

# Nuoret ja seksuaaliterveys

# Nuoruus

- **Pitkä elämän vaihe, joka asettaa muita ikävaiheita suurempia vaatimuksia ihmisen kyvyille sietää muuttumista**

## **Tavoitteena:**

- jättää lapsuus taakse, nuori tekee surutyötä
- paradoksaalisesti eriytymis- ja liittymisprosessi:  
yksilöksi eriytyminen ja yhteiskuntaan sekä sosiaaliseen ympäristöön liittyminen
- aikuisuuden opetteleminen
- oppimista: vastuu tarkoittaa paitsi oikeuksia myös velvollisuuksia
- Yksilöitymisessä erityisesti kehon hallintaan otto → rajat → seksuaalisuuden erotisoituminen



# Nuoruus

- Varhaisnuoruusikä 11 – 14 v

## Tehtävä: muuttuva suhde kehoon

- parina ensimmäisenä vuonna nuoren keho käy läpi suuria biologisia, sukupuoliominaisuuksien muutoksia
- kehon muutokset hämmentävät, pojat 1,5v jäljessä
- myös keskushermosto lähtee voimakkaaseen kehitykseen sukupuolihormonitoiminnan vaikutuksesta
- etsitään omia arvoja, vanhempien ote heikkenee
- periaatteet kyseenalaistetaan, olen eri mieltä=olen eri henkilö
- kasvupyrähdys, iho, äänenmurros, rinnat
- rakastumiset, alussa voimakkaita romanttisia kaukorakkauksia



# Itsetyydytys

- Muuttunut hormonitoiminta aiheuttaa erilaisia reaktioita nuoren kehossa.
- Useimmat nuoret harrastavat itsetyydytystä, kun he alkavat ymmärtää seksuaalisen kiihottumisen yhdistyvän nautintoon.
- Itsetyydytys on keino oppia nauttimaan omasta kehosta sekä sen avulla voidaan turvallisesti tutustua omaan henkilökohtaiseen seksuaalisuuteen ja sen eri kerroksiin, kuten fantasioihin, emotioihin ja fysiologisiin reaktioihin.
- Itsetyydytyksellä voidaan tavoitella nautintoa ja purkaa seksuaalisia paineita.
- Oman kehon hahmottamisessa ja seksuaalisten mielikuvien kehittämisessä itsetyydytyksellä on oma tärkeä merkityksensä.
- Kun omasta seksuaalisuudesta osaa nauttia itsensä kanssa, osaa siitä mitä todennäköisemmin nauttia myös kumppanin seurassa

# Nuoruus



Keskinuoruusikä 14 – 16v

## Tehtävä: muuttuva suhde vanhempiin

- olenko normaali? Voimakkaat fyysiset muutokset, haavoittuva ruumiinkuva ja tarve muokata sitä.
- tasapainoilu hormoni-impulssien, kavereiden yllytysten, kodin sääntöjen, koulun, television ja eri viiteryhmien tarjoamien impulssien viidakossa. Virhearviointeja, syyllisyyttä, hällä väliä asennetta, epätoivoa
- kuka olen? Itsenäisyyden korostus, rooli- ja mielipidekokeilut  
Epävarmuus identiteetistä, mitä haluan, mihin pystyn.
- VOIMAVARAISTAVA LÄHESTYMINEN- OMIEN VOIMAVARAOJEN LÖYTYMINEN

# Nuoruus

- jatkuu 14 – 16v

- halu valloittaa ja näyttää. Kokeillaan kykyjä seurustelussa, pätemistä naisena/miehenä. Voi tulla ristiriitaa, toinen tosissaan, toinen leikkii

Tyttöjen ongelma: ei kehity tarpeeksi tai kehittyy liikaa

Poikien ongelma: onko muilla asiat *sieltä* paremmin?



# Nuoruus

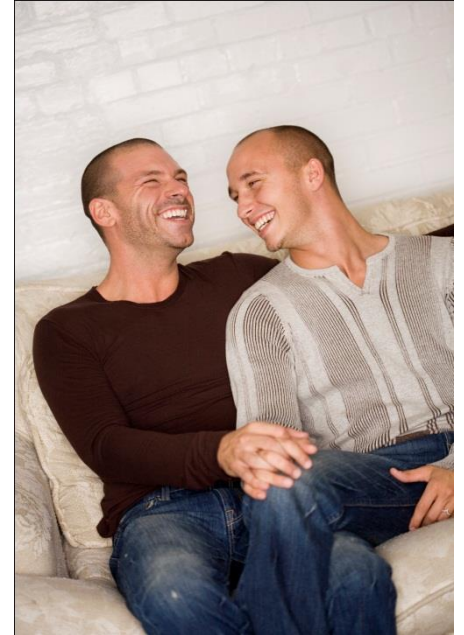


- Myöhäisnuoruus 17 →

Tehtävä: lopullinen aikuisen persoonallisuuden eheytyminen

- käsitys itsestä lujittuu, kaaos ja ristiriitaisuus vähenee, seksuaalisuus ja arvot selkeämmät
- energiaa vapautuu opiskelulle ja tulevaisuuden suunnitteluun
- Lapsesta aikuiseksi ei opita vuodessa. Kaikki asiat on opeteltava: autolla ajaminen, seksi, vastuun ottaminen, seurustelu. Mitä parempi teoriapohja sitä paremmin harjoittelu sujuu.

- Nuoruusiän loppupuolella nuori on luopunut kaikkivoipaisuuden tunteistaan
- Seksuaalisuuden suunta on vakiintumassa ja lukkiutumassa.
- Kehitysvaiheen loppupuolella nuori tutustuu vanhempiinsa uudelleen. Hän ottaa selvää millaisia vanhemmat todellisuudessa ovat ja hän samaistuu valikoivasti vanhempiinsa.



# Nuoruus

- Luja minäkuva, itsetunto ja seksuaalinen identiteetti ehkäisevät liian varhaista vetoa aikuistyyppisen elämään.

# Seksuaalinen kanssakäyminen

- Personallisuusrakenteiden kehitys on nuoruusiässä vielä keskeneräinen.
- Tervettä kehitystä kypsymättömyydestä kypsyyteen ei ole tarpeen kiirehtiä tai jarruttaa. Nuoren kehityksen tulee tapahtua omassa tahdissa.
- Seksuaalisten kokemusten hankkiminen edellyttää sitä, että yksilö tunnistaa itsensä seksuaalisena olentona ja hyväksyy täysin, että voi antaa ja kokea seksuaalista mielihyvää.
- Oman seksuaalisuuden jakaminen kumppanin kanssa vaatii kypsyyttä; on osattava olla satuttamatta itseä tai kumppania, uskallettava antaa ja vastaanottaa kiihotusta, on oltava varma, että osaa kuulla ja kunnioittaa myös kumppanin tarpeita ja valmiuksia – ennen kaikkea on oltava varma siitä, että haluaa harjoittaa juuri tätä asiaa ja tämän henkilön kanssa eikä kadu sitä myöhemmin.

# Seksuaalinen kanssakäyminen

- Seksuaaliset halut sekä valmius seksiin ovat aina yksilöllisiä ja ne voivat olla täysin erilaisia samankin ikäisten nuorten keskuudessa.
- Nuoren on tärkeä tietää, että seksuaalinen kiihottuminen ei kuitenkaan ole millään tavalla kehotus seksin harrastamiseen, vaan kiihotuksen herättämästä mielihyvän tunteesta voi nautiskella kiireettömästi ilman, että etenee yhdyntään saakka.
- Vaikeudet kiihottua ovatkin usein yhteydessä siihen, että seksi on aloitettu ennen kuin siihen ollaan riittävän kypsiä.
- Mikäli halua seksuaaliseen kanssakäymiseen ei ole, ei siihen tule ryhtyä.
- Seksiin liittyvissä asioissa edetään aina hitaamman kumppanin ehdoilla.
- Nuoren ei tarvitse yrittää todistella kumppanille, että olisi seksuaalisesti kokenut aikuinen.

# Paineita aloittaa seksuaalielämä

- Nuoret luulevat usein, että toiset ovat tehneet rajumpia asioita kuin he itse.
- Paitsi päihteiden käyttö, myös pätevyys seksuaalisella alueella voi aiheuttaa paineita.
- Nuoret voivat kokea painostusta ja paineita suostua seksuaaliseen kanssakäymiseen ennen kuin he itse voimakkaasti haluavat sitä.
- Yhdyntäelämän aloittaminen voi olla epäsuotuisa kehityksellinen ratkaisuyritys.
- Varhaiset yhdynnit on liitetty lapsuuden ja nuoruuden käytöshäiriöihin. Käytöshäiriöt lisääntyvät, kun intiimielämä on varhainen.
- Masennusoireet, itsetuhoisuus, erilainen riskikäyttäytyminen ovat tavallisempia 15–17-vuotiailla nuorilla, jotka ovat aloittaneet yhdyntäelämän.
- Etenkin tytöillä varhaisen yhdyntäelämän aloittamisen on osoitettu altistavan depressiolle.
- Vakavia häiriöitä sairastavat nuoret ovat raportoineet aikaisemmista yhdyntöjen aloittamisesta.

# Seksuaalinen riskikäyttäytyminen

- Seksuaalista riskikäyttäytymistä ovat muun muassa varhain aloitetut yhdynnät ja yhdynnät useiden eri kumppaneiden kanssa ilman raskauden ja sukupuolitautilien ehkäisyä.
- Aikaisin aloitettu sukupuolielämä voi olla nuoren keino etsiä läheisyyttä ja lohtua sekä tapa hoitaa masennusta ja ahdistusta.
- Psykkisten häiriöiden kanssa kamppailevalla nuorella voi olla vaikeuksia suojella itseään tai käsitellä tunteitaan.
- Tutkimukset osoittavat, että seurustelusuhteissa tapahtuneet seksuaalikokemukset eivät lisää masentuneisuutta, mutta irralliset seksikokemukset taas lisäävät masennuksen todennäköisyyttä.

# Seksuaalinen riskikäyttäytyminen

- Seksuaalista riskikäyttäytymistä on tutkimusten mukaan enemmän pojilla kuin tytöillä.
- Tytöillä, joilla on seksuaalista riskikäyttäytymistä, esiintyi tutkimusten mukaan enemmän masennusta ja he olivat myös muita itsetuhoisempia.
- Varhaista tai riskialtista seksuaalikäyttäytymistä voi edeltää nuoren lapsena kokema seksuaalisuutta loukkaava väkivalta.
- Myös puutteellinen vanhemmuus, perheen sisäiset ristiriidat sekä perheen heikko sosioekonominen asema voivat olla syitä nuoren varhaiselle seksuaalikäyttäytymiselle.
- Tutkimuksen mukaan ne nuoret, jotka ovat olleet yhdynnässä vasta myöhemmällä iällä omaavat parhaimman itsetunnon

# Kouluterveyskysely

- Tuoreimman kouluterveyskyselyn mukaan peruskoulun 8. ja 9. luokkalaisista 54 %, lukiolaisista 71 % ja ammattiin opiskelevista 83 % oli suudellut suulle.
- Kokemuksia vaatteet päällä – hyväilystä oli 39 % peruskoululaisista, kun taas lukiolaisten keskuudessa vastaavia kokemuksia oli jo 61 % ja ammattiin opiskelevista 75 %.
- Kouluterveyskyselyn mukaan 82 % peruskoululaisista ei ole ollut vielä yhdynnässä.
- Myöskään lukion 1. ja 2. luokan opiskelijoista 63 % ja ammattiin opiskelevista 40 % ei ollut yhdyntäkokemuksia.
- Yhdyntöjen aloittamisen keski-ikä luullaan virheellisesti olevan usein 14–15 vuotta, vaikka todellisuudessa se on huomattavasti myöhäisempi.
- Suurimmalla osalla peruskouluikäisistä yhdynnät eivät kuulu elämään.
- Nuori kokee ensimmäisen yhdyntänsä noin neljä vuotta ensimmäisen suutelon jälkeen, tytöt keskimäärin 17 ja pojat 18 vuoden iässä.
- Nuorten ensimmäiset yhdynnät tapahtuvat usein vakituisiksi koetuissa seurustelusuhteissa.
- Vielä on kuitenkin nuoria, jotka haluavat kokea ensimmäisen yhdyntänsä vasta avo- tai avioliitossa.

# Seksuaalioikeudet

<http://www.vaestoliitto.fi/nuoret/seksi/seksuaalioikeudet/>

# Nuorten seksuaaliterveyden mittareina käytetään yleensä

- seksuaaliterveystietoja
- yhdyntöjen aloitusikää
- teiniraskauksien määrää (Vuonna 2013 tuli raskaaksi 2 783 alle 20-vuotiasta, joista noin 41 prosenttia synnytti lapsen- vähentynyt).
- aborttien määrää (vuonna 2014 9800 kpl, 2015 todennäköisesti hieman vähemmän) Erityisesti alle 20-vuotiaiden keskeytysten määrä on vähentynyt 2000-luvulla. Eniten keskeytyksiä tehtiin yhä 20–24-vuotiaille (16,8/1 000 vastaavanikäistä naista). Useampi kuin joka kolmas (36,4 %) raskaudenkeskeytyksistä tehtiin naisille, joille oli tehty keskeytys jo aiemmin. Yksi aikaisempi keskeytys oli 22,1 prosentilla ja useampia aikaisempia keskeytyksiä 14,3 prosentilla
- ehkäisyn käyttöä (Alle 20-vuotiaista 34,9 prosenttia ei ollut käyttänyt mitään ehkäisyä. Tämä osuus on noussut viime vuosina hiukan)
- sukupuolitautilien ja muiden sukuelinten sairauksien esiintyvyyttä
- seksuaalisen väkivallan yleisyyttä
- koettua seksuaalista tyytyväisyyttä sekä
- oireiden puuttumista ja hyvinvointia

# Sukupuolitaudit (Duodecim 2014)

- Uusia klamydiatartuntoja ilmoitetaan vuosittain noin 13 200, joista 65 % todetaan alle 25-vuotiailla.
- Luku on todellisuudessa korkeampi, koska monet oireettomat eivät hakeudu tutkimuksiin tai saavat lääkityksen partnerinsa kautta.
- Klamydiatartunnan arvioidaan saavan noin 5 % 15–25-vuotiaista.
- Kondyloomaa aiheuttavan papilloomavirustartunnan saa arviolta kolmasosa nuorista aikuisista
- Sukuelinherpestä aiheuttavan herpes simplex virus 2 -tartunnan saa noin joka neljäs.
- Kuppataartuntoja ilmoitetaan vuosittain vajaa 200 ja tippuritapauksia noin 270. Puolet niistä on peräisin ulkomailta, useimmiten Venäjältä ja Thaimaasta.
- Uusia HIV tartuntoja todetaan Suomessa vuosittain noin 170. HIV tartunnoista 2/3 saadaan seksin välityksellä ja yli puolet tartunnoista on peräisin ulkomailta, eniten Thaimaasta, Venäjältä ja Virosta.

# Kirjallisuutta

- Sinkkonen, J. 2010. Nuoruusikä. Juva: WSOY.
- Seksuaalikasvatuksen tueksi. 2015. Toim. Bildjuschkin, K. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 4.2.2016.  
[https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/129742/THL\\_TP35\\_2015webuusi.pdf?sequence=3](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/129742/THL_TP35_2015webuusi.pdf?sequence=3).
- Rinkinen, T. 2012. Nuorten kysymyksiä seksuaaliterveydestä Väestöliiton Internetpal-velussa. Väestöliitto. Helsinki: Hansaprint.
- Mäki, S. 2013. Seksuaalikasvatusta nuorille – opettajan opas. Suomen RFSU OY. Viitattu 2.11.2015.  
[http://www.subjectaid.fi/storage/ma/8e92ed39fcc44175aa436aa8bde47a0e/67067b72fac74240969888332ae06a43/pdf/DFB194BC811F04933A8D1A405B6CCA2F6B8ABBCE/RFSU\\_Opettajan\\_opas.pdf](http://www.subjectaid.fi/storage/ma/8e92ed39fcc44175aa436aa8bde47a0e/67067b72fac74240969888332ae06a43/pdf/DFB194BC811F04933A8D1A405B6CCA2F6B8ABBCE/RFSU_Opettajan_opas.pdf).
- Laki ja seksuaaliterveys. N.d. Tietoa seksuaalisuudesta. Väestöliitto. Viitattu 16.12.2015.  
[http://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/tietoa-seksuaalisuudesta/ammattilaiset/tietopankki/laki\\_ja\\_seksuaaliterveys/](http://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/tietoa-seksuaalisuudesta/ammattilaiset/tietopankki/laki_ja_seksuaaliterveys/).
- Hermanson, E. 2010. Oonks mä normaali? Nuoren oma kirja. Helsinki: Tammi.
- Cacciatore, R. & Korteniemi-Poikela, E. 2010. Portaita pitkin. Lapsen ja nuoren seksuaalinen kehittyminen. Opas vanhemmille. Helsinki: WSOY.
- Cacciatore, R. 2007. Huomenna pannaan pussauskoppiin. Eväitä tyttöä ja poikana kasvamisen haasteisiin syntymästä murrosikään. Helsinki: WSOY.
- Bildjuschkin, K. & Ruuhilahti, S. 2010. Selkee! Turun kaupunki, sosiaali- ja terveystoimen julkaisuja, 6/2010. Turku: Alocon.
- Apter, D., Cacciatore, R., Korteniemi-Poikela, E., Ryyänen, A. & Ryyänen, J. 2009. Legopalkkoista leoparkikalsareihin. Pojan matka mieheksi. Helsinki: Tammi.
- Aaltonen, J. 2012. Turvataitoja nuorille. Opas sukupuolisen häirinnän ja seksuaalisen väkivallan ehkäisyyn. Tampere: Juvenes Print.
- Seksuaalikasvatuksen standardit Euroopassa : Suuntaviivat poliittisille päättäjille, opetus- ja terveydenhoitoalan viranomaisille ja asiantuntijoille (2010) <https://www.julkari.fi/handle/10024/80220>