

**Toimittaja Edith Kaura:** Seksi ja seksuaalisuus ympäröivät meitä yhä useammassa kanavasta päivittäin. Medioitumisen myötä seksuaalisuus on esillä esimerkiksi televisiossa, lehdissä ja sosiaalisessa mediassa.

Millainen suhtautuminen suomalaisilla on seksuaalisuuteen ja miten media-alustojen seksualisoituminen vaikuttaa meihin?

Minä olen Edith Kaura ja tänään keskustelemme seksuaalisuudesta ja siihen liittyvistä teemoista.

Studiosta kanssani on seksuaaliterapeutti ja seksuaalineuvoja Eeva Lehtinen, tervetuloa. Heti alkuun Eeva, miksi sinusta tuli seksuaaliterapeutti ja miksi seksuaaliterapeutti ylipäättään tarvitaan?

**Haastateltava Eeva Lehtinen:** Seksuaalisuus on oikeastaan aina kiinnostanut mua ja ihmiset on mun mielestä ihan mielenkiintoisia ja jotenkin mä niin kun ajauduin siihen pikku hiljaa, että se mikä tekee ihmisestä kokonaisen. Suuri osa meitä on seksuaalisuus ja sitä kautta ehkä just se että miksi meitä tarvitaan on se että myös näistä asioista on hyvä puhua ja joskus ihmiset menee lääkäriin tai muualle niin ei osaa ottaa seksuaalisuutta esille, mut siihen on seksuaaliterapeutteja, että kun tulee meille niin, uskalletaan puhua niistä asioista, mitkä on tosi tärkeitä.

**Toimittaja Edith Kaura:** Millaisten asioiden kanssa useimmiten hakeudutaan seksuaaliterapiaan?

**Haastateltava Eeva Lehtinen:** Niitä voi olla tosi paljon tosi erilaisia. Uskottomuudesta ja seksuaalisten halujen eriparisuudesta, mikä on hyvin tavallista tai haluttomuutta. Sitten voi olla seksuaalinen väkivalta taustalla tai ikäviä kokemuksia tai seksuaali-identiteetin hakemista tai sitten ihan erektiohäiriöitä, yhdyntäkipu ja hyvin monia asioita.

**Toimittaja Edith Kaura:** Ovatko syyt hakeutua seksuaaliterapia muuttuneet vuosien varrella? Onko esimerkiksi kynnys hakeutumiseen madaltunut?

**Haastateltava Eeva Lehtinen:** Vaikea sanoa, mä en oo niinku ihan tutkimusta tästä nähnyt, mut mä luulisin, et voi olla niin, koska seksuaalisuudesta puhutaan enemmän ja varsinkin Nuoret aikuiset on paljon avoimempia sen seksuaalisuuden kanssa nykyään. Kyllä vanhemmatkin, mutta erityisesti nuoret aikuiset, ja ehkä sit lähdetään vähän matalammalla kynnyksellä hakemaan apua. Että jo sitten ku ei vielä oo vaikka suhteessa niin huonosti asiat, mutta ajatellaan, että näistä ehkä halutaan jutella jonkun ulkopuolisen kanssa, nii uskalletaan jo lähtee.

**Toimittaja Edith Kaura:** Millainen ihminen sinusta yleisimmin hakeutuu seksuaaliterapeutin luo? Onko tässä nähtävissä tiettyä jakaumaa esimerkiksi iän tai sukupuolen tai esimerkiksi vaikka asuinpaikan puolesta?

**Haastateltava Eeva Lehtinen:** Kyllä kaikenlaiset ihmiset hakeutuu. Ehkä isommissa kaupungeissa on helpompi löytää terapeutteja ja hakeutua sinne, mutta hakeudutaan yksin. Miehet ja naiset ja on nuoria pareja ja vanhempiakin. Ehkä osataan hakea apua riippuvuusasioista pornoriippuvuudesta seksiriippuvuuteen. Uskalletaan hakea kuitenkin reippaammin apua jo aikaisemmin.

**Toimittaja Edith Kaura:** Finsexin toteuttaman tutkimuksen mukaan suomalaiset ovat vapautuneempia seksuaalisesti kuin koskaan ennen. Tutkimus kertoo myös, että suhtautumiset muun muassa irtosuhteisiin siinä ovat yhä positiivisempia. Miten koet, että keskustelu seksuaalisuudesta on muuttunut esimerkiksi viimeisen kymmenen vuoden aikana? Oletko nähnyt muutosta avoimempaan keskusteluun?

**Haastateltava Eeva Lehtinen:** On kyllä varmasti on avoimempaa. Se kestää se on ehkä enemmän läsnä seksuaalisuus meidän elämässä se ei oo enää semmonen piilotettu Tabu josta ei puhuta ja ja varsinkin niin kuin nykyään jos Nuoret aikuiset ja muut niin tottunut siihen pienestä asti että seksuaalisuus on läsnä ja siitä on puhuttu et sit jos se on niinkun ollut aina Et se Tää ei oo tuotu esille ja ei osata seksuaalikasvatusta eikä muuta niin tästä voikin olla vaikeampi ottaa esille mutta et varmaan myöskin tämmöiset asentajat on vapautunut koska on kuultu erilaisten ihmisten kokemuksia ja ajatuksia näistä asioista niin ymmärretään et ihmiset on erilaisia ja ja

halu erilaisia asioita ja erilaiset seksuaalisuudet on hyväksyttäviä kunhan niissä ei vaan loukkaa eikä satuta ketään.

**Toimittaja Edith Kaura:** Koetko, että seksuaalisuudesta puhuminen on nykypäivänä enää tabu, vai onko se silleen, että se on alueittain, että olemme kuplissa? Voiko siitä puhua jossain nuorten keskuudessa enemmän tai aikuisten kesken?

**Haastateltava Eeva Lehtinen:** Itse tietty seksuaaliterapeuttina mulle on helppo puhua kun on tottunut puhumaan. Kyllä silti mä luulen, et siitä on helpompi puhua. Mä teen ite paljon työtä nuorten kanssa jo ihan toisenkin työni kautta ja nuoret on tosi tosi reippaita puhumaan siitä. Tietenkään kenenkään henkilökohtaisista asioista ei puhuta, vaan puhutaan yleisesti niin kuin jos on muita läsnä, mut et ehkä osaa avoimemmin keskustella asiasta. Kyllä mä näkisin, et vanhemmatkin ihmiset on avoimempia. Ehkä myöskään asenteetei oo niin semmosia jyrkkiä, vaan hyväksytään tosi paljon erilaisuutta, mikä on tosi hieno juttu – ei tietysti vielä tarpeeksi, mutta kuitenkin.

**Toimittaja Edith Kaura:** Valtiotieteen tohtori Osmo Kontula julkaisi tietokirjan 'Halu ja intohimo', jonka mukaan elämme nykypäivänä yliseksualisoitunuta aikakautta, mutta samaan aikaan seksin määrä oli laskenut huomattavasti. Miksi näin mielestäsi on? Miksi seksin määrä on laskenut?

**Haastateltava Eeva Lehtinen:** Ehkä tää yliseksualisoituminen on just niin kun vähän mediassa ja kaikkialla niin voi myös aiheuttaa semmosia pelkoja ja ahdistusta siitä, et olenko minä riittävä. Olenko minä hyvä tällaisena kuin olen? Pitäiskö mun haluta koko ajan? Ehkä näkemys sitä, että parisuhteissa ollaan mietitty, että miksi meidän seksi ei ole sellaista kuin nyt jossain luetaan lehdistä tai mediasta. Sitä asiaa verrataan hirveesti muihin ja ajatellaan et ollaan niitä jotenkin huonompia tai se oma keho ei näytä samalta. Varsinkin jos otetaan siitä oppia niin kun monet lapset ja nuoret, kun heillä on vaikka porno saatavilla median kautta ja kännyköiden kautta. Heti siinä jos verrataan itseään siihen esimerkiksi, että kuinka kauran akti kestää ja miltä pitäisi näyttää, niin se se voi aiheuttaa sellaisia paineita. Toisaalta sit se kiire ja arki on nykyään niin hektistä, että ehkä sitten unohdetaan paneutua siihen ja unohdetaan se ihan sellaisen arkisen kosketuksen ja keskustelun merkitys siinä suhteessa.

**Toimittaja Edith Kaura:** Mitäs sitten seksuaaliterapeuttina, miten korona on vaikuttanut sun asiakkaisiin? Onko tullut lisää tai onko vähentynyt? Miten nyt, kun ihmiset on enemmän kotona ja elämä muuttuu, tuleeko ongelmat nyt enemmän pintaan?

**Haastateltava Eeva Lehtinen:** Ehkä toisenlaisia ongelmia on ollut, tietysti sellaisia kun ei ole voinut olla kahdenkeskisiä tapaamiseen kasvokkain niinkään, mutta paljon on vaikuttanut esimerkiksi etäsuhteissa se, että ei voidakaan tavata, ei voidakaan mennä toisen henkilön luokse ja sellaista etäisyyttä ja yksinäisyyttä on ollut paljon.

**Haastateltava Eeva Lehtinen:** Ja sitten toisaalta semmosena ikävänä ilmiönä on tullut sitten taas tämmönen esimerkiksi lasten ja nuorten seksuaalinen hyväksikäyttö digitaalisen median kautta, koska lapset ja nuoret viettää paljon aikaa jo koulutöiden ja kavereiden kanssa mediassa ja sitte sitten taas samaan aikaan nää ketkä sit hakee tarvetta itselleen niin hekin ovat löytäneet nämä paikat se on ehkä sellainen mikä on näkyy.

**Toimittaja Edith Kaura:** Millaisia muita varjopuolia tai haasteita media seksuaalisuuden medioitumisella voi olla? Miten se voi muuten vaikuttaa meihin?

**Eeva Lehtonen:** Ehkä se tulee just sitä kautta, että voi vääristyä kuvat, mitä on se tavallinen, normaali seksuaalisuus ja miten tuoda itseään esille. Jos mietitään vaikka temppareita, mikä on tosi hauska ja suosittu ohjelma, että minkälaista kuvailua siitä saa ihmisten parisuhteesta. Sen tyyppisistä asioista, että et tavallaan voidaan alkaa just vaatia itseltään ja toisilta ihan semmosia mahdolltomuuksia, niin sitten ehkä se omien tunteiden käsittely voi olla tosi vaikeeta siinä, tai sitten se että jo tosi nuoret voi voi ajatella että seksi on vaan pelkästään vaikka sitomisleikkejä ja muuta, mikä sitten voi olla tosi ihana osa sitä seksuaalisuutta. Siinä on niin paljon muutakin et muistetaan myös se semmonen läheisyys ja lämpö ja ja sellaset ihanat asiat. Seksi on tosi kaunis asia, eli tavallaan et tasapaino pysyisi.

**Toimittaja Edith Kaura:** Mitä hyviä puolia näet siinä, että media seksuaalisoituu yhä enemmän?

**Haastateltava Eeva Lehtinen:** Varmaankin se, että ihmiset uskaltaa ottaa enemmän asioita esille ja niistä puhutaan ja tuodaan esille myös sitä, että ihmiset on erilaisia ja sä voit olla seksuaali-identiteetiltä ja seksuaaliselta suuntautumiselta hyvin erilainen ja sä olet hyvä sellaisena kun sä olet. Voidaan keskustella ja jutella ja yleisesti se on musta tosi hienoa. Se voi voimaannuttaa monia, koska sitten jos on pitkään itse pohtinut, että on jotenkin vääränlainen tai ei ole hyvä sellaisena kuin on, niin sitten sitä kautta se voi parantaa sitä itsetuntoa.

**Toimittaja Edith Kaura:** Mihin luulet, että nämä kehityssuunnat tulevat tulevaisuudessa menemään? Miltä luulet ja toivot, että seksuaalisuus voisi näyttää vaikka kymmenen vuoden päästä yhteiskunnastamme, tai esimerkiksi vaikka 50 vuoden päästä?

**Haastateltava Eeva Lehtinen:** Vaikea sanoa mihin ollaan menossa, toivottavasti tää avoin keskustelu meni siihen suuntaan, että et me hyväksyttäisiin paremmin erilaisuutta ja me hyväksyttäisiin kaikkien seksuaaliset näkemykset, tietysti siinä rajoissa et ketään ei satuteta tai loukata, mut et voitais puhua näistä avoimemmin ja ihmiset vois olla enemmän omia itsejään. Toivoisin myös, että siitä seksuaalisuudesta tuli semmonen normaali osa meitä. Me ollaan seksuaalisia siitä asti kun me synnyttään, siihen asti kun me kuollaan. Ja toisaalta kuitenkin sitten on opittava siihen, että et jokaisen omaa seksuaalista itsemääräämisoikeutta täytyy kunnioittaa ja täytyy huomioida myös seksuaalinen häirintä.

**Toimittaja Edith Kaura:** Mitäs sitten, millaisia perusasioita musta tuntuu et itsellä 2000-luvun kieppeillä syntyneenä nuorena meidän seksuaalikasvatus koulussa oli pitkälti semmosta, että näytettiin, että näin asetetaan kondomi ja näin nainen tulee raskaaksi, mutta musta tuntui et se keskustelu jäi ehkä vähän lyhyeksi tai jotenkin siltä puuttuu ehkä vähän tiettyjä tasoja. Millaisia asioita koet, että hyvä seksuaalikasvatus sisältää?

**Haastateltava Eeva Lehtinen:** Seksuaalikasvatuksen pitäisi olla tosi laajaa ja pitäis ehkä tuoda vielä enemmän esille sitä seksuaalista nautintoa, että se on hyvä asia. Seksuaalisuuden moninaisuutta pitäisi tuoda esille. Paljon sitä jo tuodaan kyllä ja kehitetään. Ehkä mä näen, että seksuaalikasvatuksen ongelma ei ehkä oo se, että opettajat ei tietäisi, mitä kertoa tai ei haluaisi kertoa, vaan se, että aikaa siihen on koulussa ihan liian vähän, ja olisi tosi hienoa et sitä olis enemmän ja olis aikaa että pystyttäis käsittelemään myös muuta kuin, että pelotellaan raskaudella tai seksitaudeilla. Olis ihanaa, et olisi enemmän aikaa sille, koska sitä on kiva opettaa ja oppilaat tykkää siitä. Se on se on kuitenkin sellainen aihe, mikä on heidän iholla ja aihe lähellä. Siitä ei välttämättä voi puhua kotona ja sit jossain tapauksissa tieto tulee sieltä sieltä pornosta tai muista, niin sitten se voi mennä hyvin väärille urille.

**Toimittaja Edith Kaura:** Mitäs sitten, mua kiinnostaa, kun on aika vaikea tehdä tiedätkö linjaveto, et jotkut lapset/i ihmiset on seksuaalisia ja siihen keskusteluun valmiita esimerkiksi vaikka vitosluokalla ja jotkut yläasteella. Miten seksuaaliterapeutina ja seksuaalineuvojana löydät ja semmosen kultaisen keskitien käydä keskustelu, joka sopii kaikille ja tavallaan informmooi kaikkia?

**Haastateltava Eeva Lehtinen:** Pitäisikin olla hyvin semmoista ikätasosta, että ei saa ketään pelästyttää eikä järkyttää liian aikaisin ja toisaalta sitten liian myöhään annettu seksuaalikasvatus voi osiltaan valuu ohi. Tärkeää on ehkä sellainen turvataitokasvatus ja seksuaalikasvatus, että sillä tietyllä tasolla voidaan aloittaa jo eikä sillä, että heillä voi olla sellaisia tietynlaisia minäkuvaan liittyviä asioita. Siihen kuuluu esimerkiksi, että nimetään kehonosia ja tiedetään, mistä on kyse. Siitä sitten pikkuhiljaa mennään eteenpäin niin puhutaan, ettei tulisi se yllätyksiä ja tavallaan, ettei tulisi hämmennystä. Sitten se, ettei toisaalta kukaan ei voi sitten hyväksikäyttää sitä et tietämättömyyttä ja sellaista, ettei lapsi tai nuori oikein niinku ymmärrä mistä on kyse.

**Toimittaja Edith Kaura:** Mitä vinkkejä antaisit vielä loppuun nuorelle ihmiselle, joka miettii tällöisiä asioita, eikä ehkä välttämättä uskalla puhua vanhempien kanssa? Miten tutustua tähän aiheeseen silleen hyvin ja turvallisesti?

**Haastateltava Eeva Lehtinen:** Varsinkin nyt tällä hetkellä löytyy hyvin paljon keskustelua netistä, esimerkiksi ihan ilmaisia anonyymejä chattejä, seksuaalisuuschattejä ja sellaisia, mistä voi kysyä asiantuntijoilta asioita ja jutella tai ihan varata aikoja. Netissä sitä kautta on hyviä sivustoja, mistä voi saada tietoa ja lueskella ja jos on hyviä ystäviä, kenen kanssa voi jutella niin sehän on aina ihana. Ilman muuta ammattilaisten kanssa voi jutella ongelmista, kun monesti ajatellaan, että pitää olla hirveän iso ongelma, ennen kun lähdetään jonnekin. Se on parempi, et tulee keskustelemaan silloin, kun asiat askarruttavat.

**Toimittaja Edith Kaura:** Todella toivon, että tämmönen avoin ja informatiivinen keskustelu ja kehityssuunta jatkuu meidän yhteiskunnassamme nyt ja tulevaisuudessa, ja että seksuaalikasvatukseen kiinnitettäisiin jatkossakin huomiota. Tämä oli erittäin mielenkiintoinen ja opettavainen, dialogi seksuaaliterapeutti Eeva Lehtinen, lämmin kiitos ajasta ja haastattelusta.