



ILOA lemmenleikeistä

Luontevassa suhtautumisessa omaan seksuaalisuuteen tarvitaan tietoa ja joskus myös neuvontaa. Muutosta asenteisiin ja palveluihin tarvitaan erityisesti vammaisten kohdalla.

TEKSTI Pinja Eskola

TOISIN KUIN usein ajatellaan, eivät ainoastaan lapset ja nuoret tarvitse opastusta seksuaalisuuden kiemuroista, sitä tarvitsevat kaikki.

Seksuaalisuus on pitkään ollut yksityinen asia, josta puhumista on pidetty tabuna. On ollut kauhistus ajatella etenkin valtavirrasta poikkeavien ihmisten, kuten vammaisten, läheisyyttä. Seksuaalisuus on kuitenkin lähtökohdista riippumatta osa meitä kehdestä haetaan, ja siihen liittyvä tieto on jokaisen oikeus. Vammaisten on ollut tätä tietoa haastavaa saada.

Ajatukset myllyyn

Tässä seksiposiitiivisessa somekuplassa, jossa tulevana seksuaalineuvojana ja aktivistina elän, käsitys siitä, mitä seksi ja seksuaalisuus ovat, voi olla laava. Kuplan ulkopuolella ei tapaa yhtä vapautunutta puhetta.

Tiedän kokemuksesta, kuinka arka aihe seksuaalisuus voi vamman omaavalle olla, sillä oma teini-ikäni oli kipuilua teeman ympärillä. Kun suhteeni seksuaalisuuteen parani, kiinnos-

” Seksistä pitäisi puhua lapsille ja nuorille yhtä arkipäiväisesti kuin ruoasta.

tuin asiasta yleisemminkin ja tahdon nyt auttaa muita tulevana seksuaalineuvojana.

Vaikka jokainen voi sivistää itseään lukemalla aiheesta ja käymällä keskusteluja toisten kanssa, on lasten ja nuorten opastamisessa päävastuu kotona ja koulussa. Etenkin vanhemmilla saattaa kuitenkin olla taipumus kasvattaa vammaista lasta pumpulissa ja ajatella suojelevansa lasta jättämällä kertomatta hänelle vaikkapa seksistä.

Älä suojele väärin

Alan ammattilaiset varoittavat tällaisesta ”suojelesta”.

- Koskaan ei ole liian aikaista puhua seksistä ja seksuaalisuudesta. Tieto auttaa tekemään vas-

tuullisia päätöksiä. Miten voisi olla turvassa, jos ei tiedä, millainen kosketus on oikein tai väärin? kysyy Helsingissä Ilonkipinä-yritystä pyörittävä seksuaalikasvattaja **Raila Riikonen**.

Hän muistuttaa, että vammaisen käsitys omista kehon rajoistaan voi olla hämartynt. Hän kun joutuu ottamaan lähikontaktia erilaisiin ihmisiin jo avuntarpeensa vuoksi. Keskustelut koskemattomuudesta ovat siis tärkeitä. Jos vammaista (tai ketä tahansa) ei opeteta ymmärtämään oikeuttaan omaan kehoon ja sen koskemattomuuteen, on hän entistä herkemässä asemassa joutua kaltoinkohdelluksi emotionaalisesti ja myös fyysisesti.

CIS = Henkilö, jonka sukupuoli-identiteetti vastaa syntymässä määriteltä sukupuolta.

HETERONORMATIIVISUUS = Oletus, että heteroseksuaalisuus on kaikille ominaista.

”

Jotta tarpeet voitaisiin toteuttaa turvallisesti, seksuaalisesta kanssakäymisestä on pystyttävä puhumaan.



Seksuaalisuudesta ja seksistä pitäisi puhua lapsille ja nuorille yhtä arkipäiväisesti kuin ruoasta, toteaa seksuaalineuvoja Amu Urhonen videopuhelussamme.

Vamma voi rajoittaa

Ihminen tarvitsee ruokaa tyydyttääkseen nälkäänsä. Seksuaalisuus synnyttää myös monille tarpeita. Jotta ne voitaisiin toteuttaa turvallisesti, seksuaalisesta kanssakäymisestä on pystyttävä puhumaan.

Seksi mielletään edelleen usein penetraatiokeskeisesti. Tämä sulkee ulos ihmiset, jotka eivät varsinaista yhdyntää halua tai siihen pysty. Osa vammoista voi esimerkiksi spasmisuudesta johtuen aiheuttaa yhdyntäkipuja.

Urhonen muistuttaa tietoa seksuaalisuuden vammaisnäkemyksestä alkua jo olla saatavilla myös Suomessa. En kuitenkaan ole huomannut tutkimuksia eri vammojen vaikutuksesta. Jos niitä on, tuloksista ei puhuta tarpeeksi.

Vamma tai sairaus ei siis vie tarpeita tai haluja pois, mutta ne voivat vaikuttaa mahdollisuuksiin tai tapoihin harrastaa seksiä. Onneksi nautinnon tapoja on useita.

Olenko haluttava?

Asiaa ei kuitenkaan auta, että mediassa on yhä vahva käsitys siitä, millainen keho on haluttava. Vammaisen keho istuu tähän harvoin. Vammaisten seksuaalisuudesta on alettu puhua, mutta Urhonen nostaa *Vammaisaktivismia* etsimässä -hankkeen blogikirjoituksessaan hienosti esiin

Seksologeja:

Erityisosaamista vammaisuudesta, osa itsekkin vammaisia.

Hinnat noin 40 e-75 e/tunti.

Myös etätapaamiset mahdollisia.

- **Tanja Roth**, Oulu (tasapainoiseksi.fi)
- **Hanna Pinomaa**, Helsinki (www.tunnekeskeinenpariterapia.fi)
- **Amu Urhonen**, Tampere (Kynnys ry)
- **Heidi Huttunen**, Helsinki (heidi.huttunen@cp-liitto.fi)
- **Aura Kaskisydän**, Vantaa (lemmenleikit.fi)
- **Raila Riikonen**, Helsinki (ilonkipina.fi/)
- **Oliver Lindqvist** (Facebook: Aurinkoiseksi)
- **Pinja Eskola**, Tampere (www.kynaniekansalaisetmietteet.com, valmistuu 12/2021)

sen, miten media yrittää edelleen tehdä aiheesta yllätyksellistä. Sitä sen ei pitäisi enää olla.

Vanhempia ei tässä ilmapäiressä voi aina syyttää siitä, jos he eivät halua tai osaa ottaa asioista selvää tai lasten kanssa puheeksi. He ovat mitä luultavammin kasvaneet aikakautena, jolloin seksi oli vaillellu aihe. Tämä ei kuitenkaan saa olla tekosyy sille, että jollekin ihmisryhmälle ei annettaisi tietoa.

Seksuaalikasvatus on pitkälti ollut (seksi) tundeista ja ei-toivotuilta raskauksilta suojautumisesta puhumista. Keskustelu esimerkiksi suojautumisen tärkeydestä on noussut, itseäni järkyttäen, keskusteluun vasta viime vuosina.

Pitäisi olla itsestäänselvyys, ettei seksiä ole ilman suostumusta. Koska monet vammat vaikeuttavat esimerkiksi sosiaalisten tilanteiden ja pienten vihjeiden hahmottamista, olisi neuvonnassa erittäin tärkeää kiinnittää huomiota kommunikaatioon ja siihen, kuinka toista ihmistä lähestytään. Myös omat rajat – se, mihin on valmis seksuaalisessa kanssakäymisessä – tarpeet ja halut on tärkeä osata sanoittaa.

Se, että henkilö tarvitsee erityistä ohjausta tai tukea näiden sanoittamiseen, ei tarkoita, ettei hän olisi täysin kyvykäs nauttimaan seksuaalisuudestaan yksin tai kumppanien kanssa. **SelkoSeks**-siivustolta löytyy nykyään kuvapankki helpottamaan puhevammaisten kommunikaatiota.

Koulujen skarpattava

Seksuaalikasvatuksen tärkeys koulussa tunnustetaan. Sen tunnit on kuitenkin jaettu ongelmallisesti: niitä on peruskoulussa 5. ja 8. luokalla.

- Porukalta menevät puhutut asiat ohi, pohtii Riikonen. - Joko aihe tuntuu vielä kaukaiselta tai sitten ihmisillä on jo kokemuksia, jolloin he ajattelevat, etteivät saa siitä juuri mitään irti.

Saattaa myös olla, että jotkut oppilaat kokevat cis-heteronormatiivisuuden ulossulkeväksi. Riikosen mielestä olisikin hyvä, jos seksuaalikasvatuksen yhdistettäisiin kouluissa myös osaksi muita tunteja. Historiasta voisi esimerkiksi puhua sateenkaarevien näkökulmasta. Koulun muuhun opetukseen yhdistettynä aihe ei ehkä tuntuisi niin luotaantönnäältä ja tavoittaisi enemmän ihmisiä oikeaan aikaan.

Lähikouluissa puutteita

Koska vamma tuo mukanaan haasteita seksuaalisuuden toteuttamiseen, on ainakin joissain erityiskouluissa oma seksuaalineuvoja pitämässä tunteja ja yksilötapaamisia. Vammaiset lähikoululaiset ovat huonommassa asemassa. Terveystiedon kirjoissa vain mainitaan, että vammaisillakin on seksuaalisuus. Se ei riitä, mutta kouluilla ei ole resursseja käsitellä kaikkea.

- Oppilaasta ei saa myöskään tehdä silmätikkua kesken tunnin vaan hänelle tulee tarjota mahdollisuus puhua yksityisesti, Riikonen muistuttaa.

Sexpo-säätiöllä on hanke, jonka tavoitteena on saada joka kouluun seksuaalineuvoja. Miten huolehditaan, että tämä neuvoja osaa huomioida vähemmistöt? Yksi vaihtoehto on, että neuvoja voisi ohjata asiakkaan toiselle neuvojal- le, jolla on spesifimpää osaamista.

Mistä apua ja tietoa?

Neuvontaan voi hakeutua, kun miettii onko jokin kehon toiminnoissa tai ulkonäössä normaalia, kun omat fantasiat tai kiinnostukset mietityttävät tai kun ei tiedä, millä tavoin seksuaalisuuttaan voisi toteuttaa. Neuvontaan voi kuitenkin hakeutua mistä tahansa seksuaalisuuteen liittyvästä ongelmasta.

Mikäli omalla alueella on julkisella puolella tarjolla seksuaalineuvontaa, voit hakeutua sinne pyytämällä lähteen tai pyytämällä lääkärä varaamaan ajan. Käynti maksaa poliklinikka-käynnin verran.

Etsi osaava neuvoja

Seksuaalineuvojat erikoistuvat usein eri osa-alueisiin. Esimerkiksi vammaisuus voi tuoda mukanaan sellaisia haasteita, että paras apu ja tuki tulee vammaisuuteen erikoistuneelta seksuaalineuvojalta. Joskus tuntuu helpommalta puhua kanssavammaiselle, joita onneksi löytyy. Oheen on listattu joitakin vammaisuuteen perehtyneitä seksuaalineuvoja tai seksuaaliterapeutteja, joista osalla on itselläänkin vamma.

Amu Urhonen painottaa vammaisten kanssa työskentelevien koulutuksen tärkeyttä. Tietoa on ja sitä tulee hyödyntää. Vaikutukset alkavat hänen mukaansa jo näkyä asumis- ja työtoimintayksiköissä. Vammaisille tarjotaan niissä mahdollisuuksia toteuttaa itseään, ja heidän oviinsa ovat ilmestyneet lukot.

Kirjoittajana voin allekirjoittaa tämän: minulta kysyttiin juuri, lähtisinkö seksivälineiden tuote-esittelijäksi autismikirjoon kuuluvien yksikköön.