

Sukupuoltaan pohtivan nuoren kohtaaminen koulu- ja opiskeluterveydenhuollon vastaanotolla



Maarit Grönroos
psykologi, seksuaaliterapeutti (NACS),
integratiivinen psykoterapeutti (nuoret
ja aikuiset)

Seksuaali- ja sukupuolivähemmistöt



Huomio
sukupuolessa

Sukupuolta kuvaavia termejä

Sukupuolivähemmistöä esim.

- transsukupuoliset
- muunsukupuoliset, transgenderit
- ei-binääriset (nb, enby)
- queerit
- sukupuoliattomat
- androgyynit
- neutrit
- transvestiitit
- intersukupuoliset
- transmaskuliinit
- transfeminiinit
- transtaustaiset
- bigenderit, kaksisukupuoliset
- gender fluidit, sukupuoliuoustavat
- jne.

Cissukupuoliset (syntymässä määritetty sukupuoli vastaa koettua sukupuolta)

- nainen
- mies

Tiedät parhaiten toisen sukupuolen kysymällä sitä häneltä itseltään.

Luo turvallinen tila

- **Sanat**

- Me kaikki mokaamme joskus. Myönnä mokasi, pyydä anteeksi, ja jatka asiakkaan varsinaisen asian parissa.
- Kirjaaminen esim. "nuori". Toivotun nimen käyttö.

- **Tila**

- LHBTIQ-teemaiset esitteet ovat luvananto keskusteluun.
- Sukupuolineutraalit vessat ja sopivat pukeutumistilat kriittisen tärkeitä monille.
- Lomakkeissa moninaisuuden huomiointi vahvistaa luvan olla mitä on.

Inklusiivinen kielenkäyttö

- Käytä inklusiivista kieltä ja luo mahdollisuus.
- Käytä asiakkaan käyttämää kieltä ja luo yhteys.

Seurusteletko? / Onko sinulla kumppania?

Onko sinulla tarvetta raskauden ehkäisylle?

Tiedätkö erilaisista seksitautisuojaista, kuten kondomeista ja suuseksisuojaista?

Miltä murrosiän tuomat muutokset kehossa tuntuvat? Ovatko muutokset sellaisia kuin olet toivonut vai olisitko toivonut jotakin muuta? (Sukupuoliristiriita, kehodysforia.)

Miten koet koululiikunnan? Oletko kuullut uimapuvun käyttöoikeusmerkistä?

Keiltä saat kotona apua koulutehtäviin?

Muu, mikä?

Sukupuolivähemmistönuorten visio 2020.

- "Tuntuu siltä, että oon hankala ja että vaadin erityiskohtelua, kun haluan vaan tulla kohdatuksi omana itsenäni niin kuin kaikki muutkin."

Kynnys puhua on iso

- ”En ollut koskaan kertonut kenellekään, että haluaisin olla tyttö. Kun vihdoinkin tunnustin sen mun psykologille, se sanoi et kaikkia voi hämmentää nuorina, ja että mähän kuitenkin ”olen oikeasti” poika. En uskaltanut puhua asiasta sen jälkeen moneen vuoteen. Nyt olen saanut jo sukupuolenkorjaushoitoja ja voin paremmin kuin koskaan, mutta silti masennus on edelleen osa mun arkipäivää. En uskalla hakea apua, koska pelkään että ne ei ymmärrä että ahdistus ei johdu siitä että olen transsukupuolinen, vaan siitä että mä olen joutunut peittelemään sitä niin kauan.“

Anna tilaa itsemääritykselle

- ”Terapeutin mielestä oon vaan niin masentunut, että kuvittelen olevani tyttö. Vihaan kuulemma itseäni niin paljon etten pysty hyväksymään mun ’oikeaa’ sukupuolta. Mut se on just toisinpäin - hyväksyin mun oikean sukupuolen kun tajusin et olen tyttö. Masennun vaan lisää kun terapiasta on tullu väittelyä mun sukupuolesta.“

Väittelyyn ei tarvitse lähteä. Kuuntele.

- ”Olen tiennyt lapsesta asti että olen transtyttö, mutta en voi tehdä mitään asialle koska olen alaikäinen. Tuntuu epäreilulta, että joudun odottamaan monta vuotta, että voin alkaa elää mun elämää. Koko ajan ahdistaa kun keho muuttuu maskuliinisemmaksi. Parta kasvaa ja pelkään, että aikuisena aloitettu hormonihoito ei enää auta ja joudun loppuelämäni miettimään näkeekö muut mut tyttönä. On ihan turha väittää, että olen liian nuori tietämään mikä mun sukupuoli on; oletetaanhan, että kaikki muutkin nuoret tietää sen. Oisko se sitten parempi että mä olisin loppuelämäni onnettomana tässä kehossa? En mä usko, että tän vääremmältä vois tuntua.“

Anna tietoa ja luo toivoa

- ”Jos olisin tiennyt jo yläasteella, että sille mitä koen on nimi – transsukupuolisuus...että se ei ole sairasta ja etten ole ainoa maailmassa josta tuntuu tältä, olisin varmasti ollut vähemmän ahdistunut. Koulussa ei todellakaan puhuttu asiasta mitään. Se antoi viestiä, ettei transsukupuolisuudesta saa puhua koska se on niin outoa. Jos siitä olis puhuttu edes jotain, en olisi ajatellut, ettei musta saa tuntua siltä kun tuntuu. Suunnittelin et tapan itseni ennen kun täytän 20, koska ajattelin, että loppuelämä on tätä ahdistusta. Nyt tuntuu siltä, et tulevaisuudessa on jotain hyvää mitä odottaa, kun tiedän että voin tehdä tälle asialle jotain ja elää omana itsenäni. “

Tue itsemääritystä - ja oikeutta olla määrittelemättä

- ”Tän sukupuoli-asiain miettiminen on mulle vielä aika uus asia. Musta on tuntunut aina väärältä tässä kehossa ja varsinkin se kun mua pidetään poikana, mutta en tiedä haluanko korjaushoitoja. Kun olen puhunut tästä asiasta ihmisille, ne on vaan ”ai et halua olla poika, no naiseksiko sua sitten pitää sanoa”. Ehkä muiden ois helpompi tajuta, jos voisin sanoa et koen itseni naiseksi miehen kehossa, mutta kun se ei ole totta. Ne ei ymmärrä, et en halua määrittellä itseäni nyt, enkä ehkä koskaan.“

Läheisillä voi olla raskasta, MUTTA asia on ensisijaisesti nuoren asia ja hänen elämäänsä

- ”Vanhempien kanssa on vaikeaa – ne ahdistuu aina kun puhun näistä asioista. Isä on sanonut mulle, että aiheutan äidille huolta ja pahennan sen sairautta. Toivoisin että ne pikkuhiljaa tottuisivat ja että voisin kertoa niille että tarvitsen ja haluan korjaushoitoja. Perheen suhtautuminen tuntuu isolta esteeltä hoidoille, jotka on kuitenkin ainoa tie siihen et mä voisin elää onnellisena.“

Selvitä: saako nuori kotoa tukea?

- ”Kuusitoistavuotiaana menin nuorten turvakotiin, kun mua ahdisti niin paljon olla kotona. Mun vanhemmat kai ajattelee, että jos ne ei suostu puhumaan tästä asiasta ja siitä miltä musta tuntuu niin mä unohdan ja muutun normaaliksi. Turvakodissa ne oli ihan ymmärtäväisiä, mut kun mun isä tuli hakemaan mut ja käyttäytyi asiallisesti, ne käski mun mennä takaisin kotiin. Ne sano että mun pitää ymmärtää että tää asia voi olla vaikea vanhemman sukupolven ihmisille ja et enkö mä voisi joustaa sen verran niin kauan kun vielä asun kotona. Se tuntui ihan sairaan pahalta, ettei nekään ymmärtäneet. Ihan kuin mä olisin mennyt sinne siksi ettei isi anna mun käyttää sellasii vaatteita joita haluun. Ne ei tajunneet, että mun sukupuoli-ristiriita on paljon syvemmällä.

Olisin tarvinnut sitä, että joku aikuinen sanoo et mulla on oikeus olla oma itseni, ja on mun tukena.“

Muiden suhtautuminen voi satuttaa

- ”Kun kerroin sukulaisille että haluan korjata mun sukupuolen ne sanoi: ”mutta sinähän olet ihan nätti tyttö”. Se on viimeinen asia, mitä haluisin kuulla. Ehkä ne ajattelee et olen niin epäonnistunut tyttönä et olen keksinyt että mun pitää ”vaihtaa” sukupuolta. Haluaisin, että joku selittäisi niille mistä tässä asiassa on kyse, koska ne ei ota mua vakavasti vaikka kuinka yritän.

Oikeus pohtia rauhassa. Tue oikeutta rajanvetoon.

- ”Musta on raskasta, kun joudun käymään mun sukupuolikokemusta läpi vanhempien kanssa uudestaan ja uudestaan. Ne tarkoittaa hyvää, mut en aina osaa vastata kaikkeen koska en tiedä vielä itsekään, ja koska ne ei pysty samaistumaan mun kokemukseen ne sanoo välillä asioita jotka loukkaa. Ymmärrän et tää asia on niille vaikea, mut on se vaikea mullekin. Tuntuu, että olen kiittämätön jos sanon, etten aina jaksa.“

Mahdollista esim. oikeus liikuntaan. Muista erityinen tuki koulussa.

- ”Liikunnan harrastaminen on tosi vaikeaa. Kun en oo vielä saanu mitään hoitoja en oikein voi mennä sukupuoli-identiteettini mukaisiin pukeutumistiloihin ja syntymässä määritetyn sukupuolen mukaisiin tiloihin en voi mennä koska se ahdistaa mua niin paljon. Mulla on paniikkihäiriö ja mun pitäis välttää tilanteita, jotka laukaisee kohtauksen, joten on ihan turha väittää et mun pitäis vaan pärjätä vaikka 'se tuntuis vähän pahalta'.”

Pysäytä koulukiusaaminen

- ”Kerroin mun sukupuolenkorjausprosessista koulussa ja vastaanotto oli oikein hyvä. Jo ennen mitään hoitoja mut alettiin itsestään selvästi laskea kuuluvaksi poikien joukkoon. Mua on myös yritetty kiusata tämän takia, mutta mun kaverit on olleet mun puolella ja opettajien asiallinen suhtautuminen on tyrehdyttänyt kiusaamisen alkuunsa.“

Pelko yksinjäämisestä. Luo toivoa.

- ”Joskus kun aloin miettiä näitä asioita pelkäsin, et jos tunnustan mun sukupuoli kokemuksen ja vaadin et muut kohtelee mua sen mukaisesti, niin en koskaan tule löytämään ketään ja kukaan ei halua mua. Yritin seurustella ihmisen kanssa joka piti mua poikana ja tajusin, et siitä ei tule mitään. Päätin et oon mielummin vaikka loppuelämäni yksin mutta onnellinen itsenäni, kuin tuntisin valehtelevani kaikille siitä kuka olen. Kun aloin olla avoin asiasta, jotkut suhtautui huonosti, mut yllättäen löysin ihmisen, joka ymmärtää mua ja rakastaa mua tällaisena kuin olen.“

Seksuaalisuus on eri asia kuin sukupuoli. Anna tietoa ja tilaa itsemäärittelyyn.

- ”Koulussa on kyllä puhuttu homoista ja mainittiin jotain transsukupuolisistakin. Mulle jäi kuitenkin hämäräksi, miten ne liittyy toisiinsa. Seksuaalisuudesta usein puhutaan sukupuolisuutena, mutta eihän se ole sama. Olen transtyttö ja haluan elää naisena tulevaisuudessa, mutta rakastun vain tyttöihin. Onko mahdollista olla transnainen ja lesbo? Ne kaikki transsukupuoliset, joista olen kuullut, ovat heteroita.“

Intersukupuolisuus ei ole vika joka on korjattava

- **”Kun mä synnyin, mun vanhemmille oli sanottu et mä oon vähän epätavallinen tyttö ja et mut pitää leikata heti.** Leikkauksia oli myöhemmin lisää, jouduin olemaan paljon pois koulusta ja mulla oli kipuja. Teini-ikäisenä tutkin mun lääkäripapereita ja löysin sieltä pitkän latinankielisen nimen mun ”sairaudelle”. Kun mä etsin siitä netistä tietoa sain tietää, et mä olen intersukupuolinen. Musta ei tiedetty, olenko tyttö vai poika, mut sit lääkärit päätti et musta tehdään tyttö! **Olen kysynyt mua hoitaneelta lääkäriltä että miksi mut leikattiin, ja miksi ne ei voineet odottaa et mä oon niin iso et voin itse sanoa kumpi mä olen.** Ne sanoi et se on mun omaksi parhaaksi ja et olis ollut tosi vaikeaa mun vanhemmille jos mua ei olis leikattu. Että voisin kasvaa ja kehittyä ”normaaliksi tytöksi”. En tiedä edes, olenko tai haluanko olla tyttö! Eikä leikkaaminen tehnyt musta todellakaan normaalia. Se on aiheuttanu mulle vaan kipuja ja sen, ettei mulla oo erogeenista tuntoa. **Musta tuntuu et mut on silvottu koska aikuiset ei osannu suhtautua siihen, et mun keho on vähän erilainen,** ja kun mä poikkean niiden käsityksestä siitä mikä on normaalia. Miksei ne voinu kertoa mulle ja muille, et olen vähän erilainen, mut mussa ei ole mitään vikaa.“

Vahvuuksia. Olet mukana rakentamassa näitä.

- Resilienssi
- Empatia
- Vuorovaikutus- ja yhteistyötaidot
- Itsetunto ja reflektiotaidot
- Sukupuolieuforia

Sukupuolisensitiivisyys

Sukupuolineutraalius

- Sukupuolia ei olla hävittämässä, vaan inklusiivisella ja sensitiivisellä kielenkäytöllä varmistetaan, että kaikki tulevat nähdyiksi.
- Sanoilla on merkitystä!
 - Nuoren itse toivoman nimen käyttö vähentää masennusoireita, itsemurha-ajatuksia ja itsemurhayrityksiä. (Russell, Pollitt, Li & Grossman, 2018)

Vähemmistöön kuuluvana enemmistöjen maailmassa

- **Normit:** cis-normatiivisuus, heteronormatiivisuus, sateenkaariyhteisöjen normatiivisuus
- **Vähemmistöstressi** johtaa psyykkisen ja fyysisen terveyden heikkenemiseen. (Meyer, 2003)
- **Sisäistetty itsesyrjintä** luo kielteistä kuvaa itsestä
- **Onnellisuusmuuri** estää hakemasta apua

Kiitos!



Yhteystiedot:
maarit.gronroos@terapiataloquu.fi

Esityksen lähteitä ja lisätietoa 1/3

- **Muu, mikä? Sukupuolivähemmistönuorten visio 2020.** https://www.dropbox.com/s/v0ghdfjmupaf9ab/Muumika_2016_pdf.pdf?dl=0
- **Opas sensitiiviseen kohtaamiseen.** Psykologiliitto. https://www.psyli.fi/wp-content/uploads/2020/09/Seksuaalisen_suuntautumisen_ja_sukupuolen_moninaisuus_2020_sivut_u.pdf
- Meyer, I.H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay and bisexual populations: Conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin*, 129, 674-697
- Russell, S. T., Pollitt, A. M., Li, G. & Grossman, A. H. (2018). Chosen name use is linked to reduced depressive symptoms, suicidal ideation, and suicidal behavior among transgender youth. *Journal of Adolescent Health*, 63(4), 503- 505.
- <https://intersukupuolisuus.fi/>
- <https://trasek.fi/>
- **Sukupuolidysforian omahoito.** <https://sukupuolenosaamiskeskus.fi/omahoito/sukupuolidysforia-omahoito/>
- **Tukea sukupuoli-identiteetin jäsentämiseen.** https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/itsehoito/tukea_sukupuoli-identiteetin_jasentamiseen/Pages/default.aspx
- **Sateenkaarisanasto.** <https://seta.fi/sateenkaaritieto/sateenkaarisanasto/>

Esityksen lähteitä ja lisätietoa 2/3

- **Opas oppilashuollolle.**
<https://setary.sharepoint.com/Setafitiedostoalue/Forms/AllItems.aspx?id=%2FSetafitiedostoalue%2FOppaat%2Desitteet%2Ddokumentit%2FOpas%5Foppilashuollolle%5F2016%2Epdf&parent=%2FSetafitiedostoalue%2FOppaat%2Desitteet%2Ddokumentit&p=true&ga=1>
- **Opas intersukupuolisille nuorille.**
<https://www.dropbox.com/s/i7of7sx3hs9jfgq/ISnuoret2019.pdf?dl=0>
- **Opas turvalliseen ulostulemiseen.** https://www.pirkanmaanseta.fi/wp-content/uploads/2014/05/Sinuiksi_tuleminen_ulostulo-opas-2017.pdf
- **Seksi ja trans. Opas.** https://www.dropbox.com/s/la7jh56f9mns2fg/Trans_ja_seksi_paivitetty.pdf?dl=0
- **Peruskoulun tuki transnuorille ja -lapsille.** Käytännön onnistumisia ja ongelmia. https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/314306/haikonen_progradu2020.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- **Seksuaali- ja sukupuolivähemmistöön kuuluvan nuoren hyvinvointi ja ammatillinen kohtaaminen.**
<https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/51799/SEKSUAALI%20JA%20SUKUPUOLIVAAHEMMISTOON%20KUULUVAN%20NUOREN%20AMMATILLINEN%20KOHTAAMINEN.pdf?sequence=1>
- **Tietopaketti sukupuolen moninaisuuden huomioimisesta oppilaitoksille, työpaikoille ja viranomaisille.** https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74462/URN_ISBN_978-952-00-3583-9.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Esityksen lähteitä ja lisätietoa 3/3

- **Uimapuvun käyttöoikeusmerkki.** <https://www.suh.fi/toiminta/erityisuinti/kayttooikeusmerkki>
- **Onnistuneet ja loukkaavat sanavalinnat.** https://www.dropbox.com/s/bdthno9fjhl1iu6/Sanojen_merkityksia_sanapeli_Seta.pdf?dl=0
- **Sarjakuvatarinoita sukupuolen moninaisuudesta nuorten itsensä luomana.** https://www.dropbox.com/s/6dt5wj511mar23y/sarjakuvakirja_valmis_omatulostus.pdf?dl=0
- **Opas seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjen yhdenvertaisuuden edistämiseen.** https://www.dropbox.com/s/nxuv9rfu011my65/Tilaa%20moninaisuudelle%21%20-opas%202019_.pdf?dl=0
- **Sateenkaari oppilaitoksessa.** <https://setary.sharepoint.com/Setafitiedostoalue/Forms/AllItems.aspx?id=%2FSetafitiedostoalue%2FOppaart%2Desitteet%2Ddokumentit%2FSateenkaari%5Foppilaitoksessa%5F2021%2Epdf&parent=%2FSetafitiedostoalue%2FOppaart%2Desitteet%2Ddokumentit&p=true&ga=1>
- **Älä oletta – Normit nurin. Normikriittinen käsikirja.** https://www.dropbox.com/s/bfgw8cddd30vtkp/NORMIT_NURIN.pdf?dl=0