tässä on  
reissuun lähdetty.

## PELIN TEKSTIT

### INFOBOX: Friends

- **19- Cheating:** Ruisrockin riitojen jälkeen teillä on mennyt huonosti ja sinulle selviää, että kumppanisi on pettänyt sinua.
  - a. Suutut ja jätät kumppanisi saman tien.
  - b. Annat anteeksi, koska et halua menettää toista.
  - c. Suutut ensin, mutta annat toisen mahdollisuuden. Jäät kuitenkin epäilemään ja luottamuksesi horjuu.
- **19+ cheating:** Ruisrockin riitojen jälkeen teillä on mennyt huonosti ja pettät kumppaniasi
  - a. Et kerro asiasta ja podet huonoa omaatuntoa.
  - b. Et kerro ja jatkat elämääsi murehtimatta asiaa sen kummemmin.
  - c. Kerrot kumppanillesi, koska et voi elää itsesi kanssa.
  - d. Kerrot kumppanillesi, ja lupaat olla pettämättä uudestaan.

### **Loppuratkaisut:**

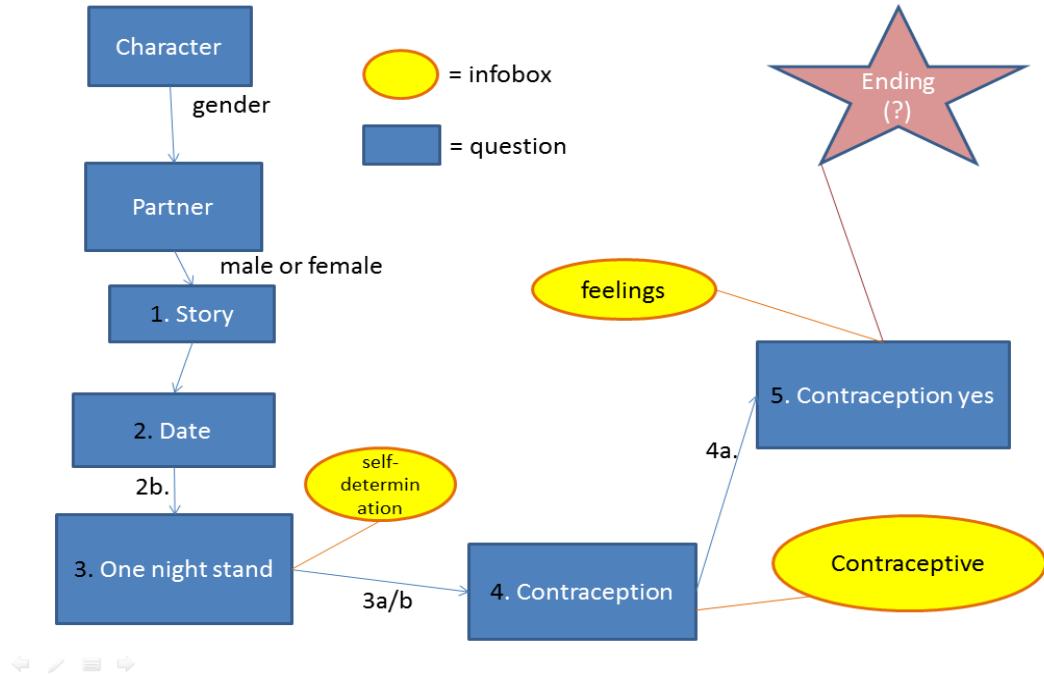
PUNAINEN: Oi voi. Nyt voisi olla aika pysähtyä miettimään tekemiäsi valintoja. Mitä olisit voinut tehdä toisin? Otathan jatkossa huomioon niin omat kuin toistenkin tunteet. Siten voit vähentää kokemiesi negatiivisten tuntemuksien määrää.

KELTAINEN: Ihan ok. Peli ei ole herättänyt sinussa suuria tunteita. On hyvä, ettei negatiivisuus ole vallitseva tunteesi pelin edetessä, mutta mieti miten saisit lisää positiivisia elämyksiä.

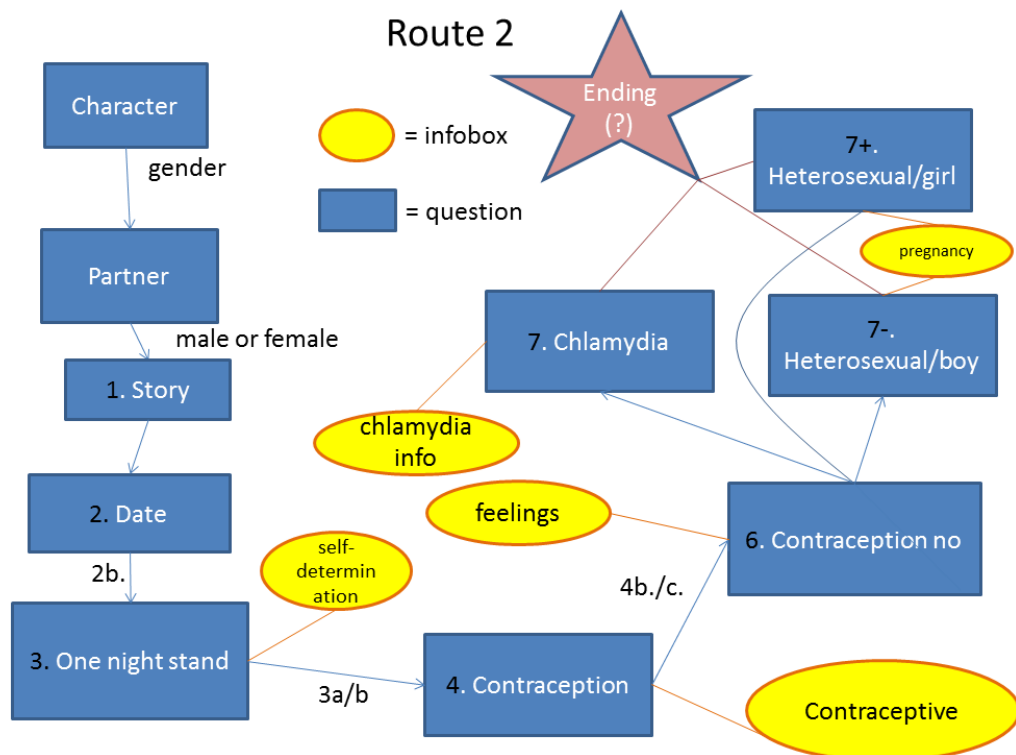
VIHREÄ: Hienoa! Olet tehnyt valintoja, jotka tuntuvat sinusta hyvältä. Otathan jatkossakin huomioon niin omat kuin toistenkin tunteet.

## POLUT

## Route 1

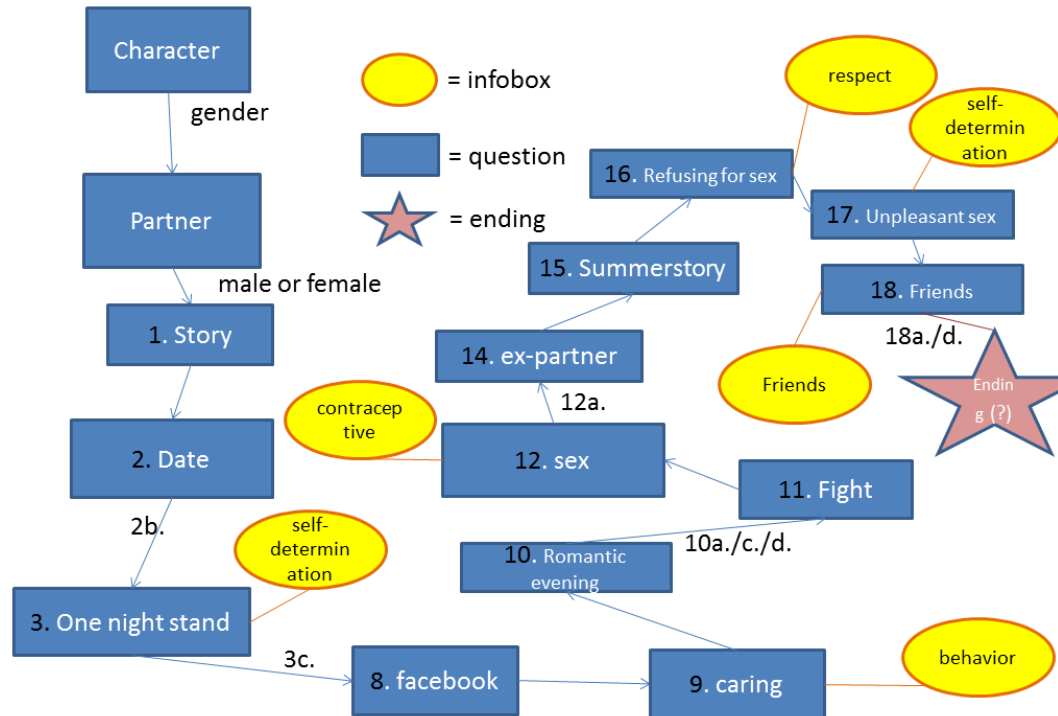


## Route 2

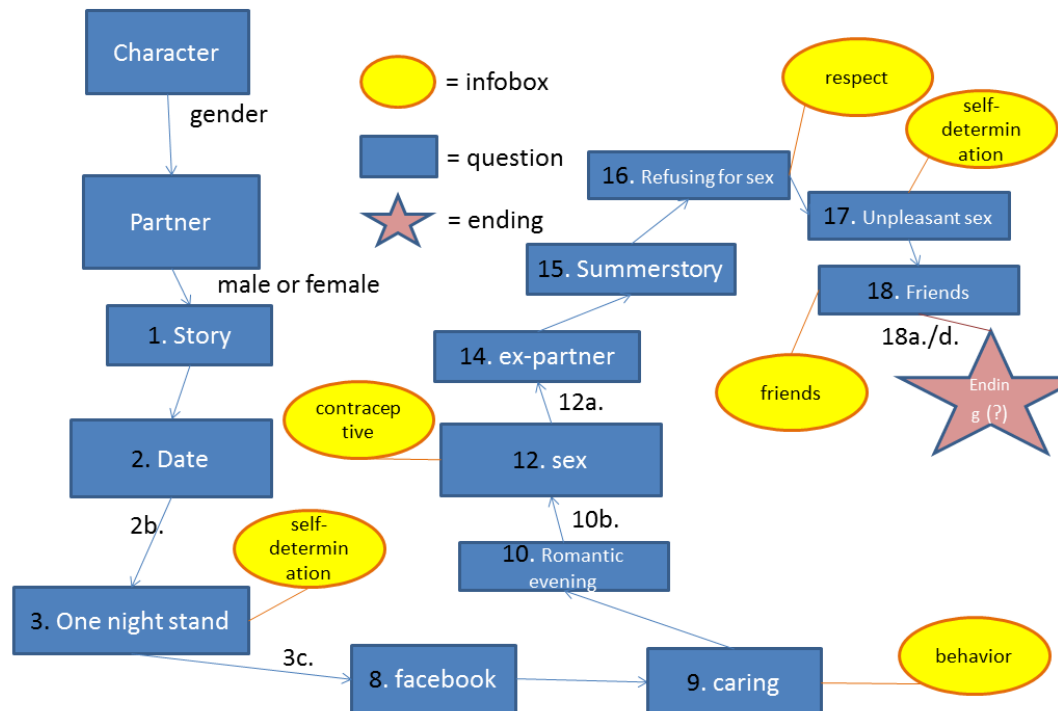


## POLUT

## Route 3

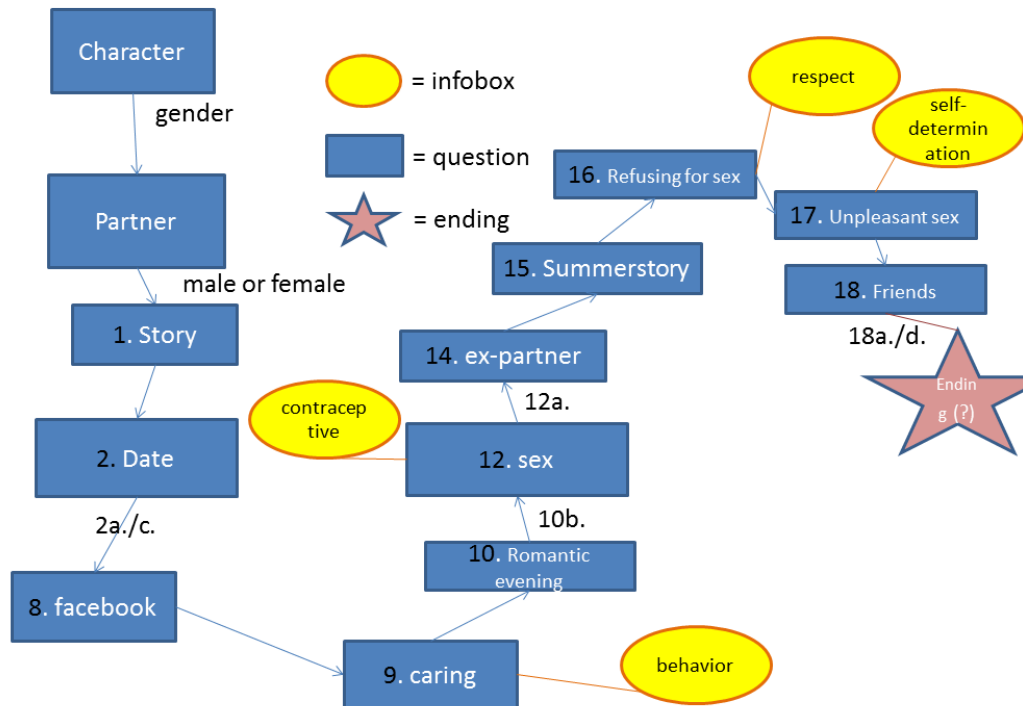


## Route 4

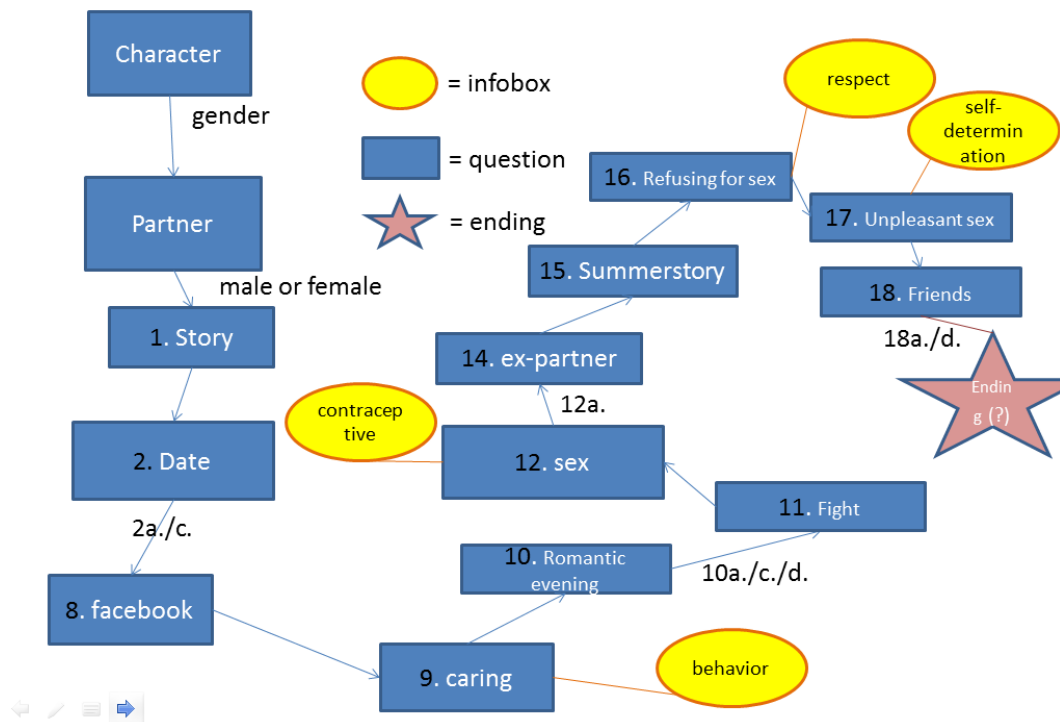


# POLUT

## Route 5

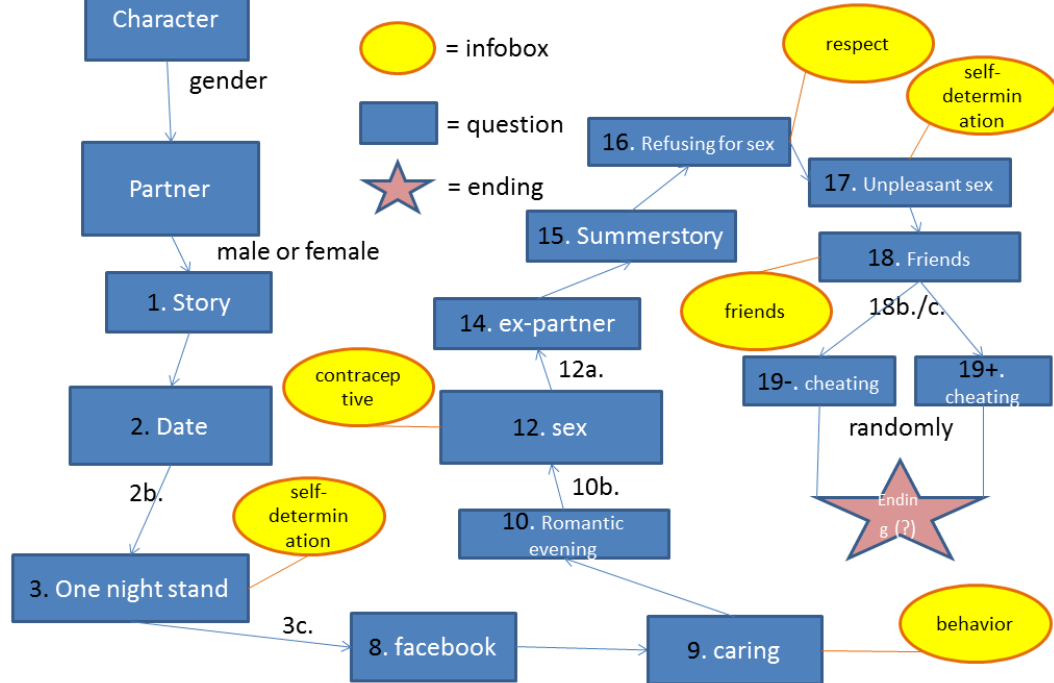


## Route 6

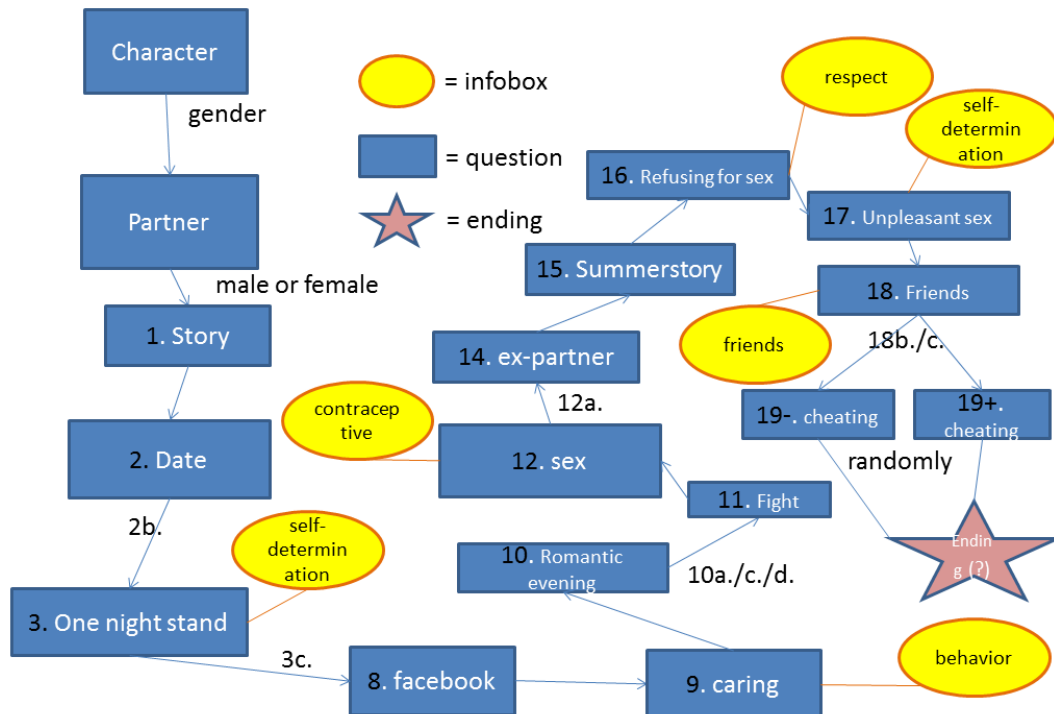


## POLUT

## Route 7

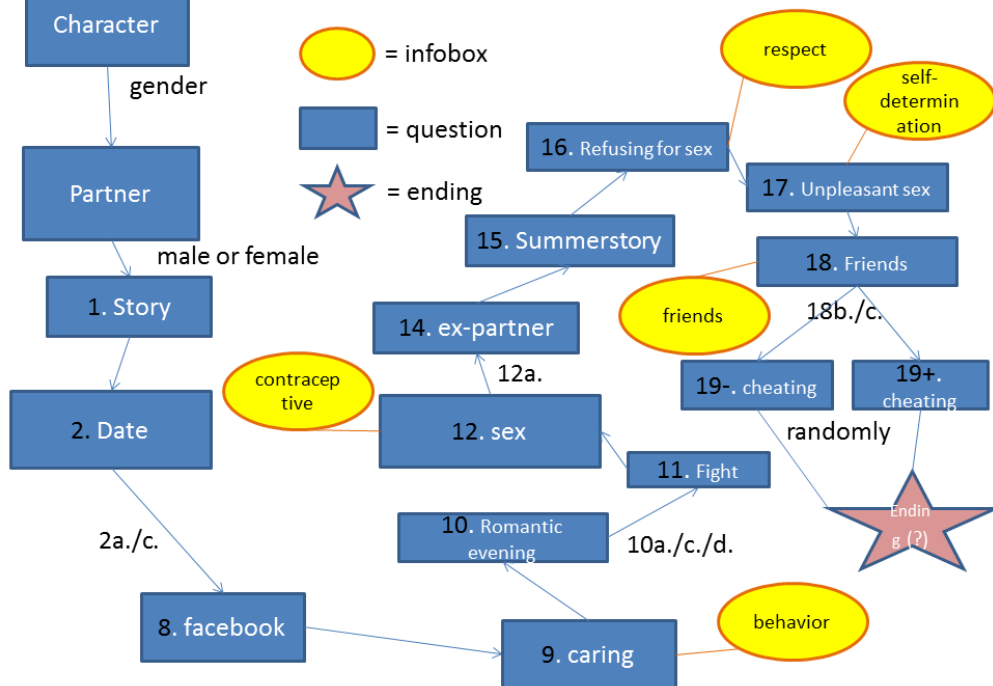


## Route 8

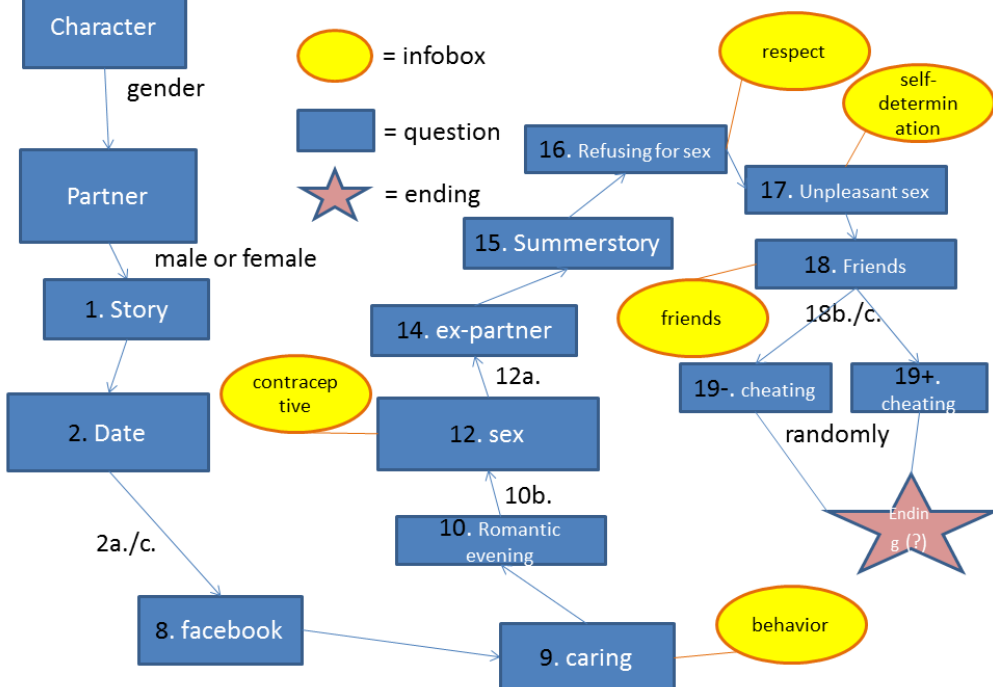


## POLUT

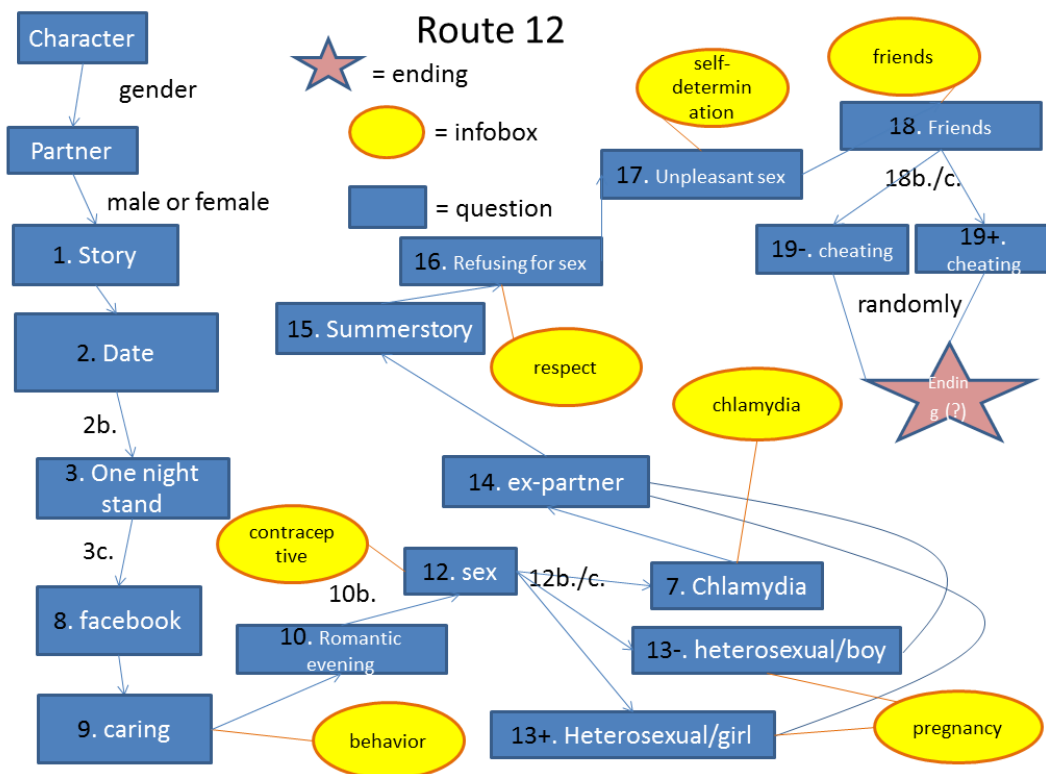
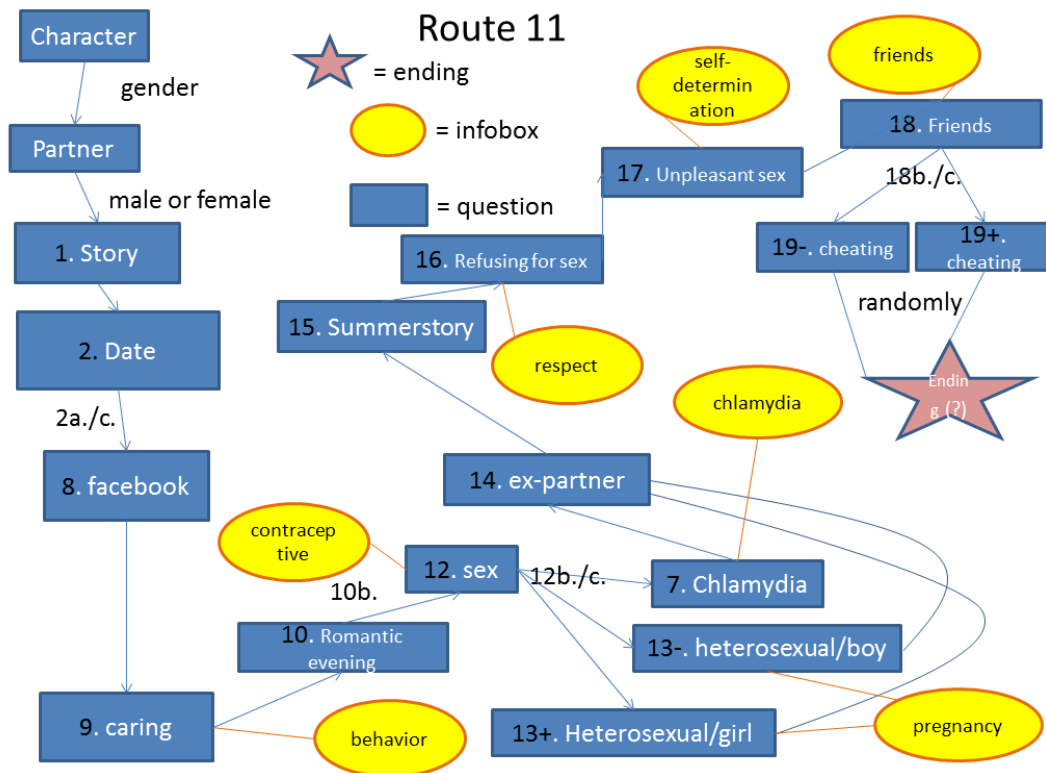
## Route 9



## Route 10

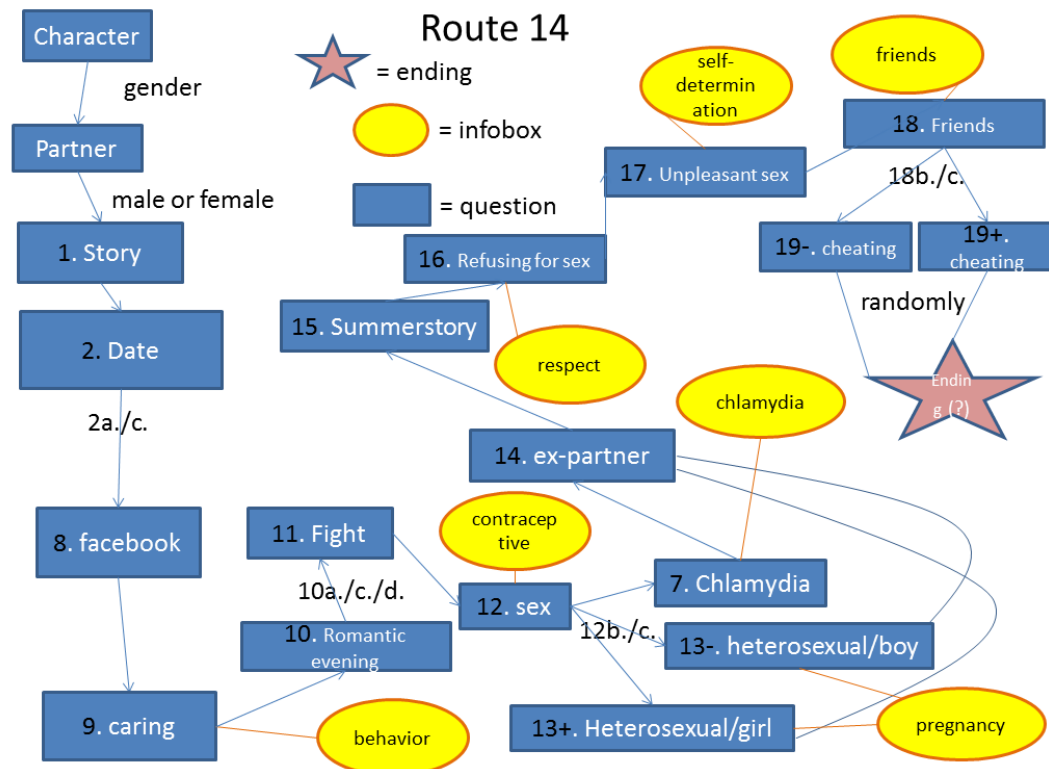
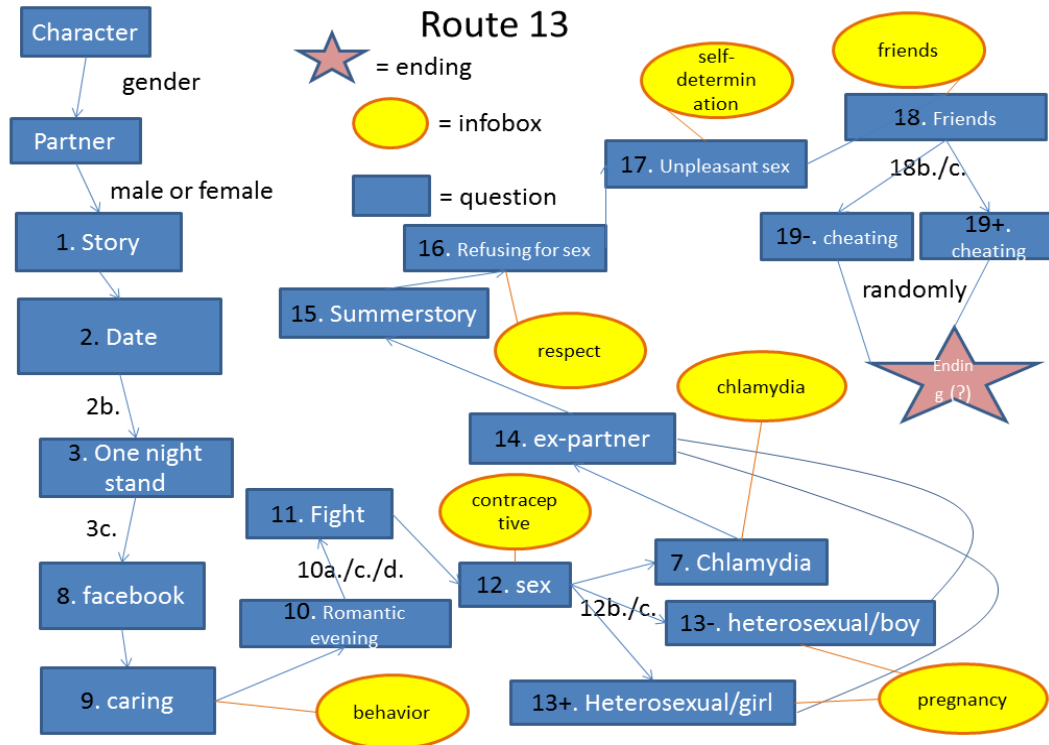


# POLUT

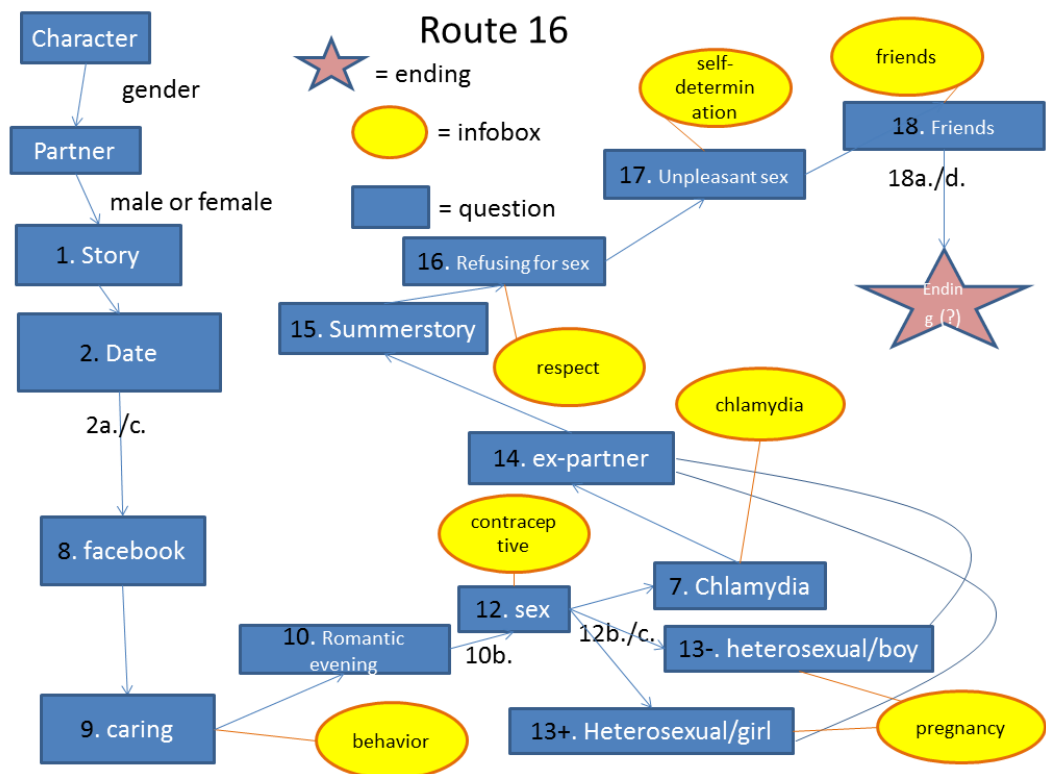
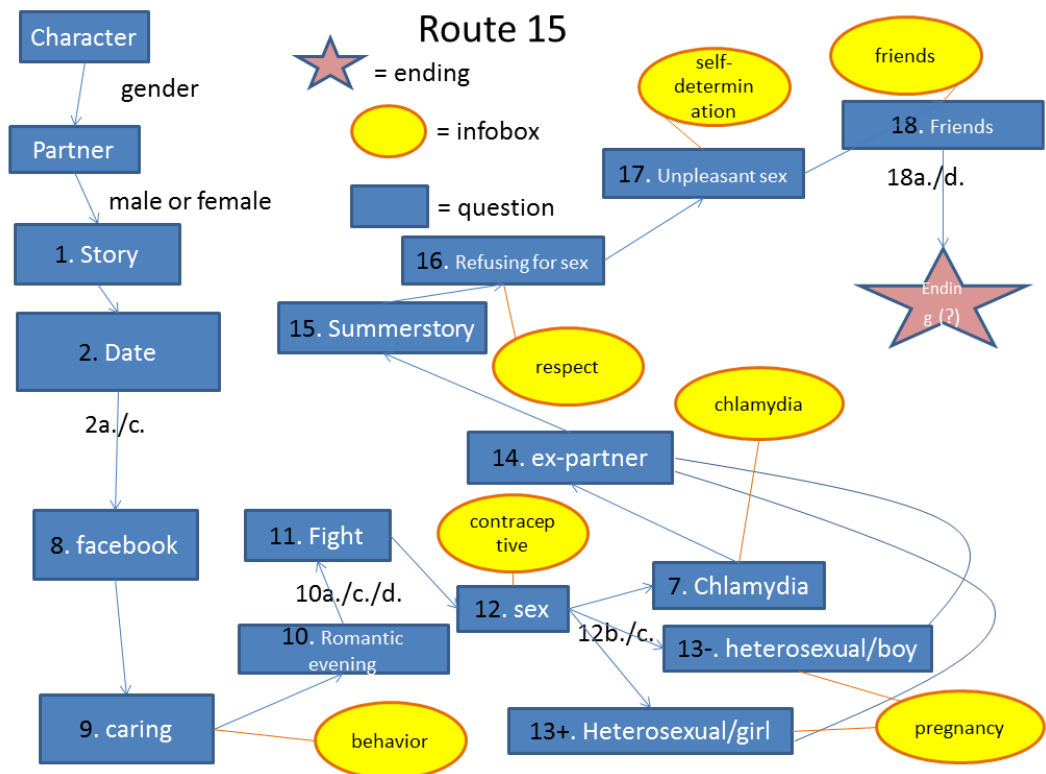




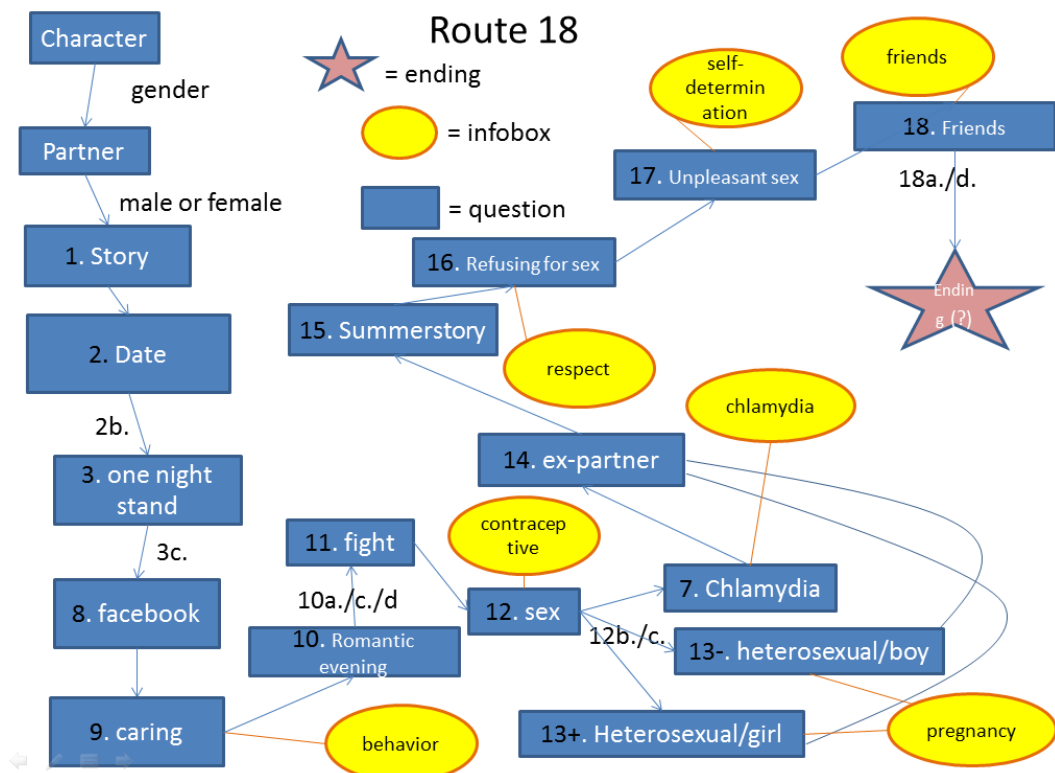
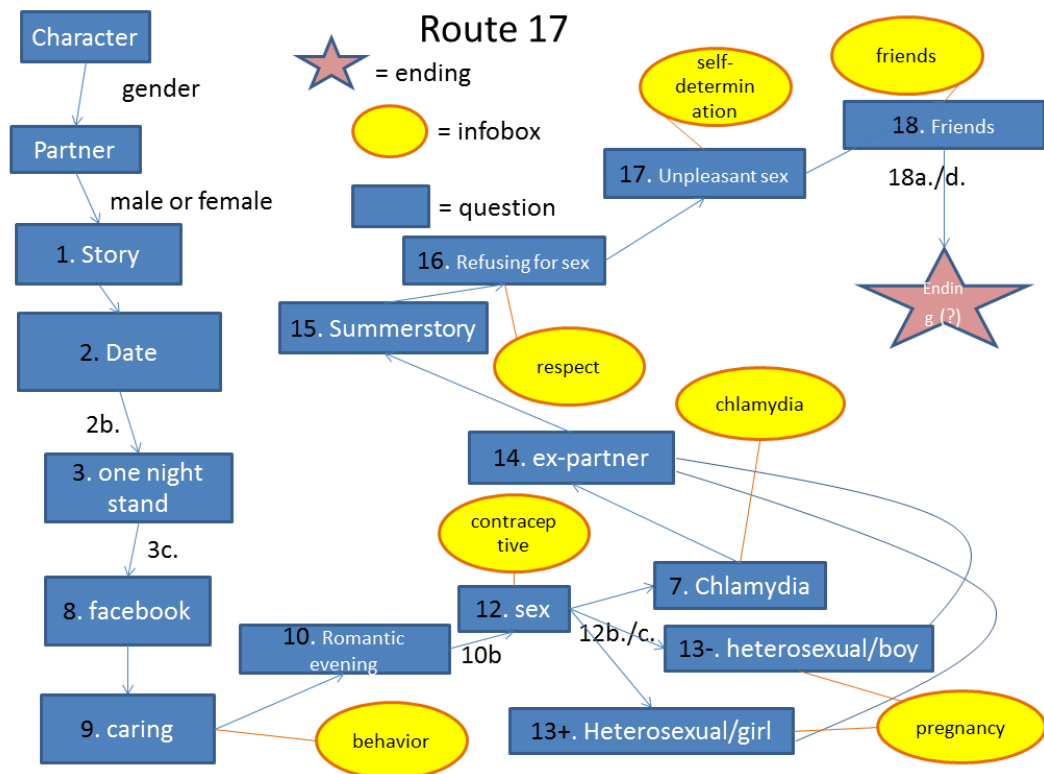
# POLUT



## POLUT



## POLUT



## TIETORUUDUT

### 1. Illan juttu -reitti

#### Itsemääräämisoikeus

Sinulla on oikeus päättää harrastatko seksiä vai et, ilman syyllisyyttä, painostusta tai huonommuuden tunnetta. Seksuaalioikeuksiisi kuuluu toisen kunnioittaminen ja mielipiteiden hyväksyminen, jotka ovat avainasioita turvalliseen, onnelliseen ja tyydyttävään seksuaalisuuteen.

#### Ehkäisyn käytön tarpeellisuus

Ensisijainen ehkäisy on aina kondomi, sillä se suojaa niin raskaudelta kuin sukupuolitaudeiltakin. Sukupuolitaudit tarttuvat herkästi limakalvokontaktissa ihmisestä toiseen ilman asianmukaista suojausta. Kun suhde on kestänyt kauemmin ja sukupuolitaudit on poissuljettu, turvallinen ehkäisy vaihtoehto voi olla esimerkiksi e-pillerit tai ehkäisyrenkas. Ehkäisyn puuttuessa tai sen pettäessä voit turvautua jälkiehkäisyyn. Jälkiehkäisytabletti tulee ottaa viimeistään 72 tunnin kuluttua yhdynnästä ja teho on sitä parempi, mitä nopeammin sen ottaa. Jälkiehkäisytabletti ehkäisee raskauden estämällä munasolun irtoamisen tai siirtymisen.

#### Tunteet ja morkkis

Yhden illan juttu voi aiheuttaa positiivisten tunteiden lisäksi syyllisyyden ja pelon tunteita. Näillä tunteilla reagoit tapahtuneeseen, eikä se ole mitenkään epänormaalia. Tärkeää on tunnistaa tunteet ja purkaa niitä esimerkiksi puhumalla. Patoutuneet tunteet, varsinkin negatiiviset, eivät ole hyväksi sinulle. Muistathan myös, että vastuu itsestä ja toisesta kuuluu sukupuolielämään.

#### Klamydia: miksi kertoa, leviäminen, testaus

Vuonna 2010 Suomessa ilmoitettiin yhteensä 12 825 klamydiatartuntaa, joista suurin osa oli 15–24-vuotiailla naisilla (STM 2012). Sukupuolitauteja ovat klamydia, tippuri, kuppa, herpes, hiv, hepatiitti B ja C sekä kondylooma.

## TIETORUUDUT

Ne voivat tarttua limakalvokosketuksessa, joko emätinyhdynnässä, suuseksissä tai peräaukkoyhdynnässä. Jotkin sukupuolitaudit voivat tarttua myös veren välityksellä, kuten HIV tai hepatiitit. Huomioithan, että taudit voivat olla myös oireetomia, mikä ei kuitenkaan tarkoita, etteivätkö ne olisi vaarallisia. Jos sinulla on pienikin huoli tartunnasta ja olet ollut suojaamattomassa yhdynnässä, tulisi mennä testeihin. Hoitamattomana sukupuolitaudit voivat aiheuttaa esim. lapsettomuutta. Jos nuori on saanut tartunnan, hänen tulisi kertoa siitä myös kumppanilleen, jotta tämäkin voidaan tutkia ja hoitaa. Jos asiasta ei halua kertoa itse, asian voi hoitaa myös lääkäri. Lääkäri ei kerro kutsutulle, keltä tämä on mahdollisesti saanut tartunnan.

### Raskaus

Catch this! Raskaaksi voi tulla jo ensimmäisellä yhdyntäkerralla! Eikä keskeytetty yhdyntä ole ehkäisykeino! Harkitessanne eri vaihtoehtoja: pitääkö lapsen, luovuttaako lapsen adoptioon, vai keskeyttääkö raskauden kannattaa hakea apua ja tukea muilta ihmisiltä, voit lähestyä esimerkiksi koulusi terveydenhoitajaa. Tällaisessa tilanteessa tulee päätöstä harkita perusteellisesti. Ihanteellista olisi, jos syntyvän lapsen äiti ja isä yhdessä keskustelisivat ja miettivätkin asiaa.

### Seurustelureitti

#### Kohtelee muita niin kuin haluaisit itseäsi kohdeltavan

Catch this! Kohtelee muita niin kuin haluaisit itseäsi kohdeltavan.

#### Ehkäisyyn käytön tarpeellisuus

Ensisijainen ehkäisy on aina kondomi, sillä se suojaa niin raskaudelta kuin sukupuolitaudeiltakin. Sukupuolitaudit tarttuvat herkästi limakalvokontaktissa ihmisestä toiseen ilman asianmukaista suojausta.

## TIETORUUDUT

Kun suhde on kestänyt kauemmin ja sukupuolitaudit on poissuljettu, turvallinen ehkäisy vaihtoehto voi olla esimerkiksi e-pillerit tai ehkäisyrengas. Ehkäisyn puuttuessa tai sen pettäessä voit turvautua jälkiehkäisyyn. Jälkiehkäisytabletti tulee ottaa viimeistään 72 tunnin kuluttua yhdynnästä ja teho on sitä parempi, mitä nopeammin sen ottaa. Jälkiehkäisytabletti ehkäisee raskauden estämällä munasolun irtoamisen tai siirtymisen.

### Klamydia: miksi kertoa, leviäminen, testaus

Vuonna 2010 Suomessa ilmoitettiin yhteensä 12 825 klamydiatartuntaa, joista suurin osa oli 15–24-vuotiailla naisilla (STM 2012). Sukupuolitauteja ovat klamydia, tippuri, kuppa, herpes, hiv, hepatiitti B ja C sekä kondylooma. Ne voivat tarttua limakalvosketuksessa, joko emätinyhdynnässä, suuseksissä tai peräaukkoyhdynnässä. Jotkin sukupuolitaudit voivat tarttua myös veren välityksellä, kuten HIV tai hepatiitit. Huomioithan, että taudit voivat olla myös oireettomia, mikä ei kuitenkaan tarkoita, etteivätkö ne olisi vaarallisia. Jos sinulla on pienikin huoli tartunnasta ja olet ollut suojaamattomassa yhdynnässä, tulisi mennä testeihin. Hoitamattomana sukupuolitaudit voivat aiheuttaa esim. lapsettomuutta.

### Raskaus

Catch this! Raskaaksi voi tulla jo ensimmäisellä yhdyntäkerralla! Eikä keskeytetty yhdyntä ole ehkäisykeino! Harkitessanne eri vaihtoehtoja: pitääkö lapsen, luovuttaako lapsen adoptioon, vai keskeyttääkö raskauden kannattaa hakea apua ja tukea muilta ihmisiltä, voit lähestyä esimerkiksi koulusi terveydenhoitajaa. Tällaisessa tilanteessa tulee päätöstä harkita perusteellisesti. Ihanteellista olisi, jos syntyvän lapsen äiti ja isä yhdessä keskustelisivat ja miettivätkö asiaa.

## TIETORUUDUT

### Toisen kunnioittaminen

Kumppanillasi on oikeus päättää harrastaako seksiä vai ei, ilman syyllisyyttä, painostusta tai huonommuuden tunnetta. Seksuaalioikeuksiin kuuluu toisen kunnioittaminen ja mielipiteiden hyväksyminen, jotka ovat avainasioita turvalliseen, onnelliseen ja tyydyttävään seksuaalisuuteen.

### Itsemääräämisoikeus

Sinun ei tarvitse suostua mihinkään mistä et ole varma! Oikeus määrätä omasta kehostasi on sinulla itsellä!

### Ystävien tärkeys

Hyvä ystävä on yksi maailman arvokkaimmista asioista. Ystävydessä on tärkeää ottaa huomioon toisen näkökulma. Varsinkin seurustelusuhteen alussa kumppanisi voi tuntua tärkeimmältä ihmiseltä sinulle, mutta ystäviä ei kannata silti unohtaa. Muista tasapaino kumppanin ja ystävien välillä, sillä myös seurustelusuhteessa on hyvä muistaa oma elämä

Kehittämistehtävä (AMK)

Hoitotyö

Terveystenhoitotyö

2013

Heidi Kantonen, Heidi Pollari, Jasmin Saarinen ja Milka Sieppi

## ”PariSuhdetta?”

– artikkeli Terveystenhoitajaliiton verkkosivuille



TURUN AMMATTIKORKEAKOULU  
TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES



## **Uusia tuulia terveystasvatustyöhön**

Turun Ammattikorkeakoulun terveydenhoitotyön opinnäytetyönä suunniteltiin ja toteutettiin nuorille kohdennettu terveyttä edistävä PariSuhdetta? –Internetpeli (Kantonen ym. 2012). Seksi- ja seurusteluaiheisen terveyttä edistävän Internetpelin kohderyhmänä ovat 16–18-vuotiaat nuoret ja sen tavoitteena on edistää nuorten turvallista ja toista kunnioittavaa seksuaalikäyttäytymistä. Peli toteutettiin yhteistyössä Salon terveyskeskuksen ja Salon seudun ammattiopiston kanssa. Peli tulee löytymään Salon seudun ammattiopiston Internetsivulta.

Seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelmasta 2007–2011 (STM 2012) ja kouluterveyskyselyn tuloksista (THL 2011) voidaan päätellä, että 16–18-vuotiaiden seksuaalitietoudessa on puutteita ja seksuaalikäyttäytymisessä havaittavissa huolestuttavia käyttäytymis- sekä ajattelumalleja. Erityisesti ammatillisella puolella opiskelevien nuorten seksuaalikasvatukseen tulisi kohdistaa enemmän huomiota, sillä ammatillisella puolella terveystiedon saatavuus on vähäisempää kuin lukiossa. (STM 2012, 37). Pelin avulla voidaan vähentää epätasa-arvoisuutta tiedonsaannissa ja siten vaikuttaa positiivisesti nuorten tieto- ja käyttäytymiseroihin.

### **PariSuhdetta? –Internetpeli**

Tarinamuotoisessa pelissä pelaaja valitsee itselleen pelihahmon ja kumppanin. Tasapuolisuutta on haluttu lisätä huomioimalla homoseksuaalisuus kumppanin valinnassa ja kysymyksissä. Pelissä vastataan seurusteluun ja seksiin liittyviin kysymyksiin. Pelaajan valitsemien vastausten perusteella edetään kysymyksestä toiseen ja muodostetaan siten polku, jota pitkin tarina etenee. Vaihtoehtoisia etenemispolkuja on pelissä kahdeksantoista erilaista. Pelin informatiivinen ja opetuksellinen osuus on toteutettu kysymysten ja tietoruutujen avulla. Vastattuun määrättyihin kysymyksiin pelaaja saa lisätietoa aiheesta tietoruudun muodossa. Kysymyksissä on realistisia tilanteita oikeasta elämästä ja vastausvaiht-

toehtoina erilaisia toiminta- ja ajattelutapoja, joista pelaaja valitsee mieleisensä (Kuvio 1.). Kysymykset käsittelevät aiheita, joista aiempien tutkimusten (STM 2012; THL 2011) perusteella kohderyhmään kuuluvat nuoret tarvitsevat lisää tietoa, esimerkiksi toisen kunnioitus ja huomioon ottaminen sekä itsemääräämisoikeus. Nuoret toivoivat peliin erilaisia tilanteita liittyen esimerkiksi luottamukseen, parisuhteen ristiriitatilanteisiin ja vuorovaikutukseen, seksiin, ehkäisyyn sekä raskauteen. Aiheita on käsitelty positiivisesta näkökulmasta ja tätä kautta pyritty luomaan hyväksyvä ja kannustava oppimisympäristö.

Pelaajaa herätellään tutkiskelemaan pelissä esitettyjen tilanteiden aikaansaamia tunteita tunneliikennevalojen avulla. Vastattuaan kysymykseen pelaaja valitsee liikennevaloista tunteitaan vastaavan värin ja oppii siten tiedostamaan paremmin tunteiden sekä eri tilanteiden ja tapahtumien yhteyttä. Pelaaja saa lopuksi palautteen valitsemiensa värien perusteella.



KUVIO 1. Esimerkkikuva kysymysruudusta.

Peliä testattiin kohderyhmällä ja lähes kaikki pelaajat pitivät pelin kestoa sopivana. Suurelle osalle pelissä annettu informaatio oli entuudestaan tuttua, mutta silti yhtä suuri osa koki, ettei heidän aikansa mennyt hukkaan pelin parissa. Kaikkien pelaajien mielestä pelissä esitellyt tilanteet kuvasivat täysin tai osittain oikeaa elämää. Vastaajista noin puolet suosittelisi peliä ystävälleen, puolet taas ei. Negatiivista palautetta aiheutti pelin teknisen toteutuksen keskeneräisyys. Pelin teknistä kehittämistä jatkettiin testauksen jälkeen.

Eräässä palautteessa esiin tullut kommentti kertoo hyvin, että pelin avulla onnistuttiin herättämään nuoria ajattelemaan seksuaali- ja parisuhdekäyttäytymiseen liittyviä seikkoja: "...hyvä peli jos haluaa miettiä kummoinen ihminen on."

#### Pelin monipuoliset hyödyntämismahdollisuudet

Oppimismenetelmiä tutkittaessa on havaittu, että innovatiiviset ja aktivoivat menetelmät koetaan tehokkaimmiksi oppimismenetelmiksi (Barbosa ym. 2010; Pitkänen 2009). Muuttuva yhteiskunta ja nopean kehityksen haasteet luovat vaativat olosuhteet terveyden edistämiseksi sekä ennaltaehkäisevälle hoitotyölle. Ennakkoluulottomuus sekä avoin suhtautuminen uusiin toimintatapoihin ja työvälineisiin on edellytyksenä toimivalle ja vaikuttavalle terveyden edistämiseksi. Terveyttä edistävä Internetpeli on nuorta itseään aktivoiva oppimisympäristö, joka on helposti ja edullisesti saatavilla niin koulussa kuin kotona. Lisäksi Internet on osa nuorten päivittäistä elämää ja näin ollen se on luonteva kanava tiedon välittämiseksi.

Opiskeluterveydenhuollossa Internetpeli on hyödynnettävissä yksilöohjauksen tukena ja ryhmänohjaustilanteissa toiminnallisena menetelmänä. Internetpeli soveltuu käytettäväksi myös kouluterveydenhuoltoon, jolloin pelin avulla voidaan antaa realistista informaatiota seksuaalikäyttäytymisestä ja esimerkkitalanteita ihmissuhteista. Terveystoimijien on myös mahdollista tuoda pelin olemassaoloa julki nuoren vanhemmille, jotka voisivat saada siitä tukea keskusteluihin oman lapsensa kanssa. Pelin on tarkoitus olla

monipuolinen apuväline erilaiseen seksuaalikasvatukseen, jota voi hyödyntää kuka tahansa nuorten kanssa toimiva.

Jatkossa peliä voidaan kehittää ainakin ulkoasun ja teknisen toteutuksen osalta. Pelin jatkokehittämiseksi tarvitaan pelaajilta lisää palautetta. Pelin ohjaus- ja opetuskäytöstä tarvitaan niin opettajien kuin terveydenhoitajienkin kokemuksia.

## LÄHTEET

Barbosa, SM ; Dias, FLA ; Pinheiro, AKB ; Pinheiro, PNC & Vieira NFC. 2010. Educational game as a strategy for health education for adolescents in the prevention of STD/AIDS. Revista Eletrônica de Enfermagem 2010; 12(2): 337-41 (16 ref). Viitattu 31.10.2012 <http://www.fen.ufg.br/revista/v12/n2/pdf/v12n2a17.pdf>.

Kantonen, H.; Pollari, H.; Saarinen, J. & Sieppi, M. 2013. "PariSuhdetta?" –Internetpeli 16-18-vuotiaiden seksuaaliohjausmenetelmänä. Turun ammattikorkeakoulun opinnäytetyö. Turun ammattikorkeakoulu.

Pitkänen, J. 2009. Yläkoulun opettajien kokemuksia seksuaaliopetuksen opetusmenetelmistä. Pro Gradu. Terveystieteiden laitos. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Viitattu 31.10.2012. [https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/20048/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-200904301527.pdf?sequence=1](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/20048/URN_NBN_fi_jyu-200904301527.pdf?sequence=1)

STM. 2012. Seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistäminen, toimintaohjelma 2007-2011. Viitattu 31.10.2012. [http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=28707&name=DLFE-3584.pdf&title=Seksuaali\\_\\_ja\\_lisaantymisterveyden\\_edistaminen\\_fi.pdf%20](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=DLFE-3584.pdf&title=Seksuaali__ja_lisaantymisterveyden_edistaminen_fi.pdf%20)).

THL. 2011. Kouluterveyskysely. Viitattu 31.10.2012 <http://info.stakes.fi/kouluterveyskysely/FI/index.htm>.

# TUNTISUUNNITELMA

Päätavoite on saada PariSuhdetta? -Internetpelistä palautetta ammattiopiston opiskelijoilta

Aloituspöytäkirja: Esittäytyminen	1 min
Pelin esittely (Power Point –esitystä avuksi käyttäen)	10 min
- Lyhyt ja tiivis informaatio pelistä	- Mihin peli tulee ja
koska pelattavissa	
Mistä haluamme palautetta	4 min
Pelin testaaminen	20 min
- Itsenäinen pelaaminen	
Palautelomakkeen täyttö	10 min

# **PALAUTEKYSELY**

## **PariSuhdetta? -peli**

1. Onko peli kestoaltaan
  - a. Liian lyhyt
  - b. Sopiva
  - c. Liian pitkä
2. Oliko pelissä annettu tieto Sinulle
  - a. Entuudestaan tuttua
  - b. Jonkin verran uutta
  - c. Kaikki uutta
3. Kuinka hyödylliseksi koit pelin
  - a. Aivan turha
  - b. Ei aika nyt ihan hukkaan mennyt
  - c. Oikein hyödyllinen
4. Kuvaavatko pelin tapahtumat mielestäsi oikeaa elämää
  - a. Kyllä
  - b. Osittain
  - c. Ei lainkaan
5. Suositteletko peliä ystävällesi
  - a. Kyllä
  - b. En
6. Ruusut ja risut: sana on vapaa, mutta pakollinen 😊

---

---

Kiitos!

# **PALAUTEKYSELYN TULOKSET**

## **1. Onko peli kestoaltaan**

- a) Liian lyhyt (1)
- b) Sopiva (18)
- c) Liian pitkä (1)

## **2. Oliko pelissä annettu tieto Sinulle**

- a) Entuudestaan tuttua (16)
- b) Jonkin verran tuttua (3)
- c) Kaikki uutta (1)

## **3. Kuinka hyödylliseksi koit pelin**

- a) Aivan turha (5)
- b) Ei aika nyt ihan hukkaan mennyt (14)
- c) Oikein hyödyllinen (1)

## **4. Kuvaavatko pelin tapahtumat mielestäsi oikein elämää**

- a) Kyllä (10)
- b) Osittain (10)
- c) Ei lainkaan (0)

## **5. Suositteletko peliä ystäville**

- a) Kyllä (12)
- b) En (8)



## 6. Ruusut ja risut: sana on vapaa, mutta pakollinen ☺

Tekninen toteutus:

- “ ”täynnä bugeja”
- “ ”peli antoi errorin”
- “ ”ei toimi vielä kunnolla”
- “ ”laitoin useimpaan punaisen fiiliksen mutta lopputulos antoi vihreän, miksi?”
- “ ”jos valitsee monta vaihtoehtoa, tulee error useasti”

Pelin sisältö:

- “ ”realistinen peli”
- “ ”kaikki kunnos! Hyvä hyvä!”
- “ ”just komme”
- “ ”outo peli”
- “ ”en suosittelisi, koska kumminkin pääasian kaikki tietävät muuten hyvä peli jos haluaa miettiä kummoinen ihminen on”
- “ ”valot epämääräiset”
- “ ”epäselvä”

## PALAUTETUNNIN SISÄLTÖ

PariSuhdetta?  
-nettipeli

### Mikä juttu tää on?

- Turun AMK:n terveydenhoitajaopiskelijat
- Opinnäytetyö
  - Nettipeli seurustelusta ja seksistä
  - Sisältöideoiden keruu tammi-helmikuussa 2012



## Miksi olemme täällä?

- PariSuhdetta? -nettipeli

- kohderyhmä 16-18v.

- Pelin testaus

- pelaa peliä
- täytä kyselylomake



- <http://parterre-trac.dc.turkuamk.fi/test/play>