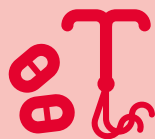




OHJAAJAN OPAS

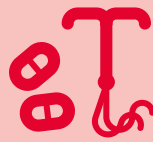
SEX, BODY & RIGHTS

SEKSUAALIKASVATUSMATERIAALI
13-16 VUOTIAILLE



SISÄLLYSLUETTELO

JOHDANTO	3
OHJEEKSI OHJAAJALLE	4
SEKSUAALIKASVATTAJAN EETTISET OHJEET	5
TUOKIO 1 - SEKSUAALISUUS	7
TUOKIO 2 - MURROSIÄN SEKUNDÄÄRIT MUUTOKSET & SUKUELIMET	10
TUOKIO 3 - MINÄ & MUN TUNTEET	13
TUOKIO 4 - KIMPASSA	19
TUOKIO 5 - MEDIA JA SEKSUAALISUUS	22
TUOKIO 6 - SEKSIN ERI MUOTOJA & EHKÄISYSTÄ	26
TIETOA RFSU:STA	34



SEX, BODY & RIGHTS

**seksuaalikasvatusmateriaali
13-16 -vuotiaille**

RFSU:n seksuaalikasvatusmateriaali on tarkoitettu 13-16 -vuotiaiden kanssa työskentelevien aikuisten tueksi ja avuksi seksuaalikasvatukseen. Tuokioita voi käyttää yksittäin, soveltaen tai muodostaen niiden avulla seksuaalikasvatuskokonaisuuden.

Materiaali tarjoaa mahdollisuuksia pohtia seksuaalisuutta, sukupuolta ja ihmissuhteita monista eri näkökulmista. Se haluaa herättää ajatuksia, tunteita ja nostaa esille normatiivisia ajatuksia, joihin ei välttämättä muutoin tulisi kiinnittäneeksi huomiota.

Materiaalissa on positiivinen ote seksuaalisuuteen ja siinä seksi nähdään myönteisenä asiana, joka parhaimmillaan tukee ihmisen kokonaisvaltaista hyvinvointia.

Materiaalin tarkoituksena on edistää nuoren mahdollisuuksia olla vapaa ja ilmaista itseään, vapautta valita millaisia asioita omaan seksuaalisuuteen, sukupuoleen ja ihmissuhteisiin liittyy, sekä vapautta nauttia omasta seksuaalisuudestaan ja oikeutta tulla kunnioitetuksi ihmisenä juuri sellaisena kuin on. Toiveena on, että materiaalin avulla nuori saisi myös taitoja kohdata ihmissuhteissaan toinen osapuoli empaattisesti, itseään ja toista kunnioittavasti ja turvallisesti.



SEX, BODY & RIGHTS

Ohjeeksi ohjaajalle

Keskustelutaidot ovat tärkeä osa ihmissuhteita ja itsetuntemuksen vahvistumista. On tärkeää oppia ottamaan kantaa omiin asioihin sekä kuuntelemaan että kuulemaan muiden ajatuksia ja pohdintoja. Keskustellen ja muiden ajatuksia kuulostellen maailma voi laajentua ja omat mielipiteet muuttua tai vahvistua. Keskustelemalla voidaan myös tukea empatiataitojen kasvua.

Ohjaustuokioissa on tärkeä muistaa, että jokaisella tulee olla oikeus osallistua ja kokea itsensä arvokkaaksi ja tärkeäksi. On olennaista, että jokainen osallistuja voi kokea oman seksuaalisuutensa ja sukupuolensa hyväksi ja kunnioitetuksi. Ohjaajan tulee varoa heteronormatiivista otetta ohjaustyössään. Tämän lisäksi tulisi välttää ikään ja sukupuoleen liittyvien stereotyyppien vahvistamista. Normatiivisten asenteiden esille tuominen ja niiden haastaminen on yksi keskeisistä seksuaalikasvatuksen tehtävistä.

Materiaali koostuu 6 tuokiosta, joista kukin on 90 minuutin mittainen. Tuokiot on suunniteltu niin, että ne voi halutessaan jakaa 45 minuutin mittaisiksi kokonaisuuksiksi, mikäli se on toimivampi kokonaisuus ohjaustyössä. Tuokiot on suunniteltu 13-16-vuotiaiden kanssa toteutettavaksi.

Materiaali tukee ja täydentää virallista seksuaalikasvatusta, jota esimerkiksi eri kouluasteilla toteutetaan. Materiaali pyrkii tuomaan ohjaajan ulottuville kokonaisuuksia, joilla syventää kasvajiin tietoja ja taitoja seksuaalisen hyvinvoinnin vahvistamisessa.

Ohjaajan on hyvä pysähtyä pohtimaan ennen seksuaalikasvatustyöhön ryhtymistä omia ajatuksiaan ja asenteitaan seksuaalisuuteen liittyen. Yksi työkalu tähän on Lumme-malli, voimaa seksuaaliseen kasvuun.

Lumme-malliin voit tutustua tästä:

<http://www.nektaria.fi/site/wp-content/uploads/2019/11/Lumme-malli-Voimaa-seksuaaliseen-kasvuun.pdf>

Ohjaajan saattaa myös olla tarpeen täydentää omaa osaamistaan ja tietoaan tietyistä aiheista, vaikka tuokiota on suunniteltu sellaisiksi, että ohjaaja voi valita sopivan tuokion ja ohjata sen ohjeiden mukaan. Aiheista löytyy paljon hyvää lisätietoa seksuaaliterveyttä edistävien järjestöjen internetsivuilta. Paljon hyvää tietoa löytyy myös Suomen RFSU:n internetsivuilta. Ennen ohjaustyöhön ryhtymistä onkin hyvä ajatus pysähtyä teeman äärelle ohjaamiseen valmistautuen, harjoitukset huolella läpikäyden ja lisätietoa aiheesta hakien.

Vaikka osio on suunnattu 13–16-vuotiaille, soveltuu moni vanhemmalle ikäryhmälle (16–22-vuotiaat) suunnattu tuokioista sellaisenaan tai sovelletusti nuoremmillekin. Ohjaaja voi käydä läpi kaikki tuokiota ohjattavien kanssa tai valikoida sopivimmat ja osallistujien toivomat aiheet käsittelyyn.

Ohjaajan vastuulla on miettiä, miten tuokiota soveltuvat omalle ryhmälle ja millaiset harjoitukset soveltuvat kyseisille ihmisille. Ryhmän turvallisuuden aste ja ohjaajan suhde ohjattaviin määrittää paljon sitä, millaiset harjoitukset toimivat kyseiselle porukalle. Jos harjoitukset ovat monimuotoisia, on todennäköisempää, että jokainen osallistuja saa mahdollisuuden omaksua asioita itselle ominaisella tavalla. Siksi olisikin hyvä, jos ohjaaja ei valitsisi harjoituksia tai aiheita vain omista lähtökohdistaan liikkeelle lähtien vaan ohjattavien tarpeet huomioiden.

Seksuaalisuuteen liittyvät asiat saattavat olla tabuluonteisia osallistujille, tai ne voivat herättää erilaisia reaktioita, kuten tirskahtelua tai rivouksien huutelua. Mikäli tuokiossa syntyvät naurahattelut tai muut eivät häiritse tuokion ohjaamista eteenpäin, kannattaa miettiä, puuttuuko reaktioihin vaiko ei. Monesti antamalla tilaa tunteille tuokiota ovat mukavampia kaikille.

Seksuaalikasvatustuokiossa on hyvä huomioida, että nostamalla esille hyvin intiimejä asioita, saattaa osallistujien mieleen tulla ikäviä tai vaikeita muistoja ja kokemuksia. Ketään ei saisi painostaa tai pakottaa osallistumaan, vaan jokaisella tulisi olla mahdollisuus vetäytyä kunniakkaasti sivuun harjoituksesta niin, että ohjaaja varmistaa ohjattavan olevan ok ja selviävän asioiden kanssa eteenpäin. Joskus ohjaaminen avunpiiriin saattaa olla perusteltua. Alaikäisten kohdalla tulee muistaa lastensuojeluilmoituksen tekovelvollisuus ja poliisille ilmoittamiseen velvoittavat kohdat.

EETTISET OHJEET

Seksuaalikasvatustajien eettiset ohjeet vahvistettiin Nordic Association for Clinical Sexologyn (NACS) yleiskokouksessa 2016 Tartossa. Näihin ohjeisiin on hyvä tutustua ennen seksuaalikasvatustyöhön ryhtymistä.

Seksuaalikasvatustajan eettiset ohjeet ovat kokonaisuudessaan luettavissa tästä:

<http://www.nacs.eu/index.php?1,57>

Seuraavalla sivulla tiivis kuvaus ohjeista.

©Suomen RFSU Oy

Tasa-arvo ja oikeudenmukaisuus

Jokainen ihminen on yhtä arvokas, ja kaikilla tulee olla oikeus olla omanlaisensa. Jokaista seksuaalikasvatukseen osallistujaa tulee kohdella tasa-arvoisesti ja oikeudenmukaisesti.

Oikeus osallistua

Jokaisella seksuaalikasvatukseen osallistuvalla henkilöllä tulee olla todellinen mahdollisuus päättää, ottaako osaa osallistaviin harjoituksiin vaiko ei.

Seksuaalikasvatuksen tulee huomioida osallistujat kokonaisvaltaisesti yksilönä unohtamatta jokaisen ainutkertaista elämäntilannetta.

Jokaisen seksuaalikasvatustuokion tulee huomioida osallistujien toiveet, erityisvaateet ja -tarpeet, elämäntilanteiden erilaisuus sekä yksilö- että ryhmätasolla.

Oikeus yksityisyyteen

Jokaisella seksuaalikasvatukseen osallistuvalla henkilöllä on oikeus yksityisyyteen. Seksuaalikasvattajan vastuulla on huolehtia tilanteen turvallisuudesta ja osallistujien mahdollisuudesta pitää kiinni omista rajoistaan sekä säädellä sitä, miten paljon osallistujat itsestään kertovat. Ammatillisesti ja eettisesti toimiva seksuaalikasvattaja ei kerro liian intiimejä asioita itsestään ja huolehtii myös osallistujien integriteetistä.

Stereotyyppien ja myyttien kyseenalaistaminen

Seksuaalikasvatuksen tehtävänä on haastaa ja kyseenalaistaa seksuaalisuuteen ja sukupuoliin liittyvät myytit ja stereotyypit. Uskomusten ja olettamien tilalle seksuaalikasvatus tarjoaa tutkimukseen perustuvia faktoja.

Jokainen ihminen on ainutkertainen yksilö

Jokainen seksuaalikasvatukseen osallistuva henkilö on ainutkertainen seksuaalinen olento. Ammatillinen seksuaalikasvatus kunnioittaa jokaisen osallistujan erilaisuutta, kokemuksia ja tarpeita sallien jokaisen olla totta omassa seksuaalisuudessaan.

Mahdollisuus ja lupa olla oma itsensä ilman pelkoa väkivallasta, hylätyksi tulemisesta tai syrjinnästä

Jokaisella seksuaalikasvatukseen osallistuvalla on oikeus tuntea itsensä arvokkaaksi. Seksuaalikasvattajan vastuulla on huolehtia siitä, että tuokioissa jokaista osallistujaa kohdellaan kunnioittaen muiden osallistujien mutta myös seksuaalikasvattajan itsensä toimesta.

Seksuaalikasvattajan on ylläpidettävä taitojaan, seurattava seksuaalisuuteen liittyvää keskustelua ja tutkimusta sekä huolehdittava työhyvinvoinnistaan

Seksuaalikasvattajan tulee pitää huolta ammattitaidostaan, työhyvinvoinnistaan, turvallisuudesta ja siitä, että hänellä on käytössään ajantasaisin tieto. Seksuaalikasvattajan tulee noudattaa eettisiä ohjeita.

Tuokiot on luonut Susanna Ruuhilahti, joka on seksuaaliterveyden asiantuntija (Authorized Sexuality Educator and Sexual Health Promoter, NACS), kättilö ja logo-terapeutti (LIF). Ruuhilahti on kirjoittanut kirjoja ja artikkeleita seksuaalisuuteen liittyvistä asioista sekä luonut koulutuskokonaisuuksia seksuaalikasvattajille (0,5–10 op). Hän tarjoaa myös yksilö- ja ryhmätutukea erityisesti ihmisille, jotka haluavat käsitellä seksuaalisen väkivallan tai lähisuhdeväkivallan kokemuksiaan.

Mikäli haluat keskustella, kommentoida tai ehdottaa muutoksia materiaaliin, lähetä sähköpostia: susanna.ruuhilahti@rfsu.fi

TUOKIO 1 (2 x 45–60 min.)

SEKSUAALISUUS

Tuokiossa herätetään osallistujia pohtimaan, mitä seksuaalisuus oikeastaan on sekä mihin kaikkeen seksuaalisuus ihmisen elämässä liittyy ja kuuluu. Tuokioissa seksuaalisuus nähdään laajana asia. Asiaa tarkastellaan henkilökohtaisesta ja yleisestä näkökulmasta. Tuokio pohjustaa tulevia tuokioita. Se tukee myös yhteistyötaitojen opettelua sekä harjoittaa hyviä vuorovaikutustaitoja.

AVAINSANAT

terveyden osa-alueet

seksuaalisuus

arvot

seksuaalisuuden rakennuspalikoita

HARJOITEET 1/2

SÄÄNTÖJEN LUOMINEN



Pyydä osallistujia miettimään pienissä ryhmissä kolme asiaa, jotka edistävät ja mahdollistavat seksuaalikasvatustuokioiden turvallisuutta ja oppimisen mahdollisuutta. Millaiset asiat ovat tärkeitä huomioida? Anna ryhmille muutama minuutti aikaa päättää. Pyydä kutakin ryhmää kertomaan näkökulmansa. Muodostakaa näistä yhteiset säännöt ryhmällemme. Kirjaa asiat ylös ja täydennä tarvittaessa. Kunkin ryhmän ajatuksen jälkeen tiedustele, onko joku joka ei halua sitoutua noudattamaan sääntöä. Tee ryhmälle kirjatut säännöt, joita jokainen on sitoutunut noudattamaan.

Kirjaa säännöt ylös ja jaa ne opiskelijoille. Mikäli aikaa jää, miettikää, miksi sääntöjä tarvitaan ja miksi niiden noudattaminen on tärkeää.

SEKSUAALISUUS?

Pyydä osallistujia kirjoittamaan paperilapuille kolme asiaa, joita heille tulee sanasta seksuaalisuus mieleen. Muistuta, että kaikki sanat ovat oikein. Sana voi olla tunne, seksuaalisuuteen liittyvä asia, ajatus tai jokin fakta.

Jaa osallistujat pareiksi tai pienryhmiksi.

Pyydä osallistujia kertomaan ryhmälleen / parilleen, millaisia asioita he ovat kirjanneet ylös. Kun asiat on käyty läpi, ryhmän / parin tulisi päättää, mitkä kolme asiaa he esittelevät koko porukalle.

Käykää kunkin parin / ryhmän kolme asiaa läpi.

Kirjaa asiat fläppi-, liitu-, tai valkotaululle ylös.

Komentoi kirjaamiasi asioita. Esitä osallistujille niistä kysymyksiä tai täydennä omilla ajatuksillasi.

SEKSUAALISUUS ON KIEHTOVAA

Anna osallistujille luettavaksi liitteen 1 ([tuokio 1, liite 1](#)) teksti. Voit tulostaa sen kaikille tai ohjata osallistujat lukemaan tekstin tietokoneelta, tabletilta tai puhelimelta oheisesta linkistä.

Kehota opiskelijoita kirjoittamaan tekstistä viisi tärkeintä asiaa itselleen ylös.

Käykää yhdessä keskustelua siitä, millaisia ajatuksia teksti ja omat muistiinpanot seksuaalisuudesta herättivät.

Voit myös kerätä muistilistat ja koostaa niistä kaikille yhteisen listan, jossa osallistujien useimmin toistuvat ajatukset ovat koostetusti näkyvillä ja palattavissa.

Pieni tauko, 5 min

HARJOITEET 2/2

OTA KUVA SEKSUAALISUUDESTA



Aseta kuvakortit [\(tuokio 1, liite 2\)](#) ryhmäläisten nähtäville jo ennen tuokion alkua, mikäli mahdollista. Levitä kuvia pöydille tai lattialle ja aseta tuolit ympyrään tai siten, että kasvajat ovat 3–4 hengen ryhmissä pöytien äärellä. Anna jokaisen valita paikkansa itse.

Voit myös pyytää osallistujia avaamaan linkin kuvagalleriaan ja valita sieltä itselleen mieluisan kuvan toisille näytettäväksi.

Pyydä osallistujia valitsemaan kuva, joka kertoo heiden mielestään jotakin seksuaalisuudesta. Anna tuokiossa mukana oleville hetki aikaa valita sopiva kuva. Kuvan valinnan jälkeen, jokainen palaa omalle paikalleen istumaan. Aloita kertomalla kuvasta, jonka itse valitsit. Kerro, miksi kuvan otit ja millaisia ajatuksia se seksuaalisuudesta heräsi. Pyydä jokaista osallistujaa näyttämään valitsemansa kuvan ja kertomaan, millaisia ajatuksia seksuaalisuudesta se herätti. Voit tarttua jonkun sanomaan asiaan osallistujan ajatusta syventäen tai kommentoiden. Mikäli joku ei halua sanoa omaa ajatustaan, pyydä lupaa, että sinä tai joku muu ryhmäläinen saisi sanoa oman ajatuksensa kuvasta.

Kierroksen päätyttyä pyydä osallistujia kertomaan, millaisia ajatuksia kuvakierros herätti tai mikä ajatus jäi erityisesti mieleen.

Harjoituksen tavoitteena on assosoida kuvien avulla sitä, millaisia ajatuksia, mielikuvia, asenteita tai myyttejä seksuaalisuuteen ja siihen liittyviin asioihin osallistujilla kenties on. Harjoitus myös tarjoaa osallistujille mahdollisuuden kuulla, miten monenlaisia erilaisia ajatuksia sama teema ihmisissä herättää.

DIAT

Käykää läpi diasto 1 [\(tuokio 1, diat 1\)](#).

Keskustelkaa dioista.

Koittakaa miettiä jokaisen dian kohdalla, mitä sen sisältö tarkoittaa arkipäivän tilanteissa.

TUOKIO 2 (75-90 min.)

MURROSIÄN SEKUN- DÄÄRIT MUUTOKSET JA SUKUELIMET

Tuokiossa kerrataan murrosiän tuomia sekundäärejä muutoksia kehos-
sa ja sen toiminnassa. Samalla harjoitellaan tiedon hakemista internetis-
tä. Tarkoituksena on myös lähestyä sukupuolielimiä taiteen tekemisen
kautta, jotta oma keho voisi kokonaisuudessaan tuntua tutulta ja usein
sukuelimiin liittyvä nolous ja tabuluonteisuus murtua. Taiteen keinoin
voidaan lähestyä aiheita tunne- ja kokemusperäisesti, mikä avaa suku-
puolielimiin laajemman näkökulman kuin vain biologisen.

Tämä tukee osaltaan myös kasvua itsestään ja kehostaan pitäväksi nuo-
reksi. Tällainen suhde omaan kehoon avaa mahdollisuuden haastaa ja
kyseenalaistaa mahdollisia sukupuolielimiin liittyviä tabuluonteisia nä-
kökulmia sekä edistää kokemusta itsehallinnasta.

On tärkeää, että tilanne on jokaiselle osallistujalle turvallinen eikä ke-
tään kiusata taiteilun lomassa. On hyvä sallia kikattelu ja nolostelu ai-
heiden parissa. Anna osallistujille mahdollisuus olla
luovia ilman vaadetta "asiallisuudesta".

AVAINSANAT

murrosikä,
sekundäärit muutokset

sukuelimet



HARJOITEET 1/2

ETSİ ITSE TIETOA



Jaa osallistujat neljään ryhmään.

Anna kullekin ryhmälle tehtäväksi koota 10 asian lista murrosiän sekundääreistä muutoksista, jotka liittyvät kehoon, sukuelimiin, kuukautiskiertoon ja siemensyöksyyn. Voitte hyödyntää esimerkiksi Väestöliiton murrosiän kasvusta ja kehityksestä kertovia sivuja. Ohjaa osallistujat etsimään tietoa ja koostamaan 10 asian listansa yhteistyössä ryhmäläisten kanssa:

<https://www.vaestoliitto.fi/nuoret/murrosika/murrosian-kasvu-ja-kehitys/> (2 ryhmää)

<https://www.vaestoliitto.fi/nuoret/murrosika/tyton-keho/> (2 ryhmää: 1: sukuelimet ja rinnat 2: kuukautiskiertoon liittyvät asiat)

<https://www.vaestoliitto.fi/nuoret/murrosika/pojan-keho/> (1 ryhmä)

Kun koosteet on tehty, kukin ryhmä opettaa vuorollaan muille nämä tärkeät asiat. Täydennä tarvittaessa osallistujien listauksia. Korjaa tai täsmennä muistilistojen asioita tarvittaessa.

Pieni tauko, 5 min

HARJOITEET 2/2

TAIDEPAJA PIMPEISTÄ JA PIPPELEISTÄ



Näytä piirroskuvat sukuelimistä ([tuokio 2, liite 1](#)).

Työpajaa varten tarvitset:

paperia, jolle työ tehdään tai luonnossa esimerkiksi hiekkarannan erilaisia värejä (tussit, puuvärit, sormivärit)
erilaisia revittäviä papereita, glitteriä, naruja ynnä muuta sellaisia luonnosta saatavia materiaaleja
liimaa

Anna oppilaille isot paperit, joille työt tehdään.

Pyydä heitä tekemään paperille taideteokset pimpistä ja pippelistä hyödyntämällä materiaaleja, joita olet kerännyt osallistujia varten.

Teokset saavat olla anatomisesti oikein tai taiteilijan mielikuvituksen mukaisia.

Jos teette teoksia luonnossa, muistakaa kohdella luontoa kunnioittaen ja vain maasta löydettyjä luonnontuotteita hyödyntäen.

Kun työt ovat valmiit, katselkaa taideteokset lävitse ja keskustelkaa, miltä työtä tuntui tehdä ja millaisia ajatuksia tunti kokonaisuudessaan oppilaissa herätti.

Anna tilaa tunteille ja ajatuksille. Miettikää, oliko taideteoksen tekeminen helppoa vai vaikeaa, miltä teosta tuntui tehdä ja millaisia ajatuksia sukupuolielinten käsittely kaikkienensa herätti.





TUOKIO 3 (75+45 min)

MINÄ JA MUN TUNTEET

Tunteiden hallinta sekä kyky nimetä omia tunteitaan ja tuntemuksiaan on tärkeää. Kun tuntee itseään ja omia reaktioitaan, on helpompi tietää, mitä tarvitsee voidakseen hyvin. Ymmärtäessään omia tunteitaan, voi myös ymmärtää paremmin toisten käyttäytymistä ja tunteita. Itsetuntemuksen vahvistamiseen tarvitsemme toisia ihmisiä sekä mahdollisuuksia keskustella ja pohtia asioista. Kun kuulee muiden ajatuksia, voi oppia itsestään ja muista lisää. Tällöin syntyy myös mahdollisuus löytää itselle sopivia, uusiakin, toimintatapoja ja ajatuksia sitä, millaiseksi tahtoo tulla.

Tuokion tavoitteena on käsitellä tunteita ja antaa oppilaille mahdollisuus pohtia tunteita yhdessä sekä vahvistaa itsetuntemusta ja positiivista minäkuva.

AVAINSANAT

tunnetaidot
ryhmätyötaidot
itsetuntemus
minäkuva
tunteiden hallinta

tunteiden nimeäminen ja tunnistaminen

Kuka olen? Kuka haluaisin olla?

TUOKIO 3 A, 75 MINUUTTIA

HARJOITEET 1/2 TUNTEITA KUVINA



Tulosta kuvakortit ([tuokio 1, liite 2](#)).

Levitä tai levittäkää osallistujien kanssa kuvat lattialle tai pöydälle siten, että kaikki kuvat ovat näkyvillä.

Ohjeista osallistujat valitsemaan kuva kunkin tehtäväksiannon mukaisesti.

Kuvan saa valita millä perusteella vain, vaikka värin tai kuvan osan mukaan. Vääriä valintoja ei ole.

Pyydä osallistujia valitsemaan kuvat nopeasti.

Kun kuvat on valittu, kukin esittää kuvansa vuorollaan ja kertoo, miksi valitsi kyseisen kuvan.

HUOM!

Kaikkia kysymyksiä ei tarvitse käydä kerralla läpi, vaan niihin voidaan etsiä vastauksia muiden tuntien alussa tai lopussa.

- Valitse kuva, joka kertoo olostasi juuri nyt.
- Valitse kuva, joka on iloinen.
- Valitse kuva, jossa haluaisit olla mukana.
- Kerro, mitä kuvan ottamisen jälkeen tapahtuu.
- Kuvittele olevasi kuvan ottaja.
- Valitse kuva, joka on jostain syystä pelottava.
- Valitse kuva, joka on turvallinen.
- Valitse kuva, joka kertoo rakastumisesta.
- Valitse kuva, joka kertoo sydänsuruista.
- Valitse kuva, joka kertoo yksinäisyydestä.

KIRJE MINULLE

Anna kullekin osallistujalle paperi ja kirjekuori.

Pyydä osallistujia kirjoittamaan kirje itselleen vuoden päähän tai siihen hetkeen asti, jolloin tapaamisenne päättyvät.

Kehota heitä kirjoittamaan kirjeeseen, millaiset asiat heistä ovat tärkeitä, mistä he haaveilevat, miten he toivovat elämän sujuvan, mitä he toivovat vapaa-ajaltaan ja millaista elämää he haluaisivat elää, kun he ovat 30-vuotiaita.

Kun kirjeet on kirjoitettu, pyydä oppilaita sulkemaan ne kirjekuoriin, joiden päälle he kirjoittavat nimensä. Kerro, että avaatte kirjeet tapaamisenne viimeisellä kerralla, vuoden päästä tai muuna sopivana päivänä lukeaksenne kirjeet.

Jokainen lukee oman kirjeensä, eikä sitä näytetä muille.

Kirjeiden kirjoittamisen jälkeen keskustelkaa siitä, miltä kirjettä tuntui kirjoittaa ja miettikää, mitähän kukin ajattelee kirjeestään sovitun ajan päästä.

Kun avaatte kirjeet ja luette ne, pohtikaa tuolloin, miltä kirjettä tuntui lukea ja miltä aikaisemmin kirjoitetut unelmat ja haaveet sekä toiveet vaikuttavat nykyisyydessä.

Pieni tauko, 5 min

HARJOITEET 2/2 TUNTEITA JA TUNNELMIA



Jaa kullekin osallistujalle 7 pientä paperilappua (A6) ja värikyniä kaikille.

Pyydä osallistujia pohtimaan kutakin tunnetta yksi kerrallaan, jonka sanot ääneen ohjeistuksen antamisen jälkeen. Pyydä heitä kirjoittamaan tunnesana sitä kuvaavalla värillä paperille.

Pyydä sitten kirjoittamaan kyseiselle paperille, miltä tunne näyttää, miltä se tuoksuu, haisee, miltä se kuulostaa ja miltä se maistuu.

Tunteet:

- | | | | |
|-----------|-------------|----------|------------|
| 1. ILO | 2. RAKKAUS | 3. SURU | 4. VÄSYMYS |
| 5. KIUKKU | 6. PETTYMYS | 7. PELKO | |

Jaa osallitujat tehtävän tekemisen jälkeen pieniin ryhmiin, pareiksi tai keskustelkaa asioista kaikki yhdessä, mikäli ryhmän koko on pieni. Anna ryhmille / pareille hetki aikaa keskustella ja vertailla omia lappujaan. Pyydä heitä kokoamaan 3-4 asiaa, jotka olivat heidän tunnelappujaan yhdistäviä ja erottavia asioita.

Käykää kaikki yhdessä läpi pienryhmien ajatukset. Keskustelkaa, miltä tuntui tehdä tehtävää.

VOIMABIISI

Anna jokaiselle osallistujalle paperilappu ja kynät.

Pyydä osallistujia valitsemaan biisi, joka saa heidät hyvälle tuulelle.

Pyydä jokaista kirjoittamaan biisin nimi ja esittäjä ylös paperilapulle, ja taittakaa laput kaksin kerroin.

Kerää laput ja valitse niistä kolme.

Laita kappale kerrallaan soimaan. Kuunnelkaa ensimmäinen kappale. Pyydä jokaista osallistujaa kappaleen kuuntelun jälkeen kertomaan, miltä biisiä tuntui kuunnella.

Kuunnelkaa seuraava kappale. Anna jokaiselle ennen kappaleen kuuntelun aloittamista paperi. Kehota osallistujia kirjoittamaan biisin ajan tajunnanvirtaa paperille eli kirjoittamaan mitä ikinä mieleen tulee. Olennaista on, että kirjoittaa koko ajan ja jos ei meinaa keksiä kirjoitettavaa, toistaa mitä tahansa sanaa kirjoittamalla sen uudestaan ja uudestaan.

Kun kappale on päättynyt, pyydä osallistujia ympäröimään tekstistään 3 sanaa. Pyydä kutakin lukemaan nämä sanat ääneen. Miettikää, miten ääneen sanonut sanat liittyvät hyvinvointiin ja iloisuuteen.

Kuunnelkaa viimeinen kappale. Kysy kuuntelun jälkeen, mistä kappale kuuntelijoiden mielestä kertoo. Ei ole olemassa oikeita tai vääriä vastauksia, sillä jokainen saa kuulla kappaleet oman elämänsä ja oman mielikuvituksensa kautta. Se on musiikin taika.

Keskustelkaa lopuksi, miten epävarmuudelle kävisi, jos nämä kolme kappaletta kuuntelisi epävarmuutta tuntiessaan.

Kuunnelkaa loput kappaleet myöhemmin. Toistakaa samat tehtävät. Voit myös antaa osallistujien piirtää mieleen tulevia kuvioita ja kuvia kappaleiden soidessa. Keskustelkaa kuvista ja siitä, mitä niihin syntyi.

TUOKIO 3 B, 45 MINUUTTIA

Minuuden pohtiminen, omien mielipiteiden tai ajatusten ääneen sanominen ei aina ole helppoa. Myöskään omien rajojen asettaminen ei aina ole helppoa vaan vaatii paljon rohkeutta ja itseluottamusta. Tuokiossa tarkastellaan omia vahvuuksia ja rohkeutta.

Tuokion tavoitteena on mahdollistaa omien ajatusten tutkailua, tarjota tilaa pohtia millainen on tai millaisena itseään pitää. Tavoitteena on myös mahdollistaa keskustelua rohkeudesta ja tukea ottamaan kantaa itseään koskeviin asioihin sekä harjoitella keskustelutaitoja

HARJOITEET 1/1

MINÄ ITSE



HUOM!

Kerro osallistujille, että harjoitus on henkilökohtainen eikä sitä tarvitse jakaa kenenkään toisen kanssa. Pyydä kaikkia keskittymään omaan tekemiseensä ja antamaan työrauhan muille.

Anna jokaiselle paperi ja kynä.

Kerro, että jokainen meistä on ainutkertainen eikä toista samanlaista ole. Jokaisella meistä on paljon hyviä ominaisuuksia, joista kannattaa iloita ja olla ylpeä. On tärkeää pitää itsestään ja nähdä oma sekä toisten elämä arvokkaana.

Kerro, että joskus voi tuntua vaikealta nähdä mitään hyvää itsessä tai ei ehkä kehtaa sanoa itsestään hyviä asioita. Silti asiaan pysähtyminen on tärkeää ja on hyvä löytää asioita, joista itsessään pitää. Nämä asiat voivat muuntua päivästä toiseen: siksi ryhdytte vastaamaan kysymyksiin jokainen itsekseen.

Pyydä osallistujia kirjoittamaan nopeita vastauksia kysymyksiisi:

- Mitkä kolme asiaa ovat sinussa parasta? Ominaisuus voi liittyä ulkoiseen ominaisuuteesi tai persoonallisuuden piirteisiisi.
- Mistä olet ylpeä? Voit kirjoittaa asian, jonka joku on sanonut, olet tehnyt vai onko se jokin persoonallisuuden piirteesi?
- Mikä on vaikein tai haastavin asia, jonka olet tehnyt ja josta olet selvinnyt?
- Mikä on parasta kehossasi? Mikä on kaunein kohta sinussa?
- Kuvaile itseäsi kolmella positiivisella sanalla.

Pyydä kirjoitustehtävän jälkeen osallistujia kertomaan, miltä tehtävän tekeminen tuntui. Oliko se helppoa vai vaikeaa? Miksi?

Pohtikaa yhdessä, miksi omasta itsestään saattaa olla vaikeaa kertoa hyviä ominaisuuksia.

Mitä tapahtuu, jos ihminen näkee itsestään vain negatiivisia puolia tai kritisoi itseään kaiken aikaa?

ROHKEUS

OHJAAJALLE VINKIKSI

Tehtävässä olennaista on, etteivät osallistujat mieli ennalta, mitä muovailevat, vaan kannusta heitä antamaan käsiensä tehdä. Kyseessä voi olla oikea eläin tai eläimien sekoitus tai miehikuviolosio.

Hanki savea tehtävän tekemistä varten. Työstä savea siten, että voit antaa jokaiselle osallistujalle suunnilleen samankokoisen palan savea.

Istukaa rinkiin hetkeksi, mikäli mahdollista.

Anna oppilaille pala savea.

Pyydä heitä tekemään palasta pallo.

Kun pallot ovat valmiita, pyydä osallistujia antamaan pallonsa vasemmalle ja ottamaan uuden pallon oikealta.

Kehota osallistujia tunnustelemaan palloa ja vertaamaan sen tuntumaa omaansa.

Palauttakaa pallot oikealle, eli jokainen saa oman pallonsa takaisin. Pyydä pallottelemaan omaa savipalloa hetken aikaa ja miettimään, miten se eroaa toisen pallosta, joka juuri oli kädessä.

Antakaa pallot oikealle ja ottakaa pallo vastaan vasemmalta. Miettikää, miltä uusi pallo tuntuu.

Palauttakaa omat pallot paikoilleen.

Keskustelkaa, millaisilta pallot tuntuivat ja miten kolme palloa erosi toisistaan. Miettikää, miten kokemusta voisi yleistää seksuaalisuuteen ja jokaiseen ihmiseen.

Tämän jälkeen alkaa yksilötyö. Pyydä jokaista muovaamaan pallosta vartaloa. Kerro, ettei heidän tarvitse tietää, mikä työstä on tulossa. Pyydä heitä ajattelemaan vain, että lopulta työ näyttää rohkeudelta. Työ on siis tarkoitus tehdä yhdestä palasta, eikä sitä ole tarkoitus palastella.

Vartalon tullessa valmiiksi, pyydä oppilaita muovaamaan vartalosta rohkeudelle päätä.

Pään jälkeen vuorossa on takapää ja lopuksi jalat.

Anna osallistujien viimeistellä hahmo valmiiksi.

Kukin kertoo vuorollaan, miltä oma eläin tai olio näyttää rohkeutta ajatellen. Miksi työ voisi olla voimahahmo?

Antakaa töiden kuivua ja maalatkaa ne seuraavalla tapaamisella tavalla, joka kertoo omasta hyvästä ja tärkeästä voimasta, joka meissä jokaisessa on sisällä eli rohkeudesta.



TUOKIO 4 (60 – 90 min.)

KIMPASSA

Tuokiossa pohditaan ihastumista, rakastumista ja seurustelua. Ihastuminen ja kimpassa olo tarjoavat monesti iloa ja onnea hetken. Arkistuessaan ihmissuhteet vaativat työtä, ja rakkauteen kuuluu monenlaisia tunteita, joista kaikki eivät ole helppoja kohdata ja tuntea. Tuokiossa pohditaan asioita, joita seurusteluun kuuluu. Seurusteluväkivalta nostetaan esille. Tuokiossa harjoitellaan kommunikaatiotaitoja ja toisen ihmisen huomiointia empaattisesti itseä unohtamatta.

AVAINSANAT

seurustelu

kunnioitus

vastavuoroisuus

väkivallattomuus

moninaiset tunteet

pettymys, ero, selviäminen

HARJOITEET 1/2

MITÄ ON RAKKAUS?



Kysy osallistujilta, millaisia kaikenlaisia tunteita rakkauteen mahtuu. Korosta, että nyt kyseessä on rakkauden monet muodot (rakkaus vanhempiin, luontoon, maailmaan, läheisiin, ystäviin, romanttinen rakkaus jne.).

Kirjaa sanotut tunteet liitu-, valko- tai fläppitaululle näkyviin. Jos osallistujien on vaikea keksiä tunteita, nosta erilaisia arkisia hetkiä esille, kuten: "Vanhempi asettaa rajan kieltämällä pääsysi jonnekin; Joku kertoo tykkäävänsä sinusta, ja tykkäät sanojasta / et tykkää; Saat tehdä itsellesi rakasta asiaa"; ja niin edelleen.

Muistuta osallistujia siitä, että tunteita saa tuntea, mutta niiden varjolla ei saa toimia, miten haluaa. Jokainen on vastuussa käytöksestään.

Pohtikaa hetki, miten keksimänne tunteet sopivat romanttiseen rakkauteen: ihastumiseen, rakastumiseen ja yhdessä olemiseen. Muistuta osallistujia siitä, että tässä tuokiassa pysähtytään pohtimaan kimpassa oloa ja romanttista rakkautta.

Keskustelkaa seuraavasta sanonnasta: "tosi rakkaus odottaa".

Pohtikaa, mitä se tosi rakkaus oikeastaan odottaa ja mitä on tosi rakkaus.

Minkä ikäisenä voi rakastaa ja mistä tietää onko rakastunut ihan oikeasti toiseen ihmiseen?

"Tosi rakkaus odottaa" -kampanja viittaa siihen, että seksiä pitäisi harrastaa vasta avioliitossa. Onko tällainen rakkaus takuulla tosi rakkautta? Kuuluuko tosi rakkauteen seksi? Perustelkaa ajatustanne.

RAKKAUDEN MONET KASVOT – DIASTO (TUOKIO 4, DIASTO 1)

Jaa osallistujat pareiksi tai pieniin ryhmiin.

Käykää diasto läpi ([tuokio 4, diast 1](#)) ja keskustelkaa diojen sisältöjen pohjalta rakkaudesta, seukkaamisesta ja ihastuksista. Anna parien / pienryhmien pohtia kysymyksiin vastauksia hetki, ja käykää sitten ryhmien ajatukset yhdessä läpi.

SEURUSTELUN PELISÄÄNNÖT

Harjoitukset jatkuvat ryhmissä tai pareittain. Pyydä ryhmiä miettiämään, millaisista asioista tulisi sopia ja keskustella kumppanin kanssa, kun aletaan olemaan yhdessä (eli ollaan kimpassa ja seukataan).

Kerätkää asiat fläppi-, valko-, tai liitutaululle. Täydennä listaa tarvittaessa.

Miettikää, miksi asioista olisi tärkeää sopia ja mitä hyötyä hyvistä keskustelutaidoista on seurustellessa. Miettikää, millaisista asioista voisi suhteessa tulla erimielisyyttä ja miten erimielisyydet pitäisi hoitaa.

Anna ryhmille kyniä, sakset, liimaa, eri värisiä papereita, kartonkia, tarroja, lehtiä leikattavaksi tai muuta sellaista materiaalia, joilla koristella kartongille tehtävän julistus.

Pyydä tämän jälkeen ryhmiä luomaan parisuhdesäännöt eli säännöt seukkaamiseen. Tarkoituksena on tehdä näistä julistus, joka kiinnitetään tilan seinille näkyville, mikäli mahdollista.

Pyydä ryhmiä miettimään, millaiset asiat tekevät suhteesta hyvän, edistävät kummankin osapuolen oikeutta olla omanlaisensa ja kirjoittamaan nämä kartongille isoin kirjaimin.

Esitellä lopuksi työnne kaikille. Millaisia eroja töistä löytyy? Millaisia yhtäläisyyksiä?

Voit myös esitellä diaston ([tuokio 4, diat 2](#)) seurustelun pelisäännöt. Nämä säännöt ovat tehneet toisen asteen opiskelijat. Millaisia ajatuksia nämä säännöt herättävät?

PARISUHTEEN PELISÄÄNNÖT

- 1) Kunnioita toista ihmisistä. Muista, että sinuun luotetaan ja sinut koetaan turvalliseksi.
- 2) Sopikaa yhdessä, mitä teidän seurusteluunne kuuluu ja ei kuulu.
Älä oleta toisen puolesta.
- 3) Muista, että kumppanisi ei lue ajatuksiasi tai välttämättä tiedosta tunteitasi
- kerro niistä ääneen.
- 4) Ole rehellinen.
- 5) Kunnioita toisen yksityisyyttä.
- 6) Älä juoruile kumppanisi asioista - edes suhteen päättymisen jälkeen.
- 7) Muista vapauden lisäksi myös vastuu.
- 8) Kysy, jos koet olosi epävarmaksi - älä luule toisen puolesta mitään.
- 9) Väkivalta on kaikissa muodoissaan väärin.
- 10) Älä painosta tai pakota itseäsi tai kumppaniasi mihinkään.
- 11) Jos rakkaus loppuu tai jostain syystä haluat päättää seurustelun, kerro se toiselle.
- 11) Älä kosta toiselle suhteen päättymistä: älä kiusaa tai häiriköi.



TUOKIO 5

MEDIA JA SEKSUAALISUUS

Medialla on melkoisen suuri vaikutus käsityksiimme seksuaalisuudesta. Kyse ei kuitenkaan ole vain mainoksista, vaan ajatuksiamme muokkaavat myös erilaiset uutisoinnit, artikkelit, elokuvat, musiikki, musiikkivideot ja niin edelleen. Nämä kuvaavat aikaamme sekä vahvistavat normatiivisia ja stereotyyppisiä käsityksiämme. Media on myös väylä, jonka avulla voidaan kyseenalaistaa normatiivista ajatuksia, esille tuottuja asioita sekä haastaa virheellisiä tai vanhentuneita käsityksiämme. Median avulla voimme oppia uusia asioita ja ymmärtää maailmaa useammista näkökulmista käsin.

Mainonnassa hyödynnetään stereotyyppisiä ajatuksiamme sukupuolista, ajatuksiamme siitä, mikä on seksikästä, kaunista, arvokasta ja tärkeää. Me kasvamme, elämme ja opimme asioista mediasta. Media mahdollistaa monenlaisia kohtaamisia, ja sosiaalisen median myötä voimme kommunikoida entistä useammilla tavoilla ja mitä erilaisimpien ihmisten kanssa. Nämä tapaamiset ihmisten kanssa edellyttävät yhteisesti sovitun pelisääntöjä sekä hyviä tunne- ja vuorovaikutustaitoja. Tuntien tarkoituksena on tarjota tietoa sekä haastaa oppilaat katsomaan mediaa ja siihen kytkeytyvää kulttuuria moninaisista näkökulmista. Erityisesti tuokiot keskittyvät tarkastelemaan seksuaalisuutta mediassa.

AVAINSANAT

media

sukupuolistereotypiat

kauneusihanteet

mainonta ja seksuaalisuus

ikärajat elokuvissa,
peleissä ja TV-ohjelmissa

Aiheeseen voit syventyä ja saada lisävinkkejä tuokioiden ohjaamiseen:

<http://mediakasvatus.fi/wp-content/uploads/2018/06/Median-seksisisallot-ja-mediakasvatus.pdf>

<https://kavi.fi/fi/meku/julkaisut/mediakasvatusta-kotikasvatuksen-tueksi> (suomi ja ruotsi)

https://s3-eu-west-1.amazonaws.com/mlfi/prod/2017/06/26182200/Lapsi_ ja_netin_pornografia7.pdf

HARJOITEET 1/2

MAINOKSIA



Pyydä osallistujia tuomaan tunnille mainoksia, joita he ovat nähneet lehdissä, internetissä ja TV:ssä (TV-mainoksia saattaa löytyä Youtubeen tallennettuina.)

Mainoksissa tulisi olla joko kauneusihanteilla, seksillä, seksikkäillä mielikuvilla myytäviä tuotteita tai sukupuolistereotyyppisiä vahvistavia tai ilmentäviä kuvia.

Etsi myös itse esimerkiksi Youtubesta mainoksia etukäteen osallistujien pohdittavaksi.

Jaa osallistujat pienryhmiin. Anna kullekin ryhmälle muutama Youtube-mainos ja aikakauslehti tutkittavaksi. Pyydä heitä miettimään muutaman minuutin ajan ryhmässä seuraavia asioita:

- Kenelle mainos/lehti on suunnattu ja miksi?
- Millaisia tunteita mainos/lehti haluaa herättää katsojassa?
- Mitä mainoksella myydään?
- Millaisina mainoksen ihmiset/aikakauslehden sivuilla esiintyvät ihmiset esitetään?
- Miten seksuaalisuus tai sukupuoli näyttäytyy mainoksissa?
- Mitä yhteistä mainosten ihmisillä on? Millaisia ihmisiä kuvat kuvastavat?
- Millaisia mielikuvia seksikkyydestä tai ihmissuhteista kuvastot luovat?

Kun ryhmät ovat keskustelleet muutaman minuutin mainoksista tai kuvista lehdissä, keskustelkaa yhdessä, millaisia ajatuksia pienryhmissä syntyi. Täydennä heidän ajatuksiaan omillasi.

Keskustelkaa yhdessä siitä, millaiset asiat tai ihmiset jäivät kuvastojen ulkopuolelle ja miksi. Mitä mainokset jättävät kertomatta tai mitä kuvista puuttui? Miettikää, miksi tietynlaisia ihmisiä tai asioita jätetään pois? Millaisiin asioihin mainokset vaikuttavat?

ELOKUVAT, SOSIAALINEN MEDIA JA IKÄRAJAT

Harjoitukseen tarvitaan internetyhteyttä. Voit esimerkiksi antaa osallistujien hyödyntää älypuhelimiaan tehtävässä.

Jaa osallistujat kolmen–neljän hengen ryhmiin.

Pyydä osallistujia etsimään elokuvaan, TV-ohjelmiin ja peleihin liittyvät ikäraajat pienissä ryhmissä. Pyydä osallistujia miettimään, miksi ikärajoja asetetaan ja miksi niiden noudattaminen on tärkeää. Kehota heitä miettimään, onko järkevää, että väkivalta on sallittua katsottavaa nuoremmalle kuin seksi. Mistä tämä ajatus johtuu ja miksi tällainen sääntö on luotu?

Anna ryhmille tehtäväksi ottaa myös selvää, millaisia ovat erilaisten sosiaalisten medioiden ikäraajat (Facebook, Snapchat, Instagram, Youtube, Whatsapp). Miettikää, miksi ikäraajat on asetettu ja miksi niitä pitäisi noudattaa.

Ikäraajat elokuvaan löytyvät:

https://kavi.fi/sites/default/files/documents/esite_web.pdf

Pyydä tämän jälkeen osallistujia selvittämään heidän suosikkiohjelmiensa ja elokuviansa ikäraajat. Pohtikaa yhdessä, miksi ohjelmien ikäraajat ovat sellaisia kuin ne ovat kyseisten ohjelmien osalta.

Pieni tauko, 5 min

HARJOITEET 2/2

LAPSI JA NETIN PORNOGRAFIA – TIETOISKU JA KESKUSTELUA

HUOM!

Tässä tuokiassa ohjaaja joutuu valmistelemaan tuokiota ennakkoon. Tee osallistujia varten diasto. Käytä luomiseen tätä materiaalia:

https://s3-eu-west-1.amazonaws.com/mlfi/prod/2017/06/26182200/Lapsi_ja_netin_pornografia7.pdf

Luo oheisen linkin avulla itsellesi ohjaustuokiota varten diasto ennen tuokion aloitusta. Tee diastosta sellainen, että voit käsitellä oppilaitesi kanssa sen avulla pornografiaan liittyviä asioita.

Keskustelkaa oppilaiden kanssa materiaalin kysymysten avulla aiheesta. Valitse sopivia kysymyksiä ryhmääsi ajatellen.

LUODAAN SÄÄNTÖJÄ

Pyydä oppilaita keksimään pienryhmissä ohjeet, miten toimia, jos kohtaa netissä jotakin ikävää, pelottavaa, hämmentävää tai ilkeää. Miten toimia, jos törmää pornoon tai seksikuvastoon, joka jää vaivaamaan mieltä tai miten toimia, jos joku pyytää alastonkuvia, ehdottelee tapaamista tai lähettelee alastonkuvia itsestään vastoin vastaanottajan toiveita? Miten pitäisi toimia, jos joku tuttu julkaisee toisesta tutusta alastonkuvan tai seksuaaliviritteisen kuvan? Miten toimia, jos jotakuta kiusataan netissä?

Yhdistäkää ryhmien ohjeet yhteisiksi ohjeiksi.

Luokaa säännöt hyvälle somekäyttäjyymiselle kokoamalla ryhmien ajatukset ylös fläppi-, liitu- tai valkotaululle. Täydennä osallistujien ajatuksia ja ohjeita tarvittaessa tai korjaa heidän ajatuksiaan.

MUSIIKKIVIDEOIDEN NAISET JA MIEHET

Jaa oppilaat pieniin ryhmiin. Katsokaa musiikkivideot yksi kerrallaan:

Luis Fonsi - Despacito ft. Daddy Yankee

<https://www.youtube.com/watch?v=kJQP7kiw5Fk>

The Pussycat Dolls - Buttons ft. Snoop Dogg (Official Music Video):

<https://www.youtube.com/watch?v=VCLxJd1d84s>

Miettikää pienryhmissä tai pareittain vastauksia seuraaviin kysymyksiin:

Millaisia miehiä ja naisia sekä tyttöjä ja poikia videolla näkyy?

Miten videoiden miehet ja naiset ovat pukeutuneet? Onko pukeutumisessa tyylieroja?

Oliko naisilla vai miehillä paljastavimmat vaatteet?

Liikkuivatko kummatkin, sekä naiset että miehet, videolla seksikkäästi näyttääkseen hyvältä vaiko vain jompikumpi sukupuoli?

Olivatko videoiden naiset aktiivisia toimijoita vaiko passiivisia? Entä miehet?

Muistuttivatko videoiden naiset ja miehet sinun arkipäivässäsi olevia naisia ja miehiä? Mikä oli erilaista? Miksi?

Minkäköhän vuoksi naiset ja miehet esitetään usein musiikkivideoissa hyvin erilaisissa rooleissa?

Miksi seksikkyyys ja seksi ovat tärkeässä osassa tietynlaista musiikkia? Miksi seksi myy?

Kootkaa yhdessä ajatuksianne ensimmäisestä musiikkivideoista ja siirtykää seuraavaan. Osallistujat voivat myös itse etsiä näytettäväksi videoita, jossa sukupuoliroolit ovat stereotyyppisiä tai videot ovat seksikkäiden ihmisten täyttämiä.

TUOKIO 6

SEKSIN ERI MUOTOJA JA EHKÄISYSTÄ

Tavoitteena on lisätä osallistujien ajatuksia siitä, mitä seksi voisi olla ja mitä kaikkea siihen kuuluu. Kun pohditaan ja nostetaan esille erilaisia tapoja ajatella seksiä, voi osallistujan oma maailma laajeta sekä hyväksyntä toisia ihmisiä ja heidän tapojaan kohtaan kasvaa. Tämän lisäksi ennen kaikkea tarkoituksena on edistää omakohtaista pohdintaa ja omien haluamisten ja ei-haluamisten määrittelyä.

Tuokio pyrkii vaikuttamaan suotuisasti asenteisiin kondomia kohtaan ja nostaa esille, että ehkäisyä voidaan tarvita monenlaisessa seksissä eikä vain penis-emätin-yhdynnässä. Ehkäisyllä on myös maailmanlaajuinen merkitys ihmisten seksuaaliterveydelle. Tästä syystä asiaa tarkastellaan lyhyesti myös näin. Seksitaudit nostetaan esille erikseen. Tavoitteena on, että tuokion jälkeen osallistujat tietäisivät milloin ja minne hakeutua avun piiriin.

AVAINSANAT

seksi

jälkiehkäisy

ehkäisyvälineet

monenlaisia sanoja, monenlainen seksi

seksitaudit

kondomi

suuseksisuoja



HARJOITEET 1/2

SEKSISANAT



Jaa osallistujat neljään ryhmään ja anna kullekin ryhmälle paperi ja kynä. Kerro, että kyseessä on leikkimielisen kisan ensimmäinen osa. Ryhmien tehtävänä on koota kahden minuutin aikana mahdollisimman monta seksiä kuvaavaa sanaa. Jokaisesta seksisanasta saa pisteen.

Käynnistä kello ja huuda: "Sanojen kirjoitus lähtee käyntiin nyt!" Kun aika on kulunut umpeen, huuda: "Seis!"

Käykää sanat läpi ja varmista, että jokainen tietää, mitä sanat tarkoittavat. Merkitse ryhmien saamat pisteet ylös.

SANASELITYKSIÄ

Seksisanakisa jatkuu. Ryhmien tehtävänä on mahdollisimman nopeasti arvata tai kertoa, mitä sanotut sanat tarkoittavat. Sanat löydät liitteestä 1 ([tuokio 6, liite 1](#)).

Jokaisesta oikeasta vastauksesta saa kaksi pistettä. Mikäli yksikään ryhmä ei tiedä sanaa, anna vihje. Vihjeen jälkeen tietämisestä saa yhden pisteen. Merkitse pisteet ylös. Vastausvuoron saa viittaamalla.

EHKÄISYÄ JA HISTORIAA

Katsokaa oheisesta linkeistä:

"Vahinkojen estäjät", Seksi-Suomen historia, kohdasta 24.08-28.53:

<https://areena.yle.fi/1-4162503>

ja F*ck Like a Finn -video

<https://www.youtube.com/watch?v=uADzFiEp6pQ>

Pyydä ryhmiä käymään keskustelua keskenään siitä, miten maailma on muuttunut ja millaisia ajatuksia videot herättivät.

Kootkaa ajatukset koko ryhmän yhteisessä keskustelussa.

SEKSISANA-ALIAS

Tulosta liite 2 ([tuokio 6, liite 2](#)) ja leikkaa sanat irti toisistaan ohjeen mukaan.

Jaa sanat ryhmille tasan siten, että tekstipuoli on alaspäin. Kerro, että ryhmällä on viisi (5) minuuttia aikaa valmistautua sanojen selittämiseen. Selitykset tulee tehdä siten, ettei alkupeleistä sanaa tai mitään sen osaa saa mainita vaan muita sanoja käyttäen tulee yrittää saada muut ryhmät arvaamaan lapussa oleva sana.

Ryhmä saa itse päättää, kuka selittää minkäkin sanan. Jos ryhmäläisiä on riittävästi, on jokaisen selitettävä jokin sana. Mikäli ryhmässä on enemmän jäseniä kuin sanoja, voi ryhmä päättää, ketkä selittävät ja ketkä eivät. Samoin tarvittaessa ryhmän päätöksellä joku/jotkut voivat esittää useamman sanan.

Kukin ryhmä esittelee sanansa yksi kerrallaan. Aikaa kunkin sanan selittämiseen on minuutti. Ohjaaja ottaa aikaa. Jos ajan kuluessa sanaselitys arvataan oikein, saa selittäjäjoukkue kaksi (2) pistettä ja oikein arvannut joukkue yhden (1). Selittäjäjoukkueen jäsenet eivät saa osallistua arvailuun.

Voittaja saa kunniaa, huurraa-huutoja ja oikeuden valita tehtävän, jonka ryhmät tekevät pienen tauon jälkeen. Alla lueteltu seksisanat selityksineen.

HUOM!

Tässä poikkitieteellisiä ja osviitallisia ajatuksia sanojen selityksiin. Nämä eivät ole tieteellisiä tai kattavia vaan vain sanoja arkisesti avaavia.

ORGASMI

Fyysinen ja psyykinen tuntemus, joka koetaan useimmiten seksuaalisen kiihottumisen huipulla. Usein orgasmi tapahtuu, kun kehon erogeenisia alueita kuten sukuelimiä kiihötetään. Orgasmin hetkellä keho voi vavahdella tai yksilö voi kokea supistelua sukuelinten alueella. Suusta voi päästä äännähdyksiä. Siemensyöksy voi liittyä orgasmiin, mutta siemensyöksyn voi saada ilman orgasmia ja orgasmin kokea ilman siemensyöksyä. Klitoriksen koskettelu tuottaa useimmille naisille orgasmin.

Seksi ilman orgasmia voi olla hyvin nautinnollista.

KOSTUMINEN

Naisen emätin kostuu hieman syklisesti läpi vuorokauden. Kun tämä kiihottuu seksuaalisesti, on tavallista, että emättimen seinistä erittyvä erite kostuttaa emättimen. Tämän tarkoituksena on helpottaa penis-emätin-yhdynnän tapahtumista.

Nainen voi olla seksuaalisesti kiihottunut, vaikkei hänen emättimensä olisi kostunut. Samoin emätin voi kostua, vaikka ei olisi halua seksiin. Reaktio voi olla kehollinen.

Myös miehen penis ”kostuu”. Ns. touhutipat liukastavat penistä ja helpottavat esinahan liikkumista edestakaisin.

SQUIRTAAMINEN

Englannin kielestä tuleva termi naisen ejakulaatiolle. Seksuaalisen kiihottumisen yhteydessä osa naisista ejakuloi. Se, mistä tämä neste on peräisin, on vielä kysymysmerkki tutkijoiden parissa. Emättimen seinämissä on rauhasia, jotka erittävät eritettä emättimen kostumiseksi, mutta on olemassa myös tutkimusnäyttöä, että ainakin osa nesteestä voisi olla peräisin virtsarakosta. Tosin neste ei tuoksu virtsalle eikä se ole virtsan väristä. Asiasta on puhuttu jo Kama Sutrassa ja monissa afrikkalaisissa perinteissä vuosisatoja sitten. Naisten on tiedetty voivan erittää huomattava määrä nestettä sukuelimistään seksuaalisen kiihottumisen tai orgasmin aikana. Myös erilaisia seksiteknikoita, joissa naisen ejakulaation aikaansaaminen oli kumppanille kunnia-asia löytyy historiasta ja erilaisista kulttuureista.

SIEMENSYÖKSY

Siemensyöksyssä peniksen päässä olevasta virtsaputken aukosta pulpahtaa pihalle noin lusikallinen siemennestettä. Siemennesteessä on monia eri aineita siittiöiden lisäksi. Siemensyöksyn voi saada seksuaalisen kiihottumisen vuoksi, mutta myös monista muista syistä.

SEKSUAALINEN KIIHOTTUMINEN

Mieli virittää seksuaalisen mielenkiinnon ja halun ja käynnistää seksuaalisen kiihottumisen. Jokaisella ihmisellä on omanlaisensa mielikuvat, tilanteet ja ihmiset, jotka herättävät voimakkaita seksuaalisia reaktioita. Mieli saa aikaan kehossa muutoksia. Aivot ovat tässä tärkeässä asemassa.

MASTURBOINTI

Itsetyydytys, itsensä koskettelua käsin tai jollakin apuvälineellä seksuaalisen nautinnon saamiseksi ja kokemiseksi. Seksiä, jota harrastavat eri ikäiset ihmiset. Masturbointi voi olla osa kumppanusten keskinäistä seksiä tai seksihetki yksin, olipa henkilö parisuhteessa tai ei.

SEKSIFANTASIA

ovat mielen kuvia, jotka ovat eroottisia luonteeltaan ja voivat johtaa seksuaaliseen kiihottumiseen. Myös seksuaalinen kiihottuminen voi saada aikaan eroottisia kuvia mielessä, jotka lisäävät kiihottumisen määrää. Fantasiat ovat kuvitelmia ja ajatuksia, joita niiden kokija ei välttämättä halua millään tavoin kokea todellisessa arjessa vaan ne tuottavat mielihyvää mielikuvatasolla, mielen leikkinä. Osalle fantasian toteuttaminen oikeasti tuottaa valtavaa nautintoa. Jollekulle seksifantasia voi olla muisto tapahtuneista seksihetkestä, jollekin taas mielikuvitus antaa mahdollisuuden luoda vaikka millaisia tarinoita eroottisella tvistillä. Seksifantasian ei tarvitse olla siis millään tapaa realistinen.

HYVÄILYSEKSI

henkilöt hyväilevät toisiaan esimerkiksi käsin tai kumpikin itseään tai sitten toisiaan ja samalla myös molemmat itseään

SUUSEKSI

suun avulla seksuaalisen nautinnon tuottamista ja kokemista. Suuseksi käsitetään usein toisen ihmisen sukuelimien hyväilyksi suulla, mutta myös suudelmat, nuolaisut, pureminen, ja suulla toisen kehon hyväily ovat suuseksiä.

HANKAUSSEKSI - GNIDSEX

seksiä, jossa ainakin kahden ihmisen kehon eri osat hankaavat toisiaan vasten. Kumppanuksilla voi olla vaatteet päällään tai he voivat olla alastomina. Tässä seksissä kosketuksissa voivat olla esimerkiksi kaksi penistä, kaksi vulvaa, takapuoli ja toisen sukuelin tai vaikkapa rinta vasten takapuolta jne.

ANAALISEKSI

Anaaliseksi ei ole välttämättä sama asia kuin anaalilyhyntä. Anaaliseksi voidaan esimerkiksi kädellä, seksivälineellä tai peniksellä koskella peräaukon seutua. Peräaukon seutu on hyvin tuntoherkkää aluetta ja sen koskettelu tuottaa monille nautintoa. Tätä aluetta voidaan myös seksissä nuolla jne.

Anaaliseksi voidaan myös työntää pienen matkan verran sormenpäästä peräaukosta sisään. Tämä tuottaa monille suurta seksuaalista mielihyvää. Käsihygienia on tärkeä asia muistaa seksin jälkeen.

Anaaliseksi voi tarkoittaa myös anaalilyhyntää, mutta ne eivät siis välttämättä ole synonyymeja keskenään.

ANAALIYHDYNTÄ

Anaaliyhdyntä on työntään peräaukkoon esimerkiksi peniksellä tai dildolla. Anaaliyhdyntä on tärkeä käyttää liukastetta ja kondomia. Mikäli yhdyntä jatkuu emätin-penis/dildo-yhdyntänä tai suuseksinä, jossa hyväillään peräaukossa ollutta penistä/dildoa suulla, on tärkeää vaihtaa kondomi tai pestä peräaukossa ollut penis/dildo huolellisesti näiden kahden seksitavan välillä. Yksi seksin "lajeista".

PENIS-EMÄTIN-YHDYNTÄ

Penis työntyy emättimeen. Yksi seksin "lajeista". Mahdollistaa raskauden alkamisen ainakin potentiaalisesti. Näin voi käydä, mikäli siittiö hedelmöittää munasolun.

PUHELINSEKSI

Kumppanukset masturboivat tai muutoin harrastavat seksiä yhdessä toisiaan katsellen, toisilleen puhuen tai viestitellen. Seksi tapahtuu puhelimen välityksellä. Puhelinseksissä voi myös toinen osapuoli maksusta esimerkiksi puhua ja kuunnella soittajan tarpeita vastaten. Puhuja kiihottaa soittajaa luomalla eroottisia mielikuvia tämän mieleen.

BDSM

(bondage, discipline, sadism, masochism) koostuu kolmesta alakategoriasta: 1) sidontaleikit, 2) kuri/alistuminen, 3) dominointi/alistuminen ja sadismi/masokismi. Se voi siis tarkoittaa kaikkia näitä asioita tai vain yhtä näistä. Seksuaalista mielihyvää kaikille osapuolille tuottavaa toimintaa. Seksin "laji".

VOYERISMI

Tirkistelyä ja sellaisiin tilanteisiin hakeutumista, jossa voyeristi tarkkailee kohdettaan seksuaalista mielihyvää saaden, joko kohteen tietäen tai tämän tietämättä. Nämä tilanteet voivat olla myös voimakkaita mielikuvia tai fantasioita tapahtumista. Voi olla seksiä tai jopa rikos.

EKSHIBITIONISMI

Pakonomaisia mielikuvia tai pakonomaista käyttäytymistä, jossa paljastetaan omat sukuelimet tuntemattomille ihmisille yllätyksellisesti tai masturboidaan yllättäen muiden silmien edessä. Paljastaminen ja yllätys tuottavat seksuaalista nautintoa ja mielihyvää. Termi on laajentunut tarkoittamaan myös nautinnon saamista siitä, että joku katselee, kun itse harrastaa seksiä yksin, kaksin tai useamman kanssa. Voi olla seksiä tai jopa rikos.

SEKSIVÄLINE-SEKSI

Seksiä, jossa käytetään seksivälinettä, esimerkiksi dildoa, vibraattoria, seksinukkeja tms.

SEKSUAALINEN HALUTTOMUUS

Seksuaalisen halun määrä vaihtelee elämän eri vaiheissa. Jos haluttomuus ei vaivaa, ei se ole ongelma. Seksuaalinen halu tai seksuaaliset mielikuvat voivat olla vähäisiä tai puuttua kokonaan. Haluttomuus voi olla sidoksissa esimerkiksi elämäntilanteeseen, parisuhteeseen, kumppaniin, sairauksiin tai hormonaaliseen tilanteeseen.

ASEKSUAALISUUS

Henkilö, joka kokee hyvin vähän tai ei ollenkaan seksuaalista viehtymystä toista ihmistä kohtaan.

SUOJAIKÄRAJA

Lakisääteinen ikäraja, jota nuoremman henkilön ei katsota voivan antaa suostumustaan seksuaaliseen kanssakäymiseen suojaikärajan ylittäneen henkilön kanssa. Suomessa ikäraja on 16 vuotta. Kaikenlainen seksuaalinen kanssakäyminen alle 16 vuotiaan kanssa on rangaistavaa. Tietyissä tilanteissa ikäraja nousee 18 vuoteen.

Saman ikäisten ja psyykkisesti samalla tasolla olevien kumppanusten välisestä seksistä, joka on vapaaehtoista, ei yleensä rangaista. Ikäeron tai psyykkisen kehitysasteen kasvaessa, kasvaa myös rangaistavuuden todennäköisyys.

Seksuaalisen hyväksikäytön rangaistavuuteen ei vaikuta se, onko lapsi ollut myöntynäinen tekoon. Houkuttelu seksuaaliseen tekoon, seksuaalisen hyväksikäytön yritys ja seksipalveluiden ostaminen alle 18 -vuotiaalta (myös ostamisen yritys) ovat rangaistavia tekoja.

Pieni tauko, 5 min

HARJOITEET 2/2

EHKÄISYSTÄ MEILLÄ JA MUUALLA



Avaa Diasto 1 ([tuokio 6, diat 1](#)).

Käykää diat läpi tietoiskumaisesti pysähtyen miettimään vastauksia kysymyksiin. Alla muutamia ehdotuksia vastauksiin.

DIA 2

Suomalaisista 21-35-vuotiaista 42% käyttää kondomia tai kondomia sekä jotain muuta ehkäisyä seksin aikana.

MILLAISIA SELITTÄVIÄ TEKIJÖITÄ NÄILLE PROSENTTILUVULLE LÖYTYY?

OHJAAJALLE VINKKEJÄ VASTAUKSEEN:

käytössä muu ehkäisy (kuten hormonaaliset vaihtoehdot, pessaari, sterilisaatio, kierukka, sterilisaatio tai muu menetelmä), ei käytä ehkäisyä, harrastaa seksiä, johon ei tarvita kondomia, kondomia pidetään hankalana ehkäisyvälineenä, ei kehdota ehdottaa kondomin käyttöä, ei olla totuttu käyttämään kondomia

DIA 3

Suomalaisista 59% käytti kondomia harrastaessaan seksiä uuden kumppanin kanssa ensimmäisen kerran.

**MILLAISIA SELITTÄVIÄ TEKIJÖITÄ NÄILLE PROSENTTILUVULLE LÖYTYY?
MIKSI KONDOMIN KÄYTTÄMINEN JÄÄ VÄHÄLLE MYÖS UUDEN KUMPPANIN
KANSSA?**

OHJAAJALLE VINKKEJÄ VASTAUKSEEN:

kondomin ehdottaminen tuntuu nololta, ei ehdi, intohimo vie mennessään eikä ehdi ajatella mahdollisia seuraamuksia, ajattelee, ettei toisella ole seksitauteja, ei halua käyttää kondomia, ei välitä omasta tai toisen terveydestä, halu tai esimerkiksi erektio lopahtaa kondomia asettaessa, ei ole varautunut harrastamaan seksiä, niin päihäntynyt, ettei tule mieleen, käyttää jotain muuta ehkäisyä

DIA 4

MILLAISIA RISKEJÄ KONDOMIN KÄYTTÄMÄTTÖMYYDESTÄ SEURAA?

OHJAAJALLE VINKKEJÄ VASTAUKSEEN (Dia 4):

Seksitautiriski, mahdollisesti raskausriski, huoli ja hätä omasta terveydestä jälkeensä, katumus

DIA 5

TIESITKÖ?

Kondomin käyttöä ehdottavia kumppaneita pidettiin vastuullisina, kokeneina, huomaavaisina ja rakastavina (Kondomittari 2016).

Dear Condom -kampanjan mukaan kondomin käyttäminen on yleensä vahva symboli yhteiselle suostumukselle seksissä.

DIA 6

EHKÄISYFAKTA MAAILMALTA

Lähde: Seager, Joni. The Women's Atlas. 2018. Myriad Editions

DIA 7

EHKÄISYFAKTA MAAILMALTA

12 prosenttia maailman naisista, jotka ovat joko naimisissa tai elävät puolison kanssa, halusivat käyttää ehkäisyä, mutta eivät voi, koska heillä ei ole mahdollisuutta ehkäisyyn tai varaa siihen.

DIA 8

EHKÄISYFAKTA MAAILMALTA

Edelleen raskauden ehkäisy on naisen harteilla ympäri maailman. Miehiä osallistavia ehkäisymenetelmiä käytetään maailmanlaajuisesti hyvin vähän (esimerkiksi vasektomia, miehelle asetettava kondomi).

DIA 9

EHKÄISYFAKTA MAAILMALTA

Kaikkein yleisin ehkäisymenetelmä on naisille tehty sterilisaatio.

Maailmanlaajuisesti ehkäisyn käyttämättömyys on 36 prosenttia.

Niistä 64 prosentista naisesta, jotka käyttävät ehkäisyä, käyttävät ehkäisynään:

- kierukka 14 prosenttia
- ehkäisypillereitä 9 prosenttia
- pistoksia 5 prosenttia
- traditionaalisia menetelmiä kuten rytmimenetelmä, yrtit, keskeytetty yhdyntä tai pidättäytyminen seksistä 6 prosenttia
- miesten sterilisaatio 2 prosenttia
- miesten kondomi 8 prosenttia
- muut 1 prosentti

DIA 10

EHKÄISYFAKTA MAAILMALTA

Suomessa ja muissa pohjoismaissa 14–19-vuotiaista 51–75 prosenttia käyttää heteroseksuaalisissa suhteissaan niin sanottua modernia ehkäisyä (esimerkiksi kondomi tai ehkäisypillerit).

Ranskassa ja Englannissa vastaava luku on yli 75 prosenttia. Serbiassa ja Kreikassa luku on 26–50 prosenttia. Euroopassa on maita, joissa luku on 11–25 prosenttia.

DIA 11

MILLAISIA AJATUKSIA NÄMÄ LUVUT HERÄTTÄVÄT SINUSSA?

EHKÄISYÄ

Jaa osallistujat viiteen (5) ryhmään. Anna sanaselityskisan voittajaryhmän valita, minkä tehtävän osallistujat ottavat suorittaakseen.

Vaihtoehdot ovat:

- 1) kondomin oikeanlainen käyttö (penis-emätin-yhdyntä, anaaliyhdyntä, seksivälineen kanssa käytettynä)
- 2) suuseksisuoja (miten tehdään kondomista, miten käytetään, miksi käytetään)
- 3) seksitaudit (lyhyt ja tiivis kuvaus eri taudeista ja miten toimia ja mihin ottaa yhteyttä, jos epäilee seksitautia) <https://hivpoint.fi/seksitaudit/> ja <https://hivpoint.fi/hiv-ja-aids/>
- 4) jälkiehkäisy (luodaan kaavio jälkiehkäisyn käytöstä: mistä saa, milloin ottaa ja miten toimia jälkiehkäisyn ottamisen jälkeen)
- 5) muut ehkäisvälineet

Anna ryhmille 10–15 minuuttia aikaa valmistautua: anna aikaa siten, että tuokion loppuun jää 10 minuuttia viimeiseen harjoitteeseen. Ohjeista ryhmät luomaan pienet tuokiot kustakin aiheesta. Tuokiossa voi olla historiallisia faktoja, omia ajatuksia ja pohdintoja, muistoja aiemmista harjoituskerroista, vitsejä, musiikkia, kuvia tai muuta sellaista kiinnostavaa unohtamatta faktaa, jota aiheesta pyydetään. Ryhmät opettavat aiheista seuraavalla tapaamisella toisiaan. Kunkin tuokion keston tulisi olla 5–10 minuuttia.

DEAR CONDOM

Katsokaa tuokion lopuksi RFSU:n video Dear Condom oheisesta linkistä:

<https://www.dearcondom.org/content/rfsu-presents-dear-condom>

Videon katsomisen jälkeen pyydä osallistujia sanomaan sana, joka kuvaa omaa fiilistä juuri nyt.

RFSU

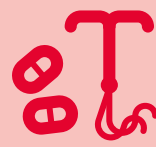
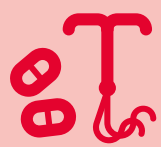
” Unelmoin siitä päivästä, jolloin kaikki lapset syntyvät toivottuina, miehet ja naiset ovat tasarvoisia ja seksuaalisuus ilmentää läheisyyttä, nautintoa ja hellyyttä.”

- Elise Ottesen-Jensen, RFSU:n perustaja

RFSU on puoluepoliittisesti, ammatillisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton aatteellinen järjestö, jonka tavoitteena on avoimen ja positiivisen ilmapiirin luominen seksiä ja parisuhdetta koskevissa kysymyksissä. RFSU:n omistamat myyntiyhtiöt RFSU AB ja Suomen RFSU Oy rahoittavat tuotteita myymällä RFSU -järjestön tekemää seksuaalikasvatustyötä eri puolilla maailmaa.

Haluamme tarjota mahdollisuuden parempaan ja terveellisempään elämään paremman seksuaaliterveyden kautta. Kondomin käytön edistäminen kuuluu yhtenä osana työhömme, sillä se suojaa sekä taudeilta että raskaudelta. Asiatieto on toinen tärkeä osa. Haluamme, että jokaisella yksilöllä on niin paljon tietoa, että hän voi tehdä omat valintansa itse. Vain se, joka tuntee eri vaihtoehdot, voi aidosti itse päättää omasta elämästään.

Lähtökohtanamme Suomen RFSU:lla on Body Rights eli kehon oikeudet. Se tarkoittaa jokaisen ihmisen oikeutta rakastaa ketä haluaa, päättää omasta kehostaan sekä ilmaista itseään ja seksuaalisuuttaan. Kehon oikeuksien puolustaminen on ollut RFSU:n kantava teema alusta asti, vuodesta 1933.



SEX, BODY & RIGHTS
SEKSUAALIKASVATUSMATERIAALI

Tuokioiden suunnittelu ja tekstit: Susanna Ruuhilahti
Taitto ja graafinen ilme: Emilia Aukee



©Suomen RFSU Oy
Teknobulevardi 3-5
01530 Vantaa
www.rfsu.com

