


TUOKIO 8

SEKSUAALISEN HYVINVOINNIN ESTEET

KIELTEISET SEKSUAALIKOKEMUKSET, ALTISTAVIA TEKIJÖITÄ:

- huono itsetunto
- puuttelliset taidot neuvotella
- omat toiveet tunnistamatta
- masentunut ei aina kykene suojaamaan itseään
- varhaiset yhdynnät ja tunne-elämän vaikeudet (esimerkiksi jos yhdyntä on ollut väylä saada lohtua, läheisyyttä tai hyväksyntää, tai jos kokemus on syntynyt painostettuna)
- oman olemassaolon mitätöinti ("en ole minkään arvoinen")
- ehkäisyn puute
- erilaiset pelot ja huolet



NÄMÄ VOIVAT KERTOA LUKKIUTUNEESTA SEKSUAALISESTA KEHITYKSESTÄ

seksuaalisuuden kieltäminen

suuri vaikeus hyväksyä kehossa tapahtuvia muutoksia

itsetuhoinen käyttäytyminen

syömishäiriöt

oman ruumiin vahingoittaminen



SEKSUAALI- JA SUKUPUOLIMONINAISUUS SEKÄ VÄKIVALTA, POJAT

Kiusaamis-, uhkailu- ja väkivaltakokemukset sateenkaarinuorilla, erityisesti pojilla, moninkertaisesti yleisempiä kuin heteronuorilla.

Sateenkaaripojat kokevat kaksi kertaa niin paljon vanhempien henkistä väkivaltaa kuin heteropojat, 26-32% sateenkaaripojista.

Vanhempien fyysistä väkivaltaa on kokenut peräti 10-15% sateenkaaripojista verrattuna 2-3% heterolukuun. Seurauksena voi olla kodittomuus, kadulla asuminen, prostituutio tai päihteiden käyttö.

Seksuaalista väkivaltaa on kokenut 15-19% sateenkaaripojista, 2% heteropojista.



SEKSUAALISESTI LATAUTUNEIDEN TILANTEIDEN HALLINTAA EDISTÄVÄT

- Hyvä itsetunto
- Ympäristöstä omaksutut rationaaliset seksuaaliset käsikirjoitukset (tiedän, mitä haluan, ehkäisyn käyttö, jos sitä tarvitaan, mahdollisuus ja uskallus kieltäytyä)
- Tietää, mitä haluaa ja mitä ei
- Uskaltaa sanoa kumppanilleen mitä haluaa ja mitä ei
- Luottamus ja turvallisuus kumppanusten välillä (mahdollistaa vastavuoroisen vuorovaikutuksen)
- Mahdollisuus läheisyyteen ja intiimiyteen kasvattaa sekä seksuaalista hyvinvointia että ylipäänsäkin emotionaalista ja henkistä hyvinvointia



MUISTA!!!

**TUNNEYHTEYS OLI YHTÄ TÄRKEÄÄ KUIN SEKSI MELKEIN
PUOLELLE VASTANNEISTA. RUNSAALLE KOLMASOSALLE
SE OLI SEKSIÄ TÄRKEÄMPÄÄ. VAIN MUUTAMA KOKI
SEKSIÄ TÄRKEÄMMÄKSI KUIN TUNNEYHTEYDEN.**

LÄHTEET:

PIA SUVIVUO, Väitöskirja, 2011

http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-0413-3/

KOULUTERVEYSKYSELY, 2017

<https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tutkimustuloksia/kaikki-kouluterveysskyselyn-tulokset> -

RIITTA KERTTU KALTIALA-HEINO

Nuorten seksuaaliterveys – yhteinen asia -työseminaari 2.12.2010

NÄRE, RUUHILAHTI, HEIMONEN, 2012

<http://elektra.helsinki.fi/oa/0780-0886/2012/3/luottamu.pdf> mitä kumppanin kanssa harrastettu seksi tarjoaa.