

Merja Saari ja Iina Tervo

"SE EI OLEKAAN PELKKÄÄ SEKSIÄ"

Ohjaustuokit seksuaalisuudesta lievästi kehitysvammaisten naisten ryhmälle

Opinnäytetyö
Kajaanin ammattikorkeakoulu
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala
Hoitotyön koulutusohjelma
Syksy 2012



Koulutusala Sosiaali-, terveystyö- ja liikunta-ala	Koulutusohjelma Hoitotyön koulutusohjelma
Tekijä(t) Merja Saari ja Iina Tervo	
Työn nimi "Se ei olekaan pelkkää seksiä" - Ohjaustuokiota seksuaalisuudesta lievästi kehitysvammaisten naisten ryhmälle	
Vaihtoehtoiset ammattipinnot Terveydenhoitotyö	Ohjaaja(t) Pirjo Leskinen ja Teija Ravelin Toimeksiantaja Kainuun maakunta -kuntayhtymä, Toimintakeskus Pihlaja
Aika Syksy 2012	Sivumäärä ja liitteet 68 + 22
<p>Suunnittelimme ja toteutimme opinnäytetyömme Kajaanissa sijaitsevan Toimintakeskus Pihlajan lievästi kehitysvammaisten naisten ryhmälle. Keväällä 2012 järjestimme heille opinnäytetyönämme kolme seksuaalisuuteen liittyvää ohjaustuokiota.</p> <p>Tarkoituksenamme oli suunnitella, toteuttaa ja arvioida ohjaustuokiota, joiden aiheina olivat seksuaalisuus -käsite, vuorovaikutustaidot ja oman kehon itsemääräämisoikeus ja omasta hygieniasta huolehtiminen. Tarkoituksenamme oli ohjata Toimintakeskus Pihlajan naisten ryhmäläisiä heidän osallisuuttaan tukevalla tavalla. Tavoitteenamme oli edistää ryhmäläisten seksuaaliterveyttä yksilö- ja ryhmätasolla. Lisäksi sekä meidän, että toimeksiantajan tavoitteena oli, että tuottamaamme ohjaustuokiomateriaalia voidaan hyödyntää myöhemmin.</p> <p>Toiminnallisessa opinnäytetyössä kysymysten asettelu täsmentää mitä ollaan tekemässä (Vilkkä & Airaksinen 2004, 30), joten asettamamme ohjaavat kysymykset opinnäytetyöllemme ovat:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Millä keinoilla voi ohjata lievästi kehitysvammaisten naisten ryhmää seksuaalisuuteen, vuorovaikutustaitoihin, oman kehon itsemääräämisoikeuteen ja omasta hygieniasta huolehtimiseen liittyen?2. Millaisia valmiuksia ryhmän ohjaaja tarvitsee ohjatessaan lievästi kehitysvammaisten henkilöiden ryhmää?3. Miten Pihlajan naisten ryhmän jäsenet kokevat seksuaalisuuden käsittelemisen ohjaustuokioiden aikana? <p>Kehitysvammaisuus ja seksuaalisuus yhdessä koetaan usein kielteisiä tunteita herättävänä asiana, koska seksuaalisuuden ei ajatella kuuluvan kehitysvammaisille henkilöille (Palonen-Munnukka 2009, 76). Havaitimme myös Toimintakeskus Pihlajan naisten ryhmäläisten olevan sitä mieltä ennen ohjaustuokiota, ettei seksuaalisuus kosketa heitä millään tavalla ja he yhdistivät sen vain yhdynnäksi. Ryhmäläisiin ennakkoon tutustuminen paransi mahdollisuuksia onnistuneiden ohjaustuokioiden järjestämiseen.</p> <p>Ohjaustuokioiden perusteella havaitimme, että yhden ohjausmenetelmän käyttö samanaikaisesti on kannattavaa ja ohjausmenetelmästä riippumatta ohjaukseen on varattava riittävästi aikaa ryhmäläisten tarpeiden mukaisesti. Ryhmäläisten tasavertaisen kohtelun toteutumiseksi ryhmän ohjaajan on tärkeää hyväksyä ryhmän jäsenten yksilölliset piirteet ja tuen tarpeet. Havaintojemme ja saadun palautteen perusteella voimme päätellä, että ryhmäläisten ajatukset seksuaalisuudesta monipuolistuivat ohjaustuokioiden aikana ja seksuaalisuuden käsitteleminen herätti heissä erilaisia tuntemuksia.</p>	
Kieli	Suomi
Asiasanat	Kehitysvammaisuus, seksuaalisuus, lievästi kehitysvammaisen ohjaus
Säilytyspaikka	<input checked="" type="checkbox"/> Verkkokirjasto Theseus <input type="checkbox"/> Kajaanin ammattikorkeakoulun kirjasto

School Health and Sports	Degree Programme Nursing
Author(s) Saari Merja and Tervo Iina	
Title "It Is Not Sex Only" – Lessons about sexuality for a group of women with mild learning disability	
Optional Professional Studies Public Health Nursing	Instructor(s) Leskinen Pirjo and Ravelin Teija
	Commissioned by The Joint Authority of Kainuu Region, Day Activity Centre Pihlaja
Date Autumn 2012	Total Number of Pages and Appendices 68 + 22
<p>This thesis is based on the planning and implementation of three counseling sessions on sexuality that were given to a group of women with mild learning disability in spring 2012. The purpose was to plan, implement and evaluate counseling sessions of the themes which were sexuality as a concept, interpersonal skills, self-determination and personal hygiene. The goal was to promote the sexual health of the group members at the Day Activity Centre Pihlaja at an individual and group level. It was expected that the counseling material could be used later.</p> <p>The research questions were as follows:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. How can a group of women with mid learning disability be counseled on sexuality, interpersonal skills, self-determination and personal hygiene? 2. What kind of skills does a counselor need to counsel a group of persons with mild learning disability? 3. How do women in this group at Pihlaja experience discussion on sexuality during the sessions? <p>Before the sessions, members in the women group at Pihlaja thought that sexuality referred to only sexual intercourse. During the sessions it became evident that only one counseling method could be used at a time and that regardless of the counseling method enough time had to be given to the members of the group. It is important that different persons are accepted in the group.</p> <p>The observations and feedback received show that the women in the group learned many things about sexuality and that discussion on sexuality evoked many kinds of feelings.</p>	
Language of Thesis	Finnish
Keywords	Mental disability, sexuality, counseling persons with mild learning disability
Deposited at	<input checked="" type="checkbox"/> Electronic library Theseus <input type="checkbox"/> Library of Kajaani University of Applied Sciences

ALKUSANAT

*Seksuaalisuus on suuri ja kiehtova aihe.
Sen voi nähdä monin eri tavoin ja
jokainen omalla tavallaan,
eikä yhtä oikeaa näkökantaa ole.
Seksuaalisuus on mahdollisuus,
eikä sen pitäisi olla ahdistuksen aiheuttaja,
tai elämää rajoittava tekijä.
Bildjuschkin & Ruuhilähti*



Kiitos Toimintakeskus Pihlajan naisten ryhmäläisille mukavasta yhteistyöstä, ja kiitos myös kaikille opinnäytetyöprosessissamme mukana olleille ja meitä tukeneille henkilöille.

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	1
2 TOIMINTAKESKUS PIHLAJA - ”OMALLA TAIDOLLA, OMAAN TAHTIIN, HYVÄLLÄ MIELELLÄ”	3
3 KEHITYSVAMMAISUUS	4
3.1 Kehitysvammaisuus sosiaalisesta, lääketieteellisestä ja toimintakyvyn näkökulmasta	5
3.2 Kehitysvammaisuuden syitä	6
3.3 Lievä älyllinen kehitysvammaisuus	6
3.4 Downin oireyhtymä	7
4 SEKSUAALISUUS	9
4.1 Seksuaalisuus kehitysvammaisen elämässä	9
4.2 Seksuaaliterveyden edistäminen	11
4.2.1 Seksuaaliterveyden edistäminen yksilö-, yhteisö- ja yhteiskuntatasolla	11
4.3 Seksuaalikasvatus	12
4.4 PLISSIT-malli seksuaalineuvonnan jäsentäjänä	13
5 KEHITYSVAMMAISEN OHJAUS	15
5.1 Kehitysvammaisen oppiminen	15
5.2 Selkokielineen vuorovaikutus	17
5.2.1 LOVIT-malli vuorovaikutuksen tukena	18
6 OSALLISUUS	20
6.1 Seksuaalisuus osallisuudessa	20
7 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA OHJAAVAT KYSYMYKSET	22
7.1 Ohjaustuokiokohtaiset tavoitteet	23
8 OHJAUSTUOKIOIDEN SUUNNITTELU JA TOTEUTUS	24
8.1 Ohjaustuokioiden suunnittelu	24
8.1.1 Ohjaustuokioiden suunnitteluun vaikuttavat tekijät	26
8.2 Ohjaustuokioiden toteutus	27
8.2.1 Ensimmäinen ohjaustuokio: Seksuaalisuus -käsite	28

8.2.2 Toinen ohjaustuokio: Vuorovaikutustaidot ja oman kehon itsemääräämisoikeus	30
8.2.3 Kolmas ohjaustuokio: Omasta hygieniasta huolehtiminen	32
8.3 Yhteenveto ohjaustuokioiden toteutuksesta	35
9 OHJAUSTUOKIOIDEN ARVIOINTI	36
9.1 Ryhmäläisiin ennakkoon tutustumisen merkitys	36
9.2 Arviointi ensimmäisestä ohjaustuokiosta: Seksuaalisuus -käsite	37
9.3 Arviointi toisesta ohjaustuokiosta: Vuorovaikutustaidot ja oman kehon itsemääräämisoikeus	38
9.4 Arviointi kolmannelta ohjaustuokiosta: Omasta hygieniasta huolehtiminen	40
9.5 Yhteenveto ohjaustuokioiden arvioinnista	42
10 TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET	45
11 POHDINTA	48
11.1 Luotettavuus	48
11.1.1 Uskottavuus	49
11.1.2 Opinnäytetyön tulosten siirrettävyys	50
11.1.3 Varmuus	51
11.1.4 Vahvistettavuus	52
11.1.5 Lähteiden käyttö	52
11.2 Eettisyys	53
11.3 Työnjako ja vastuu opinnäytetyöprosessin aikana	55
11.4 Opinnäytetyöprosessi ja ammatillinen kasvu	56
11.5 Jatkotutkimusaiheet	58
LÄHTEET	59
LIITTEET	

1 JOHDANTO

Toteutimme opinnäytetyönämme toukokuussa 2012 kolme seksuaalisuuteen liittyvää ohjaustuokiota, jotka suunnattiin Toimintakeskus Pihlajassa toimivalle lievästi kehitysvammaisten naisten ryhmälle. Kainuun maakunta -kuntayhtymän alaisuudessa toimiva Toimintakeskus Pihlaja tarjoaa toimintaa peruskoulun päättäneille ja ammattiopinnoissa oleville kehitysvammaisille.

Seksuaalisuus on kaikissa elämänvaiheissa ja elämäntilanteissa yksi ihmisen hyvinvoinnin, terveyden ja elämänlaadun tekijä. Toimiva seksuaalisuus on osa terveyttä ja mielenterveyttä. Kehitysvammaisilla henkilöillä tulee olla samat oikeudet toteuttaa seksuaalisuuttaan, kuin muillakin. Kehitysvammaisia henkilöitä kohtaan on kuitenkin enemmän rajoituksia ja kieltoja ja he saavat vähemmän tietoa ja valmiuksia omien ihmissuhteiden ja seksuaalisuuden jäsentämiseen. (Ilmonen 2001, 5.)

Koemme seksuaalisuuden käsittelemisen tärkeäksi, ja koska saimme Toimintakeskus Pihlajalta paljon vapauksia aiheen valinnan suhteen, tuntui luonnolliselta valita aiheeksi seksuaalisuus. Sen käsitteleminen kehitysvammaisten kanssa antaa heille valmiuksia tehdä itse paremmin vastuullisia päätöksiä. Seksuaaliterveyteen liittyvän ohjauksen ei ole todettu lisäävän kehitysvammaisten henkilöiden seksuaalista aktiivisuutta tai kokeilunhaluja. (Palonen-Munnukka 2011, 26.)

Tarkoituksenamme oli suunnitella, toteuttaa ja arvioida ohjaustuokiota, joissa käsitelimme seksuaalisuus -käsitettä, vuorovaikutustaitoja ja oman kehon itsemääräämisoikeutta ja oman hygienian huolehtimista. Tavoitteenamme oli edistää Toimintakeskus Pihlajan naisten ryhmäläisten seksuaaliterveyttä yksilö- ja ryhmätasolla. Lisäksi sekä meidän, että Toimintakeskus Pihlajan henkilökunnan tavoitteena oli, että ohjaustuokiomateriaalia voidaan hyödyntää myöhemmin.

Terveydenhoitaja on terveyden edistämisen asiantuntija sen eri osa-alueilla (Kajaanin ammattikorkeakoulun opinto-opas 2009-2010, 17 - 19). Koemme, että opinnäytetyöprosessimme kehitti monipuolisesti ammatillista osaamistamme. Hoitotyön koulutusohjelman mukaisista kompetensseista eli tavoitteista erityisesti ohjaus- ja opetusosaamisemme kehittyi opinnäytetyöprosessin aikana. Hoitotyön asiakkuusosaamisen merkitys korostui opinnäytetyöprosessin aikana, koska eettinen ajattelu ja toiminta olivat

opinnäytetyön aiheen arkaluontoisuuden vuoksi tärkeitä. Toimintamme perustui asiakaslähtöisyyteen, koska halusimme toteuttaa kohderyhmälle sisällöltään merkityksellisiä ohjaustuokioita. Opinnäytetyönä tarjosimme seksuaaliterveyttä edistävää ohjausta, jonka ansiosta kehitimme terveyden edistämisen osaamistamme.

2 TOIMINTAKESKUS PIHLAJA -

”OMALLA TAIDOLLA, OMAAN TAHTIIN, HYVÄLLÄ MIELELLÄ”

Toimintakeskus Pihlaja on kehitysvammaisille suunnattu päivä- ja työtoimintaa tarjoava keskus. Se toimii Kainuun maakunta -kuntayhtymän alaisuudessa ja on osa vammaispalveluita. Toimintakeskus Pihlajan toimintakausi alkaa vuosittain elokuussa ja päättyy seuraavan vuoden kesäkuussa. Toimintakeskus tarjoaa toimintaa peruskoulunsa päättäneille ja iltapäivätoimintaa ammattiopinnoissa oleville kehitysvammaisille. Jokaiselle Toimintakeskuksen asiakkaalle tehdään kerrallaan vuodeksi henkilökohtainen tavoitteellinen viikko-ohjelma. Toimintakeskuksen tarjoamaan päivä- ja työtoimintaan sisältyy esimerkiksi arkielämän taitojen ja sosiaalisten taitojen harjoittelu. Toimintatuokioiden sisältöä kehitetään asiakkaiden tuen tarpeen ja mielenkiinnon kohteiden mukaan. Motto eli iskulause ”*omalla taidolla, omaan tahtiin, hyvällä mielellä*” kuvaa lyhyesti Toimintakeskus Pihlajan toiminnan periaatetta. (L. Leskelä, henkilökohtainen tiedonanto 26.9.2012; Toimintakeskus Pihlaja -esite n.d)

Toimintakeskuksen arkipäiviin kuuluu esimerkiksi musiikkia, rentoutumista, kodinhoitoa, uutisia ja yhteiskunnan asioita käsitteleviä toimintaryhmiä. Jokaisen ryhmän toiminnan päämääränä on kuntouttava työote. Ryhmiä ohjaavat Toimintakeskus Pihlajan henkilökunta, johon kuuluu kymmenen ohjaajaa ja yksi henkilökohtainen avustaja -ohjaaja. (L. Leskelä, henkilökohtainen tiedonanto 26.9.2012; Toimintakeskus Pihlaja -esite n.d.)

Opinnäytetyömme on suunniteltu Toimintakeskus Pihlajan lievästi kehitysvammaisten naisten ryhmälle. Ryhmään kuuluu viisi henkilöä. Neljällä ryhmän jäsenellä on diagnosoitu lievä älyllinen kehitysvammaisuus ja yhdellä heistä lisäksi Downin oireyhtymä. Yhdellä ryhmäläisistä ei ole kehitysvammadiagnoosia, mutta tuen tarpeen vuoksi hän soveltuu ryhmän jäseneksi. Ryhmän ohjaajina toimivat kehitysvammaisten ohjaaja Leena Leskelä ja viriketyönohjaaja-artesaani Paula Hämäläinen. (L. Leskelä, henkilökohtainen tiedonanto 16.2.2012.) Leena Leskelä toimi myös työelämäohjaajanamme opinnäytetyöprosessin aikana. Opinnäytetyössä käytämme Toimintakeskus Pihlajan naisten ryhmästä jatkossa nimitystä Pihlajan naisten ryhmä.

3 KEHITYSVAMMAISUUS

Lain mukaan kehitysvammaiseksi voidaan määritellä henkilö, jonka kehitys tai henkinen toiminta on estynyt tai häiriintynyt synnynnäisen tai kehitysiässä saadun sairauden, vian tai vamman vuoksi (Laki kehitysvammaisten erityishuollosta 23.6.1977/519). Maailman terveysjärjestön (WHO) ICD-10 -tautiluokitus jakaa kehitysvammaisuuden vaikeusasteet lievään, keskiasteiseen, vaikeaan ja syvään älylliseen kehitysvammaan (WHO 2010). Älyllisen kehitysvammaisuuden vaikeusasteen määrittäminen ei ole selvärajaista, joten se ei yksinään riitä ennustamaan yksilön elämässä selviytymistä. Henkilön todellinen suorituskky selviää olosuhteissa, jossa ei ole toimintaa häiritseviä tekijöitä. (Kaski, Manninen & Pihko 2012, 19.) Kehitysvammaisuus ilmenee alle 18-vuotiaana (American Association on Intellectual and Developmental Disabilities 2012; Arvio & Aaltonen 2011, 12; Ikonen 1999, 85; Kaski ym. 2012, 16.)

ICD-10 -tautiluokituksessa älyllinen kehitysvammaisuus määritellään tilaksi, jossa henkisen suorituskyyyn kehitys on epätäydellinen tai estynyt. Puutteita voi olla kognitiivisissa, kielellisissä, motorisissa tai sosiaalisissa taidoissa. (Kaski ym. 2012; Launonen 2007, 79; Matero 2004, 165.) ICD-10 sisältää kolme kriteeriä, joiden mukaan kehitysvammadiagnoosi voidaan määrittää. Yksi kriteereistä on, että psykologin tekemässä tutkimuksessa henkilön älykkyydosamäärä on alle 70. Lisäksi kehitysvammadiagnoosin kriteerinä on, etteivät henkilön adaptiiviset taidot vastaa henkilön ikätasoa ja vamma havaitaan henkilön ollessa kehitysiässä eli alle 18-vuotias. (Arvio ym. 2011, 12.)

AAIDD:n eli American Association on Intellectual and developmental Disabilities, määritelmän mukaan kehitysvammaisuus on tila, jossa henkilön toimintakyky on huomattavasti rajoittunut. Henkilöllä on rajoituksia vähintään kahdessa adaptiivisten taitojen osa-alueessa. Adaptiivisiin taitoihin kuuluvat itsestä huolehtiminen, kommunikaatio, sosiaaliset taidot, kotona asuminen, yhteisössä toimiminen, oppimiskyky, itsehallinta, terveys, turvallisuus, vapaa-aika ja työ. (Arvio ym. 2011, 12 – 13; Ikonen 1999, 85; Kaski ym. 2012, 16; Matero 2004, 165.) Lisäksi ominaista on keskimääräisesti heikompi älyllinen suorituskky. Kehitysvammaisen henkilön älykkyydosamäärä on alle 70-75, kun se muun väestön osalta on pääsääntöisesti 80-120. (Arvio ym. 2011, 13; Kaski ym. 2012, 16 - 17.) Henkilön älykkyydosamäärä antaa suuntaa älyllisen kehitysvammaisuuden asteelle ja älykkyyosälle, mutta

tarkkaa rajaamista on kuitenkin syytä välttää (TAULUKKO 1). Kehitysvammaisuuden aste kertoo henkilön senhetkisen toimintakyvyn. (Kaski ym. 2012, 18.)

Arvion ym. (2011, 12) mukaan kehitysvammaisuus näyttäytyy laaja-alaisesti vaikuttaen heikentävästi henkilön sosiaalisiin, kielellisiin, älyllisiin ja motorisiin taitoihin, omatoimisuuteen, tarkkaavaisuuteen ja hahmottamiskykyyn.

Älyllisen kehitysvammaisuuden aste	Älykkyydosamäärä (ÄO)	Älykkyyssikä (v)
Lievä (Mild mental retardation)	50-69	9-12
Keskivaikea (Moderate mental retardation)	35-49	6-9
Vaikea (Severe mental retardation)	20-34	3-6
Syvä (Profound mental retardation)	alle 20	0-3

(WHO 2010.)

TAULUKKO 1 Älyllinen kehitysvammaisuus.

3.1 Kehitysvammaisuus sosiaalisesta, lääketieteellisestä ja toimintakyvyn näkökulmasta

Kehitysvammaisuutta voidaan tarkastella sosiaalisesta, lääketieteellisestä ja toimintakykyä käsittelevästä näkökulmasta. Sosiaalinen näkökulma korostaa, että kehitysvammainen henkilö on samanlainen kuin muutkin, mutta on riippuvainen toisten ihmisten avusta. Lääketieteellinen näkökulma tarkastelee vamman syitä ja sen vaikutuksia henkilön terveydentilaan ja hyvinvointiin. Siinä kehitysvammaisuuden määrittämiseen vaikuttaa se, mitä pidetään lääketieteellisesti normaalina, terveenä ja vammattomana. Toimintakyvyn näkökulma arvioi henkilön arjessa selviytymisen taitoja ja elämänlaatua. Henkilön toimintakyky on erilainen ympäristöstä riippuen. (Rajaniemi & Seppälä 2012a; Rajaniemi & Seppälä 2012b; Rajaniemi & Seppälä 2012c.)

3.2 Kehitysvammaisuuden syitä

Kehitysvammaisuutta aiheuttavien tekijöiden määrittelyssä käytetyin on ICD-10 -tautiluokitus. Jo raskauden aikana tietyt periytyvät sairaudet, hermoston kehityshäiriöt ja kromosomipoikkeavuudet voidaan todeta tutkimuksilla. Kuitenkin useimmin kehitysvammaisuutta epäillään ensimmäisten elinvuosien aikana, mutta hyvin lieviä poikkeavuuksia havaitaan yleensä vasta kouluiän alkaessa. (Kaski ym. 2012, 25; Matero 2004, 166.)

Kehitysvammaisuuden syyt jaetaan perintötekijöistä johtuviin, prenataalsiin, perinataalsiin ja postnataalsiin syihin. Yleisimpiä kehitysvammaisuuden syitä ovat perintötekijöistä johtuvat syyt, kuten periytyvät sairaudet, joita on noin kolmasosa. Prenataalisista eli synnytystä edeltävistä syistä yleisimpiä ovat esimerkiksi tuntemattomista syistä johtuvat epämuodostumat ja sikiön kasvun ja ravitsemuksen häiriöt. Yleisin perinataalinen eli synnytyksen alkamisesta ensimmäisen elinkuukauden loppuun ajoittuvista syistä on syntymään ja synnytykseen liittyvät keskushermoston vauriot. Sen sijaan postnataalisista eli ensimmäisen elinkuukauden jälkeen ajoittuvista syistä yleisimpiä ovat erilaiset infektiot. Neljäsosassa tapauksista kehitysvammaisuuden syy jää tuntemattomaksi. (Kaski ym. 2012, 26; Matero 2004, 167, 173, 175; Mäki 2011.) Usein aiemmin tuntematon kehitysvammaisuuden syy osoittautuu geneettiseksi (Kaski ym. 2012, 26).

3.3 Lievä älyllinen kehitysvammaisuus

Lievä älyllinen kehitysvammaisuus aiheuttaa koulussa oppimisvaikeuksia (Kaski ym. 2012, 19; Matero 2004, 176). Lievästi kehitysvammainen henkilö ymmärtää usein oman erilaisuutensa, mikä voi aiheuttaa huonommuuden tunnetta ja vaikuttaa heikentävästi henkilön itsetuntoon (Matero 2004, 176). Lievästi kehitysvammainen henkilö on toiminnassaan omatoiminen, mutta tarvitsee usein tukea asioimiseen ja tarvitsemiensa palvelujen hankkimiseen. Henkilö pystyy aikuisena asumaan joko kokonaan itsenäisesti tai pienen tuen turvin ja kykenee tekemään työtä tuetusti. (Arvio ym. 2011, 22; Kaski ym. 2012, 19; Matero 2004, 176, 180). Lievästi kehitysvammaisella henkilöllä voi olla vaikeuksia hallita rahankäyttöä ja helposti johdateltavissa olevuutensa takia vaarana on joutua erilaisen hyväksikäytön kohteeksi (Kaski ym. 2012, 19).

3.4 Downin oireyhtymä

Downin oireyhtymän aiheuttaa trisomia kromosomissa 21, mikä tarkoittaa, että kromosomia 21 on kahden sijasta kolme kappaletta (Arvio ym. 2011, 67; Matero 2004, 167; Wilska 2011). Suurin yksittäinen syy kehitysvammaisuuteen on 21-trisomia. Älyllisesti kehitysvammaisista henkilöistä yhdellä kymmenestä on lisäksi sen aiheuttama oireyhtymä. Äidin ikä vaikuttaa Downin oireyhtymän sairastumisriskiin. (Kaski ym. 2012, 65.) Suomalaisen lääkärisseura Duodecimin (2010), mukaan 20-vuotiailla äideillä yhdellä lapsella 2000:sta, 30-35 -vuotiailla yhdellä 350:sta ja yli 45-vuotiailla yhdellä 30:stä on Downin oireyhtymä. Downin oireyhtymän mahdollisuutta voidaan selvittää jo raskausaikana lapsivedestä tehtävällä kromosomiviljelyllä (Matero 2004, 166; Väestöliitto 2012; Wilska 2000, 46).

Downin oireyhtymälle on tyypillistä tietyntyliset piirteet. Leveä nenänselkä, epikantukset eli poimut nenänpuoleisissa silmäkulmissa ja ylöspäin vinot luomiraot ovat tyypillisiä kasvopuenteita. Henkilön kallo on pieni ja matala. Kieli, joka voi olla normaalia suurempi pyrkii ulos suusta, koska suu ja nielu ovat pienikokoiset. Hampaat kehittyvät hitaasti ja ovat epäsäännölliset, ja ääni on karhea ja matala. Usein silmissä on linssisamentumia ja taittovika ja niiden akkommodaatio eli silmän mukautumiskyky on puutteellinen jo lapsuudessa. Tyypillistä ovat myös lyhyet sormet ja lyhytkasvuisuus. (Kaski ym. 2012, 65; Matero 2004, 167 - 168.)

Synnynnäisen rakenteellisen sydänvian mahdollisuus tutkitaan Downin oireyhtymää epäiltäessä sen yleisyyden vuoksi (Arvio ym. 2011, 71; Kaski ym. 2012, 65; Matero 2004, 167; Wilska 2000, 45). Kasken (2012, 65) mukaan kolmasosalla henkilöistä, joilla on Downin oireyhtymä, on jonkinasteinen sydämen kehityshäiriö ja synnynnäisen sydänvian mahdollisuus on noin 40 kertaa suurempi, kuin henkilöillä joilla Downin oireyhtymää ei ole. Wilskan (2000, 45) mukaan synnynnäinen sydänvika on neljällä kymmenestä. Sen sijaan Arvion (2011, 68) mukaan synnynnäinen sydänvika on kolmella kymmenestä. Muissakin elimissä rakenteelliset poikkeavuudet ovat yleisempiä, kuten tavallista suurempi liikkuvuus kaularangan yläosan kannattaja- ja kiertonikamassa. Henkilöt, joilla on Downin oireyhtymä, ovat lisääntymiskykyisiä, mutta heillä on tavallista heikommat sukupuoliset ominaisuudet, kuten heikompi sukupuolivietti. (Kaski ym. 2012, 66.)

Kilpirauhasen vajaatoiminta, leukemia, anemia, suun terveyteen liittyvät sairaudet ja ummetus ovat yleisempiä henkilöillä joilla on Downin oireyhtymä. Varhaiset aivoihin

ilmestyvät Alzheimerin tautia muistuttavat muutokset johtavat ennenaikaiseen vanhenemiseen. Harmaakaihi on yleinen henkilöllä, jolla on Downin oireyhtymä. (Kaski ym. 2012, 66 - 67; Suomalainen lääkärisseura Duodecim 2010.)

Aikuisena useimmat selviytyvät omatoimisesti eläen asuntoloissa ja pystyvät tekemään työtä ohjatusti (Kaski ym. 2012, 67). Kehitysvammaisuuden aste henkilöllä, jolla on Downin oireyhtymä, syvenee lievästä älyllisestä kehitysvammaisuudesta jopa syvään älylliseen kehitysvammaisuuteen. Ennenaikainen dementoituminen on tyypillinen syy älyllisen kehitysvammaisuuden syventymiselle. (Kaski ym. 2012, 66 - 67; Matero 2004, 167.) Henkilön elinikä jää yleensä lyhyemmäksi. Eri lähteiden mukaan keskimääräinen elinikä vaihtelee noin 50-65 ikävuoden välillä. (Arvio ym. 2011, 72; Kaski ym. 2012, 67; Suomalainen Lääkärisseura Duodecim 2010).

4 SEKSUAALISUUS

Seksuaalisuus on monimuotoinen ja laaja-alainen ihmisen kokonaisvaltainen ominaisuus (Autio 1992, 26; Bildjuschkin & Ruuhilahti 2010b, 25; Heiskanen, Salonen & Sassi 2006, 79; Kontula 1997, 5; Kosunen 2007, 120; Ryttyläinen & Valkama 2010, 11; Suomela 2009, 381; Virtanen 2002, 21). Ihminen on seksuaalinen koko elämänsä ajan ja se ilmenee eri tavoin ikäkaudesta riippuen (Bildjuschkin & Malmberg 2000, 18; Bildjuschkin & Ruuhilahti 2008, 28; Cacciatore 2006, 205; Heusala 2001, 166; Karanka 2001, 11; Lehtinen 1989, 68; Virtanen 2002, 23).

Maailman terveysjärjestö WHO (2002) määrittelee seksuaalisuuden keskeiseksi osaksi ihmisenä olemista koko hänen elämänsä ajan. Se käsittää biologisen sukupuolen, sukupuoli-identiteetin ja roolit, seksuaalisen suuntautumisen, läheisyyden, seksuaalisen mielihyvän, erotiikan ja suvun jatkamisen. Seksuaalisuus voidaan ilmaista ja kokea asenteiden, arvojen, mielikuvien, uskomusten, toiveiden, kokemusten, käyttäytymisen, ihmissuhteiden ja roolien kautta. Sen ilmaisuun tai kokemiseen ei tarvitse kuulua nämä kaikki. Seksuaalisuuteen vaikuttavat biologiset, sosiaaliset, henkiset, kulttuuriset, eettiset, taloudelliset, poliittiset, oikeudelliset, historialliset, uskonnolliset ja hengelliset tekijät. (WHO 2006, 5.)

Aution (1992, 26, 28) mukaan seksuaalisuus on vuorovaikutusta, läheisyyttä, kaipuuta toisen ihmisen luokse, toisen ymmärtämistä ja tietoisuutta omasta olemassa olost. Seksuaalisuus ei tarkoita ainoastaan yhdyntää (Autio 1992, 28; Bildjuschkin & Ruuhilahti 2010a, 13; Heiskanen ym. 2006, 79; Ryttyläinen ym. 2010, 14). Se on mielihyvän kokemista, naisena ja miehenä olemista (Bildjuschkin ym. 2000, 17; Heiskanen ym. 2006, 79). Seksuaalisen mielihyvän kokeminen voi olla vaikeaa esimerkiksi pitkäaikaissairauden tai eriateisen vammaisuuden vuoksi (Ilmonen 2008, 42; Papp 1999, 3). Erilaisia seksuaalisuuden määritelmiä on useita, mutta oman seksuaalisuutensa voi määritellä vain ihminen itse (Bildjuschkin ym. 2000, 17; Bildjuschkin ym. 2010a, 13).

4.1 Seksuaalisuus kehitysvammaisen elämässä

Ei ole olemassa erikseen kehitysvammaisen henkilön seksuaalisuutta, mutta ohjattaessa kehitysvammaisille seksuaalisuuteen liittyviä asioita tulee ottaa huomioon henkilön

kehitystaso (Luoma-aho & Lekola 2011, 130; Palonen-Munnukka 2011, 16; Ryttyläinen ym. 2010, 207 - 208). Kehitysvammaisen seksuaalinen kehitys etenee samalla tavalla kuin muillakin, mutta se voi olla hitaampaa tai pysähtynyt. Fyysinen kehitys tapahtuu yleensä samaa tahtia, mutta sosioemotionaalinen ja psyykinen kehitys etenevät usein viiveellä. (Luoma-aho ym. 2011, 130 - 131.)

Väestöliiton seksuaaliterveysklinikan asiantuntijat Korteniemi-Poikela ja Cacciatore ovat luoneet yhdessä *Seksuaalisuuden portaat* (2000) kuvaamaan henkilön seksuaalista kehitystä. Niissä seksuaalinen kehitys on jaettu yhdeksään eri vaiheeseen, jotka alkavat sukupuoliroolien tutkimisesta ja päättyvät ihastumisien jälkeen seksikokemuksiin (LIITE 3). Kehitysvammaiset henkilöt siirtyvät *Seksuaalisuuden portaiden* välillä vaihtelevasti. Osa kehitysvammaisista henkilöistä ei koskaan rakastele kumppanin kanssa, toiset taas kykenevät ja haluavat elää parisuhteessa. (Luoma-aho ym. 2011, 130 - 131.)

Kehitysvammaisten seksuaalisuudesta on alettu puhua vasta viime vuosina, mutta sitä pidetään osittain edelleenkin kiellettyinä puheenaiheena (Palonen-Munnukka 2011, 7; Rauma 2009). Luoma-ahon (2009, 45 - 46) mukaan kehitysvammaisten seksuaalisuuteen liittyvät ennakkoluulot voidaan jakaa kahteen ryhmään. Ennakkoluuloisesti voidaan kuvitella, että kehitysvammaisilta puuttuu seksuaalisuus kokonaan. Vaihtoehtoisesti voidaan kuvitella, että kehitysvammaiset henkilöt ovat jatkuvasti seksuaalisesti virittäytyneitä. Usein kehitysvammaisen henkilön seksuaalisten tarpeiden ja oikeuksien hyväksyminen on vaikeaa (Ilmonen 2008, 41; Karkaus-Rikberg 2000, 293; Kaski ym. 2012, 211; Palonen-Munnukka 2009, 14 - 15; Repo 2004, 398).

Kehitysvammaisen henkilön seksuaalisuus koskettaa myös hänen ympärillään olevia ihmisiä. (Ahokas & Pasila 2011, 47, 49; Henttonen 2005, 5; Palonen-Munnukka 2009, 16, 18, 78; Ryttyläinen ym. 2010, 107 - 108). Lähiympäristön tulisi tarjota kehitysvammaiselle tietoa, mahdollisuuksia ja hyväksyntää, jotta hän pystyy kohtaamaan seksuaalisuutensa tyydyttävällä tavalla (Autio 1992, 26; Ryttyläinen ym. 2010, 207 - 209). Kehitysvammaisen henkilö tarvitsee samanlaista tietoa seksuaalisuudesta, kuin muutkin. (Ahokas ym. 2011, 47, 49; Palonen-Munnukka 2009, 16, 18, 78; Ryttyläinen ym. 2010, 107 - 108).

4.2 Seksuaaliterveyden edistäminen

Terveys ja terveyden edistäminen koskettavat päivittäin jokaista ihmistä. Terveys vaikuttaa henkilön kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin ja on yksi elämänlaadun merkittävimmistä tekijöistä. (Pietilä 2010, 3.) Seksuaaliterveys on yksi terveyden edistämisen osa-alue, joten se kuuluu olennaisesti terveydenhoitajan työhön (Nurmi 2000, 5).

Maailman terveysjärjestö WHO (2002) määrittelee seksuaaliterveyden ihmisen kokonaisvaltaiseksi hyvinvoinnin tilaksi, johon kuuluu kunnioittava ja myönteinen asenne seksuaalisuutta kohtaan. Halutessaan henkilöllä on mahdollisuus kokea seksuaalisuus turvallisena ja nautinnollisena, ilman väkivaltaa, pakottamista tai syrjintää. Hyvän seksuaaliterveyden saavuttamiseksi ja ylläpitämiseksi kaikkien ihmisten tulee kunnioittaa ja suojata seksuaalioikeuksia. (WHO 2006, 5.)

Seksuaaliterveyden edistämisen lähtökohtana voidaan pitää seksuaalioikeuksia (LIITE 2), jotka olennaisesti kuuluvat myös ihmisoikeuksiin (Bildjuschkin ym. 2010a, 19, 125; Karkaus-Rikberg 2000, 299; Ryttyläinen ym. 14; Virtanen 2002, 15; World Association for Sexology 2000, 37).

4.2.1 Seksuaaliterveyden edistäminen yksilö-, yhteisö- ja yhteiskuntatasolla

Seksuaaliterveyttä voidaan edistää yksilön, yhteisön ja yhteiskunnan tasolla (Ryttyläinen ym. 2010, 21). Seksuaaliterveyden edistämisessä on olennaista henkilön hyvinvointi, eikä ainoastaan sairauden puuttuminen (Bildjuschkin ym. 2010a, 19).

Yksilötasolla seksuaaliterveyden edistäminen on kokonaisvaltaista ja elämänmittaista seksuaalisen hyvinvoinnin tukemista. Riittävät tiedot seksuaaliterveydestä auttavat yksilöä tekemään omaa seksuaaliterveyttä koskevia päätöksiä. Seksuaaliterveyden edistämisessä yksilötasolla korostuvat esimerkiksi henkilön oman kehon arvostaminen, itsetunnon vahvistaminen, vastuullinen käyttäytyminen ja kunnioitus toisia kohtaan. (Ryttyläinen ym. 2010, 21, 23.) Materon (2004, 176) mukaan lievästi kehitysvammaisten henkilöiden itsetunnon tukeminen on tärkeää, joten yksilötasolla seksuaaliterveyden edistämisen tarjoaminen voi olla merkityksellistä myös Pihlajan naisten ryhmäläisille. Myös seksuaalisen

hyväksikäytön ehkäisy ja vastuullisen ja turvallisen seksuaalikäyttäytymisen edistäminen on tärkeää yksilötason seksuaaliterveyden edistämässä (Ryttyläinen ym. 2010, 21).

Yhteisötasolla seksuaaliterveyden edistäminen on esimerkiksi toimivien seksuaaliterveyspalveluiden tarjoamista ja potilaan seksuaaliterveyden huomioimista sosiaali- ja terveyspalveluissa. **Yhteiskuntatasolla** seksuaaliterveyden edistäminen on esimerkiksi laadukkaan seksuaaliterveyden koulutuksen ja ohjaus- ja neuvontamateriaalien tarjoamista. (Ryttyläinen ym. 2010, 21 - 22.)

4.3 Seksuaalikasvatus

Seksuaalikasvatus on tavoitteellista ja suunnitelmallista toimintaa, jossa ohjataan, opetetaan, neuvotaan tai valistetaan sukupuolisuuteen ja seksuaalisuuteen liittyvissä asioissa. Sen lähtökohtana on, että ihminen on seksuaaliset tunteet, halut ja tarpeet omaava seksuaalinen yksilö, jolla on oikeus seksuaalisuuteen. (Bildjuschkin ym. 2010a, 13, 135; Karanka 2001, 11.) Henkilön seksuaalisuus muuttuu elämän eri vaiheissa, joten hän tarvitsee eri-ikäisenä erilaista tietoa, tukea ja valistusta seksuaalisuudesta (Karanka 2001, 11).

Oman seksuaalisuuden käsitteleminen helpottaa seksuaalisuuteen liittyvän ohjauksen antamista toiselle henkilölle (Aho, Kotiranta-Ainamo, Pelander & Rinkinen 2008, 45; Bildjuschkin ym. 2000, 33; Bildjuschkin ym. 2010a, 7 - 8; Ilmonen 2006, 49; Karkaus-Rikberg 2000, 294; Kaski ym. 2012, 212). Hyvösen (2010, 32) tekemässä tutkimuksessa kehitysvammaisten asumisyksiköissä toimivista työntekijöistä 41 eli 84 % oli sitä mieltä, että työntekijän oman seksuaalisuuden tunteminen on tärkeää, sillä se helpottaa esimerkiksi asiakkaiden seksuaalisten tarpeiden hyväksymistä.

Seksuaalikasvatuksen yleisenä tavoitteena on yksilön seksuaalisuuden tukeminen yhteiskunnan ja kulttuurin yhteisesti hyväksymällä tavalla. Muita seksuaalikasvatuksen tavoitteita ovat esimerkiksi seksuaalisuuteen liittyvän tietämättömyyden vähentäminen, itsetunnon vahvistaminen, omien oikeuksien ja yksityisyyden tiedostaminen ja seksuaalisen hyväksikäytön kohteeksi joutumisen ehkäisy. (Karanka 2001, 25.) Nämä kirjallisuudessa esiintyneet tavoitteet olivat sopivia myös meidän ohjaustuokioillemme.

Tietämättömyyden vähentäminen on tärkeää, koska sen on todettu vähentävän seksuaalisen hyväksikäytön kohteeksi joutumista (Kiuttu 2010, 17). Lievästi kehitysvammainen henkilö

ymmärtää oman vammaisuutensa ja kokee erilaisuutta muihin verrattuna, mikä voi heikentää hänen itsetuntoaan. Heikko itsetunto ja ihmissuhteiden vähäisyys voivat vaikeuttaa sosiaalista kanssakäymistä, joten lievästi kehitysvammainen tarvitsee usein ohjausta erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa toimimiseen. (Nordeman 1999.) Usein kehitysvammainen ei koe itseään erillisenä ja oman tahdon omaavana henkilönä, koska hän tottuu olemaan riippuvainen toisen henkilön tuesta. Oman kehon puolustaminen on vaikeaa, koska henkilö ei tiedä oman kehon itsemääräämisoikeuden kuuluvan hänelle. (Palonen-Munnukka 2011, 85.) Lievästi kehitysvammaisen helpon johdateltavuuden takia, henkilöllä on suurempi riski joutua seksuaalisen hyväksikäytön kohteeksi, joten sen ehkäisy on yksi merkittävä seksuaalikasvatuksen tavoite (Kaski ym. 2012, 19).

Ohjaustuokioiden ei ole tarkoitus korvata muualla saatavaa opetusta, ohjausta tai neuvontaa seksuaalisuudesta, vaan tukea sitä. Aina ei ole mahdollista tai edes tarkoituksenmukaista erottaa seksuaalikasvatuksen ulottuvuuksia toisistaan, vaan siinä voi olla havaittavissa piirteitä useasta eri seksuaalikasvatuksen toteuttamistavasta. (Paalanen, Paananen & Pasanen 2007, 10.) Seksuaalikasvatuksen toteuttamistapoja ovat opetus, neuvonta, ohjaus, valistus ja itseopiskelu (Karanka 2001, 24). Pihlajan naisten ryhmälle järjestetyt ohjaustuokit sisälsivät sekä seksuaalineuvontaa, että -ohjausta. Seksuaalineuvontaa ja -ohjausta voidaan toteuttaa yksilö-, pari- ja ryhmäohjauksena (Karanka 2001, 24). Ryhmän keskeisenä tarkoituksena on kokonaisvaltainen naiseuden tukeminen (L. Leskelä, henkilökohtainen tiedonanto 26.9.2012), joten oli perusteltua, että kaikki ryhmäläiset olivat naisia.

4.4 PLISSIT-malli seksuaalineuvonnan jäsentäjänä

Jack Annon loi vuonna 1976 PLISSIT-mallin, joka jäsentää seksuaalineuvonnan ja -ohjauksen tasoja (LIITE 4). Sen avulla voi arvioida henkilön seksuaalineuvonnan tarvetta ja neuvontaan sopivaa menetelmää. Se on jaettu neljään eri tasoon kuvaamaan lähestymistapoja, joilla on mahdollista käsitellä seksuaalisuutta tai siihen liittyviä ongelmia. (Bildjuschkin ym. 2010a, 94; Palonen-Munnukka 2011, 21; Ryttyläinen ym. 2010, 51.)

PLISSIT-mallin kirjaimet tulevat englanninkielisistä sanoista **P**ermission, **L**imited **I**nformation, **S**pecific **S**uggestion ja **I**ntensive **T**herapy. Ensimmäinen taso, Permission eli luvan antaminen tarkoittaa, että seksuaalisuudesta saa puhua kuten toimeentulosta, ravitsemuksesta tai muusta elämän osa-alueesta. Henkilö ei voi siirtyä PLISSIT-mallin

mukaisesti seuraavalle tasolle, ennen kuin hänelle on annettu lupa seksuaalisuudesta puhumiseen. Toinen taso, Limited Information eli kohdennetun tiedon antaminen tarkoittaa tiedon tarjoamista asiakkaan tarpeita vastaavasti. Kolmas taso, Specific Suggestion sisältää erityisohjeiden antamisen ja neljäs taso Intensive Therapy intensiivisen terapian. Kahden jälkimmäisen tason tarjoamiseen vaaditaan seksuaalisuuteen liittyvää kouluttautumista, joten se kuuluu erikoispalvelujen piiriin. (Aho ym. 2008, 47; Bildjuschkin ym. 2000, 14 - 15; Bildjuschkin ym. 2010a, 95 - 100; Palonen-Munnukka 2011, 21 - 23.)

PLISSIT-mallin kaksi ensimmäistä tasoa sisältyvät seksuaalineuvontaan. Sitä voi tarjota terveydenhoitoalan koulutuksen saaneet henkilöt perusterveydenhuollossa. (Aho ym. 2008, 47; Bildjuschkin ym. 2000, 14 - 15; Bildjuschkin ym. 2010a, 96; Ilmonen 2006, 45; Ryttyläinen ym. 2010, 52.) Pitämämme ohjaustuokiota naisten ryhmälle toteutuivat PLISSIT-mallin kahdella ensimmäisellä tasolla. Ensimmäisessä ohjaustuokiossa käsitelimme aihetta seksuaalisuus, mikä antoi luvan seksuaalisuudesta puhumiseen. Palonen-Munnukka (2011) korostaa, että kehitysvammaisten kanssa on tärkeää puhua millainen seksuaalinen käyttäytyminen on hyväksyttävää. Luvan antaminen ei oikeuta toisen henkilön seksuaalisten rajojen ja itsemääräämisoikeuden loukkaamiseen. Toisen ja kolmannen ohjauskerran aiheet vastasivat Pihlajan naisten ryhmäläisten tiedon tarpeita.

5 KEHITYSVAMMAISEN OHJAUS

Kehitysvammaisten ohjauksessa on tärkeää antaa henkilön itse etsiä vastauksia ongelmiin ja ratkaista ne. Ohjaajan on tärkeää luottaa siihen, että kehitysvammainen pystyy ja haluaa itse ohjata omaa elämäänsä. (Ikonen, Kunnas & Leväniemi 1999, 335 - 336.) Kehitysvammaisia henkilöitä ohjattaessa on huomioitava, etteivät kronologinen ikä ja älyllinen ikä useinkaan vastaa toisiaan, joten esimerkiksi ohjaaminen itsestä huolehtimiseen voi olla haastavaa (Nahkamäki & Väkiparta 2001, 27). Ohjauksessa on huomioitava, etteivät kehitysvammaiselle asetetut tehtävät ja tavoitteet ole liian haastavia. Kehitysvammainen henkilö voi ahdistua ja turhautua, jos hänen osaamistasoaan ei ole huomioitu riittävästi. (Ikonen 1994, 17 - 18.) Lisäksi on huomioitava jokaisen yksilölliset piirteet, kuten aistien ja/tai motoriikan toiminta, jotka vaikuttavat henkilön tapaan olla vuorovaikutuksessa (Lehtinen ym. 1995, 10).

Pihlajan naisten ryhmässä on viisi henkilöä. Hintsalan (1997, 29) mukaan optimaalinen ryhmäkoko on viidestä kahdeksaan henkilöä. Ryhmän koko vaikuttaa sen toimivuuteen. Pienessä ryhmässä muodostuu enemmän keskustelua ja yksilöllinen huomioiminen onnistuu paremmin. Yli kymmenen hengen ryhmässä keskustelun herättäminen on vaikeaa ja vuorovaikutus vähäistä. Toisen lähteen mukaan sopiva ryhmäkoko on kolmesta viiteen henkilöä. Mikäli henkilöiltä sujuu ryhmässä olemisen, voi ryhmäkoko olla suurempi. Kuitenkaan yli kahdeksan hengen ryhmä ei ole järkevä, koska silloin jokaisen ryhmäläisen osallistuminen ei välttämättä enää onnistu. (Kartio 2009, 46.) Havainnoimme, että Pihlajan naisten ryhmän koko on sopiva, koska jokainen ryhmäläinen pystyttiin huomioimaan yksilönä. Ryhmäläisiin tutustuminen ennen ohjaustuokioidemme järjestämistä auttoi ryhmäläisten tuen tarpeen havaitsemisessa ja mahdollisti yksilöllisen huomioimisen ryhmässä.

5.1 Kehitysvammaisen oppiminen

Oppiminen on osa henkilön kokonaisvaltaista toimintaa. Se auttaa orientoitumisessa, sopeutumisessa ja henkilön kehittymisessä. Oppiminen helpottaa ongelmanratkaisua ja ympäristön haasteisiin ja uhkiin vastaamista. (Ikonen & Holopainen 2001, 11 - 12.)

Henkilön oppimisvalmiuteen vaikuttavat hänen aivojensa ominaisuudet. Mitä enemmän aivoja käyttää tai aktivoi, sitä parempaan ne usein pystyvät, riippumatta henkilön iästä tai kehitystasosta. Kehitysvammaisilla, kuten muillakin henkilöillä aiemmin omaksuttu tieto- ja taitotaso ja kyky luottaa omiin kykyihinsä vaikuttavat uuden oppimiseen. Oppimisella tarkoitetaan myös jo opittujen tietojen ja taitojen täydentämistä tai virheellisesti opittujen asioiden korjaamista. (Ikonen 1995, 13 - 14; Ikonen 1999, 63, 74; Ikonen 2003, 13, 15.)

Uusien asioiden oppiminen ja käsitteellinen ajattelu ovat kehitysvammaiselle ihmiselle vaikeampaa kuin ei-kehitysvammaiselle. Kuitenkin kehitysvammaiset ihmiset oppivat monia asioita samalla tavalla kuin muutkin. (Matero 2004, 165; Palonen-Munnukka 2009, 9.) Kehitysvammaisen henkilön suorituskykyyn vaikuttaa merkittävästi se, millaista tukea hänellä on saatavilla. (Lehtinen & Pirttimaa 1995, 15; Rajaniemi ym. 2012a.)

Kehitysvammaiselle suunnattua opetusta suunniteltaessa on huomioitava henkilön oppimisvalmiudet. Oppimisvaikeudet esimerkiksi koulussa eivät välttämättä johdu älyllisen suorituskyvyn heikkoudesta, vaan haasteena voi olla henkilölle sopivan opetustavan löytäminen. (Kaski ym. 2012, 19.) Oikeanlaisen kommunikaatiotavan löytäminen voi mahdollistaa, että syvästi kehitysvammaisetkin henkilöt pystyvät tekemään omaa elämää koskevia päätöksiä. (Lehtinen ym. 1995, 15; Rajaniemi ym. 2012a.) Kaskan ym. (2012, 17) mukaan sosiaalinen sopeutumiskyky ja älylliset kyvyt voivat parantua kuntoutuksen tai opiskelun myötä.

Kehitysvammaisilla henkilöillä voidaan havaita kuitenkin kahdenlaisia vaikeuksia oppimisessa, joita ovat rakenteelliset- ja prosessiheikkoudet. Rakenteellisia heikkouksia ovat havaintokyvyn ja tarkkaavaisuuden häiriöt ja lyhytkestoisen muistin heikkous. Prosessiheikkous ilmenee esimerkiksi mieleen painamisen ja palautuksen, kertaamisen ja metamuistin eli oman muistin käsittämisen heikkoutena. (Ikonen 1999, 101 - 102.) Lisäksi heillä voi olla vaikeuksia ymmärtää abstraktien ja konkreettisten asioiden eroavaisuuksia. Esimerkiksi kielikuvien ymmärtäminen voi olla haasteellista. Mahdolliset puheen tuottamisen, näkemisen, kuulemisen tai motoriikan heikkoudet vaikeuttavat oppimista. (Ikonen 1995, 17 - 18, 23.) Havainnoimme, että Pihlajan naisten ryhmän henkilöillä on mahdollisesti sekä rakenteellisia-, että prosessiheikkouksia. Tämä ilmeni esimerkiksi niin, että luettuamme ryhmäläisille selkokielisiä tarinoita osalla ryhmäläisistä oli vaikeuksia vastata tarinaan liittyviin kysymyksiin.

Kehitysvammaisuuden aste vaikuttaa siihen, kuinka yksinkertainen ja konkreettinen käsitys todellisuudesta henkilöllä on. Lievästi kehitysvammaisella on kyky ymmärtää yksinkertaisia symboleja ja mahdollista oppia lukemaan, kirjoittamaan ja suorittamaan yksinkertaisia laskutehtäviä. Uusien tilanteiden hallinta on mahdollista, kun henkilö kykenee ymmärtämään muutoksia. Henkilön on usein vaikeaa selviytyä tilanteista, joissa vaikuttaa samanaikaisesti useampi tekijä. Abstraktien käsitteiden ymmärtäminen tuottaa vaikeuksia. (Ikonen 1999, 97, 101; Lehtinen ym. 1995, 10, 17 - 18.) Olemme havainnoineet että, naisten ryhmäläisistä kaksi henkilöä on lukenut ääneen selkokielistä tekstiä ja jokainen ryhmäläisistä on kirjoittanut yksittäisiä sanoja riittävän avun turvin.

Yksi merkittävä oppimiseen vaikuttava tekijä on henkilön oppimismotivaatio. Motivoituneena henkilö on valmis tavoittelemaan asettamaansa päämäärää pitkäkestoisesti. Epäonnistumisen kokemusten ja turhautumisen vuoksi kehitysvammaisen oppimismotivaatio on usein alentunut. (Ikonen & Höylä 1999, 213.) Kehitysvammaisen oppimista edistää esimerkiksi oikeanlainen oppimateriaali ja ryhmän jäsenten keskinäinen vuorovaikutus (Fadjukoff 2003, 168).

Jokainen henkilö on yksilöllinen oppija. Esimerkiksi hyvän oppimisympäristön tarkka määrittäminen on vaikeaa, koska esimerkiksi ympärillä olevat äänet, valon määrä tai lämpötila vaikuttaa jokaiseen henkilöön yksilöllisesti. (Ikonen 1995, 31 - 32.) Olennaista on huomioida jokaisen henkilön yksilöllisen tuen tarpeen määrä opetusta ja ohjausta suunniteltaessa (Kaski ym. 2012, 166; Pellinen 2011, 76).

5.2 Selkokielinen vuorovaikutus

Selkokieli tarkoittaa, että teksti on muutettu sekä sisällöllisesti, että rakenteellisesti helposti ymmärrettäväksi. Siinä on tärkeää lyhyet lauseet ja vaikeiden lauserakenteiden välttäminen. Selkokieltä tarvitsevilla on vaikea lukea ja ymmärtää yleiskielistä tekstiä. Selkokielinen viesti on usein suunnattu jollekin tietylle kohderyhmälle, kuten kehitysvammaisille tai ikääntyneille henkilöille. Siinä otetaan huomioon viestin vastaanottajan kielelliset edellytykset. (Hintsala 1997, 11, 13, 21; Kartio 2009, 8 - 9; Kulkki-Nieminen 2010, 222 - 223; Virtanen 2009, 16 - 17, 99.)

Selkokielen käyttö perustuu siihen, että ihmisellä on oikeus saada tietoa ymmärrettävässä muodossa ja oikeus osallistua tasa-arvoiseen vuorovaikutukseen (Hintsala 1997, 21; Kartio

2009, 8; Kehitysvammaisten Tukiliitto ry 2010, 4; Kulkki-Nieminen 2010, 223; Virtanen 2009, 20). Yleisimpiä vuorovaikutuksen keinoja ovat kielelliset keinot, kuten puhe. Lisäksi siihen kuuluvat äänenkäyttö, ilmeet, eleet, katse, asennot, liikkeet ja kaikki se, miten olemuksellamme viestimme muille henkilöille. (Kartio 2009, 73; Launonen 2007, 7.)

Selkokielisessä vuorovaikutuksessa aikuiselle kehitysvammaiselle herkästi puhutaan samalla tavalla, kuin lapselle (Kartio 2009, 32). Kehitysvammaiset ymmärtävät hyvin puhetta, mutta itseään sujuvamman viestijän kanssa vuorovaikutuksessa oleminen voi olla vaikeaa. Kielellisten taitojen rajoittuneisuus voi estää kehitysvammaista henkilöä ilmaisemaan itseään hänen haluamallaan tavalla. (Launonen 2007, 85 - 86.)

Kartion (2009, 88) mukaan kehitysvammaisten henkilöiden vuorovaikutusta edistävät turvallinen ilmapiiri, havainnollinen kieli, asioiden kertaaminen, keskustelun avaaminen kysymysten avulla ja tilan antaminen ryhmän jäsenille. Lisäksi Kartio (2009, 12 - 24) on julkaissut ohjeet selkokielellä puhumiseen (LIITE 5). Vuorovaikutuksen kannalta istumajärjestys on merkityksellinen. Jotta henkilöt näkisivät toisensa ja tuntisivat itsensä tasa-arvoisiksi, on ympyrän tai hevosenkengän muoto paras istumajärjestys. (Hintsala 1997, 29; Ikonen 1999, 307; Kartio 2009, 135.) Aloitimme jokaisen ohjaustuokion kokoontumalla ryhmäläisten kanssa hevosenkengän muotoon vuorovaikutuksen helpottamiseksi.

Hyvän vuorovaikutussuhteen luomiseksi riittävän ajan antaminen ryhmän jäsenille, kiireetön ilmapiiri ja ryhmän vetäjän aito kiinnostus on tärkeää. Tärkeää on myös, että kehitysvammaisen henkilö saa palautetta, koska ilman sitä hän kokee helposti itsensä epäonnistuneeksi ja vetäytyy vuorovaikutuksesta. (Hintsala 1997, 84.)

5.2.1 LOVIT-malli vuorovaikutuksen tukena

Onnistunut vuorovaikutus koostuu **LOVIT**-mallista, joka muodostuu sanoista **L**äsnäolo, **O**dottaminen, **V**astaaminen, **I**lmaisun mukauttaminen ja **T**arkistaminen. Se on kehitetty vaikeimmin kehitysvammaisille aikuisille ja heidän kanssaan vuorovaikutuksessa oleville henkilöille, mutta sitä voidaan hyödyntää myös selkokieltä käytettäessä. (Kartio 2009, 53.)

Vuorovaikutustilanteessa läsnäolo tarkoittaa esimerkiksi sitä, että keskustelukumppani on kiinnostunut ja läsnä omana itsenään ja kohtaa toisen henkilön kiireettömästi. Odottamiseen sisältyy esimerkiksi tilan antaminen keskustelussa ja aloitteiden tekemiseen rohkaiseminen.

Onnistuneen vuorovaikutuksen luomiseksi keskustelukumppani huomaa toisen viestit, jonka jälkeen hän vastaa ja reagoi niihin. Tärkeää on myös ilmaisun mukauttaminen, mikä tarkoittaa, että keskustelukumppani ilmaisee asiansa keskustelukumppanin iän, kehitystason ja kokemusmaailman huomioon ottaen. Toimivassa vuorovaikutuksessa keskustelukumppanit ymmärtävät toisiaan, joten asian havainnoimiseksi on tärkeää tarkistaa, onko keskustelukumppani ymmärtänyt keskustelun sisällön. (Kehitysvammaliitto 2010, 8 - 13.)

6 OSALLISUUS

Vammaisiin ihmisiin suhtautuminen on vaihdellut eri kulttuureissa eri aikoina. Tietämättömyys vammaisuudesta on synnyttänyt vääriä käsityksiä ja lisännyt taikauskoa ihmisten mielissä. Keskiajalla Eurooppaan ryhdyttiin perustamaan sairaaloita, joissa kehitysvammaisia hoidettiin muiden ihmisten joukossa. Kahdeksannella ja yhdeksännellä vuosisadalla ryhdyttiin perustamaan mielisairaloita ja tällöin kehitysvammaisuuden hoidosta tuli osa psykiatrista sairaanhoitoa. Psykkisesti sairaita ja kehitysvammaisia hoidettiin yhdessä, mutta ne pystyttiin erottamaan varhain toisistaan. (Kaski ym. 2012, 260 - 261.)

Myös Suomessa kehitysvammaisia hoidettiin aluksi vain mielisairaloissa, joista ensimmäinen perustettiin vuonna 1755. Suomessa kehitysvammaisten hoito ja muu huolenpito oli osa sosiaalihuoltoa. Vuonna 1852 keisari Nikolai I:n antamasta waiwasholhousasetuksesta kehitys nykyiseen kehitysvammalakiin on ollut pitkä ja monimutkainen. (Kaski ym. 2012, 263.) Liitteessä kuusi on nähtävissä kehitysvammahuollon lainsäädännön kehitys (LIITE 6). Suomessa sosiaalioikeuden ja hyvinvointivaltion kehitys muihin pohjoismaihin verrattuna on ollut hitaampaa (Högbacka & Kumpuvuori 2003, 16).

Suomessa toteutettiin vuonna 1995 perusoikeusuudistus ja samanaikaisesti perustuslakiin asetettiin kielto syrjiä ketään esimerkiksi vammaisuuden perusteella. Euroopan unionissa vuosi 2003 on julistettu vammaisten vuodeksi ja yksi vuoden teemoista oli ihmisoikeudet. (Högbacka ym. 2003, 8.) Vaikutusmahdollisuudet omaan elämään, aktiivinen rooli omien asioiden päättämisessä, yksityisyyden ja yksilöllisyyden huomioon ottaminen vahvistavat henkilön itsetuntoa (Kaski 2012, 187).

6.1 Seksuaalisuus osallisuudessa

Kehitysvammaisten seksuaalisuuteen liittyvistä asioista on vaiettu paljon yhteiskunnassa, mutta se on silti olemassa oleva asia. Seksuaalisuudesta puhuminen on kiellettyä vanhemman sukupolven kohdalla, ja etenkin heidän vanhempansa pitävät sitä kiellettyinä. Sen sijaan nuoremman sukupolven kohdalla kehitysvammaisten seksuaalisuudesta on tullut hyväksyttävämpi aihe. 1970-luvulla puhuttiin aktiivisesti kehitysvammaisten seksuaalisuudesta. Keskusteluissa korostettiin sitä, että kehitysvammaisella on samat

seksuaaliset tarpeet, kuin muillakin. Keskustelu ei kuitenkaan vaikuttanut silloin käytännön toteutukseen asti. (Palonen-Munnukka 2011, 89.)

Kehitysvammaisten seksuaalisuuteen ja parisuhteeseen liittyvät asiat, vuorovaikutusongelmat ja kommunikaatiovaikeudet ovat alkaneet puhuttamaan heidän omaisiaan ja hoitohenkilökuntaa. Palvelut on pyritty toteuttamaan niin, että kehitysvammainen henkilö pystyisi elämään laadultaan hyvää elämää vammaisuudestaan huolimatta. Alan asiantuntijat kehittävät kehitysvammaisten palveluita. (Palonen-Munnukka 2011, 89.)

7 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA OHJAAVAT KYSYMYKSET

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli suunnitella, toteuttaa ja arvioida Pihlajan naisten ryhmälle kolme ohjaustuokiota seksuaalisuuteen liittyen. Niissä käsitelimme seksuaalisuus - käsitettä, vuorovaikutustaitoja ja oman kehon itsemääräämisoikeutta ja oman hygienian huolehtimista. Tarkoituksenamme oli ohjata Pihlajan naisten ryhmäläisiä heidän osallisuuttaan tukevalla tavalla, käsittelemällä heidän kanssaan seksuaalisuutta niin, että jokainen ryhmäläinen kykenisi omien lähtökohtien ja voimavarojen mukaan osallistumaan ohjaustuokioihin.

Tavoitteenamme oli edistää Pihlajan naisten ryhmän seksuaaliterveyttä. Seksuaaliterveyden edistäminen toteutui suunnitellusti ryhmäohjauksena, mutta tavoittemme oli myös, että se edistäisi jokaisen ryhmän jäsenen seksuaaliterveyttä yksilötasolla. Sekä meidän, että Toimintakeskus Pihlajan henkilökunnan tavoitteena oli, että tuottamaamme materiaalia voidaan hyödyntää myöhemmin. Toimintakeskus Pihlajan henkilökunta voi kerrata ohjaustuokioissa käsiteltyjä asioita myöhemmin kyseisen ryhmän kanssa. Tuottamaamme materiaalia voidaan käyttää tukena myös suunniteltaessa erilaiselle ryhmälle suunnattua seksuaalisuuteen liittyvää ohjausta.

Toiminnallisessa opinnäytetyössä ei ole tutkimuskysymyksiä tai tutkimusongelmia, vaan kysymysten asettelu täsmentää mitä ollaan tekemässä (Vilkka ym. 2004, 30).

Opinnäytetyötämme ohjaavat kysymykset ovat:

1. Millä keinoilla voi ohjata lievästi kehitysvammaisten naisten ryhmää seksuaalisuuteen, vuorovaikutustaitoihin, oman kehon itsemääräämisoikeuteen ja hygieniaan liittyen?
2. Millaisia valmiuksia ryhmän ohjaaja tarvitsee ohjatessaan lievästi kehitysvammaisten henkilöiden ryhmää?
3. Miten Pihlajan naisten ryhmän jäsenet kokevat seksuaalisuuden käsittelemisen ohjaustuokioiden aikana?

Jokaiselle ohjaustuokiolle teimme ohjaustuokiokohtaiset tavoitteet seksuaalisuuden monimuotoisuuden vuoksi (Autio 1992, 26; Bildjuschkin ym. 2010a, 184; Heiskanen ym. 2006, 79; Kontula 1997, 5; Kosunen 2007, 120; Ryttyläinen 2010, 11; Suomela 2009, 381; Virtanen 2002, 21). Ohjaustuokiokohtaiset tavoitteet helpottivat toimintamme suunnittelua.

7.1 Ohjaustuokiokohtaiset tavoitteet

Syksyllä 2011 tapasimme Pihlajan naisten ryhmän jäsenet ensimmäistä kertaa, jolloin havainnoimme heidän käsittävän seksuaalisuuden lähinnä yhdynnäksi. Ensimmäisen ohjaustuokion tavoitteeksi muodostui ryhmän jäsenten tietoisuuden lisääminen seksuaalisuus-käsitteen merkityksestä. Muun ohjauksen kannalta seksuaalisuuden määrittely ryhmän jäsenten kanssa oli merkityksellistä ensimmäisessä ohjaustuokiossa. Seksuaalisuuden määrittely antaa luvan seksuaalisuudesta puhumiseen (Aho ym. 2008, 47; Bildjuschkin ym. 2000, 14; Bildjuschkin ym. 2010a, 96; Palonen-Munnukka 2011, 21 - 22).

Toisen ohjaustuokion tavoitteena oli lisätä vuorovaikutustaitoja ja oman kehon itsemääräämisoikeuden ymmärtämistä. Tavoitteena oli lisätä vuorovaikutustaitoja sosiaalisissa tilanteissa. Yksi seksuaalisuuteen liittyvä ongelma on, että fyysisen hellyyden osoituksen rajoittaminen voi olla vaikeaa (Rauma 2009). Toimintakeskus Pihlajan henkilökunta toi esille, että hellyyden osoittamisen tapoja ja rajoituksia on ohjattava kehitysvammaisille. Toisen ohjaustuokion tavoitteena oli myös lisätä oman kehon itsemääräämisoikeuden ymmärtämistä. Nevalaisen (2010) mukaan noin kolmasosa kehitysvammaisista joutuu seksuaalisen ahdistelun kohteeksi, joten omien oikeuksien tiedostaminen on tärkeää. Mitä enemmän kehitysvammaisilla on tietoa seksuaalisuudesta, sitä paremmin he osaavat suojautua siihen liittyviltä vaaroilta (Palonen-Munnukka 2009, 19; Sillanpää 1996, 64). Pihlajan naisten ryhmäläisiä oli mietityttänyt syksyllä 2011 Kajaanissa tapahtunut kehitysvammaisen naisen seksuaalinen hyväksikäyttötapaus (LIITE 7), joten tavoite oli asiakaslähtöisesti merkittävin. Aihetta oli käsitelty Pihlajan naisten ryhmäläisten kanssa silloin kun se oli ajankohtainen, mutta kyseisen ryhmän ohjaajat toivoivat aiheen käsittelyä yhtenä osana ohjaustuokioitamme.

Työelämäohjaajan toiveena oli, että käsitelisin ryhmäläisten kanssa oman hygienian huolehtimiseen liittyviä asioita, joten kolmannen ohjaustuokion tavoitteeksi muodostui tiedon lisääminen omasta hygieniasta huolehtimiseen. Lisäksi Ryttyläisen ym. (2010, 210) mukaan henkilökohtaisen hygienian ohjaamisen merkitys on tärkeä kehitysvammaisen seksuaaliterveyteen liittyvässä ohjauksessa. Koimme, että yksi lähtökohta Pihlajan naisten ryhmäläisten hygieniasta huolehtimiseen on, että heillä on siihen tarvittavia tuotteita. Saimme eri yrityksiltä hygieniatuotteita, kuten deodoranttia, kosteusvoidetta ja intiimialueen pesunestettä naisten ryhmäläisille jaettavaksi ohjaustuokion tueksi.

8 OHJAUSTUOKIOIDEN SUUNNITTELU JA TOTEUTUS

Opinnäytetyömme toteutuksessa on projektin tunnuspiirteitä, koska se sisältää suunnitelma-, toteutus- ja arviointivaiheen. Projektin päämääränä on toteuttaa aikataulun mukaisesti määriteltyyn tavoitteeseen pyrkivä, suunniteltu ja harkittu kokonaisuus, jolle on määritelty voimavarat ja projektiorganisaatio. (Rissanen 2002, 14.) Opinnäytetyöprosessimme kesti puolitoista vuotta ja se alkoi keväällä 2011 valmiiksi määritellyn aikataulun mukaisesti. Merkittävimpiä voimavaroja opinnäytetyömme tekemisessä olivat aiheeseen liittyvä teoretieto ja saamamme ohjaus. Projektiorganisaatio käsittää projektin toteutuksessa mukana olevat järjestäjät (Rissanen 2002, 14). Meidän opinnäytetyössämme projektiorganisaatioon kuuluivat opinnäytetyön ohjaustuokioiden suunnittelussa ja toteutuksessa mukana olleet henkilöt.

8.1 Ohjaustuokioiden suunnittelu

Opinnäytetyöprojektimme alkoi keväällä 2011, kun Kainuun maakunta -kuntayhtymän alaisuudessa toimivan Vammaispalveluhankkeen kehittämissuunnittelija ja kehittäjätyöntekijä kävivät esittelemässä heidän tarvettaan vastaavia opinnäytetyön aiheita. Heidän toivomus oli, että kehitysvammaisille järjestettäisiin terveyden edistämiseen liittyvää toimintaa, koska sitä on tarjolla vähän. Terveydenhuoltolaki velvoittaa tarjoamaan terveyden edistämiseen liittyviä palveluita yhdenvertaisesti kaikille (Terveydenhuoltolaki 30.12.2010/1326).

Terveyden edistäminen on käsitteenä laaja kokonaisuus, joten meillä oli mahdollisuus valita meitä eniten kiinnostava aihe siihen liittyen. Valitsimme seksuaaliterveyden edistämisen, koska koimme sen mielenkiintoiseksi aiheeksi. Lisäksi kehitysvammaisille suunnattua seksuaalisuuteen liittyvää ohjausta on tarjolla vähemmän, kuin siihen olisi tarvetta (Palonen-Munnukka 2009, 34 - 35; Palonen-Munnukka 2011, 90), joten aihe tuntui myös sen vuoksi tärkeältä. Toimintakeskus Pihlajassa on kerran viikossa puolentoista tunnin ajan kokoontuva naisten ryhmä, jonka tavoitteena on kokonaisvaltainen naiseuden tukeminen. Opinnäytetyömme aihe tuntui sopivalta toteuttaa kyseiselle ryhmälle, koska ryhmän ohjaajat kaipaivat uusia näkökulmia seksuaaliterveyden edistämisen ohjaukseen liittyen. Aiheen rajauksen vuoksi opinnäytetyömme tilaajaksi vaihtui Kainuun maakunta -kuntayhtymän alaisuudessa toimiva Toimintakeskus Pihlaja.

Suunnitelmavaiheen alussa ryhmässä oli mukana kuudes henkilö, joka oli ulkomaalaistaustainen. Hän tarvitsi kommunikoinnin tueksi vuorovaikutusta helpottamaan tukiviittomia, joten pohdimme kuinka osaamisemme riittää hänen ohjaamiseen. Kuitenkin ennen ohjaustuokiokohtaisten suunnitelmien tekoa hän jäi pois ryhmästä, joten suunnittelimme ohjaustuokioiden sisällön muiden ryhmäläisten tuen tarpeen mukaan. Pihlajan naisten ryhmän ikäjakauma on 29-62 vuotta. (Leskelä 26.1.2012, henkilökohtainen tiedonanto.) Laaja ikäjakauma rajoitti ohjaustuokioiden suunnittelua ja toteutusta, koska ohjauksen tarkoituksena oli tavoittaa jokainen ryhmän jäsen. Ohjaustuokioihin varattu aika oli rajoitettu puoleentoista tuntiin kerrallaan, mikä vaikutti niiden suunnitteluun.

Ohjaustuokioiden suunnittelu alkoi keväällä 2011, kun kävimme ensimmäistä kertaa tutustumassa toimintakeskus Pihlajaan. Tuolloin ideoimme alustavasti Toimintakeskus Pihlajan henkilökunnan kanssa ohjaustuokioita ja niiden ajankohtaa. Sovimme silloin, että tapaamme seuraavan kerran syksyllä 2011, kun Toimintakeskus Pihlajan uusi toimintakausi alkaa. Meille jäi kesä aikaa ideoida tulevia ohjaustuokioita. Syksyllä 2011 aloitimme opinnäytetyön aiheeseen liittyvän teorian tiedon keräämisen. Opinnäytetyömme aihe rajautui teorian tiedon, saadun ohjauksen ja Toimintakeskus Pihlajan henkilökunnan ja naisten ryhmän jäsenten tarpeiden mukaisesti syksyn aikana. Ideoimme silloin myös opinnäytetyön tarkoitusta ja tavoitetta. Suunnittelimme silloin ohjaustuokioiden ajankohdaksi huhti- ja toukokuun 2012. Marraskuusta 2011 helmikuun 2012 loppupuolelle meillä oli aikaa tehdä kirjallista opinnäytetyösuunnitelmaa. Aikataulusuunnitelmaamme tuli muutos maaliskuussa 2012, jolloin sovimme pitävämme kaikki ohjaustuokiot toukokuun 2012 aikana. Kirjallisen opinnäytetyösuunnitelman hyväksymisen jälkeen teimme toimeksiantosopimuksen huhtikuun 2012 puolivälissä opinnäytetyön toimeksiantajan kanssa.

Tapahtuman onnistumisen kannalta kohderyhmän tunteminen on tärkeää, jotta se osataan suunnitella kohderyhmälle soveltuvaksi (Rissanen 2006, 27; Vallo & Häyrinen 2003, 62; Vilka ym. 2004, 40). Syksyllä 2011 ja alkuvuodesta 2012 olimme useita kertoja mukana ryhmälle järjestetyissä ohjaustuokioissa, jotta kykenimme suunnittelemaan heille soveltuvat ohjaustuokiot. Taustatietoja voi kerätä keskustelemalla ja toimimalla ryhmän jäsenten kanssa, mutta havainnointi on myös hyvä keino siihen (Hintsala 1997, 25; Tuulaniemi 2011, 146). Kirjoitimme havainnoistamme ja ryhmän toiminnasta päiväkirjaa, jotta pystyimme luotettavammin hyödyntämään ryhmän toiminnassa mukana olemista. Havainnoimme, että Pihlajan naisten ryhmän jäsenillä oli vaikeuksia itsensä ilmaisussa. Teorian tiedon mukaan ryhmän taustatietojen selvittäminen on erityisen merkityksellistä silloin, kun ryhmän

henkilöiden on vaikeaa ilmaista itseään (Hintsala 1997, 25), joten taustatietojen kerääminen oli perusteltua. Seuraavassa kappaleessa 8.1.1 käsittelemme ohjaustuokioiden suunnitteluun vaikuttaneita ryhmältä esille tulleita asioita ja omia havaintojamme.

8.1.1 Ohjaustuokioiden suunnitteluun vaikuttavat tekijät

Ryhmässä mukana oleminen ja merkittävimmistä havainnoistamme päiväkirjan pitäminen ennen ohjaustuokioidemme järjestämistä helpotti ohjaustuokioiden suunnittelua. Ensimmäisellä tutustumiskerralla havainnoimme, että Pihlajan naisten ryhmäläiset tarvitsevat riittävästi aikaa asioiden käsittelyyn, joten yhdellä ohjauskerralla ei ollut kannattavaa käsitellä montaa eri asiaa. Selkokielistä tekstiä ryhmälle lukiessa, havainnoimme että osalla ryhmäläisistä oli hankaluuksia vastata luettuun tekstiin liittyviin kysymyksiin. Päättelimme, että osalla ryhmäläisillä voi olla vaikeuksia keskittymiskyvyssä tai kuullun ymmärtämisessä. Muut ryhmäläiset kykenivät yleensä vastaamaan luettuun tekstiin liittyviin kysymyksiin, kun heille annettiin siihen riittävästi aikaa.

Yksi merkittävä havainto oli, että ensimmäisillä tutustumiskerroilla ryhmäläiset jännittivät meidän läsnäoloamme. Tutustumiskerrat olivat tärkeitä, koska se helpotti pitämissämme ohjaustuokioissa luonnollisempaa vuorovaikutusta ryhmäläisten kanssa. Meidän ohjaustuokiot eivät todennäköisesti olisi onnistuneet ilman tutustumiskäyntejä ryhmässä, koska emme olisi pystyneet tekemään tärkeitä havaintoja esimerkiksi ryhmäläisten vuorovaikutustaidoista, heidän tuen tarpeestaan, ja ryhmässä ja yksilönä toimimisesta.

Havainnoimme, että jokainen ryhmän tapaamiskerta alkoi samalla tavalla, jotta se lisäisi ryhmään kuuluvuuden tunnetta. Jokainen sai alussa kertoa muille ryhmäläisille omat kuulumisensa, jotta jokainen tulisi kuulluksi ja mahdollisuuden osallistua ryhmän toimintaan heti aluksi. Hintsalan (1997, 32) mukaan ryhmätilanteeseen orientoitumisen kannalta aluksi on hyvä keskustella siitä, mitä tullaan tekemään. Yhteenkuuluvuuden tunteen lisäämiseksi orientaatiovaihe eli aiheeseen suuntautumisvaihe on merkittävä. (Hintsala 1997, 32.) Ryhmäläiset tarvitsivat yksilöllisesti ohjausta vuorovaikutuksessa olemiseen, koska osa ryhmäläisistä ei pyrkinyt olemaan vuorovaikutuksessa muiden kanssa, kun kaikki ryhmäläiset olivat paikalla. Toisaalta joidenkin ryhmäläisten vuorovaikutusta täytyi rajoittaa kaikkien ryhmäläisten huomioimisen mahdollistamiseksi. Havainnoimme, että ryhmän ohjaajana on

tärkeää huomioida tasapuolisesti ryhmän jäsenten vuorovaikutustarpeet ja toimia niiden mukaisesti.

Ennen varsinaisia ohjaustuokioita pidimme huhtikuun 2012 puolivälissä ryhmälle harjoitusohjaustuokion, jotta tiesimme paremmin miten ryhmäläisten kanssa tulisi käsitellä suunnittelemiämme asioita. *”Ei se ainakaan minuun liity millään tavalla,” ”tuli niin äkkiä, etten osaa sanoa mitään,” ”sitten kun on aikuinen ja on naimisissa saa tehdä sitä”* ja *”abdistus”* olivat ajatuksia ja tuntemuksia, joita seksuaalisuus ryhmäläisissä herätti. Heidän ajatuksensa ja tuntemuksensa olivat tärkeitä suunniteltaessa ensimmäistä ohjaustuokiota, jossa käsitelimme seksuaalisuus - käsitettä. Harjoitusohjaustuokiossa halusimme selvittää ryhmäläisten tietotasoa oman hygienian huolehtimisesta ja siihen liittyvistä tuotteista, koska meillä oli tarkoitus käsitellä omasta hygieniasta huolehtimista viimeisessä ohjaustuokiossa. Havainnoimme ryhmäläisten tuntevan hyvin hygieniatuotteita ja tiedostavan mihin niitä käytetään. Tämä vaikutti siihen kuinka käsitelimme hygienian huolehtimista ohjaustuokiomme aikana.

8.2 Ohjaustuokioiden toteutus

Aloitimme ohjaustuokiokohtaisten suunnitelmien tekemisen maaliskuussa 2012, jolloin sovimme myös ohjaustuokioiden päivämäärät. Ensimmäisen ohjaustuokion pidimme 10.5.2012, toisen ohjaustuokion 24.5.2012 ja viimeisen 31.5.2012. Ennen ohjaustuokioiden järjestämistä työelämäohjaajamme tarkisti ja hyväksyi ohjaustuokiokohtaiset suunnitelmat.

Oman resurssit, toimeksiantajan toiveet, kohderyhmän tarpeet ja opinnäytetyön vaatimukset määräävät opinnäytetyön toteutustavan (Vilka ym. 2004, 56 - 57). Sekä meillä opinnäytetyön tekijöinä, että toimeksiantajalla oli odotuksia ohjaustuokioita kohtaan. Pystyimme ottamaan huomioon toimeksiantajan odotuksia käymällä keskusteluita työelämäohjaajamme kanssa ohjaustuokioihin liittyen. Suunnittelimme ohjaustuokioiden aiheet ja sisällöt, huomioiden työelämäohjaajan toiveet ja tarpeet. Työelämäohjaajamme ilmaisi olevansa tyytyväinen tekemiimme valintoihin. Tiedustelimme myös opinnäytetyön kohderyhmältä eli Pihlajan naisten ryhmäläisiltä heidän odotuksiaan ohjaustuokioitamme kohtaan. Pihlajan naisten ryhmäläiset eivät osanneet ilmaista odotuksiaan ohjaustuokioihin liittyen, joten havainnoinnin merkitys korostui tästäkin syystä.

Yksi tärkeimmistä omista odotuksistamme oli, että osaisimme toimia luonnollisesti ryhmän ohjaajina ohjaustuokioissa. Tutustumiskäynnit ryhmässä ennakkoon auttoivat tämän

odotuksen saavuttamisessa. Työelämäohjaajalla oli odotuksena saada uusia näkökulmia seksuaaliterveyden ohjaamiseen, esimerkiksi tuottamaamme materiaalia ohjauksen tukena käyttäen.

Palautetta ohjaustuokioista saimme Pihlajan naisten ryhmän jäseniltä ja työelämäohjaajalta jokaisen ohjaustuokion jälkeen. Viimeisen ohjaustuokion jälkeen työelämäohjaajamme antoi meille lisäksi kirjallista palautetta yhteenvetona kaikista pitämistämme ohjaustuokioista. Kaikissa ohjaustuokioissa toimintaamme oli seuraamassa ja arvioimassa jompikumpi Pihlajan naisten ryhmän ohjaajista luotettavuuden lisäämiseksi.

Pidimme ohjaustuokiot Toimintakeskus Pihlajan pihapiirissä olevassa yksiössä. Siellä on eteinen, pesuhuone ja avokeittiöllä varustettu huone, jossa on mahdollista esimerkiksi kokoontua erilaisten ryhmien kanssa. Ohjaustuokioissa meillä oli käytössä kaikki yksiön tilat. Ohjaustuokioiden suunnittelussa täytyi ottaa huomioon rajoitettu tila, koska yksiö ei ollut kovin suuri.

Jokaisen ohjaustuokion alussa luimme aiheeseen johdattelevan selkokielisen tarinan. Tarinoiden suunnittelussa käytimme apuna Satu Hyttisen (2009) teosta *Haaveita ja haluja, selkokielisiä tarinoita seksuaalisuudesta*. Kuitenkin suunnittelimme ja teimme jokaisen selkokielisen tarinan itse. Ohjaustuokioissa käytimme ohjauksen ideointiin ja havainnollistamiseen apuna Karankan (2001) kuvia, jotka ovat saatavilla Tuisku Ilmosen ja Irene Karankan (2001) teoksessa *Iloinen soturi ja suloinen kuningatar*.

Ohjaustuokioissa pyrimme huomioimaan teoriasta esille tulleen LOVIT-mallin, jotta vuorovaikutus Pihlajan naisten ryhmäläisten kanssa olisi mahdollisimman onnistunutta. LOVIT-mallia käsittelemme kappaleessa 5.2.1 *LOVIT-malli vuorovaikutuksen tukena*. Ohjaustuokioissa halusimme tukea ryhmäläisten osallisuutta siten, että heillä itsellään oli mahdollisuus aktiiviseen rooliin ohjaustuokioiden aikana.

8.2.1 Ensimmäinen ohjaustuokio: Seksuaalisuus -käsite

Ensimmäisen ohjaustuokion eteneminen ja sisältö on liitteessä (LIITE 8). Taulukossa on tiivistelmä Pihlajan naisten ryhmälle pidetystä ensimmäisestä ohjaustuokiosta, josta selviää ohjaustuokion sisältö, ohjaustapa ja käytetty aika (TAULUKKO 2).

Mitä tehdään?	Miten tehdään?	Varattu aika
Ohjaustuokion aloitus	Ryhmäläisten kuulumisten kysely. Ohjaustuokion aiheen kertominen: Seksuaalisuus -käsite.	n. 5 - 10 min
Orientoituminen aiheeseen: Seksuaalisuus -käsite	Luetaan selkokielineen tarina seksuaalisuuteen liittyen, jonka jälkeen kysymyksiä tarinaan liittyen	n. 10 - 15 min
Seksuaalisuus -käsitteen merkitys ja keskustelua	Keskustellaan ryhmäläisten kanssa, mitä seksuaalisuus tarkoittaa. Valmiiksi suunniteltujen kysymysten avulla yritetään saada kaikki ryhmäläiset mukaan keskusteluun. Asian havainnollistamiseksi käytämme tukena <i>Seksuaalisuuden portaita</i> .	n. 15 - 20 min
<i>Seksuaalisuus -puu</i>	Kuvakortteja apuna käyttäen keskustelemme ryhmäläisten kanssa seksuaalisuudesta ystävyyteen ja seurusteluun liittyvien kysymysten avulla. Lisätään tekemäämme puun runkoon lehtiä, joihin ryhmäläiset tuottavat tarvitsemansa tuen turvin kirjoittaen seksuaalisuuteen liittyviä asioita. Kiinnitetään lehdet puuhun.	n. 20 min
Ohjaustuokion lopetus, arviointi ja seuraavaan ohjaustuokioon orientoituminen	Käydään läpi, mitä olemme tehneet ja kysymme ryhmäläisten mielipiteitä ohjaustuokiosta. Kerromme seuraavan tapaamisen ajankohdan ja aiheen: 24.5.2012, vuorovaikutustaidot ja oman kehon itsemääräämisoikeus.	n. 5 min

TAULUKKO 2 Ensimmäinen ohjaustuokiosuunnitelma - Seksuaalisuus -käsite

Ensimmäinen ohjaustuokio kesti puolitoista tuntia. Ohjaustuokio alkoi niin, että Pihlajan naisten ryhmäläiset asettuivat hevosenkengän muodostelmaan istumaan, jotta vuorovaikutus olisi helpompaa. Aluksi kerroimme ryhmäläisille nimemme, koska heillä oli vaikeuksia muistaa niitä. Muistutimme ryhmäläisiä, että tulemme pitämään heille kolme ohjaustuokiota seksuaalisuuteen liittyen, ja tämä oli niistä ensimmäinen. Kyselimme jokaiselta kuulumiset ja kerroimme tämän jälkeen heille ohjaustuokion aiheen, joka oli sillä kertaa seksuaalisuus -käsite.

Luimme ryhmäläisille kirjoittamamme selkokielineen tarinan ja kyselimme heiltä tarinan aikana ja sen jälkeen siihen liittyviä kysymyksiä. Sen jälkeen kerroimme ryhmäläisille, mitä

seksuaalisuus on. Käytimme pahvista tehtyjä *Seksuaalisuuden portaita* ohjauksen tukena, jotka olivat meillä koululta lainassa (LIITE 9). Ajattelimme *Seksuaalisuuden portaiden* helpottavan ihmisen seksuaalisen kehittymisen eri vaiheiden ymmärtämistä. Ryhmäläisten keskittymiskyky häiriintyy helposti, joten emme pitäneet *Seksuaalisuuden portaita* esillä ennen kuin käytimme niitä ohjauksen tukena. Välillä kysyimme ryhmäläisiltä kysymyksiä seksuaalisen kehityksen vaiheisiin liittyen.

Tämän jälkeen siirryimme ryhmäläisten kanssa pöydän ääreen istumaan. Tarkoituksenamme oli kuvakorttien avulla (LIITE 10) pohtia ystävyuden ja seurustelun eroavaisuuksia, mutta aikataulullisista syistä päätimme jättää ohjaustuokiosta tämän vaiheen pois.

Seuraavaksi kerroimme ryhmäläisille, että kokoamme yhdessä ystävyyteen ja seurusteluun liittyvistä asioista *Seksuaalisuus -puun* (LIITE 11). Tarkoituksemme oli koota aluksi erillisille papereille kysymysten avulla ryhmäläisten ajatuksia ystävydestä ja seurustelusta (LIITE 12). Suunnittelimme ennakkoon, että kokoaisimme *Seksuaalisuus -puun* valmiiksi ohjaustuokion aikana, siten että ryhmäläiset saisivat valita kootuista ajatuksista mieluisimmat ja kirjoittaa niitä riittävän avun turvin tekemiimme valmiisiin puun lehtiin. Tämän jälkeen ryhmäläiset olisivat saaneet kiinnittää lehdet puuhun. Meillä ei jäänyt kuitenkaan aikaa siihen, joten päätimme jättää puun kokoamisen seuraavaan ohjaustuokioon.

Ohjaustuokion yhteenvedoksi kävimme ryhmäläisten kanssa loppukeskustelun, jossa kysyimme mitä heille oli jäänyt mieleen kyseisestä ohjaustuokiosta ja mikä oli ollut kivaa ja mikä ei. Kiitimme ryhmäläisiä ohjaustuokioon osallistumisesta ja kerroimme heille seuraavan ohjaustuokion ajankohdan ja aiheen ennen kuin lopetimme.

Päätimme ensimmäisen ohjaustuokion jälkeen, että kirjoitamme ryhmäläisiltä tulleet ajatukset ystävydestä ja seurustelusta valmiiksi lehtiin. Sen ansiosta seuraavan kerran ohjaustuokion varsinaisen aiheen käsittelemiseen jäi enemmän aikaa. Päätimme myös päällystää lehdet, jotta ne säilyisivät ehjinä mahdollista tulevaa käyttöä varten.

8.2.2 Toinen ohjaustuokio: Vuorovaikutustaidot ja oman kehon itsemääräämisoikeus

Toisen ohjaustuokion eteneminen ja sisältö on liitteessä (LIITE 13). Taulukossa on tiivistelmä Pihlajan naisten ryhmälle pidetystä toisesta ohjaustuokiosta, josta selviää ohjaustuokion sisältö, ohjaustapa ja käytetty aika (TAULUKKO 3).

Mitä tehdään?	Miten tehdään?	Varattu aika
Ohjaustuokion aloitus	Ryhmäläisten kuulumisten kysely. Edellisen ohjaustuokion aiheen kertaaminen. Tämänkertaisen aiheen kertominen: Vuorovaikutustaidot ja oman kehon itsemääräämisoikeus	n. 5 - 10 min
Orientoituminen aiheeseen: Vuorovaikutustaidot ja oman kehon itsemääräämisoikeus	Luetaan selkokielen tarina ohjaustuokion aiheeseen liittyen, jonka jälkeen kysymyksiä tarinaan liittyen.	n. 10 - 15 min
Vuorovaikutustaitojen kehittäminen	Keskustellaan siitä, miten toimia silloin, kun kohtaa tutun/vieraan ihmisen, ja miten käyttäytyminen eroaa näissä tilanteissa. Kuvat keskustelun tukena.	n. 10 - 15 min
Oman kehon itsemääräämisoikeuden käsittely	Jaetaan jokaiselle ryhmäläiselle kuva naisen vartalosta, jonka avulla käsittelemme oman kehon itsemääräämisoikeutta. Kerromme ryhmäläisille oman kehon itsemääräämisoikeudesta. Keskustelua aiheesta.	n. 20 - 30 min
Ohjaustuokion lopetus, arviointi ja seuraavaan ohjaustuokioon orientoituminen	Käydään läpi, mitä olemme tehneet ja kysymme ryhmäläisten mielipiteitä ohjaustuokiosta. Kerromme seuraavan tapaamisen ajankohdan ja aiheen: 31.5.2012, omasta hygieniasta huolehtiminen.	n. 5 min

TAULUKKO 3 Toinen ohjaustuokiosuunnitelma - Vuorovaikutustaidot ja oman kehon itsemääräämisoikeus

Myös toinen ohjaustuokio kesti sille varatun ajan, eli puolitoista tuntia. Ohjaustuokio alkoi pöydän ääressä niin, että Pihlajan naisten ryhmäläiset istuivat hevosenkengän muodostelmassa hyvän vuorovaikutuksen aikaan saamiseksi. Aloitimme ohjaustuokion kysymällä ryhmäläisten kuulumiset ja mitä heille jäi viimekertaisesta ohjaustuokiosta mieleen. Kysyimme, muistavatko ryhmäläiset *Seksuaalisuus -puun*, mikä jäi edellisellä kerralla kesken. Kertasimme viime kerran ajatuksia, mitä ystävyys ja seurustelu olivat tuoneet heille mieleen. Tämän jälkeen annoimme jokaisen ryhmäläisen kiinnittää *Seksuaalisuus -puuhun* lehtiä, joihin olimme valmiiksi kirjoittaneet ryhmäläisten ajatuksia ylös. Ennen tämän ohjaustuokion

varsinaista aiheen käsittelyä kiinnitimme *Seksuaalisuus -puun* Toimintakeskus Pihlajan yksiön seinälle.

Aloitimme varsinaisen ohjaustuokiokohtaisen aiheen käsittelyn kertomalla ryhmäläisille, että tämänkertainen aihe oli vuorovaikutustaidot ja oman kehon itsemääräämisoikeus. Lisäksi luimme aiheeseen siirtymiseksi ryhmäläisille kirjoittamamme selkokiehisen tarinan ja kyselimme heiltä siihen liittyviä kysymyksiä tarinan aikana ja sen jälkeen. Selkokiehisen tarinan avulla johdattelimme aiheen oman kehon itsemääräämisoikeuden käsittelemiseen. Kysyimme ryhmäläisiltä esimerkiksi voiko vieraaseen ihmiseen luottaa tai mitä voi sanoa, jos vieras ihminen alkaa udella liikaa henkilökohtaisia asioita. Otimme esille syksyllä 2011 Kajaanissa tapahtuneen kehitysvammaisen naisen seksuaalisen hyväksikäyttötapaoksen. Kysyimme tämän jälkeen millaisia tunteita kyseinen tapaus ryhmäläisissä herätti. Sen jälkeen keskustelimme ryhmäläisten kanssa, kuinka vastaavanlaisessa tilanteessa tulisi toimia.

Tarkoituksenamme oli seuraavaksi käsitellä tutun ja vieraan ihmisen kohtaamiseen liittyviä käyttäytymistapoja kuvakortteja hyödyntäen, mikäli meillä jäisi siihen aikaa. Ohjaustuokion aikana päätimme kuitenkin, että jätämme tämän osion käymättä rajallisen aikataulun vuoksi. Käsitelimme tutun ja vieraan ihmisen kohtaamista keskustelun ja kysymysten avulla, ilman kuvakortteja. Naisen vartalon kuvaa (LIITE 14) apuna käyttäen kerroimme ryhmäläisille, että yksi pääsääntö on, ettei toisen ihmisen uimapukualueelle saa koskea. Lisäksi kerroimme, että he itse päättävät saako heihin koskea ja kuka saa. Annoimme jokaiselle ryhmäläiselle kuvan naisen vartalosta, johon he saivat värittää alueet, joihin heitä ei saa koskea. Kysyimme heiltä tämän jälkeen, että mitä he tekisivät, jos joku koskisi heitä ilman lupaa.

Ohjaustuokion lopuksi kysyimme ryhmäläisiltä, mitä heille oli jäänyt mieleen kyseisestä ohjaustuokiosta ja mikä oli ollut kivaa ja mikä ei. Kiitimme ryhmäläisiä ohjaustuokioon osallistumisesta ja kerroimme heille lopuksi seuraavan ohjaustuokion ajankohdan ja aiheen.

8.2.3 Kolmas ohjaustuokio: Omasta hygieniasta huolehtiminen

Kolmannen ohjaustuokion eteneminen ja sisältö on liitteessä (LIITE 15). Taulukossa on tiivistelmä Pihlajan naisten ryhmälle pidetystä kolmannesta ohjaustuokiosta, josta selviää ohjaustuokion sisältö, ohjaustapa ja käytetty aika (TAULUKKO 4).

Mitä tehdään?	Miten tehdään?	Varattu aika
Ohjaustuokion aloitus	Ryhmäläisten kuulumisten kysely. Edellisen ohjaustuokion aiheen kertaaminen. Tämänkertaisen aiheen kertominen: omasta hygieniasta huolehtiminen.	n. 5 - 10 min
Orientoituminen aiheeseen: Omasta hygieniasta huolehtiminen	Luetaan selkokielen tarina hygieniaan liittyen, jonka jälkeen kysymyksiä tarinaan liittyen.	n. 10 - 15 min
Ohjausta henkilökohtaisesta hygieniasta	Kysytään ryhmäläisiltä oman hygienian huolehtimisesta. Käsitellään hygienian huolehtimiseen liittyviä asioita ja annetaan ryhmäläisille siihen liittyviä tuotteita ja ohjeet. Kuvat ohjeiden tukena.	n. 30 min
Rentoutushetki	Laitetaan ryhmäläisille kasvonaamiot ja luetaan rentoutustarina. Taustalla soi rauhallinen musiikki. Keskustelua rentoutushetkestä.	n. 25 min
Ohjaustuokion lopetus ja arviointi	Käydään läpi, mitä olemme tehneet ja kysymme ryhmäläisten mielipiteitä ohjaustuokiosta. Kiitämme ryhmäläisiä ohjaustuokioihin osallistumisesta.	n. 10 min

TAULUKKO 4 Kolmas ohjaustuokiosuunnitelma - Omasta hygieniasta huolehtiminen

Viimeiseen ohjaustuokioon varattu aika riitti siihen hyvin. Tällä kertaa paikalle pääsi vain kolme ryhmäläistä, koska kaksi ryhmän jäsentä ei ollut Toimintakeskus Pihlajassa kyseisenä päivänä. Aloitimme kuitenkin ohjaustuokion kyselemällä paikalla olevien ryhmäläisten kuulumiset. Kysyimme tämän jälkeen, mitä heille jäi viimekertaisesta ohjaustuokiosta mieleen. Kerroimme heille, että käsitelimme viime kerralla oman kehon itsemääräämisoikeuteen liittyviä asioita ja kuinka kohdata vieras tai tuttu ihminen.

Sen jälkeen luimme tämänkertaiseen aiheeseen siirtymiseksi ryhmäläisille kirjoittamamme selkokielen tarinan ja kyselimme heiltä siihen liittyviä kysymyksiä tarinan aikana ja sen jälkeen. Selkokielen tarinan avulla johdattelimme aiheen oman hygienian huolehtimiseen. Ajattelimme, että ryhmäläisillä voi olla vaikeuksia ymmärtää mitä hygienian huolehtiminen tarkoittaa, joten puhuimme heille puhtauden huolehtimisesta. Sen jälkeen kysyimme ryhmäläisiltä siihen liittyviä kysymyksiä. Osa ryhmäläisistä osasi vastata niihin, ja tarvittaessa

täydensimme ja tarkensimme heidän vastauksiaan. Ohjauksen tukena käytimme tekemäämme julistetta oman puhtauden huolehtimisesta (LIITE 16).

Kysyimme ennen ohjaustuokioiden pitämistä eri yrityksiltä oman puhtauden huolehtimiseen liittyviä tuotteita ryhmäläisten käyttöön. Kokosimme saamistamme tuotteista ryhmäläisille omat tuotepaketit, jotka sisälsivät deodorantin, kaksi hammastahnaa, erilaisia pikkuhousunsuojia ja siteitä, intiimialueen pesunestettä, kosteusvoidetta ja kahta erilaista kasvovoidetta. Tuotteiden käytön tueksi teimme ryhmäläisille ohjeen, jossa on kuvat jaetuista tuotteista niiden nimien kanssa (LIITE 17). Havainnoimme harjoitusohjaustuokion aikana, että ryhmäläiset tunsivat hygieniatuotteita ja osasivat pääsääntöisesti kertoa, mitä niillä tehdään. Tämän vuoksi ajattelimme edellä mainittujen ohjeiden olevan ryhmäläisille riittävät. Kertasimme ryhmäläisten kanssa kuitenkin mitä tuotetta käytetään mihinkin. Esittelimme tuotteista viimeiseksi pikkuhousunsuojat ja siteet, jolloin ohjasimme heille tekemäämme julistetta apuna käyttäen siteen vaihtamisen (LIITE 18).

Seuraavaksi pidimme ryhmäläisille rentoutushetken. Laitoimme kaikille ryhmäläisille kasvonaamiot rentoutushetken ajaksi. Kasvonaamiot saimme myös eräältä yritykseltä, jolta olimme pyytäneet tuotenäytteitä ohjauksemme tueksi. Olimme tarkastaneet aiemmin, ettei kukaan ole allerginen kasvonaamiossa oleville aineille. Kerroimme ryhmäläisille, että kasvonaamion ottaminen on vapaaehtoista. Yksi ryhmäläisistä epäröi aluksi kasvonaamion ottamista, mutta pienen suostuttelun jälkeen hänkin otti sen. Ryhmäläisiin ennakkoon tutustumisen ansiosta olimme varautuneet tähän, joten ajattelimme, että kyseisen henkilön suostuttelu olisi hyödyllistä. Ohjasimme ryhmäläisille, että he voivat käydä pesemässä kasvonaamion pois kesken rentoutushetken, jos kasvoissa tuntuu ikävältä. Ohjasimme ryhmäläisiä laittamaan silmänsä kiinni rentoutushetken ajaksi, jonka aikana luimme heille rentoutustarinan (LIITE 19), ja samalla taustalla soi rauhallinen musiikki. Rentoutushetken loppuun kysyimme ryhmäläisiltä olivatko he pystyneet rentoutumaan tarinan aikana. Tämän jälkeen ryhmäläiset pesivät kasvonsa ja laitoimme heille vielä kosteusvoidetta kasvoihin.

Viimeisen ohjaustuokion loppuun kävimme ryhmäläisten kanssa keskustelua siitä, mitä heille oli jäänyt mieleen kyseisestä ohjaustuokiosta ja mikä oli ollut kivaa ja mikä ei. Kiitimme ryhmäläisiä ohjaustuokioihin osallistumisesta ja kerroimme vielä, että tämä oli viimeinen heille pitämämme ohjaustuokio. Päätimme ohjaustuokion antamalla jokaiselle ryhmäläiselle esittelemistämme hygieniatuotteista kootut tuotepaketit (LIITE 20), ja jätimme ne myös niille, jotka eivät olleet paikalla. Toivotimme ryhmäläisille vielä hyvää jatkoa.

8.3 Yhteenveto ohjaustuokioiden toteutuksesta

Projektin valmistuttua projektin tilaaja saa siinä tuotetun materiaalin käyttöönsä (Salonen 2000, 69). Tekemämme materiaali ohjaustuokioita varten jää kokonaisuudessaan Toimintakeskus Pihlajan käyttöön. Toimintakeskus Pihlajan henkilökunta voi kerrata Pihlajan naisten ryhmäläisten kanssa ohjaustuokioissa käsittelemiämme asioita tai hyödyntää soveltaen niitä myös muiden Toimintakeskuksen asiakkaiden kanssa. Toimintakeskus Pihlaja saa käyttöönsä myös materiaalin, jota emme ehtineet käyttää ohjaustuokioiden aikana. Toimintakeskuksen henkilökunta aikoi hyödyntää tekemäämme materiaalia asiakkaiden ohjaukseen jatkossa.

Yksi merkittävä projektin tulosten hyödyntämisen edellytys on, että sille asetetut tavoitteet on saavutettu. Tällöin voidaan ajatella projektin olevan valmis. (Salonen 2000, 69.) Meidän tavoitteenamme oli edistää Pihlajan naisten ryhmän seksuaaliterveyttä sekä yksilö-, että ryhmätasolla. Yhteisenä tavoitteena toimeksiantajan kanssa oli, että tuottamaamme materiaalia voidaan hyödyntää myöhemmin. Asetimme myös ohjaustuokiokohtaiset tavoitteet ohjaamaan toimintamme suunnittelua. Ensimmäisen ohjaustuokion tavoitteena oli Pihlajan naisten ryhmän tietoisuuden lisääminen seksuaalisuus -käsitteen merkityksestä. Toisen ohjaustuokion tavoitteena oli lisätä ryhmäläisten vuorovaikutustaitoja ja oman kehon itsemääräämisoikeuden ymmärtämistä. Kolmannen ohjaustuokion tavoitteena oli lisätä ryhmäläisten tietoisuutta oman hygienian huolehtimisesta. Seuraavassa luvussa arvioimme ohjaustuokioiden onnistumista ja tavoitteiden saavuttamista omien havaintojemme ja saadun palautteen avulla.

9 OHJAUSTUOKIOIDEN ARVIOINTI

Projektin päättämiseksi on hyvä tarkastella kuinka siinä on onnistuttu ja mitä siitä seuraa. Projektin arviointi voi sisältää esimerkiksi projektin sisällön tai ohjauksen onnistumisen arvioinnin. (Salonen 2000, 73.) Lopuksi on hyvä arvioida myös, kuinka projektille asetetut tavoitteet on saavutettu (Rissanen 2002, 173). Ohjaustuokioissamme arvioimme suunnitellun ajankäytön onnistumista, ohjauksen sisällön ja ohjausmenetelmien sopivuutta Pihlajan naisten ryhmäläisille, Pihlajan naisten ryhmäläisten kokemuksia ja toimintaa ohjaustuokioissa ja omaa toimintaamme ohjaajina. Arvioinnin tukena olivat omat havaintomme ja saamamme palaute Pihlajan naisten ryhmäläisiltä ja työelämäohjaajalta.

Seuraavassa kappaleessa arvioimme Pihlajan naisten ryhmäläisiin ennakkoon tutustumisen merkitystä. Sen jälkeen arvioimme aiemmin mainittujen asioiden avulla jokaisen ohjaustuokion onnistumista ohjaustuokiokohtaisesti. Työelämäohjaajalta saatua palautetta käsitellään tämän luvun viimeisessä kappaleessa.

9.1 Ryhmäläisiin ennakkoon tutustumisen merkitys

Tapahtuman onnistumisen kannalta kohderyhmän tunteminen on tärkeää, jotta se osataan suunnitella kohderyhmälle soveltuvaksi (Vilka ym 2004, 40). Pihlajan naisten ryhmäläisiin ennakkoon tutustuminen oli välttämätöntä ohjaustuokioiden suunnittelun ja toteutuksen kannalta, jotta pystyimme suuntaamaan ohjauksen juuri kyseiselle ryhmälle soveltuvaksi. Tutustuminen ryhmäläisiin auttoi tunnistamaan heidän henkilökohtaisia ominaisuuksiaan, mikä ohjasi meidän toimintaamme ryhmän ohjaajina. Pystyimme paremmin tukemaan ryhmäläisten vuorovaikutuksessa olemista, kun tiesimme millaiset vuorovaikutustaidot heillä on. Yksi ryhmäläisistä tarvitsi enemmän aikaa asioiden miettimiseen ja vastauksen antamiseen, kuin muut ryhmäläiset. Sen sijaan eräällä ryhmäläisistä oli vaikeuksia keskittyä ohjaukseen ja antaa muille puheenvuoroa. Ohjaustuokioiden onnistumisen kannalta meidän oli tärkeää tietää, kuinka pystymme ohjaamaan vuorovaikutustilannetta.

9.2 Arviointi ensimmäisestä ohjaustuokiosta: Seksuaalisuus -käsite

Ensimmäisen ohjaustuokion sisältöön jouduimme tekemään muutoksia ohjaustuokion aikana, koska huomasimme, että aikaa kuluu suunniteltua enemmän, eikä se riitä kaikkien suunnittelemiemme vaiheiden tekemiseen. Etukäteen oli hankalaa arvioida tarkkaan kuinka paljon ryhmässä muodostuu keskustelua käsiteltävästä aiheesta ja kuinka sujuvasti keskustelu etenee, vaikka olimme tutustuneet ryhmään ennakkoon. Huomasimme, että selkokielen tarinan käsittelyyn olisi voinut varata enemmän aikaa. Olimme varanneet ohjaustuokiota varten kuvakortit, joiden avulla olisimme pohtineet yhdessä ryhmäläisten kanssa ystävyden ja seurustelun eroavaisuuksia, mutta päätimme jättää ohjaustuokiosta tämän vaiheen pois ajanpuutteen vuoksi. Meillä ei myöskään jäänyt aikaa *Seksuaalisuus -puun* kokoamiseen ohjaustuokion aikana. Ensimmäisen ohjaustuokion aikataulumuutokset auttoivat tulevien ohjaustuokioiden ajankäytön suunnittelussa.

Kehitysvammainen henkilö voi ahdistua ja/tai turhautua, jos hänelle asetetut tehtävät ovat liian haastavia (Ikonen 1994, 17 - 18). Kysyessämme selkokieliseen tarinaan liittyviä kysymyksiä huomasimme, että osalla ryhmäläisistä oli hankaluuksia vastata niihin. Ajattelimme, että hankaluudet kysymyksiin vastaamisessa saattoivat johtua keskittymiskyvyn heikkoudesta, ohjausmenetelmän sopimattomuudesta jollekin ryhmäläiselle tai esimerkiksi siitä, että luimme tarinaa epäselvästi tai liian nopeasti. Emme kuitenkaan havainneet turhautumista, vaan ryhmäläiset vaikuttivat kiinnostuneilta selkokielen tarinan aikana.

Kerroimme ryhmäläisille seksuaalisuuden monimuotoisuudesta *Seksuaalisuuden portaita* havainnollistamisen tukena käyttäen, jolloin ryhmäläisillä heräsi kiinnostus ja halu keskustella seksuaalisuuteen liittyvistä asioista. Havainnoimme, että ryhmäläiset kokivat *Seksuaalisuuden portaat* mielenkiintoisiksi, joten niiden käyttö havainnollistamisen tukena tuntui onnistuneelta valinnalta.

Seksuaalisuuden käsitteleminen ystävyden ja seurustelun avulla osoittautui hyväksi keinoksi, koska sen avulla havaitsimme ryhmäläisten ymmärtävän seksuaalisuuden kuuluvan myös heille. ”Kiva, että seksuaalisuus voi olla ystävyttäkin” ja ”se ei olekaan pelkkää seksiä” olivat kommentteja ryhmäläisiltä ohjaustuokion aikana. Voimme päätellä, että seksuaalisuuden monimuotoisuuden ymmärtäminen lisääntyi ainakin osalla ryhmäläisistä.

Eräs ryhmäläinen kertoi, että ohjaustuokiossa käsittelemämme asiat olivat hyviä. Kysyessämme mikä ohjaustuokiossa oli mukavaa, kysymykseen vastanneiden kommentit

olivat ”juttelu,” ja ”melkein kaikki.” Lisäksi tulkitsimme yhden ryhmäläisen kommentin niin, että hänestä oli mukavaa, kun kerroimme mitä seksuaalisuus on. Havainnoimme, että ohjaustuokion aihe oli mukava ja tärkeä ryhmäläisille. Eräs ryhmäläinen oli sitä mieltä, että ”oli vaikea aihe, mutta tuntui kivalta puhua aiheesta.” Ajattelemme ohjauksen sisällön ja ohjausmenetelmien olleen ryhmäläisille pääsääntöisesti sopivia.

Ohjaustuokion aluksi ryhmäläiset ilmaisivat jännittävänsä, joten se saattoi vaikuttaa heidän toimintaansa ohjaustuokion aikana. Yhden ryhmäläisen kommentti ohjaustuokion lopuksi oli, että ”aluksi ujostutti, mutta se helpotti.” Havainnoimme ohjaustuokion aikana, että tunnelma ryhmäläisten keskuudessa oli myönteinen ja innostunut. Ryhmäläiset olivat aktiivisia jokaisessa ohjaustuokion vaiheessa.

Ennen ohjaustuokion pitämistä pohdimme, miten ryhmäläisten motivaatio riittää koko ohjaustuokion ajaksi ja kuinka he osallistuvat suunnittelemaamme toimintaan. Ikosen ym. (1999, 213) mukaan kehitysvammaisen henkilön oppimismotivaatio on usein alentunut epäonnistumisen kokemusten ja turhautumisen vuoksi. Suunnittelimme käyttävämme ohjaustuokion aikana erilaisia ohjausmenetelmiä, jotta ryhmäläisten mielenkiinto pysyisi yllä. Erilaisten ohjausmenetelmien käyttö huomioi myös ryhmäläisten erilaisia oppimistyyliä. Ohjaustuokion aikana pyrimme tasapuolisesti ohjaamaan ryhmäläisiä vuorovaikutustilanteissa heidän tarpeidensa mukaan.

Ensimmäisestä ohjaustuokiosta opimme, että meidän täytyy suunnitella seuraavien ohjaustuokioiden aikataulu väljemmäksi. Ryhmäläisten keskustelun tukeminen tuntui ohjaustuokiosta haastavalta, joten tiesimme mihin kiinnittää huomiota seuraavissa ohjaustuokioissa. Muuten olimme tyytyväisiä ensimmäisen ohjaustuokion sujumiseen.

9.3 Arviointi toisesta ohjaustuokiosta: Vuorovaikutustaidot ja oman kehon itsemääräämisoikeus

Toisen ohjaustuokion aikataulusuunnitelma onnistui paremmin kuin ensimmäisen, koska olimme muokanneet aikataulua väljemmäksi. Päätimme kirjoittaa ennen toista ohjaustuokiota *Seksuaalisuus -puun* lehtiin valmiiksi ryhmäläisten ajatukset ystävydestä ja seurustelusta, jotta meillä jäisi mahdollisimman paljon aikaa toisen ohjaustuokion varsinaisen aiheen käsittelemiseen. Päädyimme toisen ohjaustuokion suunnittelussa siihen, että toteutamme joitain ohjaustuokion osioita ryhmäläisille vain jos niihin jää aikaa. Kuitenkin

huomioimme, että kaikki suunnittelemamme aihe-alueet käsiteltäisiin jollain keinolla ohjaustuokion aikana. Olimme varautuneet, että jos keskustelua ei jostain osiosta muodostu, meillä on varalta muutakin ohjelmaa. Meillä jäi ensimmäisestä ohjaustuokiosta käyttämättä tekemämme kuvakortit, joten suunnittelimme niiden hyödyntämistä toisessa ohjaustuokiassa jos ylimääräistä aikaa jää. Meillä kuitenkin aikataulusuunnitelma meni niin, ettei ylimääräisiä vaihteita tarvittu.

Arvioimme ryhmäläisten oppimista kysymällä heiltä ohjaustuokion alussa, mitä heille oli jäänyt mieleen edellisestä ohjaustuokiosta. Ryhmäläiset ilmaisivat muistavansa, että edellisellä kerralla käsiteltiin ihmissuhteita ja *Seksuaalisuus -puuta*. Päättämään tästä, että ainakin osa ryhmäläisistä oli kyennyt keskittymään ja pystyi muistelemaan edellisen kerran ohjaustuokiota.

Havainnoimme, että *Seksuaalisuus -puun* valmiiksi kokoaminen oli ryhmäläisistä mieluisaa tekemistä. Havaintomme lisäksi saimme palautetta ryhmän varsinaiselta ohjaajalta, että *Seksuaalisuus -puun* kokoamisen aikana oli mukava tunnelma ja kaikki ryhmäläiset osallistuivat myös hänen mukaansa siihen innokkaasti.

Joillakin ryhmäläisillä oli hankaluuksia vastata ensimmäisen ohjaustuokion selkokiehisen tarinan kysymyksiin. Pohdimme, että saatoimme lukea tekstiä liian pitkän osion kerrallaan ja siksi esittämiimme kysymyksiin oli hankala vastata. Havainnoimme, että ryhmäläiset pysyivät tällä kertaa paremmin mukana selkokiehisen tarinassa, kun luimme sitä lyhyemmissä osioissa. Toisaalta kysymykset saattoivat olla sellaisia, että niihin oli mahdollisesti helpompi vastata.

Kajaanissa tapahtunut kehitysvammaisen naisen seksuaalisen hyväksikäyttötapausten käsittely herätti ryhmäläisissä erilaisia tunteita. ”Pelotti,” ”kylmät väreet,” ”pahalta tuntuu,” ”on väärin,” olivat tunteita, joita ryhmäläiset ilmaisivat keskustellessamme aiheesta. Koimme, että kyseisen tapahtuman käsittely ryhmäläisten kanssa ohjauksen ja siihen liittyvien kysymysten avulla oli hyödyllistä. Myös työelämäohjaajan mielestä aiheen käsittely oli tarpeellista. Se herätti jokaisessa ryhmäläisessä halua keskustella ja havainnoimme, että ryhmäläiset kokivat kielteisiä tunteita keskustelun aikana. Havainnoimme, että ryhmäläiset ymmärsivät hyvin seksuaalisen hyväksikäytön vääryyden.

Oman kehon itsemääräämisoikeuden havainnollistamismateriaalina oli värityskuva naisen vartalosta. Kuvassa naisella oli uimapuku päällä, mikä kuvasti aluetta, mihin toista ihmistä ei

saa koskea ilman lupaa. Ryhmäläiset värityivät kuvaan alueet, joihin heitä ei saa koskea, kukin omalla tyylillään. Annoimme kuvat väritettäväksi vasta, kun olimme kertoneet ryhmäläisille annetun tehtävän idean, jotta he jaksaisivat paremmin keskittyä tehtävänannon kuuntelemiseen. Päätelimme, että yksi ryhmäläisistä ei todennäköisesti silti jaksanut keskittyä ohjeiden kuuntelemiseen, koska hän keskittyi värittämään paperinsa vain mahdollisimman värikkäästi, myös kuvan ulkopuolelta. Muille tehtävä tuntui sopivammalta. Kuvat jätettiin Pihlajan naisten ryhmäläisille myöhempää käyttöä varten, koska tulevaisuudessa asian kertaaminen kuvan avulla voisi olla hyödyllistä. Oman kehon itsemääräämisoikeuden tiedostaminen vaikutti lisääntyneen ryhmäläisten keskuudessa. Yksi ryhmäläisistä totesi ohjaustuokion lopussa, että *”omasta kehosta saa määrätä.”*

Yleisesti ottaen tämän ohjaustuokion aiheet herättivät ryhmäläisissä voimakkaammin tunteita, kuin mitä olimme aikaisemmin heistä havainneet. Ryhmäläiset olivat sitä mieltä, ettei heille jäänyt paha mieli ohjaustuokion aiheista, mutta he vaikuttivat mieteliäiltä ohjaustuokion loppuun. Epäilimme, että aihe herätti ikäviä tunteita ryhmäläisissä, vaikka niiden käsittely olikin ryhmäläisten mielestä tärkeää. Päätelimme ohjaustuokion olleen heille mieleenpainuva kokemus. Koemme sen tärkeäksi, että ilmaisimme ryhmäläisille ohjaustuokion loppuun, että heillä on mahdollisuus jutella ohjaustuokion jälkeenkin joko meidän tai ryhmän varsinaisten ohjaajien kanssa heitä mietityttävistä asioista, jos haluavat.

Meistä tuntui, että ryhmäläiset tulivat meille tutummaksi jokaisen tapaamisen jälkeen. Ryhmäläisten keskustelun tukeminen toisen ohjaustuokion aikana onnistui mielestämme paremmin, kuin ensimmäisellä kerralla. Vaikka ohjaustuokio oli ryhmäläisissä tunteita herättävä, saimme myönteistä palautetta ryhmän varsinaiselta ohjaajalta luontevasta tavastamme toimia haastavissakin tilanteissa.

9.4 Arviointi kolmannesta ohjaustuokiosta: Omasta hygieniasta huolehtiminen

Kolmannessa ohjaustuokiossa olimme varanneet riittävästi aikaa kaikkien suunnittelemiemme asioiden tekemiseen. Viimeisessä ohjaustuokiossa oli mukana vain kolme ryhmäläistä, mikä saattoi helpottaa onnistuneen ajankäytön toteutumista.

Ohjaustuokion alussa arvioimme paikalla olevien ryhmäläisten oppimista kysymällä heiltä, mitä heille oli jäänyt mieleen edellisestä ohjaustuokiosta. Tällä kertaa ryhmäläiset eivät osanneet ilmaista, tai eivät muistaneet viime kerran asioita. Mietimme, olisiko voinut olla

niin, että jos keskustelua olisi syntynyt aiheesta enemmän, ryhmäläiset olisivat osanneet vastata kysymykseen paremmin. Keskustelua ei kuitenkaan muodostunut ryhmäläisten kesken tästä aiheesta paljoa.

Havainnoimme, että ryhmäläisten vuorovaikutukseen hakeutuminen muuttui pienemmässä ryhmässä. Huomasimme, että henkilö joka tarvitsi enemmän aikaa asioihin vastaamiseen, oli aktiivisemmin mukana ohjaustuokiassa. Päättelimme, että pienemmässä ryhmässä kyseisen henkilön on mahdollisesti helpompi toimia.

Toisen ohjaustuokion selkokiehisen tarinan seuraaminen ja siihen liittyviin kysymyksiin vastaaminen onnistui ryhmäläisiltä paremmin, kuin ensimmäisellä kerralla. Joten päätimme, että tämänkertaisessa ohjaustuokiassa luemme selkokiehisiä tarinaa suunnilleen samanmittaisissa osissa, kuin toisen ohjaustuokion aikana. Lisäksi yritimme muotoilla kysymykset jälleen niin, että niihin voisi olla helpompi vastata. Hygienian hoitamiseen liittyvät asiat olivat osittain tuttuja ryhmäläisille, joten he osasivat vastata selkokiehisen tarinan hygienian hoitoon liittyviin kysymyksiin.

Havainnollistamismateriaalina käytimme tekemiämme julisteita oman puhtauden huolehtimisesta ja siteen vaihtamisesta. Kävimme ryhmäläisten kanssa julisteet läpi, mutta jälkeinpäin mietimme, että teimme sen liian nopeasti. Etenkin toisessa julisteessa oli paljon kuvia, joten pohdimme häiritsikö kuvien katsominen ja samaan aikaan meidän puhe ryhmäläisten keskittymiskykyä. Ajattelimme, että olisiko ollut ryhmäläisten kannalta parempi, jos olisimme puhuneet ensin julisteissa olevista asioista ja sen jälkeen näyttäneet heille siihen liittyvät kuvat.

Näytepakkaukset eri hygieniatuotteista olivat mielestämme hyvä keino havainnollistaa oman puhtauden huolehtimiseen käytettäviä tuotteita. Ajattelimme, että ohjauksella voisi olla parempi vaikutus ryhmäläisiin, kun heillä olisi tuotteita joilla huolehtia omasta hygieniasta. Ryhmäläiset suhtautuivat myönteisesti siihen, että saivat meiltä hygieniatuotteita. Työelämäohjaaja suunnitteli palaavansa ohjaustuokion aiheeseen kertaamalla ryhmäläisten kanssa niiden käyttöä.

Ennen rentoutushetken pitämistä pohdimme, jaksavatko ryhmäläiset keskittyä siihen ja pystyvätkö he rauhoittumaan paikalleen sen ajaksi. Myös ryhmän varsinainen ohjaaja toi ilmi, ettei rentoutushetki välttämättä onnistu suunnitelmien mukaan. Rentoutushetki vaikutti kuitenkin viimeisen ohjaustuokion mukavimmalta osuudelta. Ryhmäläiset olivat halukkaita

kertomaan omista tuntemuksistaan rentoutushetken aikana. Päättelimme rentoutushetken olleen onnistunut. Yksi ryhmäläisistä sanoi, että *”harvoin voin näin rentoutua, nyt se onnistui.”* Eräs toinen kertoi torkahtaneensa rentoutushetken aikana, ja koki itsensä *”ihan uudeksi ihmiseksi”* rentoutushetken päätteeksi. Rentoutustarina ja rauhallinen taustamusikki vaikuttivat sopivilta rentoutushetken. Myös ryhmän varsinainen ohjaaja oli rentoutushetken jälkeen iloisesti yllättynyt siitä, että se onnistui niin hyvin. Pohdimme, että rentoutushetken onnistumiseen saattoi vaikuttaa se, että vain kolme ryhmäläistä oli paikalla. Rentoutushetki olisi saattanut olla rauhattomampi, jos kaikki olisivat olleet paikalla.

Ohjaajana oli helpompi tukea ryhmäläisten toimintaan ja keskusteluun osallistumista, kun heitä oli paikalla vähemmän. Rentoutushetken ajoitus viimeisen ohjaustuokion loppuun tuntui onnistuneelta valinnalta, vaikka kaikki ryhmäläiset eivät päässeetkään osallistumaan siihen. Rentoutushetkestä jäi hyvä mieli sekä ryhmäläisille, että meille ohjaajina. Koemme, että päätimme ohjaustuokiot onnistuneella tavalla, koska rentoutushetki vaikutti viimeisen ohjaustuokion mielekkäimmältä ja mieleenpainuvimmalta osuudelta.

9.5 Yhteenveto ohjaustuokioiden arvioinnista

Saimme työelämäohjaajalta suullisesti arviointia jokaisen pitämämme ohjaustuokion päätteeksi ja lisäksi kirjallisen yhteenvetoarvioinnin kaikkien ohjaustuokioiden jälkeen. Ohjaustuokioiden välissä saamamme palaute ohjaustuokioiden vaikutuksesta ryhmäläisiin oli sellaista, että niistä oli hankalaa tehdä johtopäätöksiä. Alla työelämäohjaajan kirjoittama yhteenvetoarviointi.

”Naistenpiiriläiset olivat hyvin tyytyväisiä tuokioihin ja iloisen yllättyneitä saamistaan näytepakkausista. Olette saaneet heräteltyä asiakkaiden huomiota seksuaalisuus aiheeseen ja jotkut ovat kyselleet milloin aihe jatkuu. Olette huomioineet asiakkaat omina yksilöinä ja samoin ohjaustilanteissa ryhmän aloituksissa huomioitte jokaisen osallistujan, se lisää osallistujan itsetuntoa ja kiinnostusta asiaan. Tutustuitte hyvin asiakkaisiin ja kartoititte asiakkaiden tarpeet ennen ohjaustuokioita, sillä tavalla saa parhaan orientaatiopohjan tuokioiden suunnitteluun. Kun tutustuitte asiakkaisiin ennakkoon, oli kommunikointi ohjaustilanteessa luontevaa ja toimivaa. Olette

varautuneet yllättäviinkin tilanteisiin ohjaustilanteissa ja hallitsitte ryhmän hyvin. Olette panostaneet paljon ohjausmateriaaliin ja hyvin tehdyt ja käytännölliset materiaalit voivat olla ohjauskäytössä jatkossakin. Kiitos! Huomasitte varmaan, että asiakokonaisuus oli laaja, siitä olisi riittänyt pitkäksi aikaa aihetta naistenpiiriin. Naistenpiirin asiakkaat omaksuvat hitaasti asioita ja ohjeitten antamiseen on varattava hyvin aikaa, että kaikki ovat käsittäneet asian. Edellisen kokoontumisen asioiden kertaus oli erittäin hyvä ja tärkeä asia. Kiitokset naistenpiiriläisten puolesta kasvohoidosta ja rentoutuselämäyksestä se oli kaikille meille voimaannuttavaa”

(L. Leskelä, henkilökohtainen tiedonanto 26.6.2012)

Olemme saaneet pitämistämme ohjaustuokioista myönteistä palautetta. Ohjaustuokioiden aikana havaitsimme, että seksuaalisuuden käsitteleminen oli ryhmäläisistä mielenkiintoista.

Ohjaustuokioiden suunnittelun ja toteutuksen onnistumisen kannalta tuntui välttämättömältä tutustua ryhmäläisiin ennakkoon ennen ohjaustuokioidemme pitämistä. Myös työelämäohjaajalta saadusta palautteesta käy ilmi, että ennakkoon tutustuminen oli hyvä tapa suunnitella ryhmälle sopivia ohjaustuokioita. Se myös lisäsi luontevaa ja toimivaa vuorovaikutusta ryhmäläisten kanssa ohjaustuokioissa. Toiminta ryhmäläisten kanssa tuntui meidän mielestämme joka kerta luontevammalta, kun ryhmäläiset tulivat tutummaksi. Havainnoimme ryhmäläisissä jännitystä etenkin ensimmäisessä ohjaustuokiossa, joten ilman riittävää tutustumista ryhmäläisiin onnistuneiden ohjaustuokioiden toteuttaminen tuskin olisi onnistunut siitäkään syystä. Käsittelemiemme aiheiden arkaluontoisuuden vuoksi keskustelua ei olisi välttämättä syntynyt yhtä hyvin vieraan ryhmän kanssa.

Jokaisen ohjaustuokion aloitimme suunnitellusti niin, että kysyimme ryhmäläisten kuulumiset ja jokainen heistä sai puheenvuoron. Siten jokainen heistä tuli heti aluksi huomioitua ohjaustuokioissa. Vuorovaikutuksen helpottamiseksi suunnittelimme istumajärjestyksen niin, että olimme hevosenkengän muodostelmassa, jolloin jokainen henkilö näki toisensa. Työelämäohjaaja arvioi, että olimme onnistuneet huomioimaan jokaisen ryhmäläisen yksilönä, hallitsemaan ryhmän ja tarjoamaan heille tasapuolisesti huomiota ohjaustuokioiden aikana. Ryhmäläisiin ennakkoon tutustuminen auttoi myös siinä, että tiesimme kuinka ryhmäläiset hakeutuvat vuorovaikutukseen toistensa kanssa ja millaista tukea he siinä yksilöllisesti tarvitsevat. Edellisen ohjaustuokion asioiden käsittelyn ohjaustuokion alussa työelämäohjaaja koki hyödylliseksi ja sitä se oli myös meidän mielestämme.

Sekä meidän, että toimeksiantajan tavoitteena oli, että tuottamaamme materiaalia voidaan hyödyntää myöhemmin. Työelämäohjaajan antamasta palautteesta käy ilmi, että tuottamamme ohjausmateriaali tulee käyttöön jatkossa. Ajattelemme ohjaustuokioiden sisältämän asiakokonaisuuden olleen laaja, joten ohjaustuokiosuunnitelmien ja havainnollistamismateriaalien avulla voisi olla kannattavaa palata ryhmäläisten kanssa käsittelemme asioihin uudelleen.

Ohjaustuokioiden pitäminen oli meille kokonaisuudessaan myönteinen ja avartava kokemus. Rentoutushetken ajoittaminen aivan ohjaustuokioiden loppuun tuntui hyvältä päätökseltä ohjaustuokioillemme.

10 TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimustuloksissa tutkimuksen keskeinen sisältö tuodaan esille käsittelemällä tutkimukselle asetetut kysymykset mahdollisimman selkeästi. Tuloksissa on tärkeää tarkastella, onko kaikkiin tutkimukselle asetettuihin kysymyksiin saatu vastaus. Vastauksen puuttuminen voi johtua käytetystä menetelmästä, joten vastauksen puuttumisenkin voidaan ajatella olevan vastaus. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2010, 262 - 263.) Saatuja tutkimustuloksia verrataan aikaisempien tutkimusten tuloksiin. Vertailussa pohditaan tuloksiin vaikuttaneita tekijöitä ja etsitään samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia aiempiin tutkimuksiin nähden. (Opinnäytepakki 2009.)

Johtopäätöksissä tutkijan tulee pohtia tulosten merkitystä ja kuinka ja missä määrin tulokset vastaavat tutkimukselle asetettuihin kysymyksiin. Tulosten avulla saadaan selville mitä tietoa tutkimus tuotti ja mitä asioita voisi jatkossa tutkia aiheeseen liittyen. (Opinnäytepakki 2009.)

Ensimmäinen opinnäytetyölle asettamamme kysymys oli, että millä keinoilla voi ohjata lievästi kehitysvammaisten naisten ryhmää seksuaalisuuteen, vuorovaikutustaitoihin, oman kehon itsemääräämisoikeuteen ja hygieniaan liittyen. Pitämiemme ohjaustuokioiden avulla voimme päätellä, ettei olisi ollut yhtä tiettyä tapaa ohjata edellä mainittuja asioita ryhmäläisille. Pyrimme ohjaamaan heitä kuitenkin mahdollisimman monipuolisesti, erilaisia ohjausmenetelmiä käyttäen.

Ohjausmenetelmästä riippumatta ohjaukseen oli varattava riittävästi aikaa, jotta ryhmäläiset pystyivät omaksumaan ohjattavan asian. Lievästi kehitysvammaisen ohjauksessa yhden asian omaksumiselle on annettava riittävästi aikaa ja hyödyllisintä ohjauksen kannalta on, että yhden ohjaustuokion aikana käsitellään mahdollisimman vähän toisistaan poikkeavia aiheita. Ajattelemme, että esimerkiksi vuorovaikutustaitoihin ja hygienian liittyvä ohjaus samassa ohjaustuokiassa olisi ollut mahdollisesti liian monimutkaista omaksua ryhmäläisille. Todennäköisesti he eivät olisi silloin oppineet yhtä paljon ohjaamiemme asioita. Päätelemme, että usean eri ohjausmenetelmän käyttö samanaikaisesti voi häiritä lievästi kehitysvammaisen henkilön keskittymistä ohjaukseen. Huomasimme ohjaustuokioiden avulla, että yhden ohjausmenetelmän käyttö kerrallaan oli hyvä ratkaisu. Kuvien ja muiden havainnollistamismateriaalien käyttö tuntuu kuitenkin hyödyllisemmältä verrattuna pelkkään suulliseen ohjaukseen.

Ikosen (1999, 97) mukaan kehitysvammaisella henkilöllä on konkreettisempi ja yksinkertaisempi käsitys todellisuudesta, mikä vaikuttaa hänen kykyihinsä ymmärtää asioita. Tämä tuki havaintojamme siitä, että asioita kannattaa ilmaista mahdollisimman konkreettisesti ja käyttää esimerkkejä sellaisista asioista, jotka ovat henkilöille tuttuja. Monet seksuaalisuuteen liittyvät termit ovat ilman konkreettista esimerkkiä liian abstrakteja lievästi kehitysvammaisten henkilöiden ymmärrettäväksi.

Toinen opinnäytetyölle asettamanamme kysymys oli, millaisia valmiuksia ohjaaja tarvitsee ohjattaessaan lievästi kehitysvammaisten henkilöiden ryhmää. Ohjaajana on tärkeää hyväksyä, että kehitysvammaiset henkilöt ovat persoonallisilta ominaisuuksiltaan erilaisia samoin, kuin jokainen muukin meistä. Ryhmäläisten tasavertaisen kohtelun toteutumiseksi on tärkeää hyväksyä ryhmäläisten erilaiset piirteet. Lisäksi on hyväksyttävä ryhmäläisten erilaiset tuen tarpeet. Jotain henkilöä voi esimerkiksi joutua muistuttamaan useasti muiden henkilöiden huomioimisesta vuorovaikutustilanteissa ja joku toinen tarvitsee enemmän kannustusta vuorovaikutukseen hakeutumisessa. Ohjaajan tulee tarkastella omaa seksuaalisuuttaan ja olla sinut sen kanssa, ennen kuin seksuaalisuutta voi ohjata toisille henkilöille. Lisäksi on hyvä tietää, miten itse suhtautuu seksuaalisuuden eri ilmenemismuotoihin.

Kolmantena opinnäytetyölle asettamanamme kysymyksenä oli, miten Pihlajan naisten ryhmäläiset kokevat seksuaalisuuden käsittelemisen ohjaustuokioiden aikana. Naisten ryhmäläisten kokemuksia arvioimme havaintojemme, ryhmäläisten antaman palautteen ja ryhmän varsinaisten ohjaajien havaintojen avulla. Ohjaustuokioiden jälkeen saadun palautteen perusteella voimme päätellä, että Pihlajan naisten ryhmäläiset kokivat seksuaalisuuden käsittelemisen mielisiksi ja tärkeiksi. Seksuaalisuuden käsitteleminen herätti ryhmäläisissä erilaisia tunteita, kuten jännitystä, kiinnostusta ja halun keskustella asioista. Oletamme saaneemme monipuolistettua heidän käsityksiään seksuaalisuudesta. Tästä asettamastamme kysymyksestä ei mielestämme voi tehdä yleistettäviä johtopäätöksiä, koska tuloksina haettiin viiden yksittäisen henkilön kokemuksia.

Mielestämme saimme vastauksia jokaiseen opinnäytetyölle asettamaamme kysymykseen. Voimme siis päätellä, että käyttämämme keinot vastausten saamiseksi olivat sopivia opinnäytetyössämme. Teoriatiedosta olemme havainneet, että kehitysvammaiset henkilöt tarvitsisivat seksuaalisuuteen liittyvää ohjausta enemmän. Teoriatiedossa tuodaan esille, että seksuaalisuuden ei ajatella kuuluvan kehitysvammaisille (Luoma-aho 2009, 45 - 46). Voimme verrata teoriatietoon liittyen, että ainakin ennen ohjaustuokioita myös Pihlajan naisten ryhmäläisten ajatukset olivat samankaltaisia, sillä he eivät uskoneet seksuaalisuuden

koskettavan heitä millään tavalla. Ohjaustuokioiden perusteella voimme päätellä, että oikean tiedon antaminen seksuaalisuudesta on tärkeää kehitysvammaisille henkilöille. Toivomme, että pitämämme ohjaustuokiot ovat alku säännölliselle seksuaalisuuden käsittelemiselle ryhmässä. Ryhmäläisten oppimisen kannalta asioiden kertaaminen olisi tärkeää. Ohjaamamme asiat olivat lisäksi vasta murto-osa siitä, mitä seksuaalisuuteen kuuluu.

Henkilön osallisuutta ja itsetuntoa tukevat vaikutusmahdollisuudet omaan elämään, aktiivinen rooli omien asioiden päättämisessä, yksityisyyden ja yksilöllisyyden huomioon ottaminen (Kaski 2012, 187). Ryhmäläisten osallisuuden tukemiseksi pyrimme järjestämään ohjaustuokiot niin, että heillä itsellään oli mahdollisuus osallistua niihin aktiivisesti.

11 POHDINTA

Tässä osiossa käsittelemme opinnäytetyön luotettavuutta ja eettisyyttä. Sen jälkeen kerromme työnjaosta ja vastuusta opinnäytetyöprosessin aikana. Lisäksi pohdimme opinnäytetyöprosessin onnistumista ja ammatillista kasvuamme sen aikana. Lopuksi ehdotamme jatkotutkimusaiheita opinnäytetyöllemme.

11.1 Luotettavuus

Tutkimuksissa pyritään tarkastelemaan eri keinojen avulla tehdyn tutkimuksen luotettavuutta. Tutkimustulosten luotettavuus ja pätevyys vaihtelevat, vaikka tutkimuksessa pyritään välttämään virheiden syntymistä. (Hirsjärvi ym. 2010, 231; Tuomi & Sarajärvi 2002, 131.) Erilaisilla mittaus- ja tutkimustavoilla voidaan arvioida tutkimuksen luotettavuutta (Hirsjärvi ym. 2010, 231).

Opinnäytetyömme luotettavuuden arvioimisessa käytämme laadullisen tutkimuksen luotettavuuden kriteereitä. Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arviointi perustuu koko tutkimusprosessin arvioimiseen, koska luotettavuuden olennaisin kriteeri on tutkija itse (Eskola & Suoranta 2000, 210). Tutkijan tarkka raportointi tutkimuksen toteuttamisesta lisää tutkimuksen luotettavuutta (Hirsjärvi ym. 2010, 232; Tuomi ym. 2002, 139).

Kaksi käsitettä tutkimuksen luotettavuuden arvioimisessa ovat reliaabelius ja validius. Reliaabelius tarkoittaa tutkimuksessa mittaustulosten toistettavuutta. Toinen käsite, mikä liittyy tutkimuksen arviointiin on validius eli pätevyys. Pätevyys tarkoittaa tutkimusmenetelmän tai mittarin kykyä mitata haluttua asiaa. Reliaabelius ja validius ajatellaan usein liittyvän vain määrälliseen tutkimukseen, mutta tutkimuksen luotettavuutta ja pätevyyttä tulisi arvioida jollain tapaa, vaikka tutkimus ei olisikaan määrällinen. (Hirsjärvi ym. 2010, 231 - 232.) Kuitenkaan laadullisessa tutkimuksessa ainoastaan validius ja reliaabelius eivät usein ole tutkimuksen luotettavuuden arvioinnissa riittäviä (Eskola ym. 2000, 211; Hirsjärvi ym. 2010, 232).

Opinnäytetyömme luotettavuutta tarkastelemme kriteereiden uskottavuus, tutkimustulosten siirrettävyys, varmuus ja vahvistettavuus avulla, koska ajattelimme niiden soveltuvan hyvin opinnäytetyömme luotettavuuden arvioimiseen. Uskottavuudella tarkoitetaan, kuinka

tutkijan ja tutkittavan käyttämät käsitteet ja tulkinnat kohtaavat keskenään. Tutkimustulosten siirrettävyyden arvioimisessa tarkastellaan, kuinka tehdyn tutkimuksen tulokset ovat siirrettävissä, eli voidaanko tutkimustuloksia yleistää. Tutkimuksen varmuutta vahvistava tekijä on, että tutkija huomioi mahdolliset ennustamattomat tutkimukseen vaikuttavat tekijät. Vahvistettavuudella tarkoitetaan tehtyjen ratkaisujen kertomista niin tarkasti, että lukija kykenee seuraamaan ja arvioimaan tutkijan tekemiä valintoja. (Tuomi ym. 2002, 136 - 137.) Lopuksi arvioimme lähteiden käyttöä luotettavuuden lisäämiseksi.

11.1.1 Uskottavuus

Opinnäytetyömme **uskottavuutta** lisää se, että suunnittelimme ohjaustuokiot Pihlajan naisten ryhmälle hyödyntäen ennakkoon tekemiämme havaintoja ryhmäläisten toiminnasta ja tuen tarpeista. Pyrimme pohtimaan kriittisesti ohjaustuokioiden jälkeen, kuinka hyvin onnistuimme tavoittamaan ohjauksella ryhmäläisten ymmärryksen tason. Kiinnitimme huomiota ohjaustuokioita suunniteltaessa siihen, miten pystyisimme ilmaisemaan käsiteltävät asiat ryhmäläisille ymmärrettävällä tavalla heidän tarpeidensa mukaisesti.

Merkittävänä tiedonkeruumenetelmänä opinnäytetyössämme oli havainnointi. Sen avulla voidaan saada välitöntä tietoa yksilöiden, ryhmien tai organisaatioiden käyttäytymisestä ja toiminnasta. Se sopii käytettäväksi silloin, kun tutkittavilla on vaikeuksia kielellisissä taidoissa. (Hirsjärvi ym. 2010, 213.) Lisäksi havainnointi on merkittävä tiedonkeruumenetelmä laadullisessa tutkimuksessa (Hirsjärvi ym. 2010, 213; Tuomi ym. 2002, 83). Yksi tapa palautteen saamiseen oli havainnoida Pihlajan naisten ryhmäläisiä. Meidän lisäksi havaintoja ryhmäläisistä tekivät naisten ryhmän varsinaiset ohjaajat, joten havainnointiin saatiin neljän henkilön näkökulma. Tämä oli myös yksi luotettavuutta lisäävä tekijä.

Havainnointia tiedonkeruumenetelmänä käytettäessä on huomioitava, että tutkija pitää omat havainnot ja tulkinnat toisistaan erillään (Hirsjärvi ym. 2010, 217). Tämän vuoksi koimme, ettemme voineet tehdä täysin varmoja tulkintoja ryhmäläisistä ja heidän toiminnastaan havaintojen perusteella. Eri asioiden tulkintoihin saimme kuitenkin vahvistusta siitä, että useampi henkilö oli havaintojen perusteella tulkinnut asian samalla tavalla. Ilmaisimme opinnäytetyössä tekemiämme tulkintoja esimerkiksi sanoilla ”*päättelemme*” ja ”*oletamme*”, koska koimme niiden olleen ilmauksina sopivia.

Vilkan ym. (2004, 157) mukaan palautteen kerääminen kohderyhmältä tavoitteiden saavuttamisen arvioimiseksi lisää luotettavuutta, joten keräsimme jokaisen ohjaustuokion lopussa palautetta Pihlajan naisten ryhmäläisiltä. Lisäksi ryhmän varsinaiset ohjaajat havainnoivat ohjaustuokioiden vaikutusta ryhmäläisiin ohjaustuokioiden välissä ja niiden päätyttyä. Ryhmäläisten kommentteista voimme päätellä, että ainakin osittain onnistuimme suunnittelemaan ryhmäläisille soveltuvaa ohjausta, mikä on uskottavuutta lisäävä tekijä. Ilmaukset ”*se ei olekaan pelkkää seksiä*” ja ”*omasta kehosta saa määrätä*” ovat esimerkkejä, joiden avulla voimme päätellä ohjauksemme olleen ainakin osittain ryhmäläisille sopivaa.

Ryhmäläisillä oli hankaluuksia vastata joihinkin esittämiimme kysymyksiin. Saatoimme esittää asioita niin, että ryhmäläiset ymmärsivät ne eri tavalla kuin olimme tarkoittaneet, eivätkä siksi osanneet vastata niihin. Jos olisimme ilmaisseet joitain asioita toisella tavalla, olisi se saattanut tuntua ryhmäläisistä ymmärrettävämmältä. Esimerkiksi jäimme pohtimaan olisimmeko saaneet monipuolisempaa tietoa ryhmäläisten oppimisesta ja mielipiteistä ohjaustuokioihin liittyen käyttämällä erilaisia kysymyksiä. Kysyimme esimerkiksi ryhmäläisiltä, mitä heille oli jäänyt ohjaustuokiosta mieleen. Jos olisimme tarkentaneet kysymystä johonkin tiettyyn ohjaustuokion vaiheeseen, olisimme mahdollisesti saaneet ryhmäläisiltä enemmän tietoa.

Työelämäohjaajalta saadusta palautteesta ilmeni, että Pihlajan naisten ryhmäläiset olivat kyselleet, milloin seksuaalisuus-aiheen käsittely jatkuu. Luotettavuuden lisäämiseksi pohdimme, olivatko pitämämme aiheet sisällöltään sellaisia, että ne herättivät ryhmäläisissä mielenkiintoa vai yhdistivätkö he aiheen esimerkiksi johonkin uudenlaiseen mukavaan tekemiseen, johon he haluaisivat vielä palata uudestaan.

11.1.2 Opinnäytetyön tulosten siirrettävyys

Suunnittelimme ja toteutimme opinnäytetyönämme seksuaalisuuteen liittyvät ohjaustuokiot, jotka soveltuisivat mahdollisimman hyvin Pihlajan naisten ryhmälle. Ennakkoon tutustuminen ryhmäläisiin ja havaintojen tekeminen heidän toiminnastaan oli merkittävää ohjaustuokioiden suunnittelun kannalta. **Opinnäytetyön tulosten siirrettävyyttä** arvioitaessa pohdimme etteivät saamamme tulokset ole todennäköisesti sellaisinaan siirrettävissä, eikä niitä voida yleistää.

Ohjaustuokiot oli suunniteltu kyseisten ryhmäläisten tarpeita vastaaviksi, joten ohjaustuokiosuunnitelmat eivät muokkaamattomina välttämättä sovellu toisenlaiselle kohderyhmälle. Ohjaustuokiosuunnitelmia voidaan kuitenkin käyttää apuna suunniteltaessa toisenlaiselle ryhmälle sopivaa ohjausta.

Ryhmässä joidenkin henkilöiden toiminta ja vuorovaikutukseen hakeutuminen muuttui, kun kaikki ryhmäläiset eivät olleet paikalla. Pohdimme johtuiko muuttunut käytös siitä, vai kokivatko paikalla olleet ryhmäläiset meidät tutummiksi ja käyttäytyivät sen vuoksi eri tavalla. Mietimme, olisiko saamamme tieto ollut erilaista, jos ryhmäkoko olisi kaikkien ohjaustuokioiden aikana ollut pienempi. Pohdimme, että tutkimustulosten siirrettävyys voi olla tästäkin syystä hankalaa.

11.1.3 Varmuus

Ennen ohjaustuokioiden pitämistä opinnäytetyön **varmuuden** lisäämiseksi pohdimme millaisia ongelmatilanteita ja/tai haasteita voisi mahdollisesti ohjaustuokioiden aikana ilmetä. Keskustelimme näistä asioista myös työelämäohjaajamme kanssa, minkä koimme hyödylliseksi. Luotettavuuden lisäämiseksi työelämäohjaaja arvioi ohjaustuokioiden suunnitelmien sisältöä ennen niiden toteuttamista. Koemme, että suunnitelmien arviointi oli tärkeää ohjaustuokioiden onnistumisen kannalta.

Koimme merkittävimmiksi haasteiksi ohjaustuokioiden pitämisessä, saammeko ryhmäläiset osallistumaan keskusteluun ja kuinka ajankäytönsuunnitelma onnistuu. Ryhmäläiset olivat kuitenkin aktiivisesti mukana keskustelussa. Ajankäyttöä oli haastavaa suunnitella, koska joidenkin asioiden käsittelyyn meni suunniteltua enemmän aikaa.

Pohdimme, että Pihlajan naisten ryhmäläisten vireystila saattoi vaikuttaa heidän oppimiseen. Oppimista olisi voinut tapahtua enemmänkin, jos kaikkien vireystila olisi ollut parhaimmillaan. Emme voi kuitenkaan varmaksi sanoa millainen ryhmäläisten vireystila ohjaustuokioiden aikana oli. Osa heistä ilmaisi ohjaustuokioiden aikana olleensa väsyneitä, mihin emme huomanneet varautua ennakkoon.

11.1.4 Vahvistettavuus

Koko opinnäytetyöprosessin ajan pyrimme kuvaamaan mahdollisimman tarkasti tekemiämme valintoja ja perustelemaan ne, mikä lisää **vahvistettavuutta**. Tämän avulla lukija voi halutessaan seurata projektimme etenemistä ja arvioida tekemiämme valintoja. Monipuolinen asioiden kuvaus ja perustelut auttavat siinä, että lukijalle jää opinnäytetyöstämme mahdollisimman vähän asioita arvailun varaan. Halutessaan lukija voi käyttää apuna tuottamaamme materiaalia ja opinnäytetyön kirjallista osuutta, jos hän suunnittelee itse vastaavanlaista toimintaa tai kehitysvammaisille suunnattua ohjausta.

11.1.5 Lähteiden käyttö

Lähteiden arvioinnissa on syytä kiinnittää huomiota erilaisiin asioihin, jotta pystyy arvioimaan onko lähteen käyttämisestä tutkimuksessa hyötyä. Kirjailijan tunnettavuus ja arvostus, lähdetiedon alkuperä ja ikä ovat merkityksellisiä asioita. Lisäksi on arvioitava lähteen uskottavuutta, totuudellisuutta ja puolueettomuutta ja julkaisijan arvovaltaisuutta. (Hirsjärvi ym. 2010, 113 - 114.)

Tarkoituksenamme oli käyttää koko opinnäytetyöprosessin ajan mahdollisimman luotettavia lähteitä. Pyrimme tarkastelemaan kriittisesti löytämiämme lähteitä ja valitsemaan niistä opinnäytetyömme kannalta käyttökelpoisimmat. Tarkoituksemme oli käyttää mahdollisimman tuoreita, mieluiten alle kymmenen vuotta vanhoja lähteitä, mutta sitä vanhemmistakin lähteistä löytyi meille soveltuvia vaihtoehtoja. Ammattikorkeakoulutasoiset opinnäytetyöt ovat tuoreimpia löytämiämme tutkimuksia, joita aiheesta on tehty. Aiheeseen liittyvä tutkimus on esimerkiksi Aution (1992) tutkimus *Mahdollisuus seksuaalisuuteen, kehitysvammaisten näkemyksiä parisuhteesta ja seksuaalisuudesta*, jossa käsitellään, miten kehitysvammaisen henkilö kokee oman seksuaalisuutensa. Tutkimuksessa on myös käsitelty kehitysvammaisten henkilöiden kokemuksia siitä, rajoittaako tai päättääkö seksuaalisuuteen liittyvistä asioista joku muu, kuin kehitysvammaisen henkilö itse (Autio 1992.) Nuorten kehitysvammaisten seksuaalikasvatusta käsittelevä Pro gradu -tutkielma *Kehitysvammaisten oppilaiden seksuaalikasvatus ”mitä enemmän tiedetään sitä vähemmän tarvii luulla”*, kertoo mitä nuorille kehitysvammaisille olisi kannattavaa ohjata seksuaalisuudesta. Siinä ei tuoda varsinaisesti esille keinoja, kuinka ohjaus tulisi toteuttaa. (Nahkamäki ym. 2001.)

11.2 Eettisyys

Etiikka on osa arkipäivän elämää. Se käsittelee sitä, mitä voi sallia ja mitä ei, ja miksi näin on. (Kuula 2006, 21; Juujärvi, Myyry & Pessa 2007, 13) Etiikka kuuluu tilanteisiin, joissa pohditaan suhtautumista omiin tai toisten tekemisiin (Kuula 2006, 21). Moraali tarkoittaa käsityksiä oikeasta ja väärästä. Moraalisten ongelmien ratkaisu perustuu oikean ja väärän pohdintaan. (Juujärvi ym. 2007, 13; Vehmas 2005, 155.) Konkreettisesti etiikka on läsnä sellaisissa tilanteissa, joiden ratkaisuun ei ole olemassa yhtä oikeaa vastausta. Lisäksi eri näkökulmista ajatellen kaikki ratkaisuvaihtoehdot ovat epätäydellisiä. Ne sisältävät sekä myönteisiä, että kielteisiä vaihtoehtoja. (Kuula 2006, 21; Leino-Kilpi & Välimäki 2009, 61.)

Itsemääräämisoikeuden toteutumiseksi henkilöille on annettava mahdollisuus päättää tutkimukseen osallistumisesta. Tämän onnistumiseksi heille tulee tarjota riittävästi tietoa tutkimukseen liittyen. (Kuula 2006, 61, 107; Leino-Kilpi ym. 2009, 367.)

Opinnäytetyön eettisyyden lisäämiseksi kerroimme Pihlajan naisten ryhmäläisille suunnitelmastamme järjestää heille seksuaalisuuteen liittyviä ohjaustuokioita ja, että osallistuminen niihin olisi vapaaehtoista. Lisäksi ennen ohjaustuokioita muistutimme ryhmäläisiä useamman kerran osallistumisen vapaaehtoisuudesta. Ohjaustuokioden aikanakin painotimme selkeästi, että osallistuminen on vapaaehtoista ja, jos ohjaustuokiosta haluaa poistua kesken kaiken, niin se on sallittua. Ryhmäläisillä oli oikeus myös kysyä, jos heille jäi joku asia epäselväksi tai jos emme olleet huomanneet kertoa jostain asiasta, mikä heitä mietitytti. Toimme ryhmäläisille esille, että mikäli heidän mielestään käsittelemämme ohjaustuokioiden aiheet olisivat jollain tapaa ikäviä, heillä olisi oikeus sanoa siitä tai olla osallistumatta keskusteluun. Painotimme myös, että mistään sellaisesta heidän ei tarvitse puhua, mistä he eivät halua.

Tutkija välttää tutkittavalle aiheutumasta vahinkoa tutkimukseen osallistumisesta huolehtimalla asianmukaisesta tietosuojasta. Yksityisyyden kunnioittaminen tutkimuksessa tarkoittaa sitä, että ihmisellä itsellään on oikeus päättää, mitä tietoja tutkimuskäyttöön antaa ja, että tutkimusta ei saa raportoida niin, että yksittäinen henkilö olisi niistä tunnistettavissa. Luottamus tutkimusaineiston yhteydessä tarkoittaa, että tutkittavan luottamus säilyy siten, että aineistoa käytetään, käsitellään ja säilytetään etukäteen sovitulla tavalla. Tunnistamattomuus ja nimettömyys ovat tutkittavan suojelua siltä varalta, että jos heidät

tunnistettaisiin tutkimusaineistosta, se voisi aiheuttaa heille vahinkoa. (Kuula 2006, 62, 64, 201.)

Kerroimme ryhmäläisille, että käsittelemiämme asioita käytämme vain opinnäytetyötä varten, eikä ohjaustuokioiden asioita kerrota niin, että ryhmän henkilöt olisivat siitä tunnistettavissa. Muistiinpanoja ohjaustuokioista teimme niin, ettei ulkopuolinen henkilö saa niistä selville kenestä ryhmäläisestä on kyse. Ohjaustuokioista syntynyt materiaali ei ole sellaista, joka paljastaisi kenenkään henkilöllisyyttä. Emme ole ottaneet valokuvia ryhmän henkilöistä, koska mielestämme se ei ollut millään tapaa merkittävää opinnäytetyön kannalta. Aiheen arkaluonteisuuden vuoksi kuvien ottaminen ryhmäläisistä ei myöskään tuntunut sopivalta.

Tutkija on vastuussa tutkittavien yksityisyyden suojasta ja tutkijan tehtävä on arvioida, mitkä asiat täytyy raportoida erityisen varovasti tunnistamisriskin vuoksi. (Kuula 2006, 204) Jätimme tarkoituksella joitain tarkempia kuvauksia ohjaustuokioiden kulusta pois. Ajattelimme, että joku voisi tunnistaa ryhmässä olleen henkilön, vaikka henkilön nimi ei tulisi esille. Toisaalta on mahdollista, että lukija voi tehdä omia tulkintojaan jo pelkän yhden sanan perusteella.

Eettisesti kehitysvammaisuus on vaikea aihe. Kehitysvammaisuuteen on suhtauduttu vaihtelevasti riippuen kulttuurista ja aikakaudesta. Vieläkin kehitysvammaisuuteen voi liittyä häpeää ja ahdistusta, minkä vuoksi sitä voidaan piilotella. (Louhiala 1995, 52 - 54.) Kun kehitysvammaisuus ja seksuaalisuus aiheena yhdistetään, on se vieläkin haasteellisempi aihe käsitellä (Palonen-Munnukka 2009, 76).

Opinnäytetyöprosessin aikana olemme pohtineet eettisesti kehitysvammaisuutta, seksuaalisuutta ja niitä yhdessä. Olemme pohtineet suhtautumistamme niihin liittyen. Meillä oli vähän tietoa kehitysvammaisuudesta ennen opinnäytetyöprosessin alkua. Ajatuksemme kehitysvammaisuutta kohtaan olivat kuitenkin alusta asti myönteisiä ja avoimia. Opinnäytetyöprosessin edetessä ymmärrys kehitysvammaisuutta kohtaan lisääntyi. Lievästi kehitysvammaisten naisten ryhmään tutustuminen antoi meille kokemuksia kehitysvammaisten henkilöiden kanssa toimimisesta. Vaikka kehitysvammaisten seksuaalisuutta pidetään aiheena yleisesti haastavana, koimme ohjaustuokioiden pitämisen ja seksuaalisuudesta puhumisen luonnolliseksi.

Ajattelimme, että kehitysvammaisia henkilöitä tulee kunnioittaa samalla tavalla ja heillä tulee olla samanlaiset oikeudet elämään, kuin muillakin. Heitä tulee myös tukea kaikin keinoin niin,

että heidän oikeutensa toteusivat mahdollisimman hyvin. Alusta asti seksuaalisuuden ohjaaminen kehitysvammaisille henkilöille tuntui meistä molemmista mielenkiintoiselta. Lisäksi kehitysvammaisten henkilöiden seksuaalisten oikeuksien edistäminen omalla toiminnalla edes vähän tuntui tärkeältä. Molemmat meistä kävivät opinnäytetyöprosessin alussa Kajaanin ammattikoulun järjestämän vapaavalintaisen kurssin seksuaaliterveyden edistämisestä. Ajattelimme kurssin antavan meille valmiuksia ohjata seksuaaliterveyteen liittyviä asioita opinnäytetyönä. Seksuaaliterveyden edistäminen on yksi terveyteen ja hyvinvointiin vaikuttava tekijä (Nurmi 2000, 5), siksi opinnäytetyömme on yhteiskunnalliseltakin kannalta merkittävä.

11.3 Työnjako ja vastuu opinnäytetyöprosessin aikana

Opinnäytetyöprosessin aikana jaoimme sen tekovastuuta tasapuolisesti molemmille. Etsimme sekä itsenäisesti, että yhdessä sopivia lähteitä ja jaoimme niiden läpikäymistä tasaisesti molemmille. Kaikki opinnäytetyön teoriaosuudet olemme kirjoittaneet ja arvioineet yhdessä. Kaikki käynnit Toimintakeskus Pihlajassa teimme yhdessä.

Ohjaustuokioiden suunnittelusta, toteutuksesta ja arvioinnista meillä oli yhdenvertainen vastuu. Ohjaustuokioissa oli mukana jompikumpi naisten ryhmän varsinaisista ohjaajista tarvittaessa avustamassa ryhmäläisiä ohjaustuokioiden aikana. Lisäksi ryhmän varsinaisilla ohjaajilla oli tärkeä rooli ohjaustuokion etenemisen seuraamisessa ja havaintojen keräämisessä. Halusimme keskittyä ryhmäläisten ohjaamiseen mahdollisimman hyvin, joten kirjoitimme itse havaintojamme vähemmän ohjaustuokion aikana. Kirjoitimme havaintojamme ylös lähinnä heti ohjaustuokion jälkeen, että ne olisivat parhaiten muistettavissa.

Asioiden muistamiseksi olimme kumpikin vastuussa muistiinpanojen tekemisestä opinnäytetyöprosessin aikana. Pidimme molemmat päiväkirjaa koko opinnäytetyöprosessin ajan, mikä helpotti asioiden mieleen palauttamista pitemmänkin tauon jälkeen.

Ohjaava opettajamme Pirjo Leskinen antoi meille säännöllisesti tarvitsemaamme ohjausta, joka auttoi meitä opinnäytetyön toteutuksessa. Saimme tarvitsemaamme ohjausta ohjaavalta opettajalta hyvin ja yhteistyö hänen kanssaan oli sujuvaa. Saimme tukea opinnäytetyöprosessin aikana koordinoivalta opettajalta Teija Ravelinilta ja vertaisilta aiheanalyysin, tutkimussuunnitelman ja valmiin opinnäytetyön esityksien jälkeen. He antoivat

meille ideoita ja korjausehdotuksia opinnäytetyöhömmen liittyen. Tapasimme myös työelämäohjaajaamme Leena Leskelää useita kertoja opinnäytetyöprosessin aikana. Hän mahdollisti ryhmäläisiin tutustumisen ennakkoon ja auttoi meitä ohjaustuokioiden aiheiden valinnassa.

11.4 Opinnäytetyöprosessi ja ammatillinen kasvu

Saimme valmiuksia opinnäytetyöprosessin aloittamiseen osallistumalla ensimmäiselle tutkimustoiminnan kurssille keväällä 2011. Tutkimustoiminnan kurssin sisältö tuntui aluksi haastavalta, koska siihen liittyvät asiat olivat meille täysin vieraita. Kurssilla käytyjä asioita tuntui vaikealta sisäistää omaan elämään kuuluviksi, joten se aiheutti ennakkoon ahdistusta tulevaa opinnäytetyöprosessia kohtaan. Alusta asti halusimme valita meitä molempia kiinnostavan opinnäytetyön aiheen, jotta sen työstäminen olisi mieleistä. Meillä heräsi heti kiinnostus järjestää opinnäytetyönä kehitysvammaisille henkilöille suunnattua terveyttä edistävää toimintaa, kun Vammaispalveluhankkeen työntekijät kävivät esittelemässä heidän tarjoamiaan opinnäytetyön aiheita Kajaanin ammattikorkeakoululla keväällä 2011. Sopivaksi kohderyhmäksi opinnäytetyöllemme osoittautui Toimintakeskus Pihlajassa toimiva lievästi kehitysvammaisten naisten ryhmä.

Saimme paljon vapauksia opinnäytetyömme aiheen valinnan suhteen, joten se tuntui meistä hyvin mieluisalta. Opinnäytetyöllemme oli myös selkeä tarve Toimintakeskus Pihlajassa, joten siitäkin syystä työ tuntui merkitykselliseltä toteuttaa. Teimme opinnäytetyön parityöskentelynä, mikä antoi siihen kahden ihmisen näkökulmaa. Tuimme ja kannustimme toisiamme opinnäytetyöprosessin aikana, mikä auttoi meitä jaksamaan koko prosessin ajan.

Kirjallisen osion aloittaminen tuntui työläältä, koska ei ollut selvää mistä kannattaisi aloittaa. Aluksi tuntui myös, että aihettamme käsittelevää kirjallisuutta löytyy niukasti. Opinnäytetyöprosessin edetessä huomasimme tiedonhakutaitojemme kehittyneen, koska hyödyntämiskelpoista kirjallisuutta alkoikin löytyä. Hankimme lähdekirjallisuutta erityisesti kehitysvammaisuudesta, seksuaalisuudesta ja ryhmän ohjaamisesta. Laajensimme opinnäytetyöprosessin aikana teoriatietoaamme, jotta pystyimme suunnittelemaan, toteuttamaan ja arvioimaan kohderyhmälle soveltuvia ohjaustuokioita. Lisäksi voimme hyödyntää opinnäytetyöprosessin aikana saamaamme tietoa myös työelämässä hoitotyön asiantuntijoina.

Ammattikorkeakoulusta valmistuvan opiskelijan tulee hallita riittävällä tasolla tietyt valmiudet, jotka työelämän edustajat ovat määritelleet yhdessä ammattikorkeakoulujen kanssa. Ammattikorkeakoulujen yleiset työelämävalmiudet ovat itsensä kehittäminen, eettinen osaaminen, viestintä- ja vuorovaikutusosaaminen, kehittämistoiminnan osaaminen, organisaatio- ja yhteiskuntaosaaminen ja kansainvälisyysosaaminen. Näiden valmiuksien tärkeys ja erityispiirteet voivat vaihdella koulutusohjelmasta riippuen. (Kajaanin ammattikorkeakoulun opinto-opas 2009-2010, 8 - 9.) Koemme kehittyneemme opinnäytetyöprosessin aikana kaikkien ammattikorkeakoulujen yleisten työelämävalmiuksien osalta. Lisäksi ammattikorkeakouluilla on osaamistavoitteet koulutusaloittain (Kajaanin ammattikorkeakoulun opinto-opas 2009-2010, 8).

Yleisenä tavoitteena terveysalan koulutuksessa on, että siitä valmistuu osaavaa ammattihenkilöstöä terveydenhuollon palveluihin. Moniammatillisen yhteistyön osaaminen on merkityksellistä hoitotyön koulutusohjelmasta valmistuneella terveydenhoitajalla, jotta hän pystyy turvaamaan väestölle yhdenvertaiset ja potilasturvallisuuden huomioivat palvelut. Kompetenssien eli koulutusohjelman asettamien tavoitteiden mukaisesti valmistuvan terveydenhoitajan tulee hallita riittävällä tasolla sekä hoitotyön, että terveydenhoitotyön eri osa-alueet. (Kajaanin ammattikorkeakoulun opinto-opas 2009-2010, 17 - 19.)

Koemme, että opinnäytetyöprosessimme kehitti monipuolisesti ammatillista osaamistamme. Hoitotyön koulutusohjelman kompetensseista erityisesti ohjaus- ja opetusosaamisemme kehittyi opinnäytetyöprosessin aikana. Kohderyhmänämme olivat kehitysvammaiset henkilöt, joten tutustuimme teorian tietoon erityisryhmän ohjaamisesta ja saimme siitä käytännön kokemusta ohjatessamme lievästi kehitysvammaisten naisten ryhmää. Hoitotyön asiakkuusosaamisen kompetenssi oli myös erityisen merkittävä, koska eettinen ajattelu ja toiminta olivat opinnäytetyön aiheen arkaluontoisuuden vuoksi tärkeitä. Toimintamme perustui asiakaslähtöisyyteen, koska halusimme toteuttaa kohderyhmälle sisällöltään merkityksellisiä ohjaustuokioita.

Terveydenhoitotyön koulutusohjelman kompetensseista erityisesti terveyden edistämisen osaaminen kehittyi opinnäytetyöprosessin aikana, koska opinnäytetyönä annoimme seksuaaliterveyttä edistävää ohjausta. Opinnäytetyöprosessin aikana kehitimme osaamistamme myös muiden kompetenssien mukaisesti. Emme koe olevamme vielä hoitotyön asiantuntijoita, mutta koemme opinnäytetyöprosessin aikana ammatillisen kasvumme kohti hoitotyön asiantuntijuutta kehittyneen huomattavasti.

11.5 Jatkotutkimusaiheet

Opinnäytetyöprosessin aikana saimme ideoita jatkotutkimusaiheista. Pohdimme, että voisiko tuottamamme ohjausmateriaalin avulla järjestää ohjaustuokiot myös toisenlaiselle ryhmälle. Voisiko esimerkiksi lievästi kehitysvammaisten miesten ryhmää ohjata samoja materiaaleja käyttäen.

Jatkotutkimusaiheena voisi olla myös, onko Pihlajan naisten ryhmäläisten tietotaso ohjaustuokioidemme aiheisiin liittyen lisääntynyt. Pohdimme, muistaisivatko Pihlajan naisten ryhmäläiset ohjaamiamme asioita, jos pitäisimme heille ohjaustuokiot esimerkiksi puolen vuoden päästä uudelleen.

Olemme suunnitelleet terveydenhoitotyön kehittämistehtävän aihetta yhdessä opinnäytetyötä ohjaavan opettajan kanssa. Hän ilmaisi, että ohjaustuokioidemme materiaalit voisivat olla hyödynnettävissä myös Kajaanin ammattikorkeakoulun oppimisympäristö Myötätulessa. Olemme suunnitelleet tekevämme ohjaustuokioiden sisällöistä materiaalipaketin, josta voisi olla apua suunniteltaessa seksuaalisuuteen liittyvää ohjausta myös muille kehitysvammaisille henkilöille.

LÄHTEET

- Aho, T., Kotiranta-Ainamo, A., Pelander, A. & Rinkinen, T. 2008. Teoksessa: Alkio, P. (toim.) Puhutaan seksuaalisuudesta - Nuori vastaanotolla. Väestöliitto. Helsinki: Priimuspaino Oy.
- Ahokas, N. & Pasila, E. 2011. Kehitysvammaisen nuoren seksuaalisuuden tukeminen perheen näkökulmasta. Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö.
- Arvio, M. & Aaltonen, S. 2011. Kehitysvammaisen potilaana. Duodecim. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.
- Autio, T. 1992. Mahdollisuus seksuaalisuuteen. Kehitysvammaisten näkemyksiä parisuhteesta ja seksuaalisuudesta. Kehitysvammaliiton julkaisuja 12/1992. Helsinki: Kehitysvammaliitto ry.
- Bildjuschkin, K & Malmberg, A. 2000. Kerro meille seksistä. Nuoren seksuaalikasvatus. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Bildjuschkin, K. & Ruuhilahti, S. 2008. Seksiä vaatteet päällä. Vammala: Vammalan Kirjapaino Oy.
- Bildjuschkin, K. & Ruuhilahti, S. 2010a. Puhutaan seksuaalisuudesta. Ammatillisia kohtaamisia sosiaali- ja hoitotyössä. Helsinki: Kirjapaja.
- Bildjuschkin, K & Ruuhilahti, S. (toim.) 2010b. SELKEE!. Turku: Alocon Oy.
- Cacciatore, R. 2006. Lasten ja nuorten seksuaalisuus. Teoksessa: Apter, D., Väisälä, L. & Kaimola, K. (toim.) Seksuaalisuus. Duodecim. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 205 - 225.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 2000. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Fadjukoff, P. 2003. Yksilöllinen oppimateriaali HOJKS:n tukena. Teoksessa: Ikonen, O. & Virtanen, P. (toim.) HOJKS II. Yksilölliset opetussuunnitelmat ja opetus. Juva: WS Bookwell Oy. 167 - 178.

Heiskanen, T., Salonen, K. & Sassi, P. 2006. Mielen terveyden ensiapukirja. Suomen Mielen terveysseura. Helsinki: StarOffset Oy.

Heusala, K. 2001. Naisen seksuaalisuus. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy.

Hintsala, S. 1997. Tuettua vuorovaikutusta; selkoryhmän ohjaajan opas. Helsinki: Hakapaino Oy.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2010. Tutki ja kirjoita. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino Oy.

Hyttinen, S. 2009. Haaveita ja haluja. Selkokieliä tarinoita seksuaalisuudesta. Kouvola: SOLVER Palvelut Oy.

Hyvönen, T. 2010. Kehitysvammaisuus ja seksuaalisuus. hoitajien näkemys kehitysvammaisten seksuaalisuudesta. Rovaniemen ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö.

Ikonen, O. 1994. Ammattiin valmentavien taitojen diagnosoinnista ja opetuksesta harjaantumisopetuksen päättäneille nuorille. Taustaosa ja harjoitteita. Kehitysvammaliitto ry. Helsinki: Hakapaino Oy.

Ikonen, O. 1995. Oppimisesta ja oppimisvaikeuksista. Teoksessa: Ikonen, O. (toim.) Erilainen oppija 1. Erityisopetuksessa kehitettyjä arviointi- ja opetusmenetelmiä. Juva: WSOY. 13 - 27.

Ikonen, O. 1999. Oppimisesta. Teoksessa: Ikonen, O. (toim.) Kehitysvammaisten opetus. Mitä ja miten? Helsinki: Hakapaino Oy. 63 - 108.

Ikonen, O. 2003. Oppimisesta ja oppimisvaikeuksista. Teoksessa: Ikonen, O. & Virtanen, P. (toim.) HOJKS II. Yksilölliset opetussuunnitelmat ja opetus. Juva: WS Bookwell Oy. 13 - 21.

Ikonen, O. & Holopainen, P. 2001. Kasvatuksen ja opetuksen arvoperusta. Teoksessa: Ikonen, O. & Virtanen, P. (toim.) HOJKS. Erilaisia oppijoita, erilaisia lähestymistapoja. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino. 11 - 28.

Ikonen, O. & Höylä, N. 1999. Oppilaan oppimisvalmiudet ja opettaminen. Teoksessa: Ikonen, O. (toim.) Kehitysvammaisten opetus. Mitä ja miten? Helsinki: Hakapaino Oy. 211 - 247.

- Ikonen, O., Kunnas, H. & Leväniemi, M. 1999. Ohjaus- ja opetustaidot. Teoksessa: Ikonen, O. (toim.) Kehitysvammaisten opetus. Mitä ja miten? Helsinki: Hakapaino Oy. 335 - 361.
- Ilmonen, T. 2001. Iloinen soturi ja suloinen kuningatar. Seksuaalikasvatuksesta: oma seksuaalisuuteni - oma ammatillisuuteni. Kehitysvammaliitto. K-Print Oy.
- Ilmonen, T. 2006. Seksuaalineuvonta. Teoksessa: Apter, D., Väisälä, L. & Kaimola, K. (toim.) Seksuaalisuus. Duodecim. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 41 - 59.
- Ilmonen, T. 2008. Vammaisten ja pitkäaikaissairaiden seksuaaliterveyspalvelut. Teoksessa: Ritamo, M. (toim.) Seksuaalisuus ammattihenkilöstön koulutuksessa sekä vammaisten ja pitkäaikaissairaiden terveyspalveluissa. Stakes. Helsinki: Valopaino Oy. 40 - 57.
- Juujärvi, S. Myyry, L. & Pessa, K. 2007. Eettinen herkkyys ammatillisessa toiminnassa. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Kajaanin ammattikorkeakoulun opinto-opas 2009 - 2010. 2009. Kajaani.
- Karanka, I. 2001. Iloinen soturi ja suloinen kuningatar. Seksuaalikasvatuksesta. Kehitysvammaliitto. K-Print Oy.
- Karkaus-Rikberg, K. 2000. Vammaisten seksuaaliterveys. Teoksessa: Kontula, O. & Lottes, I. (toim.) Seksuaaliterveys Suomessa. 293 - 306.
- Kartio, J. (toim.) 2009. Selkokieli ja vuorovaikutus. Helsinki : Kehitysvammaliitto ry.
- Kaski, M. (toim.), Manninen, A & Pihko, H. 2012. Kehitysvammaisuus. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Kehitysvammaisten Tukiliitto ry. 2010. Tietoa kaikille. Helppolukuinen ja ymmärrettävä teksti - eurooppalainen selkokielistandardi. Selko-e. Orivesi: Oriveden kirjapaino.
- Kiuttu, P. 2010. Asiat ei parane vaikenemalla. Ketju. 2/2010. 17 - 18.
- Kontula, O.1997. Seksuaalisuus suomalaisessa kulttuurissa. Teoksessa: Nikkola, H. & Niinistö, A. Halu rakastaa. Pro Nursing ry. Turku: Kirjapaino Pika Oy. 5 - 19.
- Kosunen, E. 2007. Seksuaalisuudesta virtaa. Teoksessa: Huttunen, J. & Mustajoki, P. (toim.) Elämä pelissä. Duodecim. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 119 - 131.

Kulkki-Nieminen, A. 2010. Selkoistettu uutinen. Lingvistinen analyysi selkotekstin erityispiirteistä. Tampereen yliopisto. Kieli- ja käännöstieteiden laitos. Akateeminen väitöskirja.

Kuula, A. 2006. Tutkimusetiikka. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Launonen, K. 2007. Vuorovaikutus - kehitys, riskit ja tukeminen kuntoutuksen keinoin. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Lehtinen, M. 1989. Seksuaalisuudesta eri ikäkausina. Teoksessa: Seksologian perusteita. Helsinki: Seksuaalipoliittinen yhdistys. Sexpo ry. 68 - 75.

Lehtinen, U. & Pirttimaa, R. 1995. Aikuiskasvatuksen suunnitelma NOVA: Normalisaatio, Osallistuminen, Vuorovaikutus, Aikuisuus. Miten tukea kehitysvammaisten nuorten aikuisten kasvua? Jyväskylä: Kasvatustieteiden tutkimuslaitos.

Leino-Kilpi, H. & Välimäki, M. 2009. Etiikka hoitotyössä. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.

Louhiala, P. 1995. Terveys, arvot ja oikeudet. Helsinki: Yliopistopaino.

Luoma-aho, K-M. 2009. Kaikilla on oikeus seksuaalisuuteen. Teoksessa: Randelin, S-K. Ketju. 4/2009. 44 - 46.

Matero, M. 2004. Kehitysvammaisuus. Teoksessa: Malm, M., Matero, M., Repo, M. & Talvela, E-L. Esteistä mahdollisuuksiin. Vammaistyön perusteet. Porvoo: WS Bookwell Oy. 165 - 201.

Nahkamäki, K. & Väkiparta, M. 2001. Kehitysvammaisten oppilaiden seksuaalikasvatus. ”mitä enemmän tiedetään sitä vähemmän tarvii luulla”. Jyväskylän yliopisto. Erityispedagogiikan laitos. Erityispedagogiikan Pro gradu -tutkielma.

Nevalainen, T. 2010. Vakavan hyväksikäytön kohteeksi joutuu joka kahdeskymmenes. Sanomalehti Karjalainen. Joensuu. 24.5.2010.

Nurmi, T. 2000. Seksuaaliterveys ja terveydenhoitaja. Seksuaaliterveyden edistäminen ja terveydenhoitajiksi valmistuvien seksuaaliterveyden asiantuntijuus 1970-, 1980- ja 1990-luvuilla. Sosiaali- ja terveysministeriö. Helsinki: Oy Edita Ab.

- Paalanen, M., Paananen, H. & Pasanen, K. 2007. Seksuaalisuus ja Ihmissuhteet. Kurssi kehitysvammaisille nuorille. Helsingin ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.
- Palonen-Munnukka, R. 2009. Mitä niille rakkaudesta puhuu. Mediapinta.
- Palonen-Munnukka, R. 2011. Rakkautta, läheisyydestä suudelmiin. Opas kehitysvammaisten seksuaalisuuden kohtaamiseen kehitysvammaisten parissa työskenteleville ammattilaisille ja omaisille. Mediapinta.
- Papp, K. (toim.) 1999. Seksuaalisuus ja mielenterveys. Vantaa: Printway Oy.
- Pellinen, S. 2011. ”Nää nuoret on valmiita tuonne maailmalle, mutta maailma ei oo valmis”. Tutkimus kehitysvammaisten ohjaamisesta ja ohjauksen nykytilasta. Jyväskylän yliopisto. Opettajankoulutuslaitos. Pro gradu -tutkielma.
- Pietilä, A-M. 2010. Terveyden edistäminen. Teorioista toimintaan. Helsinki: WSOYpro Oy.
- Repo, M. 2004. Nuoruus. Teoksessa: Malm, M., Matero, M., Repo, M. & Talvela, E-L. Esteistä mahdollisuuksiin. Vammaistyön perusteet. Porvoo: WS Bookwell Oy. 397 - 400.
- Rissanen, T. 2002. Projektilla tulokseen - projektin suunnittelu, toteutus, motivointi ja seuranta. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Rissanen, T. 2006. Hyvän palvelun kehittäminen. Vaasa: Kustannusosakeyhtiö Pohjantähti.
- Ryttyläinen, K & Valkama, S. 2010. Seksuaalisuus hoitotyössä. Helsinki: Edita Prima.
- Salonen, L. 2000. Teemme projektin. Kauniainen: Posiplan Oy.
- Sillanpää, N. 1996. Seksuaalisuus ja kehitysvammaisuus naisen elämässä. Tampereen yliopisto. Sosiologian ja sosiaalipsykologian laitos. Pro gradu -tutkielma.
- Suomela, A.(toim.) 2009. Seksi. Kaikki mitä tulee tietää. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Toimintakeskus Pihlaja -esite. N.d.

- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Tuulaniemi, J. 2011. Palvelumuotoilu. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino Oy.
- Vallo, H. & Häyrinen, E. 2003. Tapahtuma on tilaisuus. Opas onnistuneen tapahtuman järjestämiseen. Helsinki: Hakapaino.
- Vehmas, S. 2005. Vammaisuus. Johdatus historiaan, teoriaan ja etiikkaan. Tampere: Tammer-Paino.
- Vilka, H & Airaksinen, T. 2004. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä: Gummeruksen Kirjapaino Oy.
- Virtanen, H. 2009. Selkokielen käsikirja. Tampere: Esa Print Oy.
- Virtanen, J. 2002. Kliininen seksologia. Vantaa: WSOY.
- Wilka, M. 2000. Downin oireyhtymä. Kehitysvammalääketieteen näkökulmasta. Teoksessa: Hölsömäki, H. (toim.) Downin oireyhtymä. Kehitysvammaisten Tukiliitto ry. Forssa: Painotalo Auranen Oy. 45 - 51.

INTERNET

American Association on Intellectual and Developmental Disabilities. AAIDD 2012. Definition of Intellectual Disability. Saatavilla: http://www.aamr.org/content_100.cfm?navID=21. (Luettu 21.11.2012)

Henttonen, P. 2005. Seksuaaliterveyden edistämisen strategioista. Saatavilla: <http://www.kvtl.fi/fi/ammattisivut/paattyneet-projektit/enemman-otetta-omaan-elamaan/kehitysvammaisuus-ja-seksuaalisuus/> (Luettu 21.11.2012)

Högbacka, M. & Kumpuvuori, J. 2003. Vammaisten henkilöiden ihmisoikeudet Suomessa. Ihmisoikeusinstituutti - Institutet för mänskliga rättigheter. Åbo Akademi. Saatavilla: <http://web.abo.fi/instut/imr/norfa/vammais.pdf> (Luettu 21.11.2012)

Kehitysvammaliitto. 2010. Tikoteekki. OIVALLA vuorovaikutukseen -hanke 2009-2012. Papunet. Saatavilla: http://papunet.net/tikoteekki/fileadmin/tiedostot/muut/2010_OIVAmallin_yleisesittely_netti.pdf (Luettu 21.11.2012)

Korteniemi-Poikela, E. & Cacciatore, R. 2000. Seksuaalisuuden portaat. Väestöliitto 2012. Opetushallitus. Saatavilla: http://www.vaestoliitto.fi/nuoret/kasvu_ja_kehitys/seksuaalisuuden_portaat/ (Luettu 21.11.2012)

Laki kehitysvammaisten erityishuollosta 23.6.1977/519. 2011. Finlex. Saatavilla: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1977/19770519> (Luettu 21.11.2012)

Liimatainen, K. 2011. Kehitysvammaisen nainen kaapattiin kirjastolta. Kainuun Sanomat. Saatavilla: http://www.kainuunsanomat.fi/cs/Satellite?c=AMArticle_C&childpagename=KSA_newssite%2FAMLayout&cid=1194692422106&p=1194613516391&pagename=KSAWrapper (Luettu 12.2.2012)

Luoma-aho, K. & Lekola, S. 2011. Seksuaalineuvonta kehitysvammaisten ihmisten parissa. Teoksessa: Ritamo, M., Ryttyläinen-Korhonen, K., Saarinen, S., (toim.) Seksuaalineuvonnan tueksi. THL. Saatavilla: <http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/638fa3f5-4df4-4dc8-86e9-37e0d9db7a9c> (Luettu 21.11.2012)

Mäki, O. 2011. Mistä kehitysvammaisuus johtuu?. Vernerin Kehitysvamma-alan verkkopalvelu. Saatavilla: <http://verneri.net/yleis/kehitysvammaisuus/mita-kehitysvammaisuus-on/laaketieteellinen-nakokulma/mista-kehitysvammaisuus-johtuu.html> (Luettu 21.11.2012)

Nordeman, M. 1999. Utvecklingsstörning och sexualitet. Oikeus seksuaalisuuteen. Kehitysvammaisten Tukiliitto ry. Saatavilla: <http://www.kvtl.fi/fi/ammattisivut/paattyneet-projektit/enemman-otetta-omaan-elamaan/kehitysvammaisuus-ja-seksuaalisuus/oikeus-seksuaalisuuteen/> (Luettu 21.11.2012)

Opinnäytepakki. 2009. Johtopäätökset (päätelemät, diskursio). Kajaanin ammattikorkeakoulu. Saatavilla: http://www.kajak.fi/opari/Opinnaytetypakki/Teoreettinen_materiaali/Tuotteistettu_prosessi/Tuotteistettu_prosessi.iw3 (Luettu 21.11.2012)

Rajaniemi, M. & Seppälä, H. 2012a. Mitä kehitysvammaisuus on?. Sosiaalinen näkökulma. Vernerin Kehitysvamma-alan verkkopalvelu. Saatavilla: <http://verneri.net/yleis/kehitysvammaisuus/mita-kehitysvammaisuus-on/sosiaalinen-nakokulma.html> (Luettu 21.11.2012)

Rajaniemi, M. & Seppälä, H. 2012b. Mitä kehitysvammaisuus on?. Lääketieteellinen näkökulma. Vernerin Kehitysvamma-alan verkkopalvelu. Saatavilla: <http://verneri.net/yleis/kehitysvammaisuus/mita-kehitysvammaisuus-on/laaketieteellinen-nakokulma.html> (Luettu 21.11.2012)

Rajaniemi, M. & Seppälä, H. 2012c. Mitä kehitysvammaisuus on?. Toimintakyvyn näkökulma. Saatavilla: <http://verneri.net/yleis/kehitysvammaisuus/mita-kehitysvammaisuus-on/toimintakyvyn-nakokulma.html> (Luettu 21.11.2012)

Rauma, S. 2009. Kehitysvammaisten seksuaalisuus on tabu. Häme: YLE. Saatavilla: http://yle.fi/uutiset/kotimaa/2009/05/kehitysvammaisten_seksuaalisuus_on_tabu_751619.html (Luettu 21.11.2012)

Suomalainen Lääkäriseura Duodecim. 2010. Downin oireyhtymä. Käypä hoito. Saatavilla: <http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksset/naytaartikkeli/.../hoi50027> (Luettu 21.11.2012)

Terveystenhuoltolaki 30.12.2010/1326. 2011. Finlex. Saatavilla: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326> (Luettu 21.11.2012)

Väestöliitto. 2012. Lapsivesitutkimus. Saatavilla:
<http://www.vaestoliitto.fi/perinnollisyys/perinnollisyysneuvonta/sikiotutkimukset/lapsivesitutkimus/> (Luettu 21.11.2012)

WAS - World Association for Sexology - Seksologian maailmanjärjestö. 1999. Seksuaalioikeuksien julistus. Hong Kong. Suomen Seksologinen Seura ry. Saatavilla
<http://www.seksologinenseura.fi/index.cfm?sivu=62>. (Luettu 21.11.2012)

WHO. 2006. Defining sexual health. Report of a technical consultation on sexual health. 28 - 31 January 2002. Geneva. Saatavilla:
http://www.who.int/reproductivehealth/publications/sexual_health/defining_sexual_health.pdf
 (Luettu 21.11.2012)

WHO 2010. ICD-10. International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems 10th Revision. Saatavilla:
<http://apps.who.int/classifications/icd10/browse/2010/en#/F70-F79> (Luettu 21.11.2012)

Wilska, M. 2011. Downin oireyhtymä. Vernerin. Kehitysvamma-alan verkkopalvelu. Saatavilla:
<http://verneri.net/yleis/kehitysvammaisuus/diagnoosit/downin-oireyhtyma.html> (Luettu 21.11.2012)

World Association for Sexology. 2000. Promotion of Sexual Health Recommendations for Action. Guatemala. Saatavilla: <http://www.paho.org/english/hcp/hca/promotionsexualhealth.pdf>
 (Luettu 21.11.2012)

HAASTATTELUT JA HENKILÖKOHTAISET TIEDONANNOT

Leskelä, L. Kehitysvammaisten ohjaaja. Henkilökohtainen tiedonanto. 26.1.2012.
Toimintakeskus Pihlaja.

Leskelä, L. Kehitysvammaisten ohjaaja. Henkilökohtainen tiedonanto. 16.2.2012.
Toimintakeskus Pihlaja.

Leskelä, L. Kehitysvammaisten ohjaaja. Henkilökohtainen tiedonanto. 26.9.2012.
Toimintakeskus Pihlaja.

LIITTEET

Liite 1 Toimeksiantosopimus

Liite 2 Seksuaalioikeudet

Liite 3 Seksuaalisuuden portaat

Liite 4 PLISSIT-malli

Liite 5 Ohjeita selkokieltä puhuvalle

Liite 6 Lainsäädännön kehitys kehitysvammahuollossa

Liite 7 Kehitysvammainen nainen kaapattiin kirjastolta -artikkeli

Liite 8 Ensimmäisen ohjaustuokion eteneminen

Liite 9 Ohjaustuokiossa käytetty havainnollistamismateriaali: Seksuaalisuuden portaat

Liite 10 Ohjaustuokiossa käytetty havainnollistamismateriaali: Kuvakortit

Liite 11 Seksuaalisuus -puu

Liite 12 Ryhmäläisten ajatuksia ystävyydestä ja seurustelusta

Liite 13 Toisen ohjaustuokion eteneminen

Liite 14 Ohjaustuokiossa käytetty havainnollistamismateriaali: Naisen vartalo

Liite 15 Kolmannen ohjaustuokion eteneminen

Liite 16 Ohjaustuokiossa käytetty havainnollistamismateriaali: Oman puhtauden huolehtiminen

Liite 17 Ohjaustuokiossa käytetty havainnollistamismateriaali: Jaetut tuotteet hygienian hoitoon

Liite 18 Ohjaustuokiossa käytetty havainnollistamismateriaali: Siteen vaihtaminen

Liite 19 Rentoutushetken tarina

Liite 20 Ohjaustuokiossa käytetty havainnollistamismateriaali: Hygieniatuotepaketti

Liite 21 Ohjaustuokioihin tarvittavat materiaalit

Liite 22 Ohjaustuokioissa käytetyt lähteet



TOIMEKSIANTOSOPIMUS
Opinnäytetyöt
Muut oppimisprojektit

TOIMEKSIANTOSOPIMUS OPISKELIJATYÖNÄ TEHTÄVISTÄ OPINNÄYTETÖISTÄ TAI
MUISTA OPPIMISPROJEKTEISTA

TOIMEKSIANTAJA

Toimeksiantaja	Toimintakeskus Piniäjä		
Työn ohjaaja	Leena Leskinen		
Sähköpostiosoite	[REDACTED]	Puhelinnumero	[REDACTED]

TOIMEKSIANNON TEKIJÄT KAJAANIN AMMATTIKORKEAKOULUSSA

Nimi	Liina Tervo	Ryhmätunnus	STH95A
Sähköpostiosoite	[REDACTED]	Puhelinnumero	[REDACTED]
Nimi	Merja Saari	Ryhmätunnus	STH95A
Sähköpostiosoite	[REDACTED]	Puhelinnumero	[REDACTED]
Nimi		Ryhmätunnus	
Sähköpostiosoite		Puhelinnumero	
Nimi		Ryhmätunnus	
Sähköpostiosoite		Puhelinnumero	

TOIMEKSIANTO

Työstä tehdään	<input checked="" type="checkbox"/> opinnäytetyö	<input type="checkbox"/> projektitehtävä	<input type="checkbox"/> kehittämistyö
Toimeksiannon lyhyt kuvaus	Ohjaustuokkioiden suunnittelu, toteutus ja arviointi seksuaalisuudesta Toimintakeskus Piniäjän naisten ryhmälle		
Työn TK-tavoitteet			
Aikataulu	Ohjaustuokit toteutetaan toukokuussa 2012. Toimeksiannon		
Kustannusarvio ja -vastuu	ja kustantaa tarvittavat materiaalit		
Ohjaava opettaja	Pino Leskinen		

Päiväys 13 . 4 . 2012

Juho Tervo
Tekijöiden allekirjoitukset

Merja Saari
Tekijöiden allekirjoitukset

Tekijöiden allekirjoitukset

Piia Grannoth
Toimeksiantajan allekirjoitus

KAJAANIN AMMATTIKORKEAKOULU

Toimeksiantosopimus
Opinnäytetyöt
Muut oppimisprojektit

2

TOIMEKSIANNON KUVAUS

Tavoitteet Toimeksiantajan kannalta	Toimeksiantajan tavoitteena on, että he voivat hyödyntää tuottamaamme materiaalia myöhemmin.	
Opiskelijoiden oppimisen kannalta	kehittää omaa ohjaus- ja opetusosaamista, terveyden edistämisen osaamista (rentyisellä sensuaaliterveyden)	
Liitteet	<input type="checkbox"/> työsuunnitelma liitteenä <input type="checkbox"/> muut liitteet (____ kpl)	
Keskeiset tuotokset (raportit, suunnitelmat, tuotteet, esitteet, tietokoneohjelmat, tilaisuudet yms.)	<input checked="" type="checkbox"/> sisältyy työsuunnitelmaan Opinnäytetyön liitteenä käyttämämme ohjausmateriaali.	
Sovitut kokoukset ja raportoinnit	Sopimuksen mukaan	
Projektin resurssit 1. Toimeksiantaja	työelämäohjaajan tarjoama ohjaus	
2. Opiskelijat	opinnäytetyö 15 op.	
3. Ammattikorkeakoulun ohjausresurssit	opettajaohjaus 10h +seminaarit	
Kustannusarvio ja kustannusvastuu (esim. materiaalit, laitekustannukset, matkakustannukset, puhelin-, postitus- ja kopiointikulut, muut mahdolliset kulut)	Arvio	Vastuu Toimeksiantaja kustantaa tarvittavat materiaalit
	<input checked="" type="checkbox"/> mahdollisista kuluista sovitaan työn tekijöiden ja toimeksiantajan kesken tapauskohtaisesti	
Muuta (esim. luottamuksellisuus, tekijänoikeudet)	Toimeksiantajalla lupa muokata ohjausmateriaalia.	

Sopimuksessa noudatetaan Kajaanin ammattikorkeakoulun vakioehtoja opiskelijatyönä tehtävistä toimeksiantoista. Sopimuksia tehdään kaksi kappaletta: toimeksiantajalle ja opiskelijalle. Opiskelija toimittaa kopion toimeksiantosopimuksen 1. sivusta ohjaavalle opettajalle.

PL 52/P.O. BOX 52, Ketunpolku 3 | 87101 Kajaani, Finland | Puh./Tel. +358 (0)8 618 991 | Faksi/Fax +358 (0)8 6189 9603 | www.kajak.fi

Seksuaalioikeudet

1. Oikeus seksuaaliseen vapauteen: Seksuaalinen vapaus sisältää yksilöiden oikeuden ilmaista seksuaalisuuttaan täydesti. Se kuitenkin sulkee pois seksuaalisen väkivallan, hyväksikäytön ja seksuaalisen riiston.
2. Oikeus seksuaaliseen itsemääräämisoikeuteen, seksuaaliseen loukkaamattomuuteen ja fyysiseen turvallisuuteen: Tämä oikeus sisältää kyvyn tehdä itsenäisiä päätöksiä omasta seksuaalielämästä oman henkilökohtaisen ja yhteisön etiikan mukaisesti. Siihen sisältyy myös oman kehon hallinta ja nautinto vapaana kidutuksesta, silpomisesta ja mistä hyvänsä väkivallasta.
3. Oikeus seksuaaliseen yksityisyyteen: Tähän sisältyy oikeus tehdä yksilöllisiä päätöksiä ja käyttäytyä yksilöllisesti läheisissä suhteissa silloin kun ne eivät häiritse muiden seksuaalisia oikeuksia.
4. Oikeus seksuaaliseen oikeudenmukaisuuteen: Tämä tarkoittaa vapautta kaikesta syrjinnästä sukupuolen, seksuaalisen suuntautumisen, iän, ihonvärin, sosiaaliluokan, uskonnon ja fyysisen tai psyykkisen vamman vuoksi.
5. Oikeus seksuaaliseen mielihyvään: Seksuaalinen mielihyvä, mukaan lukien sooloseksi, on ruumiillisen, henkisen, älyllisen ja hengellisen hyvinvoinnin lähde.
6. Oikeus seksuaalisten tunteiden ilmaisuun: Seksuaalinen ilmaisu on enemmän kuin eroottista mielihyvää ja seksuaalista toimintaa. Yksilöillä on oikeus ilmaista seksuaalisuuttaan kommunikoimalla, koskettamalla, ilmaisemalla tunteita ja rakastamalla.
7. Oikeus vapaaseen seksuaaliseen liittymiseen: Tämä tarkoittaa mahdollisuutta mennä naimisiin tai olla menemättä, mahdollisuutta erota ja mahdollisuutta solmia muunlaisia vastuullisia seksuaalisia suhteita.
8. Oikeus tehdä vapaita ja vastuullisia ehkäisyvalintoja: Tämä sisältää oikeuden päättää hankkiiko lapsia vaiko ei, oikeuden päättää lasten lukumäärästä ja ajoituksesta sekä täyden käyttöoikeuden syntyvyyden säännöstelyn menetelmiin.
9. Oikeus seksuaalisuutta koskevaan tieteellisesti perusteltuun tietoon: Tämä oikeus tarkoittaa sitä, että tieto seksuaalisuudesta tulisi tuottaa riippumattoman ja eettisen

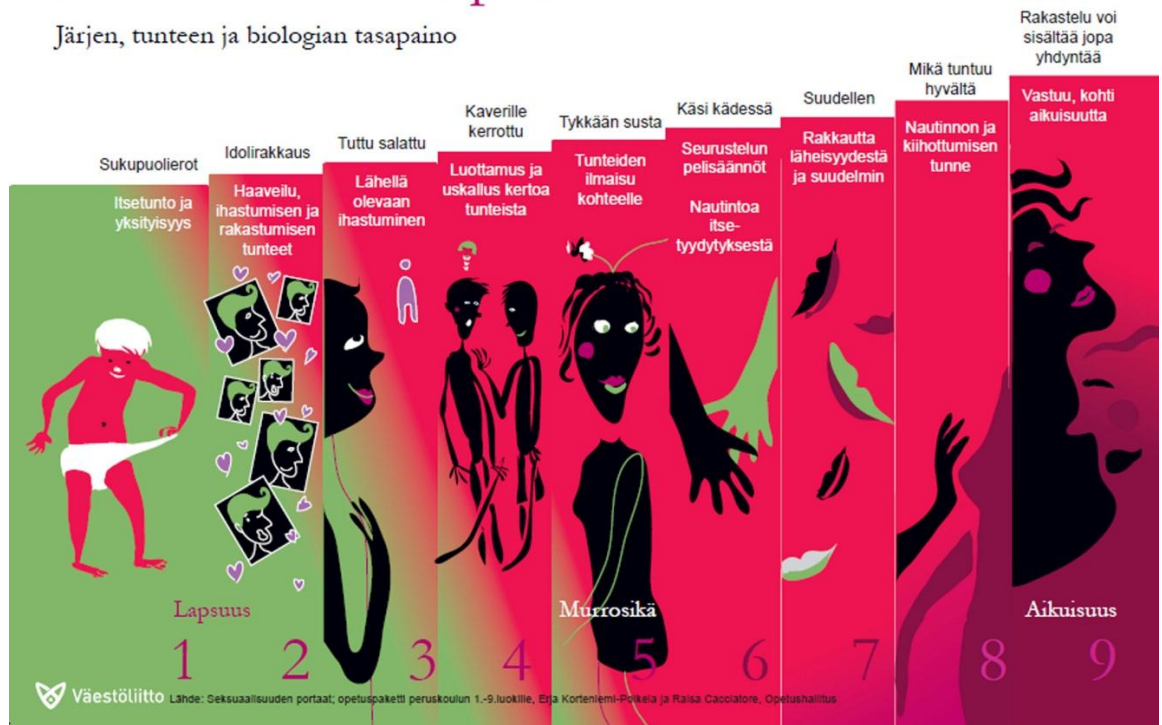
tutkimuksen avulla, ja että tätä tietoa jaetaan sopivilla tavoilla yhteiskunnan kaikille tahoille.

10. Oikeus monipuoliseen seksuaalikasvatukseen ja valistukseen: Tämä on elämän pituinen prosessi syntymästä läpi elämänkaaren ja sen tulisi koskea yhteiskunnan kaikkia instituutioita.
11. Oikeus seksuaaliterveyspalveluihin: Seksuaaliterveyspalveluiden tulisi olla käytettävissä kaikkien seksuaalisuuteen liittyviin huolenaiheiden, ongelmien ja toimintahäiriöiden ehkäisemiseksi ja hoitamiseksi.

(WAS - World Association for Sexology - Seksologian maailmanjärjestö. 1999.)

Seksuaalisuuden portaat - seksuaalisen kehityksen eteneminen

Järjen, tunteen ja biologian tasapaino



Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2000. Seksuaalisuuden portaat -kuva. Saatavilla:

http://www.vaestoliitto.fi/@Bin/580250/PORTAATkuva_PDF.pdf (Luettu 22.8.2012)

Seksuaalisuuden portaita askel kerrallaan

Ihminen kehittyy seksuaalisesti koko elämänsä ajan erilaisen kehitysvaiheiden kautta. Nämä vaiheet voidaan nähdä portaikkona, jossa on yhdeksän askelmaa; seksuaalisuuden portaina.

Seksuaalista kehittymistä tapahtuu kolmella tasolla:

Järki: opitaan, ymmärretään ja omaksutaan tietoa eri tavoin.

Tunne: koetaan, ymmärretään ja opetellaan hallitsemaan erilaisia tunteita.

Biologia: jokainen kehittyy omaan tahtiinsa mieheksi tai naiseksi.

Seksuaalisuuden portaat

1. porras: Äiti/isä - nainen/mies

Tällä portaalla tehtävänä on opetella rakastumista ja pettymyksestä selviämistä, kun isin tai äidin kanssa ei voikaan mennä naimisiin.

2. porras: Idolirakkaus

Tällä portaalla tehtävänä on opetella kokemaan ja sietämään ihastumiseen ja rakastumiseen liittyviä tunteita haaveilemalla.

3. porras: Tuttu - salattu

Tällä portaalla tehtävänä on opetella sietämään lähellä olevaan ihmiseen kohdistuvia ihastumisen ja rakastumisen tunteita. Ihastuksen kohteita saattaa olla useita peräkkäin

4. porras: Tuttu - kaverille kerrottu

Neljännellä portaalla tehtävänä on opetella luottamusta ja uskallusta kertoa omista tunteista toiselle ihmiselle.

5. porras: Tykkään susta

Tällä portaalla harjoitellaan tunteiden ilmaisua ihastuksen kohteelle. Pohditaan selviytymisen keinoja vastoinkäymisistä, kuten pakeista tai jos itse täytyy antaa pakit, lopettaa suhde jne.

6. porras: Käsi kädessä

Tällä portaalla tehtävänä on oppia ymmärtämään toista ihmistä suhteessa itseensä. Opettelemaan seurustelun pelisääntöjä, ilmaisemaan rakkautta, ja sietämään ja ilmaisemaan pettymyksen tunteita.

(Tämä on kenties tärkein kehitysvaihe ja porras, joka vaikuttaa kaikkiin tuleviin seurustelu- ja parisuhdekokemuksiin.)

7. porras: Kiss me - suudellen

Kiss me- portaalla tehtävänä on opetella ilmaisemaan rakkautta suutelemalla. Tällöin opitaan ottamaan huomioon myös kumppanin tunteet. Tässä vaiheessa opitaan ymmärtämään kiihottuminen normaalina, hyvänä ja terveellisenä asiana.

Kiihottumisen tulee onnistua myös myöhemmin, kun harjoitellaan rakastelua toisen kanssa. Siitä kuitenkin tässä vaiheessa vasta haaveillaan.

8. porras: Mikä tuntuu hyvältä?

Tällä portaalla merkittävää on, ettei tule loukatuksi. Itsemääräämisoikeuden tulee totentua ja jos se ei toteudu, on sillä vääjäämättä seurauksia myöhempään elämään. Pahimmillaan se aiheuttaa haluttomuutta, pelkoja, kipuja ja abdistusta. Siksi on tärkeää osata kieltäytyä, jos ei halua tai jokin asia ei miellytä.

Tällä portaalla tehtävänä on opetella toisen ihmisen kanssa yhdessä nautintoa, kiihottumista ja jopa orgasmia, "rakkauden tekemistä". Tämä vaihe voidaan nähdä aikuisten seksielämässä esileikkinä, kun yhteisenä tavoitteena on yhdyntä. Petting eli hyväily on jo rakastelua.

9. porras: Rohkaistuminen/ yhdyntä/ rakastelu

Rohkaistumis-portaan tehtävänä on uskaltautua itse tekemään omat valinnat, päätökset ja kantamaan vastuu omasta elämästään. Vanhempien suojaa ei enää tarvita, sillä omat siivet kantavat jo.

(Korteniemi-Poikela & Cacciatore 2000.)

PLISSIT -malli

IIIIIIIIIIIIIIIIII

P= permission, luvan antaminen

IIIIIIIIIIII

LI= limited information, tiedon antaminen

IIIIIIIIII

SS= specific suggestion, erityisohjeiden antaminen

IIIIII

IT= intensive therapy, seksuaaliterapia



= Perusterveydenhuolto / seksuaalivouonta



= Erikoispalvelut / seksuaaliterapia

(Annon 1976.)

Ohjeita selkokieltä puhuvalle:

- ♥ Puhu yhdestä asiasta kerrallaan.
- ♥ Puhu mahdollisimman lyhyesti ja järjestelmällisesti.
- ♥ Käytä keskustelukumppanisi ikätasolle sopivaa kieltä.
- ♥ Kun puhut ajasta ja paikasta tai syy- seuraussuhteista, varmista erityisesti, että keskustelukumppanisi ymmärtää.
- ♥ Pyydä mielipiteitä, tee tarkistuskysymyksiä.
- ♥ Käytä pääasiassa jokapäiväisiä, tuttuja puhekielen sanoja.
- ♥ Jos käytät vaikeaksi tietämiäsi lainasanoja, selitä ne.
- ♥ Jos käytät abstrakteja sanoja, selitä ne.
- ♥ Harkitse tarkkaan, kun käytät kielikuvia tai sanontoja. Selitä ne tarvittaessa.
- ♥ Korosta viestisi ydinsanoja.
- ♥ Jos keskustelukumppanisi ei ymmärrä käyttämäsi sanaa, toista se.
- ♥ Jos hän ei sittenkään ymmärrä, keksi kiertoilmauksia.
- ♥ Vältä kirjakielelle tyypillisiä lauseenvastikkeita ja partisiippirakenteita.
- ♥ Vältä passiivia.
- ♥ Pidä selviä ja pitkän tuntuisia taukoja kokonaisuuksien välillä, mutta älä niiden keskellä.
- ♥ Puhu hitaasti, mutta älä luonnottomasti.
- ♥ Anna toiselle tilaisuus osoittaa, onko hän ymmärtänyt.
- ♥ Voit korostaa sanomaasi korostamalla tarvittavaa äänensävyä, voimakkuutta tai intonaatioita eli sävelkulkua.
- ♥ Käytä ilmeitä ja eleitä korostamaan puhettasi.
- ♥ Osoita ja näytä, mitä tarkoitat, jos se on mahdollista.
- ♥ Käytä muita puhetta tukevia keinoja, esimerkiksi piirtämistä, viittomia tai valmiita kuvia.

(Kartio 2009, 12 - 24.)

Lainsäädännön kehitys kehitysvammahuollossa

Vuosi	Laki	Sisältö
1852	Keisarillisen Majesteetin Armollinen Asetus Yhteisestä waiwaisholhouksesta Suomen Isoruhtinaan maassa	Suomen ensimmäinen sosiaalihuoltolaki
1879	Vaivaishoitoasetus	Huoltoapu, ”köyhäinkassat”
1922	Köyhäinhoitolaki	Kunnille kunnalliskotien rakentamisvelvollisuus
1927	Laki tylsämielisten hoitoa ja kasvatusta varten toimivien kunnallisten ja yksityisten laitosten valtionavusta	Valtionosuus sekä laitoksen perustamiskustannuksiin että opettajien palkkaamiseen ja tarkemmin määrättyihin vuosimenoihin
1936	Lastensuojelulaki	Turvattomien vammaisten ja vajaakykyisten lasten huolto kunnan tehtäväksi.
1946	Invalidihuoltolaki	Valtion ja kunnan sosiaalilautakunnan tehtäväksi järjestää toimintakykyisyyttä lisäävät palvelut henkilölle, jolla on ruumiin vamma tai tarkemmin määritelty jatkuva sairaus
1956	Huoltoapulaki	Kunnan tehtäväksi järjestää puutteeseen joutuneen elatus ja hoito, niihin sisältyen mm. tarvittavat terveydenhuoltopalvelut, vamman vuoksi tarpeelliset apuvälineet ja tarvittava erikoishoito; huoltoavun muotoja olivat kotiavustus, hoito yksityiskodissa ja laitoshoido
1958	Vajaamielislaki	Kuntien velvollisuudeksi vajaamielisten asukkaiden hoito, määräsuuruinen valtionosuus hyväksytyihin, lähinnä laitoshuollon ja päivähuoltotoiminnan, kustannuksiin
1977	Kehitysvammalaki	Kehitysvammahuolto kunnalliseksi tehtäväksi: periaatteena erityishuoltopalvelujen toissijaisuus, erityishuollon järjestäminen piireittäin, säädökset yksilöllisestä erityishuolto-ohjelmasta, laajat mahdollisuudet toiminnan ja palvelujen kehitykselle.

(Kaski 2012, 264.)

Päivitetty 12.8.2011 15:44, julkaistu 12.8.2011 15:17

Kehitysvammainen nainen kaapattiin kirjastolta

Karoliina Liimatainen [Lähetä palautetta toimittajalle](#)

Kehitysvammainen nainen siepattiin Kajaanin pääkirjaston edestä viime viikon perjantaina 5. elokuuta. Nainen survottiin väkivalloin henkilöautoon ja ajelutettiin Lehtovaaran suuntaan. 34-vuotiaalle uhrille tehtiin seksuaalista väkivaltaa.

Nainen jätettiin tapahtumapaikalle, mistä hän käveli takaisin keskustaan. Uhri pääsi turvallisesti kotiin.

Poliisi pyytää havaintoja sieppaustilanteesta tai viime viikon perjantaina pääkirjaston ympärillä liikkuneista epäilyttävistä ajoneuvoista.

Sieppaushetkellä uhrilla oli päällään punainen Adidas-verryttelytakki ja mustat verryttelyhousut. Hän on vartaloltaan normaali ja noin 160 senttiä pitkä. Naisella oli päässään valkoinen kudottu lippalakki ja kädessään oranssi kangaskassi.

Lisäksi poliisi kaipaa tietoja naisen liikkumisesta Lehtovaarantiellä ja Kainuun prikaatin ampumaradan ohi johtavalla vanhalla Lehtovaarantiellä.

Paluumatkallaan keskustaan iltapäivällä uhri pysähtyi kysymään tietä pyörällä liikkuneelta mieheltä. Polkupyöräilijä neuvoi naista. Poliisi pyytää kyseistä pyöräilijää ilmoittautumaan poliisille.

Poliisi sai tiedon pahoinpitelystä vasta viime tiistaina ja lykkäsi tutkinnallisista syistä tapauksen julkistamista perjantaille.

Havainnoista tulee ilmoittaa poliisille puhelinnumeroon 040 541 4336.

(Liimatainen 2011)

ENSIMMÄINEN OHJAUSTUOKIO ~ SEKSUAALISUUS ~KÄSITE

Seksuaalisuus on suuri ja kiehtova aihe.

Sen voi nähdä monin eri tavoin ja

jokainen omalla tavallaan,

eikä yhtä oikeaa näkökantaa ole.

Seksuaalisuus on mahdollisuus,

eikä sen pitäisi olla ahdistuksen aiheuttaja.

tai elämää rajoittava tekijä.

Bildjuschkin & Ruuhitahiti



ENSIMMÄINEN OHJAUSTUOKIO 10.5.2012

- ♥ Esittelemme itsemme ja kysymme ryhmäläisiltä mitä heille kuuluu. Tämän jälkeen kerromme ryhmäläisille tämänkertaisen aiheen, joka on seksuaalisuus - käsite.

- ♥ Selkokielineen tarina *Liisa on yksinäinen* ja siihen liittyvät kysymykset.

LIISA ON YKSINÄINEN

Liisa viettää paljon aikaa kotona. Iltaisin hän lukee kirjoja tai katselee televisiota. Äiti pyytää joskus Liisaa ulkoilemaan kanssaan, mutta Liisaa ei oikein kiinnosta. Liisa tuntee olonsa yksinäiseksi.

Liisa haluaisi, että hänellä olisi omia ystäviä, joiden kanssa hän voisi viettää aikaa. Liisa toivoo löytävänsä joskus poikaystävän, mutta ei tiedä mistä sellaisen voisi löytää.

Eräänä iltana Liisa päättää lähteä tansseihin. Tansseissa Liisa huomaa seinän vieressä tuolilla istumassa hyvännäköisen miehen. Liisan mielestä mies on maailman komein mies.

Liisa ihastuu heti. Hän menee istumaan tanssilattian toisella puolella olevalle tuolille. Liisa miettii, voisiko hän jutella miehen kanssa. Liisaa jännittää. Hän ei tiedä uskaltaako sanoa miehelle mitään.

TARINAN POHJALTA KYSYTYT KYSYMYKSET:

- ♥ Mitä Liisa yleensä tekee?
- ♥ Mitä Liisa haluaisi?
- ♥ Minne Liisa menee?
- ♥ Miksi Liisaa jännittää?
- ♥ Mitä Liisa voisi sanoa miehelle?
- ♥ Mitkä voisivat olla hyviä puheenaiheita? Mistä Liisa voisi jutella miehen kanssa?
- ♥ Voisiko Liisa ehdottaa treffejä? Milloin voi ehdottaa treffejä?

SEKSUAALISUUS

Kerromme ryhmäläisille seksuaalisuuden monimuotoisuudesta. Asian havainnollistamiseksi käytämme *Seksuaalisuuden portaita*.

AIHEESTA KYSYTYT KYSYMYKSET:

- ♥ Muistatteko, että olisitte olleet ihastuneita johonkin julkisuuden henkilöön, tai oletko ollut ihastunut johonkin tuttuun henkilöön?
- ♥ Oletteko kertoneet omasta ihastuksesta kaverille tai ihastuksen kohteelle?
- ♥ Millaisilla eri tavoilla ihastumista voi näyttää?

Kerromme ryhmäläisille tapoja, miten ihastumista voi näyttää.

SEKSUAALISUUS -PUU

Seksuaalisuus -puun rakentaminen ryhmäläisten kanssa. Käymme läpi ystävyys ja seurustelun eroavaisuuksia kuvakortteja apuna käyttäen.

KYSYMYKSIÄ YSTÄVYYDESTÄ JA SEURUSTELUSTA

- ♥ Millainen on hyvä ystävä?
- ♥ Mitä ystävä ei tee/ mitä ystävä tekee?
- ♥ Mitä ystävän kanssa voi tehdä?
- ♥ Mitä ystävälle voi kertoa?
- ♥ Mitä seurustelu on?
- ♥ Mitä ajatuksia seurustelu herättää?
- ♥ Minkälaisia tunteita on seurustelussa?
- ♥ Kenen kanssa voi seurustella?
- ♥ Millaisen ihmisen kanssa voi seurustella?
- ♥ Mitä voi tehdä kun seurustelee?
- ♥ Miten seurustelun voi aloittaa? Miten seurustelun voi lopettaa?

LOPPUKESKUSTELU

- ♥ Mitä teille jäi tästä kerrasta mieleen?
- ♥ Mikä oli kivaa?
- ♥ Mikä ei ollut kivaa?

Kerromme ryhmäläisille seuraavan ohjaustuokion ajankohdan ja aiheen.

OHJAUSTUOKIOSSA KÄYTETTY HAVAINNOLLISTAMISMATERIAALI:
SEKSUAALISUUDEN PORTAAT

LIITE 9 (1/1)





(Kuvat: Karanka 2001.)





YSTÄVYYS

HYVÄ YSTÄVÄ :

LUOTETTAVA, EI KIVSAA, REHELLINEN, VOI PITÄÄ KÄDESTÄ,
HYVÄ KUUNTELIJA, USKOLLINEN, AVTTAVAINEN

YSTÄVÄ TEKEE:

AVTTAA, ON KILTI, PITÄÄ
LUPAUKSENSA, ON SOWSSA,
LOHDUTTAA

YSTÄVÄ EI TEE:

EI KIVSAA, EI RIITELE

YSTÄVÄN KANSSA VOI...

KÄYDÄ ULKONA, LENKKEILLÄ, KÄYDÄ SHOPPAILEMASSA,
KÄYDÄ KAHVILLA, KÄYDÄ ELOKUVISSA, KIRJASTOSSA, TEATTERISSA,
KAVERINA KAUPPAREISSULLA, KATSOA TV:TA, VOI AVTTAA
KOTTÖISSÄ, KÄYDÄ UIMASSA

MITÄ YSTÄVÄLLE VOI KERTOAA?

SEURUSTELU

Seurustelu on...

Rakastumista, seksuaalisuutta
käydä tansseissa, ihastumista, mennä naimisiin,
asua yhdessä

ajatuksia seurustelusta:
ihmistä ajattelle koko ajan.

tunteita seurustelussa...

Turvallinen olo, rehellisyys, lämmin tunne,
rakkautta, luotettavuutta, perhoset vatsassa

Seurustella voi...

luotettavan ja rehellisen
ihmisen kanssa
riikkaan kanssa.

Seurustellun voi aloittaa...

-kysyä voiko seurustella

kun seurustelea,
voi...

harrastaa
yhdessä. yhteiset
-hyväksyntä. harras-
-matkustella tukset
yhdessä
-lenkkeily

ja lopettaa... näitisti samaa, että ei halua olla toisen
kanssa.

TOINEN OHJAUSTUOKIO ~ VUOROVAIKUTUSTAITOT JA OMAN KEHON ITSEMÄÄRÄÄMISOIKEUS

Seksuaalisuus on suuri ja kiehtova aihe.

Sen voi nähdä monin eri tavoin ja

jokainen omalla tavallaan,

eikä yhtä oikeaa näkökantaa ole.

Seksuaalisuus on mahdollisuus,

eikä sen pitäisi olla ahdistuksen aiheuttaja.

tai elämää rajoittava tekijä.

Bildjuschkin & Ruuhilampi



TOINEN OHJAUSTUOKIO 24.5.2012

- ♥ Aloitetaan ohjaustuokio pöydän ääressä. Kysytään ryhmäläisiltä jäikö viimekertaisesta jotain mieleen. Kysymme, muistavatko ryhmäläiset *Seksuaalisuus -puun*, minkä näytimme edellisellä kerralla.
- ♥ Käymme läpi edellisen kerran asioita. Ryhmäläiset kokoavat *Seksuaalisuus -puun*.
- ♥ Tämän jälkeen kerromme ryhmäläisille tämänkertaisen aiheen, joka on vuorovaikutustaidot ja oman kehon itsemääräämisoikeus.
- ♥ Selkokielineen tarina *Vieraat miehet lähestyvät Liisaa* ja siihen liittyvät kysymykset.

VIERAAT MIEHET LÄHESTYVÄT LIISAA

Liisa odottaa ystäväänsä linja-autoaseman edessä. Liisan ystävä asuu eri kaupungissa. Liisan ystävä on tulossa linja-autolla, mutta linja-auto on myöhässä. Liisa ihmettelee miksi linja-auto ei jo tule.

Kaksi miestä kävelee Liisan luokse. Liisa ei tunne miehiä. Miehet alkavat jutella Liisalle. Miehet kysyvät miksi Liisa on linja-autoasemalla. Liisaa vähän pelottaa, mutta hän vastailee miesten kysymyksiin, koska ajattelee sen olevan kohteliasta. Liisaa harmittaa, kun hänen ystäväänsä ei vielä näy.

Miehet ehdottavat Liisalle, että Liisa lähtisi miesten autoon odottamaan ystäväänsä. Miehet kertovat, että ovat lähdössä tanssiaisiin ja että Liisa voisi lähteä heidän mukaansa. Liisan ystävän linja-auto on jo puoli tuntia myöhässä. Liisa miettii mitä hänen pitäisi tehdä.

TARINAN POHJALTA KYSYTYT KYSYMYKSET:

- ♥ Missä Liisa on tarinassa?
- ♥ Ketä Liisa odottaa?
- ♥ Miltä Liisasta tuntuu, kun vieraat miehet alkavat jutella hänelle?
- ♥ Mikä Liisaa harmittaa?
- ♥ Minne miehet pyytävät Liisaa?
- ♥ Mitä Liisan kannattaisi tehdä?
- ♥ Miksi Liisaa pelotti?
- ♥ Uskotteko, että miehet veisivät Liisan tanssiaisiin?
- ♥ Mitä miehet voisivat tehdä Liisalle?
- ♥ Voiko vieraan ihmisen mukaan lähteä? Milloin voi lähteä? Milloin ei voi lähteä?
- ♥ Mitä voi sanoa, jos vieras ihminen alkaa kysellä uteliaana sinun asioistasi?
- ♥ Oletteko kuulleet, että tällaista olisi joskus tapahtunut?
- ♥ Mitä on tapahtunut, milloin on tapahtunut?

Tämän jälkeen käydään läpi viimesykyistä kehitysvammaisen naisen hyväksikäyttötapausta.

- ♥ Oletteko kuulleet tästä, ja muistatteko siitä jotain?
- ♥ Miltä teistä tuntuu, että tällaista tapahtuu? Onko tilanteessa jotain väärää?
- ♥ Mitä tällaisen tilanteen jälkeen tulisi tehdä?

Kerrotaan ryhmäläisille, mitä vastaavanlaisissa tilanteissa olisi hyvä tehdä.

TUTUN JA VIERAAN IHMISEN KOHTAAMINEN

Käydään korttien avulla läpi tutun ja vieraan ihmisen kohtaamista.

OMAN KEHON ITSEMÄÄRÄÄMISOIKEUS

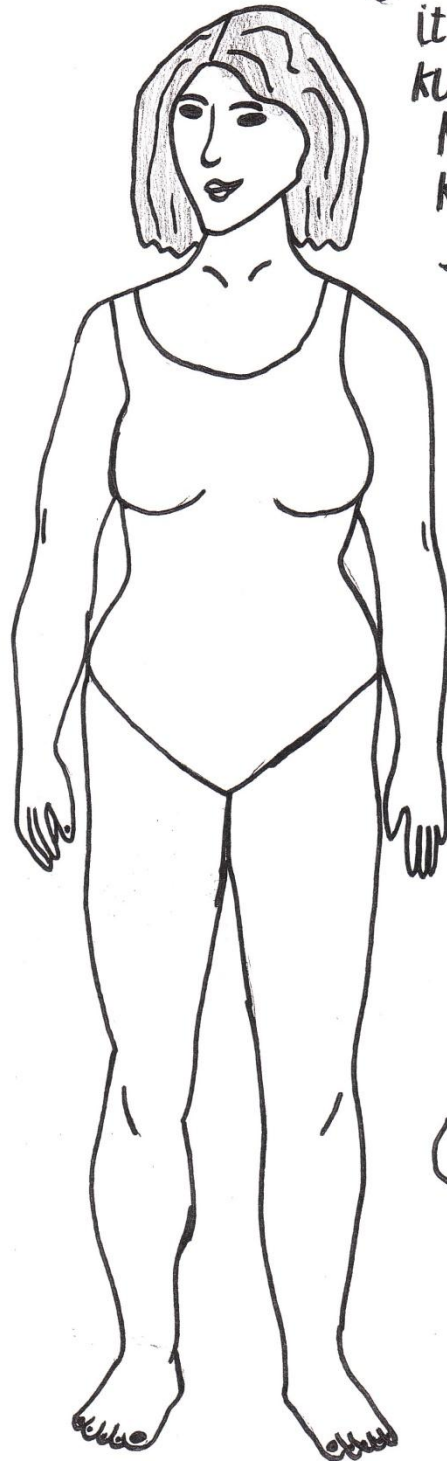
Kerromme ryhmäläisille oman kehon itsemääräämisoikeudesta, ja annamme heille kuvat naisen vartalosta jonka avulla havainnollistamme käsiteltävää asiaa.

- ♥ Mitä voi tehdä, jos joku koskettaa sinua etkä itse halua sitä? Mitä silloin voisi sanoa?

LOPPUKESKUSTELU

- ♥ Mitä teille jäi tästä kerrasta mieleen?
- ♥ Mikä oli kivaa?
- ♥ Mikä ei ollut kivaa?

Kerromme ryhmäläisille seuraavan ohjaustuokion ajankohdan ja aiheen.



Oman kehon
itse määräämisoikeus
kuuluu minulle!
Minä itse päätän
kuka minuun koskee
ja minne minua
saa koskettaa!
Ilman minun
lupaa minuun
EI saa koskea!

Minua EI saa
koskea tänne
ilman lupaa ni!

KOLMAS OHJAUSTUOKIO ~ OMAN HYGIENIAN HUOLEHTIMINEN

Seksuaalisuus on suuri ja kiehtova aihe.

Sen voi nähdä monin eri tavoin ja

jokainen omalla tavallaan,

eikä yhtä oikeaa näkökantaa ole.

Seksuaalisuus on mahdollisuus,

eikä sen pitäisi olla ahdistuksen aiheuttaja.

tai elämää rajoittava tekijä.

Bildjuschkin & Ruuhitanti



KOLMAS OHJAUSTUOKIO 31.5.2012

- ♥ Aloitetaan ohjaustuokio pöydän ääressä. Kysytään ryhmäläisiltä jäikö viimekertaisesta jotain mieleen. Käymme läpi edellisessä ohjaustuokiossa käsiteltyjä asioita.
- ♥ Kerromme tämänkertaisen ohjaustuokion aiheen, joka on oman hygienian huolehtiminen.
- ♥ Selkokielineen tarina *Liisa pohtii puhtauden tärkeyttä* ja siihen liittyvät kysymykset.

LIISA POHTII PUHTAUDEN TÄRKEYTTÄ

Liisa on hänen ystävänsä kanssa kaupungilla. Yhdessä he menevät kahvilaan ostosten tekojen jälkeen. Liisa ja hänen ystävänsä tilaavat itselleen juotavaa ja syötävää kahvilassa.

Liisa huomaa, että hänen ystävänsä hiukset näyttävät likaisilta ja hän huomaa myös, että ystävä haiseekin hieman hielettä. Liisa miettii, että milloinkohan hänen ystävänsä on käynyt viimeksi suihkussa?

Liisa miettii voisiko hän sanoa jotain hänen ystävänsä ystävänsä likaisista hiuksista tai hien hajusta? Liisasta tuntuu ikävältä, että hänen ystävänsä ei huolehdi puhtaudestaan. Liisalla ei tee mieli enää edes juoda hänen tilaamaansa juomaa eikä syödä tilaamaansa syötävää.

TARINAN POHJALTA KYSYTYT KYSYMYKSET:

- ♥ Missä Liisa on?
- ♥ Minne Liisa ja hänen ystävänsä menevät, kun he ovat kaupungilla?
- ♥ Miten Liisan ystävä on huolehtinut puhtaudestaan?
- ♥ Miten omasta puhtaudesta voi huolehtia?
- ♥ Kuinka usein on hyvä käydä suihkussa, jotta pysyy puhtaana?
- ♥ Mikä estää hien hajua?
- ♥ Mikä Liisaa harmittaa?
- ♥ Voisiko Liisa huomauttaa ystävänsä, että ystävä huolehtisi paremmin puhtaudestaan? Mitä Liisa voisi sanoa?

OMASTA PUHTAUDESTA HUOLEHTIMINEN

Käydään läpi oman puhtauden huolehtimiseen liittyviä asioita.

Näytetään juliste, jossa oman puhtauden huolehtimiseen liittyviä kuvia ja ohjeita.

Kysymyksiä ryhmäläisille:

- ♥ Kuinka usein hampaat kannattaa pestä?
- ♥ Kuinka usein on hyvä käydä suihkussa? Miksi ja milloin suihkussa on hyvä käydä?
- ♥ Miksi kädet pitää pestä wc:ssä käynnin jälkeen?
- ♥ Kuinka usein kannattaa vaihtaa puhtaat vaatteet?

HYGIENIATUOTTEET

Käydään läpi ryhmäläisten kanssa mitä eri hygieniatuotteilla niillä tehdään.

Käydään läpi pikkuhousunsuojan/siteen vaihtaminen julistetta apuna käyttäen.

RENTOUTUSHETKI

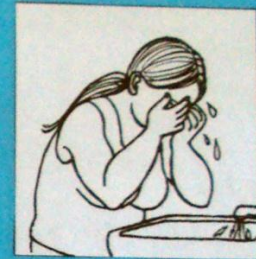
Pidämme ryhmäläisille rentoutushetken.

JAETAAN RYHMÄLÄISILLE HYGIENIATUOTEPAKETIT**LOPPUKESKUSTELU**

- ♥ Mitä teille jäi tästä kerrasta mieleen?
- ♥ Mikä oli kivaa?
- ♥ Mikä ei ollut kivaa?

Ohjaustuokioiden lopetus.

OMAN PUHTAUDEN HUOLEHTIMINEN



Pese hampaat ja kasvot aamuin illoin.
Muista pestä kädet jokaisen wc-käynnin jälkeen.



Käy säännöllisesti suihkussa.
Kampa hiuksesi, että ne eivät takkuunnu ja näyttävät siistiä.
Laita deodorantti puhtaaseen kainaloon.

(Kuvat: Karanka 2001.)

JAETUT TUOTTEET HYGIENIAN HOITON:



DEODORANTTI



HAMMASTAHNA



PIKKUHOUSUN-
SUOJAT JA SITEET



INTIIMIALUEEN
PESUNESTE

KOSTEUSVOIDE



KASVOVOIDE

KASVOVOIDE

PIKKUHOUSUNSUOJAN TAI SITEEN VAIHTAMINEN



Varmista tarvittaessa mukasi puhtas pikkuhousunsuoja tai side sen vaihtamista varten.



Älä heitä pikkuhousunsuopa tai sideitä WC-pottiin vaan laita se roskakoriin.



Muista pestä lopuksi kädet.

RENTOUTUSTARINA

Istu tuolilla ja ota mukava asento siinä. Laita silmät kiinni. Kuuntele rauhassa kertomaamme tarinaa. Yritä ajatella sinulle mukavia asioita.

On kesäinen aamu, on lämmin ja linnut laulavat kauniisti. Kävelet kauniin vihreässä metsässä polkua pitkin rauhallisesti, sinulla ei ole kiire mihinkään. Huomaat, kuinka lintuemo vie syötävää poikasilleen. Jäät seuraamaan lintujen puuhia. Voit vetää keuhkosi täyteen raikasta kesäilmaa, haistat metsän raikkaan tuoksun. Näet vieressäsi vanhalta näyttävän havupuun, voit tunnustella puun havuja, havut nipistelevät sormenpäitäsä. Kun kosketat havunneulasia sormenpäilläsi, sinusta voi tuntua, että koko kehoosi virtaa lämmin tunne. Sinulla on hyvä olla, voit ajatella nyt sinulle tärkeitä asioita.

TAUKO

Voit miettiä miltä maisema näyttää edessäsi.

Jatkat matkaasi polulla hieman eteenpäin. Matkan varrella on puro, jossa vesi liplattaa. Näet pienen sammakon, joka on juuri ylittämässä puroa. Kyykistyt veden äärelle ja kokeilet kädelläsi veden pintaa. Vesi tuntuu raikkaalta. Voit kuvitella kuinka heität kengät jalastasi ja huljuttelet jalkojasi puron raikkaassa vedessä. Toivottavasti sinun olosi tuntuu nyt rentoutuneelta.

Vähän matkan päässä näet kannon. Menet kannon luokse ja istahdat sen päälle. Aurinko paistaa lämpimästi kasvoillesi. Otat kannon vierestä sammalta, jolla koskettelet kasvojasi, tunnet kuinka se rentouttaa kasvojasi. Sinulla on hyvä olla.

Matka metsäpolulla päättyy. Tulet tietoisiksi ympäröivästä huoneesta missä juuri nyt olet. Kun olet valmis, voit avata silmäsi.



ENSIMMÄINEN OHJAUSTUOKIO: SEKSUAALISUUS -KÄSITE

- ♥ Tusseja
- ♥ Valkoista paperia
- ♥ Eri värisiä kartonkeja
- ♥ Kontaktimuovia
- ♥ Sinitarraa tai teippiä
- ♥ Sakset
- ♥ Liimaa
- ♥ Karankan (2001) tehtäväkuvia (Karanka, I. 2001. Iloinen soturi ja suloinen kuningatar. Osa 3: tehtäväkuvat. Kehitysvammaliitto. K-Print Oy.)
- ♥ Pahvista tehdyt Seksuaalisuuden portaat
- ♥ Selkokielineen tarina
- ♥ Ohjaustuokion etenemissuunnitelma
- ♥ Muistiinpanovälineet

TOINEN OHJAUSTUOKIO: VUOROVAIKUTUSTAITOT JA OMAN KEHON ITSEMÄÄRÄÄMISOIKEUS

- ♥ Värikyniä
- ♥ Tusseja
- ♥ Eri värisiä papereita
- ♥ Kontaktimuovia
- ♥ Sinitarraa tai teippiä
- ♥ Liimaa
- ♥ Karankan (2001) tehtäväkuvia (Karanka, I. 2001. Iloinen soturi ja suloinen kuningatar. Osa 3: tehtäväkuvat. Kehitysvammaliitto. K-Print Oy.)
- ♥ Uimapukualan havainnollistamiskuva
- ♥ Kehitysvammainen nainen kaapattiin kirjastolta –lehtiartikkeli (Liimatainen, K. 2011. Kehitysvammainen nainen kaapattiin kirjastolta. Kainuun Sanomat. Saatavilla:
http://www.kainuunsanomat.fi/cs/Satellite?c=AMArticle_C&childpagename=KSA_newssite%2FAMLayout&cid=1194692422106&p=1194613516391&page name=KSAWrapper)

- ♥ Selkokielineen tarina
- ♥ Ohjaustuokion etenemissuunnitelma
- ♥ Muistiinpanovälineet

KOLMAS OHJAUSTUOKIO: OMASTA HYGIENIASTA HUOLEHTIMINEN

- ♥ Tusseja
- ♥ Eri värisiä kartonkeja
- ♥ Liimaa
- ♥ Karankan (2001) tehtäväkuvia (Karanka, I. 2001. Iloinen soturi ja suloinen kuningatar. Osa 3: tehtäväkuvat. Kehitysvammaliitto. K-Print Oy.)
- ♥ Havainnollistamiseen julisteet oman puhtauden huolehtimisesta ja siteen vaihtamisesta
- ♥ Hygieniatuotepaketit (sisältää deodorantin, kaksi hammastahnaa, erilaisia pikkuhousunsuojia ja siteitä, intiimialueen pesunestettä, kosteusvoidetta ja kahta erilaista kasvovoidetta)
- ♥ Pussit hygieniatuotteille
- ♥ ”Jaetut tuotteet hygienian hoitoon” –ohjeita
- ♥ Kasvovoidetta
- ♥ Kasvonaamiot
- ♥ Pyyhkeitä
- ♥ Rauhallista musiikkia
- ♥ Rentoutustarina
- ♥ Selkokielineen tarina
- ♥ Ohjaustuokion etenemissuunnitelma
- ♥ Muistiinpanovälineet

ENSIMMÄINEN OHJAUSTUOKIO: SEKSUAALISUUS –KÄSITE

Bildjuschkin, K. & Malmberg, A. 2000. Kerro meille seksistä. Nuoren seksuaalikasvatus. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Bildjuschkin, K. & Ruuhilahti, S. 2008. Seksiä vaatteet päällä. Vammala: Vammalan Kirjapaino Oy.

Bildjuschkin, K. & Ruuhilahti, S. 2010a. Puhutaan seksuaalisuudesta. Ammatillisia kohtaamisia sosiaali- ja hoitotyössä. Helsinki: Kirjapaja.

Hyttinen, S. 2009. Haaveita ja haluja. Selkokieliä tarinoita seksuaalisuudesta. Kouvola: SOLVER Palvelut Oy.

Ilmonen, T. 2001. Iloinen soturi ja suloinen kuningatar. Seksuaalikasvatuksesta: oma seksuaalisuuteni - oma ammatillisuuteni. Kehitysvammaliitto. K-Print Oy.

Karanka, I. 2001. Iloinen soturi ja suloinen kuningatar. Seksuaalikasvatuksesta. Kehitysvammaliitto. K-Print Oy.

Karanka, I. 2001. Iloinen soturi ja suloinen kuningatar. Osa 3: tehtäväkuvat. Kehitysvammaliitto. K-Print Oy.

Korteniemi-Poikela, E. & Cacciatore, R. 2000. Seksuaalisuuden portaat. Väestöliitto 2012. Opetushallitus. Saatavilla:

http://www.vaestoliitto.fi/nuoret/kasvu_ja_kehitys/seksuaalisuuden_portaat/ (Luettu 21.11.2012)

Ryttyläinen, K. & Valkama, S. 2010. Seksuaalisuus hoitotyössä. Helsinki: Edita Prima.

TOINEN OHJAUSTUOKIO: VUOROVAIKUTUSTAITOT JA OMAN KEHON ITSEMÄÄRÄÄMISOIKEUS

Hyttinen, S. 2009. Haaveita ja haluja. Selkokieliä tarinoita seksuaalisuudesta. Kouvola: SOLVER Palvelut Oy.

Karanka, I. 2001. Iloinen soturi ja suloinen kuningatar. Seksuaalikasvatuksesta. Kehitysvammaliitto. K-Print Oy.

Karanka, I. 2001. Iloinen soturi ja suloinen kuningatar. Osa 3: tehtäväkuvat. Kehitysvammaliitto. K-Print Oy.

Liimatainen, K. 2011. Kehitysvammainen nainen kaapattiin kirjastolta. Kainuun Sanomat. Saatavilla:

http://www.kainuunsanomat.fi/cs/Satellite?c=AMArticle_C&childpagename=KSA_news&cid=1194692422106&p=1194613516391&pagename=KSAWrapper (Luettu 12.2.2012)

Palonen-Munnukka, R. 2009. Mitä niille rakkaudesta puhuu. Mediapinta

KOLMAS OHJAUSTUOKIO: OMASTA HYGIENIASTA HUOLEHTIMINEN

Enander, B. 1999. Minun kirjani kauneudesta ja puhtaudesta. Oppimateriaalikeskus. Helsinki: Kehitysvammaliitto ry.

Hyttinen, S. 2009. Haaveita ja haluja. Selkokielisiä tarinoita seksuaalisuudesta. Kouvola: SOLVER Palvelut Oy.

Karanka, I. 2001. Iloinen soturi ja suloinen kuningatar. Seksuaalikasvatuksesta. Kehitysvammaliitto. K-Print Oy.

Karanka, I. 2001. Iloinen soturi ja suloinen kuningatar. Osa 3: tehtäväkuvat. Kehitysvammaliitto. K-Print Oy.