

Saimaan ammattikorkeakoulu  
Sosiaali- ja terveysala, Lappeenranta  
Hoitotyön koulutusohjelma  
Terveydenhoitotyön suuntautumisvaihtoehto

Jenni Huittinen

## **Nuoren seksuaalisen kasvun tukena – ohjausma- teriaali terveydenhoitajille**

Opinnäytetyö 2015

## **Tiivistelmä**

Jenni Huittinen

Nuoren seksuaalisen kasvun tukena – työväline terveydenhoitajille, 30 sivua, 2 liitettä

Saimaan ammattikorkeakoulu

Sosiaali- ja terveysala, Lappeenranta

Hoitotyön koulutusohjelma

Terveydenhoitotyön suuntautumisvaihtoehto

Opinnäytetyö 2015

Ohjaajat: yliopettaja Anja Liimatainen, Saimaan ammattikorkeakoulu ja terveydenhoitaja Kirsi Pekkanen, Etelä-Karjalan sosiaali- ja terveyspiiri

Tässä opinnäytetyössä tarkoituksena oli perehtyä nuoren seksuaalisuuden kohtaamiseen ja tukemiseen. Opinnäytetyön tavoitteena oli edistää seksuaalisuuden ja sukupuolen moninaisuuden avointa kohtaamista sekä terveydenhoitajien että nuorten puolelta. Opinnäytetyö sisältää raportin ja toiminnallisen osuuden.

Opinnäytetyöraportissa pohdittiin nuoren seksuaalista kehitystä nuoruuden eri vaiheissa sekä seksuaalisuuden ja sukupuoli-identiteetin ilmenemismuotoja. Teoriaosuuteen sisällytettiin tietoa myös nuorten seksuaalioikeuksista sekä seksuaalisesta häirinnästä.

Opinnäytetyön toiminnallinen osuus koottiin teorian tiedon pohjalta ohjausmateriaaliksi terveydenhoitajille. Terveydenhoitajat saivat ammatilliseksi tuekseen teoriapaketin sekä nuorille suunnatun esityksen oppituntien pitoa varten, luotettaviin ja ajankohtaisiin lähteisiin perustuen. Esityksen mukainen oppitunti pidettiin kahdeksaluokkalaisille nuorille. Terveydenhoitajien lisäksi opinnäytetyöstä hyötyvät myös muut sosiaali- ja terveysalan ammattilaiset ja opiskelijat sekä terveystiedon opettajat.

Asiasanat: nuori, seksuaalisuuden tukeminen, seksuaalinen kehitys, seksuaalinen moninaisuus, seksuaalinen häirintä

## **Abstract**

Jenni Huittinen

Supporting the sexual growth of the young, 30 pages, 2 appendices

Saimaa University of Applied Sciences

Health Care and Social Services, Lappeenranta

Degree Programme in Nursing

Public Health

Bachelor's Thesis 2015

Instructors: Principal Lecturer Anja Liimatainen, Saimaa University of Applied Sciences, and Public Health Nurse Kirsi Pekkanen, South Karelia Social and Health Care District

The purpose of this thesis was to become more familiar with facing and supporting the sexual growth of young people. The target was to promote an open dialogue of the diversity of sexuality and gender from the side of the public health nurse and the youth. The thesis includes the theory portion and the functional part.

The thesis addressed sexual growth of youth at different stages, and the formation of sexuality and gender identity. The theory portion also included information about sexual rights of youth as well as sexual disturbances.

The functional part of thesis was comprised of materials for use by public health nurses in guidance of youth, and was theory based. Public Health Nurses will get a theory package for professional support. They will also get a presentation for use in lectures for youth, based on current and reliable sources. Including the functional part of thesis, there was kept a lecture for youth. Health and social care professionals and students, as well as health science teachers, will also benefit from the thesis.

Keywords: youth, sexuality support, sexual development, sexual disturbances, sexual diversity

## Sisältö

1 Johdanto .....	5
2 Nuoren seksuaalisuuden kohtaaminen .....	6
2.1 Seksuaalisuuden kohtaaminen hoitotyössä.....	6
2.2 Nuorten seksuaalioikeudet .....	7
2.3 Nuoruuden kehitysvaiheet .....	9
2.4 Nuoren seksuaalinen kehitys.....	11
3 Seksuaalisuuden ja sukupuolen ilmeneminen .....	13
3.1 Sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuus .....	13
3.2 Sukupuoli-identiteetti .....	15
3.2 Seksuaalinen suuntautuminen .....	16
4 Seksuaalinen häirintä.....	18
4.1 Seksuaalisen häirinnän ilmeneminen .....	18
4.2 Seksuaalisen häirinnän vaikutukset .....	19
4.3 Seksuaalisen häirinnän ennaltaehkäisy.....	20
5 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet .....	21
6 Opinnäytetyön toiminnallinen osuus .....	21
6.1 Ohjausmateriaali terveydenhoitajille .....	21
6.2 Oppitunti kahdeksasluokkalaisille .....	22
7 Pohdinta.....	24
Lähteet.....	28

### Liitteet

Liite 1 Seksuaalisuuden portaat

Liite 2 Ohjausmateriaali terveydenhoitajille

## 1 Johdanto

Nuoren seksuaaliseen kasvuun ja kehitykseen vaikuttaa merkittävästi hänen ympäristönsä ja sen tuoma palaute. Ympäristö vaikuttaa vahvasti siihen, kuinka nuori voi tuntea olonsa turvalliseksi ja hyväksytyksi omana itsenään. THL:n kouluterveyskyselyyn vuonna 2013 vastanneista Etelä-Karjalan 8.-9 -luokkalaisista nuorista puolet (n=2343) on kokenut seksuaalista häirintää joskus tai toistuvasti. Nuori, jota epäillään seksuaali- tai sukupuolivähemmistöön kuuluvaksi, joutuu usein kohtaamaan syrjintää, häirintää tai kiusaamista. (Aaltonen 2012, 74; THL 2014a.)

Seksuaalisuus on laaja käsite, ja tässä toiminnallisessa opinnäytetyössä käsitellään nuoren seksuaalisen kasvun tukemista, seksuaalisuuden ja sukupuolen moninaisuutta sekä seksuaalista häirintää. Opinnäytetyön toiminnallinen osuus koostuu ohjausmateriaalista, jota kouluterveydenhoitajat voivat hyödyntää työssään nuorten kanssa. Toiminnalliseen osuuteen kuuluu myös toteuttaa oppitunti kahdeksaluokkalaisille nuorille ohjausmateriaaliin kuuluvan pp-esityksen mukaisesti. Ohjausmateriaali on suunnattu hyödynnettäväksi yläkouluikäisten kanssa toimiville terveydenhoitajille, sillä 14-16-vuotias nuori elää merkittävässä seksuaalisen kehityksen vaiheessa ja muodostaa omaa seksuaalista identiteettiään. Nuori tarvitsee kehon nopeiden muutosten vuoksi aikaa sopeutua muuttuvaan kehoonsa sekä tukea ja kannustusta ympäristöltä kasvaakseen turvallisesti omaksi persoonakseen.

Kouluterveydenhoitaja on yksi nuoren kasvua ja kehitystä seuraava aikuinen, ja tukeakseen nuorta hänen tulee olla tietoinen seksuaalisuuden moninaisuudesta sekä ajankohtaisista aiheista. Terveystenhoitajalla on oltava perustiedot seksuaalisuuden moninaisuudesta, jotta väärinkäsityksiltä vältyttäisiin ja nuori saisi kokea itsensä ymmärretyksi. Terveystenhoitajan on pystyttävä keskustelemaan nuoren kanssa avoimesti, luonnollisesti, luotettavasti sekä kunnioittavasti hänen seksuaalisuuttaan koskevista asioista. Seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistämishjelman 2014-2020 mukaan sateenkaarinuorten hyvinvoinnin edistämiseksi nuorten kanssa työskentelevät ammattilaiset tarvitsevat tukea ja asiallista tietoa seksuaalisuuden moninaisuudesta sekä valmiuksia ymmärtää moninaisuuden merkityksen.

## 2 Nuoren seksuaalisuuden kohtaaminen

### 2.1 Seksuaalisuuden kohtaaminen hoitotyössä

Seksuaaliohjaus on kaikille hoitotyössä toimiville kuuluvaa ammatillista vuorovaikutusta, joka on tilannekohtaista ja tavoitteellista. Seksuaaliasioiden käsittely asiakkaan kanssa vaatii hoitajalta ammattietiikan noudattamista, ja keskeisintä on muistaa seksuaalisen hyvinvoinnin tärkeys sekä seksuaalioikeuksien kunnioittaminen ja aiheen lainsäädäntö. Hoitajan hienotunteisuus, tiedollinen osaaminen ja hyvät vuorovaikutustaidot ovat tärkeitä ominaisuuksia seksuaalisuuden puheeksiotossa. Hoitotyön lähtökohtana on ottaa asiakkaan hyvinvointi kokonaisvaltaisesti huomioon, mutta usein seksuaalisuuden osa-aluetta ei oteta puheeksi ja jäädään odottamaan, ottaako asiakas itse seksuaalisuuden puheeksi. (Apter, Väisälä & Kaimola 2006, 43; Ryttyläinen & Virolainen 2009, 2-5.)

Seksuaalisuuden käsittelemisen lähtökohtana on, että hoitaja on kohdannut oman seksuaalisuutensa sekä pohtinut omia asenteita, arvoja ja tunteita yksityis- sekä ammattihenkilönä. Hoitajan on vaikea puhua seksuaalisuudesta, mikäli on itse vaivautunut eikä ole sinut oman seksuaalisuuden kanssa. Hoitajan pitäisi pystyä viestittämään sekä sanallisesti että sanattomasti asiakkaalle hyväksyvän hänet sekä tämän seksuaalisuuden. Tärkeää on, ettei hoitaja oleta asioita kuten esimerkiksi heteroseksuaalisuutta. Esimerkiksi seurustelusta keskustellessa kumppani sanan käyttö on suotuisampi poika-/tyttöystävä -luokittelun suhteen, mikäli asiakas ei ole sitä kertonut. On muistettava myös kunnioittaa asiakasta, mikäli hän kieltäytyy puhumasta seksuaalisuuteensa liittyvistä asioista. Ammatillisuus edellyttää ottamaan seksuaalisuuden osa-alueen puheeksi, ja niin sanottu luvan antaminen aiheesta keskustelulle. (Apter, Väisälä & Kaimola 2006, 43; Ryttyläinen & Virolainen 2009, 4.)

Luvan antaminen tarkoittaa hoitajan positiivista ja sallivaa suhtautumista aiheeseen. Hoitajan on huomioitava asiakkaan mahdolliset seksuaalisuuteen liittyvät kysymykset, huolet sekä käyttäytyminen. Asiakas voi jollain tapaa kokea itsensä epänormaaliksi tai erilaiseksi seksuaalisten toimintojen tai fantasioiden vuoksi, ja hoitajan on tärkeä kuulla nämä, jotta hän voi viestittää asiakkaalle hyväksyntää ja normalisoida tilanteen, mikäli niistä ei ole haittaa asiakkaalle itselle tai muille.

Luvan antaminen seksuaaliohjauksessa ei tarkoita luvan antamista loukata toisen ihmisen rajoja tai seksuaalioikeuksia, ja hoitajan on toimittava lainsäädännön mukaisesti. (Apter, Väisälä & Kaimola 2006, 47-49; Ryttyläinen & Valkama 2010, 54-55; Ryttyläinen & Virolainen 2009, 4-8.)

Luvan antamisen pääpaino hoitajan roolissa on kysymysten ja sanojen muotoilu ja asettaminen, asiakkaan ikä- ja kehitystaso huomioiden. Kysymysten tulisi olla riittävän avoimia ja normalisoivia, eivätkä ne saisi sisältää päätelmiä. Kysymykset, harjoitatko itsetyydytystä tai kuinka usein harjoitat itsetyydytystä, antavat vastaajalle aivan erilaiset lähtökohdat vastaamiselle. Keskusteltaessa seksuaalisuudesta on tärkeää varmistaa asiakkaan ymmärrys erilaisista ilmaisuista ja käsitteistä sekä rohkaista kysymään, mikäli jokin ei ole tuttu tai kaipaa lisätietoa. (Apter, Väisälä & Kaimola 2006, 47-49; Ryttyläinen & Valkama 2010, 54-55; Ryttyläinen & Virolainen 2009, 4-8.)

Hoitaja välittää avoimuutta seksuaalisuuden kohtaamiseen merkittävästi sanallisen viestinnän lisäksi myös sanattomasti. Hoitajan on muistettava omien ilmeidensä, eleidensä ja äänenpainonsa merkitys, sillä vuorovaikutuksella on tärkeä merkitys keskinäisen luottamuksen synnylle. Hoitaja viestittää lupaa puhumiseen esimerkiksi laittamalla odotustilaan sekä työhuoneeseen esille aiheeseen liittyviä esitteitä, kirjallisuutta tai julisteita. On hyvä muistaa, että työkokemuksen ja osaamisen kasvaessa myös rohkeus ottaa puheeksi ja keskustella asiakkaan seksuaalisuudesta kasvaa. (Apter, Väisälä & Kaimola 2006, 47-52; Ryttyläinen & Valkama 2010, 49-50; Ryttyläinen & Virolainen 2009, 9.)

## **2.2 Nuorten seksuaalioikeudet**

Seksuaalioikeudet oikeuttavat ihmiset toteuttamaan seksuaalisuuttaan ilman pakottamista ja väkivaltaa. WHO (World Health Organisation), IPPF (International Planned Parenthood) ja WAS (World Association of Sexology) ovat määritelleet kansainväliset seksuaalioikeudet, joista Väestöliitto on muokannut suomalaisia nuoria koskevat seksuaalioikeudet. Nuoren kanssa työskentelevän tulisi tuntea nuorten seksuaalioikeudet, jotta osaisi kohdata nuoren kunnioittavasti. Nuorelle

on hyvä kertoa häntä koskevista oikeuksista, sillä se mahdollistaa nuoren seksuaalisuuden minäkuvan kehittymisen ja kokemisen myönteisenä osana elämää. (THL 2014b; Vilkka 2010, 84.)

Nuoret ovat oikeutettuja muun muassa seuraaviin oikeuksiin riippumatta sukupuolestaan tai seksuaalisesta suuntautumisestaan:

- *Oikeus nauttia omasta kehostaan ja seksuaalisuudestaan.*
- *Kukaan ei saa kiusata, syrjiä tai loukata nuorta hänen sukupuolensa, seksuaalisten erityispiirteidensä, kehittyneisyytensä tai kehittymättömyytensä vuoksi.*
- *Nuorta ei saa haukkua hänen seksuaalisuuttaan loukkaavasti (esim. huoraksi tai homoksi) eikä ahdistella seksuaalisesti.*
- *Nuorella on oikeus seksuaaliseen suuntautumisensa mukaiseen tyydyttävään seksuaalisuuteen ja sukupuolielämään, kunhan ei vahingoita eikä alisteta ketään toista.*
- *Nuorella on oikeus osoittaa seksuaalista halukkuutta ja oikeus peräytyä ja kieltäytyä missä tahansa seksuaalisen tapahtuman vaiheessa.*
- *Aikuisilla on velvollisuus tiedottaa nuorille heidän seksuaalisista oikeuksistaan, jotta he ymmärtävät vaatia niitä ja suojella itseään.*
- *Aikuisten on järjestettävä nuorille riittävästi neuvontaa ja tiedotettava siitä.*
- *Aikuisten on määrätietoisesti taisteltava vastaan häiriintyneiden yksilöiden halua käyttää nuoria tai lapsia seksuaalisesti hyväkseen. (Väestöliitto 2014a.)*

Suomessa seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelman 2014 – 2020 edistämisen tavoitteiksi on asetettu muun muassa sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen oikeuksien toteutuminen sekä nuorten seksuaalioikeuksien parantaminen. Tasa-arvoisuus ja oikeudenmukaisuus tavoitteina näkyvät myös järjestöjen toiminnassa, esimerkiksi Väestöliitto ja Sexpo-säätiö pyrkivät vahvasti edistämään seksuaalioikeuksia, mikä on nähtävissä koulutuspäivien, kannanottojen, julkaisujen sekä projektitöiden aiheissa. (THL 2014c.)



### 2.3 Nuoruuden kehitysvaiheet

Nuoruus jaetaan varhais-, keski- ja myöhäisnuoruuteen iän ja kehitystehtävien mukaan. Nuoruus ajoittuu 12 – 22 vuoden iän välille. Nuoruuden kehitystehtävien tavoitteena on itsenäistyminen, persoonallisuuden muodostaminen sekä seksuaalisuuden ja seksuaalisen identiteetin jäsentäminen. Nuoren on koettava ikäkauden mukaiset kehitykselliset tehtävät, jotta oma identiteetti ja autonomia muodostuvat. Nuori niin sanotusti irrottautuu turvan mahdollistaneista lapsuuden vanhemmista, ja tavoitteena on löytää vanhemmat uudella aikuisen tasolla. Nuori hakee apua ja turvaa ikätovereiltaan. (Väestöliitto 2015a.)

#### Varhaisnuoruus 12 – 14v

Varhaisnuoruusiässä 12-14 –vuotiaan kehossa tapahtuu fyysisiä muutoksia ja hormonitoiminta aktivoituu. Kehossa tapahtuvia muutoksia murrosiässä ovat muun muassa hien hajun voimistuminen ja ihonalaisen rasvan lisääntyminen, joka voi näkyä esimerkiksi kasvojen ihomuutoksilla. Häpy- ja kainalokarvoitus alkaa kasvaa, tytöillä rinnat kehittyvät ja kuukautiset alkavat, kun taas pojilla alkavat siemensyöksyt ja tapahtuu äänenmurros. Tyttöillä muutokset alkavat aiemmin kuin pojilla. Muutokset omassa kehossa saavat nuoren hämilleen, sillä kehonkuva muuttuu ja kehon hallinta vaikeutuu. Nuori tarvitsee aikaa ja yksityisyyttä käsitelläkseen tapahtuvat muutokset, ja hänestä voi aistia ujouden, arkuuden ja epävarmuuden piirteitä. Nuoren mahdollista hämmennystä tulee arvostaa ja sallia nuoren oman tilan tarve, eikä kukaan saisi vaatia häneltä avoimuutta vasten tahtiaan. Nuori kasvaa fyysisten muutosten edetessä myös psyykkisesti. Nuoren tunne-elämässä tapahtuu voimakasta tunteiden heittäilyä, ja nuori voi kokea kyvyttömyyttä hallita tunteitaan. Nuoresta voi tulla vähäsanainen sekä pahantuulinen, ja hänen huomiointinsa toisia kohtaan vähenee. Tässä ikävaiheessa nuori tarvitsee ympäristön tukea myös perheen ulkopuolelta, aikuisilta ja ikätovereiltaan, muodostaakseen ja vahvistaakseen omaa minäkuvaansa. (Apter, Väisälä & Kaimola 2006, 224; MLL 2015a; Ryttyläinen & Valkama 2010, 86-87.)

## Keskinuoruus 15 - 17v

Keskinuoruuden vaiheessa 15-17-vuotias nuori alkaa sopeutua muuttuneeseen kehoonsa, ja minäkuva vahvistuu persoonallisuuden muotoutuessa. Varhaisnuoruuden ja murrosiän aiheuttamat tunnemyrskyt alkavat olla laantuneet. Tavoitteena tässä ikävaiheessa ovat seksuaalisuuden kehittyminen, vanhemmista irrottautuminen ja ajanvietto ikätovereiden kanssa. Nuori ottaa vastaan kavereiden kommentit paremmin kuin vanhempien, ja samaistuessaan kavereihin sekä vanhempiin, oma persoonallisuus selkiytyy. Nuorelle on merkittävää olla jotain muuta, mitä vanhemmat olettavat tai odottavat. Nuori kohtaa monia impulsseja, esimerkiksi hormonien, kavereiden, koulun, kodin sääntöjen ja television pohjalta, ja ne haastavat nuorta löytämään tasapainon niiden välille ja toimimaan oikein. Onnistuneen ratkaisun sijaan myös virhearviointit, syyllisyys sekä kateus ovat mahdollisia seurauksia. Tässä ikävaiheessa nuori elää varsinaista nuoruuttaan, ja hänellä on halu kokeilla sekä näyttää, mihin kykenee. (MLL 2015b; Ryttyläinen & Valkama 2010, 87.)

## Myöhäisnuoruus 18 - 22v

Myöhäisnuoruuden eli niin sanotun jälkinuoruuden aikana nuoren persoonallisuus eheytyy kokonaisuudeksi. Positiivisten kokemusten avulla nuori voi tuntea olevansa riittävä ja haluttu omana itsenään. Oman sukupuoli- ja seksuaali-identiteetin suunta selkiytyy ja keho tuntuu omalta. Nuori ei ajattele enää niin itsekeskeisesti, vaan ottaa muutkin huomioon päätöksissään, sekä on valmis tekemään kompromisseja. Seurustelukokemukset ovat yleisiä, ja rohkeus seksikokeiluihin kasvaa. Nuori suunnittelee tulevaisuutta ja löytää itsellensä tärkeät arvot, jotka ohjaavat elämää. Nuori on valmis itsenäistymään ja irrottautumaan lapsuudenkodistaan, mikäli kehitystehtävät on kohdattu ja eletty onnistuneesti. Vanhemmat ovat toimineet nuorelle aikuisen roolin malleina, mutta tässä vaiheessa nuori tutustuu vanhempiinsa eri tavalla. Nuori omaksuu vanhempien piirteitä itsellensä huomaamattaan. Oman paikkansa löytäminen aikuisena ja osana yhteiskuntaa on tärkeää. (Ryttyläinen & Valkama 2010, 88-89; Väestöliitto 2015a.)

## 2.4 Nuoren seksuaalinen kehitys

Ihmisen seksuaalinen kehitys alkaa jo syntymästä ja jatkuu läpi elämän. Varhaisnuoruudessa nuoren seksuaalisuus muuttuu ja asiat tulevat esille uudella tavalla. Nuoren seksuaalitiedot saattavat olla hyvinkin puutteellisia, ja vaikka nuoren puheessa esiintyisi runsaasti seksiin liittyvää puhetta, sanat eivät välttämättä tarkoita tekoja. Nuoren keho muuttuu nopeasti, ja hän voi kokea aikuistuvansa. Väestöliiton seksuaalisuuden portaat (Liite1) kuvaa, millaisia eri vaiheita ja askeleita seksuaaliseen kehitykseen liittyy. Seksuaalinen kehitys tapahtuu järjen, tunteiden ja biologian tasolla. Kehitys jaetaan kolmeen vaiheeseen: uteliaisuuteen, herkistymiseen ja rohkaistumiseen. (MLL 2015c; Väestöliitto 2014b.)

Murrosikäinen nuori elää herkistymisvaihetta, jolloin seksuaalinen identiteetti muodostuu, ja ihastusten tai rakkauden kohteet voivat vaihtua usein. Saadessaan tarpeeksi tietoa esimerkiksi ikävaiheensa kehityksen piirteistä ja seksuaalisuuden moninaisuudesta, nuori ei säikähdä omia tuntemuksiaan. Nuori voi säikähtää ajatuksiaan ja kiinnostustaan saman sukupuolen ihailtaviin piirteisiin, jotka nuori haluaisi itselleen. Kyseiset tunteet ovat kuitenkin aivan normaaleja nuoruuden alkuvaiheessa. Säikähtäessään tuntemuksiaan nuori voi ottaa haitallisesti etäisyyttä kavereihin ja näin ollen menettää osan seksuaali-identiteetin muodostumisen prosessista. Nuori oppii huolehtimaan ja kantamaan vastuun itsestään, kun hän saa konkreettista tukea ja neuvoja läheisiltään. Murrosiässä kehon muutosten ilmetessä nuori vertaa itseään muihin, ja hyväksyäkseen itsensä sellaisena kuin on, hän tarvitsee kannustusta ja tukea ympäristöltään. (Rytyläinen & Valkama 2010, 88-89; Väestöliitto 2014b.)

Herkistymisvaiheessa nuori käy läpi portaat kahdesta kahdeksaan, joiden välillä hän kokee ihastumisen ja rakastumisen tunteet sekä opettelee seurustelutaitoja ja tunnustelee toisen kehoa. Ihastuminen kohdistuu usein julkisuuden henkilöön, nuoren idoliin, ja tunne voi olla joko ihailua tai voimakasta rakastumista. Seuraavalla portaalla ihastumisen kohde voi olla läheisempi henkilö, esimerkiksi opettaja tai kaverin sisarus. Tällöin nuori opettelee ihastumisen tunteen sietämistä haaveillen itsekseen eikä kerro tästä välttämättä parhaalle kaverille. Seuraavaksi nuori opettelee avautumaan ihastumisen tunteistaan läheiselle, esimerkiksi parhaalle kaverille, mutta ei vielä ihastuksen kohteelle. Nuori hakee tunteilleen tukea

sekä hyväksyntää, ja samalla hän vahvistaa myös ystävyystaitojaan, tunnistaakseen, kuka on luottamuksen arvoinen ystävä. (Väestöliitto 2014b.)

Portaalla viisi, nuori harjoittelee tunteiden ilmaisua ihastukselle ja miettii keinoja selviytyä mahdollisesta pettymyksestä torjunnan vuoksi. Nuoret voivat myös sopia seurustelewansa, mutta tässä vaiheessa seurustelu tapahtuu ilman ajanviettoa tai läheisyyttä toisen kanssa. Tämä seurustelukokemuksen kesto vaihtelee tunnista muutamaan viikkoon ja usein palautuu takaisin ystävyudeksi. Seurustelukumppani löytyy usein tutusta kaveriporukasta. Rohkaistumista kohden nuori harjoittelee seurustelua ja sen tuomia pelisääntöjä sekä oppii ymmärtämään toista ihmistä. Rakkauden tunteita näytetään ja saadaan niille vastakaikua olemalla lähekkäin ja käsikkäin sekä näytetään tunteita myös muille. Kouluterveyskyselyyn vuonna 2013 vastanneista koko Suomen 8.- ja 9.-luokkalaisista nuorista 17% (n=98384) vastasi seurustelewansa vakituisesti. Nuoren ensimmäiset seurustelukokemukset sisältävät myös pettymyksiä, ja suhteen loppu voi tuntua maailman lopulta. Aikuisen olisi otettava nuoren tunteet, viha, pettymys, suru ja aggressio, tosissaan ja tuettava nuorta selviytymään pettymyksestä. (MLL 2015d; THL 2014d; Väestöliitto 2014b.)

Seurustelun edetessä rakkautta ilmaistaan suutelemalla, ja nuori alkaa ymmärtämään kiihottumisen normaalina ja hyvänä asiana. Suutelu tuntuu hyvältä, mikäli nuori tuntee rakkautta, ja tällöin nuoren kiihottuessa hänen kehossaan voi tapahtua fyysisiä muutoksia. Tässä vaiheessa viimeistään nuoren kiinnostus itsetyydytykseen herää. Ennen rohkaistumista nuoren olisi opeteltava puhumaan kumppanin kanssa yhdynnästä, siihen liittyvistä ajatuksista sekä mahdollisista peloista. Opetellaan kiihottumista, nautinnon antamista ja vastaanottoa. Herkistymisvaiheen jälkeen seuraa rohkaistumisvaihe, jolloin nuori nauttii toisen ihmisen läheisyydestä, hellyydestä ja rakkaudesta. Tällöin suhde voi muodostua niin läheiseksi, että yhdyntä tulee ajankohtaiseksi. Kouluterveyskyselyyn vuonna 2013 vastanneista suomalaisista 8.- ja 9.-luokkalaisista 22% (n=95755) on ollut sukupuoliyhdynnässä kerran tai useammin. Yhdyntä ei saisi tapahtua kumppanin tai ympäristön aiheuttamien paineiden vuoksi. Joissain kaveripiireissä arvostus kulkee käsi kädessä varhaisten seksikokemusten kanssa, mikä luo nuorelle turhaa painostusta ja kiirettä. (MLL 2015d; THL 2014d; Väestöliitto 2014b.)

Nuoren turvallisena keinona tutustua omaan kehoon ja sen muutoksiin on itse-tyydytys. Itsetyydytys voi olla ajoittain aktiivisempaa, sillä murrosiässä esiintyy aiempaa enemmän tarvetta kokea mielihyvää ja rentoutumista. Hän saattaa miet- tiä, onko normaalia masturboida päivittäin tai monta kertaa päivässä, ja onkin hyvä normalisoida tilanne, mikäli se ei haittaa muuta arkea. Itsetyydytyksen avulla nuori purkaa seksuaalisia paineitaan sekä käsittelee seksuaalisia tunte- muksiaan esimerkiksi fantasioiden avulla. (Apter, Väisälä & Kaimola 2006, 214; MLL 2015c.)

Seksuaalisen kehityksen niin sanottu normaali ja tavoiteltava kehitys portaittain voi horjua, mikäli nuorella on huono itsetunto ja puute hellyydestä sekä rakkau- desta. Seksuaalisen kehityksen horjunta sisältää riskin liian aikaisiin ja vahingoit- taviin seksuaalikokemuksiin sekä riskikäyttäytymiseen. Riskikäyttäytyminen sek- suaalisessa merkityksessä voi tarkoittaa yhdyntöjen aloitusta hyvin nuorena, suo- jaamattomasti ilman ehkäisyä ja useiden kumppaneiden kanssa. Tämä voi ai- heuttaa nuorelle esimerkiksi sukupuolitauteja, yhdyntäkipuja sekä muita yhdyntä- ongelmia, jolloin nuoren olisi hyvä palata seurusteluun ja rakastelemiseen il- man yhdyntää. Merkkejä, joista on syytä huolestua, ovat pitkään jatkuneet nuoren elämää haittaavat käyttäytymisen muutokset ja oireet. Tällöin nuoren elämässä voi olla muitakin riskikäyttäytymisen muotoja, kuten esimerkiksi päihteiden käyttö tai sen lisääntyminen. Nuoren suhtautuminen omaan kehoonsa voi olla hyvin ne- gatiivinen, ja seksuaalisuus saatetaan kokea likaisena ja pahana asiana. Nuo- rella voi esiintyä paniikinomaisia oireita tai pelkoa yhdyntään sekä kykenemättö- myyttä gynekologiseen tutkimukseen. Nuori saattaa hakeutua jatkuvasti seksu- aalisiin riskitilanteisiin ja kärsiä erilaisista somaattisista oireista, kuten pahoin- voinnista, päänsärystä ja sydämen tykytyksestä. (Ryttyläinen & Valkama 2010, 90.)

### **3 Seksuaalisuuden ja sukupuolen ilmeneminen**

#### **3.1 Sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuus**

Hoitotyön periaatteiden mukaan ihminen täytyisi kohdata mahdollisimman luon- nollisesti ja ennakkoluulottomasti huolimatta hänen seksuaalisesta suuntautumi-

sestaan tai edustamastaan sukupuolesta. Nuoruudessa sukupuoli ja seksuaalinen suuntautuminen tulevat ajankohtaisiksi, sillä nuoruuden kehitystehtävänä on oman seksuaali-identiteetin muodostuminen. Nuoren seksuaali-identiteetin muodostumiseen tarvitaan ympäristön hyväksyntää ja tukea. Kouluympäristöllä on merkittävä rooli yhteiskunnan asenteiden kehittymiseen seksuaalista moninaisuutta kohtaan. (Malinen 2006, 21; Ryttyläinen & Valkama 2010, 98; Taavetti 2015, 6.)

Peruskoulun yhdeksäsluokkalaisten käsityksiä seksuaalivähemmistöistä on tutkittu. Malisen tutkimuksen mukaan peruskoulun yhdeksäsluokkalaisten (n=1001) asenteet seksuaalivähemmistöryhmiä kohtaan ovat kaupungissa myönteisempiä kuin maaseudulla. Tytöistä 82% vastasi suhtautuvansa suvaitsevasti seksuaalivähemmistöihin, kun taas pojista 48,5% vastasi samoin. Tutkimuksen mukaan tytöt suhtautuvat poikia myönteisemmin seksuaalivähemmistön edustajiin. Tytöt sekä pojat hyväksyisivät heteron ensimmäisenä kaveriksi, ja enemmistö pojista hyväksyisi viimeisenä homoseksuaalin kaveriksi. (Malinen 2006, 18-23)

Sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuuden aihe sisältää paljon erilaisia termejä ja käsitteitä, joita ammatti-ihmisen on hyvä tietää. Hlbtqiq-sanastoon on koottu sateenkaarielämään liittyviä termejä, jotka löytyvät Setan (ihmisoikeusjärjestö) ylläpitämältä internetsivustolta. Lyhenne hlbtqi koostuu seksuaali- ja sukupuolivähemmistöryhmien alkukirjaimista: homot, lesbot, bit, transihmiset, intersukupuoliset ja queerit. Seksuaali- ja sukupuolivähemmistöön kuuluvista nuorista voidaan käyttää myös ilmaisua sateenkaarinuoret. (Seta 2015a.)

Seksuaalinen moninaisuus näkyy ja puhututtaa ajankohtaisena aiheena myös yhteiskunnassa. Vuosina 2013 - 2014 pinnalla oli tasa-arvoisen avioliittolain kannanotot ja äänestykset, jotka johtivat siihen että kansanedustajat äänestivät tasa-arvoisen avioliittolain puolesta loppuvuodesta 2014. Median kautta päivittäisissä televisio-ohjelmissä näytetään homoparien arkea ja parisuhdekuvioita, sekä myös nuorille suunnattu kirjallisuus käsittelee ihastumista samaan sukupuoleen. Koulun opetuksessa koetaan vallitsevan hetero- ja sukupuolinormatiivisuus, ja sateenkaarinuoret kokevat ettei heidän kokemukset mahdu kouluympäristöön. Hyvinvoiva sateenkaarinuori –tutkimushankkeen mukaan sateenkaarinuoret pitävät kouluympäristöä edelleen turvattomana, mutta suunta on kuitenkin koko

ajan myönteisempään päin. Hyvinvoiva sateenkaarinuori –tutkimushanke vuosilta 2012-2014 on Nuorisotutkimusverkoston ja Setan yhteishanke, joka on ensimmäinen laatuaan Suomessa, sillä aiempaa tutkimusta seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvien nuorten hyvinvoinnista ei ole yhtä laajalti selvitetty. Tutkimukseen vastasi keväällä 2013 verkkokyselyn kautta 2515 eri-ikäistä vastaajaa, joista 1619 oli 15-25 -vuotiaita. (Ryttyläinen & Valkama 2010, 98; Taavetti 2015, 6; Taavetti, Alanko & Heikkinen 2015, 8-10.)

### **3.2 Sukupuoli-identiteetti**

Sukupuolen kokeminen on osa minäkuvaa sekä sukupuoli-identiteettiä. Sukupuolisuus on monivivahteinen, ja yksilö voi ilmaista sitä monin eri tavoin. Sukupuoli-identiteetti muodostuu sukupuoleen liittyvien tekojen, tapojen, tunteiden sekä vuorovaikutustilanteiden pohjalta, ja niihin voivat liittyä myös sosiaaliset ja kulttuurilliset kokemukset. Suurin osa ihmisistä tuntee itsensä naiseksi tai mieheksi, ja osa kokee olevansa molempia tai jotain muuta. (Vilkkä 2010, 46; Seta 2015b.)

Sukupuolen voi käsittää biologisella, sosiaalisella ja aistillisella tavalla. Biologinen sukupuoli muodostuu geneettisestä, anatomisesta sekä hormonaalisesta näkökulmasta. Sosiaalinen sukupuoli pohjautuu sukupuolen kokemuksellisiin, persoonallisiin, kulttuurillisiin sekä juridisiin ominaisuuksiin. Sosiaalisen sukupuolen kokemiseen liittyvät myös käyttäytymiseen liittyvä rooli, pukeutuminen, puhetyyli, eleet ja ilmeet. Sukupuolen aistillinen näkökulma muistuttaa, että ihminen kokee maailman koko kehollaan, ja nämä kokemukset luovat käsitystä omasta seksuaalisuudesta. Kehon tuntemukset voivat olla monimuotoisia, eikä keho tunne käsitteellisiä luokkia tai rajoja. (Vilkkä 2010, 17-25.)

Sukupuolen voi määritellä myös koetun sukupuolen mukaan, jolloin merkittävää on se, millaisen sukupuoli-identiteetin ihminen on itselleen omannut. Ristiriitaa ja hämmennystä voi aiheutua, jos ihminen kokee sukupuolensa erilaiseksi kuin, mikä hänelle on syntymän hetkellä määritetty. Nais- ja miessukupuolisuuden lisäksi on olemassa sukupuolivähemmistöön kuuluvat transihmiset sekä intersukupuolisuus. (Seta 2015b; Vilkkä 2010, 25.)

Transihmisiin kuuluvat transsukupuoliset, transgenderit ja transvestiitit. Transihminen ei yksiselitteisesti koe olevan syntymässä määritetyn ja tämän mukaan kasvatetun sukupuolen edustaja. Biologisen sukupuolensa lisäksi transihminen tunnistaa myös vastakkaisen sukupuolen piirteitä omakseen, ja haluaa ilmaista itseään molempien sukupuolien edustajana. Transsukupuolinen tuntee olevansa vahvassa ristiriidassa sisäisen ja ruumiillisen sukupuolen kanssa. Transsukupuolisuuden piirteitä voi näkyä usein jo lapsuuden leikeissä sekä kokemuksissa, tai lapsen kehittyessä kohti murrosikää. Transgender elää kahden sukupuolen välillä tai ulkopuoletta, ja voi myös kokea olevansa sukupuoleton. Transgender voi määrittellä olevansa omanlainen yhdistelmä nais- ja miessukupuolen piirteitä, joihin liittyy ruumiillisuus, tyyli ja persoona. Transvestiitti on mies tai nainen, joka ilmaisee itseään kummankin sukupuolen edustajana. Hän kokee ajoittain tarvetta ilmentää itseään vastakkaisen sukupuolen edustajana, esimerkiksi pukeutumistavalla ja muuttamalla ääntään. Enemmistö transvestisuuden edustajista on heteroseksuaalisia miehiä, jotka haluavat ilmaista itseään naisellisten piirteiden mukaan. (Apter, Väisälä & Kaimola 2006, 157; Ryttyläinen & Valkama 2010, 98; Seta 2015c; THL 2014e)

Intersukupuolisuus tarkoittaa ettei ihmisen fyysiset ominaisuudet ole yksiselitteisesti nais- tai miessukupuolen mukaiset. Intersukupuolisuus havaitaan usein jo lapsen syntyessä, mutta voi tulla ilmi lapsen kehittyessä murrosikään, jolloin esimerkiksi oletetulla tytöllä kuukautisten alku viivästyy. Intersukupuolisuus ilmenee monella tavalla. Henkilöllä saattaa anatomisesti olla nais- sekä miessukupuolien piirteitä kehossaan, usein toisen sukupuolen ominaisuudet ja rakenteet ovat valitsevammat kuin toiset. (Seta 2015d; Vilkkä 2010, 26-28)

### **3.2 Seksuaalinen suuntautuminen**

Sukupuoli-identiteetti tai sukupuolen ilmaisu ei yksiselitteisesti määrittele ihmisen seksuaalista suuntautumista. Ihmisen seksuaalisuus ja seksuaalinen kiinnostus toista kohtaan hahmottuvat iän myötä, ja ihminen rakentaa omaa identiteettiään läpi elämän. Seksuaalista suuntautumista toista kohtaan on tärkeä pohtia omien tunteiden ja oman sukupuolen kokemuksen pohjalta. Seksuaalista suuntautu-



mista ei voi määritellä toisen puolesta, vaan ihminen itse määrittelee oman seksuaalisen suuntautumisen tai hänellä on myös oikeus olla määrittelemättä. (THL 2014f; Väestöliitto 2014c)

Ihminen voi tietoisesti jättää itsensä nimeämättä mihinkään seksuaaliseen luokkaan, sillä hän voi kokea sen rajoittavan tunteitaan. Erityisesti nuoret etsivät ja pohtivat seksuaalista identiteettiään ja voivat kokea seksuaalisuutensa hyvin moninaisena nuoruudesta aikuisuuteen. Hetero-, bi- ja homoseksuaalisuus sekä transsuuntautuneisuus kertovat siitä, millaiseen suuntaan ihmisen seksuaalinen mieltymys, kiintymys ja halu kohdistuvat. (Vilkka 2010, 73-74; Väestöliitto 2014c.)

Heteroseksuaalisuus vallitsee yhteiskunnassamme enemmistönä, ja bi- sekä homoseksuaalit ja transsuuntautuneet edustavat seksuaalivähemmistöä. Heteroseksuaali tuntee vetovoimaa, emotionaalista tai eroottista kiinnostusta vastakkaisista sukupuolta kohtaan. Biseksuaali tuntee seksuaalista kiinnostusta oman sekä vastakkaisen sukupuolen edustajaa kohtaan. Biseksuaali kokee, ettei ihmisen sukupuolella ole merkitystä toiseen ihmiseen rakastuessa. Homoseksuaali, joko nainen tai mies, kokee seksuaalista vetovoimaa samaa sukupuolta kohtaan, kuin itse edustaa. Transsuuntautuneisuus ilmenee ihmisen seksuaalisena kiinnostuksena erityisesti transihmisiä kohtaan. (Ryttyläinen & Valkama 2010, 99; Väestöliitto 2014c.)

Queer on uudehko käsite, jota nuoret käyttävät. Ihminen voi kertoa olevansa queer-henkilö, koska haluaa kyseenalaistaa seksuaalisten nimikkeiden määrittelyn eikä halua määritellä seksuaalista mielenkiintoaan nimikkeiden mukaan. Aseksuaalisuus luokitellaan usein seksuaalisen suuntautumisen piirteeksi, mutta sitä se ei kuitenkaan tarkoita. Aseksuaalisuudella tarkoitetaan, että ihmisellä on hyvin vähän tai ei ollenkaan seksuaalisuuteen liittyviä ajatuksia, tunteita, mieltymyksiä tai käyttäytymistä. Aseksuaalisuus voi ilmetä esimerkiksi seksuaalisen halun täydellisenä puuttumisena. Tästä huolimatta hän voi kokea emotionaalista vetovoimaa ja tunnetta toista ihmistä kohtaan. Aseksuaalinen voi mieltää aseksuaalisuuden osaksi seksuaalista identiteettiään. (Ryttyläinen & Valkama 2010, 99; Väestöliitto 2014c)

## 4 Seksuaalinen häirintä

### 4.1 Seksuaalisen häirinnän ilmeneminen

Häirintä tarkoittaa yksipuolista ja ei-toivottua huomiota. Sukupuolen huomiointi muuttuu häirinnäksi, jos sitä jatketaan, vaikka kohteena oleva kokee ja ilmaisee sen loukkaavana. Oleellista häirinnän määrittelyssä on se, kuinka kohteena oleva kokee huomion sen sijaan, mikä tekijän tarkoitus on ollut. Käsitteitä seksuaalinen ja sukupuolinen häirintä on käytetty päällekkäin ja lähes samaa tarkoittaen. Käsitteillä on kuitenkin eronsa. Sukupuolinen häirintä kohdistuu henkilön sukupuolen ominaisuuksiin ja aiheuttaa kielteisiä vaikutuksia henkilön sukupuolelle tai sukupuoliryhmälle. Seksuaalinen häirintä tarkoittaa häirintää, joka kohdistuu ihmiseen kokonaisuutena. (Aaltonen 2012, 83; Vilkkä 2011, 34.)

Seksuaalisen häirinnän ilmenemismuotoja ovat esimerkiksi seksuaalisesti vihjailtavat ilmeet, huudahdukset, kaksimielisit vitsit sekä nimittely joko kasvotusten, puhelimitse tai sähköpostilla. Nämä liittyvät usein kohteen vaatetukseen tai varhaston piirteisiin. Häirintä voi tapahtua myös fyysisellä koskettelulla, eroottissävyyteisillä ehdotuksilla tai vaatimuksilla, ja siihen voi liittyä vakavimmillaan seksuaalista väkivaltaa, raiskaus tai sen yritys. Sukupuolinen häirintä voidaan jakaa sexistiseen, seksuaaliseen ja homofobiseen häirintään. Seksistinen häirintä perustuu stereotypioihin ja sukupuoleen liittyvien mieltymysten ja kykyjen käsityksiin. Seksuaalinen häirintä näkyy sukupuolisuhteiden, seksuaalikäyttäytymisen tai seksuaalisten mieltymysten kommentointina. Homofobinen häirintä pohjautuu homoseksuaalisuuteen liitettyihin stereotypioihin tai pelkoihin. (Aaltonen 2012, 83-84.)

Seksuaalinen väkivalta on seksuaalista häirinnän vakavimman asteista kohtelua, ja tällöin seksuaalista itsemääräämisoikeutta vahingoitetaan vakavasti. Seksuaalinen väkivalta voi ilmetä muun muassa pakottamalla ihmistä seksiin tai aggressiivisiin ja kipua tuottaviin seksuaalisiin tekoihin. Intiimien osien koskettelu, pahoinpitely sekä raiskaus kuuluvat väkivallan muotoihin. (Ryttyläinen & Valkama 2010, 227.)

Nuorten seksuaalikäyttäytymistä 2000-luvulla on tutkittu Suomessa. Vuodesta 2010 lähtien kysymykset seksuaalisen häirinnän sekä ahdistelun kokemisesta

ovat olleet mukana valtakunnallisessa THL:n kouluterveyskyselyssä. Muutaman vuoden aikana suomalaisista peruskouluikäisistä nuorista noin 42% on kokenut loukkaavaa nimittelyä, joka on näkynyt tasapuolisesti eri sukupuolten välillä esimerkiksi homotteluna tai huoritteluna. Tytöt ovat selkeästi enemmän kokeneet häiritsevää seksuaalista ehdottelua tai ahdistelua joko puhelimitse tai internetin kautta, sillä kyseistä häirintää on kokenut 30-38% tytöistä ja 6-7% pojista. THL:n teettämään kouluterveyskyselyyn lisättiin vuonna 2013 uudet kysymykset seksuaalisen häirinnän sekä seksuaalisen väkivallan kokemisesta. Puolet (n=2343) Etelä-Karjalan kahdeksaluokkalaisista on kokenut seksuaalista häirintää joskus tai toistuvasti. Tytöistä näin vastasi 58% (n=1168) ja pojista 43% (n=1196). Seksuaalista väkivaltaa joskus tai toistuvasti vastasi kokeneensa 13% nuorista (n=2343). (Puusniekka, Kivimäki & Jokela 2012, 16-17; THL 2014a.)

#### **4.2 Seksuaalisen häirinnän vaikutukset**

Seksuaalinen häirintä vaikuttaa ensisijaisesti yksilöön, mutta myös hänen lähipiiriinsä, kouluun sekä yhteiskuntaan. Seksuaalinen häirintä vaikuttaa vahingoittavasti yksilön henkilökohtaiseen koskemattomuuteen sekä hänen ihmissuhteisiinsa ja perheensä hyvinvointiin. Häirinnästä tulee helposti osa yksilön historiaa, ja kokemus voi olla menneisyyttä, mutta se silti vaikuttaa nykyhetkeen ja tulevaisuuteen. Häirinnän uhri joutuu usein määrittelemään itsensä, seksuaalisuutensa sekä elämänsä uudelleen. (Vilkkä 2011, 100-103.)

Seksuaalisen häirinnän uhri voi mahdollisesti kokea pelkoa, ahdistusta, masennusta ja univaikeuksia sekä nöyryytystä. Viha ja epäluottamus muita kohtaan sekä käyttäytymismuutokset ovat mahdollisia. Kohteeksi joutunut henkilö voi kärsiä myös fyysisistä oireista, esimerkiksi päänsärystä ja vatsakivusta. Seksuaalinen häirintä voi haitata keskittymistä ja koulunkäynti vaikeutuu. Opintojen keskeytyminen ja sosiaaliset ongelmat, joukosta vetäytyminen sekä päihdeongelmat ovat mahdollisia seurauksia. Opettajalla sekä terveydenhoitajalla on merkittävä rooli häirintään puuttumisessa, ja heidän tulisi olla tietoisia sukupuolisen häirinnän vaikutuksista, jotta voisivat huomata nuoren mahdollisen oireilun. (Aaltonen 2012, 90.)

Seksuaalinen häirintä vaikuttaa yksilön lisäksi myös kouluun ja yhteiskuntaan. Kouluyhteisössä salailu ja juoruilu oppilaiden välillä lisääntyy, ja samalla pelko nousee vaikuttamaan ilmapiiriin. Häiriköijän ja uhrin roolit jakavat muitakin oppilaita, joko puolesta tai vastaan. Uhrina oleminen tai pelko uhriksi joutumisesta voi saada aikaan poissaoloja ja jopa opintojen keskeytyksiä. Yhteiskunnassa seksuaalinen häirintä voi näkyä esimerkiksi taloudellisina seurauksina. Seksuaalista häirintää kokenut voi tarvita erilaisia tukipalveluja tai -muotoja, ja esimerkiksi voimakkaan stressihäiriön hoito voi vaatia erikoissairaanhoidon palveluja. (Aaltonen 2012, 91; Vilkkä 2011, 103.)

### **4.3 Seksuaalisen häirinnän ennaltaehkäisy**

Seksuaalisen häirinnän ennaltaehkäisyn ensimmäinen askel on tunnistaa ja myöntää, että yhteiskunnassamme esiintyy seksuaalista häirintää sekä väkivaltaa. Lasten ja nuorten on saatava riskitietoa sekä turvataitokasvatusta seksuaalisuutta koskeviin asioihin. Heidän kanssaan on pyrittävä luomaan luottamuksellinen suhde, jotta tarpeen tullen he uskaltaisivat avautua kokemuksistaan. Lapille ja nuorille on opetettava, että heillä on oikeus kieltäytyä seksuaalisesta tapahtumasta missä vaiheessa tahansa. Euroopan seksuaalikasvatuksen standardit (WHO 2010) kehottavat opettamaan 12-15 -vuotiaille syrjintään, epäoikeudenmukaisuuteen sekä epätasa-arvoon puuttumista. Nuorille, jotka ovat täyttäneet 15 vuotta, kehoitetaan opettamaan puolustautumaan seksuaaliselta häirinnältä ja nimenomaan keinoja puolustaa itseään. (Aaltonen 2012, 83 & 99; Ryttyläinen & Valkama 2010, 224-225.)

Terveystieteiden tehtävänä seksuaalisen häirinnän ennaltaehkäisyssä on aiheen puheeksi ottaminen suunnitellusti esimerkiksi nuorten terveystarkastusten yhteydessä. Tällöin saadaan minimoitua riski tai mahdollisesti voidaan saada tieto jo tapahtuneesta häirinnästä. Tietyt velvollisuudet koskevat nuorten kanssa työskenteleviä, ja esimerkiksi lastensuojeluilmoituksen tekeminen kuuluu hoitajan velvollisuuksiin, mikäli seksuaalista väkivaltaa ilmenee. Seksuaalinen häirintä on huomioitava myös koulun puolella, ja esimerkiksi opettajalla on velvollisuus puuttua välittömästi havaitsemaansa häirintään. (Aaltonen 2012, 99; Ryttyläinen & Valkama 2010, 224-225; Väestöliitto 2015b.)

## **5 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet**

Opinnäytetyö on toiminnallinen, ja sen tavoitteena on lisätä ja vahvistaa nuorten kanssa työskentelevien aiheen ammatillista tietoutta. Tavoitteena on myös avartaa sekä terveydenhoitajien että nuorten ajatuksia ja asenteita seksuaalista moninaisuutta kohtaan sekä vahvistaa aiheen avointa ja suvaitsevaista kohtaamista.

Opinnäytetyön tarkoituksena on tukea terveydenhoitajien työtä nuoren seksuaalisen kasvun tukijan roolissa. Toiminnallisen osuuden tarkoituksena on tuottaa ohjausmateriaali, jota terveydenhoitajat voivat hyödyntää nuoren kohtaamisessa ja tukemisessa. Teoriatiedon lisäksi terveydenhoitajat saavat käyttöön valmiin pohjaesityksen, esimerkiksi oppituntien pitoa varten. Seksuaalisuus on laaja käsite, ja siksi aihetta on rajattu pääkäsitteisiin: nuoren seksuaalisuuden kohtaaminen, seksuaalisuuden ja sukupuolen moninaisuus sekä seksuaalinen häirintä. Tarkoituksena on pitää kahdeksasluokkalaisille oppitunti aiheesta, jotta saataisiin kokemusta nuorten kanssa toimimisesta sekä kuultaisiin heidän asenteitaan ja ajatuksiaan seksuaaliseen moninaisuuteen liittyen. Samalla saadaan kokeilla oppitunnin pitoa edellä mainitun PowerPoint -esityksen pohjalta. Kohderyhmäksi valikoituivat 14-16 -vuotiaat nuoret, koska he elävät ratkaisevassa ikävaiheessa muodostaessaan seksuaalisuuttaan ja persoonallisuuttaan.

## **6 Opinnäytetyön toiminnallinen osuus**

### **6.1 Ohjausmateriaali terveydenhoitajille**

Opinnäytetyöprosessin aikana kouluterveydenhoitajien ammatillisten konkreettisten työvälaineiden todellinen puute, erityisesti nuorten seksuaalisuuden tukemiseen, tuli ilmi. Aluksi suunnittelin tuottavani teoriapaketin ammatin tueksi terveydenhoitajille lähinnä heitä itseään varten, mutta painopiste muuttui hieman prosessin varrella. Työelämäohjaajani kertoi kaipaavansa lisää koulutusta seksuaalisuuteen liittyvissä asioissa, ja tämä tuli ilmi myös kouluterveydenhuollon harjoittelujakson aikaan ohjaajaltani, toiselta kouluterveydenhoitajalta. Opinnäytetyön ohjaava opettaja oli tammikuussa vuonna 2015 mukana kouluterveydenhoitajien tiimipalaverissa, ja siellä seksuaalisuus aiheena tuli yleiseen keskusteluun. Sel-

visi, että terveydenhoitajia pyydetään edelleen pitämään seksuaalisuuteen liittyviä oppitunteja nuorille, mutta terveydenhoitajat ovat vailla työvälineitä. Tämä oli minulle todella positiivinen ja kannustava uutinen, sillä työni sai entistä enemmän merkitystä työelämässä, ja monet tulevat hyötymään työstäni. Terveydenhoitajat saavat hyödynnettäväkseen ohjausmateriaalin ammatilliseksi tuekseen toimissaan yläkouluiikäisten nuorten kanssa. Ohjausmateriaali sisältää terveydenhoitajille suunnatun teoriapaketin sekä nuorille suunnatun PowerPoint –esityksen esimerkiksi oppitunnin pitoa varten.

## **6.2 Oppitunti kahdeksaluokkalaisille**

Oppitunnin pito kahdeksaluokkalaisille nuorille tuntui kiinnostavalta ja luontevalta sekä on osa opinnäytetyöni toiminnallista osuutta. Aikaisempaa kokemusta nuorten kanssa toimimisesta minulla on kahdesta Tule Tietoiseksi – seksuaaliterveyspäivästä, jotka olemme toteuttaneet muutaman terveydenhoitajaopiskelijan kanssa Kesämäenrinteen yläkoululla vuosina 2013 ja 2014. Valitsin kohde ryhmäksi kahdeksaluokkalaiset, koska heidän ikäryhmänsä elää keskinuoruden vaihetta, jolloin oma persoonallisuus ja seksuaalisuus muodostuvat ja kehittyvät. Yläkoulu on herkkä ympäristö ja ajanjakso kiusaamiselle, joka yleensä kohdistuu erilaiseksi koettuun nuoreen. Tavoitteeni on avartaa nuorten ajatuksia ja asenteita seksuaalista moninaisuutta kohtaan. Tarkoitukseni on muun muassa painottaa nuorten seksuaalisia oikeuksia, joiden turvin jokaisen nuoren tulisi saada kehittyä seksuaalisesti omaksi persoonakseen. Tavoitteenani oppitunnin toteuttamiselle oli myös saada kokemusta seksuaalisuuden moninaisuudesta puhumiseen ryhmän edessä.

Hyödynsin jo luotua suhdetta työelämän puolelle ja otin yhteyttä samaiseen terveystiedon opettajaan, jonka kanssa olin aikaisempina vuosina ollut tekemisissä. Kävin syksyllä 2014 Kesämäen yläkoulun terveystiedon opettajan Aino Pietarilan kanssa keskustelemassa oppitunnin pidon mahdollisuudesta ja aiheesta. Hän antoi minulle toisen terveystiedon opettajan, Markus Iitiän yhteyshenkilöt, sillä Iitiällä oli kyseisenä lukukautena terveystiedon opetusta 8.-luokkalaisille. Otin hänen yhteyttä tammikuun -15 alussa, ja sovimme oppitunnin pidon yhdelle Kesämäen yläkoulun kahdeksannelle luokalle tiistaiksi 27.1.2015 klo 8-9.

Terveystiedon opettaja litiä antoi vapaat kädet tunnin toteutusta varten. Suunnitelin tunnin sisällön opinnäytetyön teoriaosuuteni mukaisesti Power Point –esityksen muotoon. Kiinnitin huomiota esityksen ulkoasuun, jotta nuorten mielenkiinto sekä keskittyminen pysyisi yllä, ja tein esityksen nimenomaan nuorille suunnatuksi. Esitys löytyy opinnäytetyön liitteenä, ja se sisältää tiiviisti ja ytimekkäästi teoriatietoa sekä kysymyksiä ja pohdintaa nuorille. Liitin mukaan myös linkkejä nuorille luotettaviin seksuaalitiedon lähteisiin sekä linkin Setan videojulkaisuun *Moninaisuus on meissä*.

Oppitunti toteutui sovittuna ajankohtana tammikuun 27. päivä. Opettaja aloitti oppitunnin kertomalla tunnin kulusta ja esittelemällä minut. Opettaja siirtyi itse takariviin seuraamaan tuntia. Oppilaita oli paikalla 15, joista poikia muutama enemmän kuin tyttöjä. Tunti eteni PP-esityksen tuella, ja työpöydän asettelun vuoksi seisoin tietokoneen läheisyydessä luokan edessä. Oppilaat olivat odotettua rauhallisempia, ja levottomuutta ei esiintynyt muutamaa tirskahtelua enempää. Havainnoin tunnin kuluessa oppilaiden innostumista aiheesta keskusteluun. Havaitsin kuitenkin, ettei keskustelua synny, joten olin itse enemmän äänessä. Oppilaille tunnin sisältö ei tullut esille ensimmäistä kertaa, sillä he olivat aihetta käsitelleet aiemmin terveystiedon oppitunnilla.

Kokonaisuudessaan oppitunnin pito sujui mielestäni hyvin. Aikataulullisesti oppitunti venyi hieman välitunnin puolelle, mutta se ei oppilaita eikä opettajaa häirinnyt. Ajankulua oli haastavaa suunnitella etukäteen, sillä oppitunnin pito sujuu tilanteen ja kohderyhmän ehdoilla, eikä minulla ollut aiempaa kokemusta tuntien pidosta. Olin valmistautunut joustamaan esitykseni suunnitelmasta tarpeen mukaan. Jos oppilaat olisivat innostuneet keskustelemaan enemmän, olisi minun täytynyt jättää jotain asioita vähemmälle huomiolle. Tunnin alkaessa oma vähäinen jännitys hävisi, ja pidin oppitunnin luontevasti sekä avoimesti nuoret huomioiden. Oppitunnin pidon kautta sain itselleni kokemusta käsitellä seksuaalisuuden aiheita entistä avoimemmin, ja tulevaisuudessa otan asioita varmasti luontevammin puheeksi.

Oppitunnin sisältöön liittyi *Moninaisuus on meissä* –videon katsominen. Videossa esiintyy 18-23 -vuotiaita sateenkaarinuoria, jotka kertovat omakohtaisista kokemuksistaan, esimerkiksi kuinka heidät on sukupuoli- tai seksuaalivähemmistön

edustajina huomioitu elämän varrella. Seurasin oppilaiden katseita ja reaktioita videon edetessä, ja nuorista näki selvästi, kuinka heidän silmänsä aukenivat eri tavalla. Videon ollessa puolivälissä kerroin suunnitelleeni näyttäväni puolet videon kestosta, mutta moni nuori toivoi videon katsottavan loppuun, joten jatkoimme katsomista. Tämä oli yksi tunnin merkittävimmistä hetkistä, sillä selkeästi nuoret kiinnostuivat aiheesta lisää, enkä halunnut kieltää sitä heiltä. Aiheet, joita tunnin aikana kävimme läpi, liittyvät enemmän nuoren omaan seksuaaliseen kasvuun, ja tärkeintä mielestäni oli, että nuoret saivat eväitä asioiden käsittelyyn omassa mielessään.

Oppitunnin päätyttyä nuoret kiittivät tunnista, eikä yksikään kiirehtinyt ulos luokasta, joten koin onnistuneeni tunnin vetäjänä. En kerännyt oppilailta palautetta, sillä oppitunnin tarkoituksena ei ollut pitää nuoria tutkimuskohteena. Opettajalta sain kiitokset sekä palautetta tulevaisuutta ajatellen, sillä oppilaita olisi voinut saada keskustelemaan enemmän, jos olisin varautunut valmiilla kysymyksillä tai johdattelulla. Tämän huomasi itsekkin, ja otan palautteen huomioon lähestyessäni nuoria tulevaisuudessa.

## **7 Pohdinta**

Tulevana terveydenhoitajana toimintaani ohjaavat hoitotyön eettiset ohjeet. Asiakassuhteissa merkittäviä avainsanoja ovat tasa-arvoisuus, oikeudenmukaisuus, luottamuksellisuus ja itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen. Seksuaalisuus on sensitiivinen ja tunteita herättävä aihe. On tärkeää käsitellä omat asenteet ja suhtautuminen seksuaalisuuteen ja sen monimuotoisuuteen, jotta aihe pysyy objektiivisena ja sitä voi käsitellä avoimesti ja ennakkoluulottomasti. Haluan toimia niin sanottuna nuorten puolestapuhujana ja nostaa heidän oikeuksiaan esille. Eettisyyden huomioiminen tulee esille myös siinä, kuinka työelämäohjaaja sekä muut yhteistyökumppanit, esimerkiksi opettajat, suhtautuvat opinnäytetyön aiheeseen.

Opinnäytetyöni tavoitteena on edistää terveydenhoitajien sekä nuorten suvaitsevaisuutta ja avoimuutta seksuaalisen moninaisuuden kohtaamiseen. Terveydenhoitajat ovat avainasemassa tukemassa nuorten kasvua ja kehitystä juuri merkittävän seksuaalisen kehitysvaiheen aikana. Nuoret saattavat kyseisessä vaiheessa usein vetäytyä omiin mietteisiin eivätkä välttämättä koe luonnolliseksi



keskustella vanhempiensa kanssa seksuaalisuuden kysymyksistä. Tällöin terveydenhoitajan on tärkeää viestittää olemuksellaan, että nuori voi kertoa ja kysyä mitä vain, ja terveydenhoitaja on tukena. Terveydenhoitajaa sitoo laillinen vaitiolovelvollisuus, ja tämäkin on hyvä ilmaista nuorelle, mikäli hän epäröi avautua aikuiselle.

Opinnäytetyöni teoriatietoon pohjautuva esitys terveydenhoitajille on heidän hyödynnettävissään jokapäiväisessä työssään. Ohjausmateriaali nuoren seksuaalisen kasvun tueksi on PowerPoint –esityksen muodossa, ja näin terveydenhoitaja voi esimerkiksi pitää nuorille oppitunnin valmiin esityksen mukaisesti. Esitys on niin sanotusti testattu käytännössä, sillä pidin oppitunnin tekemäni esityksen pohjalta. Esitys oli onnistunut ja diasarja juuri sopivan mittainen ajankäyttöön nähden. Näin ollen jo yhden kahdeksannen luokan nuoret ovat päässeet jo hyötymään työstäni. Esitys sisältää oman nimeni ja maininnan roolistani terveydenhoitajaopiskelijana, sillä haluan pitää tekijänoikeuksistani kiinni. Esityksen niin sanotussa infodiassa on myös sähköpostiosoitteeni siltä varalta, että terveydenhoitajilla tulee jotain kysyttävää esityksestäni tai opinnäytetyöstäni. Mikäli kaikki terveydenhoitajat eivät pidä oppitunteja, esityksen voi joko tulostaa ja selaila paperitse, tai sitten tallentaa tietokoneelle omiin tiedostoihin, joista se on helposti ja nopeasti löydettävissä tarpeen ilmetessä. Tällöin terveydenhoitajalla on käytettävissään ohjausmateriaali, jota hyödyntää esimerkiksi nuoren tullessa vastaanotolle kertomaan ja kysymään seksuaalisesta kehityksestään.

Nuoret viettävät nykyään aikaa internetissä joko puhelimen, tabletin tai tietokoneen avulla. He kohtaavat seksiä käsitteleviä viestejä ja mainoksia enemmän kuin koskaan. Nuoret osaavat etsiä tietoa heitä kiinnostavista asioista, mutta eri asia on, kuinka he löytävät internetistä luotettavat lähteet. Toiminnallisen osuuden esitykseen on kerätty linkkejä internetin luotettaviin seksuaalitiedon lähteisiin. Esimerkiksi Mannerheimin Lastensuojeluliitto ja Väestöliitto ovat tehneet nuorille suunnatut sivustot, joista löytyy monipuolista tietoa nuorten omalla kielellä. Jotta nuoret löytävät luotettavaa tietoa, on heitä kannustettava etsimään sitä oikeista paikoista. Kyseiset sivustot sekä muun muassa Sexpo-säätiö tarjoavat nuorille nettineuvontaa ja tukipuhelinpalvelua, jolloin nuori voi nimettömästi avautua ja kysyä mieltään askarruttavista asioista.

Toiminnallisen opinnäytetyön muoto tuntui alusta asti luontevalta vaihtoehdolta, sillä halusin saada oman oppimisen lisäksi aikaan jotakin merkittävää ja hyödyllistä jaettavaksi konkreettisesti myös muille. Opinnäytetyöni toteutui vaiheittain lähennellen Salosen 2013 opinnäytetyön etenemisen mallia. Työ piti sisällään suunnittelua, työstämistä ja tarkistusta itsenäisesti, ja tarvittaessa ohjauksen tuella. Hyödynsin aiempaa työelämäyhteyttä Kesämäenrinteen koululle sekä solmin uusia suhteita työelämään opinnäytetyöprosessini aikana. Opinnäytetyöni on monella tapaa merkittävä, sillä terveydenhoitajat sekä muut sosiaali- ja terveystieteiden ammattilaiset voivat hyödyntää kokoamaani tietoa valmiiksi koottuna. Työelämässä ajallisena haasteena on etsiä uutta tietoa, jolloin tiedot voivat jäädä päivittämättä.

Opinnäytetyön tarkoitukseni onnistui ja pääsin tavoitteisiini. Oppitunnin pidon kautta sain toimia nuorten seksuaalioikeuksien muistuttajana sekä niin sanotusti heidän puolestapuhujanaan. Uskon, että kyseiset nuoret ymmärsivät tarkoitukseni ja suhtautuvat seksuaalisuuden moninaisuuteen avarakatseisemmin. Nuoret saivat myös eväitä oman seksuaalisen kasvunsa pohdintaan ja muodostamiseen. Opinnäytetyöni kautta toivon vaikuttavani myös seksuaalisten asioiden puheeksiottoon myönteisenä osana hoitotyötä. Avoimuus ja suvaitsevaisuus ovat avainsanoja seksuaalisten kysymysten ja asioiden pohdinnassa. Kannustan nuorten seksuaalisuuden moninaisuuden avoimeen ja hyväksyvään kohtaamiseen.

Tämä opinnäytetyö on selkeyttänyt tietojani sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuudesta ja aiheeseen liittyvistä käsitteistä. Olen entistä enemmän kiinnostunut työskentelemään nuorten kanssa tulevaisuudessa, ja tämä työ on myös hyödyksi itselleni tulevassa ammatissani. Oma ammatillinen kasvu on opinnäytetyön tekemisen aikana vahvistunut. Koulutuksemme aikana emme tarkastelleet seksuaalisuuden ja sukupuolen moninaisuutta kursseillamme ollenkaan, joten olen erittäin tyytyväinen valitsemastani aiheesta, sillä näin sain tarvitsemaani ammatillista tietoa aiheesta. Mielestäni on tärkeää panostaa lasten ja nuorten hyvinvointiin, sillä heissä näkyy yhteiskuntamme tulevaisuus. Ennaltaehkäisy on yksi terveydenhoitajan ammatillisuuden avainsanoista, ja on tärkeää tukea nuorten turvallista sekä suotuisaa seksuaalista kasvua ja kehitystä, jotta heistä kasvaisi

seksuaalisesti tasapainoisia nuoria aikuisia. Tämä opinnäytetyö on askel kohti avarakatseisempaa sekä ymmärtäväisempää hoitotyötä ja nuoren seksuaalisen kasvun tukemista.

## Lähteet

- Aaltonen, J. 2012. Turvataitoja nuorille –opas sukupuolisen häirinnän ja seksuaalisen väkivallan ehkäisyyn. THL Opas 21. Helsinki. [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90817/Opas\\_21%20\\_verkko.pdf?sequence=1](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90817/Opas_21%20_verkko.pdf?sequence=1). Luettu 25.9.2014.
- Apter, D., Väisälä, L. & Kaimola, K. (toim). 2006. Seksuaalisuus. Jyväskylä: Duodecim.
- Malinen, J. 2006. Peruskoulun yhdeksäsluokkalaisten käsityksiä seksuaalivähemmistöistä. Nuorisotutkimus 2006(1), 18-24.
- MLL 2015a. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. Nuoren kehitys. [http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu\\_ja\\_kehitys/12\\_15-vuotias/](http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/12_15-vuotias/). Luettu 26.2.2015.
- MLL 2015b. Nuoren kehitys. [http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu\\_ja\\_kehitys/15\\_18-vuotias/](http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/15_18-vuotias/). Luettu 26.2.2015.
- MLL 2015c. Seksuaalinen kehitys. [http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu\\_ja\\_kehitys/12\\_15-vuotias/seksuaalinen\\_kehitys/](http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/12_15-vuotias/seksuaalinen_kehitys/). Luettu 26.2.2015.
- MLL 2015d. Seksuaalinen kehitys. [http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu\\_ja\\_kehitys/15\\_18-vuotias/seksuaalinen\\_kehitys/](http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/15_18-vuotias/seksuaalinen_kehitys/). Luettu 26.2.2015.
- Puusniekka, R. & Kivimäki, H. & Jokela, J. 2012. Nuorten seksuaalikäyttäytymisen 2000-luvulla. Nuorisotutkimus 2012(3), 4-22.
- Ryttyläinen, K. & Valkama, S. 2010. Seksuaalisuus hoitotyössä. Helsinki: EDITA.
- Ryttyläinen, K. & Virolainen L. 2009. Lupa puhua – Asiakkaan ja potilaan seksuaaliohjaus hoitotyössä. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. <http://www.seksologinenseura.fi/tiedostot/LupaPuhua.pdf>. Luettu 20.2.2015.
- Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön – Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. Turku.
- Seta 2015a. Hlbtqi –sanasto. <http://seta.fi/hlbtqi/>. Luettu 20.1.2015.
- Seta 2015b. Sukupuoli. <http://seta.fi/sukupuoli/>. Luettu 20.1.2015.
- Seta 2015c. Transvestisuus. <http://transtukipiste.fi/transvestisuus/>. Luettu 2.3.2015.
- Seta 2015d. Intersukupuolisuus. <http://transtukipiste.fi/intersukupuolisuus/>. Luettu 2.3.2015.

Taavetti, R.2015. Olis siistiä jos ei tarttis määritellä... - Kuriton ja tavallinen sateenkaarinuoruus. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto. [http://www.nuorisotutkimusseura.fi/julkaisuja/hyvinvoiva\\_sateenkaarinuori.pdf](http://www.nuorisotutkimusseura.fi/julkaisuja/hyvinvoiva_sateenkaarinuori.pdf). Luettu 18.2.2015.

Taavetti, R., Alanko K. & Heikkinen, L. 2015. Hyvinvoiva sateenkaarinuori –tutkimushanke. Tiivistelmä. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto.

THL 2014a. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Nuorten hyvinvointi Etelä-Karjalassa 2004-2013. Kouluterveyskysely. [http://www.thl.fi/attachments/kouluterveyskysely/Tulokset/Tulokset\\_alueittain/Esuomi/Ekar/ktkysely\\_Ekar\\_peruskoulu.pdf](http://www.thl.fi/attachments/kouluterveyskysely/Tulokset/Tulokset_alueittain/Esuomi/Ekar/ktkysely_Ekar_peruskoulu.pdf). Luettu 1.10.2014.

THL 2014b. Seksuaalioikeudet <http://www.thl.fi/fi/web/seksuaali-ja-lisaantymisterveys/seksuaalinen-hyvinvointi/seksuaalioikeudet>. Luettu 9.10.2014.

THL 2014c. Edistä, ehkäise, vaikuta – Seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelma 2014 - 2020. [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116162/THL\\_OPAS33\\_VERKKO.pdf?sequence=1](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116162/THL_OPAS33_VERKKO.pdf?sequence=1). Luettu 8.10.2014.

THL 2014d. Seksuaaliterveyteen liittyvät taulukot vuosilta 2000/2001-2013. [http://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely/tulokset/tulokset-aiheittain/seksuaaliterveys#sukupuoliyhdyntymassa\\_olleet](http://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely/tulokset/tulokset-aiheittain/seksuaaliterveys#sukupuoliyhdyntymassa_olleet). Luettu 27.2.2015.

THL 2014e. Sukupuoli. <http://www.thl.fi/fi/aiheet/tietopaketit/seksuaalinen-hyvinvointi/sukupuoli>. Luettu 25.9.2014.

THL 2014f. Seksuaalisuus. <http://www.thl.fi/fi/aiheet/tietopaketit/seksuaalinen-hyvinvointi/seksuaalisuus>. Luettu 1.10.2014.

Vilka, H. 2010. Sukupuolen ja seksuaalisuuden kohtaaminen. Juva: PS-kustannus.

Vilka, H. 2011. Seksuaalinen häirintä. Juva: PS-kustannus.

Väestöliitto 2014a. Seksuaalioikeudet. <http://www.vaestoliitto.fi/nuoret/seksi/seksuaalioikeudet/>. Luettu 8.10.2014.

Väestöliitto 2014b. Seksuaalisuuden portaat. [http://www.vaestoliitto.fi/nuoret/murrosika/seksuaalisuuden\\_portaat/](http://www.vaestoliitto.fi/nuoret/murrosika/seksuaalisuuden_portaat/). 25.9.2014.

Väestöliitto 2014c. Seksuaalinen suuntautuminen. <http://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/tietoa-seksuaalisuudesta/aikuiset/seksuaalisuus-elamankulussa/seksuaalinen-suuntautuminen-ja-s/>. Luettu 2.10.2014.

Väestöliitto 2015a. Nuoren kehitystehtävät. [http://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/tietoa-seksuaalisuudesta/ammattilaiset/tietopankki/nuoruuden\\_kehitystehtavat/](http://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/tietoa-seksuaalisuudesta/ammattilaiset/tietopankki/nuoruuden_kehitystehtavat/). Luettu 12.1.2015.

Väestöliitto 2015b. Laki ja seksuaaliterveys. [http://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/tietoa-seksuaalisuudesta/ammattilaiset/tietopankki/laki\\_ja\\_seksuaaliterveys/](http://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/tietoa-seksuaalisuudesta/ammattilaiset/tietopankki/laki_ja_seksuaaliterveys/). Luettu 1.3.2015.

Väestöliitto 2015c. Kuva seksuaalisuuden portaista. [http://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/tietoa-seksuaalisuudesta/ammattilaiset/tyokalupakki/valineita\\_nuoren\\_kohtaamiseen/seksuaalisuuden\\_portaat/](http://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/tietoa-seksuaalisuudesta/ammattilaiset/tyokalupakki/valineita_nuoren_kohtaamiseen/seksuaalisuuden_portaat/). Luettu 12.1.2015.

## Liite 1. Seksuaalisuuden portaat



(Väestöliitto 2015c.)

## Kouluterveydenhoitajien työvälineeksi (tämä dia on tarkoitettu esittäjälle)

- ▶ Tämä esitys on osa toiminnallista opinnäytetyötäni Nuoren seksuaalisen kasvun tukena –työväline terveydenhoitajille (Saimaan AMK 2015). Esitys on suunnattu yläkouluikäisille nuorille, koskien heidän seksuaalisen kasvun tukemista, ja voit hyödyntää tätä esimerkiksi oppitunnin pidon pohjana.
- ▶ Esityksen ulkoasu ja tekstin tiivis jättää esittäjälle tilaa luoda esityksestä oman persoonan mukainen.
- ▶ Esityksen kesto esittäjän esitystavasta riippuen on n.30-60min. Esitys sisältää linkkejä nuorille suunnattuihin sopiviin tiedonlähteisiin sekä videon "Moninaisuus on meissä" ja aiheeseen liittyvän testin. Videon kesto on 20min, halutessaan siitä voi näyttää noin puolet.
- ▶ Esityksen saat näkymään joko yläpalkin kautta (Diaesitys-Alusta / Nykyisestä diasta) tai sitten alaoikealla näkyvästä fläppitaulun näköisestä painikkeesta. Dioissa nro 6 ja 17 on ns. animaatioasetus eli sinun täytyy painaa joko näppäintä 'nuoli oikealle' tai hiiren painikkeella saadaksesi lauseita/sanoja näkyviin vähän kerrallaan.
- ▶ Toivottavasti esityksestä on sinulle hyötyä ammatissasi. Muista ensin tutustua lähettämääni teoria tietoon, niin esityskin aukeaa paremmin. ☺
- ▶ Miköllä sinulla on jotain kysyttävää esitykseen tai opinnäytetyöhöni liittyen, ota yhteyttä sähköpostitse [jenni.huittinen@hotmail.com](mailto:jenni.huittinen@hotmail.com)

## Nuoren seksuaalisen kasvun tukena

OPINNÄYTETYÖ SAIMAAN AMK, 2015

JENNI HUITTINEN



## Tunnin aiheet:

- ▶ Nuoren seksuaalinen kasvu
- ▶ Nuorten seksuaalioikeudet
- ▶ Seksuaalinen moninaisuus
  - ▶ Seksuaalinen suuntautuminen
  - ▶ Sukupuoli-identiteetti
- ▶ Seksuaalinen häirintä



## Keskinuoruus 15-17v

- ▶ Kehossa tapahtuu/on tapahtunut fyysisiä muutoksia, jotka voivat saada hämillään -> tarvitaan aikaa ja yksityisyyttä sopeutumiseen
- ▶ Minäkuva ja seksuaalisuus kehittyy & oma persoonallisuus muodostuu
- ▶ Vanhemmista irrottaudutaan, vietetään aikaa kavereiden kanssa
- ▶ Nuorella on halu kokeilla ja näyttää mihin kykenee
- ▶ Impulssien kohtaaminen ja tasapainottelu erilaisten impulssien välillä haastaa nuorta toimimaan oikein
  - ▶ Impulsseja aiheuttaa esim. hormonit, kavereiden ideat ja kokeilut, media
  - ▶ Virhearvioinnit, syyllisyys ja kateus mahdollisia seurauksia

## Nuoren seksuaalinen kasvu

- ▶ "Seksuaalisuus on osa ihmistä ja se vaikuttaa tapamme elää, tuntea, ajatella ja rakastaa. Se kehittyy vaiheittain ja kehitys jatkuu koko elämän ajan."
- ▶ Oma keho muuttuu nopeasti, opetellaan toimimaan uuden kehon sekä lisääntyneiden seksuaalisten jännitteiden kanssa
  - ▶ Kaikki seksiin liittyvä kiinnostaa, nähdään seksuaalisvärittäisiä unia, tunnetaan ihastumista ja kaukorakkautta
- ▶ Omaan kehoon voi tutustua turvallisesti esim. itsetyydytyksen avulla, se auttaa tulemaan sinuiksi oman vartalon ja seksuaalisen kehityksen kanssa

Tuntuuko joskus siltä, että ihmiset tulee liian lähelle?

..Että pitäis olla valmis vaikka mihin?

Tuntuuko siltä, että muut määrää tahdin?

Millaisessa maailmassa minä haluan elää?



Mietityttääkö joskus, missä ne omat rajat menee?

Miltä minusta tuntuu? Mitä mieltä minä olen?

Onko tämä minun kehoni minun oma? Onko minulla oikeus määrätä kuka saa koskea ja miten?

Kuka niistä päättää? Kysyykö minulta itseltäni kukaan mitään?

## Nuorten seksuaalioikeudet

- ▶ Oikeus nauttia omasta kehostaan ja seksuaalisuudestaan.
- ▶ Kukaan ei saa kiusata, syrjiä tai loukata nuorta hänen sukupuolensa, seksuaalisten erityispiirteidensä, kehittyneisyytensä tai kehittymättömyytensä vuoksi.
- ▶ Nuorta ei saa haukkua hänen seksuaalisuuttaan loukkaavasti (esim. huoraksi tai homoksi) eikä ahdistella seksuaalisesti.
- ▶ Oikeus seksuaalisen suuntautumisensa mukaiseen tyydyttävään seksuaalisuuteen ja sukupuolielämään, kunhan ei vahingoita eikä alistu ketään toista.

## Nuorten seksuaalioikeudet

- ▶ Oikeus osoittaa seksuaalista halukkuutta ja oikeus peräytyä ja kieltäytyä missä tahansa seksuaalisen tapahtuman vaiheessa
- ▶ Aikuisilla on velvollisuus tiedottaa nuorille heidän seksuaalisista oikeuksistaan, jotta he ymmärtävät vaatia niitä ja suojella itseään.

Lähde: Väestöliitto 2014

## "Mun kroppa. Mä päätän." -kampanja

- ▶ Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) kampanja v.2013  
<http://www.munkroppa.fi/>
- ▶ Tavoitteena, että :
  - ▶ Nuoret tiedostavat omat seksuaaliset oikeutensa ja heitä loukkaavan käyttäytymisen.
  - ▶ Nuoret tunnistavat uhkatilanteita ja uskaltavat puhua kaverille, vanhemmille tai muulle aikuiselle.
- ▶ Kampanja suunnattu 15-17 -vuotiaille nuorille
- ▶ Kampanjaa tukevat mm. näyttelijä Krista Kosonen ja artistit Redrama, Brädi, Olavi Uusivirta, Mira Luoti PMMP:stä ja Jannica B

## Seksuaalinen suuntautuminen

- ▶ Seksuaalinen suuntautuminen on ihmisen ominaisuus
  - ▶ kertoo siitä, kehen ihminen tuntee vetovoimaa, ihastuu tai rakastuu
- ▶ Seksuaalista suuntautumista toista kohtaan on tärkeä pohtia omien tunteiden ja oman sukupuolen kokemuksen pohjalta.
- ▶ Seksuaalisen suuntautumisen ajatus yleensä kirkastuu murrosiästä lähtien, mutta voi muuttua vielä aikuisiälläkin.

## Seksuaalinen suuntautumisen muotoja:

- ▶ Heteroseksuaalisuus -> ihminen tuntee vetovoimaa vastakkaista sukupuolta kohtaan
- ▶ Biseksuaalisuus -> vetovoima omaa sekä vastakkaista sukupuolta kohtaan
- ▶ Homoseksuaalisuus -> vetovoima omaa sukupuolta kohtaan
- ▶ Transsuuntautuneisuus -> tuntee vetovoimaa transihmisiä kohtaan

## Seksuaalinen suuntautuminen

- ▶ Aseksuaalisuus tarkoittaa että ihminen kokee tunteellista vetovoimaa toista ihmistä kohtaan, mutta ei koe halua seksuaaliseen kanssakäymiseen
- ▶ Ihminen voi myös tietoisesti jättää itsensä nimeämättä mihinkään seksuaaliseen luokkaan, sillä hän voi kokea sen rajoittavan tunteitaan
- ▶ *Yhteiskunnassamme vallitsee vahva heteronormi – kaikkien oletetaan olevan heteroita – oletteko huomanneet?*



## Sukupuoli-identiteetti



- ▶ Sukupuoli koetaan monin tavoin
- ▶ Sukupuolen voi käsittää esim. biologisella ja sosiaalisella tavalla
- ▶ Sukupuoli muodostuu oman kokemuksen ja sukupuoleen liittyvien tekojen, tapojen, tunteiden sekä vuorovaikutustilanteiden perusteella
- ▶ Ristiriitaa voi aiheutua, jos ei tunne omakseen sukupuolta, joka syntymätilanteessa on määritelty

## Seksuaalinen moninaisuus

- ▶ " Moninaisuus on meissä "
- ▶ <https://www.youtube.com/watch?v=0aSZscx3y9A>

Käsitteet:

<http://seta.fi/hlbti/>



## Seksuaalinen häirintä



### ▶ Etelä-Karjalan 8.luokkalaisista

- ▶ 50 % on kokenut seksuaalista häirintää joskus tai toistuvasti
- ▶ 13 % on kokenut seksuaalista väkivaltaa joskus tai toistuvasti

(Vuonna 2013 tehdyn THL:n kouluterveyskyselyn mukaan, vastannut 2364 oppilasta)

## Seksuaalinen häirintä

- ▶ Huomiointi muuttuu häirinnäksi jos sitä jatketaan, vaikka kohteena oleva kokee ja ilmaisee sen loukkaavana.
- ▶ Seksuaalista häirintää on
  - ▶ esimerkiksi vihjaillevat ilmeet, huudahdukset, kaksimieliset viisit sekä nimittely joko kasvotusten, puhelimitse tai sähköpostilla
- ▶ Häirintä voi liittyä vaatetukseen tai vartaloon
- ▶ Häirintä voi tapahtua myös fyysisellä koskettelulla, eroottisävytteisillä ehdotuksilla tai vaatimuksilla, ja siihen voi liittyä vakavaa seksuaalista väkivaltaa, raiskaus tai sen yritys.

## Mitä seksuaalinen häirintä aiheuttaa?



## Mistä löytyy tietoa & tukea nuorelle?

- ▶ Mannerheimin Lastensuojeluliitto
  - ▶ <http://www.mll.fi/nuortennetti/>
- ▶ Väestöliitto
  - ▶ <http://www.vaestoliitto.fi/nuoret/>
- ▶ Sexpo-säätiö
  - ▶ <http://www.sexpo.fi/nuorille/>
- ▶ Seta ry
  - ▶ <http://seta.fi/tietoa-nuorille/>



"Testaa tietosi" 😊

- ▶ <http://www.mil.fi/nuortennetti/omakehitys/seksuaalisuus/suuntautuminen/testi/>

Mukavaa koulupäivän jatkoa! 😊



## Lähteet terveydenhoitajien käyttöön:

- ▶ Aaltonen, J. 2012. Turvataitoja nuorille –opas sukupuolisen häirinnän ja seksuaalisen väkivallan ehkäisyyn -> [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90817/Opas\\_21%20\\_verkko.pdf?sequence=1](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90817/Opas_21%20_verkko.pdf?sequence=1)
- ▶ Ryttyläinen, K. & Valkama, S. 2010. Seksuaalisuus hoitotyössä.
- ▶ Seto
  - ▶ <http://seto.fi/sukupuoli/>
  - ▶ Sukupuolen moninaisuus –opas -> [https://www.dropbox.com/s/eou3r398zb1uvay/sukupuolen\\_moninaisuus\\_2014\\_oukeamat.pdf?dl=0](https://www.dropbox.com/s/eou3r398zb1uvay/sukupuolen_moninaisuus_2014_oukeamat.pdf?dl=0)
- ▶ THL
  - ▶ Nuorten hyvinvointi Etelä-Karjalassa 2004-2013. Kouluterveyskysely. [http://www.thl.fi/attachments/kouluterveyskysely/Tulokset/Tulokset\\_alueittain/Esuomi/Ekar/ktkysely\\_Ekar\\_peruskoulu.pdf](http://www.thl.fi/attachments/kouluterveyskysely/Tulokset/Tulokset_alueittain/Esuomi/Ekar/ktkysely_Ekar_peruskoulu.pdf)
  - ▶ <http://www.thl.fi/fi/web/seksuaali-ja-isaantymisterveys/seksuaalinen-hyvinvointi/seksuaalisuus>
- ▶ Vilka, H. 2010. Sukupuolen ja seksuaalisuuden kohtaaminen.
- ▶ Vilka, H. 2011. Seksuaalinen häirintä.
- ▶ Väestöliitto
  - ▶ [http://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/tietoa-seksuaalisuudesta/ammattilaiset/tietopankki/nuoruuden\\_kehitystehtavat/](http://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/tietoa-seksuaalisuudesta/ammattilaiset/tietopankki/nuoruuden_kehitystehtavat/)
  - ▶ <http://www.vaestoliitto.fi/nuoret/seksi/seksuaaliloksedet/>
  - ▶ <http://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/tietoa-seksuaalisuudesta/aikuiset/seksuaalisuus-elamankulussa/seksuaalisen-suuntautuminen-ja-s/>