

SISÄLLYS



Kiitokset.....	6	Järjen käyttö on sallittua.....	46
Esipuhe	7	Seksuaalisuuden portaat	49
Käsikirjan käyttäjälle	8	1. Olen ihana	49
Hyvin yksilöllinen, kaikille yhteinen seksuaalisuus.....	10	Ihana minä	49
Mitä on seksuaalisuuden portaat?.....	10	Vastavuoroinen maailma	50
Miksi seksuaalisuuden portaat vanhemmille, vanhempainiltaan?.....	13	Kehittyvä minä	51
Miksi seksuaalisuuden portaat seksuaaliopetukseen ja seksuaalikasvattajalle?.....	14	Keho tasoittaa tunteen.....	51
Miksi seksuaalisuuden portaat vastaanotolla, esimerkiksi kouluterveydenhuollossa ja nuorisopoliklinikoilla?.....	16	Yksityistä vaiko yleistä	53
Miksi seksuaalisuuden portaat -malli lapselle ja nuorelle?	17	2. Tykkäskaveri	55
Seksin tärkeät kerrokset järki, tunne ja biologia	19	Monenlaisia suhteita	55
Miten malli toimii?.....	21	Rakastan!	56
Porras portaalta kohti aikuisuutta	22	3. Vanhempien ihailu	59
Portaat yhdestä yhteentoista	22	Tyttö ja poika	59
Seksuaalisuuden portaiden tavoitteet.....	28	Ketä rakastaisin?	60
Miten lapsille ja nuorille voi puhua seksistä?	29	4. Idoli ihastuttaa	63
Kulttuurit, uskonnot, arvot ja normit	31	Kohti suurta maailmaa	63
Lapsen kehitystä seuraten - seikkailumatka seksuaalisuuden portaille	32	Tulevaisuuden tuumailua	64
Opetus vastaamaan kehitystä	33	Rakastettava rakkaus.....	64
Tarvitaanko seksuaalikasvatusta varhaiskasvatuksessa?.....	38	Olla kuin hän.....	65
Varhaiskasvatuksen ammattilaisten ajatuksia pienten lasten seksuaalikasvatuksesta	39	Idolina kotikylässä	67
Pettymysten merkitys.....	41	5. Tuttu mutta salattu	69
Kouluaika, seksuaalisuus ja seksi	44	Todellisen kumppanin etsintään	69
		Minäkuva muuttuu.....	71
		Helmiä muistojen arkistoon	73
		6. Tuttu ja kaverille kerrottu	75
		Minä tykkään.....	75
		Tarua ja totta	77
		Miten tunteista puhutaan?	78
		Ystävyyden pelisäännöt	79
		7. Tykkään sinusta	85
		Kohti kumppanuutta.....	85
		Vaikuttavia viestejä	86

Rohkea askel	87	Mielikuvatka: Miten minä tulin tähän perheeseen	135
Tunteitten valokeilassa	89	Vartaloleikki	135
Nettirakkaudet	89	Tyttöjen ja poikien erot	136
8. Käsi kädessä	93	Yksityiset kehonosat ja yksityiset tilat sekä uimapukumalli	137
Ensimmäinen kosketus	93	Rumat sanat	137
Ohjeita ja opastusta	94	Lautapeli	137
Kosketuksen taikaa	96	Idoli ihastuttaa- ja Tuttu mutta salattu	
Yhdessä erikseen.....	97	-portaat	138
Käsi irtoaa kädestä	98	Murrosiän muutokset	138
9. Suudellen	101	Ihastuminen ja rakastuminen	139
Suudelman riemu	102	Ystävyyden pelisäännöt	141
Tekeekö harjoitus mestarin?	102	Ihastumisen ja kaverisuhteen erot.....	141
Kohti intiimiyttä.....	103	Tuttu ja kaverille kerrottu- ja Tykkään	
Valmiina valloittamaan	104	sinusta -portaat	143
Suuri harppaus	105	Uskon itseäni	143
Tukea ja vahvistusta.....	105	Pettymyksen käsittely	143
Rakkauden jälkeen.....	106	Ihmisen tunnekartta.....	144
10. Mikä tuntuu hyvältä?	109	Käsi kädessä -porras	145
Hyväilyjen polkuja pitkin.....	110	Tunnepiiri	145
Opetellaan puhumaan omista toiveista ja odotuksista.....	110	Omat suhteeni -kartta	145
Turvallinen nautinto	111	Julkisuus ja pornografia – niiden epätodellisuuden havainnollistamis- harjoite.....	146
Enemmän kuin kehojen keskustelua	112	Seksiriskit	147
Oman kehon rajat.....	113	Mielikuvatka omaan tulevaisuuteen	149
Ohi on	114	Suudellen ja Mikä tuntuu hyvältä	
11. Rakastella	117	-portaat.....	150
Rohkeutta nauttia.....	118	Järkeä, tunne, biologia -peli.....	150
Eka kerta	118	Tunteiden ailahtelu	150
Kolmen kerroksen kypsyyden ja yhteys	119	Huumori ja itselle nauraminen	151
Yhdessä tai erikseen.....	121	Alkoholi ja seksi	152
Luokkakohtaiset käsittelyohjeet ja oppituntien sisältöehdotuksia	123	Rakastella-porras	154
Toiminnallisia harjoitteita seksuaalisuuden portaisiin	134	Mielipidejana	154
Varhaisimmat portaat.....	134	Yläkoululle soveltuvat myös	157
Mielikuvatka ihmisen syntymästä	134	Aikuistuminen.....	157
		Tulevaisuusnäkyä	157
		Uteliaisuudesta herkistymisen kautta	
		rohkautumiseen	158
		Lapsuuden uteliaisuutta	158
		Murrosiän herkistymistä	159
		Varhaisaikuisuuden rohkautumista	161
		Aikuisen seksuaalisuuden hallintaa	163

Seksuaalisuuden tietolähteet.....	163	LIITE: Tarinoita seksuaalisuuden portailta.....	195
Lasten ja nuorten suojaaminen	165	LIITE: Lapsen ja nuoren seksuaalisesta kehityskaaresta	219
Lapset lain suojassa	165	Vauva vastaanottaa	219
Aikuiset suojaavat ja ohjaavat	167	Leikki-ikäinen leikkii ja kysyy.....	220
Elämän opettelua	167	Kouluikäinen itsenäistyy	222
Nuoruusikäisen seksuaalinen riskikäyttäytyminen	169	Varhaismurrosikä sekoittaa	223
Alaikäinen on keskeneräinen.....	169	Murrosikäisen irtiottoja.....	224
Monimutkainen kuvio	170	Myöhäismurrosikäinen rauhoittuu.....	226
Masennus ja stressi riskikäyttäytymisen taustalla.....	171	LIITE: Nuorten seksuaalioikeudet.....	227
Ennaltaehkäisyn merkitys	171	Oman seksuaalisuuden vahvistaminen oikeuksien kautta.....	230
Miksi pornosta puhuminen on tärkeää... 173		Itsetunto	230
Miksi nuoret sitten katsovat pornoa?	174	Vuorovaikutus	231
Miten puhua pornosta?	175	Tunteet	233
Nuoren yhdenvertainen kohtaaminen seksuaalikasvatuksessa	177	Kirjallisuutta	233
Voinko oppia keskustelemaan moninaisuudesta?	177		
Miten kohtaan moninaisuutta?.....	178		
Seksuaalikasvatuksen vaikuttavuus	179		
Seksuaalikasvatuksen arviointi	181		
Seksuaalikasvatuksen vaikuttavuuden arviointi Suomessa	182		
Rajat ovat turvallisuuden perusta.....	187		
Rajat näkyviksi	187		
Tunteet rajojen kompassina	188		
Missä menee raja?	188		
Pidä omat rajasi	189		
Suojele kasvurauhaa.....	189		
Nuorten kysymyksiä seksuaaliterveydestä – nuorten näkökulmaa seksuaalikasvatukseen	190		
Oireet ja ongelmat yleisin nuorten kysymysten aihe.....	190		
Seksuaalikasvatusta tarvitaan eri menetelmin.....	193		

