



Innovative and Culturally Sensitive
Educational Package for Migrants'
Sexual Health Education

ICEX e-Käsikirja



Co-funded by
the European Union



TURKU AMK
TURKU UNIVERSITY OF
APPLIED SCIENCES



**LINN/SMÄEN
OPISTO**



kmOp
EDUCATION HUB

ESEL
Nursing School
of Lisbon

APF

ASSOCIAÇÃO
PARA O PLANEAMENTO
DA FAMÍLIA



**ESTONIAN
REFUGEE
COUNCIL**

Tekijänoikeus © CC BY-NC-SA 4.0 (Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International).

Kannen kuva (osittain mukailtu): Angelina Bambina, Vecteezy (www.vecteezy.com)

Kuvien tekijänoikeus: Pessi Pajunen

Maahanmuuttajien parissa työskentelevä ammattilainen, oletko koskaan miettinyt...

...miten voit puhua seksuaaliterveydestä saavutettavalla tavalla maahanmuuttajien kanssa?

...kannustatko päivittäisessä työssäsi maahanmuuttajia pitämään huolta omasta seksuaaliterveydestään?

...miten voit toteuttaa seksuaalikasvatusta maahanmuuttajien kanssa?

Tutustu ICEX e-Käsikirjaan löytääksesi vastaukset!

ICEX-projektin idea: Innovatiivinen ja kulttuurisensitiivinen seksuaalikasvatus

Maahanmuuttajat kohtaavat usein erilaisia seksuaaliterveysongelmia muuttuneiden elämäntilanteiden tai menneiden tapahtumien vuoksi, mikä voi aiheuttaa vakavia seurauksia heidän henkiseen ja fyysiseen terveydelleen.

Luotettava ja kattava seksuaalikasvatus, joka on räätälöity maahanmuuttajien tarpeisiin, on olennaista kansanterveyden kannalta. Koulutus tulee toteuttaa turvallisessa ympäristössä ja sen tulee huomioida kulttuuriset ja kielelliset näkökohdat sekä tarjota tietoa kehotietoisuudesta, lisääntymisterveydestä, seksuaalioikeuksista ja pääsystä seksuaaliterveyspalveluihin.

ICEX-projektin (Innovative and Culturally Sensitive Educational Package for Migrants' Sexual Health Education) tavoitteena oli lisätä aikuisten maahanmuuttajien ja heidän kanssaan työskentelevien ammattilaisten tietämystä seksuaaliterveydestä. Hankkeessa kehitettyjen innovatiivisten ja kulttuurisensitiivisten opetusmateriaalien avulla projekti pyrki paikkaamaan puutteita tiedoissa ja taidoissa, ja edistämään maahanmuuttajien seksuaaliterveyttä. Turun ammattikorkeakoulun (Turku AMK) koordinoimaan projektiin osallistuivat seuraavat kumppanit: Linnasmäen opisto Suomesta, West Attican yliopisto (UNIWA) ja Education and Innovation Hub (KMOP) Kreikasta, Escola Superior de Enfermagem de Lisboa (ESEL) ja Family Planning Association (APF) Portugalista sekä Virosta Estonian Refugee Council (ERC).

ICEX-projektin kolme keskeistä tulosta ovat: ICEX-teoreettinen viitekehys, ICEX-koulutuspaketti ja e-Käsikirja maahanmuuttajien kanssa työskenteleville ammattilaisille sekä muille kiinnostuneille. Erasmus+ kumppanuusohjelman rahoittama ICEX-projekti toteutui 1.11.2022–31.10. 2025.

Materiaalit on suunnattu ensisijaisesti aikuisille maahanmuuttajille, ja ne tarjoavat olennaista tietoa ja taitoja seksuaaliterveyden edistämiseen. Lisäksi materiaalit tukevat ammattilaisia tarjoamalla heille parasta saatavilla olevaa seksuaaliterveystietoa ja pedagogisia käytäntöjä seksuaalikasvatuksen tehokkaaseen toteuttamiseen ja neuvontaan. Kaiken kaikkiaan ICEX-koulutuspaketin tavoitteena on edistää maahanmuuttajien parempaa seksuaaliterveyttä ja hyvinvointia, ja siten edistää laajemmin yhteisön terveyttä ja tietämystä.

ICEX e-Käsikirja



Tämä e-Käsikirja on luotu sinulle – ammattilaiselle, joka työskentelee maahanmuuttajien kanssa. Se on suunniteltu tukemaan ja voimaannuttamaan työtäsi seksuaalikasvatuksen edistäjänä. Työtä, joka on osallistavaa, kulttuurisensitiivistä ja kunnioittaa maahanmuuttajien elämänkokemuksia. Käsikirjasta löydät käytännön ohjeita, työkaluja ja teoreettisia näkemyksiä, jotka on räätälöity aikuisten maahanmuuttajien ainutlaatuisiin tarpeisiin. Paras tapa on käyttää tätä e-Käsikirjaa yhdessä **ICEX-koulutuspaketin kanssa**.



ICEX e-Käsikirja on näyttöön perustuva, verkossa saatavilla oleva opas, joka koostuu kahdesta osasta: ensimmäinen osa esittelee seksuaaliterveyden ja seksuaalikasvatuksen taustaa ja teoriaa, ja toinen osa on kattava opas ICEX-koulutuspaketin käyttöön. Se yhdistää innovatiivisia pedagogisia lähestymistapoja ja interaktiivisia menetelmiä, jotka auttavat sinua lähestymään arkaluonteisia aiheita selkeästi, luottavaisesti ja hienotunteisesti.

ICEX-projektikumppaneiden yhteistyönä kehitetty ICEX e-Käsikirja on tuotettu sitoutuen osallistavaan ja vaikuttavaan seksuaalikasvatukseen sekä sen edistämiseen erilaisissa kulttuurisissa ympäristöissä.

ICEX e-Käsikirja on vapaasti saatavilla verkossa englanniksi ja kaikilla kumppanimaiden kielillä (suomi, kreikka, portugali ja viro), mikä takaa sen, että ammattilaiset ja organisaatiot yli rajojen voivat hyötyä sen sisällöstä ja soveltaa sitä omissa toimintaympäristöissään.

Kannustamme sinua tutustumaan materiaaliin, soveltamaan sitä tarpeisiisi sopivaksi ja hyödyntämään sitä työssäsi – ja ennen kaikkea käyttämään sitä vaikuttavana työkaluna.

Sisällys

1. SEKSUAALITERVEYS JA SEKSUAALIKASVATUS	7
1.1 Keskeiset käsitteet	7
1.2 Seksuaaliterveys ja maahanmuuttajien seksuaalikasvatus	10
1.3 Maahanmuuttajien seksuaalikasvatuksen periaatteet	11
1.4 Maahanmuuttajien seksuaalikasvatuksen eettiset näkökohdat	12
1.5 Seksuaalioikeudet	14
 2. ICEX KOULUTUSPAKETIN KÄYTTÖOHJEET	 15
2.1 Osallistavan ja kunnioittavan seksuaalikasvatuksen edistäminen	16
2.2 Kuinka navigoida ICEX-koulutuspaketissa	17
2.3 ICEX-koulutuspaketin käyttö eri tilanteissa	18
2.4 Toimintaohjeita haastaviin tilanteisiin ryhmässä	19
2.5 ICEX-koulutuspaketin toteutusopas	20

1. Seksuaaliterveys ja seksuaalikasvatus

Seksuaaliterveys ja seksuaalikasvatus ovat olennaisia osatekijöitä hyvinvoinnin takaamiseksi. Ne tukevat tietoisia valintoja seksuaalisuuteen liittyvissä asioissa ja ovat apuna myös sairauksien sekä seksuaali- ja sukupuoliperusteisen väkivallan ehkäisyssä. Maahanmuuttajaväestön osalta ne tukevat kotoutumista, vähentävät alttiutta hyväksikäytölle ja edistävät ihmisoikeuksia.

1.1 Keskeiset käsitteet

Käsitteet ja niiden merkitykset ovat tärkeitä. Käytännössä on tärkeää, että maahanmuuttajat ja ammattilaiset jakavat saman ymmärryksen käytetyistä käsitteistä. Jos epäselvyyksiä ilmenee, ne tulisi selventää, jotta sekä maahanmuuttajat että ammattilaiset todella tarkoittavat samaa asiaa.

Sukupuoli viittaa rooleihin, käyttäytymiseen, toimintoihin ja ominaisuuksiin, jotka ovat sosiaalisesti rakentuneita ja joita pidetään sopivina naisille ja miehille (WHO, 2022; Euroopan neuvosto, 2011).

Sukupuoli-identiteetti on se, miten henkilö kokee ja ilmaisee sukupuolensa. Tämä voi vastata tai olla vastaamatta syntymässä määritettyä sukupuolta. Sukupuoli-identiteettejä on monia erilaisia, mikä heijastaa ihmiskokemuksen monimuotoisuutta. **Cis-sukupuolisen** henkilön sukupuoli-identiteetti vastaa syntymässä määritettyä sukupuolta. **Transsukupuolisen** henkilön sukupuoli-identiteetti ei vastaa syntymässä määritettyä sukupuolta. **Intersukupuoliset** henkilöt syntyvät fyysisillä sukupuoliominaisuuksilla, jotka eivät sovi tavanomaisiin mies- tai naismääritelmiin. Jotkut ihmiset identifioituvat **ei-binäärisiksi** tai **sukupuolettomiksi**, mikä tarkoittaa, että he eivät näe itseään tiukasti miehinä tai naisina. Toisille sukupuolen määrittely ei ole tärkeää, tai he voivat valita olla määrittelemättä sitä lainkaan (WHO, 2016).

Biologinen sukupuoli perustuu anatomiaan ja fysiologiaan ja liittyy geneettiseen osatekijään. Biologinen sukupuoli määritetään yleensä syntymässä naiseksi tai mieheksi ja joskus intersukupuoliseksi (Nash, 2023).



LGBTQIA+ (lesbo, homo, biseksuaali, transsukupuolinen, queer, intersukupuolinen, aseksuaali). Tämä lyhenne pyrkii kattamaan seksuaalisen ja sukupuolisen moninaisuuden, mukaan lukien ihmiset, joiden identiteetti perustuu heidän seksuaaliseen suuntautumiseensa ja sukupuoli-identiteettiinsä (Human Rights Campaign, 2023).

Seksuaaliterveys sisältää myönteisen ja kunnioittavan lähestymistavan seksuaalisuuteen ja seksuaaliin suhteisiin, ilman syrjintää ja väkivaltaa, sekä kyvyn kokea turvallisia ja nautinnollisia kokemuksia ja tehdä tietoisia valintoja. Pääsy seksuaaliterveyden palveluihin ja koulutukseen sekä suojele sukupuoliin perustuvaa väkivaltaa vastaan ovat olennainen osa kattavaa seksuaaliterveyttä, globaalia terveyttä ja hyvinvointia, vaikuttaen paitsi yksilön terveyteen myös pariskuntien ja perheiden suhteisiin sekä yhteisöjen sosiaaliseen ja taloudelliseen kehitykseen (WHO, 2015).

Seksuaalikasvatus tarjoaa yksilöille tiedot ja taidot, joita he tarvitsevat tehdäkseen parhaat päätökset liittyen seksuaalisuuteen ja ihmissuhteisiin. Seksuaalikasvatus on elinikäinen oppimisprosessi, joka käsittelee identiteettiä, ihmissuhteita ja läheisyyttä. Kaikilla ihmisillä on oikeus kattavaan seksuaalikasvatukseen, joka käsittelee seksuaalisuuden sosiaalisia, biologisia, psykologisia ja psyykkisiä ulottuvuuksia tarjoamalla tietoa, tutkimalla tunteita, arvoja ja asenteita sekä kehittämällä kommunikointia, päätöksentekoa ja kriittisen ajattelun taitoja. Seksuaalikasvatus voi tapahtua kouluissa, kotona, yhteisöissä tai verkossa (UNESCO, 2018).

Seksuaalinen suuntautuminen viittaa yksilön emotionaaliseen, romanttiseen ja/tai seksuaaliseen vetovoimaan toisia kohtaan – tai sen puutteeseen – mukaan lukien ketä kohtaan he voivat tai eivät voi tuntea seksuaalista halua. Se on olennainen osa henkilön identiteettiä ja eroaa sukupuoli-identiteetistä. Seksuaalinen suuntautuminen koostuu kolmesta osasta: seksuaalisesta vetovoimasta, seksuaalisesta käyttäytymisestä ja seksuaalisesta identiteetistä. Seksuaalinen suuntautuminen on monimuotoinen ja sitä voidaan kokea monin eri tavoin. **Heteroseksuaalinen** henkilö tuntee emotionaalista ja/tai seksuaalista vetovoimaa eri sukupuolta olevia ihmisiä kohtaan. **Homoseksuaalinen** henkilö taas tuntee vetovoimaa samaa sukupuolta olevia ihmisiä kohtaan. **Biseksuaalinen** henkilö kokee vetovoimaa sekä samaa että eri sukupuolta oleviin ihmisiin. Jotkut yksilöt identifioituvat **queeriksi**, mikä tarkoittaa, että he eivät halua määritellä seksuaalista suuntautumistaan perinteisten kategorioiden mukaan. **Aseksuaalinen** henkilö taas kokee vähän tai ei lainkaan seksuaalista vetovoimaa toisia kohtaan (WHO, 2016).

Seksuaalisuus on olennainen ja monimutkainen osa ihmisen identiteettiä. Se kattaa tunteet, käyttäytymisen ja suuntautumisen. Se sisältää sen, miten yksilöt kokevat ja ilmaisevat itsensä seksuaalisina olentoina, mukaan lukien fyysinen vetovoima, emotionaaliset yhteydet ja intiimit suhteet. Seksuaalisuus muotoutuu biologisten, psykologisten, sosiaalisten ja kulttuuristen tekijöiden vaikutuksesta. Seksuaalisen suuntautumisen ja identiteetin monimuotoisuuden tunnustaminen ja kunnioittaminen on olennaista inklusiivisten ja tukevien yhteisöjen edistämiseksi (WHO, 2015). Esteet, kuten sosiaalinen leima, syrjintä ja koulutuksen puute, voivat vaikuttaa kielteisesti seksuaaliterveyteen, estäen yksilöitä ilmaisemasta seksuaalisuuttaan turvallisesti ja luontevasti (Bohren, 2022).

Seksuaalioikeudet ovat osa ihmisoikeuksia. Ne kattavat kaikkien yksilöiden oikeuden päästä seksuaali- ja lisääntymisterveyspalveluihin, hakea tietoa, ilmaista seksuaalisuuttaan ja elää ilman syrjintää, pakottamista tai väkivaltaa. Ne perustuvat ihmisoikeuksien keskeisiin periaatteisiin ja sisältävät oikeudet

yksityisyyteen, kehon itsemääräämisoikeuteen, tasa-arvoon ja tietoon perustuvaan päätöksentekoon seksuaali- ja lisääntymisterveyteen liittyvissä asioissa.

Nämä oikeudet ovat olennaisia ihmisarvon, hyvinvoinnin ja täysipainoisen yhteiskunnallisen osallistumisen kannalta, ja niitä on kunnioitettava, suojeltava ja toteutettava kaikille sukupuolesta, seksuaalisesta suuntautumisesta tai kulttuuritaustasta riippumatta (World Association for Sexual Health, 2014).

Seksuaalinen suhde on kahden tai useamman ihmisen välillä oleva intiimi side, johon liittyy seksuaalinen läheisyys ja joka voi sisältää fyysistä tai emotionaalista läheisyyttä. Nämä yhteydet voivat olla monenlaisia, vaihdellen satunnaisista kohtaamisista pitkäaikaisiin, sitoutuneisiin parisuhteisiin ja kaikkeen siltä väliltä (Ventriglio, 2019). Seksuaaliset suhteet voivat ilmetä kiintymyksen ja nautinnon kautta, mikä vahvistaa emotionaalisia siteitä (Vieira, 2016) tai olla olemassa ilman romanttisia tunteita. Seksuaalinen kanssakäyminen on kumppaneille tärkeä tapa kommunikoida ja olla vuorovaikutuksessa monin eri tavoin toistensa kanssa (Zhang, 2022). Seksuaaliset suhteet voivat vaihdella osapuolten sukupuoli-identiteettien tai ilmaisujen mukaan (Kenniss et al. 2023).



1.2 Seksuaaliterveys ja maahanmuuttajien seksuaalikasvatus

"Maahanmuuttaja" on yleiskäsite, jota ei ole määritelty kansainvälisessä laissa, ja se heijastaa yleistä käsitystä henkilöstä, joka muuttaa pois tavanomaisesta asuinpaikastaan, joko maan sisällä tai kansainvälisen rajan yli, tilapäisesti tai pysyvästi, moninaisista eri syistä.

Maahanmuuttajat voivat kohdata merkittäviä haasteita seksuaaliterveystiedon ja -palvelujen saamisessa, mikä vaikuttaa heidän hyvinvointiinsa ja seksuaalioikeuksien toteutumiseen. Esteet, kuten sosiaalinen leima, syrjintä ja koulutuksen puute, voivat vaikuttaa negatiivisesti seksuaaliterveyteen, estäen yksilöitä ilmaisemasta seksuaalisuuttaan turvallisesti ja luontevasti. Maahanmuuttajat kohtaavat usein seksuaaliterveyslukutaidon esteitä, kuten kielimuurit, kulttuurinen leima, koulutuksen puute, oikeudelliset rajoitukset ja taloudelliset haitat.

Lisäksi muuttuvat olosuhteet tai menneet kokemukset voivat luoda seksuaaliterveyshaasteita maahanmuuttajille, millä voi olla vakavia seurauksia heidän henkiseen ja fyysiseen terveydelleen. Nämä haasteet altistavat ihmiset lisääntyneille riskeille ja haavoittuvuudelle sekä rajoittavat pääsyä keskeisiin terveyspalveluihin, lisäten esimerkiksi suunnittelemattomien raskauksien, seksitautien (STI) ja sukupuoleen perustuvan väkivallan riskiä sekä heikentävät äitiysterveystä.

Seksuaaliterveyden ja -oikeuksien edistäminen edistää suoraan Yhdistyneiden kansakuntien kestävän kehityksen tavoitteita (SDG), mukaan lukien hyvä terveys ja hyvinvointi (SDG 3), sukupuolten tasa-arvo (SDG 5) ja eriarvoisuuden vähentäminen (SDG 10). ICEX-projekti auttaa rakentamaan terveempiä, osallistavampia yhteisöjä parantamalla tiedon ja palvelujen saatavuutta – erityisesti haavoittuville ryhmille, kuten maahanmuuttajille, jotka usein kohtaavat oikeudellisia ja sosiaalisia esteitä. Seksuaaliterveyden integroiminen kestäväan kehitykseen on avain oikeudenmukaisemman ja tasa-arvoisemman maailman luomiseen.

Moninaisuuden sensitiivisessä kohtaamisessa olennaista on kyky tunnistaa ja ymmärtää erilaisia kulttuurisen moninaisuuden muotoja, kuten sukupuoli, etnisyys, ikä, sosioekonominen asema, uskonto, seksuaalinen suuntautuminen ja muut sosiaaliset tunnusmerkit. Moninaisuuden huomioiminen on edellytys tehokkaiden ja oikeudenmukaisten järjestelmien ja palvelujen luomiselle. Riippumatta sen alkuperästä, monimuotoisuudella itsessään voi olla positiivinen vaikutus yhteiskuntaan (WHO,2020). Tästä näkökulmasta kulttuuri voi olla elämäntapa eikä vain liittyä sosiaalisiin, uskonnollisiin ja etnisiin kysymyksiin tai maantieteellisiin rajoihin (Unesco,2018).

Lisäksi kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tarkastelu on keskeistä – yksilöiden moninaisten tarpeiden tukeminen edellyttää fyysisen, emotionaalisen ja psyykkisen terveyden huomioimista. Lähestymistapa edistää sukupuolten tasa-arvoa ja moninaisuutta ja luo osallistavan ympäristön, jossa kaikkia kunnioitetaan ja voimaannutetaan käyttämään itsemääräämisoikeuttaan. Lisäksi on tärkeää varmistaa, että kaikki annettu tieto perustuu tieteelliseen tarkkuuteen, on näyttöön perustuvaa, puolueetonta ja luotettavaa (WHO, 2010). Tämä kattava seksuaalikasvatusopas varmistaa, että maahanmuuttajat saavat tarvittavat tiedot ja tuen elää elämäänsä luottavaisesti ja arvokkaasti.

1.3 Maahanmuuttajien seksuaalikasvatuksen periaatteet

Koska kaikilla on oikeus seksuaalikasvatukseen (WHO, 2010), maahanmuuttajien seksuaalikasvatusta ohjaavat keskeiset periaatteet, jotka varmistavat sen tarkoituksenmukaisuuden ja vaikuttavuuden. Lähestymistapa on kulttuurisensitiivinen ja ikätasoon sopiva, ja tarjoaa tietoa ja tukea, joka on räätälöity maahanmuuttajien tasojen ja moninaisten kulttuuritaustojen mukaan. Se perustuu ihmisoikeusperustaiseen viitekehykseen, joka tukee seksuaali- ja lisääntymisoikeuksia. Nämä oikeudet tunnustetaan keskeisiksi yksilön ihmisarvon, itsemääräämisoikeuden ja hyvinvoinnin kannalta (Keygnaert et al., 2014).

Viimeaikainen tutkimus korostaa myös ihmisoikeusperustaisen ja kulttuurisensitiivisen lähestymistavan merkitystä seksuaalikasvatuksessa. Lisäksi kirjallisuudessa (Kwok & Kwok, 2023; Morin & Marwah, 2024; Euroopan parlamentti, Michielsens & Ivanova, 2022) ehdotetaan seuraavia keskeisiä periaatteita, jotka ohjaavat seksuaalikasvatusohjelmien kehittämistä maahanmuuttajaväestöä varten:

Ihmisoikeusperustainen: Seksuaalikasvatus perustuu seksuaali- ja lisääntymisoikeuksien tunnustamiseen perustavanlaatuisina ihmisoikeuksina. Jokaisella yksilöllä taustasta riippumatta tulisi olla pääsy kattavaan seksuaalikasvatukseen, joka kunnioittaa hänen ihmisarvoaan ja itsemääräämisoikeuttaan. Maahanmuuttajille tulee tarjota tietoa heidän oikeuksistaan terveydenhuoltoon ja suostumukseen, riippumatta heidän oikeudellisesta asemastaan.

Kokonaisvaltainen hyvinvointi: Seksuaalikasvatus yhdistää seksuaaliterveyden fyysiset, emotionaaliset ja psyykkiset osa-alueet. Seksuaalikasvatuksessa tulisi tunnistaa kehon, mielen ja tunteiden välinen yhteys osana kokonaisvaltaista hyvinvointia.

Kulttuurisesti ja ikätasoisesti sopiva: Seksuaalikasvatus mukautetaan eri kulttuuritaustoihin ja elämänvaiheisiin, jotta se olisi tarkoituksenmukaista ja vaikuttavaa. Seksuaaliterveyteen liittyvät keskustelut voivat vaihdella eri sukupolvien välillä, ja siksi aiheiden tulee olla kullekin ryhmälle ikään ja ymmärrystasoon sopivia. Seksuaalikasvatuksessa tulee huomioida kulttuuriset arvot, uskomukset ja käytännöt. Keskustelut tulee käydä kunnioittavalla kielellä.

Elinikäinen oppiminen: Mukautuu muuttuviin tarpeisiin lapsuudesta aikuisuuteen. Seksuaalikasvatuksen tulisi kehittyä yksilön mukana, vastaten ikätasoisesti eri elämänvaiheiden tarpeisiin.

Tieteellinen tarkkuus: Tarjoaa tosiasioihin perustuvaa, puolueetonta ja ajantasaista tietoa. Kaiken seksuaalikasvatuksen tulisi perustua tieteellisesti tarkkaan ja puolueettomaan tietoon, jotta yksilöt saavat mahdollisimman luotettavaa tietoa.

Voimaantuminen ja osallisuus: Tukee päätöksentekoa, autonomiaa ja sosiaalista oikeudenmukaisuutta. On tärkeää edistää yksilön itsemääräämisoikeutta ja tietoon perustuvaa päätöksentekoa seksuaaliterveysasioissa. Maahanmuuttajille tulee tarjota tietoa turvallisista seksikäytännöistä ja oikeudellisesta suojasta, jotta he voivat tehdä tietoisia valintoja ihmissuhteissaan. Osallistavat ja vuorovaikutteiset menetelmät voivat auttaa vastaamaan taustojen ja tarpeiden moninaisuuteen. Lisäksi yksilöitä tulee ohjata kriittiseen medialukutaitoon, erityisesti virheellisen tiedon tunnistamisessa ja luotettavien lähteiden erottamisessa.

Sukupuolten tasa-arvo ja moninaisuus: Edistää yhdenvertaisuutta, osallisuutta ja itsemääräämisoikeutta kaikille. Seksuaalikasvatuksen tulisi aktiivisesti torjua stereotypioita ja edistää kunnioitusta kaikkia sukupuolia ja seksuaalisia suuntautumisja kohtaan. Sukupuoli-identiteetistä ja ei-binäärisistä kokemuksista tiedottaminen varmistaa, että kaikki yksilöt tulevat huomioiduksi heidän identiteetistään riippumatta.

1.4 Maahanmuuttajien seksuaalikasvatuksen eettiset näkökohdat

Nämä eettiset periaatteet on tarkoitettu ohjaamaan maahanmuuttajien parissa työskenteleviä ammattilaisia edistämällä ihmisoikeuksien kunnioittamista ja kulttuurisen osaamisen soveltamista. Ne ovat myös laajasti sovellettavissa seksuaalikasvatuksen toteuttamiseen. Näitä periaatteita noudattamalla ammattilaiset voivat varmistaa, että heidän työnsä on sekä vaikuttavaa että oikeudenmukaista, mikä edistää maahanmuuttajayhteisöjen seksuaaliterveyttä (WHO, 2017; WHO, 2021).



Kulttuurisensitiivisyys ja moninaisuuden kunnioittaminen

Ammattilaisten tulee ymmärtää ja kunnioittaa sitä, että maahanmuuttajat tulevat erilaisista kulttuuritaustoista, joihin liittyy vaihtelevia näkemyksiä seksuaalisuudesta, sukupuolirooleista ja seksuaaliterveydestä. Samalla heidän tulisi ymmärtää ja kunnioittaa näitä eroja varmistaen, että seksuaalikasvatus on yhteisön kulttuurikontekstiin sopivaa ja näitä eroavaisuuksia kunnioittavaa.



Oikeudet ja voimaantuminen

Seksuaalikasvatusohjelmat tulisi suunnitella siten, että ne eivät syrji maahanmuuttajia aseman, etnisyyden, sukupuolen, seksuaalisen suuntautumisen tai minkään muun tekijän perusteella. Tämä inklusiivinen lähestymistapa on olennainen, kun halutaan antaa tasa-arvoisesti tietoa ja turvata kaikkien oppijoiden ihmisarvo ja oikeudet.

Tärkeää on myös tietoisien suostumuksen periaate. Maahanmuuttajille tulisi antaa mahdollisuus antaa tietoinen suostumus ennen seksuaalikasvatukseen osallistumista tai osallistumista mihinkään siihen liittyviin palveluihin. Tämä on ratkaisevan tärkeää eettisten standardien ylläpitämiseksi ja heidän itsemääräämisoikeutensa suojelemiseksi.



Luottamuksellisuus ja yksityisyys

Ammattilaisten tulisi asettaa etusijalle henkilökohtaisten tietojen suojaaminen. Heidän tulisi varmistaa, että yksityisyyttä kunnioitetaan ja arkaluonteiset terveystiedot pidetään luottamuksellisina.

Luottamuksen rakentaminen on ratkaisevan tärkeää työskenneltäessä maahanmuuttajaväestön kanssa. Luottamuksellisuuden varmistaminen voi auttaa lievittämään huolia henkilökohtaisten tietojen paljastamisesta, mikä vahvistaa suhdetta ja edistää tehokkaampaa seksuaalikasvatusta.



Seksuaaliterveyspalveluihin pääsy ja esteet

Maahanmuuttajat kohtaavat usein erilaisia esteitä seksuaaliterveyspalveluihin pääsyssä, kuten kielimuureja, tietämättömyyttä saatavilla olevista palveluista, karkotuksen pelkoa ja kulttuurista leimaa. On tärkeää, että ammattilaiset tunnistavat ja pyrkivät poistamaan nämä esteet.

Tässä yhteydessä ammattilaisten olisi hyvä aktiivisesti ajaa muutoksia, jotka vaikuttavat positiivisesti maahanmuuttajien seksuaaliterveyteen ja seksuaalioikeuksiin, sekä parantaa kaikkien maahanmuuttajien, myös paperittomien henkilöiden, pääsyä seksuaaliterveyspalveluihin ja seksuaalikasvatukseen.

Koulutus ja monitieteisyys

Ammattilaisten, jotka työskentelevät maahanmuuttajien parissa ja antavat seksuaalikasvatusta, tulisi saada säännöllistä koulutusta uusimmasta seksuaalikasvatustiedosta, kulttuurisensitiivisyydestä, maahanmuuttajien laillisista oikeuksista ja eettisistä kestävästä käytännöistä.

Lisäksi kokonaisvaltainen lähestymistapa maahanmuuttajien seksuaalikasvatukseen ja monitieteinen yhteistyö ovat usein tarpeen terveydenhuollon, sosiaalityön, oikeudellisen neuvonnan ja yhteisöpohjaisten järjestöjen kesken.

Eettinen päätöksenteko

Ammattilaisten tulisi varmistaa, että heidän toimenpiteensä ovat maahanmuuttajien ja heidän yhteisöjen parhaaksi, pyrkien tekemään hyvää ja välttämään haittaa. Tämä sisältää hyvinvoinnin edistämisen, sairauksien ehkäisyn ja sellaisten toimien välttämisen, jotka voisivat edelleen syrjäyttää tai vahingoittaa maahanmuuttajaväestöä. Yhtä tärkeää on kunnioittaa maahanmuuttajien itsemääräämisoikeutta. Tämä tarkoittaa, että heille annetaan vapaus tehdä tietoisia päätöksiä seksuaaliterveydestään ilman pakottamista tai painostusta.

Lainsäädännölliset näkökohdat

Seksuaalikasvatuksen parissa työskentelevien ammattilaisten tulisi olla tietoisia sekä paikallisista että kansainvälisistä oikeudellisista puitteista, jotka säätelevät seksuaalikasvatusta ja maahanmuuttajien oikeuksia. Esimerkiksi ihmisoikeussopimukset (kuten YK:n ihmisoikeuksien yleismaailmallinen julistus ja Kansainvälinen taloudellisia, sosiaalisia ja sivistyksellisiä oikeuksia koskeva yleissopimus) korostavat maahanmuuttajien oikeutta päästä terveyspalveluihin.

Lisäksi ammattilaisten tulisi tuntee maahanmuuttolait ja terveyspalvelujen saatavuus. Vaikka monet maat saattavat rajoittaa tiettyjen terveyspalvelujen saatavuutta paperittomille maahanmuuttajille, eettisesti kestävä käytäntö edellyttää, että puolustetaan seksuaalikasvatuksen yleistä saatavuutta riippumatta maahanmuuttajan asemasta.

Lisäksi lailliset vaatimukset voivat vaihdella maittain tiettyjen asioiden (esim. lapsen hyväksikäyttö tai ihmiskauppa) ilmoittamisen osalta. Ammattilaisten tulisi olla tietoisia oman toimialueensa erityisistä laeista ja olla selvillä näistä haasteista samalla kun he ylläpitävät eettisesti kestäviä käytäntöjä.

1.5 Seksuaalioikeudet

Seksuaalioikeudet ovat olennainen osa ihmisoikeuksia. Seksuaalioikeuksien ymmärtäminen auttaa ammattilaisia edistämään yksilöiden ihmisarvoa, vapautta ja yhdenvertaisuutta. Seksuaalioikeuksien edistäminen tarkoittaa turvallisempien ja kunnioittavampien ympäristöjen luomista. Olipa kyseessä työ maahanmuuttajien tai haavoittuvassa asemassa olevien yhteisöjen kanssa, nämä oikeudet ovat tärkeitä.

Alla oleva infografiikka esittelee seksuaalioikeuksien keskeiset periaatteet.



2. ICEX-koulutuspaketin käyttöohjeet

ICEX-koulutuspaketin sisältö on kehitetty maahanmuuttajaväestön tarvekartoituksen perusteella. Koulutuspaketti tarjoaa tietoa seksuaaliterveydestä sekä maahanmuuttajille että heidän kanssaan työskenteleville ammattilaisille. Sen on tarkoitus olla sovellettavissa eri kohderyhmille, ja ammattilaiset voivat mukauttaa ja integroida sisältöjä seksuaalikasvatuksen tavoitteet ja kohderyhmän tarpeen huomioiden. Materiaali on saatavilla maksutta digitaalisessa muodossa kuudella eri kielellä: englanniksi, suomeksi, kreikaksi, portugaliksi, viroksi ja venäjäksi.

Tämä paketti koostuu innovatiivisista ja kulttuurisensitiivisistä työkaluista, jotka käsittelevät laajaa aihepiiriä ja jotka on jaettu kolmeen pääosiin: "Seksuaalitoiminnot: Rakenne ja fysiologia", "Lisääntymisterveys ja turvaseksi" sekä "Etiikka ja laki". Pääosat on jaettu alalukuihin ja jotkut edelleen alalukuihin. Osioihin sisältyy seksuaalikasvatusmateriaalia, jossa on interaktiivisia elementtejä, kuten visuaalisia apuvälineitä, itsearviointityökaluja (esim. visailuja) ja multimediaa, kuten animaatioita.

Seksuaalitoiminnot: Rakenne ja fysiologia

- Rakenne ja fysiologia
- Seksuaalitoiminnot
- Intiimihygienia
- Kehotietoisuus ja omat taidot

Lisääntymisterveys ja turvaseksi

- Perhesuunnittelu
- Intiimisuhteet
- Turvaseksi ja ehkäisy

Etiikka ja laki

- Eettinen ja kriittinen ajattelu
- Seksuaaliterveyslainsäädäntö ja -palvelut ICEX-kumppanimaissa
- Seksuaalioikeudet

2.1 Osallistavan ja kunnioittavan seksuaalikasvatuksen edistäminen

Seksuaalikasvatuksen vaikuttavuus perustuu osallisuuteen ja kunnioitukseen. Siksi on tärkeää ottaa huomioon seuraavat keskeiset periaatteet:

Osoita empatiaa ja käytä aktiivisen kuuntelun taitoja

- Ole läsnä ja pyri luomaan rauhallinen ja tervetullut ilmapiiri.
- Kannusta keskusteluun ja esitä avoimia kysymyksiä.
- Varmista, että jokainen maahanmuuttaja on tullut kuulluksi.
- Ole tietoinen kehonkielestäsi. Kun yhteinen kieli on rajallinen, avoimen ja ystävällisen kehonkielen merkitys korostuu entisestään.

Tarjoa useita tapoja osallistua

- Anna maahanmuuttajille runsaasti aikaa tutustua materiaaliin.
- Anna maahanmuuttajan päättää, miten ja kuinka paljon hän haluaa osallistua.
- Muista, että kieli voi olla este osallistumiselle, mutta hiljaisuus ei välttämättä tarkoita, ettei osallistu.

Ole avoin ja utelias eri uskomusjärjestelmistä ja kulttuureista

- Tunnusta ennakkoluulosi ja työstä niitä etukäteen.
- Lähesty uusia tilanteita avoimin mielin ja anna itsellesi lupa yllätyä.
- Luo kunnioittava ilmapiiri.
- Ole kärsivällinen. Seksuaalisuuteen ja seksuaaliterveyteen liittyvien aiheiden käsittely voi olla vaikeaa kulttuuristen tabujen tai sanaston puutteen vuoksi.

Ota huomioon sukupuolten moninaisuus ja luo turvallisia tiloja käyttämällä inklusiivista kieltä

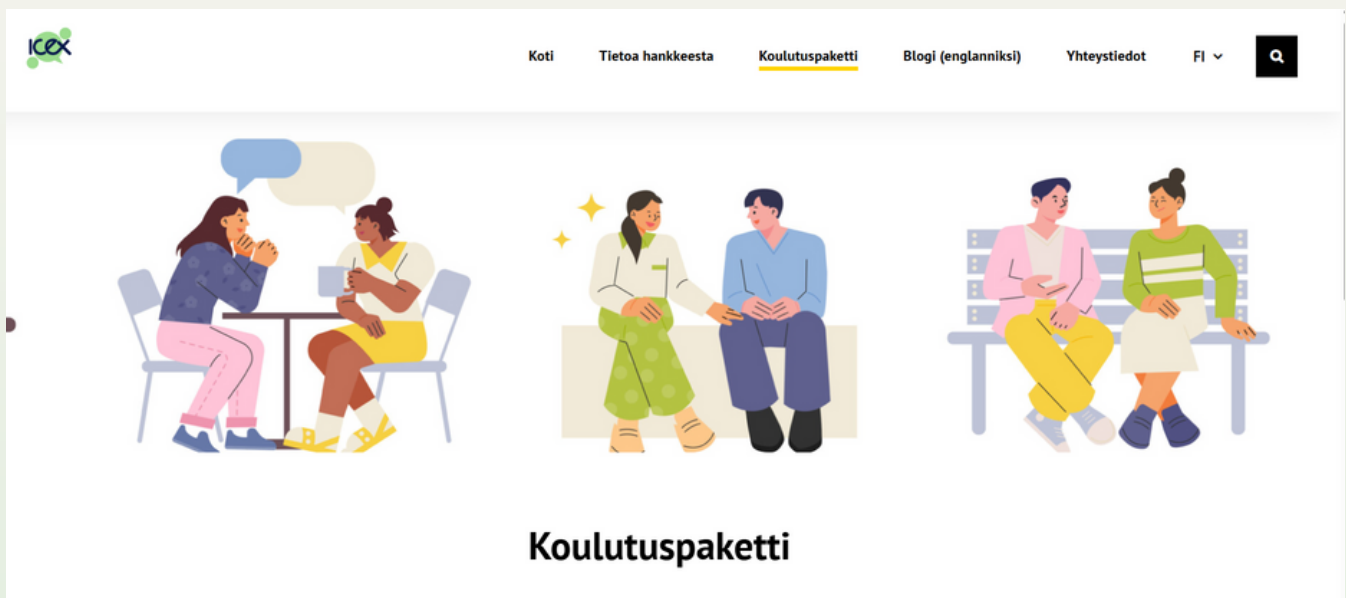
- Muista, että ulkoinen olemus ei ole luotettava osoitus jonkun sukupuoli-identiteetistä. Kysy osallistujan nimeä tai miten hän haluaa tulla kutsutuksi.
- Käytä sukupuolineutraaleja ja syrjimättömiä termejä, kuten kumppani ja puoliso, viitatessasi läheisiin.

Muista kielen merkitys

- Käytä yksinkertaistettua kieltä ja termejä, joita on helppo ymmärtää.
- Selitä uudet sanat, termit ja käsitteet, ja vältä abstraktia sanastoa aina kun mahdollista.
- Tarkista, että aiempi sisältö on ymmärretty ennen kuin siirryt seuraavaan aiheeseen.
- Muista, että voit harvoin selittää liikaa.

2.2 Kuinka navigoida ICEX-koulutuspaketissa

Koulutuspaketin navigoinnin voi aloittaa mistä tahansa pääosiosta ja käydä koko sisällön läpi, tai siirtyä suoraan johonkin kiinnostavaan alaosiioon. Palataksesi edelliseen osioon tai diaan, napsauta sivun alareunassa olevaa ”Takaisin”-ruutua.



Materiaalissa voi liikkua kahdella tavalla verkkosivustolla. Osa osioista on järjestetty dioiksi ja osa selataan vierittämällä sivua alaspäin:

- **Diaesityksissä** siirryt seuraavaan diaan napsauttamalla oikealla olevaa nuolta ja palaat edelliseen diaan napsauttamalla vasemmalla olevaa nuolta.
- **Kuvakorteissa** on tietoa molemmilla puolilla. Napsauttamalla kortin ”Käännä”-painiketta saat lisää tietoa.
- Joissakin dioissa ja kuvissa on **hotspot-kohtia**, joissa on  vai  kuvake; niitä napsauttamalla saat lisätietoja.
- Joissakin tehtävissä **oikea sana vedetään** oikeaan kuvaan tai oikeaan kohtaan tekstiä.
- **Tietovisassa** käyttäjä valitsee kysymykseen oikean vastauksen. Napsauttamalla ”Tarkista” näet oikean vastauksen ja saat joskus myös palautetta tai lisätietoja.
- **Oikein vai väärin** - tehtävissä käyttäjä valitsee, pitääkö väitettä totena vai epätotena oman mielipiteensä mukaan. Napsauttamalla ”Tarkista” näet oikean vastauksen ja saat välillä myös palautetta tai lisätietoja.

2.3. ICEX-koulutuspaketin käyttö eri tilanteissa

Tätä koulutuspakettia voi käyttää itsenäisesti verkossa, jolloin maahanmuuttajat voivat tutustua sisältöön ilman ammattilaisen tukea. Koulutuspakettia voivat käyttää myös ammattilaiset, jotka työskentelevät maahanmuuttajien kanssa, joko yksilö- tai ryhmätapaamisissa.

Kun käytät tätä materiaalia ohjatussa ryhmätilanteessa, seuraavat vaiheet voivat auttaa varmistamaan turvallisen, osallistavan ja tehokkaan oppimiskokemuksen:

TOIMINTASUUNNITELMA

1. Valmistaudu käyttämään ICEX-koulutuspakettia:

Seksuaaliterveyteen on aiheena tärkeää suhtautua sekä omat ajatukset, tuntemukset ja uskomukset tiedostaen että myös kulttuurisensitiivisesti ja sukupuolten moninaisuutta arvostaen. Oikeiden käsitteiden käyttö on olennaista laadukkaan seksuaalikasvatuksen kannalta, mutta on myös tärkeää olla valmis tarjoamaan samaa tietoa ja selityksiä yksinkertaisella ja helposti ymmärrettävällä kielellä.

Valmistautumisen kannalta on olennaista ensin olla sinut aiheen kanssa ja sitten oppia puhumaan seksuaalisuudesta ja seksuaaliterveydestä muiden kanssa. On myös tärkeää tunnistaa henkilökohtaiset rajoitukset ja rajat, kun käsitellään seksuaaliterveyden teemoja. Alla on joitakin pohdintakysymyksiä valmistautumisen vahvistamiseksi:

- Miten suhtaudun aiheisiin, jotka koskevat seksuaalisuutta ja seksuaaliterveyttä?
- Kuinka mukavalta minusta tuntuu keskustella seksuaalisuuteen ja seksuaaliterveyteen liittyvistä aiheista?
- Mitkä ovat omat uskomukseni, arvoni ja mahdolliset tabuni seksuaalisuuden ja seksuaaliterveyden suhteen?
- Olenko koskaan tehnyt oletuksia maahanmuuttajien uskomuksista tai kokemuksista?
- Olenko pyytänyt palautetta siitä, miten käsittelen herkkiä aiheita?

2. Valmistaudu vuorovaikutukseen:

- Tutustu osallistujien taustoihin (jos mahdollista): Ikä, sukupuoli, lähtömaa, kielitaito ja digitaalinen lukutaito.
- Aseta selkeät tavoitteet seksuaalikasvatukselle.
- Valitse sopiva paikka:
 - Varmista yksityisyys, minimaalinen häly ja riittävästi tilaa ryhmälle.
- Suunnittele kesto:
 - Ota huomioon ryhmän aikataulu ja pysy sovitussa aikataulussa.
- Varmista tarvittaessa pääsy tietotekniikkaan:
 - Ilmoita maahanmuuttajille, jos älypuhelimia, tabletteja tai tietokoneita tarvitaan, tai tarjoa tarvittavat laitteet.

3. Luo turvallinen ja kunnioittava ympäristö:

Turvallisen tilan luominen on olennaista avoimelle ja kunnioittavalle keskustelulle seksuaalisuudesta ja seksuaaliterveydestä. Voit tukea tätä seuraavasti:

- Esittele maahanmuuttajat toisilleen.
 - Voit käyttää keskustelunavauksia tapaamisen alussa luodaksesi mukavamman ympäristön kaikille.
- Ilmoita selkeästi tavoitteet, kesto ja odotus luottamuksellisuudesta.
- Varmista kielellinen ymmärrys (tarjoa tulkkausta tai selkokieltä tarvittaessa).
- Sovi ryhmän kanssa kunnioituksesta ja turvallisesta ilmapiiristä:
 - Luottamuksellisuus ja keskinäinen kunnioitus ovat olennaisia.
- Henkilökohtaiset rajat:
 - Vältä keskustelua henkilökohtaisista seksuaalisista kokemuksista (maahanmuuttajat ja ohjaajat).
 - Pidättäydy näyttämästä tai ottamasta henkilökohtaisia valokuvia istuntojen aikana.
 - Pyydä aina suullinen suostumus ennen kuin keskustele herkistä aiheista.

4. Opetustuokion päättäminen:

- Varmista, että kaikki maahanmuuttajien kysymykset käsitellään.
- Järjestä seurantatapaamisia tarvittaessa.
- Tarjoa resursseja lisätuen saamiseksi, kuten esimerkiksi terveydenhuollon ammattilaisten yhteystiedot.

5. Harjoittele itsereflektiota jokaisen opetustuokion jälkeen:

- Pyydä kollegan tai maahanmuuttajien palautetta.
- Lue kirjallisuutta.
- Osallistu työpajoihin.
- Kirjaa ylös keskeiset asiat ja arvioi opetustuokiotasi.

2.4. Toimintaohjeita haastaviin tilanteisiin ryhmässä

Haastavia tilanteita voi joskus syntyä, ja niiden ratkaiseminen voi olla vaikeaa. Esimerkiksi yksi osallistujista voi jakaa jotain hyvin henkilökohtaista tai pyytää sinulta henkilökohtaista mielipidettä. Tässä on ehdotuksia vaikean tilanteen kohtaamiseen:

- Tunnista, että tilanne on vaikea.
- Muistuta maahanmuuttajia sovituista turvallisen tilan säännöistä.
- Tarkista tapaamisen lopussa, mikä maahanmuuttajien kokemus tilanteesta nyt on.

Alla on joitain käytännön esimerkkejä haastavista tilanteista, joita saatat kohdata seksuaalikasvatuksen toteuttamisen aikana. Saat myös ehdotuksia tilanteiden ratkaisemiseen:

- *Mitä tehdä, jos et tiedä vastausta?*

On ihan ok myöntää, ettet tiedä vastausta. Voit joko palata asiaan myöhemmin tai ohjata henkilön toisen asiantuntijan luo.

- *Mitä tehdä, jos joku kysyy mielipidettäsi siitä, mikä on oikein tai väärin, tai pyytää neuvoa siitä, mitä heidän pitäisi tehdä?*

Moniin kysymyksiin ei ole oikeita tai väriä vastauksia, sillä sopivin vaihtoehto riippuu yksilöllisistä tekijöistä. Isäntämaan ja lähtömaan arvojen ja tapojen eroista voidaan keskustella. Ammatillisena on kuitenkin tärkeää antaa tietoa seksuaalioikeuksista ja laeista ja viitata niihin, kun perustelet vastauksiasi.

- *Mitä tehdä, jos maahanmuuttaja sanoo jotain sopimatonta tai haastavaa?*

On hyvä muistaa, että ihmiset tulevat erilaisista taustoista, joten älä ota sitä henkilökohtaisesti. Pysy faktoissa ja rauhoita tilanne. Voit aina lopettaa tapaamisen, jos et enää tunne oloasi turvalliseksi.

- *Mitä tehdä, jos joku alkaa kuvailla traumaattista kokemustaan tai jakaa kokemuksiaan liikaa?*

Kuuntele hänen kokemuksensa ja osoita että ymmärrät, mutta selitä, että tätä olisi parempi käsitellä erityisosaajan kanssa. Ohjaa hänet sitten oikean palvelun piiriin.

- *Mitä tehdä, jos joku sanoo, ettei pidä materiaalista?*

Ammatillisena sinun ei tarvitse puolustaa materiaalia. Voit kysyä miksi hän ei pidä materiaalista ja ota se vastaan palautteena.

2.5. ICEX-koulutuspaketin toteutusopas

Tämä osio sisältää ideoita ja ohjeita siitä, miten eri aihepiirejä voidaan käsitellä kasvokkaisessa opetustilanteessa eri kohderyhmien kanssa. Voit mukauttaa ohjeita eri tilanteisiin ja aiheisiin sopiviksi. Varmista turvallinen ja luottamuksellinen vuorovaikutus.

Seksuaalitoiminnot: Rakenne ja fysiologia

Osio sisältää alla olevat aihepiirit:

Rakenne ja fysiologia

Alaluvussa esitellään miehen ja naisen lisääntymisjärjestelmän rakenne ja fysiologia, kuukautiskierto ja raskaaksi tuleminen. Lisäksi se sisältää tietoa ympärileikkauksesta ja naisten sukuelinten silpomisesta.

Seksuaalitoiminnot

Alaluvussa löydät tietoa seksuaalitoiminnosta, kehon reaktiosta seksuaaliseen stimulaatioon, tekijöistä, jotka voivat vaikuttaa seksuaaliseen reaktioon, ja tavallisista ongelmista tai toimintahäiriöistä.

Intiimihygienia

Alaluvussa esitellään intiimihygienian perusteet.

Kehotietoisuus ja omat taidot

Alaluvussa käsitellään kehotietoisuutta ja itsehoitotaitoja, jotka liittyvät kommunikointiin intiimisuhteissa.

Rakenne ja fysiologia

1. Tapoja aloittaa ja esitellä aihe:

Keskustelun kautta:

- Aloita johdannolla: "Meillä on turvallinen tila emmekä tuomitse. Käymme avointa keskustelua anatomiasta ja lisääntymisjärjestelmän toiminnasta."
- Varmista, että maahanmuuttajat ymmärtävät keskusteltavan aiheen.
- Käytä kysymyksiä: "Haluatko puhua tästä aiheesta? Voitko nimetä joitain lisääntymisjärjestelmän osia? Tiedätkö, missä ne sijaitsevat kehossa?"
- Selvitä, onko maahanmuuttajilla kysymyksiä seksuaalitoiminnosta.

2. Käy läpi materiaali:

Rakenne ja fysiologia -osio alkaa maahanmuuttajapariskunnan interaktiivisella tarinalla, jossa heillä on kysymyksiä miehen ja naisen lisääntymisjärjestelmien anatomiasta ja siitä, miten nämä järjestelmät toimivat.

- Kysy kysymys: "Mitä haluat oppia lisääntymisestä?"
- Opiskele tietoa ja tutki kuvia.
- Klikkaa vihreitä laatikoita saadaksesi lisätietoja kustakin aiheesta.
- Kysy kysymyksiä: "Tunnetko miehen ja naisen anatomian? Tiedätkö, miten tämä järjestelmä toimii? Mitä tiedät hedelmällisyydestä? Miten se toimii? Mitä tiedät kuukautiskierrosta? Mitä kuukautiset ovat? Tiedätkö, miten saada lapsi? Ja miten nainen tulee raskaaksi? Tiedätkö, mitä naisten sukuelinten silpominen on? Tiedätkö, mitä ympärileikkaus on?"

3. Tapoja päättää tapaaminen:

Lopeta pohdintakysymyksellä:

- Oliko mielenkiintoista tutkia tätä aihetta?
- Onko sinulla muita kysymyksiä tähän aiheeseen liittyen?
- Haluatko lisätä jotain tähän aiheeseen?

Seksuaalitoiminnot

1. Tapoja aloittaa ja esitellä aihe:

Keskustele aiheesta:

- Aloita johdannolla: "Meillä on turvallinen tila emmekä tuomitse. Käymme avointa keskustelua seksuaalitoiminnosta."
- Varmista, että maahanmuuttaja ymmärtää käsiteltävän aiheen.
- Käytä kysymyksiä: Haluatko tietää, miten keho reagoi seksuaalisiin ärsykkeisiin? Onko se sama miehillä ja naisilla? Reagoiko keho aina samalla tavalla koko elämän ajan? Mitkä tekijät voivat vaikuttaa seksuaaliseen reaktioon? Millaisia seksuaalisia ongelmia tiedät?
- Selvitä, onko maahanmuuttajilla kysymyksiä seksuaalitoiminnosta.

2. Käy läpi materiaali:

Tästä aiheesta voit saada tietoa seuraamalla nuolia tai tekemällä testejä testataksesi tietosi seksuaalitoiminnosta ja siitä, mitkä niihin voi vaikuttaa. Opiskele tietoa ja tutki kuvia.

3. Tapoja päättää tapaaminen:

Kertaa keskeiset asiat:

- Seksuaalinen toiminta voi vaikuttaa viestintään, luottamukseen ja molemminpuoliseen tyytyväisyyteen – ja toisaalta nämä tekijät voivat vaikuttaa seksuaaliseen toimintaan.
- On normaalia, että miehet ja naiset tuntevat kiihottumista eri tavoin, mikä käynnistää mielihyvän ja yksilöllisen seksuaalisen reaktion.
- Useat tekijät voivat vaikuttaa seksuaaliseen toimintaan ja voivat myös aiheuttaa seksuaalisia haasteita elämän aikana.
- Tilanne voi muodostua ongelmaksi, jos se aiheuttaa kärsimystä tai jos se toistuu jatkuvasti tai hyvin usein.

Intiimihygienia

1. Tapoja aloittaa ja esitellä aihe:

Tutki keskustelun kautta:

- Aloita johdannolla: "Meillä on turvallinen tila emmekä tuomitse. Käymme avointa keskustelua intiimihygieniasta ja intiimialueiden hoidosta. Intiimihygienia on luonnollinen ja tärkeä osa terveyttä."
- Varmista, että maahanmuuttajat ymmärtävät käsiteltävän aiheen.
- Käytä kysymyksiä: Mitä päivittäistä rutiinia, emme voi jättää väliin? Miksi hygienia on tärkeää yleisen terveyden kannalta? Mitkä kehon osat tarvitsevat erityistä huolenpitoa ja huomiota? Miksi on tärkeää puhua intiimihygieniasta sen sijaan, että se pidettäisiin "tabu" aiheena?
- Selvitä, onko maahanmuuttajilla kysymyksiä intiimihygieniasta.

2. Käy läpi materiaali:

Seuraa diaesitystä aiheista:

- Mitä on intiimihygienia? Mitkä ovat kehon intiimialueet? Mitkä ovat joitakin reaktioita kehon intiimialueilla?
- Naisten intiimihygienia ja miesten intiimihygienia.

3. Tapoja päättää tapaaminen:

Kertaa keskeiset asiat:

- Keho puhdistaa itseään monin luonnollisin tavoin.
- Hellävarainen hoito on tärkeää (ei voimakkaita saippuoita tai hajusteita).
- On normaalia, että keholla on luonnollinen tuoksu.
- Hengittävien kankaiden (kuten puuvilla-alusvaatteiden) käyttäminen on hyödyllistä.
- Jos jokin tuntuu olevan vialla (kutina, haju, ärsytys), on hyvä hakeutua hoitoon ja saada apua.

Kehotietoisuus ja omat taidot

1. Tapoja aloittaa tapaaminen ja esitellä aihe:

Keskustele aiheesta:

- Aloita esittelyllä: "Meillä on turvallinen tila emmekä tuomitse. Käymme avointa keskustelua siitä, miten opimme tuntemaan oman kehomme. Opimme taitoja, joiden avulla voimme pitää hyvää huolta itsestämme. Oman kehon ymmärtäminen auttaa meitä pysymään terveinä, itsevarmoina ja vahvoina."
- Varmista, että maahanmuuttajat ymmärtävät käsiteltävän aiheen. Käytä kysymyksiä: Mitä 'kehotietoisuus' merkitsee sinulle? Mitkä ovat itsestä huolehtimisen perustaidot, jotka jokaisen tulisi oppia?
- Selvitä, onko maahanmuuttajilla kysymyksiä kehotietoisuudesta ja omista taidoista.

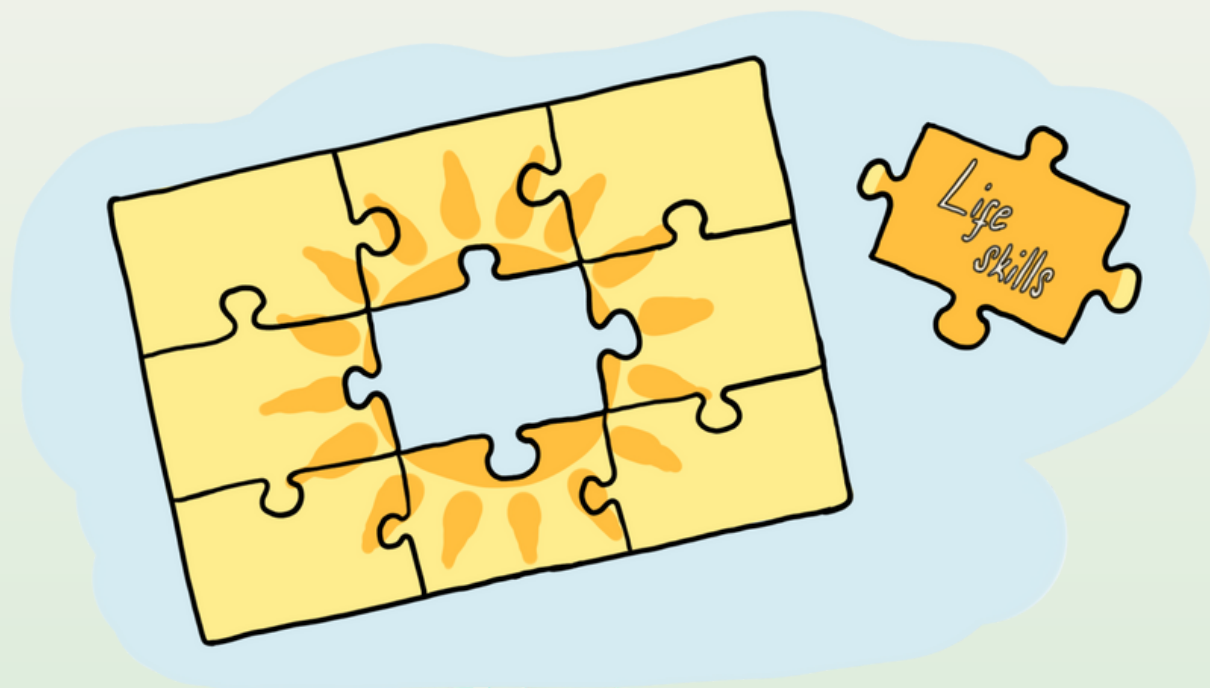
2. Käy läpi materiaali:

- Tutki kehonkielen merkitystä tietovisan avulla. Tutki interaktiivisen kaavion avulla, mitä itsetuntemuksen taitoihin kuuluu ovat ja mikä niiden merkitys on.

3. Tapoja päättää tapaaminen:

Yhteenveto keskeisistä kohdista:

- Itsetuntemuksen taidot ovat tärkeitä ja auttavat sinua elämään onnellista ja merkityksellistä elämää. Ne auttavat sinua ratkaisemaan ongelmia ja tekemään hyviä valintoja.
- Viestintä kehonkielen kautta ilmaisee usein toiveita, suostumusta ja mielihyvää. Sanaton viestintä antaa tietoa siitä, mikä tuntuu hyvältä ja mikä ei, mahdollistaen molemmille osapuolille miellyttävän ja tyydyttävän kokemuksen.
- Itsetuntemustaidot auttavat meitä tuntemaan itsemme kykeneväksi ja itsevarmaksi.



Lisääntymisterveys ja turvaseksi

Tämä osio sisältää seuraavat aiheet:

Perhesuunnittelu

Alaluku esittelee erilaisia ehkäisymenetelmiä ja selittää, miten kukin ehkäisymenetelmä toimii. Lisäksi on tietoa hedelmällisyydestä ja perheen perustamisesta.

Intiimisuhteet

Alaluku korostaa, kuinka tärkeää on osata lukea kumppanin sanattomia viestejä ja kehon merkkejä. Tietoa on myös sanallisen viestinnän tärkeydestä ja siitä, miten pyytää kumppanin suostumusta.

Turvaseksi ja ehkäisy

Alaluku tarjoaa tietoa turvaseksistä.

Perhesuunnittelu

Ehkäisy

1. Tapoja aloittaa tapaaminen ja esitellä aihe:

Keskustelun kautta:

- Aloita johdannolla: "Meillä on turvallinen tila emmekä tuomitse. Käymme avointa keskustelua ehkäisystä."
- Varmista, että maahanmuuttajat ymmärtävät käsiteltävän aiheen.

2. Käy läpi materiaali:

- Aloita pääkäsitteestä:
 - Käytä kysymyksiä: Miten maahanmuuttajat ymmärtävät sanan "ehkäisy" – mitä se tarkoittaa? Jos sana ei ole tuttu, selitä se selkein sanoin ja ICEX-koulutuspaketin kuvien avulla. Miksi ja milloin ehkäisyä tarvitaan? Mitä ehkäisymenetelmiä maahanmuuttajat jo tuntevat? Tietävätkö he, miten ne toimivat?
- Aloita Leylan ja Alin tarinasta:
 - Kysy Leylasta ja Alista: Keitä he ovat? Kuinka vanhoja he ovat? Miltä heidän elämänsä näyttää? Missä he työskentelevät? Miksi he eivät ehkä halua lapsia juuri nyt? Mitä vaihtoehtoja Leylalla ja Alilla on ehkäisyyn? Kysy maahanmuuttajilta, mitä ehkäisymenetelmiä he jo tuntevat.

- Aloita yhteiskunnallisesta näkökulmasta:

Yhdistä ehkäisy historialisiin ja yhteiskunnallisiin muutoksiin: Keskustele siitä, millainen oli tyypillinen perhekoko ja lasten määrä 25 vuotta sitten (kohdemaassa) ja millainen se on nyt. Mikä yhteiskunnassa on muuttunut? Ovatko mielipiteet ehkäisymenetelmistä muuttuneet? Kannustetaanko ehkäisyyn vai ei? Ovatko ehkäisymenetelmät muuttuneet? Mitä vaihtoehtoja maahanmuuttajat osaavat nimetä? Mitä etuja ja haittoja näillä menetelmillä on?

3. Tapoja päättää tapaaminen:

Kertaa keskeiset asiat:

- Ehkäisyyn on olemassa monia erilaisia vaihtoehtoja, ja paras menetelmä vaihtelee yksilöllisesti sekä pareittain. Jos harkitset ehkäisyn aloittamista tai vaihtamista, keskustele seksuaaliterveyden ammattilaisen kanssa löytääksesi sinulle sopivin vaihtoehto. Muista, että kondomi on ainoa menetelmä, joka suojaa myös seksitaudeilta.
- Lopeta kyselykierroksella: kysy esimerkiksi, mikä tuntui tärkeältä, mikä oli uutta tai yllättävää tietoa, ja mietityttääkö vielä jokin asia.

Hedelmällisyys

1. Tapoja aloittaa osio ja esitellä aihe:

- Aloita johdannolla: "Meillä on turvallinen tila emmekä tuomitse. Käymme avointa keskustelua hedelmällisyydestä."
- Varmista, että maahanmuuttajat ymmärtävät käsiteltävän aiheen.

2. Käsittele materiaali:

- Aloita sanastosta/käsitteestä: Mitä hedelmällisyys tarkoittaa? Jos sana ei ole tuttu, selitä se arkikielellä. Mitkä tekijät vaikuttavat hedelmällisyyteen?
- Aloita tarinalla:
 - Keskustele Johnista ja Sofiasta. Keitä he ovat? Kuinka vanhoja he ovat? Millainen heidän elämänsä on? Missä he työskentelevät? Miten he voivat? Mitä toiveita heillä on?
 - Tutkikaa yhdessä tai anna maahanmuuttajien tutkia itsenäisesti hedelmällisyyteen vaikuttavia tekijöitä omaan tahtiin (kuvat 2 ja 3). Ole saatavilla kysymyksiä ja yksilöllistä ohjausta varten.
 - Näytä materiaali ja keskustelkaa yhdessä: mitä ammattilainen sanoo kuvassa 2? Mitä mieltä olet ammattilaisen jakamasta tiedosta?
 - Näytä materiaali ja keskustelkaa yhdessä: mitä ammattilainen sanoo kuvassa 3? Keskustelkaa ammattilaisen vastaanotosta ja hedelmällisyyteen liittyvästä tiedosta, jonka he saivat.
- Aloita yhteiskunnallisesta näkökulmasta:
 - Yhdistä hedelmällisyys historialisiin ja yhteiskunnallisiin muutoksiin: Keskustele siitä, mikä oli tyypillinen ensivanhemman ikä 25 vuotta sitten (käyttäjän lähtömaassa) ja mikä se on nyt. Mikä yhteiskunnassa on muuttunut?
 - Keskustele siitä, millaista tukea on saatavilla hedelmättömyyden kanssa kamppaileville. Onko se erilaista heidän lähtömaassaan ja asuinmaassaan?
- Eettinen keskustelu: Miksi on tärkeää tietää, että hedelmättömyyden syyt voivat olla moninaisia? Onko lasten saaminen elämän menestyksen mittari? Miksi? Miksi ei?

3. Tapoja päättää tapaaminen:

Kertaa keskeiset asiat:

- Muista, että hedelmättömyyden syyt voivat olla moninaisia ja niitä voidaan tutkia seksuaaliterveyden ammattilaisen avulla. Hedelmättömyys on herkkä aihe, ja siitä on tärkeää keskustella ilman syyttelyä.
- Hedelmällisyyteen vaikuttavia tekijöitä, joihin voit vaikuttaa omilla valinnoillasi, ovat tupakointi, alkoholin käyttö, seksitaudit, paino ja stressi.
- On tärkeää ylläpitää normaalia painoa, välttää tupakointia ja alkoholin käyttöä sekä käyttää kondomeja seksitautien välttämiseksi.
- Yksi tekijä, johon et voi vaikuttaa, on ikä.

Perheen perustaminen

1. Tapoja aloittaa osio ja esitellä aihe:

- Aloita johdannolla: "Meillä on turvallinen tila emmekä tuomitse. Käymme avointa keskustelua perheen perustamisesta."
- Varmista, että maahanmuuttajat ymmärtävät käsiteltävän aiheen.

2. Käy läpi materiaali ja harjoitukset:

- Aloita Remyn ja Zahran tarinalla:
 - Aloita kuvista ja hahmoista: Remy ja Zahra. Keitä he ovat? Kuinka vanhoja he ovat? Millainen heidän elämänsä on? Missä he työskentelevät? Miten he voivat? Mitä toiveita heillä on? Jos tarinassa nousee esiin samaa sukupuolta olevien parien aihe, korosta, että kumppanin valinta on seksuaalinen oikeus ja sallittua (kohdemaassa); mahdollisuus keinohedelmöitykseen riippuu maan lainsäädännöstä.
 - Keskustele tunteista, joita parit ja vanhemmat voivat kokea raskauden suunnittelussa, raskauden aikana ja synnytyksen jälkeen, kuten huoli, suru, ilo, ahdistus, euforia, masennus.
 - Ennen kuin siirryt harjoitukseen, keskustele seuraavista määritelmistä: keskenmeno, kiintymys, hormonit, samaa sukupuolta oleva pari ja imetys.
 - Tutkikaa harjoitusta yhdessä tai itsenäisesti saadaksenne lisää tietoa vanhemmuudesta ja imetyksestä.
- Aloita yhteiskunnallisesta näkökulmasta:
 - Keskustele erilaisista perheistä ja tilastoista: Ovatko ne erilaisia tai samanlaisia kuin lähtömaassa? Mitä ajatuksia herää?
 - Yhdistä aiempi keskustelu Remyn ja Zahran tarinaan, joka tutkii yhden perhetyyppin kokemuksia ja haasteita perheen perustamisessa.
 - Voit yhdistää tämän "Seksuaaliterveyslait ja -palvelut ICEX-kumppanimaissa" -alajaksoon "Etiikka ja laki" -osiossa.

3. Tapoja päättää tapaaminen:

Yhteenveto tärkeimmistä kohdista:

- On normaalia kokea monenlaisia tunteita perhesuunnitteluun ja perheen perustamiseen liittyen – voit olla onnellinen yhtenä hetkenä ja surullinen seuraavana. Suurin osa tunteista johtuu hormoneista.
- Hae apua, jos vaikeat tunteet kestävät pidempään kuin muutaman päivän tai kaksi viikkoa.
- Muista korostaa tätä: On tärkeää hakea tukea. Jos koet lapsettomuutta, sinun ei tarvitse käydä sitä läpi yksin!



Intiimisuhteet

Parisuhdetaidot

1. Tapoja aloittaa tapaaminen ja esitellä aihe:

- Aloita esittelyllä: "Meillä on turvallinen tila emmekä tuomitse. Käymme avointa keskustelua parisuhdetaidoista."
- Varmista, että maahanmuuttajat ymmärtävät käsiteltävän aiheen.

2. Aloita käsitteestä:

Keskustele sanattomasta viestinnästä:

- Jos olet kiinnostunut suhteesta jonkun kanssa, miten voi osoittaa sen ilman sanoja?
- Tutkikaa ryhmässä kulttuurieroja (esim. katsekontakti, kosketus, muut sanattomat vihjeet).
- Mitkä signaalit koette kiinnostuksen merkeiksi?

3. Käy materiaali läpi:

- Tehtävä 1: Tehkää tehtävä ja pyydä maahanmuuttajia pohtimaan: Oletko samaa mieltä "kyllä" ja "ei" -signaaleista? Mitä muita "kyllä" tai "ei" -signaaleja keksit, jotka kertovat innostuksesta/haluttomuudesta? Korosta, että pelkkään sanattomaan viestintään on usein vaikea luottaa – on tärkeää myös varmistaa sanallisesti toisen halukkuus läheisempään kontaktiin.
- Tehtävä 2: Tutustukaa Zaran ja Rezan tarinaan suostumuksesta sekä käykää kortit läpi. Pyydä maahanmuuttajaa miettimään mahdollisia vastauksia ennen kuin kortti käännetään. Vertailkaa sitten vastauksia kortissa oleviin vastauksiin.
- Tehtävä 3: Ennen tehtävää, keskustele: Millainen on hyvä kumppani? Mitä hän tekee tai sanoo, tai mitä hän ei tee tai sano? Voitte tehdä listan tai miellekartan yhdessä maahanmuuttajien kanssa. Keskustele, miten kunnioittava kumppani käyttäytyy intiimeissä tilanteissa. Lisää nämä miellekarttaan/listaan. Tutkikaa ja lukekaa Leylan ja Alin ajatuksia. Kysy maahanmuuttajalta: Oletko samaa mieltä heidän ajatustensa kanssa? Miten osoitat kumppanillesi luottamusta, kunnioitusta ja läheisyyttä?

4. Tapoja päättää tapaaminen:

Yhteenveto keskeisistä asioista:

- Hyvä intiimisuhde perustuu luottamukseen, kunnioitukseen ja avoimeen viestintään.
- Älä oleta, mitä kumppanisi tuntee tai ajattelee – keskustele siitä, mikä on sinulle tärkeää parisuhteessa.
- Voit puhua ammattilaisen kanssa, jos olet epävarma suhteestasi.

Seksi ja läheisyys

1. Tapoja aloittaa tapaaminen ja esitellä aihe:

- Aloita esittelyllä: "Meillä on turvallinen tila emmekä tuomitse. Käymme avointa keskustelua seksistä ja läheisyydestä."
- Varmista, että maahanmuuttajat ymmärtävät käsiteltävän aiheen.

2. Aloita käsitteestä:

- Pohdi ja keskustele seuraavista kysymyksistä: Mitä läheisyys, kosketus ja nautinto tarkoittavat? Mikä ero on kosketuksella ja läheisyydellä? Miten koet kosketuksen eri ihmisten kanssa ja eri tilanteissa? Mitä on neutraali kosketus? Onko mielestäsi olemassa neutraalia kosketusta? Miten kosketat ystäviä, perhettä tai seurustelukumppania? Millainen kosketus on sopivaa urheilussa, keskustelussa tai kun autat jotakuta? Onko koskettamisen sopivuus erilaista lähtömaassasi kuin kohdemaassa?

3. Käy läpi materiaali:

- Katso animaatio ja pyydä maahanmuuttajia kiinnittämään huomiota siihen, miten läheisyyttä, kosketusta ja nautintoa näytetään intiimeissä suhteissa.
- Animaation jälkeen keskustele: Millaisia esimerkkejä animaatiossa näkyi koskettamisesta, läheisyydestä ja nautinnosta? Silittäminen, katsekontakti, yhdessä nukkuminen sekä halaaminen. Miten läheisyys, kosketus ja nautinto liittyvät hyvinvointiin? Läheisyys, kosketus ja nautinto eivät rajoitu seksiin; millaisia muita tapoja on huolehtia läheisyydestä, kosketuksesta ja nautinnosta suhteissa? Mikä on sopivaa intiimeissä suhteissa, eroaa muista suhteista – tietyt kosketukset ja muut käyttäytymismuodot voivat olla erittäin sopimattomia tai jopa laittomia, jos ne eivät ole suostumuksellisia.
- Ennen kyselyä, määrittele ja keskustele suostumuksesta. Keskustele: Mihin annat suostumuksesi? Voitko kuvitella, että joku ei anna suostumustaan samaan asiaan ja voi ajatella hyvin eri tavalla? Miten varmistat, että sinulla on suostumus? Onko hymyileminen sama kuin suostumuksen antaminen? Onko katsekontakti merkki suostumuksesta? Tarvitsetko suostumuksen pitkäaikaiselta kumppaniltasi? Onko tietynlainen pukeutuminen merkki suostumuksesta kosketukseen, seksiin tai seksuaalisiin ehdotuksiin? Onko suostumuksen puuttuminen merkki suostumuksesta? Muista, että suostumus tulee aina antaa sanallisesti – jos sitä ei ole selvästi pyydetty ja saatu, sitä ei ole olemassa. Testaa maahanmuuttajien tietoa suostumuksesta kyselyllä.

4. Tapoja päättää istunto:

Yhteenveto keskeisistä asioista:

- Suostumus vaaditaan, kun otat kuvia, kosketat jotakuta, jaat tietoja ja kuvia sekä harrastat seksiä.

- Et tarvitse suostumusta ehkäisyn käyttöön tai kysymyksen esittämiseen. Mutta muista, että sinulla on oikeus olla vastaamatta. Voit yhdistää tämän "Seksuaaliterveyslainsäädäntö ja -palvelut ICEX-kumppanimaassa" -alajaksoon "Etiikka ja laki" -osiossa.

Turvaseksi ja ehkäisy

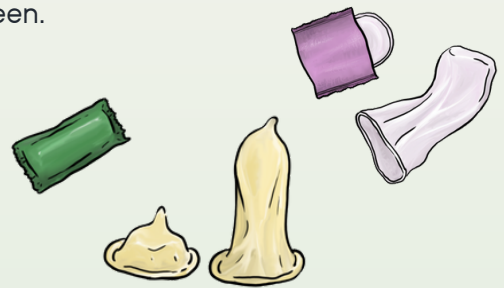
Turvaseksikäytännöt

1. Tapoja aloittaa tapaaminen ja esitellä aihe:

- Aloita esittelyllä: "Meillä on turvallinen tila emmekä tuomitse. Käymme avointa keskustelua turvallisista seksikäytännöistä.
- Varmista, että maahanmuuttajat ymmärtävät käsiteltävän aiheen.

2. Aloita kysymyksillä:

- Oletko kuullut turvaseksistä?
- Mitä se tarkoittaa? Mikä voi tehdä seksistä turvatonta?
- Miten voit harrastaa turvallisempaa seksiä?



3. Käy läpi materiaali:

- Lue osiot "Mitä on turvaseksi?" ja "Miten harrastaa turvallisempaa seksiä?"
- Käytyäsi nämä osiot läpi, pohtikaa yhdessä: Mikä oli uutta tai mielenkiintoista? Onko jotain, mitä haluat kysyä? Onko jotain, mikä jäi mietityttämään?
- Määrittele, mitä hygienia tarkoittaa. Miten hygienia liittyy tautien ehkäisyyn? Miksi hygienia on tärkeää? Hyvä hygienia suojaa sekä sinua että ympärilläsi olevia.
- Tutki intiimihygienian kohtia: Mitkä hyvät hygieniakäytännöt ovat samoja sekä yleisten tautien ehkäisyssä että seksitautien ehkäisyssä? Määrittele seksitaudit ja tutki niiden tartuntareittejä. Etsi yhdessä tietoa seksitaukeista verkosta. Yhdistä tämä aihe ehkäisyn oppimiseen.
- Tutki kuvakortteja saadaksesi tietoa erilaisista seksityypeistä. Usein kun ajattelemme seksiä, ajattelemme yhdyntää (määrittele tämä), mutta seksi voi olla monenlaista.

4. Tapoja päättää istunto:

Yhteenveto keskeisistä asioista:

- Ainoastaan kondomit suojaavat seksitaukeilta!
- Seksiä on monenlaista.
- Hyvä seksuaalihygienia on tärkeää.
- Turvallinen seksi vaatii avointa viestintää ja hyvää hygieniaa.

Etiikka ja laki

Tämä osio sisältää alla olevat aiheet:

Eettinen ja kriittinen ajattelu

Alaluvussa esitellään periaatteita vahvojen monikulttuuristen suhteiden rakentamiseen. Mukana on kolme tapausta, joita voidaan käyttää haastavien seksuaaliterveyteen liittyvien tilanteiden tarkasteluun sekä uuden maan arkeen sopeutumiseen.

Seksuaaliterveyslainsäädäntö ja -palvelut ICEX-kumppanimaissa

Alaluvussa esitellään ICEX-kumppanimaiden seksuaaliterveyslainsäädäntöä ja seksuaaliterveyspalveluita.

Seksuaalioikeudet

Alaluku sisältää infografiikan seksuaalioikeuksista ja ihmisoikeuksista, jotka liittyvät seksuaalisuuteen.

Eettinen ja kriittinen ajattelu

Vahvojen monikulttuuristen suhteiden rakentaminen

1. Tapoja aloittaa tapaaminen ja esitellä aihe:

- Aloita esittelyllä: "Meillä on turvallinen tila emmekä tuomitse. Käymme avointa keskustelua eettisestä ja kriittisestä ajattelusta."
- Varmista, että maahanmuuttajat ymmärtävät käsiteltävän aiheen.
- Kysy maahanmuuttajilta, ovatko he olleet vuorovaikutuksessa eri kulttuureista tulevien ihmisten kanssa ja millaisia kokemuksia heillä on ollut heidän kanssaan.

2. Käy läpi materiaali:

- Pyydä maahanmuuttajaa käymään läpi luetellut periaatteet monikulttuuristen suhteiden luomiseksi.
- Kysy, huomasivatko he näiden periaatteiden olevan erilaisia kohdemaassa.
- Kannusta jakamaan ajatuksia ja keskustelemaan siitä, ovatko he soveltaneet näitä periaatteita arjessaan uudessa maassa sekä miksi nämä periaatteet ovat tärkeitä.
- Kysy myös mahdollisista omakohtaisista kokemuksista, joissa näitä periaatteita ei ehkä ole noudatettu.
- Pyydä maahanmuuttajia nimeämään yksi vahvojen monikulttuuristen suhteiden luomisen periaate, jonka he kokevat tärkeimmäksi.

3. Tapoja päättää istunto:

Yhteenveto keskeisistä kohdista:

- Vahvojen ja kunnioittavien suhteiden rakentaminen eri kulttuureista tulevien ihmisten välillä on todella tärkeää monimuotoisissa yhteisöissä.
- Sekä vastaanottavien yhteisöjen että maahanmuuttajayhteisöjen tulisi noudattaa näitä periaatteita.

Maahanmuuttajien haasteelliset kokemukset uudessa maassa

1. Tapoja aloittaa tapaaminen ja esitellä aihe:

- Aloita esittelyllä: "Meillä on turvallinen tila emmekä tuomitse. Käymme avointa keskustelua maahanmuuttajien haastavista kokemuksista uudessa maassa."
- Varmista, että maahanmuuttajat ymmärtävät käsiteltävän aiheen.
- Pyydä maahanmuuttajia pohtimaan mahdollisia haastavia kokemuksia, joita heillä on ollut uudessa maassa, ja miten ne ratkaistiin. Miltä heistä tuntui paikallisten reaktio näissä tilanteissa?

2. Käy läpi materiaali:

- Pyydä maahanmuuttajaa lukemaan tapaukset ja keskustelkaa kysymysten vastausvaihtoehdoista.
- Pyydä maahanmuuttajaa pohtimaan, miksi tehtävän oikeat vastaukset ovat sopivimpia ratkaisuja ja miten ne auttavat parantamaan niiden ihmisten elämää, joista tehtävässä puhutaan.

3. Tapoja päättää istunto:

Yhteenveto keskeisistä kohdista:

- On normaalia kohdata vaikeita tilanteita vieraassa ympäristössä ja maassa, koska kulttuuriset normit ja odotukset voivat olla erilaisia kuin lähtömaassa.

Seksuaaliterveyslainsäädäntö ja -palvelut ICEX-kumppanimaissa

1. Tapoja aloittaa tapaaminen ja esitellä aihe:

- Aloita esittelyllä: "Meillä on turvallinen tila emmekä tuomitse. Käymme avointa keskustelua seksuaaliterveyden laeista ja palveluista ICEX-kumppanimaissa."
- Varmista, että maahanmuuttajat ymmärtävät käsiteltävän aiheen.
- Aloita kysymyksillä: Onko jokin saanut sinut etsimään tietoa kohdemaan laeista aiemmin? Oletko käyttänyt joitain seksuaaliterveyspalveluja kohdemaassa?

2. Käy läpi materiaali:

- Pyydä maahanmuuttajia käymään läpi kohdemaan lait ja pohtimaan samalla lähtömaansa lakeja: Mitkä lait ovat samanlaisia? Mitä eroja on? Mikä oli yllättävintä kohdemaan laeissa, mistä maahanmuuttajat eivät olleet tietoisia?
- Pyydä myös maahanmuuttajia käymään läpi kohdemaan saatavilla olevat palvelut: mitä he tiesivät ja mitä eivät tienneet?

3. Tapoja päättää istunto:

Yhteenveto keskeisistä kohdista:

- Seksuaaliterveyteen liittyvät lait voivat vaihdella suuresti eri maissa; niihin kannattaa aina tutustua etukäteen.
- On aina hyödyllistä hakea lisätietoa tai neuvoa kohdemaassa voimassa olevista laeista ja palveluista saatavilla olevista lähteistä verkossa tai ammattilaiselta.

Seksuaalioikeudet

1. Tapoja aloittaa tapaaminen ja esitellä aihe:

- Aloita esittelyllä: "Meillä on turvallinen tila emmekä tuomitse. Käymme avointa keskustelua seksuaalioikeuksista.
- Varmista, että maahanmuuttajat ymmärtävät käsiteltävän aiheen.
- Aloita kysymyksillä: Onko aihe tuttu? Mitä maahanmuuttajat jo tietävät ihmisoikeuksista?

2. Käy materiaali läpi:

- Lue seksuaalisuuteen liittyvät ihmisoikeudet läpi.
- Pyydä maahanmuuttajia pohtimaan, miksi ihmisoikeudet ja seksuaalioikeudet ovat tärkeitä.

3. Tapoja päättää istunto:

Yhteenveto keskeisistä kohdista:

- Ihmisoikeudet ovat universaaleja, ja jokaisen ihmisen oikeuksia tulee kunnioittaa.
- Ihmisoikeuksia tulisi soveltaa kansallisesta lainsäädännöstä riippumatta ja ihanteellisesti kaikkialla.

Viitteet



Bohren, M. A., Vazquez Corona, M., Odiase, O. J., Wilson, A. N., Sudhinaraset, M., Diamond-Smith, N., Berryman, J., Tunçalp, Ö., & Afulani, P. A. (2022). Strategies to reduce stigma and discrimination in sexual and reproductive healthcare settings: A mixed-methods systematic review. *PLOS Global Public Health*, 2(6), e0000582. <https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0000582>

Council of Europe. (2011). Council of Europe Convention on preventing and combating violence against women and domestic violence. <https://www.coe.int/en/web/istanbul-convention/text-of-the-convention>

European Parliament: Directorate-General for Internal Policies of the Union, Michielsen, K., & Ivanova, O. (2022). Comprehensive sexuality education: Why is it important? European Parliament. <https://data.europa.eu/doi/10.2861/278864>

Gaspar, A., Branco, C., Pedro, C., Nunes, D., Alves, N., & Reis, A. (2020). Nursing strategies adopted to overcome cultural and linguistic barriers with culturally diverse people: A scoping review. *Magazine review from UIIPS*, 8(1), 215–222. <http://ojs.ipsantarem.pt/index.php/REVUIIPS>

Human Rights Campaign. (2023). LGBTQIA+ glossary of terms. <https://www.hrc.org/resources/glossary-of-terms>

Kennis, M., Kreukels, B. P. C., & Dewitte, M. (2023). Sex & relationships in trans people. *Best Practice & Research Clinical Obstetrics and Gynaecology*, 86, 102294. <https://doi.org/10.1016/j.bpobgyn.2022.102294>

Konstantinou, E., Murto, T., Bacatum, C., Félix, T., Häsänen, M., Oliveira, M., Prapas, C., Jogi, O., Koutavelis, E., Lähtenmäki, E., Duarte Lopes, S., Natsia, M., Rennit, M., Savola, E., Lagiou, A., & Sakellari, E. (2025). Migrants' perceptions and needs in sexual health education: A focus group study. *Sexuality and Culture*, 29(2), 943–962. <https://doi.org/10.1007/s12119-024-10307-y>

Keygnaert, I., Guieu, A., Ooms, G., Vettenburg, N., Temmerman, M., & Roelens, K. (2014). Sexual and reproductive health of migrants: Does the EU care? *Health Policy*, 114(2–3), 215–225. <https://doi.org/10.1016/j.healthpol.2013.10.007>

Kwok, K., & Kwok, D. K. (2023). Community matters: Barriers and opportunities to sexual health and sexuality education of young female migrants in Hong Kong. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1270885>

Mandriou, A., Alsubahi, N., Groot, W., & Pavlova, M. (2024). Sexual and reproductive health rights and service use among undocumented migrants in the EU: A systematic literature review. *Healthcare*, 12(17), 1771. <https://doi.org/10.3390/healthcare12171771>

Morin, G., & Marwah, S. (2024). Engaging in emotional and cultural work: Migrant mothers' experiences of school-based sexuality education. *Health Education Journal*, 83(8), 917–931. <https://doi.org/10.1177/00178969241281271>

- Nash, C. (2023). Gender: A postmodern idea developed in association with the modern concept of sex in considering the implications for evolving sexuality. *Sexes*, 4(3), 411–428. <https://doi.org/10.3390/sexes4030027>
- Radomski, D., Oscik, Z., Dmoch, G., & Szczotka, A. (2024). Development of a sexological ontology. *Sensors*, 24(21), 6968. <https://doi.org/10.3390/s24216968>
- Rechel, B., Mladovsky, P., Ingleby, D., Mackenbach, J. P., & McKee, M. (2013). Migration and health in an increasingly diverse Europe. *The Lancet*, 381(9873), 1235–1245. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)62086-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)62086-8)
- Sironi, A., Bauloz, C., & Emmanuel, M. (Eds.). (2019). Glossary on migration (International Migration Law, № 34). International Organization for Migration (IOM). <https://publications.iom.int/books/international-migration-law-ndeg34-glossary-migration>
- UNESCO. (2018). International technical guidance on sexuality education: An evidence-informed approach (Revised edition). United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. <https://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/ITGSE.pdf>
- United Nations. Department of Economic and Social Affairs. (2025). Sustainable Development. The 17 goals. <https://sdgs.un.org/goals#>
- Vieira, K., Nóbrega, R., Arruda, M., & Veiga, P. (2016). Social representations of sexual relations: A transgenerational study among women. *Psychol. Sci. Prof.*, 36(2), apr–jun. <https://doi.org/10.1590/1982-3703001752013>
- Ventriglio, A., & Bhugra, D. (2019). Sexuality in the 21st Century: Sexual Fluidity. *East Asian Archives of Psychiatry*, 29(1), 30–34. <https://www.easap.asia/index.php/find-issues/current-issue/item/834-1903-v29n1-p30>
- World Association for Sexual Health. (2014). Declaration of sexual rights. https://www.worldsexualhealth.net/_files/ugd/793f03_779f193815894895b9d1480bde676c37.pdf?index=true
- World Health Organization. (2010). Standards for sexuality education in Europe: A framework for policy makers, educational and health authorities and specialists. WHO Regional Office for Europe & BZgA. https://www.bzga-whocc.de/fileadmin/user_upload/BZgA_Standards_English.pdf
- World Health Organization. (2015). Sexual health, human rights and the law. https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/175556/9789241564984_eng.pdf
- World Health Organization. (2016). FAQ on health and sexual diversity: An introduction to key concepts. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/255340/WHO-FWC-GER-16.2-eng.pdf?sequence=1>
- World Health Organization. (2017). Women on the move: Migration, care work and health. World Health Organization. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/259463/9789241513142-eng.pdf>
- World Health Organization. Regional Office for Europe. (2020). Migration and health: Enhancing intercultural competence and diversity sensitivity. <https://iris.who.int/handle/10665/332186>
- World Health Organization. (2021). Refugee and migrant health. https://www.who.int/health-topics/refugee-and-migrant-health#tab=tab_1
- World Health Organization. (2022). Gender and health. <https://www.who.int/health-topics/gender>
- World Health Organization. (2023). Comprehensive sexuality education. <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/comprehensive-sexuality-education>
- Zhang, W. (2022). The role of sex in intimate relationships: An exploration based on Martin Buber's intersubjective theory. *Frontiers in Psychology*, 13, 850278. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.850278>