

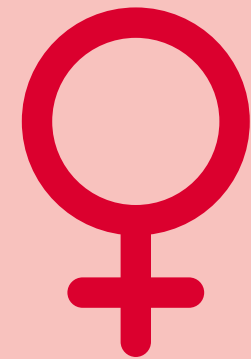
ALUKSI

SEKSUAALIKASVATUSKURSSIMME

TAVOITTEET:



Lisätä tietoja ja taitoja seksuaalisuuteen, sukupuoliisuuteen ja seksuaaliterveyteen liittyvissä asioissa.



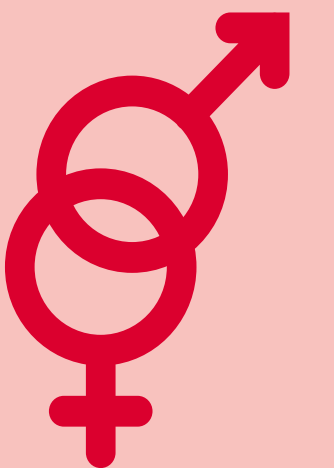
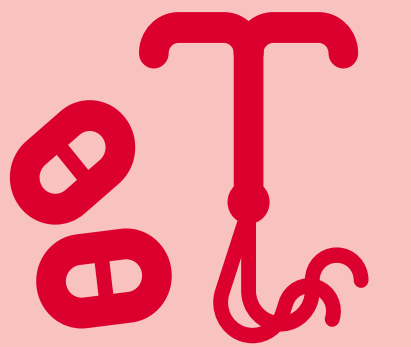
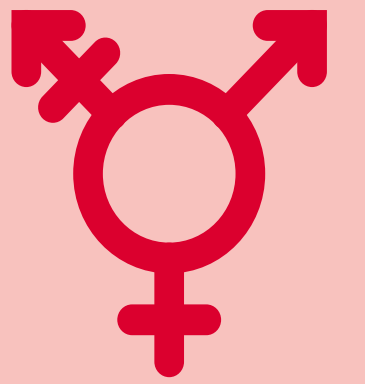
Edistää seksuaalista turvallisuutta, hyvinvointia, tasa-arvoa ja väkivallattomuutta.



Edistää seksuaalisuuden puheeksi ottamista lähisuhteissa.



Helpottaa oman seksuaalisuuden ja siihen liittyvien kysymysten puheeksi ottoa esimerkiksi seksuaaliterveyspalveluissa ja muissa omaa identiteettiä tukevissa keskusteluissa.

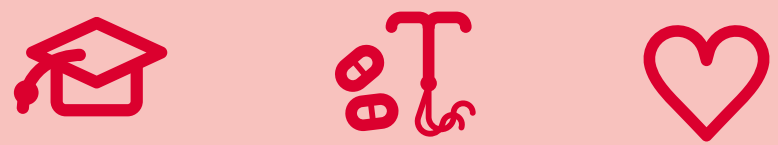




Mahdollistaa omakohtaista pohdintaa.



Vahvistaa kohtaamisen ja dialogisuuden taitoja sekä edistää parisuhteiden onnellisuutta nuoruudessa ja aikuisuudessa.



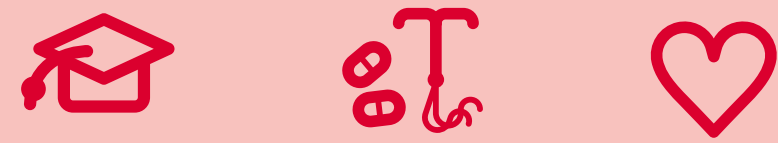
Vahvistaa mahdollisuuksia määrittää mitä haluaa ja ei halua seksuaalisesti sekä lisätä kykyä välittää nämä ei-haluamiset ja haluamiset potentiaaliselle kumppanille.



Lisätä ymmärrystä seksuaalisuuden ja sukupuoli- ja seksuaalinormatiivisuuden moninaisuudesta sekä sukupuoli- ja seksuaalinormatiivisuuden merkityksestä hyvinvoinnille ja/tai pahoinvoinnille.



Saada aikaa ymmärrystä siitä, miten seksuaalisuus vaikuttaa ihmisen terveyden ja hyvinvoinnin kokemukseen sekä minäkuvan positiiviseksi/negatiiviseksi kokemiseen.



Lisätä tietoa auttavista tahoista ja palveluista seksuaalisuuden, sukupuolen ja parisuhteiden kysymyksissä.



ALUKSI

LUOKAA YHTEISET SÄÄNNÖT

Miten tulee toimia kurssin aikana, jotta kaikkien on mukava osallistua ja oppia uutta? Kirjatkaa säännöt ylös.

TUOKIO 1

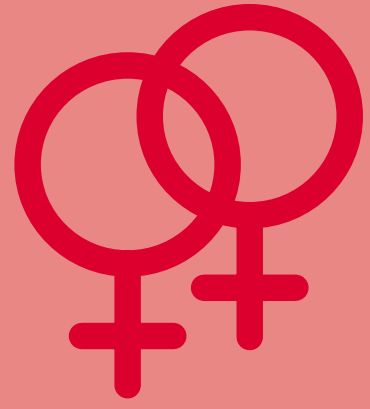
SEKSUAALISUUS



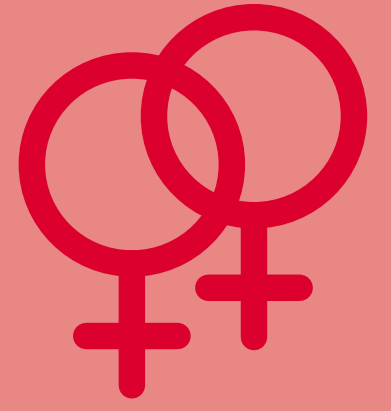
**SEKSUAALISUUS EI ALA MISSÄÄN TIETYSSÄ IÄSSÄ VAAN ON IHMISEN
OMINAISUUS SIITÄ ALKAEN, KUN IHMINEN SAA ALKUNSA.**

**IHMISEN SEKSUAALISUUS ON AINA VAHVASTI SIDOKSISSA KULTTUURIIN,
HISTORIALLISEEN AIKAAN JA PAIKKAAN, JOSSA HÄN ELÄÄ.**

Lähde: WHO,2010, Seksuaalikasvatuksen Standardit Euroopassa



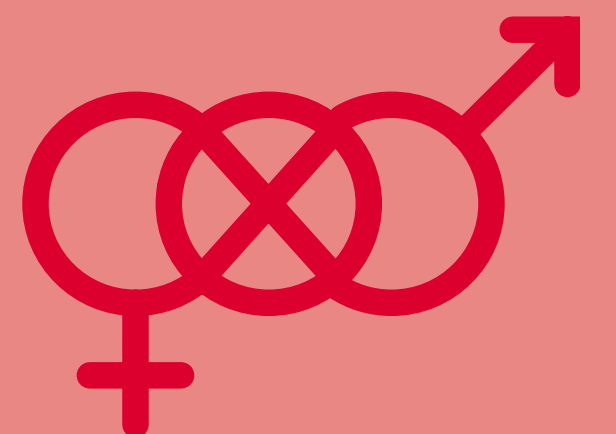
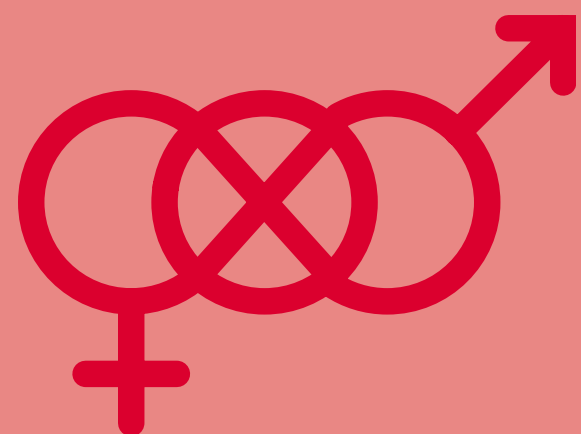
Seksuaalisuus on keskeinen osa ihmisyyttä kaikissa elämän vaiheissa. Seksuaalisuus käsittää sukupuolen, sukupuoli-identiteetin sekä sukupuoliroolit, seksuaalisen suuntautumisen, erotiikan, mielihyvän, seksuaalisuhteet ja lisääntymisen.



Seksuaalisia kokemuksia ja seksuaalisuuden ilmenemismuotoja ovat ajatukset, fantasiat, halut, uskomukset, asenteet, käyttäytyminen, seksuaalisuuden harjoittaminen, roolit ja suhteet.



Vaikka seksuaalisuus voi pitää sisällään kaikki nämä ulottuvuudet, ihminen ei aina koe tai ilmennä niitä kaikkia. Biologiset, psykologiset, sosiaaliset, taloudelliset, poliittiset, eettiset, lailliset, historialliset, uskonnolliset ja hengelliset tekijät vaikuttavat seksuaalisuuteen.





SEKSUAALISUUDEN ULOTTUVUUDET


KULTTUURINEN: lait, uskomukset, yhteiset arvostukset, taide, uskonnot, pukeutumistyyli, arvostukset, normit, historiallinen paikka ja aika

SOSIAALINEN:

perheen, ystävien ja kasvatustituutioiden käsitykset, historiallinen käsitys, mallioppiminen, ympäröivän maailman viestit, uutiset ja niin edelleen.

PSYKKINEN:

tunteet ja käsitys itsestä, muista ihmisistä, maailmasta, seksuaalisuudesta sekä seksuaalinen minäkuva, identiteetti ja seksuaalinen itsetunto, koettu sukupuoli ja miltä asiat itsessä tuntuvat ja millaisia reaktioita ne itsessä saavat aikaan, opittu käytös, elämykset



HENKINEN:

luottamus itseen ja toisiin ihmisiin, uskallus antautua hetkiin, haltioitumisen kyky, aito eettinen omatunto, usko siihen, että omalla elämällä on tarkoitus, halu ja pyrkimys etsiä ja löytää tarkoitus omalle olemassa ololle, tahdon vapaus, vastuullisuus, huumori, luovuus ja rakkaus. Henkisen ulottuvuuden avulla ihminen voi ottaa etäisyyttä itseensä ja tilanteeseensa ja suuntautua eteenpäin.

KOGNITIIVINEN:

opitut ja omaksutut asiat seksuaalisuudesta. Uusi tietoaaines lomittuu vanhan kanssa yhteen: osan tiedosta unohtamme ja osan muistamme. Hylkäämme ja hyväksymme osan tiedoista, sekä muokkaamme ne itsellemme sopiviksi. Opimme paljon asioita huomaamattammekin.



BIOLOGINEN:

Muodostuu monista eri osista kuten:

anatomia: sukuelimet, aivot ja keho

geenit: perimä: muodostumme ihmisen kaltaiseksi geenien ansiosta.

hormonit: seksuaalinen halu, nautinto, parinvalinta, rakkaus, läheisyys, hoiva, murrosiän sekundäärit (ja primäärit) muutokset, fysiologiset syklit, lisääntyminen ja seksuaaliset reaktiot

fyysinen keho: kehollisuus ja ulkomuoto

EETTINEN:

moraali, arvot ja eettisyys – aina sidoksissa kulttuuriseen ulottuvuuteen. Eettisyydessä tärkeää on tasa-arvo, itsemääräämisoikeus ja oikeus koskemattomuuteen sekä seksuaalisten oikeuksien toteutuminen. Eettinen säännöstö ohjaa meitä käyttäytymään kunnioittaen ja väkivallattomasti itseämme ja muita kohtaan jo ennen, kuin lain ehdottomat rajat tulevat vastaan.



SEKSUAALIOIKEUDET

1. Oikeus tasa-arvoon ja syrjimättömyyteen

Jokainen on oikeutettu nauttimaan kaikista seksuaalioikeuksista, jotka tässä julistuksessa on esitetty, ilman minkäänlaista erottelua, jonka perusteena on kulttuuritausta, ihonväri, sukupuoli, kieli, poliittinen tai muu mielipide, kansallinen tai sosiaalinen alkuperä, asuinpaikka, omaisuus, syntyperä, vammaisuus, ikä, kansallisuus, siviilisääty tai perhe, seksuaalinen suuntautuminen, sukupuoli-identiteetti ja -ilmaisus, terveyden tila, taloudellinen tai sosiaalinen tilanne tai muu asema.

2. Oikeus elämään, vapauteen ja henkilökohtaiseen turvallisuuteen

3. Oikeus itsemääräämiseen ja keholliseen koskemattomuuteen

4. Oikeus vapauteen kidutuksesta ja julmas- ta, epäinhimillisestä tai alentavasta kohtelusta tai rangaistuksesta

5. Oikeus vapauteen kaikista väkivallan ja pakottamisen muodoista

6. Oikeus yksityisyyteen

7. Oikeus parhaimpaan saavutettavissa olevaan terveydentilaan sisältäen seksuaaliterveyden, johon kuuluu mahdollisuus nautinnollisiin, tyydyttäviin ja turvallisiin seksuaalisiin kokemuksiin
8. Oikeus nauttia tieteellisen edistyksen ja sen soveltamisen eduista
9. Oikeus tietoon
10. Oikeus saada opetusta ja kokonaisvaltaista seksuaalikasvatusta
11. Oikeus solmia, muodostaa ja purkaa avioliitto tai vastaavanlaisia ihmissuhteita, jotka perustuvat yhdenvertaisuuteen sekä täyteen ja vapaaseen suostumukseen

12. Oikeus päättää lasten hankinnasta, lapsiluvusta ja lasten ajoituksesta sekä saada tietoa ja keinoja perhesuunnitteluun
13. Oikeus ajatuksen, mielipiteen ja ilmaisun vapauteen
14. Oikeus rauhanomaiseen kokoontumis- ja yhdistymisvapauteen
15. Oikeus osallistua julkiseen ja poliittiseen toimintaan
16. Oikeus hakea oikeutta, oikaisua ja hyvitystä




KÄSITE

RAKKAUS



- Lähimmäisen rakkaus
- Ystävyys
- Asennoituminen maailmaan empaattisesti
- Itsensä rakastaminen
- Romanttinen rakkaus

Kulttuuri on vaikuttanut paljon siihen, miten rakkautta ilmaistaan ja miten sitä koetaan. Se on myös osaltaan aivokemiaa.





KÄSITE

SEKSUAALINEN HYVINVOINTI

Seksuaalisesti hyvinvoiva henkilö on tyytyväinen itseensä ja omaan seksuaalisuuteensa ja saa toteuttaa seksuaalisuuttaan.

Hän kokee olevansa rakastettu ja hyväksytty. Hänellä on ihmissuhteita, jotka ovat vastavuoroisia ja mahdollistavat kokemusta yhteydestä, luottamuksesta, turvallisuudesta ja kunnioituksesta.

Mikäli henkilöllä on seksiä, sitä on itselle sopiva määrä, eli saa olla myös haluamatta, sekä mahdollisuus neuvotella seksiin liittyvistä asioista kumppanin / kumppaneiden kanssa.

Lähde: Ruuhilahti, Susanna, Bildjuschkin, Katriina, 2012, HOT, hoivaa, ohjaa, tue.



KÄSITE

SEKSUAALITERVEYS

Seksuaaliterveys on seksuaalisuuteen liittyvän fyysisen, emotionaalisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tila; siinä ei ole kyse vain sairauden, toimintahäiriön tai raihnaisuuden puuttumisesta.

Hyvä seksuaaliterveys edellyttää positiivista ja kunnioittavaa asennetta seksuaalisuuteen ja seksuaalisiin suhteisiin sekä mahdollisuutta nautinnollisiin ja turvallisiin seksuaalisiin kokemuksiin ilman pakottamista, syrjintää ja väkivaltaa.

Hyvän seksuaaliterveyden saavuttaminen ja ylläpitäminen edellyttää kaikkien ihmisten seksuaalisten oikeuksien kunnioittamista, suojelemista ja toteuttamista.

Lähde: WHO 2010, Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa

KÄSITE

SUKUPUOLI

Anatomisten, hormonaalisten, kromosomaalisten, sosiaalisten ja psyykkisten ominaisuuksien kokonaisuus, joka muodostaa yleensä mieheksi tai naiseksi määritetyn sukupuolen. Kaikilla ihmisillä nämä ominaisuudet eivät muodosta selkeää tai yhteneväistä jatkumoa, joten kaksijakoinen käsitys sukupuolesta on ongelmallinen.

Lähde: 2010, Muu, mikä? Sukupuolivähemmistönuorten visio 2010



SUKUPOOLTA VOI TARKASTELLA MYÖS SEURAAVASTI:

BIOLOGINEN SUKUPUOLI:

Anatominen, kromosomaalinen tai hormonaalinen sukupuoli. Määrittyy yleensä kaksijakoisesti, vaikka myös biologiset sukupuolen tunnusmerkit ovat moninaisia.

SYNTYMÄSSÄ MÄÄRITELTY SUKUPUOLI:

Lapsen syntymän jälkeen hänelle määritetään sukupuoli, joka päätetään ulkoisten sukupuolielinten avulla. Usein vauva määritellään tytöksi tai pojaksi. On myös mahdollista, ettei syntyneen lapsen sukupuolta pystytä määrittämään heti syntymän jälkeen.



SOSIAALINEN SUKUPUOLI:

Sukupuoleen liitetyt roolit, odotukset ja merkitykset. Sukupuoli on kulttuurisidonnainen asia. Suomessa sukupuoli on tavallisesti kaksi, mutta on maita, joissa sukupuoli on paljon enemmän.

JURIDINEN SUKUPUOLI:

Henkilön laillinen sukupuoli, joka ilmenee henkilötunnuksesta. Suomessa on tällä hetkellä (2019) kaksi juridista sukupuolta: nainen ja mies. Esimerkiksi Australiassa ja Itävallassa juridisia sukupuoli on kolme: nainen, mies ja muu. Juridinen sukupuoli vahvistetaan joko syntymän myötä tai sukupuolenkorjausprosessin yhteydessä.



RIVOT SANAT

MUUTAMA SANA VITUN VOIMASTA

Kuoleman ja karhun väen rinnalla yksi vahvimista magioista oli naisen väki. Naisen sukupuolielimen uskottiin suojaavan monilta asioilta. Vanhemmat naiset seisivat alapää paljaana karjan laitumella suojellakseen omaisuuttaan. Kaikki paha ja vaarallinen pakeni nähdessään paljastetun vitun. Harakoimalla voitiin suojella lapsia, jotka poistuivat pihapiiristä tai taattiin lehmille hyvä maito-onni.

Koska kuukautisten aikana uskottiin naisen väylän olevan auki kuolleiden puolelle, oli viljan ja muiden ruoka-aineiden käsittely kiellettyä. Toisaalta kuukautisverta voitiin käyttää lemmentaijoissa tai sivelä lehmiin ennen laitumelle päästämistä.

Synnyttäneellä tai vaihdevuosiin ehtineellä naisella oli vittu. Vittu oli voimasaana, jota ei ollut kaikilla vaan se piti ansaita.

Lähde: Aamulehti, 2017, Naisen sukuelin oli vanhan kansan mukaan väkevä taikakalu – Pyllyttäminen oli varttuneiden naisten oikea ammatti