

Jakso 6: Jakso Puhetta seksuaalisuudesta – unohdettua ja välteltyä, vai sittenkin tavallista ja sallittua

Kun puhutaan päihdetyöstä, ei välttämättä ajatella sitä, että seksuaalisuuden käsitteleminen olisi osa päihdetyötä. Me olemme kuitenkin sitä mieltä, että erityisesti kun puhutaan naiseutta huomioivasta tai nais erityistä päihdetyöstä, seksuaalisuus on yksi keskeinen osa-alue, mitä naisten kanssa tulisi käsitellä.

Minä olen Yhdessä kokoNAINEN -hankkeen koordinaattori Maiju ja tässä jaksossa äänessä myös projektityöntekijä Tiina. Kuuntelet podcastia Kokonaiset ja tässä jaksossa puhumme seksuaalisuudesta ja seksuaalisuuden käsittelemisestä.

-Meidän kokemushan tässä on se, että naiset ovat kertoneet meille paljon sitä, että heidän kanssaan ei juuri puhuta seksuaalisuuteen liittyvistä asioista päihdepalveluissa tai ylipäättänsä palveluissa, missä he ovat olleet.

-Kyllä, eli naiset ovat kertoneet sitä, että olisi tarvetta keskustella. Se monta kertaa avaa myös semmoisia tiettyjä reittejä taas vaikka tunneasioihin. Voi olla seksuaalisuuteen liittyviä traumoja tai väkivallan kokemuksia, joista olisi hyvä keskustella, ottaa se seksuaalisuus puheeksi myöskin.

Ja mehän haastateltiin, aika alkuvaiheessa hanketta, ammattilaisia ja siinä tuli sellainen ristiriita esille, että ammattilaiset kokivat, että seksuaalisuus on oikeastaan vähiten tärkeä asia ottaa puheeksi naisasiakkaitten kanssa. Eli asiakkaat ovat sitä mieltä, että pitäisi puhua ja ammattilaiset ajattelevat, että se on toissijaista tai ei niin tärkeätä.

-Mutta onkohan se sitten niin, että ammattilaiset ei näe sitä niin tärkeänä, koska ajatellaan, että se ei jotenkin kuulu siihen päihdekuntoutukseen tai siihen, kun tehdään päihdetyötä? Vai onko se sitten niin, että ei jotenkin ehkä ylipäättänsä osata ajatella, että siitä pitäisi puhua naisten kanssa? Koska kun me juteltiin sun kanssa tästä, niin puhuit siitä, että varsinkin kun sinulla on ikääntyneempiä naisia asiakkaana niin varsinkin heidän kohdallaan siitä seksuaalisuudesta ei puhuta enää ollenkaan. Eli kun asiaan ei liity raskauden ehkäisy tai tällaiset asiat, niin sitten sitä seksuaalisuutta ei oteta enää ollenkaan puheeksi.

-Se on ihan totta. Ehkä vielä nuorempien naisasiakkaitten, niin sanotusti hedelmällisessä iässä olevien, kanssa tavalla tai toisella käsitelläänkin seksuaalisuutta. Ainakin sitten seksuaaliterveyden näkökulmasta. Mutta ihan sitä seksuaalisuuden näkökulmaa pitäisi käsitellä kyllä kaiken ikäisten naisten kanssa ja nimenomaan sillä ajatuksella, että seksuaalisuushan on yksi meidän perustarpeista. Perustarve ihan samalla tavalla kuin vaikka levon tarve, ravinnon tarve, sosiaalisten kontaktien tarve tai henkisyyden tarve. Seksuaalisuus on yksi niistä meidän tarpeistamme ja toki se, että jokaisella se on omanlaisensa ja toisella voi olla seksuaalisuus hyvinkin semmoisena isona ja voimakkaana ja toisella hyvinkin pienenä osa alueena elämään yleensä liittyen. Mutta se on yksi tärkeä osa elämää ja sen sanoittaminen ihan kaikille on tärkeitä ja arvokasta.

-Meillähän oli silloin alussa sellainen ajatus, että ei nosteta seksuaalisuutta omaksi aihealueeksi, koska me oltiin molemmat sitä mieltä, että se on osa hyvinvointia. Mutta sitten tosiaan asiakaskokemusten perusteellahan päädyttiin siihen, että itseasiassa se on tosi tärkeä asia ja pitää erottaa omaksi osa-alueekseen, koska muuten se jää niin helposti sinne taustalle.

Esimerkiksi, kun meillä ohjataan ryhmiä ja asiakkaat saavat valita, mitä asioita ryhmässä käydään läpi, niin harvoinhan siellä valittiin niistä aiheista sitä seksuaalisuutta. Sittenhän me tavallaan ujutettiin se

sinne vähän puolipakolla, kun tultiin siihen lopputulemaan, että ne kerrat, kun seksuaalisuutta käsiteltiin, olivat tosi hedelmällisiä ja niistä sai tosi paljon irti. Ryhmä ja asiakkaat saivat siitä tosi paljon itselleen. Kun ollaan puhuttu asiakkaiden kanssa ja tehty ryhmähaastatteluja ja useammassa palautteessakin on ollut, että seksuaalisuutta voisi käsitellä vaikka useampiakin kertoja ryhmässä. Naiset itse sanoivat, että seksuaalisuus on semmoinen aihe, jota välttelee eikä ainakaan itse valitse käsiteltäväksi mutta sitten kun joku sanoo, että nyt puhutaan tästä seksuaalisuudesta, niin se onkin tosi merkityksellistä. Tavallaan annetaan se areena puhua siitä, tietyllä tavalla puolipakotettuna. Vaikka se on nyt hirvittävä ajatus, että puolipakotetaan naisia puhumaan. Mutta ehkä me koetaan se jotenkin niin semmoisena henkilökohtaisena asiana, että me tarvitaan vähän sitä semmoista potkua, että tästä voi puhua.

-Kyllä se varmaan on niin. Ryhmissäkin kun on tullut sitä kommenttia esimerkiksi "ettei ole koskaan jännittänyt niin paljon tulla ryhmään kuin nyt, kun tiesin, että jutellaan tästä seksuaalisuudesta, että apua mitähän täällä on". Sitten kun se ryhmäkerta on ohi ja ollaan keskusteltu ihan yleisellä tasolla ja tietoa antaen, ja toki myöskin se, että huumoriakin on hyvä käyttää ja yhdessä asiaa käsitellä. Tehdään siitä tavallista, normaalia ja sallittua. Ja se, että jokaisella meillä on omanlainen seksuaalisuus. Naiseudesta muutenkin me puhutaan, että jokainen on omanlainen, niin myös sitten se seksuaalisuuden osa-alue on omanlainen. Puolipakolla, hellävaraisesti niin se on ihan hyvä aihe käsitellä.

Ja toki se, että tärkeätä siinä on, että ammattilainen itse tai ryhmän ohjaaja tai jotka nyt tätä aihetta tuo esille, niin pystyy puhumaan siitä niin, että se on luontevaa ja ne sanat sopii omaan suuhun. Ettei siitä tule sellaista kiusallista molemmin puolin. Kyllä ammattilaisia ajattelen, että kannustan kovasti siihen, että on hyvin tärkeää pohtia sitä omaa seksuaalisuutta ja omaa suhtautumista siihen ja omaan naiseutta. Sitten kun on niitä asioita itsensä kanssa käsitelty, niin sitten sitä on helpompi käydä toisen kanssa läpi. Mutta toki niin, että kun jokaisella on se oma malli, niin sitten taas ei saa sitä omaa arvomaailmaa ja omia asenteita kuitenkaan tuupata kenellekään. Mutta se, että on lupa ja tilaa siitä asiasta puhua.

-Mä jäin miettimään vielä sitä, että kun ollaan pidetty näitä ryhmäkoulutuksia ja ammattilaisille kerrottu tästä meidän KokoNaiset-ryhmämallista ja näistä aiheista, niin monesti tämä seksuaalisuus on juuri se, mistä sitten tulee se kysymys: "pitäisikö olla jotenkin hirveän kouluttautunut tai, että tulee semmoinen mielikuva, että jotta voi pitää tätä ryhmää niin pitää olla lähes terapeutti." Ja sellaista terapiatyötä me ei missään nimessä tehdä.

Meillä on nyt keskenään sellainen tilanne, että sinulla on seksuaalineuvojan koulutus. Sitten mulla puolestaan ei ole mitään erillistä koulutusta tästä seksuaalisuus teemasta. Niin mitä sitten ajattelit, kun satuin olemaan ryhmäohjaajaparisi juuri silloin, kun oli näitä seksuaalisuusaiheita käsitellyssä ryhmässä? Itse ajattelen, että se sujui ihan hyvin, vaikka mulla ei ole semmoista mitään erityisosaamista tästä. Kuitenkin vaikka seksuaalioikeuksista puhuminen ja semmoisista asioista puhuminen naisten kanssa, niin mä itse ajattelen, ettei se nyt vaadi mitään hirvittävän syvällistä erityisosaamista nimenomaan spesifisti seksuaalisuudesta. Sellainen peruskäsitys ja perusajatukset, joita yleensä nyt ihmisillä on, jotka sosiaali- ja terveystalouden puolella työskentelee, se riittää. Kunhan on jollakin tavalla nyt perehtynyt siihen päivän aiheeseen. Mutta mitä sä haluaisit sanoa, että sitten kun joku menee ohjaamaan ryhmää, eikä ole sitä semmoista spesifiä osaamista tästä?

-Kyllä, sujui hyvin. Just se, että on semmoinen yleinen, ihan sellainen normaali tieto. Toki totta kai kannattaa vähän siitä aiheesta lueskella. Vaikka ottaa esimerkiksi ryhmäkerrallekin, ainakin minulla on tapana, sitä kirjallisuutta ja erilaista materiaalia. Sillä tavalla myös osallistujille tarjota, että on vaikka erilaisia luotettavien nettisivuja kuten vaikka Väestöliitto tai Naisten talo, jotain tällaisia. Niin

itsekin niihin tutustumalla pääsee jo ihan siihen, mikä riittää. Ei tarvita mitään erityisosaamista. Ja ainakin nyt itse ajattelen, että minunkin koulutuksista on jo niin kauan aikaa, että ei se nyt tässä enää niin silleen auta, mutta tokihan se on tietyllä tavalla silloin antanut minulle ne eväät ja asenteet ja valmiudet siihen, että okei, tämä on asia, joka on tärkeä asia ja mistä on hyvä puhua.

Ehkä sellaista, että avoimella mielellä, ja kyllä ryhmä tuottaa tai yksilökin tuottaa. Tietysti voi sitten olla vaikka sellaista, että on olemassa erilaisia tämmöisiä lyhennettyjä seksuaalianamneeseja, jos haluaa vähän, että on joku kartoitus tai paperi siinä mukana. Erilaisia sellaisia välineitähän löytyy ihan näistä eri terveys- ja sosiaalialan niin tiedostoista ja tällaisista. Tavallaan ei sitä kynnystä tarvitse olla. Kysyminen ja se, että antaa luvan puhua ja kertoa kokemuksista. Mä ajattelen, että se on se tärkein. Sitten tietysti aito kiinnostus ihan sitä ihmistä kohtaan kokonaisuutena. Ei niin, että nyt se onkin eroteltuna se seksuaalisuus ja puhun vaan siitä seksuaalisuudesta. Vaan just se, että seksuaalisuus vaikuttaa moniin juttuihin ja on se yksi osa-alue, ja on monia muita asioita, mitkä sitten tämän aiheen käsittelyn myötä voi nousta esiin.

Matalalla kynnyksellä mutta niin, että sen pitää tuntua itsestä hyvältä. Ettei puhe tule väkinäisesti tai kiusaantuneesti, jolloin se ehkä aiheuttaa kaikille enemmän hankaluutta, kuin helpottaa asioita.

-Voisiko tiivistetysti sitten sanoa sillä tavalla, että me ajatellaan niin, että kaikkien naisten kanssa pitäisi seksuaalisuudesta puhua sillä tasolla, mitä naiset ovat itse siihen valmiita. Lisäkoulutukset ei ikinä ole työntekijälle pahasta, mutta se riittää, että on sinut asian kanssa. Aihetta voi lähestyä vaikka juuri seksuaalioikeuksien kautta ja nimenomaan sillä ajatuksella, että seksuaalisuus on yksi ihmisen perustarpeista.

Kokonaiset, tarvitaan joku, joka tulee avuksi.