

SEPÄSE – seksuaalisuus-päihde-seksi -teemapäivä 8-luokkalaisille

Kuortti M, Järvi H, Laaksonen M, Väisänen M, Vihlman M

Tampereen kaupunki, lasten ja nuorten terveystyöryhmä TAMK, Pirkanmaan Seta ry, Settlementti Tampere ry

Sepäse-päivän ajatus syntyi tarpeesta tarjota tasavertaisesti kaikille tamperelaisille yläkoululaisille seksuaalisuutta ja päihteitä käsittelevä teemapäivä. Taustalla ovat kouluterveystutkimuksen tulokset, joiden mukaan nuorten tiedot seksuaaliterveydestä ovat osin huonontuneet ja asenteet kannabista kohtaan muuttuneet myönteisemmiksi. Sepäse-päivän tavoitteena on parantaa koululaisten seksuaaliterveystietämystä, tuoda esiin seksuaalisuuden monimuotoisuutta, edistää päihteettömyyttä ja kannustaa pohtimaan omia arvojaan ja asenteitaan.

Teemapäivän suunnittelussa ja toteutuksessa ovat olleet mukana monet toimijat, erityisesti Tampereen kaupungin eri toimijatahot, Tampereen ammattikorkeakoulu, Tampereen yliopiston lääketieteen opiskelijat, Pirkanmaan Seta/ Tuki ja neuvontapalvelu Sinuiksi ja Settlementti Tampere. Toukokuussa 2015 järjestettiin pilottina Sepäse-päivä Tampereen viiden yläkoulun 8-luokkalaisille. Oppilailta ja toimijoilta saadun palautteen pohjalta teemapäivää on jatkuvasti muokattu toimivammaksi. Nykyisin Sepäse-päivään Tampereella osallistuu 19 yläkouluja ja noin 2000 8-luokkalaista, puolet syksyisin ja puolet keväisin.

Sepäse-päivän aikana oppilaat kiertävät noin 10 hengen ryhmissä neljällä toiminnallisella rastilla (ä 45 min), joita vetää ohjaajapari. Aiheita käsitellään toiminnallisesti ja keskustellen omia arvoja pohtien, painostamatta ja kaikenlaisten ihmisten yhdenvertaisuutta painottaen unohtamatta seksuaalisuuden iloa. Jokaisella rastilla käsitellään myös päihteisiin liittyviä teemoja. Sepäse-päivä toteutetaan omalla koululla osana opetussuunnitelman mukaista terveystiedon opetusta.

Rasti 1 Seksuaaliterveys

Peukkupeli seksuaaliterveyteen liittyvistä väittämistä

Raskauden kulku sikiömallien avulla, päihteiden vaikutus sikiön kehitykseen

Lautapeli seksitaudeista ja raskauden ehkäisystä

Eri ehkäisymenetelmien esittely keskustellen

Raskaudenkeskeytykset

Kondomiharjoitukset



Rasti 2 Seurustelu, päihteet

Mitä on seurustelu? Miten erotaan? Keskustelu, post-it-laput, fläppitaulu

Itsetyydytys, oman kehon tuntemus Keskustelu

Päihdebingo

Sammuneen ensiapu: Mitä pitää tehdä, harjoitukset kylkiasennosta

Miten voi ehkäistä liiallisen päihtymyksen? Keskustelu, taululle kirjaus



Rasti 3 Seksuaalinen suuntautuminen Sukupuoli-identiteetti

Johdanto aiheeseen

Kuvagalleria-harjoitus: oletukset ja näkymätön moninaisuus

Sateenkaarisanonien läpikäynti keskustellen

Keskustelu/ improvisaatio puheeksiottamisesta, kiusaamisesta, seurustelusta

Yhdenvertaisuuden puu



Rasti 4 Turvataidot, omat rajat

STOP-harjoitus: omat rajat

Liikennevalot: oma näkemys omia rajoja koskeviin väittämiin

Pulmatilannekortit: keskustelu esimerkkien avulla, lait ja oikeudet

Omien rajojen piirtäminen



Palaute on kerätty oppilailta sähköisesti koko toiminnan ajan. Vastausprosentti on korkea niissä kouluissa, joissa koulu on järjestänyt tilaisuuden palautteen antoon. Palautteissa toistuu tyytyväisyys toimintapäivään ja toive jatkolle. Myös rastien vetäjät pitivät toimintaa tärkeänä ja mielenkiintoisena, joskin välillä haastavana ja kuormittavana. Yhteistyö koulujen kanssa on toiminut hyvin, ja koulut ovat sitoutuneet toimintaan, josta on muodostunut säännöllinen terveystiedon opetuskokonaisuus.