

SEKSUAALISUUDEN
PUHEEKSIOTTO
MIKSI ON TÄRKEÄÄ?
PÄIDELÄÄKETIETEEN PÄIVÄT
HELSINKI 4.2.2022

Marjukka Takala
Erityistason seksuaaliterapeutti
Seksuaalineuvojai
Terveystieteiden
Turun kaupunki

MARJUKKA TAKALA

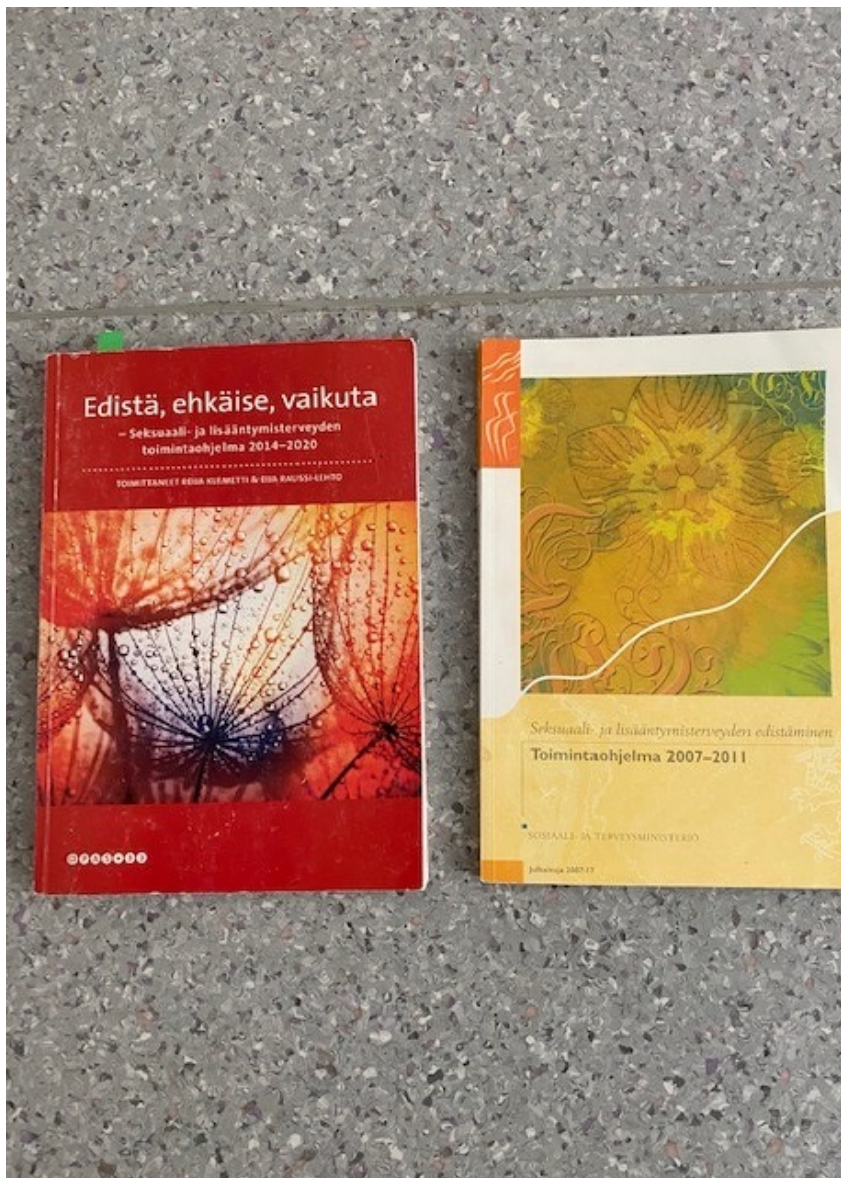
Erityistason seksuaaliterapeutti

Seksuaalineuvoja

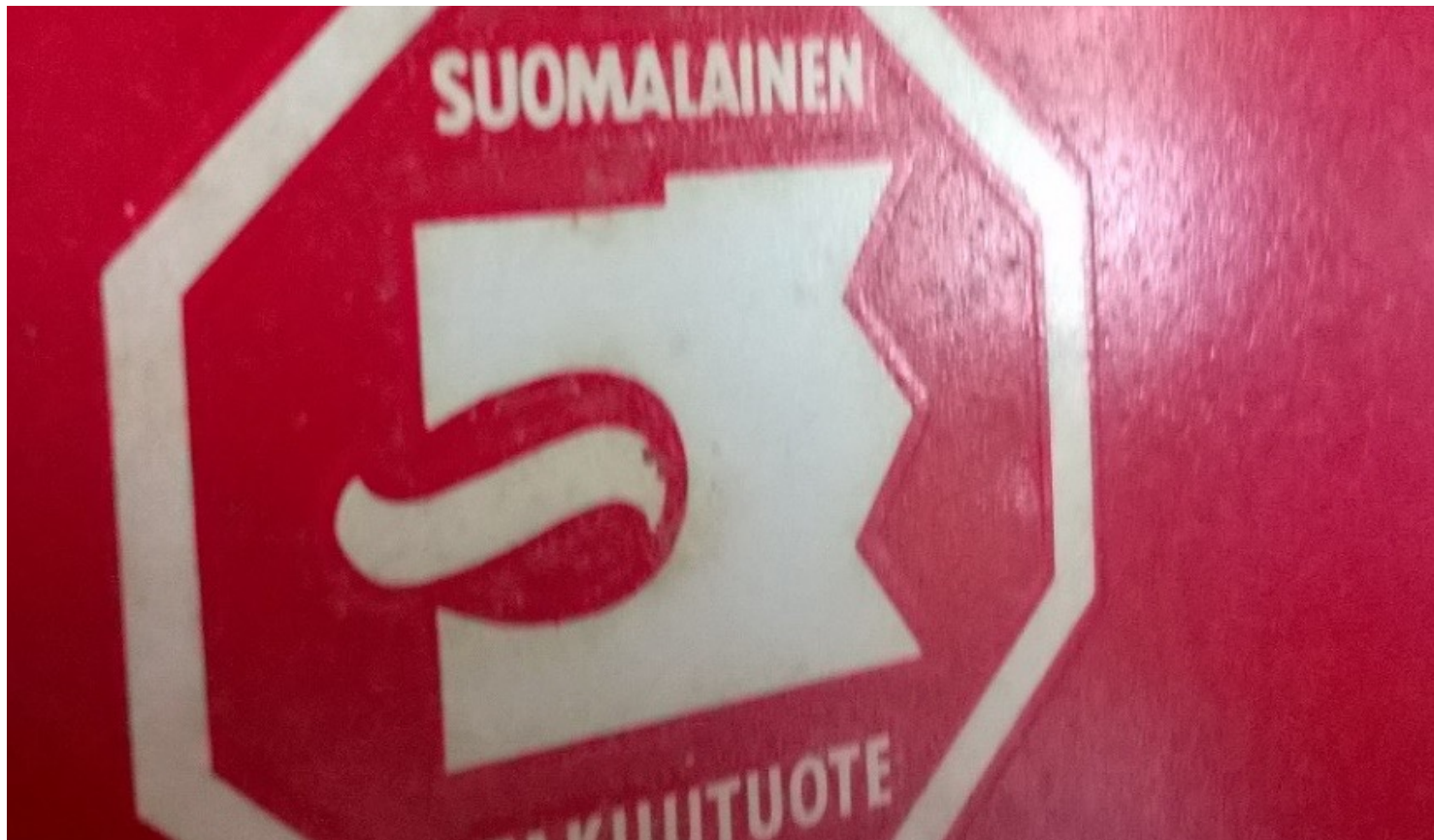
Terveydenhoitaja

Turun kaupunki / Ehkäisyneuvola



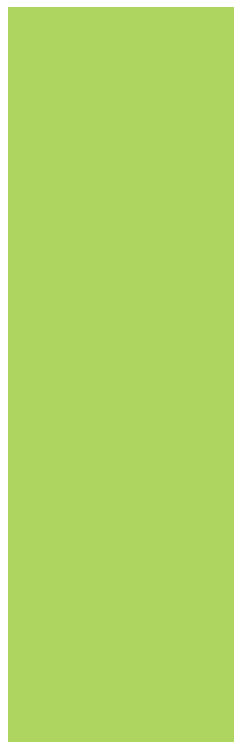


SEKSUAALI –JA LISÄÄNTYMISTERVEYDEN TOIMINTAOHJELMAT STM 2007- 2011, THL 2014-2020



KESKUSTELUA SEKSUAALISUUDEN
ÄÄRELLÄ 2020
987 :24 =41 =


1 ½ kk:ta ihmisten
seksuaaliterveyden
kysymyksissä ajaksi
muutettuna siis yötä päivää
😊



MUUTOKSIA 20-VUODEN AIKANA

- **Seksuaalinen suuntautuminen / nyt
sukupuolen kokemus**
- **Halu, haluttomuus**
- **Porno**
- **Päihteet**





YLEISEMPIÄ TULOSYITÄ

Halu, haluttomuus ja halujen eriparisuus

Erektiohäiriöt

Yhdyntäkivut, vagisimi, vulvodynia yhteistyössä
lääkärin / fysioterapian kanssa.

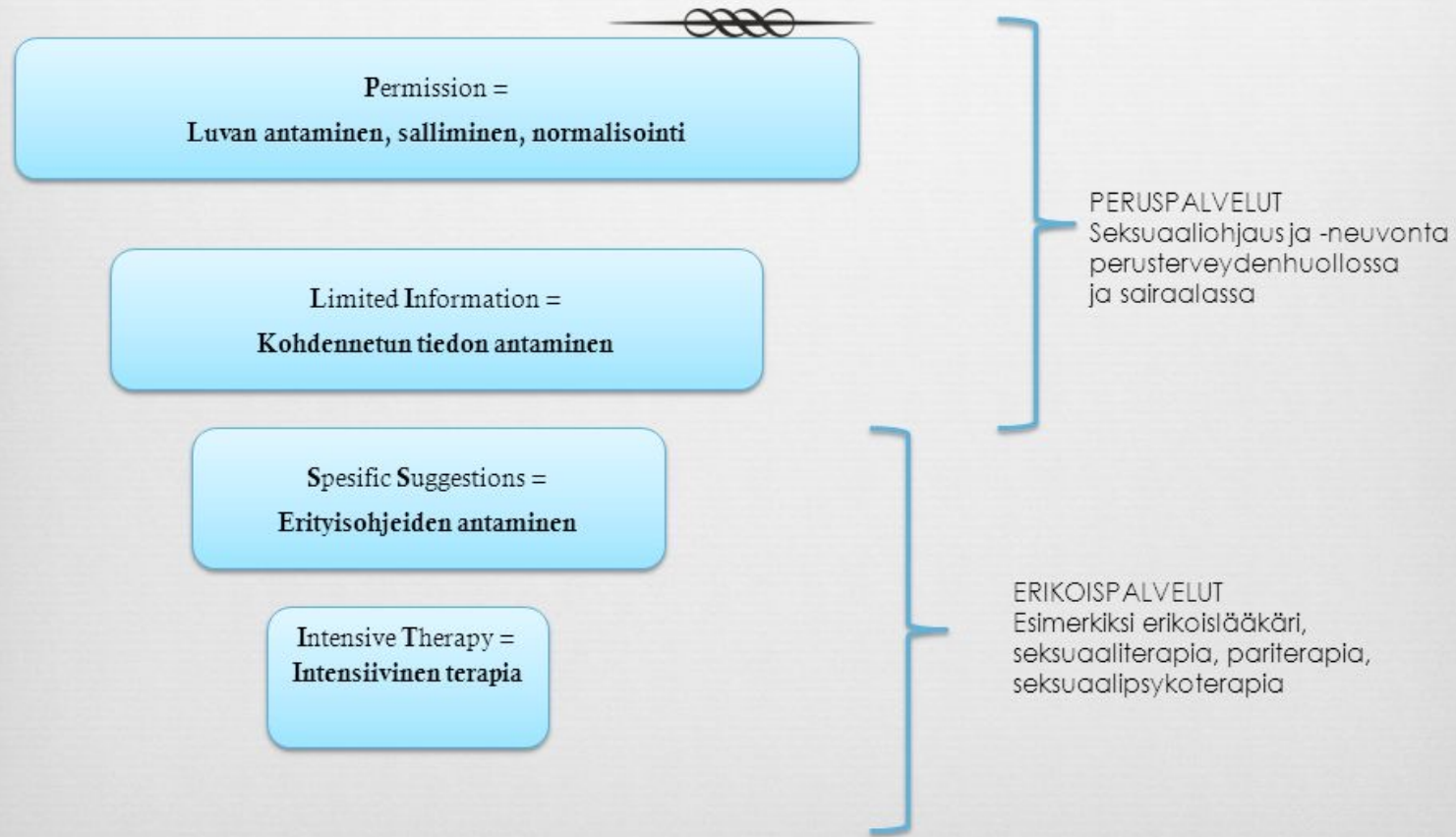
Nuorten kohdalla; seksuaalinen suuntautuminen /
sukupuolen ristiriitainen kokemus

Kehon kuva, tyytymättömyys, riittämättömyys

Suhteet avoimia / salassa / avio-avoliitto

Seksuaalinen väkivalta

PLISSIT-malli



SEKSUAALISUUS

Seksuaalisuus on keskeinen osa ihmisyyttä kaikissa elämän vaiheissa, se käsittää sukupuolen, sukupuoli-identiteetin ja sukupuoliroolit, seksuaalisen suuntautumisen, erotiikan, mielihyvän, intiimit suhteet ja lisääntymisen. Seksuaalisia kokemuksia ja seksuaalisuuden ilmenemismuotoja ovat ajatukset, fantasiat, halut, uskomukset, asenteet, käyttäytyminen, seksuaalisuuden harjoittaminen, roolit ja suhteet. (WHO 2010.)



OMAN SEKSUAALISUUDEN KOHTAAMINEN

Seksuaalisuus,
mitä mieltä itse
olen ?

Asenteeni ?

Sanani ?

Oman ja toisen
kehon
kunnioittaminen

Omat tiedot
seksuaalisuudesta

Miten välitän ?

Rajat, miten
kykenen
pitämään rajat ?

Mikä on oleellista
tietoa tässä
potilassuhteessa ?

Voidakseen olla avuksi muille, pitää uskaltaa tutkia omia :

- Käsitteksiäni seksuaalisuudesta osana ihmisyyttä
- Yhdyntäkeskeinen
- Romanttinen
- Moniarvoinen
- Seksuaalisuuteen liittyvät myytit ja tabut
- Mieltymykset ja vastenmielisyydet
- Mukavuus -ja epämukavuusalueet
- Ammatillinen etiikka ja moraalikäsitteet

Mikä on sinun tapasi ottaa seksuaalisuus puheeksi ?

Jos ei ole tapana, miksi ei? esteet / helpottavat tekijät

Miten suhtaudut seuraaviin asioihin?

Seksuaalinen suuntautuminen, sukupuolen kokemus

Vastikkeellinen seksi

Ryhmäseksi, polyamoria, parinvaihto

Bdsm, paljastelu, fetissit, eriteleikit

Miten asiakkaan sukupuoli vaikuttaa asiakassuhteessa seksuaalisuuden puheeksi ottamiseen?

Millainen seksi on ihmiselle hyväksi/pahaksi? Mikä terveellistä/epäterveellistä?

Missä menevät seksuaalisen vapauden rajat? Entä omat rajasi?

LUONTEVA KIELI





PUHEEKSIOTTAMISEN ESTEITÄ



TAVALLISIA TEKOSYITÄ JA TODELLISIA ESTEITÄ

Toimintaympäristön rajoitteet - ei aikaa tai paikkaa, kiire

”Intiimi asia jonka puheeksi ottaminen loukkaa potilasta”-kuvitelma

”Ei hän ole seksuaalinen tai ei häntä kiinnosta”-oletus

”Ei hän halua puhua-ei kysynyt mitään”-odotetaan asiakkaan itse ottavan puheeksi

Ammattilaisen kokemus vaikeasta asiasta , kokemus ettei yhteistä kieltä tai tiedonpuute

Omat asenteet ja ajatukset

Oikeus omaan seksuaalisuuteen

Oikeus tietoon seksuaalisuudesta

Oikeus suojella itseään, tulla suojelluksi

Oikeus seksuaaliterveyspalveluihin

Oikeus tasa-arvoon ja syrjimättömyyteen

Oikeus yksityisyyteen


Oikeus vaikuttaa

SEKSUAALIOIKEUDET WHO

TYÖNTEKIJÄN EETTISET PERIAATTEET


Itsemääräämisoikeus: Seksologi kunnioittaa asiakkaansa itsemääräämisoikeutta, johon kuuluu myös oikeus aloittaa ja lopettaa asiakassuhde. Seksologi ei ohjaile tai holhoa asiakastaan tämän tahdon vastaisesti tai tältä salaa, vaan pikemminkin pyrkii parantamaan asiakkaansa kykyä tehdä itseään koskevia ratkaisuja huomioiden myös läheistensä hyvinvoinnin.

Koskemattomuus: Seksologi kunnioittaa asiakkaansa ruumiillista koskemattomuutta. Asiakassuhteeseen liittyvät kosketukset tai ruumiillista kontaktia vaativat toimenpiteet on selitettävä asiakkaalle etukäteen ja niihin on pyydettävä asiakkaan lupa. Koskemattomuus sisältää myös henkiset rajat, joita tulee kunnioittaa. Kun asiakassuhde vaatii asiakkaalle vaikeiden aiheiden käsittelyä, pyrkii seksologi aina asiakkaansa kanssa yhteisymmärrykseen sopivien lähestymis- ja käsittelytapojen löytämisessä





Luottamuksellisuus: Seksologin ja hänen asiakkaansa väliset keskustelut, kaikki asiakassuhteeseen liittyvät tiedot ja asiakirjat, sekä koko asiakassuhteen olemassaolo, ovat luottamuksellisia. Niistä ei saa luovuttaa tietoja, eikä kertoa kenellekään ilman asiakkaan suostumusta.

Asiakkaan etu: Seksologi toimii ensisijaisesti asiakkaan edun mukaisesti. Käsitöksen asiakkaan edusta tulee perustua seksologin ja asiakkaan väliseen yhteisymmärrykseen. Mikäli asiakassuhteeseen liittyy muita etunäkökohtia, kuten esimerkiksi seksologin tekemän tutkimuksen edistäminen, on tällaiset näkökohdat saatettava viipymättä asiakkaan tietoon. Mahdollisissa ristiriitatilanteissa asiakkaan etu on aina etusijalla



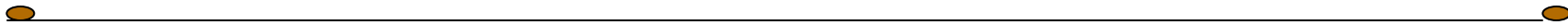
Arvoneutraalius: Seksologi on neutraali asiakkaansa elämäntavan sekä seksuaalisuutta ja ihmissuhteita koskevan arvomaailman suhteen. Hän ei painosta asiakastaan omaksumaan jotakin tiettyä arvomaailmaa tai käsitystä seksuaalisuudesta. Seksologi pyrkii tunnistamaan oman arvomaailmansa ja ihmiskäsityksensä vaikutukset työhönsä sekä pohtii omia tarkoitusperiään ja tunteitaan asiakassuhteissa. Neutraalius ei tarkoita arvokeskustelun välttämistä, vaan erilaisten arvovalintojen kunnioittamista

Ammatillisuus: Seksologi pitää huolta, että hänellä on paras mahdollinen ammatillinen tieto- ja taitotaso. Hän tunnistaa ammatilliset puutteensa ja osaa ohjata asiakkaan tarvittaessa paremman tiedon tai avun luokse. Seksologi pyrkii tunnistamaan myös tilanteet, joissa hän on jäävi aloittamaan asiakassuhdetta esimerkiksi silloin, kun asiakas on sukulainen tai yhteisen ystäväpiirin jäsen.



MITÄ ON SEKSI ?

Fantasiat, toiveet, ajatukset, unelmat, kosketus, itsetyydytys, eroottinen kosketus toisen kanssa, yhdyntä





MITÄ SEKSI VOI OLLA?

Jokainen, huolimatta sukupuolesta, seksuaalisesta suuntautumisesta, kulttuuritaustasta, mahdollisesta vammasta, löytää oman hyvän ja oikean tavan nauttia omasta kehosta yksin ja/tai yhdessä toisen kanssa

Mielikuvitus, oma ja/tai toisen halu ovat rajana

JA SE RAKENTUU...

Fantasiamaailmaa rakennetaan mielikuvitusleikkien, tarinoiden ja kyselykausien avulla.

Oman kehon osat löytyvät, eri toimintoja otetaan haltuun ja niihin tutustutaan. Häpäisyn, kivun tai väkivallan kokemukset suhteessa omaan kehoon ja kehollisuuteen saattavat jäädä leimaamaan koko aikuista seksuaalisuutta.

Omanarvontunne kehittyä ja kehollinen sekä seksuaalinen minäkuva kehittyvät sen mukaan, miten kehosta puhutaan, miten sitä kohdellaan.

Tunteiden ja tuntemusten kokemusta tavoitellaan ja samalla opitaan, onko ollenkaan lupa nauttia ja millä tavoin se on sallittua.

Seksuaalisuuteen ja lisääntymiseen liittyviä teemoja prosessoidaan uteliaan tarkkailun, leikin ja piirrosten avulla.



MITÄ SEKSIN EI KUULU OLLA?

Kivuliasta

Loukkaavaa

Pakottamista

Painostamista

Väkivaltaa

HÄPEÄ NÄKY
JA TUNTOU
KEHOSSA





OMASSA TYÖSSÄSI

KYSY

Kysy rohkeasti potilaaltasi luvan saatuaasi seksuaalisuudesta, seksistä muun ohjauksen luontevana osana

Ole kuunteleva, älä kuitenkaan tunkeile

Kaikkia ei tarvitse puhua ensimmäisellä tapaamisella.

KERRO

Päihteiden, sairauksien, mieli-alan tai hoitojen vaikutuksesta seksuaaliterveyteen



OHJAA

Tarvittaessa eteenpäin, mutta muista että jokaisella kohtaamisella on merkityksensä ja sen anti voi näkyä viiveellä.

KUNNIOITA

Asiakkaasi yksityisyyttä, itsemääräämisoikeutta ja kehon koskemattomuutta. Uskalla kuitenkin puuttua jos huomaat esim väkivallan merkkejä, hyväksikäyttöä yms

KÄYTÄ

Sellaista kieltä joka sinulle sopii, mutta varmista, että asiakas sen myös ymmärtää.

Tulkin käyttö



MUISTA

Ammatillinen suhde asiakkaaseen. Koko maailman voi pelastaa asenteella on varma tie uupumukseen.

Pohdi säännöllisesti omaa arvomaailmaasi ja keskustele työyhteisössäsi ; jaa tietoa ja reflektoi

Pidä huolta työnohjauksesta



TYÖNTEKIJÄN TYÖKALUPAKKIIN

Kuuntelen, kunnioitan ja kysyn

Annan aikaa, puhun selkeästi, vältän ammattitermejä

Rakennan palveluverkostoja

Jaan asioita muiden palveluntuottajien kanssa

Otan järjestöjä mukaan tarpeen en tavan mukaan, vaitiolo

Pohdin omia oletuksiani

Omat ennakkoluulot ja niiden vaikutukset

Mitä pidän itsestään selvänä?

Miten omat arvoni vaikuttavat?

Osaanko kyseenalaistaa nopeita omia päätelmiä?

Kiitos

