

# Ammatillisen koulutuksen hyvinvointipäivät

Työpaja/ Väestöliitto  
Seksuaalikasvatuksen välineitä ja menetelmiä sekä ajan  
ilmiöitä

3.12.2009

Vierumäki

# Mika Lehtonen

- Psykiatrinen sairaanhoitaja
- Psykoterapeutti (perheterapia)
- Seksuaaliterapeutti
- (Aggressiokasvattaja)

# Tuulia Aho

- Terveystenhoitaja
- Seksuaalineuvoja
- Projektikoordinaattori
- Kehityspäällikkö

# Seksuaaliterveysklinikka

- Kalevankatu 16 A, 2. krs
- Seksuaaliterveyteen erikoistunut klinikka
- Palvelut kaikenikäisille, miehille ja naisille
- Vastaanotot: Neuvola, NAO, Nuska, Miehen aika, Gynekologit, Urologi
- Neuvontapuhelin
  - puh: 09- 644 066, ma-to klo 13.00-15.00
- Internet: [www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus](http://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus)
- Nuorten Avoimet Ovet, NUorten Seksuaalinen KAltoikohtelu, MiehenAika, VL-MEDI

# Nuorten Avoimet Ovet

- Päämääränä nuorten seksuaaliterveyden edistäminen Suomessa seksuaalikasvatuksen keinoin (Yksilö, Yhteisö, yhteiskunta)
- Erikoistunut nuorten seksuaaliterveyteen
- Tukee julkista sektoria
- Raha-automaattiyhdistys suurin rahoittaja- mahdollistaa kehittämistyön
- Toiminut jo 20 –vuoden ajan, reagoiden ajan henkeen

# NAO:n palvelut ja toiminta

- Vastaanotto - kohtaamismalli
  - < 18 -vuotiaat tytöt
  - < 20 -vuotiaat pojat
- Neuvontapuhelin
- Internet: [vaestoliitto.fi/nuoret](http://vaestoliitto.fi/nuoret)
- Ammattilaisten koulutus ja konsultaatio
- Seksuaalikasvatus luennot
- Materiaalituotanto
- Yhteiskunnallinen vaikuttaminen/media
- Yhteistyöverkostot

# Väestöliitto

## Seksuaaliterveysklinikka

### Miehen Aika

- Nettipalvelu [www.vaestoliitto.fi/miehet](http://www.vaestoliitto.fi/miehet)
  - Kysymys-vastaus – palsta
  - One-to-One – vastaanotto netissä
- Vastaanotto toimistolla
- Luennot
  - Seksuaalisuus
  - Aggressio
  - Nuorille, vanhemmille, ammattilaisille
- Yhteiskunnallinen vaikuttaminen
- Mediassa näkyminen
- Materiaalit
- Tutkimus
- Poikien Puhelin 0800 94884



# Muutama käsite

- Seksuaalisuus

= ominaisuus, joka on jokaisella ihmisellä syntymästä lähtien

= muuttuu koko elämän ajan kasvun ja kehityksen sekä ikääntymisen mukana

= kehittyy portaittain, vaihe vaiheelta

# Muutama käsite

- Seksi

= toimintaa, mikä pyrkii nautintoon

= harrastetaan myös muulloin kuin silloin, kun halutaan saada lapsia

= voi tapahtua yksin, kaksin tai useamman henkilön kanssa

= aina niin, että kaikki siihen osallistuvat ovat siihen suostuvaisia

= pitäisi tuntua hyvältä, ei niinkään näyttää hyvältä

-----seksi – rakastelu – yhdyntä -----

# Muutama käsite

- Seksuaaliterveys

= muutakin kuin sairauden tai haitan puuttumista

= oikeus omaan aikatauluun kehittämisessään

= mm. sitä, että voi itse päättää omasta  
seksuaalisuudestaan ilman kenenkään painostusta

= oma päätös siitä, koska ryhtyy isäksi tai äidiksi

= oikeus omaan nautintoon

-> lista jatkuu...

# Porno

- Näyteltyä toimintaa, ”aikuisten ajanvietettä”
- Juuri mikään ei ole totta
  - Näyttelijöitä, joille maksetaan palkkaa
  - Elokuvallisia tehokeinoja
- Tarkoitus kiinnostaa, kiihottaa ja koukuttaa
  - > riippuvuus todella helposti
- Tulee väärä käsitys seksistä ja seksuaalisuudesta
- Ei opeta parisuhdetaitoja – röyhkeää, ei keskustelevaa
- **Kenenkään ei tarvitse katsoa**

ennen ≠ nyt

# Seksuaalinen suuntautuminen

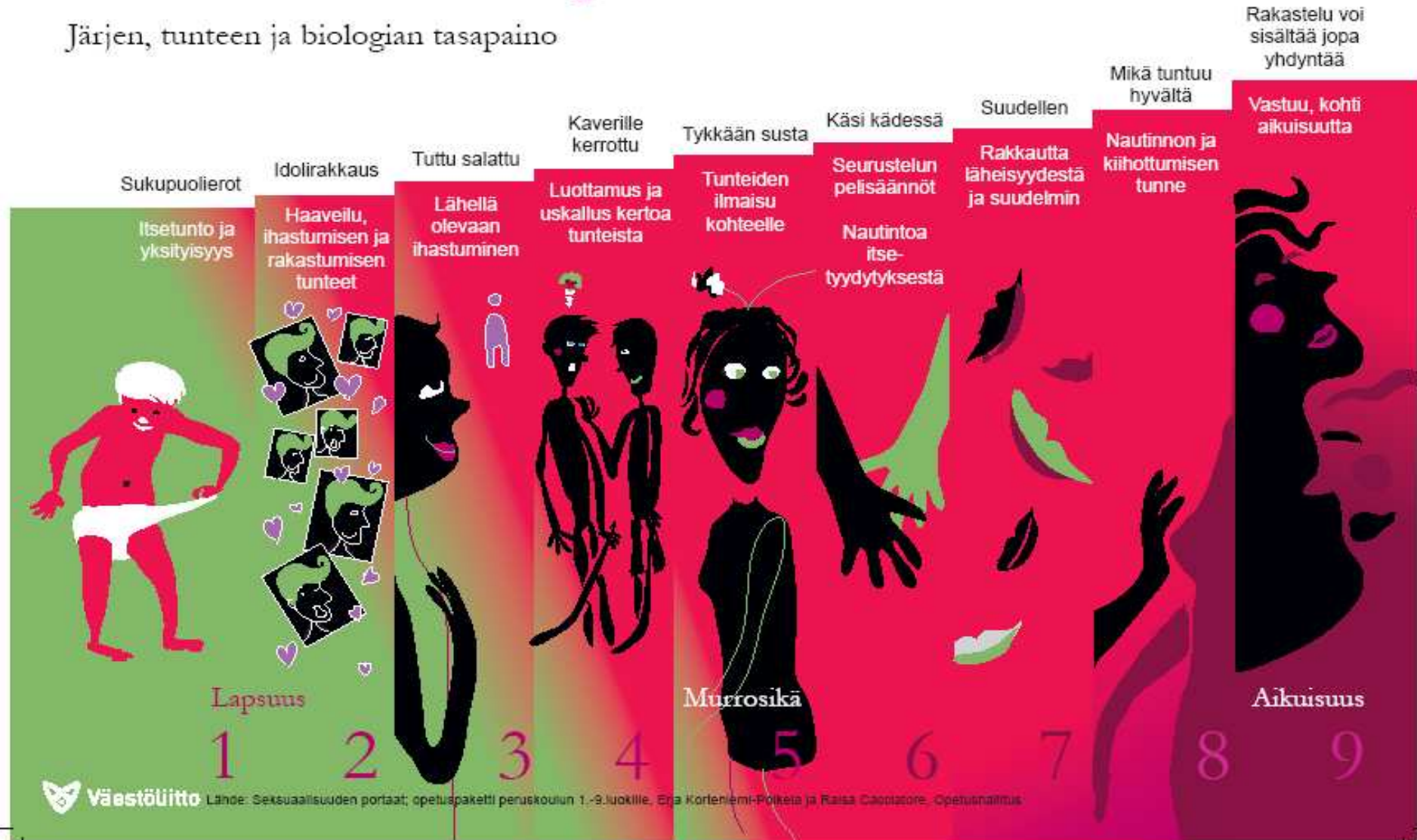
- **Heteroseksuaalisuus**
  - rakkaus ja halu toista sukupuolta olevaa ihmistä kohtaan
- **Homoseksuaalisuus**
  - rakkaus ja halu samaa sukupuolta olevaa ihmistä kohtaan
- **Bi- seksuaalisuus**
  - rakkaus ja halu molempia sukupuolia kohtaan

# Itsetyydytys =masturbointi=runkkaaminen= itserakastelu

- Loistava tapa tutustua omaan kehoon ja siihen, miten se toimii ja mistä se pitää
- Paineiden purkua ja nautinnon hakemista
- Ei tarvitse harrastaa, jos ei halua
- Mitään paha ei tapahdu, vaikka harrastaa
- Oma rauha, ketään ei saa häiritä!
- Fantasiat tärkeitä!

# Seksuaalisuuden portaat - seksuaalisen kehityksen eteneminen

Järjen, tunteen ja biologian tasapaino



**Väestöliitto** Lähde: Seksuaalisuuden portaat; opetuspaketti peruskoulun 1.-9.luokille. Eira Korteniemi-Polkeia ja Raisa Caotzore. Opetusmateriaali

# Kehittyminen järjen tasolla

Opitaan omaksumaan, ymmärtämään ja sisäistämään tietoa:

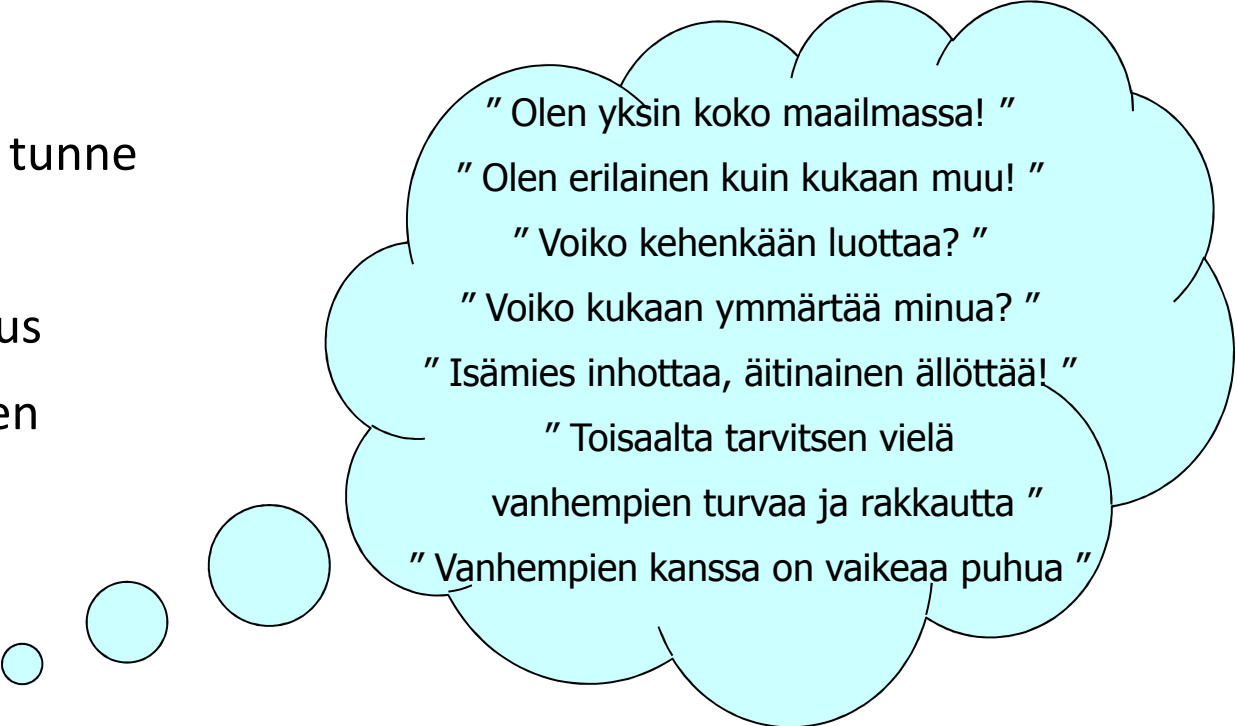
- Elämänolosuhteet
- Yksilölliset lahjakkuudet
- Oma oppimistapa
- Tiedon omaksuminen
- Tiedonjano
- Omakohtaisuus
- Murrosiän taantumus

Tieto vaikuttaa siihen minkälaisia valintoja yksilö tekee elämässään

# Kehittyminen tunteen tasolla

Opitaan tunnistamaan, kokemaan, ymmärtämään ja hallitsemaan erilaisia tunteita

- Yksinäisyys
- Erilaisuuden tunne
- Herkkyys
- Haavoittuvuus
- Kiihottuminen
- Ihastuminen
- Rakkaus



" Olen yksin koko maailmassa! "

" Olen erilainen kuin kukaan muu! "

" Voiko kehenkään luottaa? "

" Voiko kukaan ymmärtää minua? "

" Isämies inhottaa, äitinainen ällöttää! "

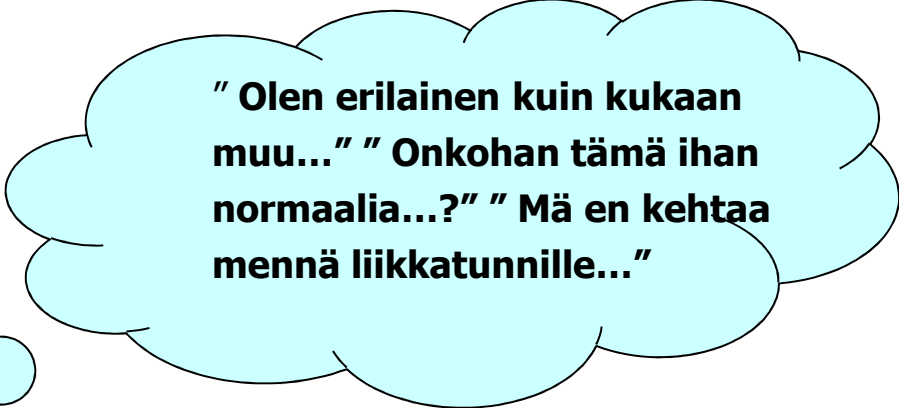
" Toisaalta tarvitsen vielä  
vanhempien turvaa ja rakkautta "

" Vanhempien kanssa on vaikeaa puhua "

# Kehittyminen biologian tasolla

Jokaisesta kasvaa mies tai nainen, omaan tahtiinsa

- yksilöllinen tahti
- suuret kehityserot
- huoli omasta kehityksestä
- arkuus ja ujous



**" Olen erilainen kuin kukaan muu..." " Onkohan tämä ihan normaalia...?" " Mä en kehtaa mennä liikkatunnille..." "**

Joku on aina se ensimmäinen, viimeinen, tai se joka ei kuulu joukkoon...

## KUVA SUKUPUOLIROOLISTA

- Pidän puoleni!
- Olen tärkeä!
- Sanon mielipiteeni!
- Uskallan puolustautua!
- Taistelen oikeudenmukaisuuden puolesta!
- Nautin elämästä!
- Olen samanarvoinen kuin muut!

Kuva omasta merkityksestä osana sosiaalista yhteisöä

## KUVA ITSE - HALLINNAN ASTEESTA

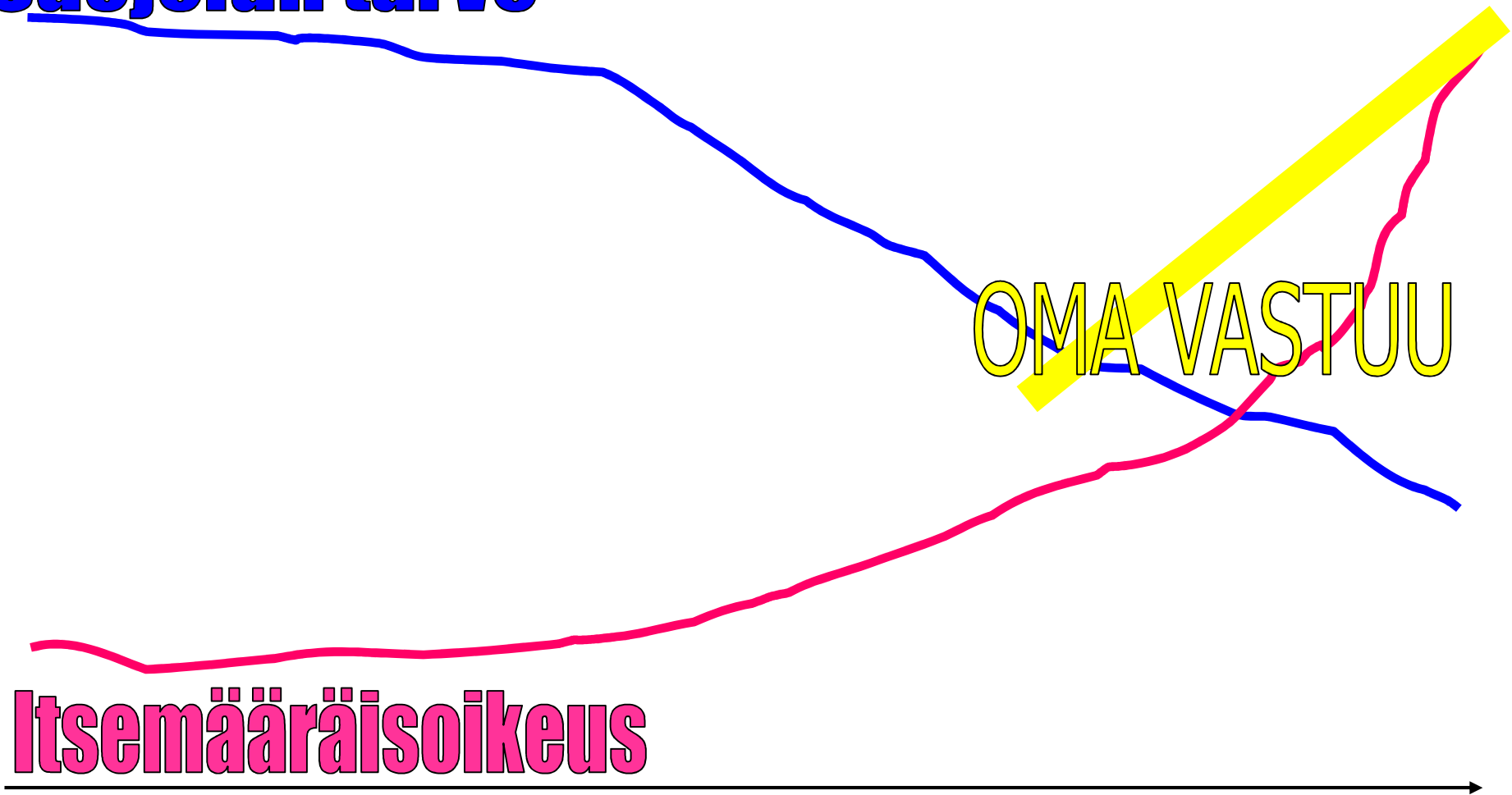
## KUVA OMASTA KEHOSTA

# Seksuaalinen itsemääräämisoikeus

**Suojelun tarve**

**OMA VASTUU**

**Itsemääräämisoikeus**



# SEKSUAALISUUDEN PORTAAT

## YKSILÖLLISET AIKATAULUT

- Oman seksin omat kolme kerrosta
- JÄRKI
- TUNNE
- BIOLOGIA
- Vain itse voi tuntea omansa

# Pettymyksiä opeteltava

- Viha, suru, suuttumus, loukkaantuminen, häpeä, aggressio
  - > tosiasioita
  - > menevät ohi
    - Kun aikaa kuluu
    - Kun purkaa oloaan jollain toiminnalla
    - Kun juttelee asiasta jonkun turvallisen kanssa

# Seurustelun pelisäännöt

- Tärkeää opetella sitä, mitä voi ja pitää puhua seurustelukumppanin kanssa
- Sovitaan yhdessä asioista
  - kerrotaan
    - Mitä halutaan
    - Mitä ei haluta
    - Mitä kotona on sovittu
  - Seurustelun pelisäännöt
  - Siedetään ja kerrotaan pettymyksistä
- Ehkä tärkein porras!!!

## •Tämän hetken suuri haaste: epärealistiset tavoitteet

- Nuoret tahtovat olla normaaleita. Aivan kuten kaikki muutkin
- Media luo ja muokkaa voimakkaasti käsitettä normaalista
- Nuorten käsitys seksuaalisuudesta ja parisuhteesta muodostuu paljolti mediasta
- Riittämättömyyden tunne syntyy tavoittamattomissa olevista ideaaleista
  - → huono itsetunto

# Mitä voimme tehdä?

- Kuunnella
- Ottaa viesti vastaan
- Ymmärtää
- Tukea
- Ohjata
- Tuntea
- Reagoida

Suoristaa kyseenalaisia  
tietoja, uskomuksia ja arvoja

Opettaa ymmärtämään  
asioiden seurauksia

Korostaa mahdollisuuksia ja  
voimavaroja