



**”STAIRWAY TO HEAVEN”
TOIMINNALLINEN SEKSUAALIKASVATUSTAPAHTUMA
YLÄKOULUN 8. -LUOKKALAISILLE**

Opinnäytetyö

Kirsi Luukkonen

Jaana Riihelä

Jaana Siikaluoma

Hoitotyön koulutusohjelma

Terveystieteiden suuntautumisvaihtoehto

Hyväksytty ____ . ____ . ____ _____

SAVONIA- AMMATTIKORKEAKOULU

Terveysala, Kuopio

OPINNÄYTETYÖ

Tiivistelmä

Koulutusohjelma: Hoitotyön koulutusohjelma	
Suuntautumisvaihtoehto: Terveystyön suuntautumisvaihtoehto	
Työn tekijät: Kirsi Luukkonen, Jaana Riihelä ja Jaana Siikaluoma	
Työn nimi: ”Stairway to Heaven” Toiminnallinen seksuaalikasvatustapahtuma yläkoulun 8. - luokkalaisille	
Päiväys: 1.2.2010	Sivumäärä / liitteet: 70/5
Ohjaaja: Ingrid Antikainen, THM, lehtori	
Toimeksiantaja: Kuopion Yhteiskoulu, va. rehtori Taina Vainio, Minna Canthin katu 46, 70100 Kuopio	
<p>Tämä opinnäytetyö toteutettiin projektina, jonka tarkoituksena oli suunnitella ja toteuttaa toiminnallinen seksuaalikasvatustapahtuma yläkoulun 8. -luokkalaisille. Tärkeimpinä seksuaaliopetuksen sisältöinä tutkimusten mukaan nuoret pitävät murrosikää, tunteita, raskaudenkehäisyyttä ja seksitauteja.</p> <p>Projektin seksuaalikasvatustapahtuma toteutettiin kolmena oppituntina, joista jokainen kesti 45 minuuttia Kuopion Yhteiskoulun 8. C-luokan oppilaille. Oppitunneilla käsiteltiin murrosikää Itsenäistyvän nuoren roolikartan avulla, tunteisiin ja seurusteluun liittyviä asioita Väestöliiton seurustelutestin avulla ja raskaudenkehäisyyteen ja seksitauteihin liittyviä asioita Punaisen Ristin kondomiajokortin muodossa sekä kertomalla raskaudenkehäisytyökaluista.</p> <p>Projektin mukaan Itsenäistyvän nuoren roolikartan käsitteiden aukaiseminen nuorille vaati ohjaajilta aktiivista otetta. Turvallisen ilmapiirin luominen on tärkeää seksuaaliopetuksessa. Tunteisiin ja seurusteluun liittyvät asiat olivat oppilaille läheisiä. Yksilötyönä tehtävä seurustelutesti sai oppilaat keskittymään ja kuuntelemaan. Oppilaat osallistuivat aktiivisesti kondomiajokortin suorittamiseen ja saivat haluamaansa tietoa. Kokonaiskuva oppitunneista jäi onnistuneeksi, oppilaat osallistuivat oppitunneilla ja palaute oli innostunutta ja positiivista. Toiminnallisuus seksuaalikasvatuksessa osoittautui toimivaksi.</p> <p>Työ on hyödynnettävissä yläkoulujen seksuaaliopetukseen ja voi olla kaikkien yläkoulujen käytössä tulevaisuudessa.</p>	
Avainsanat: (3) nuori, seksuaalisuus, seksuaalikasvatustapahtuma	
Julkinen X	Salainen ____

SAVONIA UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Health Professions Kuopio

THESIS

Abstract

Degree Programme: Nursing	
Option: Public Health Nurse	
Authors: Kirsi Luukkonen, Jaana Riihelä and Jaana Siikaluoma	
Title of Thesis: "Stairway to Heaven" Operational sex education event in secondary school on 8 -graders	
Date: 1.2.2010	Pages / appendices: 70/5
Supervisor: Senior Lecturer, MNSc Ingrid Antikainen	
Contact person: Kuopio Yhteiskoulu, dep. Principal Taina Vainio, Minna Canthin katu 46, 70100 Kuopio	
<p>This thesis was carried out as a project, the meaning of which was to plan and realise an operational sex education event to 8-graders in secondary school. According to studies young people considered puberty, feelings, contraception and sexually transmitted diseases as the main content of sex education.</p> <p>The functional thesis was carried out in Kuopio Yhteiskoulu 8. C-class students. The project was held for three sessions, each of which lasted 45 minutes. On lessons puberty was dealt with using the role map of growing young, matters dealing with emotions and relationships with the help of courtship test by Population and Family Welfare Federation, and matters dealing with sexual prevention and fight of sexually transmitted diseases in the form of Red Cross condom driving licence. The pregnancy prevention products were introduced.</p> <p>The project results indicate that explaining the concepts of the role map of growing youth to the young demanded an active grip of the tutors. Creating a secure atmosphere is important in sex education. Emotional and relationship matters were issues close to the students. The dating test that was done by the students individually made them to concentrate and to listen. Students actively participated in the condom driving licence test to perform the desired information. The overall picture was successful in science lessons, the students participated in the lessons and the feedback was positive and enthusiastic.</p> <p>Functionality in sex education turned out to be successful. This thesis can be profited from in sex education lessons in secondary school and it can be used by all secondary schools in the future.</p>	
Keywords: (3) youth, sexuality, sexual education	
Public X	Secure __

SISÄLTÖ

1	PROJEKTIN TAUSTA JA TARVE	5
2	NUORUUS JA SEKSUAALISUUS	7
	2.1 Nuoruusiän kehitys ja kehitystehtävät	7
	2.2 Nuoren seksuaalisuus ja seksuaalikäyttäytyminen.....	10
	2.3 Riskikäyttäytyminen	13
	2.4 Nuorten seksuaaliterveystilanne.....	15
3	NUORTEN SEKSUAALIKASVATUS	17
	3.1 Seksuaalikasvatus.....	17
	3.2 Nuoren oppiminen ja ohjaus	19
	3.3 Terveystiedon opetus koulussa	22
	3.4 Kouluterveydenhoitaja seksuaalikasvattajana.....	23
	3.5 Seksuaalikasvatuksen aiheita	25
	3.6 Seksuaalikasvatusmenetelmiä	29
4	PROJEKTIN TOTEUTUS	33
	4.1 Projektin kohderyhmät ja hyödynsaajat	33
	4.2 Projektin tavoitteet	33
	4.3 Seksuaalikasvatustapahtuman työstäminen	34
	4.4 Seksuaalikasvatustapahtuman toteuttaminen	36
	4.4.1 Oppitunti 1: ”Murkku”	37
	4.4.2 Oppitunti 2: ”Tunteet”	39
	4.4.3 Oppitunti 3: ”Ajokortti”	41
5	POHDINTA	42
	LÄHTEET	48
	LIITE 1. YLEISIMMÄT SEKSITAUDIT	53
	LIITE 2. RASKAUDEN EHKÄISYMETELEMÄT	56
	LIITE 3. OPINNÄYTETYÖN LUPA-ANOMUS	57
	LIITE 4. SEKSUAALIKASVATUSTAPAHTUMAN OPPITUNNIT	59
	LIITE 5. PALAUTELOMAKE	70

1 PROJEKTIN TAUSTA JA TARVE

Tämä toiminnallinen opinnäytetyö toteutettiin projektina, jonka tarkoituksena oli suunnitella ja toteuttaa seksuaalikasvatustapahtuma ”Stairway to Heaven” Kuopion Yhteiskoulun yläkoulun 8. C-luokalle. Tämän projektin avulla haluttiin saada vastauksia seuraaviin kysymyksiin: Miten toteuttaa toiminnallista seksuaalikasvatusta yläkouluikäisille nuorille? Mitä yläkouluikäiset nuoret odottivat ja toivoivat seksuaalikasvatustapahtumalta? Mitä nuoret oppivat seksuaalisuudesta toiminnallisessa seksuaalikasvatustapahtumassa?

Aiheeksi valittiin seksuaalikasvatus, koska aihe on aina ajankohtainen ja tärkeä osa terveydenhoitajan työtä. Aihetta on tutkittu eri näkökulmista: Laakson (2008) tutkimuksessa 9. -luokkalaisten nuorten toiveita ja ehdotuksia koulun seksuaaliopetuksesta, Liinamon (2005) väitöskirjassa Suomalaisnuorten seksuaalikasvatus ja seksuaaliterveystiedot oppilaan ja koulun näkökulmasta sekä Kolarin (2007) tutkielmassa Nuorten kokemuksia kouluterveydenhoitajan toteuttamasta seksuaalikasvatuksesta. Näistä kaikista tutkimuksista kävi ilmi, että nuorilla on tarve saada tietoa seksuaalisuudesta ja seksuaalikasvatustapahtuma on hyvä keino antaa tätä tietoa.

Seksuaalikasvatustapahtuma toteutettiin joulukuussa 2009. Luokalle pidettiin kolme 45 minuutin pituista seksuaalikasvatusoppituntia. Oppitunnit suunniteltiin oppimisprosessin vaiheiden mukaan (Peltonen 2000, 64). Aiheina olivat murrosikä, tunteet, raskauden ehkäisy ja seksitaudit. Oppituntien jälkeen nuorilta kerättiin palautetta siitä, miten tapahtuma vastasi odotuksia ja mitä mieltä nuoret olivat tapahtuman toteutustavasta. Työ on hyödynnettävissä koulujen seksuaaliopetukseen ja voi olla käytössä kaikkien yläkoulujen opetuksessa tulevaisuudessa.

Lasten ja nuorten seksuaaliopetuksen ja -kasvatuksen tavoitteena on tavoittaa tasavertaisesti kaikki lapset ja nuoret. Se sisältyy kaikkeen opetustoimintaan varhaiskasvatuksesta toisen asteen koulutukseen. Tavoitteena on, että eri ammattiryhmät

ja toimialat tekevät yhteistyötä paikallisella, alueellisella ja valtakunnallisella tasolla. Koululainsäädännön uudistus vuosituhatluvun alussa toi terveystiedolle itsenäisen oppiaineen aseman (Valtioneuvoston asetus 2001 ja 2002). Seksuaaliterveyteen liittyvät sisällöt ja tavoitteet esitettiin aiempaa selkeämmin ja laaja-alaisemmin uudistetussa Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa (Opetushallitus 2004). Lisäksi oppilaiden hyvinvoinnin edistäminen ja terveen kasvun tukeminen koko koulu yhteisön toiminnassa korostuu uudessa opetussuunnitelmassa aiempaa enemmän. Uuden opetussuunnitelman mukaista opetus- ja kasvatustyötä on alettu toteuttaa viimeistään syyslukukaudesta 2006 lähtien. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2007, 36–38.)

Seksuaalikasvatusthanke Diakonia-ammattikorkeakoulussa (2005) osoitti, että nuoret osallistuivat tällaisiin tapahtumiin, useimmat olivat aidosti kiinnostuneita tapahtuman sisällöstä ja tapahtumassa syntyi ennakoitua enemmän terveydenhoitajan ja opiskelijan välistä vuorovaikutusta. (Taipale 2005.)

Ihmissuhteet ja seksuaalisuus tuntuvat hankalasti opetettavalta aiheelta. Ne koetaan yksityisiksi asioiksi, jonka opetukseen ei ole saatu tarpeeksi koulutusta. Seksuaalikasvatuksen ajankohta, laatu ja määrä vaihtelevat paljon kouluittain. Seksuaalikasvatus riippuu paljon opettajien ja kouluterveydenhoitajien motivaatiosta ja ammattitaidosta. Seksuaalisuus on joka tapauksessa vahvasti läsnä kouluympäristössä. Lapset muuttuvat murrosiän myötä sukukypsiksi ja he tapaavat päivittäin ikätovereitaan sekä solmivat ystävyssuhteita ja ihastuvat toisiinsa sekä opettajiin. Koulutuksen ja kokemuksen avulla seksuaalikasvatuksen antaminen helpottuu ja muuttuu miellyttäväksi osaksi opetustyötä. (Kontula ym. 2001, 7.)

Liinamo (2005) tutki väitöskirjassaan Stakesin valtakunnallisten, peruskoulun 8. ja 9. luokille tehtyjen Kouluterveyskyselyiden pohjalta nuorten seksuaalikasvatusta ja seksuaaliterveystietoja 1990-luvun lopulla ja vuosituhatluvun vaihteessa. Tutkimuksessa on selvinnyt, että tytöt tietävät seksuaalisuudesta poikia enemmän ja että seksitauteja koskevat aihepiirit tunnettiin huonoinen.

Nuoret tarvitsevat kehitystasonsa mukaista tietoa. Nuoret toivoivat seksuaaliopetusta annettavaksi koko yläkoulun ajan. Opetuksen tulisi olla selkeää ja perusteellista sekä

luokka-tasoisia sisältöjä syventävää. Tärkeimpinä seksuaaliopetuksen sisältöinä nuoret pitivät murrosiän, ehkäisyn, seksitautien ja tunteisiin liittyvien asioiden opetusta. He toivoivat oman kokemusmaailmansa huomioon ottamista opetuksen suunnittelussa sekä opetustyyllissä ja kaipaivat paljon keskusteluja. Opetusmenetelmien toivottiin olevan hyvin vaihtelevia ja käytettävien materiaalien nykyaikaisia. Opettajilta toivottiin asiantuntijuutta, avoimuutta, kuuntelijan taitoja sekä nuorten maailman tuntemusta. Erilaiset vierailijat ja asiantuntijat sekä terveystietoon pätevät opettajat nähtiin parhaina seksuaaliopetuksen antajina. (Laakso 2008, 3.)

2 NUORUUS JA SEKSUAALISUUS

2.1 Nuoruusiän kehitys ja kehitystehtävät

Nuoruutta on vaikea määritellä tarkalleen tiettyyn ikään kuuluvaksi. Jokainen nuori kehittyy hiukan eri tahdissa ja eri tavalla. Nuoruus alkaa biologisista muutoksista, puberteetista. Murrosiän fyysinen kasvu ja kehitys ovat yksilöllisiä ja niihin vaikuttaa perimä. Kypsymisaikataulussa on vuosienkin eroja, ja fyysisten muutosten keskinäinen järjestys voi vaihdella saman perheen nuorilla. (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilen 2003, 52.) Nuoruusikä alkaa keskimäärin 10–12-vuotiaana ja päättyy 18–22-vuotiaana. Murrosikä eli puberteetti käsittää noin 2–5 vuoden ajanjakson nuoruusiän alusta. (Aho, Kotiranta-Ainamo, Pelander & Rinkinen 2008, 12.)

Kouluikänsä ajoittuu se kasvu ja kehitys, jonka kautta ihminen vähitellen muuttuu lapsesta aikuiseksi. Psykkisen kehityksen päätavoitteena on oman identiteetin ja itsenäisyyden saavuttaminen. Fyysinen kehitys johtaa sukukypsyteen ja aikuiseen seksuaalisuuteen. Koulutuksen ja sosiaalisen kehityksen avulla saavutetaan oma sosiaalinen asema ja oma ammatti-identiteetti. Älyllinen kehitys johtaa loogiseen, syysuhteita ymmärtävään ja abstraktiin ajatteluun. (Terho, Ala-Laurila, Laakso, Krogus & Pietikäinen 2002, 102.) Nuoruus voidaan jakaa varhaisuoruuteen, varsinaiseen nuoruuteen ja myöhäisnuoruuteen eli jälkinuoruuteen (Aho ym. 2008, 13).

Varhaisnuoruus, 12–14-vuotiaana, alkaa puberteetin käynnistymisen myötä. Hormonaaliset muutokset saavat aikaan kasvupyrähdyksen ja sekundaaristen sukupuoliominaisuuksien kehittymisen. Nämä muutokset aiheuttavat lapsuuden ruumiinkuvan hajoamisen ja vaikeuttavat kehon hallintaa. Suhtautuminen vanhempiin muuttuu yleensä selvästi. Pojat ovat tässä iässä yleensä epäsiistejä ja laiskoja, mutta voivat keskittyä moniksi tunneiksi heitä kiinnostaviin asioihin. Tytöt voivat olla pikkunaisia, jotka huolehtivat naisellisista askareista tai poikatyttöjä, joita kiinnostavat koirat tai hevoset. Kaverit ovat hyvin tärkeitä, ja heistä nuori peilaa itseään ja heidän kauttaan vahvistaa itsetuntoaan. Ryhmään kuuluminen auttaa irrottautumaan vanhemmista. (Laine 2002, 107–108.)

Varsinaisessa nuoruudessa, 15–17-vuotiaana, ristiriidat vanhempien kanssa alkavat helpottua ja konfliktit vähentyä. Nuoren persoonallisuus selkiytyy, kun hän samaistuu omiin vanhempiinsa sekä ikätovereihinsa. Nuori alkaa sopeutua muuttuneeseen ruumiinkuvaansa ja seksuaalisuuden kehitys on keskeistä. Nuori voi kuitenkin olla epävarma omasta seksuaalisuudestaan. (Aho ym. 2008, 13.)

Jälkinuoruudessa, 18–22-vuotiaana, nuoren kokonaispersoonallisuus eheytyy ja lujittuu. Hän kokee itsensä yksilöksi, ja hänellä on suhteellisen vakiintunut käsitys identiteetistään ja autonomiastaan. (Laine 2002, 108.) Nuoren empatiakyky lisääntyy, itsekeskeiset valinnat vähenevät, ja nuori osaa ottaa toiset huomioon ja tehdä kompromisseja (Aho ym. 2008, 14).

Nuoruusiän fyysinen kehitys käynnistyy heräävän hormonitoiminnan myötä. Hypotalamus-hypofyysi-gonadi- järjestelmä säätelee sukupuolirauhasten toimintaa. Sen aktiivinen toiminta käynnistyy murrosiän alussa. Tytön murrosiän kehityksen alkaessa munasarjojen erittämien estrogeenien, ennen muuta estradiolin, vaikutuksesta rintarauhaset alkavat kehittyä ja kohtu kasvaa. Pituuskasvu nopeutuu murrosiän kehityksen alkuvaiheessa. Ensimmäinen kuukautisvuoto ilmaantuu yleensä runsaan kahden vuoden kuluttua murrosiän alkamisesta. Suomalaisten tyttöjen keskimääräinen kuukautisten alkamisikä on 13,0 vuotta. Lisämunuaiskuoren androgeenien vaikutuksesta talirauhasten toiminta aktivoituu ja aiheuttaa hiusten rasvoittumista, aknea ja ihomatoja.

Aikuistyyppinen hienhaju on tyypillistä, ja sukupuolikarvoitus ilmaantuu kainaloihin ja genitaalialueelle. (Toppari & Näntö - Salonen 2002, 110.)

Pojalla ensimmäinen murrosiän merkki on kivesten ja kivespussin suureneminen 9,5–13,5-vuotiaana. Penis alkaa kasvaa keskimäärin vuotta myöhemmin. Häpykarvoitus ilmaantuu yleensä viimeisenä, samoihin aikoihin kun pituuskasvu kiihtyy. Lihasvoima lisääntyy voimakkaasti puberteetin loppupuolella ja äänenmurros eli äänen madaltuminen ilmaantuu. Siittiöiden erittymisen käynnistyminen ajoittuu noin 13 vuoden ikään. (Toppari & Näntö-Salonen 2002, 110–112.)

Nuoruusiän psyykinen kehitys voidaan jakaa kolmeen keskeiseen osa-alueeseen. Ensimmäinen näistä on biologisen kypsymisen liikkeelle saama seksuaalinen kehitys. Toinen on vanhemmista irrottautuminen ja itsenäistyminen. Kolmas osa-alue käsittää nuoren identiteetin kehityksen: hänen persoonalliset pyrkimyksensä ja moraaliarvonsa sekä hänen kykynsä liittyä ympäröivään yhteiskuntaan. (Laine 2002, 107.)

Nuorisopsykiatrian professori Aahlbergin ja lastentautiopin professori Siimeksen mukaan nuoruuden aika on tärkeää, että kehittyvä nuori löytää oman identiteetin ja saavuttaa itsenäisyyden. Nuoren on ratkaistava ikäkauteen kuuluvat kehitykselliset tehtävät (Kuvio 1.), jotta hän saavuttaa tavoitteen. Nuoruuden aikana otetaan oma ruumis hallintaan. Silloin hallitaan sisäiset yllykkeet, jäsennetään seksuaalisuutta naisena tai miehenä sekä itsenäistytään. Nämä kehitystapahtumat edellyttävät irrottautumista vanhemmista ja vanhempien korvaamista ikätovereilla. (Aalberg & Siimes 2007, 68.)

Nuoren kehitystehtävät
Itsenäistyminen eli irrottautuminen vanhemmista, heidän tarjoamastaan turvasta ja perustarpeiden tyydytyksestä ja heihin kohdistuneista toiveista sekä vanhempien löytäminen uudelleen aikuisella tasolla.
Puberteetin johdosta muuttuvan ruumiinkuvan, seksuaalisuuden ja seksuaalisen identiteetin jäsentäminen.
Ikätovereiden apuun turvautuminen nuoruusiän kasvun ja kehityksen aikana eli sosiaalisen roolin löytyminen ja jäsentyminen.

Kuvio 1. Nuoren kehitystehtävät (Aalberg & Siimes 2007, 68.)

2.2 Nuoren seksuaalisuus ja seksuaalikäyttäytyminen

Väestöliitto (2006) määrittää seksuaalisuuden seuraavasti: ”Seksuaalisuus on ihmisenä olemisen keskeinen ominaisuus koko elämän ajan. Se sisältää seksuaalisen kehityksen, biologisen sukupuolen, sosiaalisen sukupuoli-identiteetin ja sen mukaisen roolin, seksuaalisen suuntautumisen, eroottisen mielenkiinnon, nautinnon ja intiimiyden sekä suvun jatkamisen. Seksuaalisuus koetaan ja voidaan ilmaista eri tavoin: ajatuksin, fantasioin, haluin, uskomuksin, asentein ja arvoin, käyttäytymisessä, rooleissa sekä pari- ja ihmissuhteissa. (WHO 2004)”

Nuoruuden seksuaalisuus on hämmennystä, omakohtaisuutta, haavoittuvuutta, naiseuden ja mieheyden työstämistä, suuria tunteita, pohdintoja ja kompastelua. Nuoruudessa luodaan käsitys ja strategia sille, mitä seksuaalisuus on: miten sitä on tapana, kuuluu tai saa toteuttaa. Samalla rakennetaan käsitys omasta itsestä: olenko riittävä, hyvä ja arvokas – olenko suojaamisen arvoinen, potentiaalinen partneri. (Väestöliitto 2006, 23.)

Ennen kuin ihminen on saavuttanut kyvyn rakastaa ja nauttia seksuaalisuudesta, hän on kulkenut pitkän kehityksellisen matkan etsien itseään ja omaa identiteettiään naisena tai miehenä. Matkalla kohti aikuista seksuaalisuutta nuori etsii itseään vastavuoroisuudessa. (Aalberg & Siimes 2007, 95.)

Nuoren kehittyvää seksuaalisuutta voidaan tarkastella kolmesta eri näkökulmasta nuoruusiän perustehtävien pohjalta. Ensimmäinen nuori rakentaa suhdetta omaan ruumiiseensa. Omaan seksuaalisuuteensa ja muuttuneeseen ruumiinkuvaansa nuori tutustuu itsetyydytyksen avulla. Toiseksi nuori irrottautuu lapsuuden vanhemmista, jolloin hän työstää mielessään uudelleen heihin liittyviä toiveita ja haluja. Ikätovereiden seura on kolmas alue, jolla nuori etsii ratkaisua omaan seksuaalisuuteensa. Aluksi tytöt ja pojat muodostavat omat ryhmänsä ja etsivät toistensa suojaa hämmäntäville seksuaalisille haluilleen ja peloilleen. Seuraavassa vaiheessa ollaan yhdessä joukkona, jonka sisällä alkaa muodostua seurustelupareja. (Aalberg & Siimes 2007, 97–98.)

Nuoren seksuaalinen kehitys tapahtuu vaiheittain. **Seksuaalisuuden portaat** -mallin (Kuva 1.) avulla voidaan löytää jokaisen nuoren oma seksuaalisen kehityksen vaihe ja eteneminen. Seksuaalisuuden portaat, seksuaalisen kehityksen vaiheet -mallin ovat luoneet kättilö, terveydenhoitaja Erja Korteniemi-Poikela ja lastenpsykiatri Raisa Cacciatore. Seksuaalisuuden portaat -mallin avulla vahvistetaan nuoren oman seksuaalisuuden ymmärtämistä ja hallintaa. (Aho ym. 2008, 18.)



Kuva 1. Seksuaalisuuden portaat (Väestöliitto 2009c)

Seksuaalisuuden portaissa seksuaalisuuden kehityksen vaiheita kuvataan sisällöllisesti seuraavasti: Äiti/isä – nainen/mies – ensirakkaus -portaalla rakennetaan perusturvallisuus ja -luottamus aikuisiin. Se on kaiken seksuaalisuuden kehityksen perusta. Tällä portaalla on tehtävänä opetella rakastumista ja pettymyksestä selviämistä. Leikki-ikäinen rakastuu omaan vanhempansa ja kokee pettymyksen, kun hänelle selviää, ettei aikuisen kanssa voi mennä naimisiin.

Idolirakkaus -portaalla nuori opettelee kokeilemaan ja sietämään ihastumiseen ja rakastumiseen liittyviä tunteita haaveilemalla. Ihastuksen kohde on kodin ulkopuolella, yleensä joku julkisuuden henkilö.

Tuttu – salattu -portaalla tehtävänä on opetella sietämään lähellä olevaan ihmiseen kohdistuvia ihastumisen ja rakastumisen tunteita. Kohteena voi olla vaikka opettaja, kaverin sisko tai veli. Ihastuksen kohde voi olla samaa tai eri sukupuolta, mutta se ei kerro seksuaalisesta suuntautumisesta. Ihastumista ei osoiteta ihastumisen kohteelle.

Kaverille kerrottu -portaalla tehtävänä on opetella luottamusta ja uskallusta kertoa omista tunteistaan jollekin toiselle henkilölle. Ihastumisen kohde on tuttu henkilö, mutta hänelle ei kerrota asiasta, vaan hyvälle kaverille. Nuori uskaltaa kertoa omat tunteensa toisen ihmisen arvioitavaksi. Tuen saaminen on tärkeää, jotta itsetunto ja itseluottamus kasvavat ja nuori uskaltaa edetä portaalta toiselle.

Tykkään susta -portaalla nuori harjoittelee tunteiden ilmaisua ihastuksen kohteelle ja pohtii keinoja pettymyksen sietoon, kun ei saa tunteilleen vastakaikua. Nuoret voivat seurustella, mutta tämä seurustelu ei sisällä läheisyyttä, koska nuori kokisi sen liian intiimiksi.

Käsi kädessä -portaalla tehtävänä on opetella seurustelun pelisääntöjä, oppia ilmaisemaan rakkautta sekä sietämään ja ilmaisemaan pettymyksen tunteita. Tärkeää on oppia ymmärtämään toista ihmistä suhteessa itseensä. Tämä on tärkeä kehitysvaihe ja tärkeä myös tulevissa seurustelu- ja parisuhteissa.

Suudellen -portaalla tehtävänä on opetella ilmaisemaan ihastumista, rakkautta ja läheisyyttä intiimisti toisen kanssa. Tällöin opetellaan ottamaan huomioon kumppanin tuntemukset ja ymmärtämään kiihottuminen mukavana, nautinnollisena ja terveellisenä asiana.

Mikä tuntuu hyvältä - portaalla nuori opettelee toisen ihmisen kanssa nautintoa, kiihottumista ja jopa orgasmia. Tässä vaiheessa hyväily on rakastelun opettelua. Nuori oppii antamaan ja ottamaan vastaan hellyyttä ja nautintoa. EI:n sanomista on harjoiteltava, mitään sellaista ei pidä tehdä mikä epäilyttää itseään.

Rohkaistuminen ja rakastelu -portaalla ihminen uskaltaa heittäytyä nauttimaan toisen ihmisen läheisyydestä, rakkaudesta ja hellyydestä. Tärkeää tällä portaalla on läheinen rakkaussuhde kumppaniin. Tämän portaan tehtävänä on antaa nuorelle valmiudet tehdä itse omat valintansa ja päätöksensä sekä kantaa vastuu omasta elämästä. (Aho ym. 2008, 20–25.)

Jokainen kehittyy seksuaalisuuden portailla omaa tahtiaan. On normaalia kulkea kehitysvaiheita väliin jättäen ja takaisin palaten. Jos kehitysportaita harpotaan liian nopeasti, voi tärkeitä kehitysvaiheita jäädä puuttumaan. Tärkeiden kehitysvaiheiden puuttuminen voi heikentää nuoren itsetuntoa, nuorelle voi muodostua huonot tiedot seksuaaliterveydestä tai hän on kyvytön tasavertaiseen parisuhteeseen. (Aho ym. 2008, 26.)

2.3 Riskikäyttäytyminen

Nuorille riskikäyttäytyminen on tyypillistä, sillä ajattelu ei ole vielä kehittynyttä. Nuori ei ymmärrä, mitä riskinotto saattaa merkitä hänen elämälleen. Positiiviset ja negatiiviset elämäntavat kasaantuvat yleensä samoille nuorille. Nuorena valitaan psyykkiset ja sosiaaliset toimintamallit, jotka myöhemmin vakiintuvat. (Terho 2002, 406.)

Suomalaisten 11–15-vuotiaiden nuorten riskikäyttäytyminen on yleisempää kuin OECD-maissa keskimäärin. Unicefin tutkimuksessa indikaattoreina olivat viikoittainen

tupakointi, humalajuominen, huumekekeilut, 15-vuotiaiden yhdyntäkokemukset, kondomin käyttö ja 15–17-vuotiaiden teiniraskaudet. Varhaiset yhdyntäkokemukset ovat Suomessa yleisiä. Yli neljäsosa 15-vuotiaista oli ollut yhdynnässä. Kondomia heistä oli ensimmäisessä yhdynnässä käyttänyt kaksi kolmesta. Teiniraskauksia Suomessa on tuhatta synnyttäjää kohti noin 10. Lisäksi Kouluterveyskyselyn mukaan joka neljännen peruskoululaisen tiedot seksuaaliterveydestä ovat huonot. (Tervaskanto-Mäentausta 2008, 368–370.)

Piironen (2006) tutkimuksessa nuoret pitivät seksuaalisina riskitilanteina raiskausta, sukupuolitauteja ja suojaamatonta yhdyntää, suunnittelematonta raskautta ja hyväksikäyttöä ja ahdistelua. Näiden lisäksi 7. luokkalaiset kokivat oman seksuaalisuuden ilmaisemisen ja seksuaalisuutensa näyttämisen riskitilanteena ja 9. luokkalaiset kokivat seksuaalisen häirinnän ja ehkäisyn taitamattoman käytön seksuaalisena riskinä.

Nuoret ovat ehkäisyssä ja seksuaalikäyttäytymisessä riskiryhmä. Riskien ottaminen ja kieltojen vastustaminen on nuorille tyypillistä käyttäytymistä. Nuoret pitävät ehkäisyä monesti hankalana toteuttaa tai heistä se voi olla merkki epäluottamuksesta toista kohtaan. Seksikäyttäytymisen suuntaus on nykyään se, että kaikkea tulee kokeilla. Tämän tyyppinen ajattelu yllyttää riskikäyttäytymiseen. Nuoret rakentavat asenteitaan usein vailla aikuisen mielipidettä. Nuorille omakohtaisen sairastumisen riski ei tunnu todelliselta. Vanhempien ja kasvattajien tulisi osoittaa nuorille, ettei kaikkea tarvitse saada ja haluta. Hyvät tiedot seksuaalisesta kehityksestä edistävät oikeanlaista terveyskäyttäytymistä. (Reunala, Paavonen & Rostila 2003, 235–247.)

Internetin maailma on rajaton, myös seksuaalisuudessa. Kenellä tahansa on vapaapääsy aikuisille suunnattuihin seksisivustoihin sekä erilaisiin pornografisiin aineistoihin. Pornosta saadut mielikuvat naisesta, miehestä, parisuhteesta ja seksistä vaikuttavat kokemattomaan nuoreen toisin kuin aikuiseseen. (Brusila, Hyvärinen, Kallio, Porras & Sandberg 2009, 140.)

Riskikäyttäytymisen ennaltaehkäisyyn vaikutetaan välittämällä, läsnäololla, tukemalla nuoren itsetuntoa ja minäkuvaa sekä antamalla tietoa. Aikuisten ja kasvattajien on

annettava nuorelle mahdollisuus itsenäisiin ja tietoon perustuviin päätöksiin seksuaaliterveydessä. (Cacciatore 2007, 131.)

2.4 Nuorten seksuaaliterveystilanne

Maailmanterveysjärjestö (WHO) määritteli seksuaaliterveyden vuonna 2000 seuraavasti: ”Seksuaaliterveys on seksuaalisuuteen liittyvän fyysisen, emotionaalisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tila. Hyvä seksuaaliterveys edellyttää positiivista ja kunnioittavaa asennetta seksuaalisuuteen ja seksuaalisiin suhteisiin sekä mahdollisuutta nautinnollisiin ja turvallisiin seksuaalisiin kokemuksiin ilman pakottamista, syrjintää ja väkivaltaa. Hyvän seksuaaliterveyden saavuttaminen ja ylläpitäminen edellyttää kaikkien ihmisten seksuaalisten oikeuksien kunnioittamista, suojelemista ja toteuttamista.” (Väestöliitto 2006.)

Hyvä itsetunto tukee seksuaaliterveyttä. Itsetunto rakentuu monista elementeistä. Seksuaalisen kehityksen näkökulmasta yksi rakennuselementeistä on se, miten nuori oppii arvostamaan omaa sukupuoltaan ja siinä elämistä: kuinka hienoa on olla tyttö tai poika ja kasvaa naiseksi tai mieheksi. Toinen on se, miten tärkeänä hän kokee itsensä osana jotain sosiaalista yhteisöä: perhe, kaverit, harrastus tai oma luokka. Kolmas elementti on se, millaisena hän kokee oman kehonsa, kuinka tyytyväinen hän on siinä. Neljäs itsetunnon rakennuselementti on kuva siitä, kuinka hyvin nuori hallitsee itseään: kehoaan, tunteitaan ja toimintaansa. (Aho ym. 2008, 15–16.)

Seksuaalioikeuksien (Kuvio 2) tiedostaminen ja toteutuminen ovat avaintekijöitä seksuaaliterveydelle. Seksuaalisuus ja seksuaalioikeudet koskevat kaikkia ihmisiä, myös lapsia ja nuoria. Nuoren on tärkeää olla tietoinen omista seksuaalioikeuksistaan, mutta myös aikuisten on hyvä tiedostaa ne, koska nuoret tarvitsevat aikuisen apua sisäistääkseen oikeutensa. (Aho ym. 2008, 35.)

WHO:n määrittelemät seksuaalioikeudet:
Oikeus parhaaseen saavutettavissa olevaan terveydentilaan suhteessa seksuaalisuuteen, mukaan luettuna seksuaali- ja lisääntymisterveyden palveluiden saatavuus.
Oikeus hakea, vastaanottaa ja levittää seksuaalisuuteen liittyviä tietoja.
Oikeus seksuaaliopetukseen ja valistukseen.
Oikeus kehon koskemattomuuden kunnioitukseen.
Oikeus kumppanin valintaan.
Oikeus päätöksentekoon, onko seksuaalisesti aktiivinen vai ei.
Oikeus yhteiseen tahtoon perustuviin seksuaalisiin suhteisiin.
Oikeus yhteiseen tahtoon perustuviin avioliittoihin.
Oikeus päätökseen, haluaako yleensä, ja milloin haluaa, hankkia lapsia.
Oikeus tavoitella tyydyttävää, turvallista ja nautinnollista seksuaalielämää.

Kuvio 2. WHO:n määrittelemät seksuaalioikeudet (Aho ym. 2008, 35)

Suomalaisten nuorten seksuaaliterveystilanteessa on nähtävissä selkeä muutos 1990-luvulla; nuorten seksuaalinen aktiivisuus lisääntyi, klamydiatartunnat lähtivät uuteen kasvuun sekä raskaudenkeskeytysten ja synnytysten määrät kasvoivat huomattavasti. Myös nuorten käyttämä ehkäisy on kokenut muutoksia; ehkäisynä käytetään usein ehkäisytabletteja, mikä on muutos huonompaan seksitautien ehkäisyssä. (Ihalainen & Jääskeläinen 2008, 2.)

Kolmannes todetuista naisten klamydiainfektioista v. 2008 todettiin alle 20-vuotiailla naisilla. Klamydiainfektion oireettomuus, naisilla jopa 80 prosentilla, tekee klamydiasta vakavan. HPV-infektiot ovat myös yleisiä, mutta valtaosa niistä paranee spontaanisti ja vain osa etenee kohdunsuun solumuutoksia aiheuttaviksi. Nämä muutokset voivat kuitenkin johtaa hoitoihin ja toimenpiteisiin, jotka voivat lisätä myöhemmin raskausajan riskejä. Jos HPV-rokotukseen maassamme edetään, se ei vähennä vastuullisen seksin ja sen puolesta puhumisen tärkeyttä. Klamydia, HIV-infektio, hepatiitit ja myös harvinaisemmat sukupuoliteitse tarttuvat taudit ovat edelleen olemassa ja entistä lähempänäkin nuorten matkustaessa ja maailman pienetessä. (Suhonen 2009, 50.)

Vuodesta 2003 lähtien klamydiatartuntoja on ilmoitettu rekisteriin n. 13 000 vuodessa. Vuonna 2006 tartuntojen määrä oli edellisvuotta korkeampi. Kaksi kolmasosaa tartunnoista on alle 25-vuotiailla. HPV-infektio on sukupuoliteitse tarttuvista taudeista ylivoimaisesti yleisin, mutta sen esiintyvyydestä ei ole saatavilla tilastollista seuranta. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2007, 111–112.)

Vuonna 2006 Suomessa 15–19 -vuotiailla nuorilla oli 3 259 klamydiatartuntaa, kun taas tippuria oli vain 18 ja syfilistä eli kuppaa kolme tapausta. Myös hiv, B- ja C-hepatiitit ovat harvinaisia nuorilla Suomessa. Kuitenkin hiv on yleisempi esimerkiksi Virossa. Jos nuorella on ollut suojaamaton seksikontakti, hänellä on riski saada mikä tahansa seksitauti. Klamydia- ja tippurinäytteen voi antaa noin viikon kuluttua riskitilanteesta. Kuppatestissä voi käydä kahden kuukauden ja hiv-testissä kolmen kuukauden kuluttua riskitilanteesta. (Aho ym. 2008, 86.)

Raskauden keskeytykset vähenivät Suomessa 1970 -luvun puolivälistä 1990 -luvun puoliväliin saakka, minkä jälkeen lasku pysähtyi ja keskeytysten määrä on ollut 8–9 tuhatta 15–49 -vuotiaista naista kohti. Alle 25 -vuotiailla keskeytykset ovat tämän jälkeen lisääntyneet ja 20–24 -vuotiailla nousu on jatkunut 2000-luvulla. Neljännes raskaudenkeskeytyksistä tehdään 20–24 -vuotiaille. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2007, 97.)

3 NUORTEN SEKSUAALIKASVATUS

3.1 Seksuaalikasvatus

Seksuaalikasvatuksella tarkoitetaan ammatillista toimintaa, jonka sisältönä ja kohteena on seksuaalisuutta koskeva ymmärrys ja kokemus sekä päämääränä yksilöiden ja yhteisön seksuaalisen hyvinvoinnin kokonaisvaltainen edistäminen (Sosiaali- ja terveysministeriö 2007, 25). Seksuaalikasvatus on yläkäsite seuraaville asioille. Seksuaalivalistus, joka tarkoittaa suurille ryhmille jaettua tietoa, esim. esitteitä tai

tiedotteita seksuaaliterveydestä ja sen hoidosta. Seksuaaliopetus, joka tarkoittaa ryhmän, esim. koululuokan opettamista; opetukseen kuuluu reflektoinnin mahdollisuus ja se pohjautuu opetussuunnitelmaan. Seksuaalineuvonta, joka on kahden keskeinen neuvontatilanne, esimerkiksi kouluterveydenhoitajan vastaanotolla tai nettimeuvolassa. (Bildjuschkin & Ruuhilahti 2008, 16.)

Seksuaalikasvatuksen tavoitteena on lisätä nuorten ymmärrystä heissä itsessään kasvun ja kehityksen myötä tapahtuvissa muutoksissa sekä tukea nuorten seksuaali-identiteetin rakentumista ja itsetuntoa. Seksuaalikasvatuksessa tulee ottaa huomioon nuoren iän ja kehitystason lisäksi sukupuoli sekä uskonnolliset ja kulttuuriset lähtökohdat, jolloin se vastaa parhaiten nuoren yksilöllisiä kehitystarpeita. Seksuaalikasvattajina toimivat opettajan ja kouluterveydenhoitajan lisäksi päivittäin nuoren muut läheiset aikuiset, kuten vanhemmat, sukulaiset ja jopa harrastusvalmentajat. Lisäksi media erimuodoissaan toimii seksuaalikasvattajana. (Aho ym. 2008, 39.)

Laadukas seksuaalikasvatus vähentää virheellisiä luuloja seksuaalisuudesta. Hyvästä seksuaalikasvatuksesta nuori saa itselleen sopivaa tietoa riippumatta omasta seksuaalisesta identiteetistään tai minäkuvastaan. Hyvä seksuaalikasvatus vähentää syrjimistä ja kiusaamista sekä lisää suvaitsevaisuutta. (Bildjuschkin & Ruuhilahti 2008, 17.)

Ammatillisuuden lisääminen seksuaalisuudesta on tärkeä eri ammattikunnissa. Haasteita ammattihenkilöstön, sosiaali- ja terveydenhuollon henkilöstön sekä opettajien, koulutukselle riittää seksuaaliterveyden sisällöstä, opetusmetodeista ja yhteistyöstä eri ammattikuntien välillä. (Kosunen & Ritamo 2004, 197.)

Seksuaalikasvattajan on tärkeä hyväksyä oma seksuaalihistoriansa. On tunnettava omat asenteensa ja käsityksensä. Mitä paremmin työntekijä on perillä omaan seksuaalisuuteensa liittyvistä rajoista, asenteista, arvoista ja tunteista, sitä vähemmän ne vaikuttavat negatiivisesti seksuaalikasvatustilanteissa. (Aho ym. 2008, 45.)

Seksuaalikasvatuksessa kannattaa hyödyntää nuoruuteen tyypillisesti kuuluvia vaiheita ja kehitystehtäviä. Nuori haluaa itsenäistyä, uskoa omiin kykyihinsä ja samaistua

ikätovereihinsa. Nuorella on suuri tarve päättää omista asioistaan. Aggressiivisten tunteiden kohtaaminen itsessä on ajankohtaista. Nuoren on opittava elämään omien aggressiivisten tunteiden kanssa ja tunnustettava niiden olemassa olo. Samalla on opittava sietämään pettymyksiä ja kestämaan muiden ihmisten tunteita. Vahvana nuoren elämässä tuntuvat rakkauden, hellyyden, kosketuksen ja kokemusten kaipuu. Fantasiat ovat nuorelle kehittymisen kannalta tärkeitä. Kehollisuus nousee esille uudella tavalla, oman kehon arvioimisen ja ujostelemisen kautta sekä häpeän kokemuksena. Oman viehättävyyden testaaminen on nuorelle tärkeää. Myös seksuaalisen turvattomuuden kokemukset lisääntyvät ja mahdollisista riskeistä tullaan tietoisiksi, lisäten näin vastuullista seksikäyttäytymistä. (Bildjuschkin & Ruuhilahti 2008, 23.)

Seksuaalikasvatusta tulee olla kaikilla luokilla koulussa. Koulussa tulee käsitellä kehoa, itsemääräämisoikeutta, portaittaista seksuaalisuuden kehitystä, rakkautta, pettymyksiä, läheisyyden ja nautinnon kaipuuta, identiteettiä, minäkuva, murrosikää, seurustelua, parisuhdetta, ehkäisyä ja vanhemmuuden vastuita. Nykyään on kerrottava myös pornon ja median vaaroista. Varhain kehittyville tulisi antaa yksilöllistä, henkilökohtaista neuvontaa. Seksuaalikasvatus on aiheena hienovarainen, monimutkainen ja haastava, mutta koululla on mahdollisuus olla neutraalin tiedon jakaja. Koulun seksuaalikasvatus voi olla vahingollista, jos se ei kunnioita nuoren kehitysvaihetta tai jos pelotellaan tai keskitytään pelkkään biologiseen näkökulmaan. (Cacciatore 2007, 44.)

3.2 Nuoren oppiminen ja ohjaus

Oppiminen on elinikäinen prosessi, joka alkaa varhaisessa lapsuudessa ja jatkuu aina vanhuuteen saakka. Oppiminen on aina yksilöllinen tapahtuma ja kokemus ja tapahtuu jonkin kulttuurin ja ympäristön vaikutuspiirissä. Oppiminen on psyykkistä toimintaa, mutta sillä on vahva fysiologinen perusta. Perimä ja erilaiset synnynnäiset tekijät vaikuttavat ratkaisevasti ihmisen kypsymiseen ja oppimiseen. Ihmisellä on erilaisia herkkyyksia, jolloin tiettyjen valmiuksien oppiminen on helpompaa kuin muulloin. (Peltonen 2000, 41.)

Nykyaikainen oppimiskäsitys mielletään joko kognitiiviseksi, konstruktiiiviseksi tai kokemuksellisuutta korostavaksi. Kaikissa näissä näkemyksissä painottuvat oppijan aktiivinen toiminta ja toisaalta voimakas vuorovaikutuksellisuus. Tarkastellessa oppimisen tarkoitusta, keskeiseksi nousee osaaminen, jossa tieto ohjaa osaamista ja toimintoja ja antaa valmiudet opettajan ammattitaidolle. Jo John Dewey aikanaan esitti kouluopetuksen yhteydessä, että parhaiten yksilö oppii itse tekemällä eli learning by doing. (Peltonen 2000, 43.)

Oppimisprosessi (Kuvio 3.) sisältää erilaisia vaiheita, joiden onnistuminen takaa mahdollisimman hyvän oppimistuloksen. Koska oppiminen on yksilöllistä ja tunnetilalla on suuri merkitys, ihmiset kokevat oppimisen vaiheet eri tavoin. Tämä asettaa opetukselle suuret haasteet, jotta syvällistä oppimista syntyisi ja tieto muodostuisi korkealaatuiseksi ja sovellettavaksi käytäntöön. (Peltonen 2000, 63.)

<p>Motivoitumisella tarkoitetaan sitä, että oppija kiinnostuu opittavasta asiasta. Opiskelija kokee asian mielekkääksi ja tärkeäksi. Motivoituminen voi syntyä esimerkiksi tiedollisesta ristiriidasta aikaisemman tiedon ja uuden tiedon välillä tai opiskelijalla on halu syventää tietämystään ja saada uusia näkökulmia tuttuunkin asiaan.</p>
<p>Orientoituminen tarkoittaa suuntautumista opittavaan asiaan. Orientointiin liittyy usein myös tavoitteiden selvittäminen ja pohtiminen yhdessä opiskelijoiden kanssa. Usein puhutaan orientaatioperustasta, jolla tarkoitetaan viitekehystä tai tiivistelmää tulevasta opittavasta asiakokonaisuudesta.</p>
<p>Sisäistäminen tarkoittaa varsinaista oppimista, jolloin tieto liitetään aikaisempaan tietorakennelmaan tai aikaisemmasta tietorakennelmasta poistetaan vanhaa tai virheellistä tietoa. Sisäistäminen edellyttää usein kertaamista ja harjoittelua. Hyvä sisäistäminen edellyttää monipuolista ajattelua, tuottavaa, pohtivaa, suunnittelevaa ja päättäväistä tiedon prosessointia.</p>
<p>Ulkoistaminen tarkoittaa opitun asian soveltamista, sisäisen mallin käyttöä todellisissa tilanteissa, pohdintaa, miten teoreettinen tieto toimii käytännössä ja onko opittu tieto korkealaatuista. Ulkoistaminen on opitun testaamista.</p>
<p>Arviointi tarkoittaa, että oppija itse arvioi omaa suoriutumistaan ja tietotasoaan, tarkastelee kriittisesti ja pohtii sekä muuttaa toimintaansa tarpeen vaatiessa.</p>
<p>Kontrolli on sitä, että tarkastellaan oppimista etäämmältä ja jonkin ajan kuluttua. Näin on usein helpompi havaita oppimisen muutokset. Opitun säilyminen ja syventäminen havaitaan ja siihen voidaan vielä tehdä muutoksia ja parannuksia, jos tarve vaatii.</p>

Kuvio 3. Oppimisprosessin vaiheet (Peltonen 2000, 64.)

Koulu vaikuttaa merkittäväällä tavalla nuorten elämään. Nuoruudessa looginen ajattelu kehittyy, mielenkiinnon kohteet muuttuvat ja ystäväpiiri tulee vanhempia tärkeämmäksi. Koulussa on paljon asioita, jotka innostavat nuoria, esimerkiksi arvosanat, kaverit ja tapahtumien keskellä oleminen. On myös asioita, jotka pysäyttävät nuoren, esimerkiksi suurilta tuntuvat vaatimukset tai uusi ympäristö, jossa nuori hukkuu massaan. Tavoitteet ohjaavat nuorta käyttämään erilaisia oppimisstrategioita, jotka johtavat menestymiseen tai epäonnistumiseen. Onnistumisen ja epäonnistumisen jälkeen voidaan käyttää erilaisia selitysmalleja ja muokata käsitystä omista kyvyistä tai niiden puutteesta. (Malmberg & Little 2002, 127.)

Nuoria motivoivat asiat voivat olla joko sisäisiä tai ulkoisia. Sisäinen ja ulkoinen motivaatio vaikuttavat puolestaan tavoitteiden asettamiseen. Sisäisesti motivoituneen ihmisen tavoitteet ovat sellaisia, joita hän haluaa itse. Sisäiseen motivaatioon kuuluu uteliaisuutta, spontaaniutta ja kiinnostusta (ilman ulkoista palkkiota). Ulkoisesti motivoitunut toimii sen perusteella, mitä muut haluavat. Palkkio, suosio, hyväksyntä sekä rangaistuksen välttäminen ovat hänelle tärkeitä. Motivaatiota selvittelevissä pitkittäistutkimuksissa on huomattu, että sisäinen motivaatio pysyy melko samanlaisena lapsuudesta nuoruuteen (Malmberg & Little 2002, 127.)

Asioita opitaan eri tavoin ja on erilaisia tyylejä oppia. Joku oppii kuuntelemalla ja keskustelemalla, joku katsomalla ja joku taas tarvitsee kehon liikettä jaksakseen keskittyä ja kyetäkseen oppimaan esillä olevia asioita. Harva meistä käyttää vain yhtä aistia tai tyyliä oppiakseen. Opetuksen ja kasvatuksen haasteena on mahdollistaa oppiminen kasvatettavalle suotuisilla ja hänelle sopivilla tavoilla. (Bildjuschkin & Ruuhilahti 2008, 32.)

Erilaisten oppijoiden ja oppimistyylien havainnointi on seksuaalikasvattajalle tärkeä työkalu, mutta samalla se nostaa esille työn vaativuuden. Kyseessä on koko ihmiselämä kaikkine vivahteineen. Pienillä sanoilla ja teoilla saattaa olla suuri merkitys. Yksi hymy tai kannustava sana saattaa muuttaa nuoren koko elämän. Annetaan hyvän kiertää ja annetaan sen tulla takaisin. (Bildjuschkin & Ruuhilahti 2008, 32.)

3.4 Terveystiedon opetus koulussa

Terveystieto säädettiin 1.8.2001 koululakien muutoksilla (453, 454, 455/2001) perusopetuksen, lukion ja ammatillisen koulutuksen oppiaineeksi. Uudistus luokitteli terveystiedon tietoaineeksi, aiemmin se oli rinnastettu liikuntaan ja taito- ja taideaineeksi. Terveystiedon tavoitteena on, että oppilaat oppivat perusopetuksessa terveystietoja ja -taitoja sekä terveyttä edistäviä asenteita. Tavoitteena on lisätä oppilaiden valmiuksia pohtia terveyteen ja sairauksiin liittyviä arvoja ja arvostuskysymyksiä. (Simonen 2002, 37.)

Terveystiedon opetus jakautuu kolmeen osa-alueeseen: Varsinaiseen terveystietoon ja terveyden edistämiseen, Sosiaalisten taitojen ja elämänhallintataitojen kehittämiseen Turvallisuustaitojen ja -valmiuksien saavuttamiseen (Simonen 2002, 37.) Terveystiedon tarkoituksena on terveyden edistämisen tukeminen ja valmiuksien antaminen yksilön ja ympäristön vuorovaikutuksen kehittämiseen. Terveystiedon keskeiset sisältöalueet edistävät fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista terveyttä ja hyvinvointia (Simonen 2002, 37.)

Terveystiedon opetukseen 7.–9. luokilla varataan kolme vuosiviikkotuntia. Uuden terveystieto-oppiaineen myötä säädettiin uudet opettajien kelpoisuusvaatimukset. Vuodesta 2012 lähtien 7.-9. luokkien terveystiedon opetuksesta vastaa hallituksen esityksen ja valtioneuvoston asetuksen (614/2001) mukaan ylemmän korkeakoulututkinnon suorittanut terveystiedon opettaja. Opettajalla tulee olla 55 opintoviikon laajuiset tai niitä vastaavat opinnot terveystieteissä (pääarvosana) tai vähintään 35 opintoviikon laajuiset tai niitä vastaavat (sivuarvosana) opinnot terveystieteissä. Terveystiedon opettajan pätevyysvaatimukset ovat osoituksena tehdä terveystiedosta tietoa. (Peltonen 2002, 26, 30.)

Terveystiedon yleisten tavoitteiden perusteella tulisi laatia koulukohtainen, mutta mielellään koko maan kattava yhtenäinen seksuaalikasvatussuunnitelma. Koko maan kattava seksuaalikasvatussuunnitelma tehostaisi seksuaalikasvatustyötä, varmistaisi opetuksen laadun maan kaikilla alueilla ja helpottaisi opettajien työtä. (Cacciatore 2005, 187.)

3.4 Kouluterveydenhoitaja seksuaalikasvattajana

Kouluterveydenhoitaja on kouluyhteisön terveyden edistämisen asiantuntija ja vastaa kouluterveydenhuollosta. Kouluterveydenhoitajan työ voidaan karkeasti jakaa yksilöihin sekä ryhmiin ja yhteisöihin kohdistuvaksi. Oppilaiden kasvun ja kehityksen seuraaminen ja seulonnat, terveyttä koskevista henkilökohtaisista asioista ja huolista keskusteleminen, ensiapu ja sairaanhoitotoimenpiteet ovat yksilökeskeisiä. Yhteisötason työ koostuu muun muassa osallistumisesta kouluyhteisön terveyden edistämisen

suunnitteluun ja toteutukseen. Tulevaisuudessa kouluterveydenhoitaja ja -lääkäri osallistuvat terveystiedon ja oppilashuollon opetussuunnitelmien sekä terveyttä ja turvallisuutta edistävien toimintamallien laatimiseen. (Tervaskanto-Mäentausta 2008, 376.)

Laaja-alaisia terveystarkastuksia on peruskoulun aikana kolme: koulunkäynnin alkaessa, murrosiän alettua ja peruskoulusta toiselle asteelle tai työelämään siirtyessä. Tarkastukseen osallistuvat kouluterveydenhoitaja ja -lääkäri, oppilas ja hänen vanhempansa sekä opettaja. Tarkastus on monitahoinen ja sisältää seulontojen ja tutkimusten lisäksi yhteisiä keskusteluja. Taustalla on kokonaisvaltainen käsitys nuoren terveydestä. Kouluterveydenhoitajan toteuttamat terveystapaamiset ovat laajojen terveystarkastusten väli vuosina. Niiden lisäksi kouluterveydenhuoltoon kuuluu erillisiä seulontatutkimuksia ja -tarkastuksia. Riskiryhmään kuuluville oppilaille tehdään myös kohdennettuja terveystarkastuksia. Terveystarkastusten yhteydessä tehdään tai päivitetään oppilaan terveydenhoitosuunnitelmaa. (Tervaskanto-Mäentausta 2008, 378.)

Kouluterveydenhuollon asiantuntemusta voidaan käyttää nykyistä enemmän ja monipuolisemmin seksuaalikasvatuksen toteuttamisessa. Nykyisin kouluterveydenhoitaja osallistuu peruskoulun seksuaaliopetukseen noin puolella yläasteista. Yleensä se tarkoittaa raskauden ehkäisymenetelmien opettamista. Kouluterveydenhoitajan tulee tuntea terveystiedon opetussuunnitelma, jotta voi täydentää sitä omalla toiminnallaan. (Kosunen 2002, 133; Tervaskanto-Mäentausta 2008, 375.)

Koulun seksuaaliopetuksen haasteena on se, että nuoret ovat seksuaalikehityksessä eri vaiheissa. Yläkoulun jälkeen yhdyntäkokemuksia on noin joka neljännellä nuorella, mutta suurella osalla on vielä ensisuudelmakin kokematta. Kouluterveydenhoitajalla on kahdenkeskisten tapaamisten perusteella todennäköisesti realistinen kuva siitä, minkälaisessa vaiheessa koulun nuoret ovat seksuaalisessa kehityksessään ja kokeneisuudessaan. Näkemyksensä pohjalta kouluterveydenhoitaja voi virittää opetuksen tason ja teemat tilannetta ja tarpeita vastaaviksi. (Kosunen 2002, 133.)

Kun seksi ja ehkäisyn tarve tulevat ajankohtaiseksi, kouluterveydenhoitajalta on helppo mennä kysymään neuvoa. Useimmiten terveydenhoitaja opastaa, kuinka saa ajan ehkäisyneuvolaan. Joskus hän voi jopa varata ajan valmiiksi nuorelle. Monin paikoin palvelut on järjestetty niin, että terveydenhoitajalla on mahdollisuus lääkärin valvonnassa antaa ensimmäiset ehkäisytabletit vastaanotolla, ja sen jälkeen nuori ohjataan perhesuunnitteluneuvolan asiakkaaksi. (Kosunen 2002, 133–136.)

Nuoren on saatava vastaanottotilanteessa kokemus siitä, että hän voi itse vaikuttaa omiin asioihinsa ja tulee kuulluksi. Nuoren kuunteleminen ja hänen näkemyksensä arvostaminen auttavat myös luottamuksellisen asiakassuhteen syntymistä. Nuorelle on annettava tietoa asioita perustellen, sillä se lisää luottamusta ja tunnetta, että nuori itse hallitsee tilannetta. Nuorella on itsemääräämisoikeus omaan kehoonsa ja seksuaalisuuteensa. Mihinkään sellaiseen ei pidä ryhtyä, mikä vähänkin pelottaa tai arveluttaa. (Aho ym. 2008, 43–44.)

Seksuaaliterveyden edistämisen kannalta katsottuna kouluterveydenhuollolla on merkittävä rooli seksuaalikasvattajana ja ensikontaktina terveydenhuoltojärjestelmään. Informaatiokanavana ja palveluihin ohjaajana kouluterveydenhoitajalla on todennäköisesti sitä suurempi merkitys, mitä suuremmasta paikkakunnasta ja terveyskeskusorganisaatiosta on kysymys. (Kosunen 2002, 133–137.)

3.5 Seksuaalikasvatuksen aiheita

Projektin seksuaalikasvatustapahtuman aiheet tulivat Laakson (2008) tutkimuksen tuloksista. Tärkeimpinä seksuaalikasvatuksen aiheina nuoret pitivät murrosikää, tunteita, raskaudenehkäisyä ja seksitauteja. Murrosiässä seksi ja seksuaalisuus alkavat kiinnostavat aivan uudella tavalla. Oma vieraalta tuntuva keho, sekavat tuntemukset ja aikuistumiseen liittyvä itsenäistyminen sekä kiehtoo että hämmentää. Halu lähestyä vastakkaista sukupuolta on voimakas ja myös pelottava asia. Moni tutustuikin omaan seksuaalisuuteensa koskettelemalla itseään, lukemalla eroottista kirjallisuutta, elokuvia katselemalla ja mielikuvituksen avulla. Murrosiässä yritetään sekä yksin että yhdessä muodostaa kuva omasta seksuaalisuudesta. (Cacciatore 2006, 207.)

Oman seksuaalisen minäkuvan muodostamiseen tarvitaan aikaa ja oikeaa tietoa seksistä. Luotettava tieto vähentää pelkoja ja siirtää seksikokeilujen aloittamista. Jokaiselle kehittyy seksuaalinen minäkuva eli se, miten koemme itsemme seksuaalisesti ja millä tavoin haluamme seksiä toteuttaa. Sen muodostumiseen vaikuttavat kasvuympäristö ja kokemukset, kehossa tapahtuneiden muutosten hyväksyminen, naisellisuudesta tai miehekkyydestä saadut kokemukset ja läheisten esimerkki. Seksuaalinen minäkuva luodaan sukupuolisen kypsyyden saavuttamisen aikana, mutta se ei ole koskaan valmis. Kehon muutokset ja elämäkokemukset saavat sen kehittymään ja muuttumaan. Tehtävä on elämänpituinen. Myönteinen seksuaalinen minäkuva rakentuu oman kehon tuntemiselle ja sen arvostamiselle. Yhtä tärkeää on myös kunnioittaa toisten seksuaalista minäkuvaa. Ihminen saa voimaa, itsevarmuutta ja nautintoa siitä, että voi toteuttaa omaa seksuaalisuuttaan. (Cacciatore 2006, 207 – 212.)

Seksuaalisuutta on monenlaista. Seksuaalinen suuntautuminen tarkoittaa sitä, minkälaisiin ihmisiin tuntee seksuaalista vetoa, kumman sukupuolen kanssa on seksisuhteessa ja mistä asioista saa seksuaalista nautintoa. Suuntautumiseen vaikuttavat mm. kasvu- ja elinympäristö, ihmissuhteet ja elämän tuomat kokemukset. Seksuaalinen suuntautuneisuus voi muuttua elämän eri vaiheissa. Nuoruudessa seksuaalinen mielenkiinto voi vaihdella laidasta laitaan etsien muotoaan. Monet murrosikäiset nuoret tuntevat seksuaalista värinää omaa sukupuolta kohtaan. Se on täysin luonnollista ja parhaimmillaan tukee oman seksuaalisen minäkuvan muotoutumista. (Cacciatore 2006, 212 – 214.)

Murrosiässä seurustelu vastakkaisen sukupuolen edustajan kanssa alkaa kiinnostaa. Seurustelu voi toisille merkitä pitkäaikaista sitoutumista, toisille vain hieman muita kavereita läheisempää suhdetta. Jokaisella nuorella on omat motiivinsa ja tarpeensa. Seurustelusuhteessa nuoret peilaavat itseään kumppaninsa kautta ja näin oppivat toisilta itsestään. Seurustelusuhteen alku voi olla hyvinkin erilainen. Kiinnostuksen kohde voi olla ennestään tuttu, vanha kaveri tai aivan uusi tuttavuus. Aloitteen lähestymiseen voi tehdä kumpi tahansa tai kaikki voi tapahtua sattumalta. Seurustelun alussa ihastuminen ja rakastuminen estävät näkemästä monia kielteisiä asioita. Rakastumisvaiheen onnellisuudentunne vahvistaa usein myös omia positiivisia luonteenpiirteitä. Aina eivät

kuitenkaan ihastumisen tunteet ole molemminpuolisia. (Reinikkala, Ryhänen, Penttinen & Pesonen 2004, 102.)

Seurustelusuhde muuttuu ja kehittyy. Seksuaalinen kiinnostus muuttaa helposti läheisyyttä tiiviimmäksi. On tärkeää ymmärtää, että jokaisella on sekä oikeus kuunnella omia tuntojaan että velvollisuus kunnioittaa toisen koskemattomuutta. Seurustelu voi olla hyvinkin tiivistä ja nautittavaa ilman seksuaalista läheisyyttä. Jokainen suhde etenee omalla vauhdillaan. Usein seurustelu myös päättyy. Suhteen loppuminen tai lopettaminen voi tuntua suurelta pettymykseltä. Yhteisistä hyvistä kokemuksista jää kuitenkin kaunis muisto. Uuteen seurustelusuhteeseen ei kannata kiirehtiä. Uusi seurustelukumppani löytyy aikanaan. Nuoruusvaiheessa voi olla useita seurustelusuhteita, mutta kaikki eivät tunne vetoa seurusteluun tai sille ei tunnu edes olevan aikaa. Jokaisella on oikeus kehittyä yksilöllisesti myös seurustelusuhteessa. (Reinikkala ym. 2004, 103–104.)

Seurustelusuhteen edetessä pari tuntee yleensä vetoa yhä läheisempään kanssakäymiseen kumppaninsa kanssa. Toiselle halutaan tuottaa hyvää oloa hyväillen, silitellen, suukotellen ja kosketellen, mikä on seksuaalisesti usein myös kiihottavaa. Tästä eroottisesta hyväilystä käytetään nimitystä petting. Siihen kuuluu kaikki intiimi hyväily ja yhdessä olo, vaatteetkin päällä, lukuun ottamatta yhdyntää. Tämä on nautinnollinen keino tutustua toiseen ja omaan seksuaalisuuteen. Molemmat, niin tyttö kuin poikakin haluavat kokea, että hänestä välitetään. Oman rakkaan antama huomio, lämpö ja hellä hyväily kehon eri alueilla ovat täydellisen nautittavaa läheisyyttä. Hyväily on hellävaraista ja sen aikana tunnustellaan toisen reaktioista, mistä toinen pitää ja mikä ei tunnu mieluisalta. (Reinikkala ym. 2004, 108.)

Raskauden ehkäiseminen on ajankohtaista, kun ihminen tulee sukukypsäksi. Sukukypsäksi tuleminen tarkoittaa ihmisen elimistön olevan fyysisesti kypsä lisääntymään ja raskauden alkaminen on mahdollista. Raskauden alkamista voidaan ehkäistä joko hormonaalisen ehkäisyn, erilaisten estemenetelmien ja kierukoiden tai sterilisaation avulla. Raskauden ehkäisymenetelmät (Liite 2.) eivät heikennä hedelmällisyyttä. Sterilisaatio on siitä poikkeus. Vastuulliseen seksuaalikäyttäytymiseen

kuuluu myös itsensä ja toisten suojaaminen seksitaudeilta ja silloin kondomi on ainoa keino suojautumiseen. (Ehkäisyopas 2009, 2–3; Kosunen 2002, 134.)

Ensisijainen ja järkevin seksitautien ehkäisymuoto on kondomi. Lisäksi kondomin voi yhdistää johonkin toiseen raskaudenehkäisymenetelmään, jolloin raskauden- ja seksitautienehkäisy on varmintä. Seksitautien tartunta liittyy seksisuhteeseen, mutta seksitaudit voivat tarttua myös veriteitse, prostituutiossa, raiskauksissa ja seksuaalisessa hyväksikäytössä. Seksitautien levittäminen on rangaistava teko. Seksuaalirikos loukkaa ja vahingoittaa toisen ihmisen seksuaalisuutta. Ihminen päättää oman harkinnan ja järjen, tiedon ja oppien mukaan omista teosta, ja on niistä täysin vastuullinen täysi-ikäisyydestä lähtien. Rikosoikeudellinen vastuu alkaa jo 15 vuoden iässä. (Reunala ym. 2003, 232–233.)

Seksitaudit (Liite 1.) ovat tartuntatauteja, joiden leviämiseen tarvitaan tartunnan mahdollistava limakalvo- tai verikontakti. Tartunnat ilman riskialtista käyttäytymistä ovat vain marginaalinen ongelma. Siksi riskikäyttäytymisen ennaltaehkäisyyn tulisi panostaa enemmän. Yhteistä yleisimmille seksitaudeille on se, että ne tarttuvat sukupuoliteitse ja suu- tai anaaliseksiä, kun ei ole käytetty kondomia. Hi-virus eli ihmisen immuunikatovirus, hepatiitti B ja -C tarttuvat myös veriteitse esimerkiksi käytettyjen neulojen ja ruiskujen välityksellä. (Cacciatore & Apter 2003, 231.)

Tartuntatautilaki (§ 22) määrittää, että potilas on velvollinen kysyttäessä ilmoittamaan lääkärille käsityksensä tartunnan kulusta ja lääkäri on vastuussa tartunnan jäljityksestä ja tartuntatautien ilmoittamisesta. Potilas on ohjattava tutkimukseen ja hoitoon. (Reunala ym. 2003, 224–225.)

Ei-toivottujen raskauksien ja niiden ehkäisyn tarve on suurimmillaan, kun nuorten seksuaalikäyttäytyminen ja seurustelukokemukset alkavat. Seksuaalihistorian kartoitus ja sen arviointi on tärkeää keskusteluissa nuorten kanssa. Nuoren seurustelun alkamiseen liittyy monia tunne-elämän osa-alueita. Seurustelu nuorilla voi olla yhdessäoloa ilman yhdyntöjä. Nuorelle tulee kertoa omasta vastuusta seksuaaliterveydessä ja auttaa pohtimaan omia valintojaan, kypsyyttään sekä todellisia halujaan. Moralisointi ja pelottelu sekä varoittelu ja häpeä lisäävät nuoren pelkoa ja

ahdistusta, joten niitä on seksuaalikasvatustilanteissa vältettävä. Nuorelle on annettava tietoa perustellen, sillä se lisää luottamusta ja tunnetta, että nuori hallitsee tilannetta. (Aho ym. 2008, 40–43.)

Jälkiehkäisy on tarpeen suojaamattoman yhdynnän jälkeen. Vasta-aiheita jälkiehkäisytablettien ottamiseen ei käytännössä ole, joten sitä kannattaa suositella mieluummin usein kuin yhtään kertaa liian harvoin. Jälkiehkäisytabletti otetaan mahdollisimman pian suojaamattoman yhdynnän jälkeen, sillä sen teho on sitä parempi, mitä nopeammin se otetaan. Tabletti tulee nauttia viimeistään 72 tuntia yhdynnästä, vaikka sen teho on tuolloin selvästi huonompi kuin 24 tai 48 tunnin sisällä otettuna. (Aho ym. 2008, 83.)

Seksuaalisuudesta puhuminen tai kondomien jakaminen ei yllytä nuorta kokeilemaan seksiä. Seksin kieltäminen ei myöskään estä nuorta harrastamasta seksiä. Mielenkiinto seksuaalista toimintaa kohtaan lähtee itsestä ja oman biologisen kehitystason mukaisesti. Seksuaalisuus on yksityinen asia, josta jokainen itse on vastuussa. Tämä on nuorelle uusi asia, sillä tähän saakka huoltajat ovat olleet tietoisia ja vastuussa nuoren asioista pääosin. Suunnittelemattomat raskaudet ja seksitaudeilta suojautuminen on jokaisen omalla vastuulla. Kumppanilta voi vaatia kondomin käyttöä tai yhdynnästä voi kokonaan kieltäytyä, jos kumppani ei kondomin käyttöön suostu. (Aho ym. 2008, 43.)

3.6 Seksuaalikasvatusmenetelmiä

Seksuaalikasvatuksessa tiedon tulee pysyä yleistasolla. Yksityisyyden kunnioittaminen on olennaista, tarkoituksena ei ole kaivaa esille kasvattajan tai nuoren omia intiimejä asioita. Nuori saattaa olla hihittelevä tai rajatonkin, mutta aikuisen on osattava kertoa, mikä on sopimatonta, ja pitää rajoista kiinni sekä toimia asiallisesti. Seksuaalikasvatukseen ei saa koskaan kuulua seksin konkreettinen opettaminen tai aikuisen ja nuoren välisen suhteen rikkominen – myöskään kaksimielinen vitsailu tai flirtti. Seksuaalikasvatuksen tarkoituksena on opettaa kunnioittamaan omaa kehitystään ja rajojaan, kasvattaja ei koskaan ohjaa tai manipuloi nuorta tekoihin, joihin hän ei pysty vielä antamaan omaa, riittävästi harkittua ja todellista suostumustaan. Kun kasvatus- ja

neuvontatilanne tapahtuu oikein, kenenkään ei tarvitse hävetä tapahtunutta, sen voisi vaikka videoida esitettäväksi. (Cacciatore 2007, 47.)

Seksuaalisuus on monelle nuorelle aihe, johon liittyy paljon hämmennystä, ahdistusta, uteliaisuutta, kiinnostusta, pelkoa ja samalla rohkeutta astua uuteen, itselle vieraaseen ulottuvuuteen. Kasvatustilanteissa pitää sallia pieni hälinä ja meteli, joka ei häiritse yleistä ilmapiiriä. Nauru ja hulvattomat kommentit saattavat toimia ahdistuksen hälventäjinä ja auttavat nuorta kestämään tukalan tilanteen. Hassuihin kommentteihin tai törkeisiin letkautuksiin kannattaa tarttua hetkessä ja miettiä, mitä heiton takaa löytyy, mitä nuori oikeastaan asiassa pohtii. On tärkeää, että luokassa luodaan yhteiset säännöt, joita noudatetaan. Nämä säännöt on hyvä laatia yhdessä nuorten kanssa ja asettaa ne tilaan kaikkien näkyville. (Bildjuschkin & Ruuhilahti 2008, 31.)

Yhteistoiminnallisuudessa on kyse opetuksellisesta yhteistoiminnasta ja ryhmätoiminnasta, joka voi olla teoreettista tai käytännöllistä. Yhteistoiminnallisessa oppimisessa opiskelijat kehittävät ja rakentavat oppimistaan sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ja toimivat pienissä ryhmissä. Tieto tulee monipuolisesti käsitellyksi ryhmässä ja myöhemmin laajemmin luokkayhteisössä. (Kauppila 2007, 155.) Yhteistoiminnallisia harjoituksia tai osallistuvia menetelmiä käyttäessä on hyvä muistaa lämmittelyn merkitys ennen harjoituksiin ryhtymistä. Lämmittely tuo osallistujat siihen tilaan ja paikkaan kaikesta hulinasta ja hälinästä, jota he kenties ovat jo kokeneet päivän aikana. Ajatukset ohjautuvat lämmittelyn avulla aiheeseen, ja tämä helpottaa ja mahdollistaa tehokkaan aiheen käsittelyn. (Bildjuschkin & Ruuhilahti 2008, 31.)

Opiskelijoista osa on aina toistaan taitavampia tai nopeammin oppivia. Yhteistyöstä eivät hyödy vain ne opiskelijat, jotka tulevat jäljessä ja oppivat toisilta, vaan myös taitavat opiskelijat hyötyvät tiedollisesta yhteistyöstä. Tätä kutsutaan kirjallisuudessa itseään selittäväksi vaikutukseksi. Yhteistyötä opiskelijoiden välillä pidetään vuorovaikutusprosessina, jossa osanottajat pyrkivät ymmärtämään toisiaan. Hyöty ei ole vain tiedollinen tai taidollinen vaan myös sosiaalinen. Yhteistoiminnallisuus ja vuorovaikutus rikastuttavat opiskelua ja tuovat esille uusia ja erilaisia näkemyksiä.

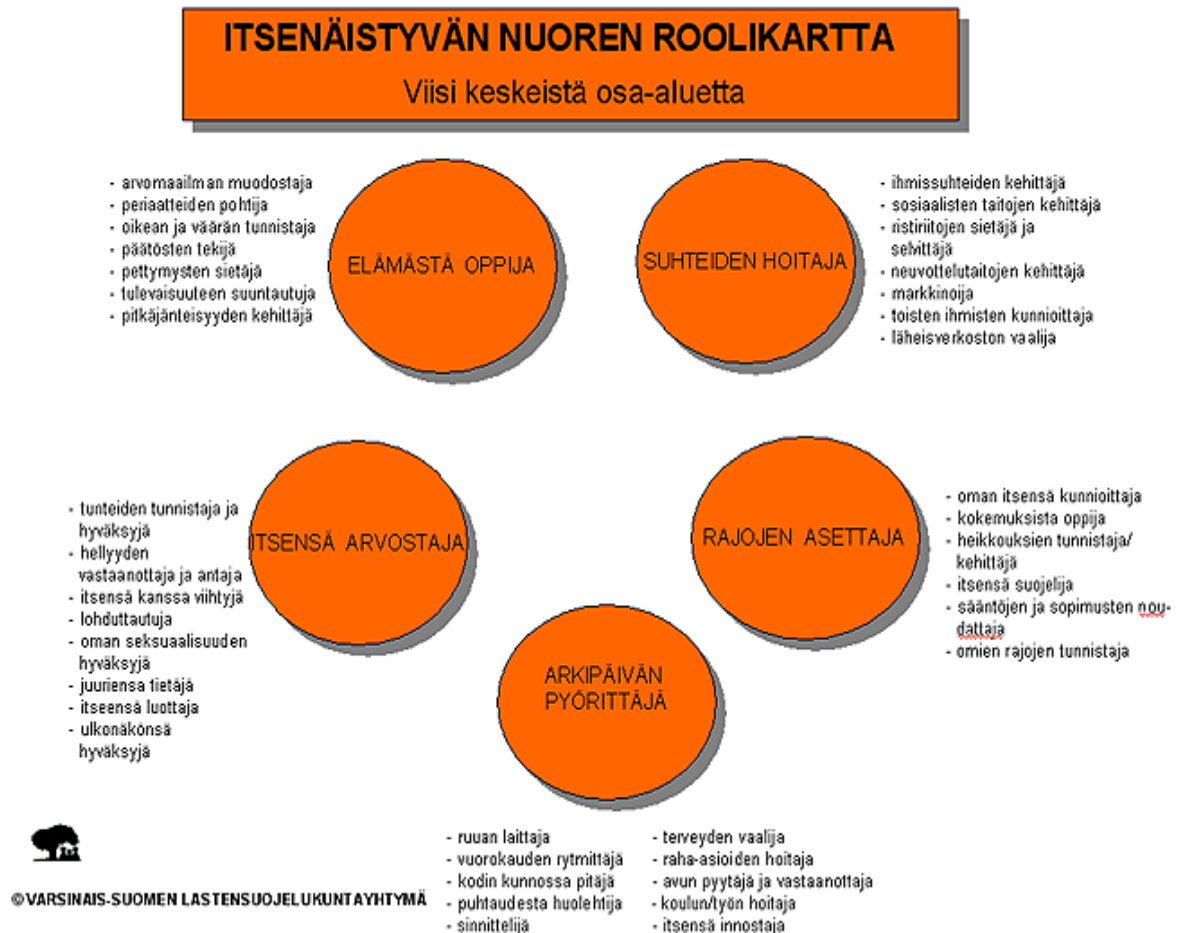
Esille tulee vaihtoehtoisia ratkaisumahdollisuuksia. Samalla yhteistoiminnassa ja vuorovaikutuksessa kehittyy kyky itsensä ilmaisemiseen. (Kauppila 2007, 155.)

Yhteistoiminnallisessa oppimisessa käytetään runsaasti ryhmäkeskusteluja ja ryhmätyötä. Ryhmissä opiskelijoiden välille syntyy positiivinen keskinäinen riippuvuus ja itsenäisyys, mikä kehittää opiskelijoista entistä sosiaalisempia ja älyllisesti kypsempiä. Ryhmän jäsenten keskinäistä positiivista riippuvuutta ja ryhmähenkeä edistävät yhteiset tavoitteet. Tämä mahdollistaa ryhmien itseohjautuvan luonteen toteutumisen. Opiskelijoiden kysymykset eivät kohdistu opettajalle, vaan ryhmän jäsenet itse ratkovat esille tulevia ongelmia. Ryhmän toiminta ei häiriidy, vaikka opettaja on lyhyitä aikoja poissa ryhmästä. Opettaja ei arvioi ryhmäprosessia vaan sitä, millaista tekstiä he tämän jälkeen tuottavat tai kuinka he soveltavat oppimaansa käytäntöön. Opettajan tehtäviin kuuluu vuorovaikutuksen ja vuorovaikutteisen viestinnän tukeminen. Positiivista riippuvuutta edistää se, että jäsenet kantavat henkilökohtaista vastuuta ja tuovat oman osuutensa yhteistoimintaan tavoitteiden saavuttamiseksi. (Kauppila 2007, 157.)

Toiminnalliset menetelmät mahdollistavat myös moninaisen oppimisen ja tiedon käytäntöön siirtämisen, koska tieto pääsee ihmisen ihon alle tuottaen tunteita käsitellyistä aiheista. Tieto jää myös kehoon muistijälkenä ja saattaa hetkellä, jolloin harkintaa tarvitaan aktivoitua. Hyvällä itsetunnolla varustettu henkilö kykenee tekemään perusteltuja valintoja omaa elämäänsä koskien. (Bildjuschkin & Ruuhilahti 2008, 31.)

Itsenäistyvän nuoren roolikartta (Kuva 2.) on monikäyttöinen työväline, joka on kehitetty Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymässä. Se on Vanhemmuuden roolikartan jatkokehittelyn tulos. Roolikarttaa voidaan käyttää itsenäistymiskasvatuksen tukena. Roolikarttaa käyttämällä hahmotetaan nuoren valmiuksia itsenäiseen elämään. Työntekijä voi auttaa nuorta erittelemään omia vahvuuksiaan ja niitä puolia, joissa tarvitsee aikuisen tukea tai muuten vahvistumista. Työntekijä voi samalla konkretisoida, mistä asioista ja miksi hän on huolissaan. Roolikartan käytön voi yhdistää erilaisiin työskentelymenetelmiin, kuten esimerkiksi ratkaisukeskeiseen ajatteluun. Positiivisen palautteen antaminen ja vahvuuksien esille nostaminen voimavaraistavat nuorta ja

vievät työskentelyä myönteiseen suuntaan. (Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä 2008.)



Kuva 2. Itsenäistyvän nuoren rooli kartta (Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä 2008)

4 PROJEKTIN TOTEUTUS

4.1 Projektin kohderyhmät ja hyödynsaajat

Projektin kohderyhmänä olivat Kuopion Yhteiskoulun 8. C-luokan oppilaat. Oppilaat olivat 14–15 –vuotiaita ja heitä oli 19. Tutkimuslupa (Liite 3.) saatiin vs. rehtorilta 5.11.2009. ”Stairway to Heaven” toiminnallinen seksuaalikasvatustapahtuma (Liite 4.) toteutettiin Kuopion Yhteiskoululla kolmena eri oppituntina 2.12., 9.12. ja 10.12.2009. Luokka valikoitui koululta kohteeksi, koska 8. C-luokan oppilailta oli jäänyt seksuaalikasvatusoppitunti väliin 7. luokalla. Projekti oli osa koulun terveystiedon opetusta.

Seksuaalikasvatustapahtumasta hyötyivät oppilaat, opettajat, vanhemmat ja toteuttajat. Terveystiedon opettajina olimme paljon vuorovaikutuksesta ja toimimisesta nuorten kanssa. Kouluterveydenhoitajien ohella koti ja nuorten lähiympäristö ovat merkittäviä seksuaalikasvatuksen antajia ulkomaisten tutkimusten (Turnbull, van Wersch & van Schaik 2008) mukaan, joten projekti hyödytti siten myös huoltajia, isiä ja äitejä.

4.2 Projektin tavoitteet

Projekti suunniteltiin ja toteutettiin toiminnallisena seksuaalikasvatustapahtumana (Liite 4.) Kuopion Yhteiskoulussa. Projektin tarkoituksena oli suunnitella ja toteuttaa nuorille seksuaalikasvatustapahtuma. Haluttiin löytää myös uusia ideoita seksuaalikasvatukseen yläkoulussa. Seksuaalikasvatustapahtuman tavoitteena oli lisätä nuorten tietoutta murrosiästä, tunteista ja seurustelusta, raskaudenehkäisystä ja seksitaudeista.

Seksuaalikasvatustapahtuman oppituntien suunnitelman pohjana käytettiin oppimisprosessin vaiheita. Ensimmäisen oppituntin tavoitteena oli lisätä nuorten tietoutta ja vastuullisuutta aikuisuuteen kasvamisessa Itsenäistyvän nuoren roolikartan

avulla. Toisen oppitunnin tavoitteena oli lisätä nuorten tietoutta seurustelusta ja tunteista Väestöliiton Seurustelutestin (Liite 4, Kuva 3) avulla. Seurustelutestin vastaukset ja tulokset käsiteltiin Power Point -esityksenä (Liite 4., Power Point -esitys 1). Seurustelutestin kysymykset ja vastaukset antoivat nuorille pohdittavaa seurustelun periaatteista. Kolmas oppitunti sisälsi tietoutta raskauden ehkäisystä, seksitaudeista ja kondomin käytöstä. Oppilaat suorittivat tunnilla Punaisen Ristin kondomiajokortin (Punainen Risti 2008), jossa he harjoittelivat kondomin käyttöä. Raskauden ehkäisyyn (Väestöliitto 2009a) ja seksitauteihin (Väestöliitto 2009b) tutustuttiin Väestöliiton Internet-sivustojen avulla. Nuorille jaettiin kondomit ja Schering-Ploug Oy:n (2009) Ehkäisyopas Tietoa raskauden ehkäisymenetelmistä.

4.3 Seksuaalikasvatustapahtuman työstäminen

Opinnäytteen työstämiselle luotiin aikataulu, jonka mukaan työssä edettiin vuosina 2009–2010: Vuonna 2009 viikolla 6 työstettiin ideapaperin, jossa opinnäytetyön aihe kuvattiin ja palautettiin yliopettajalle. Viikolla 12 pidettiin ohjaavan opettajan kanssa yhteistyöpalaverin, jossa mietittiin suunnitelman sisältöä. Alettiin työstää työsuunnitelmaa ja haettiin lisälähteitä. Viikolla 16 valmistui työsuunnitelman välivaihe ja viikolla 43 saatiin suullinen tutkimuslupa Kuopion Yhteiskoululta.

Viikoilla 18–19/2009 ja 40–41/2009 osallistuttiin toiminnallisen opinnäytetyön menetelmätyöpajoihin, joissa suunniteltiin oppituntien toteutusta. Tämä jälkeen koottiin teoria kokonaisuudeksi ja työsuunnitelma valmistui.

Suunnitelmaseminaari pidettiin 5.10.2009 Savonia Ammattikorkeakoulussa ja kirjallinen tutkimuslupa Kuopion Yhteiskoululta saatiin 5.11.2009. Toteutettiin seksuaalikasvatustapahtuman oppitunnit Kuopion Yhteiskoululla 2.12.2009, 9.12.2009 ja 10.12.2009, jonka jälkeen työstettiin raportti ja viimeisteltiin opinnäytetyö. Helmikuussa 2010 oli opinnäytetyön esitys ja julkaisu.

Projektin mahdollisuudet, vahvuudet, heikkoudet ja uhat kartoitettiin ennen työhön ryhtymistä. Projektin mahdollisuuksia olivat oman ammattitaidon kehittäminen seksuaalisuudessa. Projektin vahvuuksia olivat toteuttajien ammattitaito ja aiempi

työkokemus. Projektin heikkous oli toteuttajien yhteisen ajan löytäminen ja yhteistyön sujuminen. Projektin uhka oli nuorten vähäinen kiinnostus aiheeseen ja heidän kypsymättömyys kohdata seksuaalisuutta.

Tutkimuslupa haettiin syksyllä 2009 työsuunnitelman valmistuttua. Tämän jälkeen otimme yhteyttä mahdollisen yhteistyön tekemiseksi seuraaviin yrityksiin: Väestöliitto, Punainen Risti ja Schering-Plough Oy. Projektin aikana kaikki suunnitelmat, kirjeenvaihto ja muut dokumentit kerättiin kansioon, josta voidaan todentaa työprosessi myös jälkikäteen. Projektista pidettiin päiväkirjaa, jota voidaan hyödyntää loppuraportissa. Kuopion Yhteiskoulun opettajat auttoivat käytännönjärjestelyissä. Käytimme Kuopion Yhteiskoulun laitteita opetuksessa. Opetusmateriaalia saimme käyttöömmme Väestöliitolta, Punaiselta Ristiltä ja Schering-Plough Oy:ltä. Projektin muut kulut kustannettiin itse.

Seksuaalikasvatustapahtuma suunniteltiin itsenäisesti. Teoriaosuus tehtiin yhteistyössä jakaen vastuuta tasaisesti jokaiselle. Seksuaalikasvatustapahtuman valmistelussa hyödynnettiin tutkimusten tuloksia. Jokainen projektin toteuttaja suunnitteli ja toteutti yhden oppitunnin seksuaalikasvatustapahtumasta ja toimi sen oppitunnin vastuuhenkilönä.

Seksuaalikasvatustapahtuma sisälsi kolme oppituntia, jotka olivat kestoaltaan 45 minuuttia. Oppitunneilla käsiteltiin seksuaalikasvatuksen peruskysymyksiä; murrosikää, tunteisiin liittyviä asioita ja seurustelua sekä raskaudenehkäisyä ja seksitauteja. Oppituntien teoria pohjautuu tutkimuksiin nuorten seksuaalikäyttäytymisestä ja nuorten omista toiveista ja ehdotuksista koulun seksuaaliopetukseen. Ensimmäisen oppitunnin aihe perustui tutkimuksissa esille tulleisiin nuorten toiveisiin puhua vastuullisuudesta ja toisen huomioon ottamisesta. Toisen oppitunnin aihe, seurustelu ja tunteet, oli varsinkin tyttöjen toivoma aihe seksuaalikasvatuksessa kahdeksannella luokalla. Kolmannen oppitunnin aihe perustui tutkimuksissa todettuun nuorten seksuaalisen riskikäyttäytymisen lisääntymiseen. Kondomin käyttöä opetettiin, koska klamydiatartunnat ja teiniraskaudet ovat nuorilla lisääntyneet.

Oppitunnit suunniteltiin ja valmisteltiin hyödyntämällä Peltosen (2000) oppimisprosessin vaiheita. Erityisesti motivoitumisella ja lämmittelyllä haluttiin

oppilaat saada kiinnostumaan aiheesta. Orientoitumisella perehdytettiin nuoret oppitunnin teoriaan ja pyrittiin herättämään mielenkiinto opittavaan aiheeseen. Oppitunneista pyrittiin tekemään vaihtelevia ja opetus tapahtui osittain pienryhmissä, jotta yhteistoiminta paranisi. Oppitunneilla käytettiin toiminnallisia menetelmiä, jotta oppilaille jäisi kehoon muistijälki ja tunteista saatiin vuorovaikutuksellisia.

Tavoitteena oli luoda oppitunnit toiminnallisesta seksuaalikasvatustapahtumasta 8.-luokkalaisille, joka on kaikkien kouluterveydenhoitajien käytössä tulevaisuudessa. Toiminnallista seksuaalikasvatustapahtumaa arvioimme kysymällä oppilailta palautetta palautelomakkeella (Liite 5.) ja havainnoimalla heitä oppitunnin aikana. Lisäksi pyysimme suullista ja kirjallista palautetta Kuopion Yhteiskoulun opettajilta.

4.4 Seksuaalikasvatustapahtuman toteuttaminen

Seksuaaliterveystapahtuma toteutettiin Kuopion Yhteiskoululla yläkoulun 8.-luokkalaisille kolmena eri päivänä 45 minuutin pituisina oppitunteina. Ensimmäinen kerta oli 2.12.2009, toinen kerta oli 9.12.2009 ja kolmas kerta oli 10.12.2009. Projektia ennen olimme suunnitelleet oppituntimme huolella aikatauluineen ja sisältöineen. Seuraavaksi arvioimme seksuaalikasvatustapahtuman toteutumista ja onnistumista. Teimme arvioinnit jokaisesta oppitunnista erikseen. Projektin arviointimme perustuvat oppilaiden kirjallisiin palautteisiin, opettajien suulliseen palautteeseen ja omiin kokemuksiimme ja havaintoihimme tapahtuman onnistumisesta.

Seuraavassa esitellään seksuaalikasvatustapahtuman kolmen oppituntien kulku ja palautteet oppitunneista. Oppilaiden palautteet esitetään niiden alkuperäisissä muodoissa, mitä palautelomakkeille oli kirjoitettu.

4.4.1 Oppitunti 1: ”Murkku”

”Murkku”- oppitunnin teoria pohjautui **Itsenäistyvän nuoren roolikarttaan** (Kuva 2.). Itsenäistyvän nuoren roolikartta jakautuu viideksi rooliksi. Viisi keskeistä roolia ovat elämästä oppija, suhteiden hoitaja, itsensä arvostaja, arkipäivän pyörittäjä ja rajojen asettaja.

Ryhmäkeskusteluun valittiin kolme roolia: elämästä oppija, itsensä arvostaja ja rajojen asettaja. **Elämästä oppija** jakautuu seuraaviin aiheisiin: arvomaailman muodostaja, oikean ja väärän tunnustaja, tulevaisuuteen suuntautuja, pettymysten sietäjä, pitkäjänteisyyden kehittäjä ja päätösten tekijä. **Itsensä arvostaja** jakautuu seuraaviin aiheisiin: tunteiden tunnustaja ja hyväksyjä, hellyyden vastaanottaja ja antaja, itsensä kanssa viihtyjä, ulkonäkönsä hyväksyjä, lohduttautuja, itseensä luottaja, oman seksuaalisuutensa hyväksyjä ja juuriensa tietäjä. **Rajojen asettaja** jakautuu seuraaviin aiheisiin: heikkouksien tunnustaja, itsensä suojelija, oman itsensä kunnioittaja, kokemuksista oppija, sääntöjen ja sopimusten noudattaja ja omien rajojen tunnustaja.

Oppilaat (19 oppilasta) keskustelivat kolmessa ryhmässä yhdestä roolista ja sen osaluista kerrallaan ja kirjasivat rooliin ja sen osa-alueisiin liittyviä ajatuksiaan paperille. Seuraavaksi on esitetty lainauksia oppilaiden tuotoksista oppitunnilta. Elämästä oppijan rooliin oppilaat kirjasivat seuraavia ilmauksia:

Arvomaailman muodostaja: *”Isänmaallisuus”, ”Itsensä arvostaminen”, ”Arvostaa sotaveteraaneja”*

Oikean ja väärän tunnustaja: *”Noudattaa ohjeita ja sääntöjä”, ”Ei tee tuhmuuksia”, ”Ei passaa semmonen...”, ”Huume ja alkoholi ei passaa”*

Pettymysten sietäjä: *”Jos kokeet menee huonosti”, ”Ihmisuhteet”, ”Häviäminen”, ”Jos valitetaan”, ”Jos tulee huono tokari”*

Päätösten tekijä: *”Tuntee oikean ja väärän”, ”Päätää harkiten”, ”Osaa päättää omista asioistaan”*

Tulevaisuuteen suuntautuja: *”Koulumenestys”, ”Olla spuge”, ”Saa hyvän työn opiskelun kautta”, ”On siika”*

Pitkäjänteisyyden kehittäjä: *”Koulussa käynti”, ”Kirjan lukeminen”, ”Soittimen soiton opiskelu”*

Itsensä arvostajan rooliin oppilaat kirjasivat mielipiteinään seuraavia asioita:

Tunteiden tunnistaaja ja hyväksyjä: *"Jos on paha mieli niin tietää sen", "Välillä on paha olla", "Välillä on hyviä ja pahoja aikoja"*

Hellyyden vastaanottaja ja antaja: *"Äitiä ja isää voi halia", "Kissaa voi silittää", "Itseään voi silittää"*

Itsensä kanssa viihtyjä: *"Tietokoneella panolle", "TV"*

Lohduttautuja: *"Jos tulee pipi niin voi lohduttaa.", "Jos kaverilla on paha mieli.", "Kissaa voi silittää.", "Jos kultakalalla on pahamieli, niin sitä voi lohduttaa."*

Oman seksuaalisuuden hyväksyjä: *"Voi runkata, jos haluaa."*

Juuriensa tietäjä: *"Tietää mistä on tullut.", "Sukuun kuuluu unkarilaisia aatelisia."*

Itseensä luottaja: *"Onnistuu jossain.", "Urheilee", "Uskaltaa kokeilla uusia asioita."*

Ulkonäkönsä hyväksyjä: *"Jos finni naamassa, ei tule surulliseksi.", "Aina ei tarvitse meikata kahta tuntia."*

Rajojen asettajan rooliin oppilailta tuli seuraavanlaisia ilmauksia:

Oman itsensä kunnioittaja *"Tykkää itsestään", "Mielipiteen sanoja", "Jos joku uhkailee, uhkailee takaisin.", "Ei välitä muiden mielipiteistä.", "Osaa sanoa oman mielipiteen."*

Kokemuksista oppija *"Oppii virheistään.", "Jos saa kerran turpaan, ei saa toista.", "Toisten esimerkit.", "Kotona oppii."*

Heikkouksien tunnistaaja/kehittäjä *"Oppimisvaikeuksia", "Huomaa erilaisuuden."*

Itsensä suojelija *"Lyö takas, jos lyyään – itsensä puolustaminen.", "On salaisuuksia.", "Ei tee tyhmyyksiä.", "Ei välttämättä mene mukaan nyrkkitappeluihin.", "Oman terveydenhoito."*

Sääntöjen ja sopimusten noudattaja *"Roskien vienti", "Siivoaminen", "Astianpesukoneen täyttö/ tyhjentäminen", "Läksyjen tekeminen", "Kokeisiin lukeminen", "Tapaamisajat", "Kotiintuloajat"*

Omien rajojen tunnistaaja *"Älä mene tuntemattomien kyytiin.", "Pitää muistella sotaveteraaneja.", "Ei pääse baariin.", "Ei saa täyttää lottoa.", "Huomaa missä raja kulkee", "Koulussa on rajat, joita voi ylittää.", "Kotiintuloajat"*

Oppilailta tuli viisaita ajatuksia roolien aiheista, vaikka roolien aiheita oli paljon ajankäyttöön nähden. Oppilailla ei ollut riittävästi aikaa paneutua aiheisiin. Käsitteet

olivat heille uusia ja ehkä vieraitakin. Roolien keskeisistä osa-alueista valittiin kolme, ja niiden aiheet käsiteltiin kaikki. Olisi ollut parempi valita, jokaisesta roolista 2-3 keskeistä aihetta, jotta nuorilla olisi ollut paremmin aikaa syventyä tehtävään.

Seuraavaksi on esitetty lainauksia oppilaiden palautteista ”Murkku”- oppitunnista. Palautteet kerättiin ryhmittäin kolmelta eri ryhmältä ja oppilaat ilmaisivat mielipiteitään seuraavin sanoin:

Mitä odotit oppitunnilta? ”Videoita”, ”Seksiä.”, ”Porno.”

Mitä opit? ”Ei mitään”, ”Tosi paljon kaikkea itsetunnosta.”

Mitä olisit toivonut lisää? ”Videoita”, ”En tiiä”

Opettajat olivat etukäteen kertoneet oppilaille seksuaalikasvatustapahtumasta. Opettajien palautteiden mukaan oppilaat odottivat, jännittivät ja heillä oli ehkä pelkojakin tulevista tunteista. Opettaja ei osallistunut ensimmäiselle oppitunnille.

Oppilaat olivat jo luokkaan tullessaan hyvin rauhattomia ja häliseviä. Rauhattomuus jatkui koko oppitunnin ajan. Asian ratkaisemiseen emme olleet varautuneet. Asiaa vaikeutti myös se, ettei oppitunnin vetäjillä ollut etukäteistietoa oppilaista. Ryhmissä olleita levottomia oppilaita ei voitu jakaa eri ryhmiin, koska ei tunnettu oppilaita entuudestaan. Oppilaille Itsenäistyvän nuoren roolikarttaan liittyvä käsitteistö oli vierasta ja keskittyminen herpaantui luokassa ehkä senkin vuoksi.

Luokka oli tunkkainen ja ahdas toiminnallista tapahtumaa varten. Ryhmissä työskentelyä vaikeutti luokkatilan ahtaus, koska ryhmät eivät voineet keskustella rauhassa ja luottamuksellisesti. Me ohjaajina koimme, että seuraavalla oppitunnilla on keskityttävä luokan oppilaiden mukaan saamiseen ja ohjaamiseen.

4.4.2 Oppitunti 2: ”Tunteet”

”Tunteet” – oppitunnin teoria pohjautui nuorten tunne- ja seurusteluasioihin. Tunneilla esiteltiin **Seksuaalisuuden portaat** ja oppilaat tekivät **Väestöliiton Seurustelutestin**.

Jokainen oppilas teki seurustelutestin itsenäisesti omalle lomakkeelleen. Oppitunti sujui suunnitelman pohjalta hyvin. Emme joutuneet muuttamaan pääkohtia alkuperäissuunnitelmasta. Motivoinnin ja orientoinnin jälkeen esittelimme lyhyesti Seksuaalisuuden portaat, josta tarkemmin esiteltiin Rakastelu-porras. Nuoret tarvitsevat murrosiässä tietoa seksuaalisesta kanssakäymisestä toisten kanssa, vaikka heidän kehityksensä ei olisikaan niin pitkällä. Seksuaalisuuden kehittyminen on yksilöllistä, ja se etenee jokaisella omalla vauhdillaan (Aho ym. 2008, 18–19). Nuoret tarvitsevat myös tietoa tunteista ja seurustelusta, ja sen vuoksi otimme Väestöliiton seurustelutestin ohjelmaan. Seurustelutesti kiinnosti nuoria, ja jokainen oppilas keskittyi tekemään testiä ja täytti itsenäisesti lomakkeen nimettömänä. Lopuksi kävimme yhdessä tulokset läpi. Heijastimme vastaukset PowerPoint-esityksenä taululle ja selitimme, mitä vastaukset tarkoittivat. Lähes kaikilla testi sujui hyvin tuloksin.

Seuraavaksi on esitetty lainauksia oppilaiden yksilöllisistä palautteista:

Mitä odotit oppitunnilta? *”Kivaa tuntia”, ”Asiallista asiaa”, ”Näpäkkää tietoa ym.”, ”Oltas keretty tekee enemmän”, ”Saarnaa seksistä ja kaikkea paha, mutta hyvä tunti oli”, ”Paljon informaatiota”, ”En tiennyt mitä odottaa”, ”Kaikkea kivaa”, ”Kerrotaan perusasioista”, ”Tietoa”, ”Viteoo”, ”Jotain tämän kaltaista”, ”Ihan kivaa”, ”Kaikkea kivaa”, ”En mitään”, ”Vaikka mitä”*

Mitä opit? *”En mitään uutta”, ”Kaikkea tärkeitä asiaa seurustelusta”, ”Sitä sun tätä ym.”, ”En mitään”, ”Kaikkea”, ”Seurustelusuhteen asioita”, ”Seurusteluasioita, tunteita”, ”Seurustelusta”, ”Olen huipputyyppi testin mukaan”, ”Seurustelujuttuja kait vähän”, ”Joskus voi kuunnella”, ”Millainen on hyvä seurusteluhde”, ”En paljoo”, ”En mitään uutta”, ”En mitään”, ”Vaikka mitä”*

Mitä olisit toivonut lisää? *”Jotain pelejä”, ”Enpä mittää”, ”Lisää tietoa ym.”, ”En mitään”, ”Materiaalia”, ”En tiiä”, ”Kaikki oli hyvää asiaa”, ”En mitään”, ”Tietoa”, ”Vaikka mitä”*

Oppilaat olivat kiinnostuneita tunteisiin liittyvistä asioista, ja oppilailta tullut palaute oli asiallista. Lopuksi oppilaat saivat positiivista palautetta suullisesti hyvästä mukanaolosta ja osallistumisesta. Oppituntien odotuksiin nähden pääsimme

tavoitteisiimme, videota ei ollut näytettävänä eikä tunnin aikana ollut mahdollista tehdä enemmän, sillä tämä tunti oli hyvin tarkoin käytetty. Oppilaiden opetuksessa oli ilahduttavaa, että nuoria kiinnostivat aidosti tunteisiin ja seurusteluun liittyvät asiat ja niihin suhtauduttiin riittävällä vakavuudella. Oppilaiden suorittamat testit ja palaute osoittivat sen. Lisätoiveet materiaalista olivat asianmukaisia, mutta resurssit eivät riittäneet enempään.

4.4.3 Oppitunti 3: ”Ajokortti”

”Ajokortti”- oppitunnin aikana oppilaat suorittivat Kondomiajokortin Punaisen Ristin ohjeen mukaan sekä teoriaosuuden että käytännön harjoittelun. Aluksi kerrottiin oppilaille seksitaudeista ja niiden ehkäisystä käyttäen Väestöliiton Internet-sivustoja oppitunnin havainnollistamiseen. Korostettiin klamydian, hiv- ja HPV-infektion ehkäisyä.

Punaisen Ristin Kondomiajokortin suoritus sisältää seuraavat osiot: ”Mopokortti”, jossa teoriatieto testataan kysymyslomakkeella. ”Parisuhteen peruskortti”, jossa teoriatieto on testattu ja kondomin käyttöä ja laittoa banaanille on harjoiteltu. ”Kyntäjäkortti”, jossa teoriatieto on testattu ja kondomin käyttöä ja laittoa banaanille on harjoiteltu ja lisäksi kondomin laittoa näkemättä ns. pimeässä on harjoiteltu.

Ensin oppilaat suorittivat teoriaosuuden vastaamalla itsenäisesti Kondomiajokortin kysymyslomakkeelle. Mallivastaukset käytiin yhdessä läpi. Teoriaosuuden jälkeen puolet luokasta harjoitteli kondomin käyttöä ja laittoa banaanille kahden terveydenhoitajaopiskelijan ohjauksessa ja valvonnassa. Osa oppilaista harjoitteli kondomin laittoa ns. pimeässä eli näkemättä. Jokainen oppilas sai mukaansa Punaisen Ristin lahjoittaman kondomin. Terveystoimijat antoivat yksilöllistä palautetta jokaiselle oppilaalle kondomiajokortin käytännön harjoittelun jälkeen.

Oppilaat olivat innokkaasti mukana oppitunnilla ja heitä selvästi kiinnosti aihe, lisäksi he olivat tyytyväisiä saadessaan käytännön harjoitusta asiasta. Nuoret kuuntelivat innostuneesti asiaa raskauden ehkäisymenetelmistä ja ehkäisyn vastuullisuudesta.

Seuraavaksi on esitetty lainauksia oppilaiden yksilöllisistä palautteista ”Ajokortti”-oppitunnista niiden alkuperäisissä muodoissa:

Mitä odotit oppitunnilta? *”Vaikka mitä asiallista tietoa”, ”En tiedä”, ”Limaisia kondomeja”, ”No, sitä mitä tehtiinkin.”, ”Kondomiajelua”, ”Kondomikorttia”, ”Paljon tietoa”, ”Tietoa ja pikkujouluja”, ”En mitään”, ”Jännää.”, ”Valistusta seksiasioista”, ”Kaikkea”, ”Kivaa”, ”Kondomista tietoa”*

Mitä opit? *”Kondomin laiton”, ”Miten laitetaan kondomi”, ”Kortsun käyttö”, ”Mitä kondomille voi tehdä”, ”Ehkäisystä ja kondomeista”, ”Kondomin tarkan käytön”, ”En mitään”, ”Jännää”, ”Kondomiajokortin suorittamisen”*

Mitä olisit toivonut lisää? *”Ei mitään”, ”En tiedä”, ”En mitään”, ”Pipareita”, ”Jännää.”. ”Mehua”*

Oppilaat antoivat positiivista palautetta oppitunnista. He olivat erittäin kiinnostuneita aiheesta ja osallistuivat aktiivisesti ja innokkaasti opiskeltavaan asiaan sekä teoriaan että käytännön harjoitteluun. Luokassa oli hyvä ja avoin työskentelyilmapiiri, vaikka aihe herätti yleistä hälinää, etenkin käytännön harjoitteluvaiheessa. Tuntia seurannut biologian opettaja antoi suullista palautetta oppitunnista. Hänen mielestään aihe oli keskeinen ja tärkeä 8.-luokkalaisille. Tunti oli hänen mielestään mielenkiintoinen ja toiminnallinen toteutustapa oli erittäin sopiva.

5 POHDINTA

Projektimme tarkoitus oli seksuaalikasvatustapahtuman suunnitteleminen ja toteuttaminen 8.-luokkalaisille. Siinä tärkeä tavoite oli antaa nuorten kokemusmaailmaan liittyvää tietoa. Nuorten kokemusmaailma on tullut meille tutuksi omien lasten ja nuorten sekä lähipiirissä olevien nuorten kautta.

Kouluterveystutkimuksissa on todettu, että nuorten kokemusmaailmasta lähtevä tieto auttaa yhteyden luomisessa nuoriin ja nuoret oppivat parhaiten toiminnallisessa ympäristössä.

Projektin muina tavoitteina oli edistää nuorten seksuaaliterveyttä uusin keinoin. Oppituntien tavoitteena oli lisätä nuorten vastuullisuutta aikuisuuteen kasvamisessa, lisätä nuorten tietoutta tunteista ja seurustelusta, ja antaa tietoutta raskaudenehkäisystä ja seksitaudeista sekä kondomin käytöstä.

Nuorten oma toive on saada seksuaaliopetusta koko yläkoulun ajan. Nuoret tarvitsevat kehitystason mukaista tietoa seksuaalisuudesta, ja selkeää ja perusteellista sekä luokkatasoisin sisältöjä syventävää opetusta. Seksuaalikasvatuskohteena 8.-luokkalaiset nuoret ovat otollisin ryhmä ohjata ja neuvoa, sillä murrosiän kehitys on hyvässä vaiheessa. (vrt. Laakso 2008, 3.) Projektimme viitekehys tukeutui nuorten seksuaalitietoutta ja tiedonsaantia käsitteleviin tutkimuksiin. Lisäksi tarkastelimme nuorten omia toiveita seksuaalikasvatuksesta, jotka olivat murrosikä, tunteet ja seurustelu. Tutkimusten mukaan teiniraskaudet ja seksitaudit ovat nuorten keskuudessa lisääntyneet. Näiden perusteella valitsimme oppituntimme aiheet.

Turvallisen ilmapiirin luominen ryhmämuotoisessa seksuaaliopetuksessa on erittäin tärkeää. Seksuaalisuus koetaan araksi aiheeksi ja siitä keskusteleminen ryhmän kanssa vaatii luottamuksellista ja turvallista ilmapiiriä. Ryhmän haltuunotto edellyttää myös auktoriteettia. Rentous ja asioista puhuminen niiden oikeilla nimillä edistävät turvallista ilmapiiriä ja sitä kautta oppimista. Huumoria voidaan käyttää apukeinona, jännityksen laukaisijana ja ilmapiirin keventäjänä, mutta kuitenkin kohtuudella. (vrt. Kolari 2007, 62.)

Ensimmäisellä tunnilla Itsenäistyvän nuoren roolikartan käsittely oli liian kaukana nuorten kokemusmaailmasta ja heidän odotuksistaan oppitunteja kohtaan. Oppilaille oli etukäteen kerrottu seksuaalikasvatustapahtumasta ja heillä oli valtava jännitys ja lataus tunteja kohtaan. Ensimmäisellä oppitunnilla olisi pitänyt käyttää enemmän aikaa molemminpuoliseen tutustumiseen ja turvallisen ilmapiirin luomiseen. Näin olisimme jo ensimmäiselle tunnille saaneet rennomman ilmapiirin ja sitä kautta olisi löytynyt

parempi työote ja auktoriteetti. Opettajan läsnäolo ensimmäisellä tunnilla olisi saattanut olla tarpeen.

Kouluterveydenhoitajan työ edellyttää monipuolista osaamista ja nuorten aitoa kohtaamista. Seksuaalikasvatus koetaan tärkeäksi kouluterveydenhoitajan työn osa-alueeksi, mutta ei kovinkaan helpoksi. Nuorten mielestä terveydenhoitajan estyneisyys voi haitata seksuaalikasvatuksen toteuttamista. Kouluterveydenhoitajille pitäisi tarjota enemmän laadukasta ja monipuolista täydennyskoulutusta erityisesti nuorten seksuaalikasvatuksesta (vrt. Kolari 2007, 65.) Toivomme, että työmme toimii esimerkkinä kouluterveydenhoitajille seksuaalikasvatustapahtuman suunnittelussa ja toteutuksessa nuorille.

Koimme seksuaalikasvatustapahtuman toteuttamisen kasvattavana ja omaa ammattitaitoamme tukevana tapahtumana. Projektin läpikäyneenä meidän on helpompi puhua nuorten kanssa seksuaalisuuteen liittyvistä asioista niin seksuaalineuvonnassa kouluterveydenhoitajan vastaanotolla kuin seksuaaliohjauksessa ryhmien kanssa. Useimmiten aikuisenakin vaikein asia seksuaalisuudessa on puhuminen. Puhumisen harjoittelu turvallisella aikuisen kanssa jo nuorena antaa taitoja myös aikuisuuden parisuhteisiin ja seksuaalielämään (vrt. Brusila ym. 2009, 129).

Seksuaalikasvatus on aihealueena monitahoinen. Seksuaalikasvatusoppituntien suunnittelussa ja toteuttamisessa tarvitaan moniammatillista ja -tieteellistä yhteistyötä (vrt. Kolari 2007, 66). Yläkoulun seksuaaliopetuksen suunnitteluun voisivat osallistua kouluterveydenhoitajan ja -lääkärin lisäksi ainakin luokanvalvojat, terveystiedon- ja biologianopettajat. Seksuaaliopetuksessa tulisi huomioida myös erityisoppilaat. Nyt 2000-luvun lopulla pakolliseksi tullut terveystieto toivottavasti takaa korkeatasoista seksuaaliterveystietoa järjen, tunteiden ja biologian tasolla jokaiselle nuorelle tasapuolisesti. Toteuttamisen mahdollistava järjestelmä on olemassa. Nähtäväksi jää, kuinka koulu ottaa sen vastuunsa. (vrt. Cacciatore 2006, 217.)

Suomalaisten nuorten seksuaaliterveys oli 1990-luvun alkupuolelle yleismaailmallisessa mittakaavassa huippuluokkaa. Sen on kuitenkin osoitettu huonontuneen vuodesta 1994 lähtien. Siihen on monia syitä. Taloudellinen lama oli alkusysäys moneen muutokseen.

1990-luvulla erityisesti kouluterveydenhuoltoa supistettiin ja siirryttiin samanaikaisesti väestövastuutoimintaan. Ehkäisyneuvoloita lopetettiin ja perhekasvatus koulun oppiaineena poistettiin 1994. Nuorten kasvuympäristö on muuttunut ja kasvattaminen vaikeutunut. Perinteinen suomalainen yhtenäiskulttuuri on murtunut. Oikean tiedon on oltava selkeää ja sen on pystyttävä kilpailemaan häikäilemättömän materiaalin kanssa. Toivottavasti terveystieto-oppiaineen myötä nuorten seksuaalitetämys lisääntyy tulevaisuudessa. (vrt. Cacciatore 2006, 217–219.)

Toisella oppitunnilla Väestöliiton Seurustelutestin avulla nuorten itsetuntemus lisääntyi. Nuoret pääsivät pohtimaan itsenäisesti millaisia ystäviä he ovat, mitä tunteita liittyy ystävyyteen ja miten nuori selviytyy erilaisista tunteista seurustelu- ja erotilanteissa.

Kolmannen oppitunnin aiheet raskauden- ja seksitautien ehkäisystä sekä kondomiajokortin suoritus lisäsivät nuorten tietoutta myös seksin riskeistä ja toivottavasti osaltaan vähensi näiden nuorten riskikäyttäytymistä. Tällä tunnilla jaettiin nuorille Väestöliiton ja Schering-Plough Oy:n lahjoittama materiaali; Ehkäisyopas ja kondomi. Lisäksi oppilaille esiteltiin Väestöliiton nuorten sivut, josta nuoret saavat tietoa seksuaalisuudesta.

Opinnäytetyömme luotettavuus ja onnistuminen tulee esille oppituntien toistettavuutena ja siirrettävyytenä myös muihin seksuaalikasvatustapahtumiin (vrt. Heikkilä ym. 2008, 130). Aiheen valinta ja kohderyhmä sopivat hyvin yhteen ja projekti oli hyvin suunniteltu. Aihe on ajankohtainen ja terveydenhuoltoalan eräs vaikeimmista opetettavista alueista. Tämä projektityö antaa terveydenhoitajille keinoja seksuaalikasvatuksen toteuttamiseen nuorille. Kouluterveydenhoitaja voi suunnitella opetuksen tason ja teemat tilannetta ja tarpeita vastaaviksi (vrt. Kosunen 2002, 133).

Saadun palautteen mukaan onnistuimme projektissamme. Ohjaajamme on auttanut prosessoimaan opinnäytetyötä ja motivoinut jatkamaan oikeilla linjoilla. Olemme arvioineet työtämme itsenäisesti sekä ryhmänä. Olemme myös pystyneet projektin aikana parantamaan suoritustamme ja tarkastelemaan uudelleen esimerkiksi oppituntien toimivuutta. Luotettavuutta projektiimme tuo myös viimeisimmän ja uusimman tutkimustiedon hyväksikäyttö koko projektimme ajan ja lisäksi pystyimme yhdistelemään tietoa eri lähteistä uudeksi kokonaisuudeksi. Luotettavuutta voi arvioida

myös kohderyhmältä sekä opettajilta saadulla palautteella eli olemme saaneet ulkoista arviointia tähän työhön (vrt. Heikkilä ym. 2008, 107, 131).

Raportointi on projekteissa tärkeää, sillä tutkimukseen liittyvät tulokset on tarkoitettu hyödynnettäviksi. Eettisesti kestävä tutkimus- ja kehittämistoiminta on rehellistä, asiallista, perusteltua ja huolellista. Esille on tuotava tulosten tulkintaan ja eettiseen kestävyteen vaikuttavat asiat. Perusteellinen lähdekritiikki edistää myös eettistä turvallisuutta (vrt. Heikkilä ym. 2008, 44–45).

Lähteinä olimme käyttäneet pääasiassa 2000-luvulla tehtyjä tutkimuksia ja kirjallisuutta. Pyrimme etsimään käsiimme nuorten seksuaalisuudesta tutkitun aineiston ja rajaamaan sen sitten tutustumisen jälkeen. Aiheen rajaaminen on myös tärkeää, että projekti pysyy napakkana. Projektin kirjoittamisen ja tuottamisen aikana kiinnitimme huomiomme myös lähdeviittauksiin ja toimimme niissä eettisten pelisääntöjen mukaisesti. (vrt. Vilka & Airaksinen 2004, 78.)

Terveystieteiden ensisijainen päämäärä on asiakkaiden tyytyväisyys ja siihen myös tällä projektilla pyrimme. Nuorten tyytyväisyys opetukseen jäi päällimmäisenä mieliimme. Nuoret saivat vastata tehtäviin ja palautteisiin nimettöminä, joten heidän tietoturvasa ei vaarantunut. Kerroimme nuorille, että olemme vaitiolovelvollisia tunneilla esiin tulleissa asioissa. Ammatinharjoittajina meille kuuluu vastuullisuus asiakassuhteissa. Se herättää luotettavuutta ja on eettisesti kestävä.

Projektin tavoitteena on, että tulokset otetaan projektin päättymisen jälkeen käyttöön ja ne juurtuvat osaksi pysyviä työkäytäntöjä. Toiminnan kehittäminen tulisi jatkaa projektin jälkeen. Hyvin toteutettu projekti uudistaa osaamista, tehostaa toimintakäytäntöjä, edistää työssä jaksamista ja tuo uutta intoa työhön (vrt. Heikkilä ym. 2008, 135). Oppitunnit on arvioitu saadun palautteen perusteella. Seksuaalikasvatustapahtumat ovat kouluille tervetulleita tapahtumia normaalin koulutyön ohella. Tunnit, jotka pidimme, vastaavat 8.-luokkalaisille tarkoitettuja yläkoulun terveystiedon tunteja pääteemoiltaan. Luokka sai etuoikeutetusti opetusta muihin rinnakkaisluokkiin verrattuna. Mieleemme jäivät viimeiset tunnit ja hyvä palaute oppilailta ja opettajilta. Olimme erittäin toivottuja ja odotettuja vieraita koululla.

Seksuaalikasvatus tähtää siihen, että nuori ottaa vähitellen vastuun itsestään ja omasta seksuaaliterveydestään. Laajempina tavoitteena on nuorten riskikäyttäytymisen vähentäminen. Tulevaisuuden haasteita koulun seksuaalikasvatuksessa on huomioida yhteiskunnan monikulttuurisuus, maahanmuuttajanuorten erilaiset lähtökohdat ja maailman globalisoituminen.

Jatkotutkimuksissa voidaan kehittää Itsenäistyvän nuoren roolikartan ja Seksuaalisuuden portaiden yhdistämistä nuorten itsenäistymisen tutkimisessa ja tukemisessa. Meidän työmme osoitti, että Itsenäistyvän nuoren roolikarttaa tulisi kehittää nuorten kokemusmaailmaan sopivammaksi. Seksuaalikasvatuksen laatua ja tasapuolisuutta kouluissa on seurattava tulevaisuudessa.

Nuoruudessa luodaan käsitys sille, mitä seksuaalisuus on ja miten sitä saa toteuttaa. Samalla rakennetaan käsitystä omasta itsestä: olenko riittävä, hyvä ja arvokas – potentiaalinen kumppani. Tärkeä tieto on oman seksuaalisuuden itsemääräämisoikeus, oman ja toisen kehon arvostus ja se, miten suojaudutaan väkivallalta ja hyväksikäytöltä. (vrt. Cacciatore 2006, 217–219.)

Tärkeintä on kohdata nuori empaattisesti, ammattitaitoisesti, kunnioittavasti ja kokonaisvaltaisesti riippumatta hänen sukupuolestaan, uskonnostaan, kulttuuritaustastaan, seksuaalisesta suuntautumisestaan tai vammastaan. Seksuaalisuus on osa ihmistä, jota emme voi ohittaa. Nuoren kehityksen kannalta on tärkeää, että aikuinen kannattelee ja tukee nuoren kasvua.

LÄHTEET

Aalberg, V. & Siimes, M.A. 2007. Lapsesta aikuiseksi. Nuoren kypsyminen naiseksi tai mieheksi. 2. uudistettu painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Nemo.

Aaltonen, M., Ojanen, T., Vihunen, R., Vilen M. 2003. Nuoren aika. Helsinki: WSOY.

Aho, T., Kotiranta-Ainamo, A., Pelander, A. & Rinkinen, T. Alkio P. (toim.) 2008. Puhutaan seksuaalisuudesta – nuori vastaanotolla. Helsinki: Väestöliitto.

Bildjuschkin, K. & Ruuhilahti, S. 2008. Seksiä vaatteet päällä. Helsinki: Tammi.

Brandt, P., Korteniemi - Poikela, E., Cacciatore, R. & Huovinen, M. 2004. Hei beibi, mä oon tulta! Helsinki: Väestöliitto.

Brusila, P., Hyvärinen, S., Kallio, M., Porras, K. & Sandberg, T. 2009. Eikö se kuulu kenellekään? Rohkene kohdata seksuaalisesti kaltoinkohdeltu nuori. Helsinki: Väestöliitto.

Cacciatore, R., 2005. Seksuaalisuus – etu vai haitta koulutyölle? Teoksessa Peltonen, H. ja Kannas, L. (toim.) Terveystieto tutuksi – ensiapua terveystiedon opettamiseen. Helsinki: Opetushallitus, 147–187.

Cacciatore, R., 2006. Seksuaalisuus eri ikäisillä. Teoksessa D. Apter, L. Väisälä & Kaimola K. (toim.) Seksuaalisuus. Helsinki: Duodecim, 205–225.

Cacciatore, R., 2007. Huomenna pannaan pussauskoppiin. Eväitä tyttönä ja poikana kasvamisen haasteisiin syntymästä murrosikään. Helsinki: WSOY.

Cacciatore, R. & Apter D. 2003. Seksuaalikäyttäytyminen ja sukupuolitaudit.

Teoksessa Reunala, T., Paavonen, J. & Rostila T. (toim.) Sukupuolitaudit. 2. uudistettu painos. Helsinki: Duodecim, 231–248.

Ehkäisyopas. Tietoa raskauden ehkäisymenetelmistä. 2009. Helsinki: Schering-Ploug Oy.

Heikkilä, A., Jokinen, P. & Nurmela, T. 2008. Tutkiva kehittäminen. Avaimia tutkimus- ja kehittämishankkeisiin terveysalalla. Helsinki: WSOY.

Ihalainen, H. & Jääskeläinen, M. 2008. Nuorten seksuaaliterveys Suomessa: kirjallisuuskatsaus suomalaisista julkaisuista. Helsingin Ammattikorkeakoulu Stadia. Hoitotyön koulutusohjelma, Sosiaali- ja terveysala. Sairaanhoidtaja AMK. Opinnäytetyö.

Kauppila, R. 2007. Ihmisen tapa oppia. Johdatus sosiokonstruktiiviseen oppimiskäsitykseen. Opetus 2000. Jyväskylä: PS-kustannus.

Kolari, T. 2007. Nuorten kokemuksia kouluterveydenhoitajan toteuttamasta seksuaalikasvatuksesta. Tampereen yliopisto. Lääketieteellinen tiedekunta. Pro gradu-tutkimus.

Kontula, O., Cacciatore, R., Apter, D., Bildjuschkin, K., Törhönen, M., Koski, S. & Tiilo, L. 2001. Koululaisten tiedot seksuaaliterveydestä. Helsinki: Väestöliitto. Väestötutkimuslaitos.

Kosunen, E. 2002. Seksuaalisuus. Teoksessa Terho, P., Ala-Laurila, E.-L., Laakso, J., Krogius H. & Pietikäinen M. (toim.) Kouluterveydenhuolto. Duodecim. 2. uudistettu painos. Helsinki: Duodecim, 127–137.

Kosunen, E. & Ritamo, M. (toim.) 2004 Näkökulmia nuorten seksuaaliterveyteen. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Raportteja 282. Helsinki.

- Laakso, S. 2008.** 9-luokkalaisten nuorten toiveita ja ehdotuksia koulun seksuaaliopetuksesta. Jyväskylän yliopisto. Terveystieteen laitos. Pro gradu-tutkimus.
- Laine, O. 2002.** Psykkinen kehitys. Teoksessa Terho, P., Ala-Laurila, E-L., Laakso, J., Krogius, H & Pietikäinen, M. (toim.) Kouluterveydenhuolto. 2. uudistettu painos. Helsinki: Duodecim, 103–109.
- Liinamo A. 2005.** Suomalaisnuorten seksuaalikasvatus ja seksuaaliterveystiedot oppilaan ja koulun näkökulmasta. Jyväskylän yliopisto. Terveystieteen laitos. Väitöskirja.
- Malmberg, L.-E. & Little, T. 2002.** Nuorten koulumotivaatio. Teoksessa Salmela-Aro, K. & Nurmi, J.-E. (toim.) Mikä meitä liikuttaa. Jyväskylä: PS-kustannus, 127–144.
- Peltonen, H. 2000.** Kasvattajana sosiaali- ja terveysalan ammattiteissa. Helsinki: Tammi.
- Peltonen, H. 2002.** Koulutyön tavoitteet. Teoksessa Terho, P., Ala-Laurila, E-L., Laakso, J., Krogius, H & Pietikäinen, M. (toim.) Kouluterveydenhuolto. 2. uudistettu painos. Helsinki: Duodecim, 23–36.
- Punainen Risti. 2007.** Jorma sanoo – Punaisen Ristin seksuaaliterveyskampanja ysiluokkalaisille. Viitattu 31.12.2009 <http://www.jormasanoo.fi/kumiohjeet.html>
- Punainen Risti. 2008.** Kondomiajokortti. Viitattu 31.12.2009 http://www.redcross.fi/aktiivit/terveydenedistaminen/uutisia/fi_FI/kondomiajokortti/files/78363586731836055/default/kondomiajokortti.pdf
- Reinikkala, P., Ryhänen, E., Penttilä, S., Pesonen & J., Vertio, H. 2004.** Terveudeksi 2. Kunnan valinnat. Helsinki: WSOY.
- Reunala, T., Paavonen J. & Rostila T. 2003.** Sukupuolitaudit. 2. painos. Helsinki: Duodecim.

Simonen, O. 2002. Terveystieto koulujen oppiaineena. Teoksessa Terho, P., Ala-Laurila, E-L., Laakso, J., Krogius, H & Pietikäinen, M. (toim.) Kouluterveydenhuolto. 2. uudistettu painos. Helsinki: Duodecim, 37–38.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2007. Seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistäminen. Toimintaohjelma 2007–2011. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2007:17. Helsinki.

Suhonen, S. 2009. Raskauden ja seksitautien ehkäisy. Kouluterveyspäivät 2009. 26.8.2009. Tampereen yliopisto. Viitattu 30.12.2009
<http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/347688ce-4bfd-4ff1-a5a8-3e0966be07f1>

Taipale, A. 2005. ”Kun pokaat älä liiemmälti dokaa tai ehkä mokaat” nuorten aikuisten seksuaalikasvatushanke. Diakonia-ammattikorkeakoulu, Helsingin yksikkö, Diakoninen sosiaali-, terveys- ja kasvatustieteiden koulutusohjelma. Terveystieteiden AMK. Opinnäytetyö.

Terho, P., 2002. Terveyskasvatus. Teoksessa Terho, P., Ala-Laurila, E-L., Laakso, J., Krogius, H & Pietikäinen, M. (toim.) Kouluterveydenhuolto. 2. uudistettu painos. Helsinki: Duodecim, 405–411.

Tervaskanto-Mäentausta, T. 2008. Kouluikäinen ja nuori. Teoksessa Haarala, P, Honkanen, H., Mellin, O - K., Tervaskanto-Mäentausta, T. 2008. Terveystieteiden osaaminen. Helsinki: Edita Priima, 365–404.

Toppari, J. & Näntö-Salonen, K. 2002. Kasvu ja fyysinen kehitys. Teoksessa Terho, P., Ala-Laurila, E-L., Laakso, J., Krogius, H & Pietikäinen, M. (toim.) Kouluterveydenhuolto. 2. uudistettu painos. Helsinki: Duodecim, 110–113.

Turnbull, T., van Wersch, A., & van Schaik, P. 2008/9. A review of parental involvement in sex education: the role for effective communication in British families. Health Education Journal 67 (3), 182–195.

Varsinais-Suomen lastensuojelukuntayhtymä. 2008. Itsenäistyvän nuoren roolikartta. Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. Lastensuojelun käsikirja. Sosiaaliportti. Päivitetty 31.12.2008. Tulostettu 12.5.2009 <http://www.sosiaaliportti.fi>

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

Väestöliitto. 2006. Väestöliiton seksuaaliterveyspoliittinen ohjelma. Helsinki. Viitattu 6.6.2009 <http://www.vaestoliitto.fi>

Väestöliitto.2009a. Raskaudenehkäisy. Nuoret. Viitattu 31.12.2009
<http://www.vaestoliitto.fi/nuoret/ehkaisy/raskaudenehkaisy/>

Väestöliitto. 2009b. Seksitaudit. Nuoret. Viitattu 31.12.2009
http://www.vaestoliitto.fi/nuoret/seksi/seksitaudit/mita_seksitaudit_ovat/

Väestöliitto. 2009c. Seksuaalisuuden portaat. Viitattu 18.9.2009
http://www.vaestoliitto.fi/seksuaaliterveys/seksuaaliterveysklinikan_nettipa/ammattilaiset/tietopankki/seksuaalinen_kehitys/

Väestöliitto. 2009d. Seurustelutesti. Viitattu 1.12.2009
http://www.vaestoliitto.fi/seksuaaliterveys/seksuaaliterveysklinikan_nettipa/ammattilaiset/tyokalupakki/valineita_opetukseen/seurustelupeli/

Väestöliitto. 2009e. Seurustelutesti. Power Point-esitys. Viitattu 1.12.2009
http://www.vaestoliitto.fi/seksuaaliterveys/seksuaaliterveysklinikan_nettipa/ammattilaiset/tyokalupakki/valineita_opetukseen/seurustelupeli/

LIITE 1. YLEISIMMÄT SEKSITAUDIT

Seksitaudit	Yleisyys	Oireet	Hoito	Ehkäisy
Kondylooma eli visvasyyliä (HPV)	HPV eli ihmisen papilloomavirus on yleisin seksitaudin aiheuttaja nuorilla.	Solumuutokset kohdunkaulan pintasolukossa, jotka voidaan todeta papa-näytteellä.	Säännölliset gynekologiset tutkimukset.	Kondomin käyttö ja HPV-16 tai HPV-18 rokotteet ennen yhdyntöjen aloittamista (Reunala ym. 2003, 56–68.)
Klamydia	Maailman toiseksi yleisin seksitauti ja se on bakteerin aiheuttama. Nuorilla klamydia on yleistynyt.	Voi olla oireeton. Naisilla: Valkovuoto, kutina, kirvely virtsatessa ja tihentynyt virtsaamistarve Miehillä: Virtsaputkentulehdus, kirvely ja kutina virtsatessa sekä siittimestä erittyvä erite. Kivekset voivat olla arat ja turvonneet.	Todetaan virtsanäytteestä, hoidetaan antibiooteilla, hoitamattomana voi aiheuttaa lapsettomuutta ja vakavia tulehduksia.	Kondomin käyttö (Reunala ym. 2003, 24–29.)
Trikomoniasis (Trichomonas vaginalis on soikea, pieni alkueläin)	Maailman yleisin seksitauti	Runsas, kellertävä ja pahanhajuinen valkovuoto, joka aiheuttaa myös kirvelyä virtsatessa. Miehillä se on yleensä oireeton.	Todetaan fluorinatiivi- tai papa-näytteellä. Vaatii lääkehoidon ja partneri on myös hoidettava.	Kondomin käyttö (Reunala ym. 2003, 150–151.)
Tippuri	Suomessa tippuri on harvinainen	Naisilla: Alavatsakivut, runsas valkovuoto ja kirvely virtsatessa (sekä kuume), oireet tulevat 2-3	Hoidetaan antibiooteilla ja lääkityksen jälkeen jälkitarkastus. Seksikumppanit on myös hoidettava.	Kondomin käyttö (Reunala ym. 2003, 34.)

		<p>viikon päästä tartunnasta</p> <p>Miehillä: Tihentynyt virtsaamisen tarve, virtsaputkesta kellanvihertävää vuotoa ja virtsatessa kirvelee, oireet tulevat 3-7 päivän kuluttua tartunnasta.</p>		
Kuppa	Suomessa kuppa on harvinainen.	<p>Kupan itämisaika on 3-6 viikkoa. Kuppa voi olla oireeton. Kupassa on kolme vaihetta: Aluksi on kovia ja kivuttomia haavoja sukuelimissä. Haavat häviävät tämän jälkeen. Toinen vaihe: 2-4 kuukauden päästä oireina päänsärkyä, kuumetta, kurkkukipua, ihottumaa. Kolmas vaihe: Vuosikymmeniä myöhemmin kuppa vaurioittaa keskushermostoa ja ihoa.</p>	Todetaan verikokeilla, kun tartunnasta on kulunut noin 2 kuukautta. Hoidetaan penisilliinillä pistoksin.	Kondomin käyttö (Reunala ym. 2003, 44 ja 50.)

HIV-infektio, AIDS	Suomessa harvinainen	Hi-virus tarttuu siemennesteen ja emätineritteen välityksellä tai haavaumien kautta. Oireita voi tulla 1-8 viikon kuluttua tartunnasta. Oireet ovat flunssankaltaisia. AIDS on taudin myöhäisvaihe.	Todetaan verikokeesta aikaisintaan 2 kuukauden kuluttua tartunnasta. Ei ole parantavaa hoitoa.	(Reunala ym. 2003, 84–85.)
B-hepatiitti	Suomessa melko harvinainen	Tarttuu käytettyjen ruiskujen ja neulojen sekä veren ja siemennesteen ja emätineritteen välityksellä. Itämisaika 2-3 kuukautta. Oireita kuume, ihottuma, pahoinvointi, oksentelu, lihaskivut ja voi johtaa keltaisuuteen.	Todetaan verikokeiden avulla, aikaisintaan 8-12 viikon kuluttua tartunnasta. Virukseen ei ole tehoavaa hoitoa, lääkkeillä voi lievittää oireita. Osa jää viruksen kantajiksi ja tartuttajiksi.	(Reunala ym. 2003, 107.)

LIITE 2. RASKAUDEN EHKÄISYMETELEMÄT

Raskauden hormonaaliset ehkäisymenetelmät	Valmisteet	Valmisteen ominaisuudet
	Yhdistelmäehkäisyvalmisteet eli ehkäisypillerit, ehkäisyrenkaat ja ehkäisylaastarit.	Perustuvat estrogeenin ja keltarauhashormonin erityykseen, jolloin munasolun irtoaminen eli ovulaatio estyy. Eivät suojaa seksitaudeilta.
	Keltarauhashormonivalmisteet eli minipillerit, ehkäisykapselit eli implantit, hormonipistokset ja hormonikierukka.	Keltarauhashormoni muuttaa kohdunkaulan limaa ja vaikuttaa munasolun irtoamiseen. Hormonikierukka käy synnyttäneelle hyvin, mutta myös synnyttämättömälle. Eivät suojaa seksitaudeilta.
	Jälkiehkäisytabletti on Norlevo (levonorgestreeli 1,5 mg tabletti).	Jälkiehkäisy ei ole ehkäisykuuti. Ehkäisee raskauden suojaamattoman yhdynnän jälkeen, kun yhdynnästä kulunut alle 72 tuntia. (Aho ym. 2008, 78–83; Ehkäisyopas 2009, 6-20.)
Raskauden ei-hormonaalinen ehkäisy	Valmisteet	Valmisteen ominaisuudet
	Kondomi(miesten ja naisten käyttöön)	Luotettava ehkäisyväline oikein käytettynä, käyttö myös suuseksissä ja anaaliseksiässä.
	Spermisidit eli emättimeen laitettavat vaahdot, voiteet ja geelit.	Eivät ehkäise yksin raskautta tai seksitauteja, tulee aina käyttää kondomia niiden kanssa.
	Kuparikierukka	Pitkäaikaiseen raskauden ehkäisyyn sopiva, synnyttäneille naisille soveltuva ehkäisyväline, ei suojaa seksitaudeilta. (Aho ym. 2008, 85; Ehkäisyopas 2009, 16–17.)

LIITE 3. OPINNÄYTETYÖN LUPA-ANOMUS

Savonia - ammattikorkeakoulu Kuopio 2.11.2009

Terveysala

Kirsi Luukkonen

Jaana Riihelä

Jaana Siikaluoma

Kuopion Yhteiskoulu

Va. Rehtori Taina Vainio

Minna Canthin katu 46, 70100 KUOPIO

OPINNÄYTETYÖN LUPA-ANOMUS

Anomme lupaa toteuttaa koulussanne ”Stairway to heaven” -toiminnallinen seksuaalikasvatustapahtuma yläkoulun 8-luokkalaisille.

Tavoitteenamme on valmistua terveydenhoitajiksi vuoden 2010 keväällä.

Olemme kaikki pitkään valmiina sairaanhoitajana toimineita aikuisopiskelijoita.

Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite

Projektin tarkoituksena on suunnitella ja toteuttaa toiminnallinen seksuaalikasvatustapahtuma koulunne 8 C luokalle. Projektin tavoitteena on edistää nuorten seksuaaliterveyttä. Seksuaaliterveystapahtuman tavoitteena on lisätä nuorten tietoutta seksuaalisuudesta ja sen fyysisestä, psyykkisestä ja sosiaalisesta osa-alueista, lisätä tietoutta ehkäisystä ja sukupuolitaudeista ja niiden merkityksestä elämänlaadulle ja ehkäistä mahdollinen tulevaisuuden riskikäyttäytyminen.

Opinnäytetyön toteuttamisajankohta

Toiminnallinen seksuaalikasvatustapahtuma järjestetään joulukuussa 2009 .

Opinnäytetyön arvioitu valmistumisajankohta

Opinnäytetyö valmis alku vuodesta 2010.

Opinnäytetyöntekijät, ryhmätunnus, allekirjoitukset

Kirsi Luukkonen

Kirsi Luukkonen TTA8S Kirsi.M.Luukkonen@student.savonia.fi

Jaana Riihela

Jaana Riihela TTA8S Jaana.A.Riihela@student.savonia.fi

Jaana Siikaluoma

Jaana Siikaluoma TTA8S Jaana.H.Siikaluoma@student.savonia.fi

Opinnäytetyön ohjaava opettaja, allekirjoitus

Ingrid Antikainen

THM, lehtori Ingrid Antikainen Savonia - ammattikorkeakoulu Terveysala Kuopio,
Sairaalakatu 6-8 70111 Kuopio GSM 044-785 6427

Lupa myönnetty

Päiväys 5. 11. 2009

Taina Vainio

Va. Rehtori Taina Vainio Kuopion Yhteiskoulu


LIITE 4. SEKSUAALIKASVATUSTAPAHTUMAN OPPITUNNIT

<p>Oppitunti 1 ”Murkku”</p>	<p>Oppitunnin vastaava: terveydenhoitajaopiskelija Kirsi Luukkonen</p>
<p>Lämmittely</p>	<p>Luokassa musiikki soi taustalla, kun oppilaat tulevat luokkaan. Kynttilä palaa pöydällä. Terveydenhoitajaopiskelijat esittäytyvät ja kertovat taustoistaan. Lisäksi kerrotaan seksuaalikasvatustapahtuman oppituntien aiheet ja ajankohdat. Kesto: 5 minuuttia.</p>
<p>Motivoituminen</p>	<p>Kerrotaan oppitunnin säännöt: Kaikki osallistuvat tehtäviin omien tuntemusten mukaan, ryhmän jäsenet kuuntelevat toisiaan eikä arvostella toisen tekemistä. Jokainen osallistuu sillä teholla, mikä sillä hetkellä tuntuu sopivalta. Kesto: 2 minuuttia.</p>
<p>Orientoituminen</p>	<p>Luokan taululle piirretään Itsenäistyvän nuoren roolikartta ja sen viisi eri osa-aluetta. Kerrotaan oppilaille nuoren itsetunnosta, sen kehityksestä ja tärkeydestä nuoren elämässä. Luokka jaetaan kolmeen ryhmään: oppilaat pyydetään jonoon syntymäpäivänsä mukaisesti, jonka jälkeen jaetaan oppilaat kolmeen ryhmään. Kesto: 3 minuuttia.</p>
<p>Sisäistäminen</p>	<p>Itsenäistyvän nuoren roolikartta jakautuu viideksi rooliksi. Viisi keskeistä roolia ovat elämästä oppija, suhteiden hoitaja, itsensä arvostaja, arkipäivän pyörittäjä ja rajojen asettaja. Ryhmäkeskusteluun valitaan kolme roolia: elämästä oppija, itsensä arvostaja ja rajojen asettaja. Elämästä oppija jakautuu seuraaviin aiheisiin: arvomaailman muodostaja, oikean ja väärän tunnustaja, tulevaisuuteen suuntautuja, pettymysten sietäjä, pitkäjänteisyyden kehittäjä ja päätösten tekijä.</p>

	<p>Itsensä arvostaja jakautuu seuraaviin aiheisiin: tunteiden tunnustaja ja hyväksyjä, hellyyden vastaanottaja ja antaja, itsensä kanssa viihtyjä, ulkonäkönsä hyväksyjä, lohduttautuja, itseensä luottaja, oman seksuaalisuuden hyväksyjä ja juuriensa tietäjä. Rajojen asettaja jakautuu seuraaviin aiheisiin: heikkouksien tunnustaja, itsensä suojelija, oman itsensä kunnioittaja, kokemuksista oppija, sääntöjen ja sopimusten noudattaja ja omien rajojen tunnustaja. Oppilaat keskustelevat omissa ryhmissään yhdestä roolista ja sen osa-alueista kerrallaan ja kirjaavat rooliin ja sen osa-alueisiin liittyviä ajatuksiaan paperille. Kesto: 30 minuuttia, 10 minuuttia/rooli.</p>
Ulkoistaminen ja kontrolli	<p>Kolme terveydenhoitajaopiskelijaa toimii kolmessa eri pöydässä avaten keskustelua aiheesta. Huolehditaan, että keskustelu pysyy rooliin liittyvässä aiheessa ja että nuoret kirjaavat ajatuksiaan paperille. Luokan pulpetit jaetaan kolmeen ryhmään etukäteen.</p>
Arviointi ja palaute	<p>Loppukeskustelussa todetaan, kuinka moninaisia rooleja aikuistuvalla nuorella on. Lopuksi pyydetään ryhmiltä yhteiset palautteet oppitunnista. Kesto 5 minuuttia.</p>
Välineet	<p>Roolien eri osa-alueet oli kirjoitettu A4-arkeille, joihin nuoret kirjoittavat ajatuksiansa. Kynät jaetaan jokaiselle. CD-soitin on koululta ja cd-levy on oma ja siinä on nuorten musiikkia. Kynttilä palaa luokan pöydällä.</p>

Oppitunti 2 ”Tunteet”	Oppitunnin vastaava: terveydenhoitajaopiskelija Jaana Siikaluoma
Motivoituminen ja lämmittely	Kerrotaan oppitunnin säännöt: kaikki osallistuvat tehtäviin omien tuntemustensa mukaan, ryhmän jäsenet kuuntelevat toisiaan eikä arvostella toisen tekemistä. Jokainen osallistuu sillä teholla, mikä sillä hetkellä tuntuu sopivalta. Kesto: 5 minuuttia.
Orientoituminen	Heijastetaan valkokankaalle Seksuaalisuuden portaat. Kerrotaan Seksuaalisuuden portaista ja sen jälkeen jokainen voi mielessään miettiä, missä vaiheessa kehityksessään on. ”Rakastellaan”-porras esitellään tarkemmin. Korostetaan kehitysvaiheiden eriaikaisuutta ja tunteiden merkitystä seurustelussa. Kesto: 5 minuuttia.
Sisäistäminen	Toteutetaan Väestöliiton Seurustelutesti (kuva 3). Jokaiselle oppilaalle jaetaan oma kyselylomake. Lomakkeen täyttämiseen käytetään aikaa 10 minuuttia. On tärkeää, että jokainen täyttää oman lomakkeensa itsenäisesti ja rauhassa. Lomakkeen täyttämisvaiheessa ei sallita keskustelua. Lomakkeet täytetään nimettöminä. Kesto: 10 minuuttia. Lomakkeen täyttämisen jälkeen käydään PowerPoint-esityksen (Power Point-esitys 1.) avulla läpi kysymykset ja annetaan oikeat vastaukset ja pistemäärät eri vastausvaihtoehdoille. Oppilaat saavat välittömästi palautteen siitä, millaisia ystäviä ja seurustelijoita he ovat omalla pistemäärällään. Kesto: 20 minuuttia.
Ulkoistaminen ja kontrolli	Huolehditaan työrauhasta luokassa tunnin ja testin tekemisen aikana.
Arviointi ja palaute	Oppilaat täyttävät palautelomakkeen yksilöllisesti ja loppukeskustelu. Kesto on noin 5 minuuttia.

Välineet	Tietokone ja projektori (luokassa), Väestöliiton Seurustelutesti – lomakkeet, 20 kpl. PowerPoint-esitys Seurustelutesti.
----------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

 Väestöliitto

Seurustelutesti

Vastaa nimitettömästi.
Vaihtoehtoisissa vaihtoehdoissa valitse vastausvaihtoehtoista vain yksi sinulle sopivin vaihtoehto.

- Kirjoita yksi hyvin ystävällinen ominaisuus.
Vastaus: _____
- Oletko itse ystävällinen sellainen, mikä ominaisuuden kirjoitit?
a. En koskaan
b. Jossain
c. Aina
- Kirjoita yhdellä lauseella, miten itse haluaisit tulla leiketyksi.

- Miten itse leikeltä aloittaisin? Toimisiko oman ohjeesi mukaisesti?
a. En koskaan
b. Jossain
c. Aina
- Kirjoita yhdellä lauseella, miten itse vähiten loukkaavaa tulla torjutuksi.

- Miten itse torjutaisi toteen?
a. Tökerästi
b. En osa sanoa
c. Samoin, kuin vastasin edellisessä kohtaan
- Kirjoita yhdellä lauseella, miten lopetetaan seurustelusuhte mahdollisimman kunniallisesti.

- Miten itse lopettaisit seurustelusuhteen?
a. Pettämällä ja jättämällä
b. En osa sanoa
c. Samoin, kuin vastasin edellisessä kohtaan
- Kirjoita yhdellä lauseella, miten selväsiit pettymyksestä, kun sinut on jätetty.

Älä vastaa tähän vieli!

- Positiiviset keinot
- Negatiiviset keinot

http://www.vaestoliitto.fi/seksuaaliterveys/seksuaaliterveysklinikan_nettipa/ammattilaiset/tyokalupakki/valineita_opetukseen/seurustelupeli/

- Kirjoita yhdellä lauseella, miten esimerkiksi voitaisiin huomioda seurustelukumppaniasi liian tavallisena arkipäivänä.

- Oii helppo kokaiä asia, jolla lahduttaisin toista
b. Kokaiäminen oi valitessa, mutta on otatun kullerkin
c. En kokaiänyt mitään
- Miläisiois saioa ei mitään hinnasta haluaisi, että seurustelukumppaniasi kertoiä sinuuta ystävälliseen?

- Oii helppo kokaiä asia, joka on liian yksityinen kerrottaisi mullle
b. Kokaiäminen oi valitessa, mutta oi valitun kullerkin
c. En kokaiänyt mitään
- Miten toimisiit, jos itse haluaisit yhdyntää, mutta seurustelukumppaniasi ei haluaisi?
a. Ymmärtäisin, kokaiäin joiäin muuta tekemistä ja jätin odotelemaan kunnes häntäkin haluisi
b. En ymmärtäisi ja kertoiäin asiasta kavereilleni
c. Jättäisin hänet.
- Miten toimisiit, jos seurustelukumppaniasi haluaisi yhdyntää, mutta itse ei sitä haluisi?
a. Käyttäytyisin
b. Selittäisin itseäni uos tilanteesta tai vaihtaisin puheenaihetta
c. Suostuisin
- Kooska yhdyntä mielestäsi kuuluu seurusteluun?
a. Ekana ilana
b. Heti, kun jompiempi haluaa
c. Kun molemmat kokivat olevansa valmiita ja halukkaita
- Jos seurustelusuhte päättyi, kun toisen ei ole vielä valmis yhdyntään, kysessäsi on mielestäsi
a. Rakkausuhde
b. Hyväksikäyttöuhde
c. Normaali seurustelusuhte

Pisteeni ovat _____, jolloin olen siis _____

Kuva 3. Seurustelutesti (Väestöliitto 2009d)

Väestöliitto

Seurustelutesti

1

3. Aloitteen tekeminen

Reippaasti juttelemaan

Olen kiinnostunut hänestä ja näytän sen

Aloitin saman harrastuksen

"Alatsa oleen mun kaa?"

4

1. Hyvä ystävä

Ystävällinen
Iloinen
Luotettava
Avulias
Rehellinen
Ei juorua
Osaa pitää salaisuudet

2

4. Aloitteen tekeminen

Miten itse tekisit aloitteen?

Toimisitko oman ohjeesi mukaan?

a. En koskaan 0p
b. Joskus 1p
c. Aina 2p

5

2. Hyvä ystävä

Oletko itse ystävänä sellainen, minkä ominaisuuden kirjoitit?

a. En koskaan 0p
b. Joskus 1p
c. Aina 2p

3

5. Aloitteen torjuminen

"Sa oot ihan kiva, mut just nyt mä en halua seurustella"

"Kiitos kohteliaisuudesta, mutta en ole kiinnostunut"

"En olis varmaan sulle oikea..."

6

6. Aloitteen torjuminen

Miten itse torjuisit toisen?

- Tökerästi 0p
- En osaa sanoa 1p
- Samoin, kuin vastasin edelliseen kohtaan 2p

7

9. Pettymys

Miten selviät pettymyksestä?

Dokaan pään täyteen
Hakkaan jonkun
Haukun kaikki ihmiset
Kerron valheita exästani
Isken kenet vaan

Negatiiviset keinot 0p

11

7. Seurustelusuhteen lopettaminen

Kahden kesken jutellen
Reilusti ja suoraan sanoen
Kirjoitan kauniin kirjeen
Pyydan hänet kahville ja
juttelemaan...

8

10. Kumppanin huomioiminen

Oliiko helppo keksiä mistä toinen pitää?

- Helppo keksiä 2p
- Vaikea, mutta 1p
- En keksinyt mitään 0p

13

8. Seurustelusuhteen lopettaminen

Miten itse lopettaisit seurustelusuhteen?

- Pettämällä ja jättämällä 0p
- En osaa sanoa 1p
- Samoin, kuin vastasin edelliseen kohtaan 2p

Muista, että olet kerran ollut ihastunut
ja rakastunut juuri häneen

9

11. Intiimit jutut

Millaista asiaa et haluaisi että kumppanisi juoruilisi sinusta?

Tiedätkö missä kulkee sinun yksityisyytesi raja?

14

12. Halukkuus

Paris ei ole pakko tehdä mitään, mitä hän ei halua

- Ymmärtäisin ja odottaisin 2 p
- En ymmärtäisi ja juoruilisin 1 p
- Jättäisin 0p

17

15. Seurustelusuhde

Bongaaminen
Tutustuminen
Ihastuminen
Rakastuminen
Uudelleen tutustuminen
Yhdessä olominen,
tekeminen, harrastaminen
Pussailu

- Rakkaussuhde 0p
- Hyväksikäytösuhde 2p
- Normaaliseurustelusuhde 0p

21

13. Toinen haluaa, mutta sinä et

Miksi olla yhdynnässä, jos ei halua...

oon jo tän ikäinen
ei oo cool olla neitsyt
on pakko ottaa jos annetaan
kun kaikki muutkin

18

Tulokset

22

14. Yhdyntä kuuluu seurusteluun?

Ei välttämättä lainkaan

Vasta sitten kun itseä
oikeasti "haluttaa muttei
pelota"

Ja sama toisinpäin

- Ekana iltona 0p
- Heti, kun jompikumpi 0p
- Kun molemmat ovat valmiit 2p

28

1-4 Pistettä, Just Joo

Et voinut olla tosissasi, jos näistä pisteistä täytyy löytää jotain positiivista, niin voin sanoa että sinulla ei ole muuta mahdollisuutta kuin kehittyä. Tästä huolimatta ei voi mennä, ellei jätä kokonaan vastaamatta. Testin tosisaan ottaminen ei olisi vienyt kuin vähän aikaa ja seurusteluasioissa siitä olisi ollut apua. Jos haluat ottaa uusiksi tosissasi, tai jos tämä tilanne olisi sinulle liian hämmentävä, voit jutella näistä jutuista.

Kouluterveydenhoitajan kanssa
Soittamalla Vaestoliiton puhelinnuvontaan 09-644066, ma-to klo 13-15

23

5-9 Pistettä Skarppauksen tarpeessa

Nyt sinun kyllä kannattaa kiinnittää huomiota käytökseesi. Hyvät vuorovaikutustaidot ovat kaiken sivistyneen elämän edellytys. Joko ryhdyt opettelemaan niitä tai voit alkaa etsimään itsellesi sopivaa tapaa erakoitua.

24

20-22 Pistettä Huipputyyppi

Loistava tulos! Olet juuri sellainen seurustelukumppani, jonka jokainen toivoisi itselleen. Osaat arvostaa itseäsi ja kumppaniasi. Olet myös valmis seurustelusuhteeseen, koska tiedät mitä haluat ja miten sen saa. Tiedät myös ettei mitään sellaista kannata tehdä, mihin ei itse vielä ole valmis. Olet myös oivaltanut, että tämä koskee molempia ja kahteen suuntaan silloin kuin kun seurustellaan. Hyvä sinä!

27

10-14 pistettä Kelvollinen kehittäjä

Olen hyvää vauhtia kehittyvä sulavaksi seurustelijaksi. Pientä hiontaa vielä tarvitaan, mutta siihen sinulla on vielä kosolti aikaa. Sinun kannattaa antaa itsellesi aikaa ja tunnustella rauhassa, mikä tuntuu oikealta ja mikä ei. Kannattaa miettiä niitä kohtia, joissa sait vain yhden pisteen tai jätit nolliille. Mikä mättää? Saahan olet itsellesi paras mahdollinen ihminen ja ansaitset vaan parasta – vai?

25

http://www.vaestoliitto.fi/seksuaaliterveys&oksuaittine-yoklinikka_nettipaikkammatilaisettokalupakki/viikote_opeutukseen/seurustelukupeli/

28

Power Point-esitys 1. Seurustelutesti
(Väestöliitto 2009e)

Oppitunti 3 ”Ajokortti”	Oppitunnin vastaava: terveydenhoitajaopiskelija Jaana Riihelä
Motivoituminen ja lämmittely	Kerrotaan oppitunnin säännöt: kaikki osallistuvat tehtäviin omien tuntemusten mukaan, ryhmän jäsenet kuuntelevat toisiaan eikä arvostella toisen tekemistä. Jokainen osallistuu sillä teholla, mikä sillä hetkellä tuntuu sopivalta. Luokka on jaettu valmiiksi kahteen eri tilaan. Oppitunnin aloitus oli yhtenä ryhmänä. Kesto: 5 minuuttia.
Orientoituminen	Kerrotaan oppilaille seksitaudeista ja niiden ehkäisystä. Korostetaan klamydian, HIV- ja HPV-infektion ehkäisyä. Käytetään Väestöliiton Internet-sivuja havainnollistamiseen: http://www.vaestoliitto.fi/nuoret/seksi/seksitaudit/mita_seksitaudit_ovat/ (Väestöliitto 2009b). Kesto: 5 minuuttia.
Sisäistäminen	Oppilaat suorittavat Kondomiajokortin: http://www.redcross.fi/aktiivit/terveydenedistaminen/uutisia/fi_FI/kondomiajokortti_files/78363586731836055/default/kondomiajokortti.pdf (Punainen Risti 2008). Suoritus sisältää seuraavat osiot: ”Mopokortti”, jossa testataan teoritietoa kysymyslomakkeella. ”Parisuhteen peruskortti”, jossa teoritieto on testattu ja kondomin käyttöä ja laittoa banaanille on harjoiteltu. ”Kyntäjäkortti”, jossa teoritieto on testattu ja kondomin käyttöä ja laittoa banaanille on harjoiteltu ja lisäksi kondomin laittoa näkemättä ns. pimeässä on harjoiteltu.

	<p>Ensin oppilaat suorittavat teoriaosuuden vastaamalla itsenäisesti Kondomiajokortin kysymyssarjaan. Mallivastaukset käydään yhdessä läpi.</p> <p>Teoriaosuuden jälkeen suoritetaan käytännön harjoitus, jolloin kondomin käyttöä harjoitellaan puoli luokkaa kerrallaan kahden terveydenhoitajaopiskelijan ohjatessa ja valvoessa: http://www.jormasanoo.fi/kumiohjeet.html (Punainen Risti 2007).</p> <p>Puolelle luokkaa esitellään muita raskauden ehkäisymenetelmiä Väestöliiton Internet-sivuja käyttäen: http://www.vaestoliitto.fi/nuoret/ehkaisy/raskauden_ehkaisy/ (Väestöliitto 2009a) ja jaetaan materiaalia: Ehkäisyopas, Tietoa raskauden ehkäisymenetelmistä, Schering-Plough Oy ja Punaisen Ristin kortteja ja kondomeja. Samalla nuorille tarjotaan mehua ja pipareita pikkujoulutunnelmissa.</p> <p>Kesto: Yhteensä 30 minuuttia; 15 minuuttia/ryhmä.</p>
Ulkoistaminen ja kontrolli	<p>Kaksi terveydenhoitajaopiskelijaa ohjaa yhtä ryhmää (puolet luokasta) kondomin käytännön harjoittelussa ja yksi terveydenhoitajaopiskelija esittelee toiselle ryhmälle raskauden ehkäisyvälineitä ja tarjoilee mehua ja pipareita.</p>
Arviointi ja palaute	<p>Terveydenhoitajaopiskelijat antavat yksilöllistä palautetta jokaiselle oppilaalle kondomiajokortin käytännön harjoittelun jälkeen. Lopuksi pyydetään kirjallinen palaute jokaiselta oppilaalta oppitunnista. Kesto: 5 minuuttia.</p>

Välineet	<p>Kondomeja harjoittelua varten ja mukaan jaettavaksi, yhteensä 40 kpl, Punaiselta Ristiltä ja Schering-Plough Oy:ltä.</p> <p>Punaisen Ristin Kuopion Plus-pisteeltä lainatut kondomiajokortin suorittamista varten välineet; teorian testauslomakkeet ja mallivastausarja, tekobanaanit ja pahvilaatikot ns. pimeäharjoittelua varten.</p> <p>Schering-Plough Oy: Ehkäisyopas. Tietoa raskauden ehkäisymenetelmistä, yhteensä 20 kpl.</p>
----------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

LIITE 5. PALAUTELOMAKE

Mitä odotit oppitunnilta?



Mitä opit?



Mitä olisit toivonut lisää?



Kiitos palautteesta!