



YHDENVERTAISUUDEN
NUORISOALAN
OSAAMISKESKUS



Sateenkaarinuorten huomioiminen nuorisotyössä

Pieni opas hyvinvoinnille tärkeitä tunteista, kokemuksista
ja niiden tukemisesta nuorisotyön ympäristöissä



Sisällys

Sateenkaarinuorten huomioiminen nuorisotyössä	1
Oppaan tausta ja käyttö	2
Johdanto	4
Pikainfo pronomineista	6
Yhteenkuuluvuus	8
Hyväksytyksi tuleminen	9
Nähdyksi tuleminen	10
Miten huomioida sateenkaarinuoret?	11
Itsereflektio työn tukena	17
Lähteet	19

Tekijä: Fred Pehkonen



Oppaan tausta ja käyttö

Sateenkaarinuorten hyvinvointia tukeva opas on osa Yhdenvertaisuuden nuorisovalan osaamiskeskuksen materiaaleja. Materiaaleilla pyritään lisäämään nuorten kanssa työskentelevien ammattilaisten ja vapaaehtoisten yhdenvertaisuuteen liittyvää osaamista.

Opas on kehitetty osaamiskeskuksen tilaaman opinnäytetyön tuotoksena. Opinnäytetyö käsitteli sateenkaarinuorten hyvinvointia ja nuorisotyön roolia sen tukemisessa. Julkaistu työ on vapaasti luettavissa ja sen tarkemmat tiedot löytyvät tämän oppaan lähdeluettelosta.

Oppaan käyttö ei vaadi aiempaa koulutusta seksuaali- ja sukupuolivähemmistöistä, yleistieto aiheesta riittää.

Opas käsittelee kolmea tunnetta ja niihin liittyviä kokemuksia, joilla on merkittävä vaikutus sateenkaarinuorten hyvinvointiin. Jokaisesta tunteesta on tiivis kuvaus, jossa kerrotaan, mistä on kyse sekä millaiset kokemukset ovat tunteen syntymisen kannalta keskeisessä roolissa.

Lisäksi oppaassa esitellään erilaisia tapoja, miten omassa työssään voi tietoisemmin huomioida sateenkaarinuoret ja edesauttaa tärkeiden tunteiden ja kokemusten syntymistä.



Johdanto

Jokaisen hyvinvointiin vaikuttavat merkittäväällä tavalla erilaiset kokemukset, joita syntyy jatkuvasti kohtaamisten ja ympäristön kanssa tapahtuvan vuorovaikutuksen kautta. Kokemukset ovat yhteydessä tunteisiimme: ne voivat vahvistaa tai heikentää toisiaan, vaikuttaen samalla hyvinvointiin.

Ympäristö ja siinä toimivat ihmiset ovat kuin peili, jonka kautta jokainen tulkitsee itseään ja käsitystään siitä, kuka on. Takaisin heijastuva kuva viestii, miten muut ihmiset näkevät meidät. Tämä vaikuttaa myös siihen, miten itse suhtaudumme itseemme. Ympäristön tuottama jatkuva viesti vääränlaisuudesta voi saada meidät uskomaan, että meissä on jotain vikaa tai ettemme ole tarpeeksi hyviä. Vastavuoroisesti muilta tuleva hyväksyvä ja arvostava suhtautuminen voi vahvistaa itsetuntoa ja kokemusta siitä, että on hyvä juuri sellaisena kuin on.

Ihmisyys koostuu monesta tekijästä: meistä jokainen on omalaisensa yhdistelmä lukuisia erilaisia ominaisuuksia ja piirteitä. Seksuaalisuus on merkittävä osa tätä kokonaisuutta, yksi ihmisen keskeisistä perusominaisuuksista. Se ei tarkoita vain seksuaalista suuntautumista tai seksiin liittyviä haluja tai mieltymyksiä, sillä myös sukupuoli ja sen ilmaiseminen ovat osa seksuaalisuutta.

Seksuaalisuus vaikuttaa meihin kaikissa elämänvaiheissa ja ohjaa toimintaamme. Tulkitsemme itseämme ja teemme valintoja, joiden kautta pyrimme toteuttamaan itseämme seksuaalisina olentoina: Miten ilmaisemme sukupuoltamme erilaisissa ihmissuhteissa, millaista hoivaa tai läheisyyttä kaipaamme muilta ihmisiltä? Millaisen perheen haluamme rakentaa ja millainen rooli siinä tuntuu meistä luontaisimmalta?

Koko käsitys itsestämme rakentuu vahvasti seksuaalisuuden ja sen toteuttamisen ympärille. Sen vuoksi seksuaalinen suuntautuminen ja sukupuoli ovat hyvin herkkiä ja intiimejä ihmisyyden osia. Siksi niihin kohdistuvat asenteet ja kommentit ulottuvat syvälle sekä vaikuttavat minäkuvaan ja itsensä arvostamiseen. Luomalla tietoisesti ympäristöjä ja vuorovaikutustilanteita, joissa



välittyy viesti turvallisuudesta ja hyväksynnästä, voidaan edesauttaa ja tukea hyvinvointia vahvistavien tunteiden ja kokemusten syntyä.

Seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvia nuoria voi huomioida monilla tavoilla. Toimien tulee olla tietoisia ja tavoitteellisia, jotta sateenkaarevuuden huomioiminen on oikeasti osa yhteisön rakennetta, eikä vain joukko yksittäisiä tekoja yksittäisten henkilöiden toimesta. Yksittäiset teot eivät ole turhia, niillä voi olla suurikin merkitys kohdatuksi tulleen sateenkaarinuorelle. Tietoisella ja yhteisiin tavoitteisiin sitoutuneella toiminnalla voidaan kuitenkin saada aikaan vielä suurempia vaikutuksia, kun sateenkaarinuorten hyvinvointia tuetaan koko yhteisön voimin.



Pikainfo pronomineista

Mitä ovat pronominit, miksi niistä toisinaan käydään hämmentäviä keskusteluja ja miten ne liittyvät sateenkaarevuuteen?

Lyhyesti selitettynä pronominit ovat yksi käytetyn kielen osa: niiden tehtävä on usein toimia ns. sijaisena, kun viitataan esimerkiksi ihmiseen, eläimeen tai asiaan (sinä, hän, se, joku). Ihmisistä puhuttaessa käytetään persoonapronomineja, joita ovat *minä*, *sinä*, *hän*, *me*, *te* ja *he*. *Minä* ja *me* ovat 1. persoonan pronomineja, *sinä* ja *te* 2. persoonan pronomineja, *hän* ja *he* 3. persoonan pronomineja.

No entä sitten sateenkaarevuus ja 3. persoonan pronomini *hän*, jonka ympärillä pronomineista käytävä keskustelu useimmiten pyörii? Monissa kielissä *hän*-pronomini muuttuu sen mukaan, minkä sukupuolen edustajasta puhutaan: esimerkiksi englanniksi miehistä käytetään pääsääntöisesti pronomineja *he/him* ja naisista pronomineja *she/her*. Kaikki eivät kuitenkaan ole miehiä tai naisia, eivätkä jotkut nuoret välttämättä koe pronominiin *he/him* tai *she/her* sopivan oman sukupuolen tai sukupuoli-identiteetin ilmaisuun. Tämän vuoksi he voivat käyttää itsestään pronomineja *they/them*, koska niihin ei sisälly oletusta sukupuolesta.

They/them-pronominiin käyttö yksittäiseen henkilöön viitattaessa voi hämmentää, mutta se on kieliopillisesti täysin oikein. Pronomineja *they/them* käytetään usein puheessa silloin, kun ei tiedetä henkilön sukupuolta tai ei haluta olettaa. Esimerkiksi: Someone forgot their phone, they probably left in a hurry.

Ruotsiksi miehistä ja naisista käytetään myös erillisiä pronomineja *han* ja *hon*. Niiden lisäksi käytössä on myös neutraali pronomini *hen*, joka ei ole sidottu tiettyyn sukupuoleen.

On täysin totta, että suomen kielessä *hän*-pronominiin käyttöä ei juurikaan tarvitse miettiä, koska sillä voidaan viitata kaikkiin ihmisiin sukupuolesta riippumatta. Siitä huolimatta jokaisen on tärkeää ymmärtää, miksi tietynlaisten sanojen tai pronominiin käytöllä on niin suuri merkitys. Ne ovat yhteydessä sukupuoleen ja sukupuoli-identiteettiin, jotka vaikuttavat minäkuvaan. Sanat



luovat todellisuutta, eli puheella voidaan tunnustaa toisen ihmisen sukupuoli, mikä vahvistaa sukupuoli-identiteettiä ja sitä kautta myös itsetuntoa. Tämä on oleellinen osa kaikkien hyvinvointia, mutta erityisen kriittistä sateenkaarevien nuorten hyvinvoinnille. Yhteiskunta on tällä hetkellä täynnä sukupuolivähemmistöihin kohdistuvaa halveksuntaa ja vihaa, joten nuorisotyön olisi tärkeää pystyä tarjoamaan sateenkaarinuorille turvallisia yhteisöjä, joissa heidät kohdataan sukupuolta ja sukupuoli-identiteettiä vahvistaen sekä arvostaen. On myös huomioitava, että toisinaan nuorten kanssa voidaan toimia myös muilla kuin suomen kielellä. Silloin on oleellista olla tarpeelliset tiedot aiheesta, jotta voi käyttää nuorista oikeita sanoja ja termejä.

Jos suomeksi kaikista voidaan puhua hänenä, miksi joskus kerrotaan omat englanninkieliset pronominit? Sen vuoksi, että niiden avulla voidaan hienovaraisesti ohjeistaa muita siitä, miten haluaa tulla kohdatuksi. Tiettyjen pronominiien käyttö ei suoraan kerro kenenkään sukupuoli, mutta arkikielessä ne silti yhdistetään vahvasti tiettyihin sukupuoliin. Niiden avulla nuoren on mahdollista viestiä muille omasta sukupuoli-identiteetistään ilman, että sitä tarvitsee erikseen sanoa ääneen. Sukupuoli ja sukupuoli-identiteetti kun ovat asioita, joista ei välttämättä halua puhua heti tutustumisen yhteydessä.



Yhteenkuuluvuus

Yhteenkuuluvuus tarkoittaa tunnetta, että on osa jotakin kokonaisuutta tai yhteisöä. Kyse ei kuitenkaan ole pelkästä teknisestä seikasta, että on jonkin yhteisön jäsen. Yhteenkuuluvuus on syvempi tunne joukkoon kuulumisesta, jolloin tuntee olevansa yksi muista. Ihmiset ovat perusluonteeltaan sosiaalisia olentoja, ja meille on ominaista kaivata kokemuksia yhteisöistä ja yhdessä olemisesta. Yhteenkuuluvuus toimii vastavoimana yksinäisyydelle sekä kokemuksille ulkopuolisuudesta tai poikkeavuudesta. Sateenkaarinuoret tarvitsevat yhtä lailla kokemuksia yhteisöistä, joissa heillä on turvallista olla ja mahdollisuuksia luoda yhteyksiä muihin nuoriin.

Vertaisuudella tarkoitetaan mahdollisuutta samaistua toiseen ihmiseen ja yhteyden kokemista jostakin jaetusta asiasta. Muiden sateenkaarinuorten (sekä sateenkaarevien aikuisten) kohtaaminen turvallisessa ympäristössä luo tilanteita, joissa nuorilla on mahdollisuus saada samaistumiseen perustuvaa ymmärrystä kokemuksilleen. Vertaistuki on tärkeä voimavara vaikeiden asioiden käsittelyssä, mutta jaettu yhteinen ilo sateenkaarevuudesta ja siihen liittyvistä kokemuksista voimaannuttaa ja vahvistaa itsetuntoa.

Yhteisöllisyys rakentuu yhdessä tekemisestä ja kokemuksesta, että oma mukanaolo on merkittävää ja tärkeää. Yhteys muihin syntyy vuorovaikutustilanteissa, joissa ollaan yhteisten asioiden äärellä – olivat ne sitten keskusteluja tai muuta yhteistä toimintaa. Kun ilmapiiri ja tunnelma kannustavat osallistumaan kunkin omien rajojen puitteissa, kaikki mukanaolijat kokevat olevansa yhtä tärkeitä riippumatta siitä, millä tavoin he osallistuvat.



Hyväksytyksi tuleminen

Hyväksytyksi tuleminen omana itsenään on yksi ihmisen emotionaalisista perustarpeista. Haluamme muilta vahvistusta siitä, että olemme tärkeitä ja rakastettavia omina itsenämme. Lasten ja nuorten kohdalla hyväksyntä tukee tasapainoista kehitystä ja terveen itsetunnon muodostumista. Hyväksyminen ei välttämättä vaadi ymmärtämistä: nuori voi kertoa jotain, mihin ei itse pysty samaistumaan, mutta siihen voi silti reagoida hyväksyvästi. Kun sateenkaari-nuoret saavat kokemuksia hyväksytyksi tulemisesta, he oppivat arvostamaan itseään. Itsensä arvokkaana näkevä ihminen huolehtii itsestään, ei vähättele tai laiminlyö perustarpeitaan ja kunnioittaa omia rajojaan.

Avoimuus ja ennakkoluulottomuus ovat hyväksynnän rakennuspalikoita. Kun suhtaudumme toiseen avoimin mielin, emme kohdista häneen ajatuksia tai asenteita, jotka ohjaisivat käytöstämme tai puheitamme toimiessamme hänen kanssaan. Ennakkoluuloton kohtaaminen vaatii meitä tiedostamaan ennakkoletukset, joita väkisinkin tuotamme jatkuvasti, koska se on tapamme prosessoida ympäristöä. Ratkaisevaa on se, annammeko niiden vaikuttaa toimintaamme ja asenteisiimme.

Tilan antaminen itseilmaisulle tarkoittaa, ettemme yritä määrittää toista ihmistä hänen puolestaan. Annamme sateenkaarinuorelle rauhan ja tilan toteuttaa itseään hänelle ominaisella ja hyväksi tuntuvalle tavalla. Tämä tarkoittaa myös sitä, että nuorelle annetaan tilaa tuoda itsestään esiin erilaisia piirteitä ja ominaisuuksia itselleen sopivassa tahdissa. Otamme vastaan sen, mitä nuori haluaa itsestään kertoa ja hyväksymme sen siinä muodossa, missä sen saamme.



Nähdynksi tuleminen

Nähdynksi tuleminen on tunnetta siitä, että olemassaolomme nähdään merkityksellisenä ja tärkeänä. Meille annetaan tilaa jakaa kokemuksiamme, ja saamme niille ymmärrystä tai hyväksyntää. Tarpeitamme ei väheksytä, ja se mitä viestimme itsestämme, otetaan tosissaan ilman kyseenalaistamista. Tuntemme yhteyttä muihin ihmisiin ja ympäröivään maailmaan. Lisäksi näemme itsemme kaltaisia ihmisiä positiivisesti edustettuina eri puolilla yhteiskuntaa. Sateenkaarinuorille on tärkeää, että he pääsevät näkemään muita sateenkaari-ihmisiä elämässä tavallista arkea aivan yhtä arvokkaina kuin muutkin ihmiset. Osoitetaan, että sateenkaarevuus on vain yksi ihmisyyden moninaisista piirteistä: samalla tiedostaen sen henkilökohtaisen merkityksen ihmisen identiteetille ja itsensä toteuttamiselle.

Kuulluksi tuleminen on yksinkertaisimmillaan kokemus siitä, että vuorovaikutustilanteissa toinen oikeasti kuuntelee, mitä puhumme. Näemme, että toinen antaa meille huomionsa ja keskittyy keskusteluun. Kokemus ulottuu kuitenkin syvemmälle: haluamme emotionaalisella tasolla tuntea, että toinen ymmärtää ja kokee asiamme tärkeänä. Voimme mahdollistaa muille kuulluksi tulemisen tunteen, kun osoitamme kiinnostuksemme ja halumme kuulla heitä.

Arvostus ja kunnioitus näkyy sanoissa, mutta ennen kaikkea teoissa. Kun näytämme tekojen kautta sateenkaarinuorille, että arvostamme heitä sellaisena kuin he ovat ja kunnioitamme heidän tapaansa ilmaista itseään tai määritellä itsensä, viesti välittyy vahvempana. Näytämme samalla mallia, miten kunnioitetaan toisten ihmisten rajoja ja oikeutta toteuttaa seksuaalisuutta ja sukupuolta itselleen ominaisella tavalla.



Miten huomioida sateenkaarinuoret?

Turvallinen ympäristö on kaiken lähtökohta. Sen avulla osoitetaan, että sateenkaarinuoret ovat yhtä tervetulleita ja kunnioitettuja kuin kaikki muutkin:

- Ympäristöä voi muokata viestimään toiminnan arvoista. Uutena toimintaan tulevalle sateenkaarinuorelle voi olla merkittävää huomata seinällä sateenkaari- tai translippu tai sateenkaarevuuteen liittyvä juliste. Jos jaetaan tarroja tai pinsejä, osa voi olla sateenkaariteemaisia. Jos tarjolla on erilaisia esitteitä tai oppaita nuoruuteen ja/tai seksuaalisuuteen liittyvistä teemoista, mukaan voi sisällyttää sateenkaarevuuden huomioivia materiaaleja.
- Omasta turvallisuudesta voi myös viestiä sanattomasti. Sateenkaarisävyinen avainnauha tai muu arkinen, mutta esillä oleva tavara voi lisätä nuoren turvallisuudentunnetta. On myös olemassa erilaisia pinsejä ja tarroja, joiden kautta omaa turvallisuuttaan voi ilmaista (esimerkiksi sateenkaareva pinssi, jossa lukee ”olen turvallinen”).
- Turvallisemman tilan periaatteet on hyvä olla selkeästi esillä toiminnassa. Ne käydään ymmärrettävästi läpi ja niiden olemassaolosta muistutetaan. Lisäksi ne voivat olla esimerkiksi julisteessa tai muussa visuaalisessa muodossa.
- Toiminnan vetäjillä tulisi olla yhtenäinen käsitys siitä, miten reagoidaan, jos joku ei noudata turvallisemman tilan periaatteita tai toimii muulla tavoin asiattomasti. Työyhteisöllä tai muulla toimintaa järjestävällä taholla tulee olla yhteisesti laaditut ja johdonmukaiset toimintamallit, joiden käyttöön kaikki ovat yhtä sitoutuneita ja niistä on annettu kattava perehdytys koko yhteisölle.

Turvallisemman tilan periaatteet ovat hyvä työkalu, mutta niiden olemassaolo ei yksinään riitä. Turvallisuus ei ole jotain, mikä kerran saavutetaan ja on sen jälkeen valmis. Turvallisemman tilan luominen ja ylläpito vaativat aktiivista työskentelyä:

- Tilanteisiin tai puheisiin, jotka rikkovat turvallisemman tilan periaatteita tai muilla tavoin loukkaavat sateenkaarinuoria (tai muita nuoria), tulee



puuttua systemaattisesti. Tekojen avulla osoitetaan parhaiten, että oikeasti tarkoitetaan sitä, mitä on sanottu. Jos joku toimii periaatteiden vastaisesti eikä siitä seuraa mitään, turvallisempi tila jää vain näennäiseksi konseptiksi, jonka toteutumisella ei ole oikeasti mitään merkitystä.

- Vastuu ympäristön ja yhteisön turvallisuudesta ulottuu myös nuoriin. Vähemmistöasemassa olevat voivat käyttäytyä tai puhua muita syrjivästi tai loukkaavasti, jolloin siihen tulee puuttua samalla tavalla kuin muidenkin kohdalla. Aiheesta voi olla hyvä käydä keskusteluja yhdessä kaikkien nuorten kanssa ja muistuttaa, että turvallisuudesta huolehtiminen kuuluu kaikille taustasta tai ominaisuuksista riippumatta.
- Omalla esimerkillä voi vaikuttaa siihen, millainen tunnelma tai ilmapiiri ympäristöön syntyy. Katsooko tietynlaista käytöstä tai puhetta sormien läpi vai osoittaako selvästi, että toiminnassa on oikeasti nollatoleranssi kaikenlaiselle syrjivälle tai loukkaavalle puheelle ja käytökselle.

Pyri näkemään ja kohtaamaan nuori sellaisena kuin hän itsensä esittää. Käytä niitä sanoja ja termejä, joita nuori toivoo itsestään käytettävän:

- Vaikka tietäisit nuoren ns. virallisen nimen ennen hänen tapaamistaan, älä automaattisesti oletta hänen haluavan käyttää sitä tavatessaan uusia ihmisiä. Esimerkiksi sukupuoltaan korjaava tai sukupuoli-identiteettiään pohtiva nuori voi kokea ”virallisen” nimensä epämiellyttäväksi tai itselleen sopimattomaksi. Anna nuorelle mahdollisuus esitellä itsensä haluamallaan nimellä.
- Vahvista nuoren identiteettiä, kun hän sitä ilmaisee. Esimerkiksi jos po-jaksi oletettu nuori selvästi sanoittaa olevansa jotain muuta, sitä ei tule kyseenalaistaa. Asiasta voi keskustella nuoren kanssa, mieluiten kuitenkin nuoren omilla ehdoilla niin, että hän itse ottaa asian puheeksi.

Erilaisten identiteettien ilmaisun tukemisen voi sisällyttää toiminnan rakentamiseen. Sateenkaarinuorta ei tarvitse asettaa erillisen huomion kohteeksi, vaan toiminnan voi suunnitella ennakoivaksi:

- Jokainen (osallistuvat nuoret ja toiminnan vetäjät) tekee oman nimikyltin, johon voi lisäksi kirjoittaa käyttämänsä englannin- tai ruotsinkieliset pronominit. Tiettyjen pronominiin käyttö ei toki aina tarkoita, että haluaisi itsestään käytettävän niihin yleisesti liitettyjä sanoja (esim. *he/him-*



pronominit eivät satavarmasti tarkoita, että henkilö kokisi maskuliiniset termit ja sanat itselleen mieluisiksi). Tästä huolimatta pronominien tuominen normaaliksi osaksi toimintaa kertoo, että sen halutaan olevan turvallinen paikka ilmaista itseään sellaisena kuin on.

- Itse voi toimia esimerkkinä avoimen ilmapiirin luomisessa ja puhua erilaisten identiteettien arvostamisesta. Kannattaa kuitenkin huomioida, ettei keskustelua toisen henkilön itseilmaisun kunnioittamista tarvitse liittää nimenomaan sateenkaarevuuteen. Jos toiminnassa on mukana sateenkaarinuoria, he voivat kokea tulevansa eritellyiksi muusta ryhmästä tai että heistä tehdään tilanteessa jonkinlaisia esimerkkejä. Sateenkaari-ihmisten oikeuksista ja yhdenvertaisesta kohtelusta on tärkeää puhua nuorten kanssa, mutta se ei saa asettaa mukana olevia sateenkaarinuoria ns. valokeilaan tai keskustelun keskipisteiksi.

Sateenkaarinuorille on todella merkittävä kokemus, kun heistä puhutaan sukupuoli-identiteettiä vahvistavalla tavalla. Jos tulee tunne, ettei ole varma, miten nuoren kohtaisi asiaa, voi aina myös kysyä. Siinä tapauksessa tulee kuitenkin huomioida aiheen sensitiivisyys ja harkita, millaista lisäarvoa kysymisen mahdollisesti tuottaa nuoren kanssa rakentuvalle suhteelle. Itse sukupuoli-identiteettiä ei ole tarpeen kysyä: sen nuori jakaa, mikäli kokee tarpeelliseksi:

- Nuorelle voi jutella kahden kesken ja kertoa haluavansa kysyä, miten nuori toivoo itsestään puhuttavan, jotta hänellä olisi mahdollisimman mukava olla. Jos nuori ei halua kertoa tai vastaa ettei ole varma, voi sanoa, ettei se haittaa. Lisäksi voi muistuttaa, että jos nuori tulee toisiin ajatuksiin tai haluaa pohtia asiaa yhdessä, hän voi tulla myöhemmin uudestaan juttelemaan.
- Kun kohtaa nuoren ensimmäistä kertaa, voi kahden kesken kysyä muun keskustelun ohella, millaiset sanat nuori kokee itselleen luontaisiksi. Asiaa ei tarvitse alleviivata tai liittää nimenomaan sukupuoleen, siihen voi suhtautua kuin muihinkin tutustumista edistäviin kysymyksiin ja puheenaiheisiin.

Kysyminen ei välttämättä ole kuitenkaan aina tarpeellista tai edes järkevää. Kaikki nuoret eivät halua tai uskalla suoraan ilmaista sateenkaarevuuttaan



ryhmälle tai toiminnan vetäjille. Se ei kuitenkaan tarkoita, etteikö he ehkä toivoisi jonkun tietävän. Nuori ei välttämättä halua puhua asiasta, vaan toivoo yksinkertaisesti sitä, että edes joku näkee hänet omana itsenään:

- Sateenkaarevaa identiteettiä saatetaan tuoda esiin epäsuorasti kiertoilmaisilla tai vihjauksilla. Kannattaa kuunnella sitä, miten nuori itsestään puhuu. Jos nuori heittää vitsin tai sanoo jotain sateenkaarevuuteen viittaavaa, sen voi pitää omana tietonaan ja ottaa esiin myöhemmin, jos nuori itse tekee keskusteluun selvän aloitteen.
- Sateenkaarevuutta voidaan myös tuoda esiin koruilla tai tavaroilla, joissa on sateenkaari tai muita seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjen liipissa olevia värejä. Mikäli sellaisen huomaa, ei sitä tarvitse alleviivata. Yksittäinen kommentti, esimerkiksi kehu, riittää hyvin. Se voi madaltaa kynnystä olla sateenkaarevuudesta avoimempi tai helpottaa asiasta puhumista, jos siihen kokee tarvetta.

Ei haittaa, vaikkei välttämättä pysty samaistumaan nuoren kertomiin asioihin.

Jos nuori jakaa kokemuksen sateenkaarevuudesta, eikä itse kuulu sateenkaareväestöön ja näin ollen pysty täysin ymmärtämään, ei ole tarvetta yrittää rinnastaa nuoren kertomaa johonkin omaan kokemukseen toisesta asiasta.

Vaikka tarkoittaisi hyvää, näennäinen samaistuminen vähättelee nuoren kokemusta. Tärkeää on osoittaa, että on aidosti kiinnostunut ja kuulee sen, mitä nuori kertoo:

- Nuorelle voi kertoa, ettei kykene samaistumaan tai kunnolla ymmärtämään, miltä hänestä tuntuu. Tilanteessa voi korostaa sitä, että vaikka ei ymmärrä, niin näkee asian olevan nuorelle tärkeä ja vaikuttavan häneen merkittävällä tavalla.
- Voi kysellä, millaisia ajatuksia kokemus nuorella herättää tai millaisia tunteita kokemukseen liittyy. Kuuntele nuoren reaktioita ja anna tilaa kertoa, mutta myös tilaa olla kertomatta.

Vaikka ei toimisikaan nimenomaan sateenkaarinuorten kanssa, seksuaalisuuden ja sukupuolten moninaisuuteen liittyvä sanasto tulisi olla hallussa. Ulkopäin on mahdotonta päätellä toisen ihmisen seksuaalista suuntautumista, sukupuolta tai sukupuoli-identiteettiä. Kohtaamme siis sateenkaari-ihmisiä jatkuvasti, vaikkamme sitä tietäisikään. Tilanteessa, jossa nuori kertoo



kuuluvansa seksuaali- tai sukupuolivähemmistöön hänen ei kuulu toimia yleisenä asiantuntijana tai perehdyttäjänä. Keskeiseen sanastoon ja termistöön tutustuminen tukee osaamista kohdata ja vastaanottaa nuorten kertomia asioita sateenkaarevuudesta:

- *Setan sateenkaarisanasto* avaa informatiivisesti ja ytimekkäästi laajan kirjon sateenkaarevuuteen liittyviä termejä, mm. sukupuolesta, seksuaalisesta ja romanttisesta suuntautumisesta, perheiden ja suhteiden moninaisuudesta, sateenkaarikulttuurista, ihmisoikeuksista sekä terveydestä ja hyvinvoinnista.
- *Yhdenvertaisuuden nuorisoalan osaamiskeskuksen Termit tutuiksi -sanakortit* auttavat perehtymään yhdenvertaisuuteen liittyvään sanastoon nuorten kanssa tai työyhteisön kesken. (Löytyy myös ruotsiksi)
- *Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen tasa-arvosanasto* sisältää sukupuoleen ja tasa-arvoon liittyvää termistöä, jota käytetään usein lainsäädännössä tai tasa-arvotyössä. Sanasto sopii esimerkiksi tasa-arvosuunnittelun tai asiakastyön tueksi. (Löytyy myös ruotsiksi)

Seksuaalisuuden ja sukupuolten monimuotoisuutta on hyvä käsitellä nuorten kanssa ja sisällyttää toiminnan rakenteisiin, vaikkei se olisikaan pelkästään sateenkaarinuorille suunnattua. Sateenkaarevuuden voi huomioida toiminnan käytännön ratkaisuissa ja omassa puheessa:

- Niinkin yksinkertainen asia kuin sukupuolineutraalit vessat tekevät ison eron. Aina sellaista ei voida erikseen toteuttaa, mutta olemassa olevista vessoista voidaan peittää sukupuolimerkinnot ja kertoa niiden olevan kaikkien käytössä sukupuolesta riippumatta.
- Sanat luovat todellisuutta, eli sillä on merkitystä, millaista kieltä käytetään. Inklusiivinen kieli ei loppupeleissä vaadi suuria ponnisteluja, mutta sen käyttöä on tietoisesti harjoiteltava kyseenalaistamalla omia ennakko-oletuksia.
 - Kaikki eivät ole tyttöjä ja poikia/naisia ja miehiä. Voi tietysti sanoa tytöt, pojat ja muut, mutta maailma on täynnä sukupuolineutraaleja sanoja, joilla puhutella ryhmiä tai viitata isoon joukkoon ihmisiä. Esimerkiksi: kaikki, nuoret, osallistujat, oppilaat, leiriläiset, yleisö, ystävät.



- Kaikki eivät ole heteroja. Poika- tai tyttöystävän sijaan kumppanista tai partnerista puhuminen ei sisällä oletusta seksuaalisesta suuntautumisesta tai sukupuoliesta.



Itsereflektio työn tukena

Valitettavasti emme voi koskaan olla täysin valmiita yhdenvertaisuuden asi-
antuntijoita tai ammattilaisia. Yhdenvertaisuus on aktiivista toimintaa: se ke-
hittyy yhteiskunnan mukana ja vaatii jatkuvaa tietoista työskentelyä itsemme
kanssa. Kenenkään ei ole mahdollista osata kaikkea täydellisesti. Ihmisyyteen
kuuluu tietynlainen keskeneräisyys ja läpi elämän tapahtuva kasvu. Sen hy-
väksyminen, että ei osaa tai tiedä kaikkea, mahdollistaa uteliaan halun oppia
uutta ja avaa oven itsensä kehittämislle!

**Jokaisella on sisäistettyjä odotuksia ja asenteita seksuaalisuudesta ja suku-
puolesta.** Ne ohjaavat ajatteluamme ja suhtautumistamme. Tutkiskelemalla
omia käsityksiämme ja tarkkailemalla omaa toimintaamme voimme havaita
näitä asenteita. Tällöin voimme oppia katsomaan maailmaa toisella tavalla.
Ehkä meille avautuu uudenlainen ymmärrys sukupuolesta ja sen merkityk-
sestä. Kenties löydämme omasta seksuaalisuudestamme jotain uutta, mitä
emme ole aiemmin osanneet ajatella:

- Mistä oma käsityksesi sukupuolestasi rakentuu? Miten olet sitä ilmaissut
lapsena, miten ilmaiset sitä nyt?
- Mitä seksuaalisuus tarkoittaa juuri sinulle?
- Millaisia ennako-oletuksia huomaat tekeväsi, kun kohtaats uuden ihmi-
sen? Mihin ne perustuvat?

**Sateenkaari-ihmistien (tai muiden vähemmistöryhmien) kanssa voi joskus tun-
tua vaikealta lähestyä tiettyjä aiheita tai ei ole varma, miten asioita kysyisi.**

Lähtökohtaisesti suoraan kysyminen on paras vaihtoehto, mutta sillä on mer-
kitystä, miten asiaa kysyy. Toki on myös tilanteita, joissa kysyminen ei ole tar-
peellista tai asian kysyminen ei ole edes soveliasta. Maalaisjärjen käyttö vie
pitkälle, mutta sen lisäksi on hyvä miettiä, kysyisikö samaa asiaa joltain toi-
selta henkilöltä (esimerkiksi enemmistöön kuuluvalta). Jos ei, niin tulisi miet-
tiä miksi on kysymässä asiaa juuri tältä henkilöltä:



- Mitä tietoa kysymyksellä tavoitellaan? Mihin sitä aiotaan käyttää?
- Kuinka oleellista kysymyksen avulla saatu tieto on kyseisessä tilanteessa? Mitä lisäarvoa sillä saavutetaan?
- Haluaisitko itse vastata samanlaiseen kysymykseen vastaavassa tilanteessa? Kokisitko kysymyksen loukkaavaksi tai tungettelevaksi?

Toimissa ammattilaisena tai vapaaehtoisena on auktoriteettiasemassa, ja siihen sisältyy vastuu oman valta-aseman tiedostamisesta ja ymmärtämisestä.

Nuoret saattavat ottaa mallia näkemästään käytöksestä ja puheista. He saattavat hakea hyväksyntää omalle käytökselleen ja puheilleen. Sen vuoksi on tärkeää olla tietoinen siitä, millaista viestiä ympärilleen välittää:

- Jos puutun tähän tilanteeseen, mitä se kertoo nuorille? Entä jos en puutu, millaisen viestin se lähettää?
- Miten reagoin asiattomaan ja loukkaavaan puheeseen tai käytökseen? Miten kohtelen tilanteen eri osapuolia?
- Miten lähdän selvittämään ja purkamaan tilannetta? Millaisella asenteella suhtaudun tilanteeseen?
- Mitä toivon nuorille jäävän käteen tästä tilanteesta? Mitä haluan toiminnallani kertoa?



Lähteet

Opinnäytetyö, jonka tuotoksena opas on kehitetty:

Pehkonen, F. (2025). "Mä en jaksais aina olla se odd one out": Tunteet ja kokemukset sateenkaarinuorten hyvinvoinnin tukena [[Amk-opinnäytetyö, Humanistinen ammattikorkeakoulu](#)]. Theseus.

Lisäksi opasta kehitettäessä on hyödynnetty seuraavia lähteitä:

- Ehrensaft, D., & Jurkiewicz, M. (2024). *Gender explained: A New Understanding of Identity in a Gender Creative World*. Vermillion.
- Honkanen, N. (2017). *Onnelliseksi: Seksuaalisuus läpi elämänkaaren*. Kustannusosakeyhtiö Siltala.
- Isola, A., Kaartinen, H., Leemann, L., Lääperi, R., Schneider, T., Valtari, S. & Keto-Tokoi, A. (2017). *Mitä osallisuus on?: Osallisuuden viitekehystä rakentamassa*. Työpaperi 33/2017.
- Kielitoimiston ohjepankki. (n.d.). *Pronominit: mikä on pronomini?* <https://kielitoimistonohjepankki.fi/ohje/pronominit-mika-on-pronomini/>
- Nivala, E., & Rynänen, S. (2013). Kohti sosiaalipedagogista osallisuuden ideaalia. *Sosiaalipedagogiikka*, 14, 9–41.
- Salakka, M. (2025). *Sukupuolten moninaisuus: Seksuaalisuus ja hyvinvointi*. SKS Kirjat.

Kannen valokuva: Munfilmi / Netta Hautamäki