

TUOKIO 1 LIITE 1

SEKSUAALISUUS ON KIEHTOVAA

Ihmisen kokemukset ja tunteet erilaisista tilanteista ja muista ihmisistä vaikuttavat siihen, miten hän suhtautuu seksuaalisuuteen, seksiin ja ihmissuhteisiin. Lapsuudesta saadut mallit, kavereiden asenteet ja median luomat käsitykset rakentavat tapoja ajatella, puhua ja nähdä seksuaalisuuteen liittyvät asiat tietynlaisina. Käsitykset normaalista ja epänormaalista seksuaalisuudesta ovat sidoksissa kulttuuriin, jossa elää, mutta jokainen voi muuttaa käsityksiään, korjata niitä tai pitää kiinni omistaan ja näin omalla toiminnallaan saada yhteiskuntaakin tarvittaessa muuttumaan. Seksuaalisuuteen liittyviin asioihin on asennoiduttava kriittisesti ja pohtivalla otteella. Jokainen on omanlaisensa ruumiltaan, kokemuksiltaan, tunteiltaan ja ajatuksiltaan. Jokainen on ainutkertainen ja erilainen, riittävän hyvä omana itsenään. Oma seksuaalisuutensa ja siihen liittyviä asioita kannattaa pysähtyä miettimään ja etsiä kiireettä omia oikeita vastauksia seksuaalisuuden asettamiin kysymyksiin. Kun tietää kuka on ja miltä oma seksuaalisuus näyttää, ei tarvitse pelätä muiden erilaisuutta. Usein pelko ja epävarmuus itsestä saavat ihmisen vastustamaan toisen erilaisuutta, jopa väkivaltaan turvautuen.

Seksuaalisuus on laaja ja monikerroksellinen osa ihmistä. Lumme -malli kuvastaa sitä, mistä kaikesta seksuaalisuus ja sen ydin muodostuu.

ARVOT

Seksuaalisuuteen liittyy monia arvoja. Arvoja voidaan pitää asioina, jotka ovat meille tärkeitä, tavoiteltavia päämääriä. Arvot tukevat kasvussa aikuisuuteen. Tärkeinä arvoina voisi pitää esim. ainutkeraisuutta, seksuaalisuuden moninaisuutta, tasa-arvoisuutta, terveyttä ja väkivallattomuutta.

Ihmiskäsityksellä tarkoitetaan ihmisen ajatusta ihmisestä – millainen ihminen on ja miksi ihminen toimii kuten toimii ja millaisia tunteita ja valintoja ihminen mielestämme saa tehdä.

Samoin voi pysähtyä miettimään antaako sukupuoli mahdollisuuksia tehdä erilaisia valintoja ja vai kuttaako ikä ajatukseen ihmisen oikeuksista ja hyväksi katsotuista valinnoista.

VARHAINEN VUOROVAIKUTUS

Ihminen oppii paljon itsestään ja muista ihmisistä jo synnyttyään. Jo lapsesta asti saamme kokemuksia siitä miten meitä arvostetaan, millainen merkitys sukupuolella on – miten pitäisi käyttäytyä, millaisista asioista pitää ja miten kohdella muita ihmisiä. Näemme malleja erilaisista parisuhteista, riitelytavoista ja hellyydenosoituksista. Vuorovaikutus rakentaa kokemusta itsestämme ja suhteestamme maailmaan.

SUKUPUOLI

Jo hyvin varhain lapsena moni kokee sukupuolensa vahvasti. Ilmennämme sukupuoltamme huomaamattammekin monin tavoin – puheessa, käyttäytymisessä, pukeutumisessa, hellyydenosoituksissa. Sukupuoli mielletään helposti naisena tai miehenä olemiseksi. Arjen tasolla maailma on hyvin moninainen. Ihminen voi kokea olevansa mies, nainen, vähän kumpaakin, ei kumpaakaan sukupuolta tai jotakin ihan muuta edellisten määrittelyjen ulkopuolelta. "Termit ja käsitteet, joilla kuvataan sukupuolen moninaisuutta, vaihtelevat ja koko sukupuolen moninaisuus on ilmiö, johon vaikuttavat historialliset ja kulttuuriset tekijät. Sukupuolen kokemisen, ilmaisun ja itsensä määrittelyn tavat vaihtelevat ihmisen elämänkaaren aikana." (Lehtonen, 2006)

TERVEYS

Ihmisen terveydellä, hyvinvoinnilla, sairastumisella tai sairaudella voi olla merkitystä seksuaalisuudelle ihmisen elämän eri vaiheissa.

TERVEYDEN OSA-ALUEET:

FYYSINEN

elimistön toimintakyky, fysiologiset ja biologiset ilmiöt, genetiikka, anatomia

PSYKKINEN

psykkinen toimintakyky, kyky selkeään ja johdonmukaiseen ajatteluun, kognitiot, muistot

EMOTIONAALINEN

tunteiden ilmaisu- ja lukutaito, kyky ilmaista tarkoituksenmukaisesti tunteitaan, kyky tulkita ja ymmärtää omia ja toisten tunnetiloja

SOSIAALINEN

kyky solmia ja ylläpitää ihmissuhteita, yksilön ja yhteisön välinen vuorovaikutus ja se miten ihmisen elämää ja käytöstä säädellään ja mahdollistetaan erilaisin laein ja tuin (esim. terveydenhuoltopalveluiden helppo saatavuus, maksuton peruskoulutus ja kouluruokailu, työaikalaki, sosiaalietuudet ja -tuet)

SEKSUAALINEN

oman seksuaalisuuden hyväksyminen ja sen positiiviseksi osaksi itseä kokeminen, kyky saavuttaa itseä tukeva seksuaalisuuden ilmenemismuoto, seksuaalioikeuksien toteutuminen, seksuaalikasvatus ja -neuvonta

HENKINEN

oman elämän merkityksellisyyden ymmärtäminen, elämän kokeminen mielekkääksi, eettisyys, itsestä etäännyttämisen taito, valinnan vapaus, vastuullisuus, mielenrauha, hengellisyys voi olla osa henkistä terveyttä, mutta ei välttämättä

Selkenevää! hankkeen ajatus terveydestä mukailee erilaisia terveydenmääritelmiä (Perttilä 1999, Ewies & Simmet 1995, Grory 2006 jne)

OMINAISUUKSIA

SEKSUAALISUUDEN RAKENNUSPALIKOITA

Kohtuullisuus

Taito harkita asioita omakohtaisesti ja edistää terveyttä. Samoin arjen rytmistä kiinni pitäminen edistää ainakin sosiaalista ja psykkinistä terveyttä. (Lapsesta Aikuiseksi - tutkimus)

Viisaus

Pohtimalla ja opiskelemalla, ottamalla asioista selvää ja miettimällä niiden merkitystä itselle, löytää itsestään arjen viisautta. Tämä suojaa ympäristön luomilta paineilta ja antaa kykyä asettaa koskemattomuuden rajat.

Oikeudenmukaisuus

Toista ihmistä ei saa loukata. Oikeudenmukaisuus kehottaa puolustamaan heikompaa ja vaatimaan omia rajoja kunnioitettavan. Oikeudenmukaisuus pitää sisällään ihmisten välisen tasa-arvon, kunnioituksen ja vastavuoroisuuden.

Rohkeus

Rohkeus on sitä, että seisoo sanojensa ja valintojensa takana uskaltamalla nostaa seksuaalisuuteen liittyviä asioita keskusteluun. Rohkea huomioi muut ympärillään ja luo heillekin tilaa ilmaista ajatuksiinsa, tunteisiinsa - olla omanlaisiaan.

TEMPERAMENTTI JA PERSOONALLISUUDEN PIIRTEET

Temperamentti on joukko synnynnäisiä ja kohtalaisen pysyviä taipumuksia tai valmiuksia, jotka vaikuttavat tapaan reagoida ympäristöön ja ilmaista sekä kontrolloida tunteitaan. Vaikka ympäristö vaikuttaa ihmiseen suuresti, on perimälläkin merkityksellinen osuus ihmisen tapaan reagoida erilaisiin tilanteisiin. Joku innostuu kaikesta toisen tarvitessa aikaa sulatella pienäkin asiaa. Joku on ujo sosiaalisissa tilanteissa ja jopa vetäytyvä ja toiselle on luontevaa olla seurueen keskipiste. Temperamentit ja persoonallisuuden piirteet ovat erilaisia ja yhtä arvokkaita.

RAKKAUS

Ihminen tarvitsee osakseen rakkautta. Kokemus siitä, että olen tärkeä ja merkityksellinen, tarjoaa mahdollisuuden nähdä itsensä arvokkaana. Rakkauden kokemus rakentaa yhteyden ihmisten välille. Rakkauden nimissä toista ei voi painostaa tai pakottaa mihinkään. Rakkaus edellyttää taitoa empatiaan. Empatian avulla eläydytään toisen ihmisen tunteisiin, kokemuksiin ja pystytään auttamaan tai olemaan läsnä.

KEHITYSTEHTÄVÄT

Kasvun myötä ihminen kohtaa erilaisia kehitystehtäviä. Nuoruudessa etsitään omaa identiteettiä ja sovitetaan siihen erilaisia rooleja. Varhaisaikuisuudessa korostuvat ihmissuhteiden ja läheisyyden ylläpitäminen.

SEKSUAALISUUDEN OSA-ALUEET

Ihmisen seksuaalisuuteen vaikuttavat ainakin ihmisen elämäntapa ja siihen liittyvät hetket, asuinpaikka ja kulttuurit, joissa ihminen elää sekä ikä ja terveys. Seksuaalisuus on jokaiselle ihmiselle omanlaisensa, eikä toisen seksuaalisuutta voi toisen puolesta määrittää tai määrätä. Seksuaalisuudeltaan ihminen voi suuntautua miehiin, naisiin, sekä miehiin että naisiin, enemmän miehiin kuin naisiin tai toisin päin, tai ei kumpaankaan sukupuoleen. Ihmisellä voi myös olla yhtä aikaa esimerkiksi ei-heteroseksuaalisia tunteita ja heteroseksuaalista käyttäytymistä. Käsitteet eivät ole siis toisensa poissulkevia eivätkä kaiken kattavia. (Lehtonen)

SEKSUAALISUUDEN OSA-ALUEET

Jokaisen elämänvaiheen eläminen on tärkeää ja jokainen vaihe on yhtä arvokas ja seksuaalisuus näyttäytyy näissä vaiheissa erilaisina. Koska ihminen valitsee moninaisin tavoin hetkissä, rakentuvat ihmisten elämäntavat erilaisiksi, ainutkertaisiksi myös seksuaalisuuden näkökulmasta. Yhtä oikeaa ratkaisua tai toimintatapaa ei oman seksuaalisuutensa toteuttamiseksi ja ilmentämiseksi ole olemassa.

Lähde:

Turun kaupunki, sosiaali- ja terveystoimi, Selkenevä! -hanke, seurustelun abc (sivut 3-8), Susanna Ruuhilahti, Katriina Bildjuschkin, Iida Marttinen