

Seksuaaliväkivalta -tunnistamisesta tukeen

Opas nuoria kohtaavalle
ammattilaiselle

NUORTEN
EXIT 

Tämä opas on kirjoitettu ammattilaisille, jotka kohtaavat nuoria esimerkiksi oppilaitoksissa, nuorten kohtaamispaikoissa, lastensuojeluyksiköissä, työpajoilla ja etsivässä työssä. Opas tarjoaa perustietoa seksuaaliväkivallasta ja häirinnästä sekä seksuaaliväkivaltaa ehkäisevästä seksuaalikasvatuksesta.

Toivomme oppaan rohkaisevan seksuaaliväkivaltaan liittyvien teemojen puheeksiottoon. Ammattilaisen ei tarvitse olla väkivaltatyön erityisosaaja ottakseen puheeksi ja tarjotakseen tukea ensivaiheen kohtaamisessa. Tärkeintä on, että nuori tulee kohdatuksi ja kuulluksi.

Oppaan sisältö:

Nuorten Exit

Seksuaaliväkivalta

Mitä seksuaaliväkivalta on?

Seksuaaliväkivallan yksilölliset seuraukset

Puheeksiottaminen, kohtaaminen ja toimintaohjeet

Seksuaalikasvatus

Seksuaaliväkivallan puheeksiotto seksuaalikasvatuksessa

Ammattilaisen valmiudet

Ota rohkeasti puheeksi

Oppaan ovat koonneet Nuorten Exitin asiantuntijat
Netta Puustinen ja Sohvi Koivu

© Exit ry, Nuorten Exit

Nuorten Exit

Nuorten Exit on valtakunnallinen asiantuntijajärjestö, jonka tavoitteena on ennaltaehkäistä seksuaaliväkivaltaa ja tarjota maksutonta tukea seksuaaliväkivallan ja häirinnän kokemuksiin. Toimintaa koordinoi Exit ry ja rahoittaa Sosiaali- ja terveysministeriön erityisavustuskeskus Stea.

Nuorten Exitin kohderyhmää ovat 13-29 -vuotiaat nuoret ja nuoret aikuiset, heidän läheisensä sekä nuoria kohtaavat ammattilaiset. Työskentely tapahtuu valtakunnallisesti etäyhteyksiä hyödyntäen.

Lisää ajankohtaista tietoa Nuorten Exitin toiminnasta löydät verkkosivuilta ja somesta:

www.nuortenexit.fi



@nuortenexit

**Ennaltaehkäisemme seksuaaliväkivaltaa edistämällä
avointa keskustelua ja jakamalla tietoa.
Vahvistamme nuorten omia rajoja ja
suostumuksen merkitystä kaikissa ihmissuhteissa.
Tuemme seksuaaliväkivaltaa kokeneita nuoria muistuttaen,
että seksuaaliväkivallan kokemuksista voi selviytyä.**

Missio, Exit ry



Seksuaaliväkivalta

Mitä seksuaaliväkivalta on?

Tässä oppaassa käytämme seksuaaliväkivalta -termiä kuvaamaan kaikkia ei-toivottuja, ilman ymmärrystä tai ilman suostumusta tapahtuvia seksuaalisuutta loukkaavia tekoja. Seksuaaliväkivalta ja seksuaalirikos eivät ole synonyymejä keskenään, vaikka seksuaaliväkivallan teko usein täyttää rikoksen tunnusmerkit.

Seksuaaliväkivallan kohteeksi voi joutua kuka tahansa iästä, taustasta, sukupuolesta tai seksuaalisesta suuntautumisesta riippumatta. Vaikka väestö- ja kouluterveyskyselyiden mukaan ilmiö kohdistuu tilastollisesti useammin tyttöihin ja naisiin, jokaisen nuoren kokemukset tulee tunnistaa ja ottaa vakavasti sukupuolesta riippumatta.

Seksuaaliväkivaltaa voi tapahtua kasvokkain, verkkovälitteisesti tai muilla viestimistavoilla. Tekijä voi olla nuorelle tuttu tai tuntematon. Tilanteet voivat olla yksittäisiä tai toistuvia, esimerkiksi pari- tai huolenpitosuhteen aikana tapahtuvia tekoja.

Seksuaaliväkivallan tunnistamisen kannalta on tärkeää huomata, ettei seksuaaliväkivalta välttämättä pidä sisällään fyysistä väkivaltaa tai pakottamista. Nuori voi myös joutua antamaan näennäisen suostumuksen uhkaavassa tilanteessa. Suostumukseen ja sen antamiseen vaikuttavat asiat ovat oleellisia seksuaaliväkivallan tunnistamisessa.

Nuoria kohtaava ammattilainen voi työssään kohdata seksuaaliväkivallan kokijan lisäksi myös nuoren, joka on rikkonut tai on riskissä rikkoa toisen nuoren rajoja. Jotta nämä nuoret voidaan tunnistaa ja tarjota heille tukea, työntekijän tulee tiedostaa seksuaaliväkivallan ilmiö kokonaisuutena. Seksuaaliväkivaltaa ei ennaltaehkäistä puhumalla ja tarjoamalla tukea vain kokijoille.

**Mitä ajatuksia rajoja rikkoneen nuoren kohtaaminen sinussa herättää?
Miten toimisit tilanteessa?
Mitä olemassa olevia keinoja voit hyödyntää nuoren tukemisessa?**

Myös valtasuhteet voivat vaikuttaa seksuaaliväkivallan tunnistamiseen. Nuori voi kokea olevansa aktiivisesti ja vapaaehtoisesti suhteessa itseään huomattavasti vanhemman henkilön kanssa ja kokea seksuaalisten tekojen tapahtuvan suostumuksessa. Nuori ei kuitenkaan voi olla tasavertainen suhteessa aikuiseen. Seksuaaliväkivaltaa voi tapahtua myös silloin, kun nuori pyrkii pitämään itsensä suojassa vaihtamalla seksuaalisia tekoja esimerkiksi rahaan, päihteisiin, ruokaan tai yöpaikkaan.

Seksuaaliväkivaltaa voi kohdata kuka tahansa nuori. Tutkimusten perusteella tietyt elämäntilanteet ja olosuhteet voivat kuitenkin lisätä haavoittuvuutta joutua seksuaaliväkivallan kohteeksi. Tällaisia ovat esimerkiksi nuori ikä, aiemmat väkivaltakokemukset, vammaisuus, mielenterveyden haasteet, päihteiden käyttö, neuroepätyypillisuus, turvattomat kasvuolosuhteet, sijaishuollossa asuminen, seksuaali- tai sukupuolivähemmistöön kuuluminen sekä riippuvuus- ja valtasuhteet. Haavoittavien tekijöiden tunnistamisen tarkoituksena on vahvistaa ennaltaehkäisyä ja tukea, ei selittää tai oikeuttaa kohdattua väkivaltaa. Vastuu seksuaaliväkivallasta on aina tekijällä.

Ammattilainen ei voi vaikuttaa kaikkiin nuoren elämän tausta- ja ympäristötekijöihin tai poistaa seksuaaliväkivallan riskiä. Sen sijaan ammattilainen voi omalla toiminnallaan vahvistaa sellaisia suojaavia tekijöitä, joiden tiedetään tukevan nuoren turvallisuutta, hyvinvointia ja kykyä tunnistaa omia rajojaan.

THL:n vuonna 2020 julkaisemassa Väkivaltakäsitteiden sanastossa "Seksuaaliväkivalta" määritellään väkivallaksi, joka ilmenee henkilön seksuaalisen koskemattomuuden tai itsemäärämisoikeuden tahallisena loukkauksena.

Seksuaalirikoksiin liittyvään lainsäädännöseen voi tutustua esimerkiksi:

- Seksuaaliväkivaltatyön perusteet 2023: Seksuaalirikoksiin liittyvä lainsäädäntö (verkkajulkaisu)
- Rikosuhripäivystyksen verkkosivut
- oikeusministerio.fi/seksuaalirikoslaki (käännökset useille kielille)

Yksi suojaavista tekijöistä on nuoren kokemus omasta arvostaan. Nuori, joka kokee olevansa arvokas, merkityksellinen ja oikeutettu omiin rajoihinsa, tunnistaa helpommin epäasiallisen kohtelun ja hakee todennäköisemmin apua. Myös tunne turvalliseen yhteisöön kuulumisesta suojaa seksuaaliväkivallalta. Jokainen nuori tarvitsee aikuisen, jolle voi kertoa huolistaan ilman pelkoa vähättelystä tai syylistämisestä. Ammattilainen voi omalla toiminnallaan vahvistaa nuoren kohdatuksi ja kuulluksi tulemisen tunnetta ja rakentaa turvallista ilmapiiriä, jossa on mahdollisuus puhua seksuaalisuudesta, rajoista ja seksuaaliväkivallan kokemuksista.

Miten voit omassa työssäsi lisätä nuoren suojaavia tekijöitä?

Seksuaaliväkivallan eri muodot voivat esiintyä samanaikaisesti tai limittyä toisiinsa. Samassa tilanteessa voi ilmetä esimerkiksi painostamista, verkossa tapahtuvaa ja fyysistä seksuaaliväkivaltaa.

Esimerkkejä seksuaaliväkivallan ilmenemismuodoista:

- Ei-toivottu seksuaalinen puhe tai häirintä
- Manipulointi, painostaminen, uhkailu tai kiristäminen mihin tahansa seksuaaliseen tekoon
- Ei-toivottu seksuaalinen koskettelu
- Pakottaminen suutelemaan tai riisuutumaan
- Raiskaus tai sen yritys
- Grooming
- Seksuaalissävytteisten kuvien luvaton levittäminen, sillä uhkaaminen tai kiristäminen
- Kuvien muokkaaminen seksuaalissävytteisiksi tai alastonkuviksi
- Intiimien tilanteiden salakuvaaminen
- Ei-toivottujen seksuaalisten kuvien lähettäminen
- Ehkäisyn käytön sabotointi, siitä valehtelu tai siitä sopimisen rikkominen
- Painostaminen raskauteen, sterilisaatioon tai muihin lisääntymistä koskeviin päätöksiin
- Seksuaalisten tekojen vaatiminen vastineeksi esimerkiksi rahasta, majoituksesta tai päihteistä
- Silpominen tai ei-lääketeieteellisiin syihin perustuva ympärileikkaus
- Seksuaaliset teot ilman molemminpuolista todellista suostumusta tai ymmärrystä

Mitkä asiat työssäsi haastavat seksuaaliväkivallan tunnistamista?

Seksuaaliväkivallan yksilölliset seuraukset

Seksuaaliväkivalta voi vaikuttaa nuoren hyvinvointiin monin tavoin, eivätkä sen seuraukset ole kaikille samanlaisia. Osa nuorista kokee voimakkaita psyykkisiä, fyysisiä tai sosiaalisia oireita heti tapahtuman jälkeen, kun taas toisilla vaikutukset voivat ilmetä viiveellä tai jäädä vähäisemmiksi.

Samankaltainen tapahtuma ei tarkoita samankaltaisia seurauksia, vaan seurauksiin vaikuttavat aina yksilölliset tekijät:

Tapahtuneen piirteet

Kokemuksen seurauksiin vaikuttaa esimerkiksi teon vakavuus, kesto, toistuvuus sekä tekijän suhde nuoreen. Erityisen kuormittaviksi koetaan usein tilanteet, joissa tekijä on nuorelle läheinen tai luotettu henkilö tai joissa seksuaaliväkivaltaan liittyy uhkailua, väkivaltaa tai pitkäkestoista manipulointia.

Kyky kohdata ja selviytyä vastoinkäymisistä

Nuorten valmiudet käsitellä vaikeita kokemuksia vaihtelevat. Selviytymiskeinot, tunne- ja vuorovaikutustaidot sekä mahdollisuus saada apua vaikuttavat siihen, miten nuori pystyy käsittelemään tapahtunutta.

Aiemmat elämäkokemukset

Aiemmat traumaattiset kokemukset kuten kaltoinkohtelu, kiusaaminen tai muut kuormittavat elämäntilanteet voivat lisätä seksuaaliväkivallan haitallisia vaikutuksia. Toisaalta myönteiset ihmissuhteet, turvalliset kiintymyssuhteet ja aiemmat onnistuneet selviytymiskokemukset voivat tukea toipumista.

Ympäristön tuki

Läheisten ja ammattilaisten reagointi nuoren kertomaan vaikuttaa merkittävästi toipumiseen. Kokemus rauhallisuudesta ja kuulluksi tulemisesta vahvistaa turvallisuuden tunnetta ja vähentää syyllisyyttä. Vastaavasti kauhistelu, vähättely, epäily tai syylistäminen voivat lisätä psyykkistä kuormitusta ja vaikeuttaa avun hakemista.

Nuoren oma tulkinta tapahtuneesta

Nuoren oma käsitys tapahtuneesta vaikuttaa siihen, millaisia merkityksiä kokemus saa. Nuori voi esimerkiksi pohtia omaa vastuutaan ja toimijuuttaan ennen tekoa, hävetä tapahtunutta tai ajatella, ettei hänen kokemuksensa ollut riittävän vakava. Seksuaaliväkivaltaan liittyvät virheelliset uskomukset voivat lisätä syyllisyyden ja häpeän kokemuksia.

Ammattilaisen on tärkeää välttää oletuksia siitä, miten nuoren pitäisi reagoida seksuaaliväkivaltaan.

Oireiden voimakkuus tai niiden puuttuminen ei kerro kokemuksen vakavuudesta eikä siitä, tarvitseeko nuori tukea. Jokainen nuori tulee kohdata yksilöllisesti, hänen kokemustaan kunnioittaen ja voimavaroja vahvistaen.

Seksuaaliväkivallan seuraukset voivat ilmetä psyykkisinä, fyysisinä, sosiaalisina ja toiminnallisina muutoksina. Kokemuksen vaikutukset ovat usein psykofyysisiä, jolloin mieli ja keho reagoivat samanaikaisesti. Esimerkiksi ahdistus voi ilmetä vatsakipuina, päänsärkynä, univaikeuksina, sydämentykytyksenä tai muina kehollisina oireina ilman selkeää lääketieteellistä selitystä.

Seksuaaliväkivallan muoto ei määritä kokemuksen vakavuutta tai sen seurauksia. Myös sellaiset teot, joissa ei ole ollut fyysistä kontaktia, voivat aiheuttaa pitkäkestoisia haittoja. Esimerkiksi verkossa tapahtuvalla seksuaaliväkivallalla, kuten groomingilla, kiristämällä tai intiimikuvien luvattomalla levittämällä, voi olla yhtä vakavia psyykkisiä ja sosiaalisia seurauksia kuin fyysisellä seksuaaliväkivallalla.

Seksuaaliväkivallan vaikutukset eivät aina näy ulospäin. Nuori voi vaikuttaa voivan hyvin ja suoriutua arjestaan, vaikka kokemus kuormittaisi häntä merkittävästi. Toisaalta oireet voivat myös näyttäytyä itselle haitallisena toimintana, kuten päihteiden käyttönä, itsetuhoisuutena tai syömiseen liittyvinä haasteina. Oireet voivat ilmetä nopeasti tai pitkän ajan kuluttua tapahtuneesta.

Tunnistamattomana ja hoitamattomana seksuaaliväkivaltakokemus voi johtaa palveluiden päällekkäiseen käyttöön. Nuori saattaa hakeutua toistuvasti eri palveluihin esimerkiksi somaattisten oireiden, univaikeuksien, ahdistuksen tai muiden epämääräisten oireiden vuoksi ilman, että niiden taustalla oleva seksuaaliväkivaltakokemus tulee esiin.

OTA **SEKSUAALIVÄKIVALTA**
ROHKEASTI PUHEEKSI

Nuorella voi ilmetä yksi tai useita seuraavista oireista tai muutoksista:

Heikentynyt psyykkinen vointi

Nuori voi kokea ahdistuneisuutta, masentuneisuutta, ärtyneisyyttä, toivottomuutta tai mielialan voimakasta vaihtelua. Osa nuorista vetäytyy ihmissuhteista, kun taas toisilla oireilu näkyy levottomuutena tai impulsiivisuutena.

Turvallisuuden ja hallinnan tunteen järkkäminen

Seksuaaliväkivalta voi horjuttaa nuoren perusturvallisuuden tunnetta ja kokemusta siitä, että omaan elämään ja kehoon voi vaikuttaa. Tavallisetkin tilanteet voivat tuntua uhkaavilta tai arvaamattomilta.

Traumaperäiset stressioireet

Nuori voi kokea esimerkiksi mieleen tunkeutuvia muistikuvia, painajaisia, välttämiskäyttäytymistä, muutoksia vireystilassa, säpsähtelyä tai jatkuvaa valppautta. Oireet voivat alkaa heti tapahtuman jälkeen tai ilmetä viiveellä.

Muutokset itsetunnossa ja itseluottamuksessa

Seksuaaliväkivalta voi heikentää käsitystä omasta arvosta, pärjäävyydestä ja oikeudesta omiin rajoihin. Nuori voi alkaa epäillä itseään tai menettää luottamusta omiin havaintoihinsa, päätöksiinsä ja tulevaisuuteen.

Haasteet sosiaalisissa suhteissa

Kokemus voi vaikeuttaa luottamuksen rakentamista muihin ihmisiin. Nuori voi vetäytyä ystävyyssuhteista, vältellä läheisyyttä tai toisaalta hakea hyväksyntää tavoilla, jotka altistavat uusille haitallisille tilanteille.

Muutokset omassa seksuaalisuudessa

Seksuaaliväkivalta voi vaikuttaa siihen, miten nuori kokee kehonsa, seksuaalisuuden ja läheisyyden. Seurauksena voi olla esimerkiksi seksuaalisen toiminnan välttely, pelko läheisyyttä kohtaan tai vaikeus tunnistaa ja ilmaista omia rajoja. Muutos voi näkyä myös lisääntyneenä seksuaalisena aktiivisuutena, jolla usein pyritään tavoittelemaan hallinnan tunnetta.

Alentunut toimintakyky

Oireet voivat näkyä opinnoissa, työssä, harrastuksissa tai arjen sujumisessa. Keskittyminen ja asioiden suorittaminen voivat vaikeutua ja asiat, jotka ovat aiemmin tuoneet iloa, rutiineja ja merkitystä elämään voivat tuntua kaukaisilta tai vaikeilta toteuttaa.

Häpeä, syyllisyys ja pelko

Moni nuori kokee voimakasta häpeää ja saattaa syyttää itseään tapahtuneesta, vaikka vastuu on aina tekijällä. Pelko voi kohdistua esimerkiksi tekijään, tapahtuman paljastumiseen, muiden reaktioihin, toipumiseen tai siihen, että väkivalta toistuu.

Puheeksiottaminen, kohtaaminen ja toimintaohjeet

Jos ammattilaisella herää huoli nuoreen kohdistuneesta seksuaaliväkivallasta, tulee asia ottaa puheeksi. Ensivaiheessa riittää, että nuori tulee kohdatuksi ja kuulluksi turvallisesti. Huolen puheeksi ottaminen kuuluu nuorten parissa työskentelevän ammattilaisen työhön.

Seksuaaliväkivallan puheeksiottamista tukee esimerkiksi:

seksuaalisuuden huomioiminen osana tavallisia hyvinvointiin liittyviä keskusteluja

seksuaalisuuteen ja ihmissuhteisiin liittyvät kysymykset osana asiakkaan alkukartoitusta

turvallinen, rauhallinen ja luottamuksellinen keskustelutila

tilassa tapahtuva viestintä, kuten seksuaaliväkivallasta, suostumuksesta ja tuesta kertovat esitteet ja julisteet

ammattilaisen sanallinen viesti siitä, että seksuaaliväkivallasta saa puhua

Seksuaaliväkivallasta kysyminen ei ole irrallinen taito, vaan se rakentuu ammattilaisen valmiudelle keskustella seksuaalisuudesta. Kun seksuaalisuus on osa tavallista keskustelua hyvinvoinnista, myös seksuaaliväkivallasta kertominen tuntuu nuoresta turvallisemmalta. Jos aihetta vältellään tai siitä puhutaan vaivaantuneesti, nuori voi päätellä, ettei asiasta ole turvallista kertoa. Seksuaaliväkivallasta tulee kysyä selkeästi mutta sensitiivisesti.

Nuoren voi olla vaikeaa kertoa kokemastaan seksuaaliväkivallasta, minkä vuoksi kokemukset tulevat usein ilmi, kun tapahtuneesta on jo kulunut jonkin aikaa.

Kertomista voivat estää esimerkiksi:

- häpeä ja seksuaaliväkivaltaan liittyvä stigma
- hämmennys siitä, mitä on tapahtunut
- syyllisyyden kokemukset tai ajatus omasta vastuusta
- pelko siitä, ettei häntä uskota tai ettei ketään kiinnosta
- pelko läheisten, tekijän tai viranomaisien reaktioista
- pelko siitä, ettei kertomisesta ole mitään hyötyä
- kokemus omasta aktiivisesta toimijuudesta tilanteessa
- vaikeus tunnistaa tapahtunutta seksuaaliväkivallaksi
- väkivallan normalisoituminen esimerkiksi seurustelusuhteessa, lähipiirissä tai verkossa.

Puheeksiottaminen edellyttää, että ammattilainen tunnistaa omat asenteensa ja ennakkoluulonsa. Mitä luontevammin ammattilainen pystyy puhumaan seksuaalisuudesta, väkivallasta, suostumuksesta, rajoista ja ihmissuhteista, sitä helpompaa myös seksuaaliväkivallasta kysyminen on.

Kun ammattilainen tietää etukäteen, miten eri tilanteissa toimitaan, hänen on helpompi kysyä seksuaaliväkivallasta myös silloin, kun vastaus voi olla myöntävä. Puheeksiottamisen tavoitteena ei ole selvittää tapahtunutta yksityiskohtaisesti tai ratkaista tilannetta. Tarkoituksena on tunnistaa tuen tarve, kohdata nuori turvallisesti ja varmistaa, että hän saa tilanteeseen tarvitsemansa avun. Nuoren ensimmäiset kokemukset avun saamisesta voivat vaikuttaa merkittävästi toipumiseen.

Huomaatko työtehtävissäsi puheeksiottamiseen liittyvään haasteita?

Huomioitko puheeksiottamisessa kaikki sukupuolet?

Millä tavalla voit madaltaa kertomisen kynnyistä?

Minkälaisia reaktioita sinussa syntyy, kun ajattelet huolen puheeksiottamista?

Tuntuuko jokin tietty puheeksioton tilanne erityisen hankalalta?

Seksuaaliväkivaltaa kokeneen nuoren kohtaamisen keskeisiä asioita :

Luo turvallisuuden tunnetta

Kerro nuorelle, miksi kysyt seksuaaliväkivallasta ja miksi teet tarvittaessa muistiinpanoja. Huolehdi rauhallisesta keskustelutilasta. Selitä nuorelle selkeästi keskustelun luottamuksellisuus ja siihen liittyvät poikkeukset, kuten ilmoitusvelvollisuus. Kerro nuorelle, että hän on kanssasi turvassa ja olet tilanteessa häntä varten.

Usko nuorta ja ota hänen kokemuksensa vakavasti

Älä kyseenalaista nuoren kertomusta, vaikka se tuntuisi sinusta epäloogiselta. Kiitä nuorta siitä, että hän kertoi sinulle kokemuksestaan.

Anna nuoren kertoa asia omassa tahdissaan

Älä painosta nuorta kertomaan yksityiskohtia tai pyri täyttämään hiljaisuutta. Nuori ei välttämättä muista kaikkea tai joidenkin asioiden kertominen ei ole hänelle sillä hetkellä oleellista. Vältä omien tulkintojen tekemistä ja nuoren johdattelua. Huomioi moninaisuus ja pyri välttämään oletuksien tekemistä esimerkiksi nuoren seksuaalisesta suuntautumisesta, kokijan ja tekijän välisestä suhteesta ja tekijän sukupuolesta.

Kerro, ettei nuori ole syyllinen tilanteeseen ja että nuorelle on tehty väärin

Sillä onko nuori ollut esim. päihtynyt tai itse yhteydessä tekijään, ei ole teon kannalta merkitystä. Sinun ei myöskään tarvitse tietää tai selvittää, onko tapahtunut rikos. Rikosnimikkeen antaa poliisi.

Luo toivoa

Toivoa luodaan kertomalla, että seksuaaliväkivallasta on mahdollista toipua, apua on saatavilla eikä nuoren tarvitse selvitä yksin. Ammattilainen voi vahvistaa toivoa sanoittamalla, että tapahtunut ei määritä nuorta eikä hänen tulevaisuuttaan.

Huomioi nuoren mahdolliset traumareaktiot ja niiden moninaisuus

Nuori ei välttämättä käyttäydy loogisesti. Hän voi olla hyvinkin rauhallinen, puhua tapahtuneesta tunteettomasti tai nauraa. Tapahtumien muistaminen aikajärjestyksessä voi olla vaikeaa. Nuoren reaktiot eivät tarkoita, etteikö kokemus olisi todellinen.

Kannattele nuorta ja tue hänen hallinnantunnettaan

Kerro nuorelle, että olet hänen tukenaan. Anna nuoren osallistua häntä koskevien päätösten tekemiseen. Vahvista nuoren pärjäävyyttä, arjen rutiineja ja iloa tuottavia asioita. Muistuta riittävän levon, liikkeen ja ravinnon merkityksestä.

Varmista nuoren turvallisuus ja tilanteen kiireellisyys

Selvitä, onko nuori tällä hetkellä turvassa tai tarvitseeko hän kiireellistä hoitoa tai tukea. Jos kyseessä on alaikäinen, tee tarvittaessa lastensuojelu- ja rikosilmoitus ja toimi yhteistyössä viranomaisten kanssa.

Mahdollista tuki

Kysy nuorelta, millaista tukea hän juuri tällä hetkellä kokee tarvitsevänsä ja miettikää, mistä hän voisi sitä saada. Kartoittakaa nuoren turvaverkkoa ja kerro, mitkä ovat sinun mahdollisuutesi olla nuoren tukena.

Muista huolehtia omasta hyvinvoinnistasi

Sinun ei tarvitse ratkaista asiaa yksin eikä tässä hetkessä. Pyydä purkoa työpaikallasi ja hae tarvittaessa keskusteluapua työnohjauksesta tai työterveyshuollosta.



Seksuaaliväkivallan tilanteisiin tehty toimintaohjeet muistuttavat huomioon otettavista asioista ja ennen kaikkea toimivat ammattilaisen tukena haastavissa tilanteissa.

Akuuttien fyysisten seksuaaliväkivaltatilanteiden lisäksi toimintaohjeissa tulee huomioida myös verkossa ja menneisyydessä tapahtuneet teot. Ohjeistuksessa on hyvä huomioida myös rajoja rikkoneen nuoren tukeminen ja työntekijän hyvinvoinnin mahdollistaminen.

Alaikäisten parissa työskentelevillä ammattilaisilla on lain määrämä velvollisuus ilmoittaa lapseen kohdistuneesta huolesta tai rikosepäilystä viranomaisella. Poliisia ja lastensuojeluviranomaisia voi konsultoida matalalla kynnyksellä.

Esimerkkejä toimintaohjeisiin:

Akuutti fyysinen seksuaaliväkivalta

- Varmista nuoren hyvinvointi ja turvallisuus.
- Ota yhteys oman terveydenhuoltoon tai oman alueen Seritukikeskukseen.
- Ohjeista nuorta välttämään peseytymistä ja vaatteiden pesemistä.
- Huomioi ilmoitusvelvollisuus ja huoltajat.

Akuutti verkossa tapahtunut seksuaaliväkivalta

- Varmista nuoren hyvinvointi ja turvallisuus.
- Tallenna mahdollinen todistusaineisto; kuvankaappaukset/ tallennukset profiilista, keskusteluista, kuvista ja videoista.
- Tee ilmoitus poliisille tai nettivihjepalveluun.
- Huomioi ilmoitusvelvollisuus ja huoltajat.

Kun seksuaaliväkivallan tilanteesta on kulunut aikaa

- Miten nuori voi? Millaista tukea hän toivoo tähän hetkeen?
- Onko nuori turvassa?
- Onko teosta aiheutunut fyysisiä vammoja? Tarvitseeko nuori terveydenhuollon palveluita?
- Huomioi ilmoitusvelvollisuus ja huoltajat.

Onko työyhteisössäsi ohjeet seksuaaliväkivallan tilanteisiin?

Ovatko ohjeet saavutettavat?

Kuka vastaa ohjeiden ajantasaisuudesta ja päivittämisestä?

Seksuaalikasvatus

Seksuaalikasvatus on seksuaalisuuteen liittyvän tiedon, taitojen ja valmiuksien vahvistamista sekä keskeinen osa seksuaalioikeuksien toteutumista. Tutkittuun tietoon perustuva, myönteinen ja nuoren kehitysvaiheen huomioiva seksuaalikasvatus tukee nuoren kokonaisvaltaista hyvinvointia sekä vahvistaa valmiuksia tehdä omaan seksuaalisuuteen liittyviä tietoisia ja turvallisia päätöksiä. Seksuaalikasvatuksella on merkittävä rooli seksuaaliväkivallan ennaltaehkäisyssä.

Seksuaalikasvatuksen sisältöihin kuuluvat muun muassa tunne- ja vuorovaikutustaidot, omien rajojen tunnistaminen ja ilmaiseminen, toisten rajojen kunnioittaminen, suostumuksen merkityksen ymmärtäminen sekä seksuaaliväkivallan ja muiden seksuaalisuutta loukkaavien tekojen tunnistaminen. Näiden teemojen käsittely tukee turvallisten ihmissuhteiden rakentumista ja ehkäisee seksuaaliväkivaltaa.

Nuoria ja nuoria aikuisia kohtaavat ammattilaiset voivat toteuttaa seksuaalikasvatusta sekä suunnitelluissa ohjaus- ja kasvatustilanteissa että osana arjen kohtaamisia. Seksuaalikasvatuksen tulee olla saavutettavaa kaikille. Sen merkitys korostuu erityisesti nuoruusiässä, jolloin seksuaalisuuteen, ihmissuhteisiin ja identiteettiin liittyvät kysymykset ovat ajankohtaisia. Myös aikuiset hyötyvät suostumukseen, vuorovaikutukseen ja kulttuuriin liittyvästä seksuaalikasvatuksesta.

Ammattilainen voi työssään kohdata sekä seksuaaliväkivaltaa kokeneita nuoria että nuoria, joilla on haasteita toisten rajojen kunnioittamisessa tai riski toimia niitä loukkaavasti. Tämän vuoksi seksuaaliväkivaltaa ehkäisevän seksuaalikasvatuksen ei tulisi keskittyä ainoastaan väkivallalta suojautumiseen, vaan myös vastuullisen vuorovaikutuksen, empatian ja toisten oikeuksien kunnioittamisen vahvistamiseen.

Ennaltaehkäisyn näkökulmasta on tärkeää, että nuoret saavat tietoa seksuaalisuudesta, rajoista ja suostumuksesta jo ennen kuin teemat ovat heidän elämässään ajankohtaisia. On myös huomioitava, että seksuaaliväkivalta voi kohdistua nuoreen riippumatta siitä, onko hän seksuaalisesti aktiivinen. Oikea-aikainen seksuaalikasvatus lisää nuoren mahdollisuuksia tunnistaa kokemuksiaan, hakea apua ja kertoa kohtaamastaan väkivallasta.

Seksuaalikasvatukseen liittyvät keskustelut eivät synny ainoastaan ammattilaisen aloitteesta. Nuoret voivat tuoda seksuaalisuuteen liittyviä teemoja esille esimerkiksi omien kysymystensä tai arjessa tapahtuvien tilanteiden kautta. Ammattilaiselta edellytetään herkkyyttä tunnistaa nämä tilanteet sekä valmiutta tarttua niihin rakentavasti. Kaikissa tilanteissa ei kuitenkaan tarvitse olla valmiita vastauksia.

Seksuaalisuuteen, omiin rajoihin ja seksuaaliväkivaltaan liittyviä teemoja ei tarvitse käsitellä yhden keskustelun aikana tai erillisenä kokonaisuutena. Vaikuttavinta seksuaalikasvatus on usein silloin, kun sitä toteutetaan jatkuvasti osana arjen kohtaamisia ja nuoren elämän eri vaiheita. Seksuaalikasvatus onkin osa muuta nuorten saamaa kasvatusta.

Ammattilaisen tehtävänä on tunnistaa tilanteita, joissa aiheita voidaan luontevasti ottaa esille, sekä luoda ilmapiiri, jossa nuori kokee voivansa kysyä ja pohtia seksuaalisuuteen liittyviä asioita turvallisesti. Tietoa seksuaalisuudesta, omista rajoista, suostumuksesta ja väkivallasta tarvitaan läpi nuoruuden. Säännöllinen ja ikätasoinen keskustelu vahvistaa nuoren valmiuksia tunnistaa rajoja rikkovia tilanteita, hakea apua ja toimia sekä omia että toisten rajoja kunnioittavasti.

Seksuaalikasvattajana

Kohtaa

**Asetu
kuulemaan**

Tartu

Keskustele

Ammattilaisten onkin hyvä arvioida omia toimintatapojaan ja pohtia, miten voi työssään tehdä seksuaalisuuteen liittyvästä keskustelusta luontevaa ja turvallista. Keskeistä on viestiä nuorille, että seksuaalisuuteen, ihmissuhteisiin, rajoihin ja väkivaltaan liittyvistä aiheista on lupa puhua. Tällaisen keskustelukulttuurin rakentaminen luo perustan myös seksuaaliväkivallan tunnistamiselle, puheeksiottamiselle ja avun saamiselle.

Millä tavalla saamasi seksuaalikasvatus vaikuttaa sinuun seksuaalikasvattajana?

Onko seksuaalisuuden puheeksiottaminen sinulle luontevaa?

Mistä teemoista sinun on vaikea puhua?

Millaisisia seksuaalikasvatukseen liittyviä tarpeita huomaat kohtaamillasi nuorilla olevan?

Seksuaaliväkivallan puheeksiotto seksuaalikasvatuksessa

Seksuaaliväkivallan käsittely voi tuntua haastavalta niin ammattilaisesta kuin nuorestakin. Ammattilainen saattaa kokea epävarmuutta esimerkiksi käytettävistä käsitteistä, keskustelun rajoista tai siitä, miten aihe kannattaa ottaa puheeksi. Myös nuori voi pitää aihetta henkilökohtaisena tai vaikeasti lähestyttävänä. Lisäksi sekä nuorella että ammattilaisella voi olla omia seksuaalisuuteen tai väkivaltaan liittyviä kokemuksia, jotka voivat herättää häpeää, epävarmuutta tai muita voimakkaita tunteita. Toisaalta nuoren seksuaaliseen kehitykseen liittyy uteliaisuus seksuaalisia aiheita kohtaan, jota ammattilaisen kannattaa hyödyntää.

Seksuaaliväkivaltaan liittyviä teemoja voi käsitellä asteittain. Keskustelu voidaan aloittaa yleisellä tasolla esimerkiksi seurustelusta tai sosiaalisessa mediassa tapahtuvasta häirinnästä. Ne tarjoavat mahdollisuuden käsitellä rajoja, turvallisuutta ja kunnioittavaa vuorovaikutusta ilman, että keskustelun lähtökohtana ovat nuoren omat kokemukset. Tästä voi siirtyä nuoren tilanteen ja valmiuksien mukaan henkilökohtaisempiin aiheisiin.

Ammattilaisen kannattaa kiinnittää huomiota myös käyttämiinsä käsitteisiin. Joissakin tilanteissa seksuaalinen häirintä voi olla nuorelle helpommin ymmärrettävä ja lähestyttävä käsite kuin seksuaaliväkivalta. Seksuaalisella häirinnällä tarkoitetaan esimerkiksi vihjailevia viestejä tai vitsejä, nolaamista tai häpäisyä sekä kehon, ulkonäön tai pukeutumisen seksuaalissävytteistä kommentointia. Seksuaalinen häirintä kuuluu seksuaaliväkivallan ilmenemismuotoihin.

Seksuaalisuuteen, rajoihin ja seksuaaliväkivaltaan liittyviä keskusteluja voidaan tukea avoimilla kysymyksillä, jotka rohkaisevat nuorta pohtimaan ilmiötä yleisellä tasolla.

Kysymyksiä keskustelun herättämiseen:

- Millaisia kokemuksia nuorilla on sosiaalisessa mediassa tapahtuvasta kiusaamisesta tai seksuaalisesta häirinnästä?
- Millä alustoilla häirintää esiintyy yleisimmin?
- Miten seksuaalinen häirintä tai toisen rajojen loukkaaminen voi näkyä koulussa, harrastuksissa tai vapaa-ajalla?
- Mitä kaikkea seksuaalinen häirintä voi sisältää?
- Miten seksuaaliseen häirintään voi puuttua ja kenelle siitä voi kertoa?
- Mitä eroa on flirttailulla ja häirinnällä?
- Miten kiinnostuksesta tai ihastumisesta voi kertoa toista kunnioittavalla tavalla?
- Millaisia ominaisuuksia turvalliseen seurustelu- tai seksisuhteeseen kuuluu?
- Mistä tunnistaa tilanteen tai ihmissuhteen, jossa olo tuntuu turvalliselta ja hyvältä?

Kysymysten tarkoituksena ei ole kartoittaa nuoren henkilökohtaisia kokemuksia, vaan tarjota mahdollisuus pohtia aiheita turvallisesti sekä vahvistaa nuoren taitoja rajojen tunnistamisessa.

Ammattilaisen aktiivinen ja avoin puhe seksuaalisuuteen liittyvistä teemoista tukee seksuaaliväkivallan tunnistamista ja puheeksiottamista. Näin nuorelle välittyy viesti siitä, että hänen kysymyksensä otetaan vakavasti ja että aiheesta on lupa puhua.

Millaiset arkiset tilanteet mahdollistavat seksuaalikasvatuksen?
Onko työssäsi asioita, jotka hankaloittavat seksuaalikasvatuksista?
Miten huolehdit seksuaalikasvatuksen saavutettavuudesta?
Miten voit hyödyntää viihdettä ja somen ilmiöitä seksuaalikasvatuksessa?
Millaista seksuaalisuuteen liittyvää materiaalia työyksikössäsi on esillä?
Millä tavalla voit kehittää tilassa tapahtuvaa viestintää?
Onko työpaikallasi materiaalia seksuaalikasvatuksen tueksi?



Ammattilaisen valmiudet

Ammattilaisen valmiuksiin kohdata seksuaalisuuteen liittyviä teemoja vaikuttavat monet tekijät, kuten hänen saamansa seksuaalikasvatus, oma kasvu- ja elinympäristö, kulttuuriset ja yhteiskunnalliset käsitykset seksuaalisuudesta, omat kokemukset seksuaaliväkivallasta ja seksistä sekä työyhteisön toimintakulttuuri. Seksuaalisuuteen liittyy paljon yhteiskunnallisia, kulttuurisia ja henkilökohtaisia arvoja. Ammattilaisella voi olla tiedostettuja tai tiedostamattomia oletuksia esimerkiksi seurustelusta, seksuaalisesta aktiivisuudesta, sukupuolesta, seksuaalisesta suuntautumisesta, kehosta, parisuhteista tai siitä, millainen seksuaalisuus on nuorelle sopivaa.

Seksuaalisuuteen, suostumukseen ja seksuaaliväkivaltaan liittyvien teemojen käsitteleminen voi herättää nuorten parissa työskentelevissä ammattilaisissa monenlaisia ajatuksia ja tunteita. Osalle näistä aiheista puhuminen on luonteva osa työtä, kun taas toiselle keskustelun aloittaminen voi tuntua vaikealta tai jännittävältä.

Olennaista on tunnistaa, millaisia ajatuksia, tunteita ja oletuksia itsessä herää ja miten ne mahdollisesti vaikuttavat tapaan kohdata nuori.

Omat kokemukset seksuaalisuudesta, ihmissuhteista, rajoista tai väkivallasta voivat vaikuttaa ammattilaisen toimintaan. Erilaiset kokemukset voivat herättää esimerkiksi samaistumista, surua, vihaa, pelkoa, avuttomuutta tai voimakasta suojelun tarvetta. Ammattilainen voi myös vältellä tiettyjä aiheita tai tilanteita tiedostamattaan. Nuoria kohtaava toimii omalla esimerkillään, puheillaan ja teoillaan, seksuaalikasvattajana.

Nuoren kohtaamisessa keskiössä ovat nuoren tarpeet, turvallisuus ja oikeudet. Oman taustan ja siihen liittyvien reaktioiden tunnistaminen auttaa pitämään ammatillisen roolin selkeänä ja vähentää riskiä siitä, että omat kokemukset tai arvot ohjaavat kohtaamista.

Olemme kaikki työelämässäkkin kokonaisia ihmisiä. Ammattirooli ei poista omaa seksuaalisuutta, elämänhistoriaa tai kokemuksia. Niitä ei tarvitse työssä jakaa, mutta niihin tutustuminen on tärkeä työkalu.

Omaan seksuaalisuuteen, arvoihin, tunteisiin ja oletuksiin tutustuminen vahvistaa ammatillista itsetuntemusta. Itsetuntemus auttaa tunnistamaan tilanteita, joissa oma historia tai tunnereaktio saattaa vaikuttaa kohtaamiseen. Samalla se vahvistaa kykyä pysyä nuoren kokemuksen äärellä ilman tarvetta ohjata keskustelua omista lähtökohdista käsin.

Reflektointia voi helpottaa esimerkiksi seuraavien kysymysten pohtiminen:

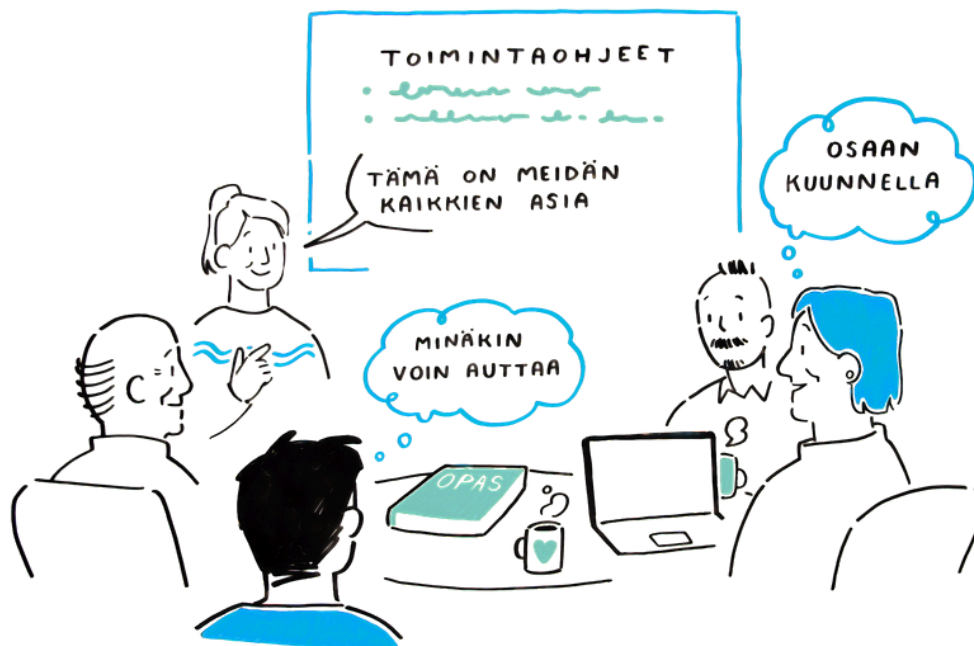
- Millaisia viestejä olen itse saanut seksuaalisuudesta, kehosta, seurustelusta ja seksistä?
- Miten puhun omasta kehostani?
- Miten puhun toisten kehoista?
- Miten vuorovaikutan omista rajoistani ja tarpeistani?
- Millä tavalla kunnioitan toisen ihmisen rajoja?
- Millaiset seksuaalisuuteen liittyvät aiheet tuntuvat minusta luontevilta ja mitkä vaikeilta?
- Herääkö joistakin aiheista minussa voimakkaita tunteita?
- Millaisia oletuksia teen nuoresta hänen puheensa, ulkonäkönsä, käyttäytymisensä tai ihmissuhteidensa perusteella?
- Osaanko erottaa omat arvoni nuoren oikeuksista ja tarpeista?
- Millä tavalla oma taustani saattaa vaikuttaa siihen, miten kuuntelen tai tulkitSEN nuoren kertomaa?
- Onko työssäni aiheita, joita huomaa vältteleväni?

Tavoitteena ei niinkään ole päästä eroon kaikista omista ajatuksista tai tunteista, vaan oppia tunnistamaan niitä ja arvioida, miten ne vaikuttavat omaan toimintaan.

Ammatillisuuteen kuuluu kyky tunnistaa omat tunteet ja tarvittaessa käsitellä niitä työyhteisössä. Kohtaamistilanteessa työntekijän tehtävänä on kannatella nuorta ja huolehtia siitä, ettei nuori joudu ottamaan vastuuta aikuisen tunteista. Jos nuoren kertoma herättää työntekijässä voimakasta järkytystä, surua tai avuttomuutta, tunnetta voi käsitellä myöhemmin esihenkilön ja kollegan kanssa, työterveyshuollossa tai työnohjauksessa.

Työpaikan asenteet, puhettavat ja esimerkit vaikuttavat siihen, miten seksuaalisuudesta ja seksuaaliväkivallasta uskalletaan puhua. Jos seksuaalisuus nähdään työyhteisössä luontevana osana nuorten hyvinvointia, aiheiden puheeksi ottaminen helpottuu. Vastaavasti vähättely tai ajatus siitä, että seksuaalisuuteen liittyvät kysymykset eivät kuulu omaan työnkuvaan, voivat muodostaa esteen avun tarjoamiselle.

Vaikeiden tilanteiden käsittely on tärkeä osa sekä työntekijän työhyvinvointia että laadukasta asiakastyötä. Työyhteisön toimivuus ja turvallisuus välittyvät suoraan asiakkaiden kanssa tehtävään työhön. Työyhteisössä olisikin hyvä olla mahdollisuus keskustella siitä, miten seksuaaliväkivaltaan liittyviin tilanteisiin toimitaan ja mistä työntekijä saa tukea.



Ota rohkeasti puheeksi

Seksi on yksi haastavimmista vuorovaikutustilanteista, eikä siihen ole valmista mallia, josta tilanteita voisi opetella. Suostumuksen näkökulmasta käytös-, tunne- ja vuorovaikutustaidoilla pärjää ihmissuhteissa pitkälle.

Kaikki epämiellyttävät kokemukset eivät ole seksuaaliväkivaltaa, mutta esimerkiksi omien rajojen venyttäminen toista miellyttääkseen on tärkeä tunnistaa ja pyrkiä muuttamaan toimintaa oman hyvinvoinnin vuoksi. Seksuaaliväkivallan ja rajojen rikkoontumisen ennaltaehkäisyyn näkökulmasta kaikki ajankohtainen tieto seksuaalisuudesta, seksistä ja turvataidoista on tärkeää.

Seksuaalikasvatus ei kuulu ainoastaan kouluille ja vanhemmille, vaan se on osa jokaisen nuorten kanssa työskentelevän ammattilaisen osaamista. Jokainen ammattilainen voi toteuttaa seksuaalikasvatusta oman työnsä ja roolinsa mahdollistamissa puitteissa.

Uskalla ottaa seksuaaliväkivalta puheeksi. Kaikkea ei tarvitse osata itse: tärkeää on kuunnella, ottaa nuoren kokemus vakavasti, olla syyllistämättä ja ohjata tarvittaessa oikean avun piiriin. Ammattilaisen tehtävä ei ole ratkaista kaikkea, vaan olla turvallinen aikuinen, joka uskaltaa kohdata, kysyä, kuunnella ja toimia.

Materiaalia oppaan aiheisiin liittyen

- Amnesty – Puhutaan suostumuksesta
- HIV-point – Seksuaalikasvattajan käsikirja
- Nuorten Exitin materiaalipankki
- Nuorten Väestöliitto
- Näppi & Viinanen – Seksuaalikasvatus ja neuvonta
- Pelastakaa Lapset – Kohtaa ja kuuntele, opas huoltajille lapsen seksuaalikasvatuksen tueksi
- Seritatyö – Menetelmäopas seksuaalisten rajojen tunnistamisen ja vahvistamisen tueksi
- Sua Varten Somessa materiaalipankki
- THL – Seksuaalikasvatuksen tueksi
- THL – Seksuaaliväkivaltatyön perusteet
- Väestöliitto – Digiturvataidot
- Väestöliitto – Seksuaalioikeudet