

IMETYS, SEKSUAALISUUS JA PARISUHDE

Sari Matikainen

Terveystenhoitaja, Imetyskouluttaja/ Helsingin neuvolat

Pari- ja seksuaaliterapeutti/ Pariterapia Hertta

1.10.2019

MITÄ SEKSUAALISUUS ON?

- IHMISEN SEKSUAALISUUS ON SYNNYNNÄINEN KYKY JA VALMIUS REAGOIDA FYYSISESTI JA PSYKKISESTI AISTIMUKSIIN JA VIRIKKEISIIN KOKEMALLA EROOTTISTA JA SEKSUAALISTA MIELIHYVÄÄ
- IHMISEN SEKSUAALISUUS PALVELEE SEKÄ IHMISLAJIN BIOLOGISTA SÄILYMISTÄ ETTÄ PSYKKISTÄ NAUTINTOA. SEKSUAALISUUS ON OMINAISUUS, JOKA ON OSA IHMISYYTTÄ KOKO ELÄMÄN AJAN.

MIETI, MITÄ SEKSUAALISUUS SINULLE TARKOITTA?

MITÄ SEKSI ON?

- SEKSI ON IHMISELLE HÄNEN OMAN SEKSUAALISUUTENSA TOTEUTTAMISTA, TEKOJA TAI AJATUKSIA, JOTKA ANTAVAT SEKSUAALISTA HYVÄN OLON TUNNETTA, FYYSISTÄ NAUTINTOA JA MIELIHYVÄÄ
- SEKSIÄ VOI HARRASTAA YKSIN TAI YHDESSÄ
- SEKSIIN TOISEN IHMISEN KANSSA TARVITAAN SUOSTUMUS

SEKSUAALISUUDEN KEHITTYMISESTÄ

- AIKUISUUDEN SEKSUAALISUUDEN JA EROOTTISUUDEN SIEMENET KYLVETÄÄN JO VARHAIN LAPSUUDESSA
- KYKY NAUTINNOLLISEEN AISTILLISUUTEEN RAKENTUU POSITIIVISEN KOSKETUSTEN VARHAISISTA KOKEMUKSISTA SEKÄ KYVYSTÄ JA HALUSTA ANTAA JA VASTAANOTTA A IHAILUA
- SE ON KYTKÖKSISSÄ SIIHEN, KUINKA MEITÄ ON PIDELTY, HYVÄILTY JA HOIVATTU OLLESSAMME PIENIÄ
- POSITIIVISEN SEKSUAALISEN KEHITYKSEN JA MYÖNTEISEN MINÄKUVAN KEHITYKSEEN TARVITAAN VIESTI SIITÄ, ETTÄ ON ARVOKAS JA HYVÄKSYTTY

KUKA ON KATSONUT SINUT KAUNIIKSI?

SEKSUAALISESTA HALUSTA

- ~ SEKSUAALINEN HALUKKUUS TARKOITTAÄ MOTIVAATIOÄ JA KIINNOSTUSTA SEKSUAALISIIN OBJEKTEIHIN TAI TOIMINTOIHIN
- ~ HALUA TAI VIETTIÄ SEKSIN HARJOITTAMISEEN
- ~ SEKSUAALINEN HALUKKUUS VAIHTELEE ERI ELÄMÄNTILANTEISSA
- ~ OMAN SEKSUAALISEN HALUKKUUDEN YLLÄPTÄMINEN; SEKSUAALIHISTORIA KOKEMUKSINEEN, OMA KEHONKUVA, SEKSUAALINEN ITSETUNTO JNE.
- ~ SEKSUAALINEN HALUTTOMUUS VOI OLLA PRIMAARISTA, SEKUNDAARISTA, YLEISTYNYTTÄ TAI TILANNETYYPPISTÄ



”JOKAINEN ON VASTUUSSA OMASTA ORGASMISTAAN?”

MINKÄLAINEN ON SINUN OMA KÄSIKIRJOITUKSESI LIITTYEN SEKSIIN JA SEKSUAALISUUTEEN?

SEKSUAALISUUS ERI ELÄMÄNVAIHEISSA~JA TILANTEISSA

- ~ LAPSUUS
 - ~ NUORUUS
 - ~ AIKUISUUS
 - ~ VANHUUS
- OSANA LAPSUUDEN PERHETTÄ
 - ~ ITSENÄISTYMISEN AIKA
 - ~ OMAN PERHEEN PERUSTAMINEN → RASKAUS, SYNNYTYS, *IMETYS*AIKA, VANHEMMUUS, PARISUHDE?
 - ~ YKSINÄISYYS, MUUTOKSET TERVEYDENTILASSA?

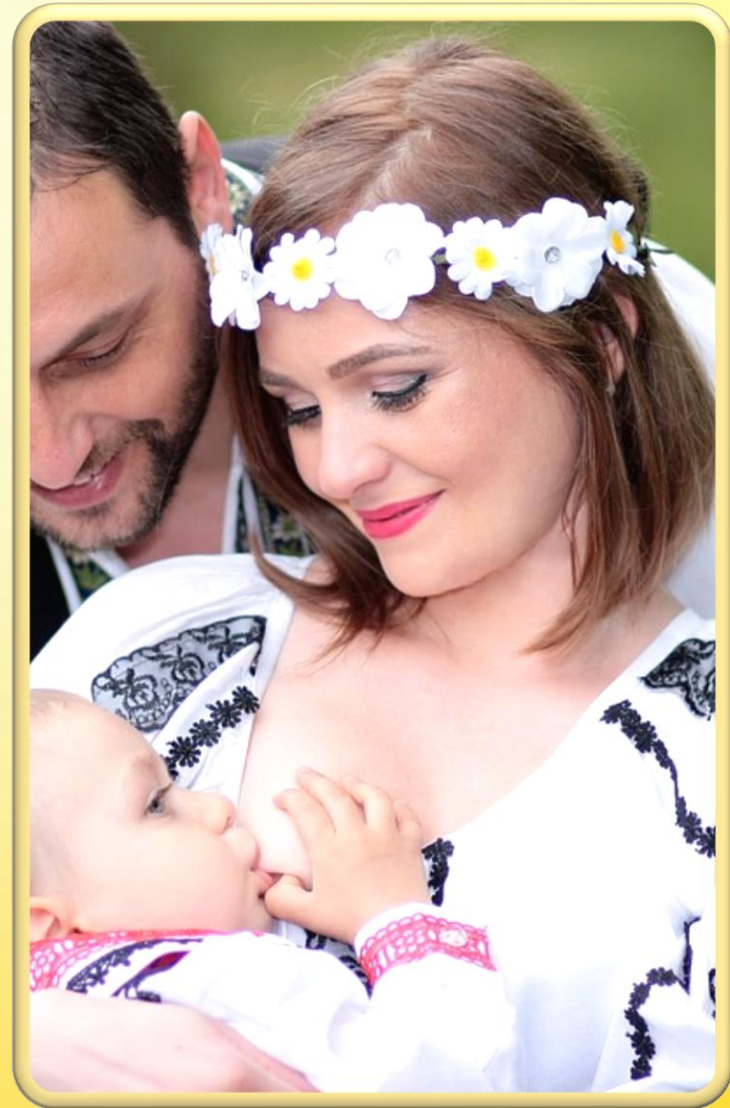
IMETYSAJAN SEKSUAALISUUS

-RASKAUSAJAN FYYSISET MUUTOKSET, KEHONKUVA?

-MINKÄLAISESSA ROOLISSA RINNAT OVAT OLLEET NAISEN
ELÄMÄSSÄ?

-HOIVAJÄRJESTELMÄN AKTIVOITUMINEN JÄLKEÄISTÄ KOHTAAN
VS. PARISUHTEEN SEKSUAALISUUS

-HORMONAALISET MUUTOKSET



RASKAUSAJAN FYYSISET MUUTOKSET, KEHONKUVA

- MINKÄLAINEN SUHDE NAISELLA ON OMAAN KEHOON ENNEN RASKAUTTA?
- ~ ONKO RASKAUS TOIVOTTU?
- ~ MAHDOLLISET PELOT LIITTYEN MUUTTUVAAN PSYYKKISEEN HYVINVOINTIIN JA FYYSISEEN ULKONÄKÖÖN?
- ~ RASKAUDEN EDETESSÄ TIETOISUUS OMASTA KEHOSTA JA SEN VIESTEISTÄ, YMMÄRRYS, HYVÄKSYMINEN, MIELIKUVAVAAVA

MINKÄLAISESSA ROOLISSA RINNAT OVAT OLLEET ENNEN IMETYSTÄ?

- RINNAT MONELLE HYVIN EROGEENISTÄ ALUETTA (EROGEENINEN ALUE= ALUE JONKA/JOLLA KOSKETTELU TUOTTAA MIELIHYVÄÄ. SUU, KORVAT, NISKA, PÄÄLAKI, JNE.)→ " MITÄ RINNOILLA ON TEHTY ENNEN IMETYSTÄ?"
- MYYTIT, USKOMUKSET?
- SEKSIKUMPPANIN ASENTEET/AJATUKSET IMETYSTÄ/RINTOJA AJATELLEN
- MAHDOLLINEN SEKSUAALINEN HYVÄKSIKÄYTTÖ

HOIVAJÄRJESTELMÄN AKTIVOITUMINEN VS. PARISUHTEEN SEKSUAALISUUS

- RASKAUSAIKANA ÄIDIN PSYYKE JÄRJESTÄYTYY UUELLEEN, NS. HOIVAJÄRJESTELMÄ AKTIVOITUU. ENSIKUUKAUSIEN SYMBIOOTTINEN TILA ÄIDIN JA VAUVAN VÄLILLÄ ON VAUVALLE VÄLTTÄMÄTÖN ASIA → VAIKUTUKSET PARISUHTEESEEN?
- MINKÄLAISTA PARISUHTEEN SEKSUAALISUUS ON OLLUT ENNEN LAPSEN SYNTYMÄÄ ?

HORMONAALISET MUUTOKSET IMETYSAIKANA

- ~ ALATIESYNNYTYKSESTÄ TOIPUMINEN N. 6 VIIKKOA
- ~ KOKONAISVALTAISEMPI FYYSINEN TOIPUMINEN NOIN YKSI VUOSI
- ~ *PROLAKTIINI*: MAIDONERITYKSELLE TÄRKEÄ HORMONI, ALENTAA SEKSUAALISTA HALUKKUUTTA
- ~ *OKSITOSIINI*: SAA MAIDON HERUMAAN, ”HELLYYSHORMONI”, RAUHOITTAVA VAIKUTUS
- ~ *TESTOSTERONI*: SEKSUAALISTA HALUA LISÄÄVÄ/YLLÄPITÄVÄ HORMONI
- ~ *ESTROGEENI*: LIMAKALVOJEN OHENEMINEN, KUIVUMINEN, UNI?

KIITOS 😊