

“Mä voin tehdä mun keholla ihan kaikkea,
mihin se antaa mahdollisuuksia” —
Kokemusasiantuntijoiden ajatuksia
transihmisten seksuaalisesta hyvinvoinnista

Hanna Vilkka



Leikkipuisto, Las Palmas. Kuv. Hanna Vilkka, 2004

Teksti Hanna Vilka

Taitto Hanna Vilka

Yhteistyökumppanit sinuiksi.fi, hiivukikeskus.fi, aktuaali.fi

ISBN 978-952-67681-4-4 (PDF)

Sisältö

<i>Saatteeksi</i>	1
<i>Transihmisten ajatuksia seksuaalisesta hyvinvoinnistaan</i>	6
<i>Kehon korjaus, hormonihoido ja seksuaalinen hyvinvointi</i>	19
<i>Kehon korjaus</i>	
<i>Hormonihoido</i>	
<i>Mistä löytäisin kumppanin?</i>	33
<i>Tapaamiseen turvallisesti</i>	38
<i>Seksiä turvallisesti</i>	44
<i>Yhteystietoja seksitautitesteihin</i>	
<i>Tästä jonnekin muualle – väistellään virhekäsityksiä</i>	54
<i>Haastateltavista</i>	62
<i>Haastateltavien profiili</i>	
<i>Haastateltavien motiiveista haastatteluun</i>	
<i>Sanastoa</i>	68
<i>Mistä saat lisää tietoa?</i>	74
<i>Kirjallisuus</i>	75

Saatteeksi

Tämä teksti on saanut alkunsa yhden transihmisen ääneen esittämästä toiveesta saada transihmisille seksuaalista hyvinvointia ja turvallista seksiä käsittelevää suomenkielistä materiaalia. Hiv-tukikeskus ja Sinuiksi-neuvontapalvelu lähtivät edistämään hanketta. Itse astuin sisällön tuottajaksi materiaaliin maaliskuussa 2015.

Alun perin olimme tekemässä laajaa turvaseksiä ja seksuaaliterveyttä käsittelevää kirjaa transihmisille. Hankkeen aikana tuli tarve myös tapahtumissa ja tilaisuuksissa helposti jaettaville esitteille. Sisällön tuotantoa varten tekemäni haastattelut kuitenkin suuntasivat vahvasti työskentelyäni. Ensiksi haastattelemani transihmiset puhuivat mieluummin seksuaalisesta hyvinvoinnista kuin seksuaaliterveydestä. Tämä antoi juonen tekstile. Toiseksi haastattelujen perusteella transihmisten seksuaaliseen hyvinvointiin liittyvä julkinen keskustelu on vasta käynnistymässä Suomessa ja ensisijainen tarve on avata haastatteluihin pohjautuen yleisemmin transihmisten ajatuksia seksuaalisesta hyvinvoinnistaan ja turvalliseen seksiin liittyvistä hyvistä käytännöistä. Nämä asiat johtivat tekstin raportoivaan tyyliin. Kolmanneksi haastatellut transihmiset ovat hyvin sensitiivisiä toisen sukupuoliselle ja seksuaaliselle yksilöllisyydelle ja tietoa ei jaeta intiimeistä asioista kovin paljon edes transihmisten kesken. Eräs haastateltava totesi genitaalikirurgiaa ja seksuaalista hyvinvointia koskevaan kysymykseeni:

Kaikki, mitä mä tiedän, on pääasiassa netistä. En oo niinku kokenut, et oisin vertainen, ja asialliseksi kysyä niiltä, jotka on teettäny jotain kirurgiaa. Että se tuntuis tosi tunkeilevalta että, se ei oo sellainen asia.... mä en oo koskaan kysyny. Sama koskee seksuaalista suuntautumista: Mä en toisaalta kysele ihmisten seksuaalista suuntautumista koska se ei oo mun asia.

Mä en tiedä, miten ihmisil on onnistunu. Kukaan ei oo oikein puhunut siitä.

Tämä johti siihen, että tekstin tuottamiseksi aineistoa oli käytettävissä suhteellisen niukasti. Asioiden yleistäminen koskemaan kaikkia on aina suhteellisen vaikeaa. Miten kirjoittaa eri ikäisten transihmisten seksuaalista hyvinvoinnista niin, että se ottaa huomioon transihmisten moninaisuuden ja samalla yksilöllisyyden, mutta kuitenkin niin, että tulisi käsiteltyä jotakin kaikille yhteistä? Haasteltavat toivat hyvin selkeästi esille myös sen, että on aika vaikea kohdentaa samaa materiaalia sekä ammattilaisille että transihmisille:

Tuntuu niinku mua transihmisenä ohitetaan, koska on tärkeämpää puhua ja kouluttaa ammattilaisia. Se puheenvuoro jyrää aika paljon niinku, että unohtuu, mitä kohderyhmä tarttis.

Päädyin ratkaisuun, että teksti raportoisi haastatteluissa tuotuja asioita transihmisten seksuaalisesta hyvinvoinnista. Teksti rakentuu pitkälti tulkiten ja dokumentoiden haastatteluista, transihmisten ajatuksia transihmisille. Otteet haastatteluista ovat kursivoituna tekstissä. Sanasto nousee haastatteluista. Haastattelujen ulkopuolista materiaalia olen käyttänyt vain siltä osin kuin haastattelun aikana on tullut esille, että asioita pitäisi tarkistaa tai täydentää. Tämä materiaali on mainittu tekstin lopussa kohdassa "Kirjallisuus".

Tämä verkkokirja ei ole kaiken kattava kuvaus transihmisten seksuaalisesta hyvinvoinnista. Se kuvaa 15 haastateltavan katsannosta transihmisten seksuaalista hyvinvointia sellaisena kuin he sen itse kokevat, ja miten se on heidän omassa sosiaalisessa verkostossaan koettu, puhuttu ja tulkittu. Jokainen lukija voi peilata omia kokemuksiaan kirjassa kuvattuun. Hän voi käydä vuoropuhelua tekstin sekä ajatustensa ja kokemustensa välillä sekä täydentää tietojaan kirjan lopussa mainittujen linkkien ja käyttämäni kirjallisuuden avulla.

Lukijan ei tarvitse olla asioista samaa mieltä haastattelemini transihmisten ja tekemieni tulkintojen kanssa. Jokaisen transihmisen kokemukset seksuaalisesta hyvinvoinnista ovat tätä tekstiä moninaisempia, joka suuntaan laveampia ja rikkaampia.

Käytän tekstissä sanoja transihmiset ja intersukupuoliset. Transihmisillä viittaa transmaskuliinisiin, transfeminiinisiin, transsukupuolisiin, transgendereihin, transvestiitteihin ja muunsukupuolisiin, jotka eivät koe olevansa intersukupuolisia. Transgenderin suomennokseksi on vakiintumassa muunsukupuolinen. Tässä tekstissä pidän ne toisistaan erillään, koska haastattelemani transgenderiksi itsensä nimeämä ei kokenut olevansa muunsukupuolinen. Eräs itsensä muunsukupuoliseksi itsensä nimeämä taas ei kokenut itseään transihmiseksi. Kuitenkin sisällytän hänet tekstissä transihmisiin huolimatta siitä, että se ei tee hänen kokemukselleen oikeutta.

Haastatteluissa tuli esille, ettei myöskään transyhteisössä olla terminologiasta *samanmielisiä*. Terminologiasta käydään ajoittain paljon ja vilkastakin keskustelua transihmisten kesken. Terminologiaa työstetään parhaillaan Setan työryhmässä. Eräs haastateltava totesi:

Meit on on todella moneen junaan. - - Meil on itselläänkin vaikeuksia niiden kanssa. Sitten on osa näistä transihmisistä, jotka niinku on korjannu kokonaan sukupuoltaan, on hirveen tarkkoja niistä ja hyvin aggressivisiakin väärien käsitteiden käytöstä. - - Me ollaan varovaisii, että ei ärsytetä ketään, et tehtäis jotain väärin.

Mitä tässä tekstissä tarkoitetaan seksuaalisella hyvinvoinnilla? Seksuaalista hyvinvointia voidaan tarkastella monesta tulokulmasta. Sitä voidaan pitää päämääränä seksuaaliterveyden edistämisessä ja seksuaalikasvatuksessa. Sitä voidaan tarkastella myös itsenäisenä kokonaisuutena ilman alisteisuutta kasvatuksen ja terveyden kysymyksiin. Tässä kirjassa seksuaalisella hyvinvoinnilla viitataan haastattelemani transihmisten omassa elämässä toteutuvaan ja oman elämän kautta itse määriteltyyn käsitykseen seksuaalisuudesta, seksistä ja seksisuhteista, halusta, halun kohteesta ja nautinnosta sekä niiden muodostamasta koetusta seksuaalisesta hyvinvoinnista. Tässä kirjassa seksuaalinen hyvinvointi ymmärretään haastateltavia tulkiten seuraavasti:

- Seksuaalinen hyvinvointi on kokemuksena yksilöllinen ja vaihteleva, iän ja elämäntilanteen mukaan muuttuva.

- Seksuaaliseen hyvinvointiin vaikuttaa sekä oma elämänkaari vauvasta vanhuuteen että oma elämänkulku tapahtumineen.
- Seksuaaliseen hyvinvointiin liittyy seksuaalisuus, seksi ja seksisuhteet, halu, halun kohteet ja nautinto sekä niihin liittyvä moninaisuus.
- Itsensä seksuaalisesti hyvinvoivaksi kokeva ihminen ei välttämättä harrasta itsetyydytystä tai seksiä toisten kanssa.
- Seksuaalinen hyvinvointi itse määriteltynä sekä suhteessa hänen omaan elämänkaarensa ja elämänkulkuunsa on jokaisen oikeus.

Kaikki transihmiset eivät välttämättä painota elämässään seksuaaliseen hyvinvointiin liittyviä osa-alueita samalla tavoin. Tällöin seksuaaliterveydessä tai -kasvatuksessa herkästi aletaan puhua seksuaalisen hyvinvoinnin puuttumisesta ja sillä oletetaan olevan jotain vaikutuksia henkilön psyykkiseen hyvinvointiin. Näin varmaankin on joillakin henkilöillä mutta ei kaikilla. Esimerkiksi haastattelemani aseksuaalinen transihminen sanoi voivansa määritellä itsensä täysin seksuaalisesti hyvinvoivaksi huolimatta siitä, että hän ei pidä seksuaalisuudelleen tärkeänä seksiä ja seksisuhteita.

Kirjan keskeiset viestit ovat, että

- Jokaisella on oikeus seksuaalisuuttaan koskeviin haluihin, toiveisiin ja unelmiin, kokemuksiin ja tunteisiin.
- Jokaisella on oikeus määritellä sukupuolensa, seksuaalisuutensa, halunsa ja nautintonsa itse.
- Jokaisella on oikeus tavoitella itselleen sopivaa seksuaalista hyvinvointia ja kehoterveyttä.

Mut nuorella ja aikuisella pitää olla oikeus omaan seksuaalisuuteensa, ja et pystyis sen oman seksuaali-identiteetin ja sukupuoli-identiteetin mukaiseen elämään. - - Seksuaalisuus on yksityisasia on sit minkä tahansa kulttuurin jäsen tahansa. Transsukupuolisuus ei ole kulttuurisidonnainen.

Itselleni on tärkeä säilyttää haastateltavien anonymiteetti. Siksi en yksilöi heitä ja enkä nimeä heitä. Transihmisten verkosto on suhteellisen pieni ja haluan välttää mahdollisuuden, että lukija tunnistaa haastatellut henkilöt. Tekstissä on paljon

suoria lainauksia haastatteluista. Niissä olen pyrkinyt muuttamaan puhekieltä pienissä määrin kirjakielen mukaiseksi, koska murteet ja puhutavat tekevät ihmiset myös tunnistettavaksi.

Kirjan ääressä tapahtuvasta yhteistyöstä ja rikkaista keskusteluista haluan kiittää 15 transihmistä, joiden rinnalla sain oikeuden elää joko haastatellen toukokuusta elokuuhun kesällä 2015 tai verkon välityksellä. Haluan kiittää yhteistyöstä Sinuiksi.fi-hanketta ja Hiv-tukikeskusta sekä Aktuaalia. Henkilökohtaisesti haluan kiittää Mikkoa, Samuelia, Jennyä, Teppoa, Veeraa, Venniä ja Juhaa. Tekstin sisällöstä ja kielestä olen vastuussa itse. Kommentteja tekstin sisältöä koskien voi lähettää sähköpostitse osoitteella hannavilkka@me.com.

Hanna Vilkka

Hämeenlinna 26.02.2016

Transihmisten ajatuksia seksuaalisesta hyvinvoinnistaan

Haastattelemiini transihmiset olivat sinuja tai tulossa sinuiksi oman kehonsa kanssa, kun tarkastelu oli omassa sukupuoli-identiteetissä tai kehoa koskevissa haluttujen sukupuolen ominaisuuksien korjaamisessa. Moni heistä oli sinut myös seksuaalisuutensa, seksuaalisen suuntautumisensa ja seksielämänsä kanssa.

Kuitenkin joillakin haastateltavilla nousi pintaan voimakas vastenmielisyys silloin, kun omaa kehoa ajatteli seksikontaktissa tai muulla tavalla fyysisesti lähellä toista ihmistä tai ajatuksesta, että toinen ihminen saisi heräämään odottamatta seksuaaliset tunteet jossakin tilanteessa. Tällaisiin hetkiin haastateltavien mukaan liittyi joskus voimakkaita tuska- ja ahdistustiloja. Taustalla vaikutti muun muassa aiemmat kokemukset kielteisistä asenteista seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjä kohtaan ja niiden aiheuttamat pelot syrjinnästä ja halventamisesta, mutta joillakin myös voimakas kehodysforia, vieraus ja jopa inho omia syntymäsuokupuolelle tyypillisiä piirteitä kohtaan.

Moni haastateltavista koki, lukuun ottamatta aseksuaaleja, että erityisesti oma seksuaalisuus ja seksuaalisuuden toteuttaminen, jopa tunteiden tukahduttaminen, eri elämänvaiheissa on vienyt paljon voimavaroja arjessa. Esteitä oman seksuaalisuuden toteuttamiseen eri vaiheissa elämää olivat olleet muun muassa, että oma keho oli tuntunut vieraalta tai vastenmieliseltä seksikontaktia ajatellen tai samalla aaltopituudella olevan kumppanin löytäminen oli ollut liian haasteellista tai koettu mahdottomaksi. Taustalla vaikutti paljon se, miten vaikeaa on aiemmin ollut ihmissuhteiden solmiminen, millaisia kokemuksia aiempiin suhteisiin on liittynyt tai miten on aiemmin vältellyt sosiaalisia suhteita tai ihmiskontakteja tai miten on

hävennyt omaa kehoaan. Aseksuaaliksi identifoitunut haastateltavani sen sijaan totesi, että jatkuva seksistä puhuminen tuntui vastenmieliseltä, koska ei tuntenut asian koskettavan itseään lainkaan. Myös lääketieteessä määritelty tapa, että ihminen luonnostaan kehittyisi aina kohti intiimiä ja genitaaleilla tapahtuvaa eroottista toimintaa, pidettiin ahdistavana ja yksipuolisena ajattelutapana.

Aseksuaalien seksuaalinen hyvinvointi sai myötätuntoa myös ei-aseksuaaleilta.

Mä uskoisin niin, et tosi monella aseksuaalisella ihmisellä on tosi rikkinäinen olo, kun joka paikassa puhutaan seksistä ja sitä hehkutetaan ja niinku on seksuaalista sisältöä tarjolla joka paikassa, ja sit ittee ei kiinnosta. Ja sit voi olla, et seksi kiinnostaa, mut ei koe niinku romanttista vetoa. Et niinku voi olla merkittäviä ihmissuhteita, niinku platonisia ihmissuhteita, ja niinku voi olla seksuaalisia tarpeita, muttei romanttisia. Ei oo niinku aromanttisuus ihan sellaisena identiteettikategoriana niin - - Tunnen yhden aromanttisen ihmisen.

Myös transvestiittien seksuaalinen hyvinvointi puhutti. Transvestiitit eivät varmaan ole kovin hyvinvoivia sen takia, että tää ominaisuus on aika harvinainen. Tätä ei voi oikein toteuttaa kotona ja sukulaisten kanssa. Et siinä suhteessa on isoja ongelmia. Ja tuota sit on onneks nää Setat ja Transtukupisteet ja tämmönen verkosto, jonka kanssa pystyy samaan vertaistukea.

Seksuaalinen
hyvinvointi
on
oikeuteni.

Haastattelemani transihmiset näkivät seksuaalisen hyvinvoinnin ylipäättänsä moninaisesti. Seksuaaliseen hyvinvointiin liittyy heidän mukaansa myös se, että pääsee kaikkiin elämänalueisiin mukaan liittyy siihen seksi tai ei. Esimerkiksi, kun pääsee mukaan harrastuksiin omasta sukupuoli-identiteetistä ja seksuaalisesta suuntautumisesta riippumatta, myös oman itsensä hyväksyminen on helpompaa:

Useimmat meistä [transvestiitit, transgenderit] on sit onnistunu erilaisten harrastusten kautta luomaan tällasta naisverkostoa, missä me voidaan olla mukana ja meitä sit kohdellaan ihan normaalina ihmisinä. Saa elää sellaisena kuin on. Se on voimauttavaa mulle. Mä saan olla siellä naisena ja pukeutua naisen

tavoin ja rakastaa meikkaamista ja näitä naisten harrastuksia. Muut naiset pitävät huolen, että mä en tipu pois. Mua on kohdeltu todella hyvin.

Haastattelemilleni transvestiiteille ja trangendereille pulmallista hyvinvoinnin kannalta on etenkin työelämä, mutta myös koti ja läheiset. Työelämässä ei pääse toteuttamaan itseään, koska pelätään, että oma asema joutuu vaakalaudalle. Kodissa ja läheisten kanssa joutuu ehkä vuosia, jopa vuosikymmeniä, elämään salaillen omaa naisoloaan. Itsensä toteuttamisen esteet vaikuttavat siten myös seksuaaliseen hyvinvointiin. Haastateltavien mukaan oma hyvinvointi elämän eri osa-alueilla lisäsi kokemusta myös seksuaalisesta hyvinvoinnista.

Haastatellut transihmiset toivat esille myös, että on aika vaikea puhua seksuaalisesta hyvinvoinnista, jos sukupuoli ja seksuaalisuus erotetaan täysin toisistaan:

Sit korostetaan sitä, että sukupuoli on täysin eri asia kuin seksuaalisuus, joka sitten on ollut pääargumentti niiden hoitojen saamisen varmistamiseksi. Taas niinku luo sisäisiä tabuja siihen niinku, miten saa puhuu omasta seksuaalisuudestaan. Tää ei oo niinku transmaskuliinisten puolella niin iso juttu. Et hiljattain on jotku aloittanut puhumisen siitä.

Haastateltavien kokemukset ja olemassa olevat tutkimukset ovat samansuuntaisia: Haastateltavien mukaan heidän elämänlaatunsa on hyvä, mutta seksuaalisessa hyvinvoinnissa on puutteita. Transihmisten mukaan koettuun seksuaaliseen hyvinvointiin vaikuttaa merkittävästi se, miten monimuotoisena oman seksuaalisuutensa näkee. Suomalainen yhteiskunta edelleen hyvin vahvasti sukupuolittaa elämää ylipäättänsä, mutta ennen kaikkea seksiä ja seksitapoja. Psykiatrian näkemys, että yhdyntä on rajapyykki seksuaalielämän aloittamiseksi nuorilla, ja mittarina myös transihmisillä, pidettiin rajoittuneena. Haastatellut transihmiset ja intersukupuoliset näkevät seksin ja seksielämän laveammin kuin vain yhdyntänä ja siksi seksin aloittamisen rajapyykki saattaa ylittyä kokemuksellisesti monella muullakin tavalla.

Transihmisten seksielämän tekee monimutkaiseksi myös se, miten heidän seksuaalinen suuntautumisensa nähdään tai miten kapeasti tai lapeasti seksi määritellään ympäristön taholta.

Seksiä voi olla mikä tahansa, minkä kokee seksuaaliseksi. Ja tota sitten se voi olla yksin tapahtuvaa tai muiden ihmisten kanssa tapahtuvaa. Se voi liittyä suhteisiin elottomiin objekteihin. Et tavallaan se lähtee niinku jotenkin aika sisäisistä asioista.

Useilla transvestiiteilla on lapsia. Useat transvestiiteista ovat heteroseksuaaleja tai vapaamielisempiä heteroita, osa biseksuaaleja. Puhtaasti homoja ehkä joitakin ja lesboja. Kyllähän biseksuaalisuus on hirveen kiusallinen ominaisuus. Kaikki kiinnostaa.

Kun seksuaalinen suuntautuminen nähdään määräytyvän suhteessa toisiin ihmisiin, tulee helposti mielikuva, että pitää pystyä nimeämään itsensä jo totuttuun tapaan joko homo-, bi-, pan- tai heteroseksuaalisena. Seksuaalinen suuntautuminen rakentuu myös suhteessa omaan kehoon ja sen aistisiin kokemuksiin. Tätä vasten suuntautuminen voi tulla nimetyksi sellaisten asioiden kautta, jotka aiheuttavat seksuaalista tyydytystä, eikä seksuaalinen tyytyväisyys tai hyvinvointi enää ole yhtä kuin sukuelinten toiminnallinen kyky.

Tällöin ei välttämättä edellä mainitut tavat nimetä tunnukaan itselle sopivilta. Monet seksitavat ja -mieltymykset eivät edes edellytä toiminnallisesti kyvykkäitä genitaaleja. Tyydytyksen voi saada monenlaisista seksiin liittyvistä elämäntavoista ja -tyyleistä ja ne voi olla mukavia ja voimaannuttavia, kun ne hoidetaan turvallisesti ja pidetään järki päässä. Seksuaalisesti tyydyttävää voi olla haastateltavien sanoin seksuaalisesta suuntautumisesta riippumatta esimerkiksi sadomasokismi, fetismi, bdsm, sm, seksikäs pukeutuminen, transvestinen fetismi, suuseksi, roolileikki, sitominen, verileikit, vampyyrileikit, paljastelu, tirkistely tai eritteet. Esimerkiksi *fetissit on jokapäiväisiä asioita, joihin vois suhtautua myönteisemmin.*

Osa haastateltavista oli löytänyt omat mieltymyksensä pornosta. Haastateltavien suhtautuminen pornoon vaihteli paljon varauksellisesta suhtautumista kannustavaan käyttöön.

Niinku et, mul ei tuu kulutettua juuri, koska se tarjonta on niin yksipuolista, et mä en saa siitä henkilökohtaisesti mitään irti. Sit tiedän, et on paljon ihmisiä, jotka tavallaan silleen niinku hyvin tiedostaen tietää ja ymmärtää ne ongelmat ja katsoo vaan huvin vuoksi.

Porno on yksi keino etsiä omia mielenkiinnonkohteitaan, omia ulottuvuuksiaan ja rajojaan. Opetella niitä katsomalla erilaisia rooleja sekä tuntemuksiaan niissä.

Pornoa myös suositeltiin tietyin varauksin:

On olemassa pornoa ja sit on olemassa pornoa. On aika olennaista, kuka sen on tuottanut.

Varmaan suurin osa ihmisistä kohtaa pornoa, et sisäistäis sen, et se on viihdettä, eikä sellasta, mistä kannattaa ottaa mallia.

Vaik puhutaan hirveesti sitä, et porno on aikuisille suunnattua fantasiaa, ja et kaikkihan tajuu, et se on fantasiaa. Mut hirveesti on ihmisiä, jotka ottaa sieltä vaikutteita ja soveltaa niitä. Ihmisten olisi hyvä tajuta, et nää vaikuttaa tosi paljon.

On myöskin hyvin tuhoavaa transporno. Et ylipäätänsä yliseksualisoidaan ihmisen keho oli se keho mikä vaan ja sit ajatellaan, et se on vaan se yks tietyntyypinen keho eikä se halua olla muun tyyppinen. Et se halua olla vaan jonkinlainen panokone, ja sit siin ei oo niinku ihminen vaan tos on niinku alisteinen ja me voidaan tehdä mitä vaan. Ja tol ei oo niinku arvoo. Mun ei tartte niiku hyväillä tai tehdä hyvää oloa. Et toi on vain niinku mua varten. Ja sellanen on missä tahansa niinku tuhoisaa. Se on helkkarin haitallista.

Mä nään pornossa hyvääkin, kun otetaan se monimuotoisuus. Kun oikeesti kattoo sitä silmät auki ni sielt löytyy positiivisia ja voimauttavia kokemuksia. Voi huomata et meit on niin moneen junaan ja niin monenlaisii. Et monta kertaa huomaa, et ton tyyppiset pornot on ihan mahtavii senkin takia, et tosi usein niis näät, et ihmiset voi tehdä paljo asioita ihan vaatteet päällä tai vaatteet on pitkään

päällä tai niinku kumiporno, ei mitään yhdyntää ei mitään tällasii. Se voi olla tosi visuaalisesti todella kauhean Wow! Fetissileffois niinku ihmiset touhuaa niinku ilmapallojen kans. Poksauttelee kehollaan ilmapalloja ja voi olla tosi paljon hurjempaa. Fetissipuolen jutuissa ne kehot on paljon monimuotoisempia ja ketkä siel ohjaa.

Haastattelemieni transihmisten mukaan normitettuun käsitykseen seksistä ei tunnu myöskään mahtuvan seksisuhteiden ja seksitapojen kirjo, kuten polyamoriset halut ja suhteet, bi- ja homoseksuaalisuus. Transvestisuus taas ei tunnu mahtuvan normatiiviseen sukupuolikäsitykseen.

Joissakin [transvestiitit] on tää homoeroottinen puoli ja erityisesti silloin, kun on siinä niinku naisollossaan hyvin läsnä. Joillakin se liittyy tähän myös, et silloin haluaisi suhteita miehiin, tai se liittyy ehkä bieroottisuuteen. Et sitten ehkä se miesmoodi haluaa vähän eri asioita kuin se naismoodi. Vaikka monet transvestiitit on ihan heteroitakin, ettei oo sitä biulottuvuutta. Mut niillä, joilla on, niin ehkä nää homoeroottiset fantasiat, tai et ne voi olla heteroeroottisia fantasioita, mutta sillä tavalla, et itse on siinä naismoodissa, tai et ehkä elää sitä heteroseksuaalisuuttaan sekä mies että naismoodissa. Et voi olla niinkin. Sekin voi olla ihan samalla tavalla niinku kielletty itsessä tää homoeroottinen puoli.

Seksi nähdään haastateltavien mukaan hyvin kapea-alaisesti, ahtaimmillaan koulukirjojen mukaisena heteroiden keskeisenä yhdyntänä, kun se voisi olla moniulotteisempaa, aistillisuutta ja leikkiä:

Aistillisuus ja aistisuhde omaan kehoon ja kaikki tällainen on vähän painunut jonnekin, josta ei kauheasti puhuta... mittaripuhe ja suorituskeskeisyys on vain yhdenlaista puhetta seksuaalisesta aktiivisuudesta.

Kun oon jonkun kanssa, ja et mä voin tehdä sellaisia asioita, mitä voidaan laskee seksuaalisuuden puolelle, vaikka mä en ite määrittele niitä sitä kautta vaan vaik jonkun tantrisuuden tai yleisen olevaisuuden. Et mä en välttämättä erittele niin kauheesti niinku eri rakastamisen ja läsnäolon muotoja ja olla yhteydessä tähän

maailmaan ja muihin ihmisiin. Ja loppujen lopuksi niinku se henkisenä ja hengellisenä, sielun olentona oleminen on mulle olennaisempaa tavallaan.

Mahtavaa, et jos on nähtävissä jotain rooleja tai preferenssejä, niin ne voidaan nähdä niinku rooleina ja se ihminen voi olla hyväntahtoinen ja aikaansaava tyyppi yksityiselämässään ja yksityis persoonassaan, mut sit se voi silleen niinku tollasessa leikissä olla hyvinkin sellanen alistettava. Siinä leikissä niinku sidottuna tai lainausmerkeissä uhrina tai tälleen näin. Et ihminen et vois olla hyvä ihminen tai leikkikaverina tai joku tällanen. - - Skidinä kivaa, et leikittiin ja vaihdettiin rooleja. Vastavuoroinen leikkimielisyys, et ei ole tavallaan olemassa noloja asioita.

Haastateltujen transihmisten kokemuksena seksin ja seksuaalisuuden monimuotoisuutta ongelmallisempana näyttäytyi se, että heiltä puuttuu keskenään yhteinen keskustelukulttuuri transihmisten seksistä. Yhdenvertaisen keskustelukulttuurin luomisessa haasteellisena pidettiin juuri transihmisten seksuaalista monimuotoisuutta ja seksuaalisuuden kietoutumista heidän sukupuolen kirjoonsa.

Sukupuoli
ja seksuaalisuus
ovat
monimuotoisia.

Haastateltavat toivat esille myös, että persoonallinen seksuaalinen hyvinvointi on monesta asiasta kiinni. Seksuaalisen hyvinvoinnin katsottiin lähtevän oman kehon tuntemisesta. Tärkeänä pidettiin myös asioista puhumista kumppanin tai kumppaneiden kanssa. Kaikkien mielestä seksi-, eroottisen- tai romanttisen kumppanin tai kumppanien kanssa puhuminen omista mieltymyksistä, toiveista ja rajoituksista on keskeinen osa hyvää seksiä. Omien mieltymysten, toiveiden ja rajoitusten tuntemista pidettiin tärkeänä myös itsetyydytyksessä. Itsetyydytys myös mainittiin hyvänä tienä oppia oman kehon nautintoa tuottavat kohdat ja oman kehon rajoitukset etenkin, jos kehoon on tehty kirurgisia toimenpiteitä.

Oppimista koko ajan, et lähtee liikkeelle siitä, et voi puhua siitä, miltä tuntuu ja silleen. Ja jos mietityttää joku juttu tai joku vaivaa tai tuntuu pahalta niin tavallaan, jos se toinen ihminen on vastaanottavainen sen suhteen, tai osaa olla vastaanottavainen sen suhteen niin on helpompi lähteä, kun se oma fiilis on kerran

sanallistettu ja lähtee niinku peilaamaan, et mitä täs on niinku taustalla. Se on osaltaan sellasta itsetutkiskelua kans se kommunikaatio. Tehdessä oppii.

Seksuaaliseen hyvinvointiin liittyy myös ajatus, että seksuaalisuus on ilo ja nautinto huolimatta siitä, että siihen ei kuuluisi seksi. Samalla tavalla, kun keho tai elämäntilanne muuttuvat, muuttuu myös ihmisen suhde seksiin. Ihminen ei välttämättä ole huonosti voiva, jos hänen sen hetkiseen elämään ei kuulu fyysinen seksi millään muotoa. Yhdet elävät romanttisissa tai eroottisessa suhteessa tai suhteissa läpi elämän ilman fyysistä seksiä. Toiset taas elävät satunnaisesti joitakin romanttisia vaiheita elämänsä aikana. Joillekin hyvinvoiva seksielämä rakentuu polyamorisissa suhteissa, joissa joidenkin kanssa tai kaikkien kanssa yhteisymmärryksessä ja luottamuksen ilmapiirissä ollaan seksisuhteissa.

Itsensä nimeäminen voi joskus olla vaikeaa ja jopa tarpeetonta. Kuten eräs haastateltava toteaa: *Näen, et ei tarvii valita et, onko aseksuaali vai seksuaali. Siinä on paljon variaatiota.* Mielessään voi myös ajatella, että *nyt on ehkä näin, mutta voisiko olla myöhemmin toisinkin.* Haastateltavat kokivat kulttuurimme seksipuheen hyvin yksipuolisena. *“Meiltä puuttuu tanraseksikulttuuripuhe kokonaan.*

Haastatellut transihmiset pitivät tärkeänä seksuaaliselle hyvinvoinnilleen, että jokaisella on oikeus määritellä oma sukupuoli- ja seksuaali-identiteettinsä, halullisuutensa tai haluttomuutensa. Itsemäärittelyn oikeuteen he katsoivat kuuluvan myös sen, ettei määrittele itseään millään tavalla. Seksuaalisen hyvinvoinnin kannalta tarkasteltuna jokaisen omaa seksuaalisuutta ja sen toteuttamista koskevat asiat ovat yksilöllisiä.

Seksuaaliseen hyvinvointiin kuuluu olennaisena osana myös se, että hyväksyy omassa kehossa tapahtuvat iän ja erilaisissa lääketieteellisissä toimenpiteissä (esim. hormonihoito, genitaalikirurgia) tapahtuvat muutokset myös kehossa, seksuaalisessa halussa ja nautinnon kokemisessa. Haastattelujen keskeinen viesti oli, että seksuaalisuus tai hyvä seksielämä ei edellytä tietynlaista kehoa. Sen sijaan se edellyttää oman kehon hyväksymistä ja hyväksytyn kehon mielihyvää tuottavien asioiden etsimistä ja löytämistä. Oman kehon ja omien seksuaalista mielihyvää

tuottavien asioiden tietäminen on perusta niin itsetyydytykseen kuin hyvään seksikumppanuuteen.

Eräs haastateltava ehdottaa transvestiitteja roolimalleiksi transihmisille etenkin suhtautumisessaan seksiin ja seksuaalisuuteen.

Transvestiitit on tosi hyviä niinku seksuaalisuuden roolimalleja monille ihmisille, vaikka en ajattele, et kaikkien pitäisi samanlaisia olla. Monilla heillä on terve suhtautuminen omaan seksuaalisuuteen. Ehkä se on tavallaan helppoa, jos on saanut pojan kasvatuksen sellaiseen tietynlaiseen rentoon suhtautumistapaan. Et saa olla seksuaalisia haluja ja tavallaan voi olla ylpeä kehostaan ja sen reaktioista. - - Mutta sitten on se feminiininen puoli, mikä taas on heille tärkeä. Heil on niinku paljon tällaista aistillista herkkyyttä ja se tuntuu semmosena mielihyvänä ja eroottisuutena. Siin on ehkä siis jonkinlaista seksuaalista lahjakkuutta, et saattaa olla, että transvestiitit on seksuaalisesti sellaisia erityisherkkiä, niinku monipuolisia ja sensuelleja ja helposti saa nautintoa. - - Must tuntuu et heil monilla on tällänen sensuelli suhtautuminen itseen ja myönteinen suhtautuminen aistillisuuteen ja omaan kehoon ja materiaaleihin ja mitä kaikkee ihanaa on.

Seksuaaliseen hyvinvointiin vaikuttaa myös se, miten sosiaali-, terveys- ja kasvatusalan ammattilaiset sekä viranomaiset suhtautuvat transihmisiin sekä heidän sukupuoleensa ja seksuaalisuuteensa sekä tukevat heidän seksuaalista hyvinvointiaan ja kehoterveystään. Haastateltavilla itsellään ei ollut erityisen huonoja kokemuksia esimerkiksi sosiaali- ja terveyspalveluista ja poliisista. Kuitenkin haastateltavista oli aistittavissa, että eri viranomaistahot eivät nauttineet transihmisten luottamusta. Moni sanoo peitelleensä tai ohittaneensa oman erityisyytensä eri palveluissa tai jättivät ottamatta puheeksi asioita, jotka olisivat saattaneet olla tärkeitä oman seksuaalisen hyvinvoinnin kannalta. Haastateltavien mukaan transmiehet saattavat pelätä esimerkiksi kysyä hormonihoidojen alettua lääkäriltä mahdollisesta *raskaudesta tai mainita, että haluavat käyttää penistään yhdyntään. Myös kohdun poistoon liittyviä asioita, kuten kohdun poiston vaikutus seksuaalisuuteen tai siihen, miltä yhdyntä saattaa tuntua sen jälkeen, jää kysymättä. Pelätään, että kokemus omasta sukupuolesta kyseenalaistetaan tai sitä epäillään. Myös naurunalaiseksi joutumisesta oli kokemuksia lähipiiristä: Mun*

heilan tapaamani gyne, joka oletti tai se siis avoimesti laske leikkiä, että et olispa läppää, jos mies tulisi raskaaksi heh, heh.

Omassa terapiassanikin oon huomannu, että en oo puhunut sen kanssa mistään pds:m:ään liittyvästä. Siinä on ollu varmaan sensuuri, että ei oo jaksanut käydä sitä keskustelua, kun tässä on ollut montaa muutakin käsiteltävää.

Omasta seksuaaliterveydestä huolehtiminen transihmisenä on haasteellista ennen kaikkea siksi, että omaa kokemusta sukupuolesta ja seksuaalisuudesta ei todenneta arjessa kaiken aikaa toisin kuin cis-sukupuoliset voivat tehdä. Aseksuaalit on ilmeisen ohitettu ryhmä, ja osa aseksuaaleista ei halua tulla mainituksi, kun puhutaan seksuaalisuudesta.

*Haastatellut transihmiset kokivat alati joutuvansa olemaan varautunut siihen, että terveydenhuollon ammattilainen katsoo aina binäärisen sukupuolijärjestelmän tai heteronormatiivisuuden kautta, vaikka oma kokemus on pikemminkin esimerkiksi, että *mun kumppani ei määrittele itseään naiseksi kuin mieheksikään kuin en minäkään.**

*Tutkimuksen mukaan transihmiset ylipäättänsä kohtaavat yhteiskunnassa syrjintää ja syrjinnästä johtuvaa työttömyyttä, kielteistä kohtelua nimittelynä ja herjaamisena sekä menetyksiä läheisissä suhteissa. Haastateltavien mukaan huonot arjen kokemukset ja turvattomuuden tunne yhteiskunnassa korvataan usein hyvillä kokemuksilla vertaisryhmässä, *vaikka ei se ihan ruusuista aina sielläkään ole.**

Varsinkin, kun siinä on niin paljon kaikkee, et transvestiittien pitää vakuuttaa koko maailmalle, et olen täysin niinku hetero ja tavallaan jotenki miehekäs. Siinä on paljon tällaista, että ihmisten pitää niinku ensin itselleen vakuuttaa ja hyväksyä itsessään, ja sitten toisille. Se on jotakin, mikä tulee tästä laajemmasta kontekstista ja keskustelusta. Käsitykset niinku elää tässä ihmisten sisäisessä maailmassa. Sitten se kaikki ruma puhe, nauraminen, halveksunta ja kaikki viihdeohjelmat, mitä ne on sitten pienenä katsonu televisiosta ja koko perhe nauraa sille, kun mies pukeutuu mekkoon. Se on jotenkin niin hirveen haavoittavaa, että ihmiset on sitten niinku aika piilossa.

Tutkimukset eivät kuitenkaan kovinkaan paljon kerro siitä puolesta, joka kävi ilmi haastatteluissa: Transihmisillä on vahva sisäistynyt intuitiivinen toimintatapa estää välitöntä syrjintää. He ikään kuin vaistonvaraisesti toimivat sosiaalisissa tilanteissa niin, etteivät asettuisi epäedulliseen asemaan välittömästi sukupuolensa perusteella. Sama intuitio auttaa myös välttämään tilanteita, joissa saattaa joutua opettamaan sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuudesta ammattilaisia. Haastateltavat ovat kokeneet aika raskaaksi sen, että usein ammattilaisia joutuu opettamaan transsukupuolisuudesta, intersukupuolisuudesta tai seksuaalisesta moninaisuudesta, vaikka he ovat itse hakemassa tukea, neuvoa ja apua arkeensa:

Siinä on paljon riskejä, että joutuu itse valistajan rooliin tai joutuu ihmeteltäväksi tai sitten kohtaa suoraan sellaista, että en mä olisi uskonut, että sulla mitään seksielämää onkaan. Mä luulen, että aika usein oletetaan, että transihmiset on epäseksuaalisia tai kaikilla olis genitaalidysforia, mutta ei oo. Tai saattaa olla tai saattaa olla muuten, että osa kehosta on sillai, että ei haluu, että kosketaan.

Pääsääntöisesti olen terveydenhuollon ihmisten kanssa asioidessa ja tavallaan esiintynyt vaan naisena, koska se on jotenkin yksiselitteisempää. Siin on aina se riski, et joutuu pitää esitelmää sukupuoli-identiteetistäni niinku silleen. En oo tässä vaiheessa hakeutumassa prosessiin ja pääsääntöisesti luetaan niin ku naiseksi. Niin on tuntunut silleen vähän simppelimmältä.

Luottamuksen puute on ongelmallista, koska monesti sen rinnalla kulkee pelko ja turvattomuus, jotka eivät ainakaan helpota reagoititapoja ja tunteita stressitilanteissa sekä ehkäise tunteiden muuttumista arkea haittaavaksi ahdistukseksi, peloksi, masennukseksi ja itsetuhoiseksi käyttäytymiseksi. Nämä taas hidastavat tuen hakemista silloin, kun se on tarpeellista.

On vaikea löytää sellaista henkilöä, joka ois tietoinen. Paljon on sellasta, et ihan mennään kysymään vertaisryhmään tai tutulta, joka on pitkään ollu polysuhteessa ja on samanlaista taustaa. Tai sit vaihtoehtoisesti muistaakseni trasek keräs listaa siitä niinku transmyönteisiä tai silleen transtietoisia terapeutteja. Luulen, et varmaan puskaradion tai nettiyhteisön kautta vois löytää niinku. Vertaisryhmä

antaa tuen aika lailla, et jos hakee terapeuttia, joka ois transtietoinen ja polytietoinen, ei joudu olleen ite eksperttinä silleen omalle hoitohenkilökunnalle niinku. Niin se on ollu haasteellista niinku. On niinku ainakin yks tyyppi, joka ainaki silleen on tietoinen, mut sille on jonoo.

Ammattilaisten heteronormatiivisuudesta kertoo sanat, et “naisena tätä” ja “miehenä tota”. Puhutaan “naisystävistä” ja “miesystävistä”, “avovaimoista”, jos puhutaan parisuhdeongelmista. Siihen liittyy myös tapa nähdä toisen sukupuoli selkiytymättömänä, vaikka omasta mielestä ei siinä ole mitään epäselkeyttä. Ajatus on, että jokainen kyllä tietää, et on nainen tai mies ja siihen on etsittävä vastaus. Kaikkeen ei kuitenkaan tarvitse etsiä vastausta sukupuolesta, koska kaikki käsiteltävät asiat eivät kaipaa sukupuolen määrittelyä. Itse voi tehdä siihen asiakkaana rajan.

Kuitenkin ihminen tarvitsee toisia ihmisiä, jotta hän voi vahvistaa omaa identiteettiään, omanarvontuntoaan ja seksuaalista hyvinvointiaan sekä ratkaista mieltä askarruttavia pulmia. Edelleen koetaan tärkeäksi, että sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöt jatkaisivat tiedottamista ja vaikuttamista suomalaiseseen arkeen ja viranomaisten asiakastyön käytäntöihin.

Voin määritellä seksuaalisuuteni, seksitapani ja sukupuoleni itse.

Tosiasia on, että jokainen transihminen voi ympäristöltään vaatia, että tulee kuulluksi omana itsenään ja saa kunnioitusta sellaisena ihmisenä kuin on. Jokaisen ammattilaisen tulisi kyetä tukemaan, neuvomaan ja auttamaan, kun tarve tulee ilmi.

Kukaan ei yleensä kysy, miten mä itteni määrittelen. Se on myös tosi ambivalentti asia. Toisaalta et niinku, koska jos sitä ei kysytä, mut luetaan yleensä sukupuoleen, jota en oo, eikä se tunnu musta hyvältä. Mut toisaalta eipähän tarvii selittää mitään. Pääsee ikään kuin helpommalla. Mä oon jossain ympäristöissä kaapissa, vaikka ne on sellasii ympäristöjä, et se ei niinku kuormita mua mitenkään hirveesti. Niin ku aina tuntuu vähän oudolta, kun joutuu kääntää itelle, et toi näkee mut näin ja kuinka mä sanon jotain, niin mä en kerro tai kerron itsestäni. Se on aika stressaavaa ja tuntuu, et on niinku ois muuri ihmisten välillä.

Tyytyväisyyteen omassa elämässä ja seksuaaliseen hyvinvointiin vaikuttaa kuitenkin merkittävällä tavalla se, voiko ihminen osallistua elämään täysvaltaisena kansalaisena omaksi koetussa kehossa ja seksuaalisuudessaan. Se, että tulee kohdatuksi ja kohdelluksi, nähdyksi ja kuulluksi omana itsenään lievittää merkittävästi transihmisten psyykkistä oireilua ja lisää itsevarmuutta. Tärkeä huomio tutkimuksissa mielestäni on, että sukupuolen korjaus lievittää transsukupuolisten, sekä transmiesten että transnaisten, elämää merkittävällä tavalla. Korjaukset tukevat omaa hyvinvointia, joillakin myös seksuaalista hyvinvointia siitäkin huolimatta, että leikkauskomplikaatiot saattavat vaikuttaa elämään monella tavalla tai toivottua tulosta ei saavuteta.

Seksuaaliseen hyvinvointiin liittyy itsekunnioitus, kumppanin tai kumppanien keskinäinen kunnioitus:

Jos eletään sellaisessa aika turvallisessa ja luottamuksellisessa suhteessa niin se oma seksuaalisuuskin voi ehkä alkaa kukoistaa. Sen voi yksinkin kyllä löytää ja rakentaa sellaisen maailman, minkä itse hyväksyy ja nauttii siitä, ja ehkä suojaa sitä sitten. Mut sitten voi olla niinku parisuhteessa kumppaneiden kanssa. Kyllä siinäkin voi löytyä sellainen niinku hyvä seksuaalinen suhde myös, missä saa niitä kaikkia puolia ilmentää ja tuoda esille.

Seksuaalista hyvinvointia voi myös pikku hiljaa rakentaa itselle ja aloittaa sen anonyymisti netissä:

Itsekunnioitus
on tärkeää.

Sekin vois olla ihan hyvää treeniä, et luo nettirakkauksia, niinku kaukoeroottisen suhteen avulla siten, et kokeilee asettua toiseen rooliin tai niinku videokuvan tai puheen välityksellä, jotta voisi tunnistaa, mistä pitää ja mistä ei.

Moni on löytänyt leikkien kautta todellisen identiteettinsä. Vaik niinku joku saattaa löytää sukupuolen monimuotoisuuden tai jonkun eksaktin jutun siinä. Tässä tuntuu niin hyvältä, et hetkosen mikä tää juttu on? Et uskaltaisinko mä ihan arkipäivän leikkinä.

Kehon korjaus, hormonihoito ja seksuaalinen hyvinvointi

Kehon korjaus

Haastatellut transihmiset olivat yhtä mieltä siitä, että transihmiset eivät lähde korjaamaan sukupuoltaan perusteetta. Korjaushoitoihin hakeutuminen on monesti viimeinen vaihtoehto, kun elämä on käynyt ylivoimaiseksi ja on vahva tunne, ettei voi elää omana itsenään tai joutuu alati esittämään jotakin, mitä ei ole. Näissä tilanteissa haastatellut olettivat, että monelle korjaushoitoihin hakeutuvalla korjaushoitojen jälkeinen seksuaalinen kyvykyys tai genitaalien tuntoherkkyys ei ole hoitoja suuntaava tekijä, mutta joillekin on.

Ei kaikki, mutta jotkut, on tosi ahdistuneita kehonsa nykytilaan. Et silloin se painaa tosi paljon enemmän kuin se mahdollinen menetys tai niinku seksin harrastaminen genitaaleilla.

Et just niinku monet miettii prosessiin lähtöä, ja et tekiskö omalle sukupuolen ilmenemiselle sosiaalisesti tai fyysisesti jotain. Niin on sitä mietintää, et löydäks mä ikinä ketään. Niinku loppuiks seksielämä siihen ja niinku, mikä on käytännössä sama kysymys kuin, et onks prosessin jälkeen seksiä.

Haastateltavien mukaan transihmisten keskuudessa on myös yleistä sekin, ettei lainkaan harrasteta seksiä.

Monet täs meijänkin piiristä on ihan puhunut, et ei he enää seksiä harrasta.

Toisaalta seksiä voi harrastaa monella tavalla. Monet kokivat, että korjausprosesseissa seksuaalisuus nähtiin kovin elinkeskeisenä ja aseksuaalisuus, eroottisuus, romanttisuus sekä muut seksuaaliseen hyvinvointiin liittyvät asiat sivuttiin.

Esimerkiksi tantrajutuissa korostetaan, et ei tarttiskaan tulla fyysistä vaan se orgasmienergia pidetään kehossa liikkeellä niinku, tai voimana.

Seksuaalinen hyvinvointi ja hyvä seksi eivät edellytä tietynlaista kehoa.

Jos ajattelee, että se on aika yksioikoinen käsitys sitten, et olennainen osa miehen seksuaalisuutta olis se, että se pystyy penetroimaan. Pystynhän mä nytkin, mut en samalla tavalla, ku tuntevalla elimellä. Kyllä mäkin joskus sitä kaipaan, et mulla vois olla niin iso kulli, jolla mä pääsisin työntymään toisen sisään, et se tuntiskin jotain. Sitä mä en pysty tällä keholla kokemaan, mut pystyn tekemään hyvin monia muita asioita ja nauttimaan ihan täysillä monenlaisista asioita. - - Mun käy vähän sääliks peniksellisiä miehiä, kun siihen kohdistetaan niin paljon paineita ja odotusta, että pitäisi pystyä tyydyttämään toinen nimenomaan sillä omalla elimellänsä. Yleinen ajatus kuitenkin on, et pitää ja tulee helposti paineita, et onks mulla tarpeeks iso ja sit, jos vielä pitäs pystyä saamaan seisokki niin ku just oikeeseen aikaan. Ja se ei sit muka riittäis, et voi tyydyttää toista käsin tai vaikka sitten dildolla tai miten milläkin.

Haastateltavat korostivat sitä, että jos seksielämä on tärkeää ennen korjaushoitoja, jokaisen kannattaa miettiä jo ennen korjaushoitoja, millaisesta seksistä pitää ja millaiset kehon osat ja sukuelimet ovat itselle tärkeitä seksin kannalta. Sitä vasten voi miettiä, millaisia korjauksia haluaa saavuttaakseen sukupuolen ja tulevan seksielämän kannalta mahdollisimman toivotun tuloksen. Moni haastateltavista oli kokenut, että omat toivomukset leikkausten tuloksista ja omat toiveet hyvästä seksuaalielämästä vaikuttavat siihen, mitä toimenpiteitä tehdään.

Klitoriksen ja peniksen merkitystä omalle seksuaalisuudelle ja seksielämälle kannattaa miettiä jo ennen korjaushoitoja. - - Esimerkiksi transmiehen kannalta voi olla tärkeä tietää, että erogeeninen tunto sijaitsee peniksen alle jätetyssä klitoriksessa. Nykyiset leikkauskäytännöt pyrkivät säilyttämään klitoriksen hermot koskemattomina, mutta riippuen arpeutumisista, niiden tunto vaihtelee.

Genitaalikirurgian seurauksista kehoon saa tietoa kirurgilta, mutta oma kokemus ja sitä vasten asioiden pohtiminen on tärkeää siksi, että sukupuolenkorjausten vaikutuksia seksuaaliseen haluun, nautintoon ja kiihottumiseen tai orgasmikykyyn on tutkittu hyvin vähän eri leikkausmenetelmissä. Lääkäreiden mielestä seurantatietoa on niukasti varmojen vastausten antamiseen sekä kansallisesti että kansainvälisesti.

Mut informaatiota saa vasta siinä vaiheessa, kun on jo lähete ja on se ensimmäinen tapaaminen kirurgin kanssa. Niit ei voi niinku saada ennen kuin on tehnyt periaatepäätöksen, et mä haluan tätä ehkä tai aika todennäköisesti. Paljon saa tietoa, riippuu paljon kirurgista ja on nettilähteitä ja on joitakin tilastoja. Tietoa tulee todella myöhäisessä vaiheessa. Tunton ongelmat on todella yksilöllisiä.

Haastateltavat toivat esille, että hoitoprosessissa joutuu tekemään päätöksiä myös ulkoisten paineiden alla. Moni haastateltava toivoi, että korjausprosessissa voisi enemmän ottaa huomioon koko transihmisen elämä, esimerkiksi hoitojen aloittamisen ja niiden lykkäämisen seuraukset omaan ja läheisten kokonaishyvintoihin ja elämänlaatuun. Kehodysforia ei ole aina vain henkilökohtainen murhe... se koskee ihan suoraan niinku ihmisiin omas elämäs ja niinku ihmissuhteisiin.

Toive korjausleikkauksista myös saattaa jäädä toteutumatta siksi, että oma elämänpiiri ei sillä hetkellä ilman suuria menetyksiä tue leikkauksiin.

Mä haluaisin hirveästi korjata itteäni, mut perhesyyt sit aiheuttaa sen, että sitä ei voi tehdä.... en lähtis kokonaiskorjauksiin.

Transihmisillä on suuria eroja kehodysforian kokemisessa. Yhtäältä dysforia voi olla voimakaskin: *Tuntuu inhottovalta pukee housuja jalkaan ja jotain tämmöstä, kun se ei ole luonnollista, et käyttäisi. Puvun käyttäminen suorastaan oksettaa.* Toisaalta kehodysforiaa ei välttämättä ole lainkaan: *Mul ei niinku ole kehodysforiaa. Se on niinku mun kohdalla niinku sosiaalista silleen. En ainakaan tässä vaiheessa tarvii leikkauksiakaan.* Kehodysforian sijaan voi olla myös kehoeuforiaa: *Et mitä jos ei oo dysforiaa, ja mitä jos dysforian sijaan on kehoeuforiaa, et ninku onks tää mahollista ja jotkut kokee tän aika provosoivana ymmärrettävästi, jos itellä on paha dysforiatausta.*

Tarttis lähteä ihan itsestä. Et mitä hoitoja tarvii tai kokee tarpeelliseksi ilman sitä painostusta ulkopuolelta. Jos ihminen ei tarvii mitään, ok, ja jos tarttee, pitää saada niitä. - - Jos ihminen kokee, ettei sil oo sukupuolta, niin sit sitä pitäs vahvistaa, et sil on oikeus tohon.

Monet kirurgisten toimenpiteiden myöhäisongelmat vaikuttavat seksuaaliseen nautintoon, kehoterveysteen ja seksuaaliseen hyvinvointiin kokonaisvaltaisesti . Myöhäisongelmia ovat arpikiristykset, tuntohäiriöt, krooniset kivut, virtsateiden ahtaumat, inkontenssi sekä kokemus, ettei lopputulos ole läheskään ihanteellinen. Osa myöhäisongelmista saattaa myös palautua lähes normaaliksi ajan kuluessa.

Tutkimusten mukaan korjaushoitoja tehneillä transmiehillä on keskimäärin hyvä elämänlaatu ja ovat tyytyväisiä toimintakykyynsä seksielämässään. Monelle

Oma hyvinvointi on tärkeämpi kuin toisten mielipiteet.

transnaiselle saattaa olla lohduttavaa tietoa, että tutkimusten mukaan klitoriksen tunto palautuu yleensä muutamassa kuukaudessa, kun kiristykset arvissa helpottavat. Orgasmiherkkyys palautuu muutaman kuukauden päästä leikkauksesta ja saattaa olla jopa parempi kuin cis-sukupuolisilla naisilla. Lisäksi riippuen käytettävästä kudoksesta genitaalien ulkonäkö voi olla hyvinkin luonnollinen.

Toki toisenlaisia kokemuksia on ja on vaikea sanoa, mikä vaikuttaa mihinkin. Joka tapauksessa lääketieteelliset tutkimustulokset sekä transmiesten ja transnaisten kohdalla vertautuvat heteroseksuaalisiin cis-sukupuolisiin miehiin ja naisiin. Tämä vertailu saataneen toimia heteroseksuaalisilla transihmisillä. Kuitenkin tulokset

saattaisivat olla monella tavalla myönteisempiä, jos verrattaisiin kokemuksia seksielämästä ja seksuaalisesta hyvinvoinnista korjaushoitoja tehneiden kesken ja otettaisiin huomioon myös seksuaalinen moninaisuus. Näin tutkimuksissa ei painottuisi esimerkiksi yhdyntäkeskeisyys.

Omista seksikumppaneista on sellaista kokemusta, et sen leikkauksen jälkeisen kehon kanssa pystyy nauttimaan, mutta ei se sit niin helppoo välttämättä oo. Transnaisen voi olla aika vaikee saada esimerkiks orgasmi.

Sukupuolenkorjauksia tekevien lääkärien mukaan kirurgisissa korjaushoidoissa oma terveydentila, vartalon muoto, yleistila, kasvu ja kehitys, aistit, neurologiset ja psykiatriset sairaudet, tupakointi, päihteiden käyttötapa, lääkitys, ja oheissairaudet vaikuttavat siihen, millaisia leikkauksia on mahdollista tehdä ja millaiseen lopputulokseen on mahdollista päästä. Valinnat ja lopputulokset ovat yksilöllisiä. Lopputuloksen saavuttamiseksi ei riitä vain yksi leikkaus ja tulokseen vaikuttaa kaikki elämän osa-alueet ja *sukupuolenkorjausprosessin voi käydä läpi käymättä yhtään ainutta leikkausta.*

Omasta kehosta
voi opetella
nauttimaan.

On paljon ihmisiä, jotka haluavat jäädä välitilaan, et on miehenä olemisessakin jotain, jota haluaa säilyttää. Koska jos menee korjausleikkauksiin, on edelleen epävarmaa, kuinka hyvin se onnistuu. Ilmeisesti onnistuu ihan hyvin, mut alapään kanssa naisilla on aikamoisia ongelmia. Niin mä oon ymmärtänyt. Ja sit miehestä naiseks se on kai helpompi prosessi, mut ei sekään oo mitenkään selvä. Näin mä oon omissa ajatuksissa päätynyt. Ite mä haluaisin osaleikkauksia, mutta todennäköisesti jättäisin alapään koskematta. Haluaisin rinnat hirveesti itelle.... se tuntuu hyvin nautinnolliselt, et tulis suuremmat.

Eräs haastateltava totesi, että aika paljon sukupuolenkorjausprosessissa keskitytään siihen, mitä tapahtuu korjaushoitoja ennen ja sen aikana. Myös elämää korjatussa sukupuolella varmistellaan prosessin aikana. Kuitenkaan kukaan korjausprosessiin tuleva ei pysty ennakoimaan leikkausten ja kipujen henkisiä vaikutuksia. Ne koetaan vasta leikkausten jälkeen. Siihen vaiheeseen korjausprosessia, jopa vielä kahden vuoden jälkeen viimeisestä leikkauksesta, kaivattiin henkistä tukea.

Kovin paljon ei puhuta, tai niistä ei tiedetä, genitaalialueiden leikkausten traumavaikutuksista, joita moni etenkin intersukupuolisista on kokenut. Traumaterapiassa jo ymmärretään, et kehon sisään tunkeutuvat toimenpiteet ovat traumatisoivia etenkin lapsille, tai kehityksen aikana tapahtuvat. Traumatisoivat vaikutukset tulee, koska ihminen kehollisesti kokee asioita, vaikka ei olisi sanoja. Ne myös myöhemmin vaikuttavat seksuaalisuuteen, mikä ei tarkoita, ettei voi oppia tuntemaan itseään ja nauttia seksuaalisuudestaan.

Sukupuolenkorjauksien jälkeen, tai jos prosessi on ollut erilainen kuin on odottanut, oman seksuaalisuuden ja sukupuolen sekä fyysisen ja psyykkisen tasapainon löytyminen saattaa viedä pitkäänkin. Ulkopuolisille askellettu polku saattaa näyttäytyä ajoittain katumiseltakin. Kuitenkin kysymys voi olla myös tasapainon etsimisestä. Tutkimusten paineessa, kun varmistellaan *ootko sä ihan varma tästä*, transihminen saattaa nähdä itsensä binäärisempänä kuin onkaan ja etenevät korjausprosessissa pidemmälle kuin oman tasapainon ja hyvinvoinnin kannalta olisi tarpeen. *Transgender tulis olla leikkauksissa ja tämmösissä kehon muokkauksissa enemmän esillä. Monille riittäis tää transgenderien tunnustaminen ja lievempiä hoitoja.*

Sitä on tapahtunut muunsukupuolisuusskaalassa, et niinku, et henkilö käyttää jonkin aikaa hormoneja ja käy läpi jotakin kirurgiaa ja jossain vaiheessa kokee, et mä en enää halua käyttää hormoneja. Ja niinku tavallaan on seilannut yhdestä dysforiasta kohti toisenlaista. Ja sit siin kohta kääntää kelkkaa ja päätyy tilanteeseen, joka onkin täysin optimaalinen, et se niin kun se saattais jostakin näyttää katumiselta, mutta se ei välttämättä ole sitä ollenkaan, vaan niinku sitä, et se prosessi on aivan erilainen kuin ois odottanut.

Et mä en tajunnu alkuvaiheessa, et jossain vaiheessa prosessia en ajattelis tota enää. Ne kysymykset, mitä mä puntaroin siinä vaiheessa ja mua ahdisti koko asia ja mä ajattelin sitä ulkopuolelta, niin on ihan eri kun siinä vaiheessa, kun olo on parantunut ja alkaa olla ihan samantekevää niinku, miten uskottava tai onnistunut on.

Ajatus, et voi olla oikeita tai vääriä transsukupuolisia, voi vaikuttaa ihmisten itseymmärrykseen ja tuoda aika paljon pelkoa ja niinku itseen liittyvää huolta. Teoriat voivat aiheuttaa valtavan itse-epäilyn ja sitten kaikki pohtivat itsessään ja toisissaan, onko tämä nyt oikeasti sitä autogynefiliaa, tai onko tämä sitä ja onko tämä tätä. Siinä kummittelee tämä niin ku autenttisuuden ja epäautenttisuuden teema. Nämä omituiset teoriat vaikuttavat myös tavallaan terveyteen kielteisesti: Ihmiset peilaavat itseään ja mikä niin ku vaikuttaa ihmisen minäkäsitykseen.

Hormonihoito

Haastateltavat painottivat, että *jo hormonien käyttö muuttaa jotakin kehossa. Siksi olisi tärkeää*

et löytää sen tien, et ei ainakaan ulkopuolisesta painostuksesta tarttis tehdä mitään toimenpiteitä. Musta on tosi tärkeä korostaa, että ihmiset tiedostais ne normit ja ne paineet niinku, et ne tulee ulkoo päin, ja et ne on eri asia kuin luonnon lait, et “miehen eleet” ja “naisella ei ole penistä”.

Toisaalta läpimenon kannalta koettiin tärkeäksi se, että keho näyttää keskimäärin sellaiselta kuin omassa kulttuurissa on totuttu näkemään miehillä ja naisilla: *Et sul on niinku samantyyppinen keho kuin naisilla. Lääkäri saattaa sanoa, että onhan noita pienirintaisia naisia, et ei noille tehdä mitään, mut se vaikuttaa läpimenoon.*

Sukupuolenkorjausprosessissa mukana olevat lääkärit ovat todenneet, että transihmisistä jokainen on henkisesti, fyysisesti ja sosiaalisesti omanlaisensa. Siksi vaihtelua on myös hormonihoidon aloitusiässä- ja vaiheessa. Hormonilääkityksellä ei kuitenkaan ole nykykäsityksen mukaan yläikärajaa. Iän myötä annokset kuitenkin pienevät ja lääkitystä muutetaan tai siirrytään ihon kautta annosteltaviin valmisteisiin. Hormonihoidon aiheuttamat muutokset ovat kuitenkin merkittäviä kaiken ikäisenä.

Hormonihoidon aloittamiseen vaikuttavat oma terveydentila ja yksilölliset toiveet. Kaikki eivät halua yhtä paljon tai samanlaisia vaikutuksia hormoneista. Jokaisen hormonihoidon ja saavutetut muutokset ovat yksilöllisiä, koska hoitoon vaikuttavat sekä henkilön käyttämät muut lääkkeet, hoidot, tehdyt leikkaukset, päihteiden käyttö, tupakointi, oma ja lähisuvun terveystamneesi että oma paino, pituus ja rakenne.

Hormonihoidon vaikutuksista seksuaalisuuteen, seksuaaliseen haluun ja nautintoon on vähän tietoa. Ohessa vaikuttaa hyvinkin paljon oma suhtautuminen omaan seksuaalisuuteen ja seksiin. Myös sillä on merkitystä hormonihoidon aloittamiseen, onko ylipäättänsä aiemmin ollut seksuaali vai aseksuaali tai onko asia millään muotoa itselle ajankohtainen tai merkityksellinen.

Tässä on valtavia väärinymmärryksen riskejä. Aika moni asia pitäisi tarkastella, että onko se muuttunut suhteessa aiempaan, ja onko muutos niin kun hyvä vai huono asia. On monia ihmisiä, joille seksi on merkki siitä, onko stressaantunut vai ei. Ja joillekin seksittömyys on aivan luonnollinen tila.

Haastateltavien mukaan tänä päivänäkin intiimiasioiden ja seksin puheeksi ottaminen lääkärin kanssa ei ole helppoa. Sukupuolen ja sukupuolen mukaisen käyttäytymisen tulkinta on hyvin heteronormatiivinen ja moni transihminen pelkää jäävänsä ilman hoitoa ja tukea lääkäreiden väärintulkintojen takia:

Kun sitten aloitin testosteronien käyttöä ja olin lääkärillä siinä asiassa, niin en mä kyllä oikein uskaltanu kysyäkään, että kuinka pitkään mä voisin tulla raskaaksi, koska siinä on se pelko, että jos mä paljastaisin sen, että mun omaan seksielämään kuuluu sellaisia asioita kuin mitä ei ehkä oleteta, niin kun tällaisen transihmisen seksielämään kuuluviksi, se niin kun kyseenalaistaisi kokemuksen omasta sukupuolesta. Että ethän sä voi sitten mikään oikea transmies olla, jos sä teet tollasta. Että toi kuuluu vain naiseksi identifioituneille ihmisille. Mua on häirinnyt se, että millä tavoin mun sukupuolta tai miten mua on luokitettu mun kehon piirteitten perusteella.

Että olisiko mulle enemmän hyötyä vai vahinkoa kohdun poistamisesta, ja että miltä musta vaikka tuntuisi itteeni kohdistuva penetraatio sen jälkeen. - - Mutta ei noitakaan asioita ole mitenkään helppo alkaa kysellä joltain terveydenhoitohenkilöstöltä. Kokemustietoa ehkä voisın saada jostain keskustelufoorumeilta netistä, missä ne sitten todennäköisesti olisi kyllä pitkälti ihan cis-sukupuolisia ja kenties heteronaisia, joilla tällaista tietoa esiintyy. Ehkä ei oo sitten ihan helppoa mennä sellaiseen, vaikka netissä sitten vois olla anonyymisti.

Oma elämäntilanne, toive lapsista ja henkilökohtainen terveys vaikuttavat monella tapaa siihen, milloin hormonihoito kannattaa aloittaa. Moni haastattelemanı transihminen oli pohtinut lasten saamista. Lisäksi he olivat pohtineet suhdettaan raskauteen tai synnytykseen, isyyteen, äitiyteen, sosiaaliseen vanhemmuuteen, kasvatusvastuuta ja kasvatusoikeuttaan.

Mun naisen mieleen kuuluu ne, myös ne lapset. Koen lapset naisenmielisyytenä itessä. Transihmisen kaapista tuloon on tavallaan niin ku kaks tietä: toinen on, et aloittaa sit nuorena ja korjaa sukupuolta ja sit elää myöhemmin jonkinlaisessa suhteessa. Ja sit tää toinen malli on, että tuota et ruvetaan myöhemmin vast kipuileen tän kanssa. Ensin hankitaan perhe, hankitaan lapset ja lapsenlapset ja ties mitä ja nautitaan niistä ja sit vasta ruvetaan hoitaa itseään. Et tullaan näihin ympyröihin vanhemmalla iällä, kun on saatu lapset kasvatettua... Se on, et sit tällä tavalla saa sitä perhettä hankittua.

Raskaus ja lasten hankkiminen ei myöskään ole ainoastaan yhden ihmisen asia. Siihen vaikuttaa myös kumppanin tai kumppanien toiveet ja halut. Ennen hormonihoiton aloitusta pitäisikin miettiä lääkärin, kumppanin tai kumppanien kanssa, haluammeko lapsia ja millä tavalla. Onko se tapa yhdyntä, lahjoitettu sukusolu (anonyymi tai tuttu luovuttaja), adoptio tai synnyttäjä lähipiiristä? Kohdunvuokraus ei ole laillista Suomessa. Eräs haasteltava totesi, että on olemassa parisuhteita, joissa *kumppani on suopea transsukupuolisille kokemuksille, mutta toivoo, että hankitaan ensin lapset ja vasta sitten mies korjaa sukupuolensa.*

Raskaus voi pahentaa sukupuolidysforiaa. Pitää miettiä, onko äidin rooli ylipäättänsä mahdollinen itselle? Raskaana olo voi tuntua pahalta tai miten

kumppanin kanssa asia ratkaistaan niin sanotut yhteensopivuudet, jos toinen ei pysty olemaan tai tulemaan raskaaksi ja toinen edellyttää perinteistä tapaa tulla raskaaksi.

Ja syystä tai toisesta, jos ei pysty olemaan raskaana, niin sit ei pysty. Sanotaan, että kun sä saat lapsen niin kyl sä sit sopeudut siihen naiseuteen, mutta kun se ei mene niin vaan se menee niin kuin päinvastoin, tuntuu yhä kauheammalta. Voi tulla vakavaa masennusta tai voi tuntua tosi raskaalta vuorovaikutus lapsen kanssa. Sitä voi kyllä oppia hallitsemaan, jos oikeasti haluaa lapsen.

Masennus tai dysforia ei välttämättä ole asia, jota tarvitsee oppia hallitsemaan yksin lasta odottaessa tai lapsen saamisen jälkeen. Ennakointi on tärkeää. Odotusajan ja lapsen kanssa voi hyvin elää vertaisten, läheisten ja neuvolan tuella. Suunniteltu lapsettomuus on myös mahdollista jokaiselle.

Mä en omalla kohdalla näe perheenperustamiskysymyksiä relevantteina, mut sit toisaalta taas niinku silleen ihmisten tavallaan niinku käsitykset ja kuvat omista kehoistaan ja niinku vanhemmuudesta silleen vaihtelee paljon, et vois olla mitään sellaista yhteistä. Mä en sinänsä näe todennäköisenä, et mä koskaan hankkisin biologisia lapsia silleen. Mä luulen, et raskauteen liittyvät on muunsukupuolisten kohdalla yksilökohtaisia tavallaan.

Oma hyvinvointini on myös osa läheisten hyvinvointia.

Haastatteluiden ja lääketieteellisen materiaalin pohjalta voi kuitenkin luoda kysymyslistan, joihin on hyvä saada vastaus ennen hormonihoidon aloittamista itseltä, lääkäriltä ja vertaisten kokemana. Mitä monipuolisempaa tietoa saa kootuksi, sitä helpompi on määritellä itse hormonihoidon aloittamiselle sopiva ajankohta huolimatta siitä, että vastaukset eivät ole yksiselitteisiä etenkin, kun *kukaan ei tiedä, mitä tollanen pitkäaikainen hormonicoctail aiheuttaa.*

Seuraavia asioita voi kysyä omalta lääkäriltä:

- Miten suun kautta (tabletti) ja ihon kautta (laastari, geeli) käytettävät hormonivalmisteet vaikuttavat kehoon, mieleen ja seksuaalisuuteen?
- Miten hormonihoido vaikuttaa hedelmällisyyteen ja geneettisten lapsien saamiseen? Jos hormonit lopetetaan, miten hedelmällisyys palautuu eri hormonihoitoilla?
- Miten (transmies) kauan on mahdollista tai riski tulla raskaaksi eri hormonihoitoilla?
- Millaisia riskejä hoitoon liittyy ja miten riskit näyttäytyvät omaa terveystaustaa vasten (aivo- ja sydäninfarktirisiki, laskimotukos, keuhkoembolia, migreenitaipumus, verenpaine, verenkuvaa, osteopenia- ja osteoporoosirisiki, maksa-arvot, sappikivet, masennus, suorituskyky, syöpäriski, keuhkosityöpäriski)?
- Jos hormonilääkitys jostain syystä lopetetaan, miten muutokset palautuvat tai jäävät palautumatta?
- Jos hormonilääkitys lopetetaan, mitä siitä seuraa omalle seksuaalisuudelle?
- Miten hormonit mahdollisesti vaikuttavat omaan seksuaaliseen haluun ja nautintoon?
- Kannattaisiko poistaa kohtu vai ei (transmies)?
- Miten kohdunpoisto vaikuttaa seksuaalisiin tunteisiin?

Hormonimuutokset tulevat kehoon suurin piirtein seuraavasti:

Hormonimuutokset:

Transmies (testosteroni, miehen sukupuolihormoni)

Puolen vuoden sisällä:

- kuukautiset loppuvat
- limakalvot kuivuvat
- iho rasvoittuu

Vuoden sisällä:

- rasvakudos on asettunut kehoon eri tavoin
- lihasvoima on kasvanut
- klitoris kasvaa
- ääni madaltuu

- karvoitus lisääntyy
- libido voimistuu
- on mahdollista, että impulssikontrolli heikkenee

Testosteronien sivuvaikutuksena on tunnon herkistyminen muutenkin kuin genitaaleissa ja sit muutoksia kipukynnyksessä saattaa tapahtua, asentotunnessa ja niinku lähiaisteissa. No siis voi olla, että se on niinku aistipalaute tulee siitä, et on enemmän lihaksia tai on oikeammat hormonit tai niinku tekee siitä kehon kokemuksesta jotenkin erilaista, ettei oo sellainen olo, et kattoo itseään sivusta.

Hormonimuutokset:

Transnainen (estrogeni, naisen sukupuolihormoni)

- spontaanit erektiot vähenevät muutamassa kuukaudessa
- lääkityksen aloittamisen jälkeen myös libido heikkenee
- puolessa vuodessa kivekset pienenevät
- ihon rasvaisuus vähenee
- lihasmassa ja -voima pienenevät
- rinnat alkavat kasvaa
- nännin ympärys kasvaa keskimäärin kaksi senttimetriä
- paino nousee keskimäärin 4 kg
- rasvaa kertyy erityisesti lantiolle

Ensimmäisen vuoden aikana

- kasvojen ja vartalon alueen karvojen kasvu hidastuu
- karvojen rakenne muuttuu hentoisemmaksi

Kahden vuoden kuluttua

- rinnat ovat suurimmillaan A-B-kuppikokoaa tai vähemmän

Kolmen vuoden jälkeen tilanteessa ei tapahdu enää muutoksia. Estrogenit eivät vaikuta ääneen, eivätkä hiusten kasvuun.

Itse suosittelisin transmiesten ja transnaisten käyvän sekä urologilla että gynekologilla säännöllisesti.

Hormonihoitojen yhteydessä tutkitaan myös transnaisen kivekset ja eturauhanen. Jos kiveksiä ja eturauhasta ei poisteta, on oman terveyden kannalta hyvä muistaa pyytää omalta lääkäriltä säännöllisesti kivesten ja eturauhasen tunnustelu. Osa inkontenssihäiriöistä saattaa johtua myös suurentuneesta eturauhasesta myös transnaisilla, joilla eturauhasta ei ole poistettu. Tutkimusten mukaan esimerkiksi eturauhasen syövän hoidoista merkittävimmät haitat liittyvät seksielämään.

Kun tarvitsen
tietoa,
uskallan kysyä.

Kovin paljon ei puhuta hormonien sivuvaikutuksista. Johtunee jälleen kerran siitä, että jokaisen transihmisen keho ja toiveet ovat yksilöllisiä ja tutkimustietoa on vähän. Sivuvaikutukset eivät siksi ole aivan vertailukelpoisia. Sivuvaikutuksiin liittyvät kokemukset transihmisillä myös vaihtelevat. Toiset saattavat kokea tietyt vaikutukset myönteisenä ja toiset samat vaikutukset haitallisina. Esimerkiksi aseksuaalisesti ja seksuaalisesti orientoitunut transihminen saattavat suhtautua hyvin eri tavoin tunnon herkistymiseen genitaaleissa.

Tieto auttaa
päättämään
itsenäisesti omaa
kehoa koskevista
asioistani.

Hormonihoitojen alettua sekä toimenpiteiden aikana ja niiden jälkeen transihmiset lähtevät tavallisesti uudelle tutkimusmatkalle oman kehonsa ja sen tunteiden kanssa, jotta tietää, mistä seksuaalinen nautinto ja mielihyvä löytyvät, sekä miten keho ja oma mieli siihen reagoivat. Omaa kehoa kannattaa tunnustella ja sen nautintoa tuottavia kohtien karttaa tarkistaa ja piirtää uudelleen. Oma seksuaalisuus ei häviä, vaikka keho muuttuu ja joutuu hakemaan seksuaaliseen hyvinvointiinsa uudet askelmerkit. Jos feminiininen keho tulee maskuliinisemmaksi tai päinvastoin, myös seksuaalista mielihyvää tuntevat kohdat saattavat vaihtua tai entisten lisäksi tulla uusia. Kun oma keho alkaa tuntua hyvältä, myös seksuaalista mielihyvää koskeva merkityksenanto saattaa muuttua myönteisemmäksi myös niillä, joilla oma seksuaalisuus tai seksi ei ole aiemmin kiinnostanut.

Mul ei ole ollu hormonihoidoa, mut oon parisuhteessa ihmisen kanssa, joka on hormoneilla. Käsitykseni mukaan vaikuttaa jo yleisesti ottaen, dysforia niinku vähenee, sit tavallaan niinku helpottaa yleistä seksuaalista kanssakäymistä myös.

Mistä löytäisin kumppanin?

Transihmisen omaan seksuaaliseen hyvinvointiin liittyy se, miten toiset ihmiset ja ympäristö suhtautuvat hänen sukupuoleensa ja seksuaalisuuden moninaisuuteensa sekä millaiset ovat mahdollisuudet löytää kumppani juuri sellaisena kuin on.

Pitää vahvistaa ihmistä ja et se saa sen tiedon, mikä sille kuuluu. Ja et se saa tuen ja sen perhe sais sen tuen. Sit kun tottuu tulemaan ulos eri tilanteissa niinku ihmisille riippuen tietysti siitä, miten sut ulkoapäin määritellään. Jos sut ulkoapäin määritellään niinku transmies ja sut määritellään mieheks myös juridisesti, sosiaalisesti. Et sut katoaan näin niinku, että sä meet niinku niin sanotusti läpi miehenä niinku se tilanne, milloin kertoo. Ja taas, jos ei oo ollu missään korjausprosesseissa tavallaan, onko nainen liian miehekäs, mut sit ei kuitenkaan kelpaa mieheks tai jotenki.

Haastateltavat totesivat, että heidän omissa piireissään keskustellaan jonkin verran transihmisten ja muunsukupuolisten kannalta turvallisista sekä heihin myönteisesti suhtautuvista baareista ja yökerhoista. Tämän tapainen keskustelu koettiin tarpeellisena, koska vertaisryhmän sisällä on myös ihmisiä, joiden taholta syystä tai toisesta tulee häirityksi, syrjityksi ja emotionaalisesti uhatuksi.

Vertaisryhmä
on
tuki monessa
asiassa.

Haastateltavat toisaalta totesivat, että tosiasia on, että *transsukupuoliset kokevat eniten syrjintää homomiehiltä. Toisaalta jotkut homobaarit ovat transmyönteisiä ja toiset taas eivät. Homomiehissä jotkut karsastavat feminiinisiä miehiä, transvestiitteja ja drageja.*

Niinku kriittisyys kannattaa pitää. Yhteisö voi olla niinku rikkaus. Siel on monenlaisia ihmisiä. Kaikki ei oo välttämättä niinku itselle sopivia vaihtoehtoja.

Ihmisillä on erilaisia näkemyksiä niinku, vaikka polyamoriasta, et mitä suhteeseen kuuluu ja miten siin pitää toimia.

Kuitenkin homokulttuurissa on kans miehiä ja naisia, drag-kulttuuri ja transsysteemi ja siksi koskaan ei pysty suoraan sanomaan, että mikä on niinku tota sitä sukupuolen ilmasuu ja mikä on tuota leikittelyä, ja mistä tietää, et mikä on pilkkaamista ja mikä ei, ja mikä on mitäkin. Homokulttuurissa on myös paljon sellasta niinkun transuiluun väheksyvää suhtautumista ja sellasta niinku, joka ei varmasti näyttäisi transihmisille, silleen transvestiittimiehelle tai transsukupuoliselle miehelle tai intersukupuoliselle, välttämättä niin kovin arvostavana toimintana.

Osittain kysymys on tietämättömyydestä: Moni homomiehistä ei tiedä, mikä on sukupuolivähemmistö. Eräs haastateltava nostikin esiin, että sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen keskuudessa pitäisi aloittaa voimaannuttavampi keskustelu omassa keskuudessa olevasta väheksyvistä ja syrjivästä toiminnasta.

Transihmisten kumppanit ja seksikumppanit löytyvätkin usein transmyönteisistä paikoista netistä, vertaisryhmästä tai omasta piiristä. Perusbaareja pidettiin riskialttiina:

Menenkin transihmisenä baariin ja veis jonkun kotiinsa. Se vois jossain tilanteessa hieman hämmentyä, kun löytyykin jotakin ylläreitä vaatteiden alta. Siksen lähtisi välttämättä seksikumppania perusbaarista ettimään.

Elämäkumppanin löytymistä pidetään haasteellisempänä kuin seksikumppanin löytämistä. Elämäkumppani, et mistä ne löytyy on ihan sattumaa sieltä täältä tai tuolt. Seksikumppani on tavallaan helpoin löytää homobaareista ja niistä.

Ystävien ja kumppanien löytäminen myös koetaan helpommaksi iän myötä: Et kun tulee tiettyyn ikään niin alkaa antaa niille mielihaluilleen periks. Oisko se tietty ikä tuolla 40v huippeissa? Sit alkaa tuntua enemmän, et on yks hailee, mitä muut ajattelee. Et halua elää tätä omaa elämäänsä. Et yks lysti, jos vaimo tietää tai suhteet hajois. Sit hankitaan uutta.

Kumppanin hakuun vaikuttaa paljon se, miten eri osapuolet ajattelevat sukupuolesta:

Vaikuttaa tosi paljon et ajatus, et mikä on oikea sukupuoli tai väärä sukupuoli, tai mikä on ihmisen alkuperäinen sukupuoli. Niin se pohdinta, se tavallaan, ja miten me tavallaan suhtaudutaan siihen ihmisen menneisyyteen niin, kun moni just ei halua tulla identifoiduksi transnaisena tai transmiehenä vaan usein miehenä tai naisena tai jotain muuta, mut sit että sen kumppanin ettiminen ja nimenomaan se, että kenen kans tuntee olonsa turvalliseks, että ja milloin on turvallinen olo. Et löytää sellanen kumppani ja joskus se voi sellanen toinen, jolla on samanlainen tausta ja se liittyy just siihen, et silloin niinku hyväksytään ne kehojen erilaisuus. Se on niin syvällä, en haluis sanoa, mut meissä ihmisissä, et mikä se toisen sukupuoli on ja mikä se keho on, ja vastaako se keho sukupuolta. Se vaikuttaa seksuaaliseen vetovoimaan.

Eräs transgender-henkilö totesi, että tarve vertaisryhmiin myös vaihtelee ja muuttuu oman prosessin myötä: *Kun on tavallaan mennyt läpi, ja kun on tottunut liikkuu ihmisten kanssa ja saanut hyväksyntääkin, niin vertaisryhmät ei ole enää niin tärkeitä. Se on kuin kaappiin palais.*

Uudet ihmissuhteet alkavat rakentua uusien elämänalueiden myötä. *Ku on meis ihmisis muutakin ku sukupuoli. Et ei olla niinku vaan sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöön niinku. Et on koulutusta ja harrastuksii ja sellasta ja niinku on uusii ihmisii.*

Tutkimusten ja haastattelujen antama tieto transihmisten sosiaalisista suhteista ja niiden edistämisestä ovat samansuuntaisia: Sosiaalista elämää edistää mahdollisuus elää omaksi kokemassaan sukupuolella salailematta.

Mulla on semmonen tunne tällä hetkellä, että jos mä oon transihmisenä niin mä on paljo niinku suositumpi tai että ihmiset tykkää siitä enemmän ku, että mä olisin miehenä.. mulla on paljon enemmän ystäviä ja tulee kaupungilla tuttuja vastaan naisena, mut sitte tuota se menee jotenkin niin, että on tää on hirveen mukava ja

hauska ja vapauttava ilmiö kunhan se satu omalle kohalle. Et se oiski mun mies tai vaimo, joka haluis sitte elää toisessa sukupuoleessa.

Seksityötä tehneet haastateltavat kertovat, että heidän asiakkaissaan on monia, jotka ovat kiinnostuneita juuri sukupuoleltaan monimuotoisista ihmisistä. Näitä ihmisiä löytyy haastateltavien mukaan myös seksityön ulkopuolelta. Asia on ollut esillä myös transyhteisössä. Sukupuoli voi olla eroottisia ja romanttisia tunteita tai seksuaalista halua herättävä asia. Transvestiitit kokevat, että heistä ollaan kiinnostuneita juuri sukupuolen kautta. Moni on kiinnostunut juuri sukupuolen kaksinaisuudesta.

Empiirinen kokemus on, et ku mä olen itse biseksuaali, nää miehet, niin kukaan niistä ei oo oikeastaan homomies, useimmat on perheellisiä, eikä tunnusta edes biseksuaalisuuttaan, eikä haluis olla miehenkään kanssa missään tekemisissä, mut sit ihailevat sitä kakssukupuolisuutta, mikä transvestiiteissa on. Se on aika yleismaailmallinen ilmiö.

Asiaan voi haastateltavien mukaan suhtautua monella tavalla:

Transyhteisössä on ollut ehkä aiemmin paljon sellaista puhetta, että niinku puhutaan transdiggareista vähän tälleen niinku, et pitää suojella itseään tällaisilta, jotka tekee ikään kuin transihmisyydestä tällaisen fetissin tavallaan tai objektivoi liikaa. Mutta sitten toisaalta kyllähän jokaisella ihmisellä on niitä preferenssejä. Miksei se voisi olla jonkun preferenssi? niinku aidosti ihailee tai tuntee vetovoimaa vaikka miehisen naisellisen elementin yhtäaikaista läsnäoloa ihmisessä, jotakin androgyniaulottuvuutta kohtaan. Tai sitten, miten se yhdistyy, että on vaikka ollut tällainen elämän historia, josta voi jäädä jotakin viitteitä ihmiseen. Kyllä se tietysti sillä tavalla on kuitenkin vähän semmonen hankala teema myös henkilökohtaisestikin varmaan monelle niinku erityisesti transsukupuoliselle ihmiselle, koska siinä on ollut niin paljo semmosta. On vaikka inhonnut tai ei tunnu omalta se kehon ilmentämä sukupuoli. Kun toinen taas voisi viehättyä jostakin piirteistä, jota on jäljellä tai ikään kuin liittyen siihen syntymäkehoon, ja miten on siihen kehittyny. Siihen, miten transihmisenä suhtautuu toisten ihmisten ihailuun juuri transominaisuuksia kohtaan riippuu monista asioista omassa elämässä. Mä luulen, et se liittyy tähän, kuinka paljon sitä

itsevihaa tai häiritsevyyttä ihminen on kokenut ja kuinka paljon sukupuolidysforiaa. Se on näitä persoonakysymyksiä. Toisille se on ongelma ja toisille ei. Ja toinen saa ihailla, mitä vaan piirteitä vaan itsessä. Se on myös identiteettityökysymys eli kuinka pitkällä on siinä itsensä hyväksymisessä ja itsensä arvostamisessa. Ja niinku historiansa ja menneisyytensä haltuunotossa.

Joillekin ihmisille sukupuoli on semmonen oisko se niinku fetissi, ja et on todella tärkeitä niinku sukupuolipiirteet, tai että minä olen rakastunut sinuun juuri miehenä tai naisena. Se on niinku tosi iso juttu. Kyllähän transihmisten rakastetuissa on ja transihmisissä itsesään on niitä, joille se sukupuoliskeema on tärkeä niinku maailmankuvassa ja se määrittää paljon, miten näkee.

Joku voi olla loukkaantunut, jos joku on kiinnostunu vain sen sukupuolen monimuotoisuuden takia ja kysyä itseltään, olenko mä jotain erikoisuuden tavoittelua varten tai kokeilunhaluisuutta varten. Mutta toisaalta voi olla ihan positiivinenkin juttu, että jos on kiinnostunut sukupuoleltaan monimuotoisista ihmisistä ja näkee sen viehättävänä ja kiinnostavana. Henkilökohtaisesti kokisin ihan imartelevanakin, jos joku näkisi mussa sen monimuotoisuuden viehättävänä, mutta kyllä sitä kuitenkin haluaisi tulla kohdatuksi ihan niinku kuitenkin ihmisenä, kuten kuka tahansa. Et se ei ole sitten se olennaisin osa mussa se sukupuoli vaan persoona kummiskin.

Tää on varmaan niille miehillekin hankala ominaisuus, mitkä on transihmisistä kiinnostunut. Et tuota he elää hyvin kaapissa. On vain tiettyjä paikkoja missä he tapailee, mut ei halua olla siviilissä mitenkään tekemisissä kaksisukupuolisuuden kanssa. Useesti on perhe, lapsia, vaimo kotona, ja tuota eivät halua tämmöseen ihmiseen ikään kuin sitoutua, mut kokee seksuaalista kiihotusta tän tyyppiisiin ihmisiin.

Tapaamiseen turvallisesti

Haastateltavien tarinoista käy ilmi, että jokaisella transihmisellä on yksilöllinen historiansa. Moni HHBTIQ-ihminen elää monenlaisten ulkoisten paineiden alla läpi elämänsä suomalaisessa yhteiskunnassa. Toisilla elämä on ollut turvallisempi kuin toisilla. Jotkut ovat kokeneet väkivaltaa, toiset taas syrjintää tai häirintää.

Kumppania hakiessa en oo kohdannut väkivaltaa, mutta muuten oon kyllä joutunut kadulla pahoinpitelyn kohteeksi kerran.

Suomessa transsukupuolisuuteen liittyvä juridinen ja lääketieteellinen säätely, on monia muita kulttuureja vahvempaa. Tämä heijastunee myös suomalaiseen arkeen ja yleisiin asenteisiin. Haastateltavat toivat esille myös, että länsimaissa on hyvin yleistä halveksia ja suhtautua huvittuneesti miesten feminiinisiin piirteisiin. Länsimaissa tyypillinen transuttelu ja homottelu arjessa, elokuvissa ja TV-sarjoissa on vaikuttanut monien transsukupuolisten elämään. Moni haastateltava totesi, että asenteet ja ilmapiiri tuovat varauksellisuutta uusien ihmissuhteiden luomiseen turvallisesti etenkin vertaisryhmän ulkopuolella.

Haastatellut transihmiset kokevat, että kulttuurin ilmapiiri vaikuttaa siihen, onko ulostulo (coming out) turvallisuusriski. Transihmisten mukaan sillä ei ole merkitystä, onko suhde alkanut muodostua netissä vai kasvotusten. Erityisen riskialttiina he pitävät tilanteita, joissa kohdataan uusi ihminen ja siihen saattaa liittyä seksiä. Suurimmat riskit transihmisten mukaan on transvestiiteilla, homo- tai biseksuaalisesti suuntautuneilla transsukupuolisilla.

Arvostan
itseäni.
Luon uusia
tuttavuuksia
turvallisesti.

Eräs haastateltava korosti, että jokainen ihminen menee joskus jonkun kotiin ensi kertaa. Jokainen myös saattaa haluta pitää aluksi elämään astuneen uuden ihmisen jollakin tapaa salassa läheisiltä. Joskus voi käydä niin, että tapaa ihmisen, hullaantuu

ja lähtee spontaanisti hänen mukaansa. Näissä tilanteissa myös seksiin liittyviä riskejä otetaan helpommin.

Onhan niit sellasii perussääntöjä, et ei pitäisi kyl missään yksityisasunnossa tavata ensimmäistä kertaa, ja jos siihen liittyy jonkinlaista ulostuloa tai sellasta. Ja sit tietysti, minkä monet valitseeki, et on rehellinen ennen sitä tapaamista, et se on tietysti niinku, millä pikkasen pystyy välttämään riskejä. Ja pitää ite oikeesti miettiä niit turvallisuusasioita, et oikeesti, et jos tilanne on, ja on paljo niinku seksikumppaneita, joita ei tunne ja tapaa netistä, et pitää miettiä, et mitähän siel asunnossa on ja et tietääkö joku sun ystävä, mihin sä oot menossa. Kaipaako joku sua, jos susta ei kuulu. Miten sä pystyt soittamaan apua? Miten sä pääset tilanteesta pois? Jos ite myy seksipalveluja niin kyllä turvallisuusjutut ainakin tuntemattomien kans on hyvä miettiä.

Haastatellut korostivat erityisesti, että yksityisasuntoon meneminen on aina riski: *Vaikka tilanne ja paikka olisi turvallinen, saattaa muuten ihan hyvä tyyppi jostain syystä tulla vihaiseksi, uhkaavaksi tai väkivaltaiseksi kuultuaan ylläreistäsi.*

Ennen toisen tapaamista voi myös vahvistaa omaa seksuaalista itsetuntoa ja omanarvontuntoa.

Psykkisesti turvallinen seikkailu lähtee siitä, että on tutustunut omiin haluihinsa. Ja että ymmärtää, että on itse seksuaalisena arvokas ja kiinnostava.

Kaikki motiivit ja valinnat seksikumppanuudelle eivät ole psyykkisesti turvallisia. Näiden valintojen katsottiin osittain johtuvan normitetuista sukupuolirooleista ja identiteettipohdinnoista etenkin, jos seksin avulla vahvistettiin sukupuoli-identiteettiä. Esimerkiksi tämän tapainen tilanne on, kun homoeroottisesti suuntautunut mies hankkii kumppanikseen

oikean tytön ajatuksella, että kyllä mä pystyn siihen, vaikken oikein haluis tai haetaan omalle feminiinisyydelle vahvistusta siitä, et sua penetroidaan ja alistetaan niinku et, jos mies tekee sitä se vahvistaa tavallaan sun sukupuoli-identiteettiä naisena.

Tätä toimintatapaa voi kutsua myös itsesyrynnäksi, jossa tavoitteena on selättää oma kokemus pelosta tai ympäristön kielteisissä paineissa. Transihmisenä on kuitenkin oikeus olla tyytyväinen omaan itseensä, omassa kehossaan ja omassa identiteetissään.

Oman kehon niinku omistajuus on tärkeätä. Mun keho on minun keho ja mä saan määritellä sen ite. Ja se on sun keho, sä saat päättää, mitä sun keholle tehdään. Niinku et tunnustettais se, että samaan aikaan sul on oikeus koskemattomuuteen, omaan kehoon ja identiteettiin. Just tää tällainen omien rajojen asettaminen ja niistä kiinni pitäminen.

Nuoret transihmiset luovat suhteita ja seksisuhteita usein netissä: *Siel on mahdollisuus kirjoittaa itsestään pitkästikin ja ehkä helpompi kertoa transtaustasta. Siellä vaan on enemmän identiteetti- ja orientaativaihtoehtoja.* Haastateltava toi esille, että myös nettideittailussa voi varmistaa, onko henkilö turvallinen ja miten hän suhtautuu tautien ehkäisyyn ja kondomin käyttöön *ilman, että antaa itse mitään selkeätä kuvaa siitä, miten itse suhtautuu, ja jos sillä on sellainen, että ei niin ihan tarkkaa oo, niin sitten selkeä EI.”*

Voi kysyä myös sitä, että

milloin oot viimeks käynyt testeissä? Ja niinku onko ihan sellai kohtuuttomia odotuksia, missä ne tapaa tai mitä ne tekee? Jos asetettuja rajoja ei kunnioiteta tai ei mene niinku heti perille voi hyvin kieltäytyä tapaamasta.

Keskinäinen kunnioitus ja asetetuissa sopimuksissa pitäytyminen ovat turvallisuudelle olennaisia. Toisin sanoen turvaseksi lähtee keskustelusta. Turvallinen jutustelu toiveista on itsekunnioitusta ja kumppanin tai seksikumppanien kunnioittamista, vastuuta itsestä ja toisesta tai toisista ennen seksiä ja seksin jälkeen.

Uskallan
puhua
ja
asettaa
rajani.

Transvestiitteja ja transgender-ihmisiä katsotaan koskevan samat säännöt kuin yleensä naisillakin: *Ei kuljeta kadulla, jos nähdään humalainen miesjoukko. Vaihdetaan mieluummin toiselle puolelle. Ja nykyään tuol kadulla kulkee kaiken näköisiä ihmisiä, et aika hyvin sitä kummiskin menee läpi. Emmä näe, et meillä kummia riskejä ois, kuin naisilla keskimäärin. Ainakaan mun tuttavapiirissä ei kukaan oo joutunu pahoinpidellyks. Sen mä oon huomannu, et hyvin paljon turvallisempaa on kulkea naisryhmässä tai yksin mutta isolla transporukalla sitä paistaa sitte.*

Transvestiitin perussääntö: Älä moikkaa kavereitas. Sekin on aika surullista. Jos tulee toisesta sukupuolesta kavero vastaan, ni sä et voi sitä tervehtiä kadulla, jos sä oot väärässä sukupuolella. Tavallaan sit ne kaverit, jotka tuntee nää molemmat puolet on sitte aika rakkaita. Niiden kans voi mennä millä tavalla vaan.

Sopimuksissa
pitäytyminen
edistää kaikkien
osapuolten
hyvinvointia.

Haastateltavien mukaan turvallisessa tapaamisessa ennakointi on tärkeää. Netissä voi myös harjoitella sanoja ja ilmaisutapoja, joilla tuntuu hyvältä puhua ja vastata omaa sukupuolta ja seksuaalisuutta koskeviin kysymyksiin.

Kuitenkin monet riskialttiit tilanteet tapahtuvat kasvotusten. Ennalta voi miettiä seuraavia asioita:

- Vältä ensitapaamista yksityisasunnossa, autossa tai kolmannen osapuolen kämpillä etenkin silloin, jos tapaamiseen liittyy ajatus ulostulosta tai seksistä.
- Jos olet sopinut tapaamisesta netissä, suojaa henkilöllisyytesi. Käytä nettinimimerkkiäsi ensitapaamisella.
- Varmista, että teillä on yhteinen käsitys siitä, missä tavataan ja millaisesta kontaktista on kysymys ja, että sovituissa asioissa pitäydytään.
- Mieti onko tapaamasi ihminen sellainen, jonka haluat tietävän intersukupuolisuudestasi, transsukupuolisuudestasi tai muunsukupuolisuudestasi, transvestiittisuudestasi tai miten olet suuntautunut seksuaalisesti tai missä sukupuolella haluat häntä tavata?
- Jos tilanne edellyttää kertomista pohdi, koetko tilanteen kertomiselle ilmapiiriltään turvallisena ja myönteisenä sekä emotionaalisesti että fyysisesti?

- Oletko valmis vastaamaan kysymyksiin taustoistasi?
- Pystytkö turvallisesti poistumaan tilanteesta ja tilasta, jos tilanne muuttuu fyysisesti tai psyykkisesti epämukavaksi tai uhkaavaksi?
- Onko sinulla puhelin mukana?
- Onko paikka sellainen, että pystyt soittamaan tarvittaessa apua?
- Onko puhelimesi akku ladattu ennen tapaamista?
- Tietääkö ystäväsi tai kaverisi missä olet, jos sinua ei tavoita, tai et anna kuulua itsestäsi tietyn ajanjakson sisällä?

Mä luulen, et se on kaikkein tärkein siinä kun jokaisella on ne omat rajat ja haluaa tulla kuulluksi. Et uskaltaa kertoa, et mitä tarvii, mitä haluaa, mitä ei saa tehdä silleen ja siis tavallaan osaa kuunnella myös sitä toista ja kunnioittaa niitä toisen ihmisen rajoja.

On idealistista ajatella, että seksikumppanin tai -kumppanien kanssa yhdessä kaikesta voisi keskustella heti ensimmäisessä tapaamisessa. Toisen kunnioittamiseen liittyy myös yksityisyyden suoja. Jokaisella on myös oikeus vaieta asioista, joista puhuminen ei tunnu sillä kertaa turvalliselta. Jokainen voi käyttää suhteissaan hyväksi havaitsemiaan itsensä suojaamisen keinoja, kuten puheen siirtämistä turvallisempiin asioihin tai tapaamisen päättämistä. Monet tapaamiset vaativat tilannetajua, koska valinnat tehdään ja rajat vedetään itse ja usein nopeasti suhteessa olemassa olevaan tilanteeseen.

Mitä mä kerron mun sukupuolesta ja koska? Onko se ensitreffeillä? Ja ehkä ei, koska sitten se toinen katoa ja sitä ei sitten koskaan näy. Ja sitten, jos aloittaa suhteen kertomatta, sitten se tuntuu petokselta. Et kai sitä ajattelee, että suhteen alkuvaiheessa, mut ei sitten ihan heti. Vasta kun tulee tällaista luottamusta.

Kerronko, että mitä mä oikeasti tunnen, että mä oon mies tai nainen tai genderfluidi ja että tää vaihtelee? Et se riippuu niinku siitä, et onks sellasessa ympäristössä, jossa ei oo oletusarvosta, ettei kaikki ihmiset oo niinku cis-sukupuolisia vai onks sellaisessa ympäristössä, jossa joutuu joskus sanomaan erikseen, että on tämmönen ilmoitusluontoinen tilanne.

Transihmiset pääsääntöisesti haluavat tulla nähdyksi ja kuulluksi sellaisena kuin he ovat tai pikemminkin sellaisena, kuin he itse sillä hetkellä haluavat tulla nähdyksi ja kuulluksi. Eräs transihminen totesi, että on hyvin suhteellista, mitä omana itsenä nähdyksi tai kuulluksi tuleminen tarkoittaa. Transihmisillä siihen saattaa liittyä myös *omaan identiteettiin ja seksuaalisuuteen liittyviä uhrauksia*. Nimittäin transihmisistä jotkut myös kokevat, että *joskus on parempi tulla nähdyksi sellaisena kuin toinen minut näkee*. Tällainen tilanne saattaa muodostua cis-sukupuolisten kanssa tai sosiaali-, terveys- ja kasvatustieteiden ammattilaisten kanssa.

Salailu on iso taakka ja haittaa työelämää ja kaikkea. Tavallaan aivokapasiteetti sit menee siihen toiseen sukupuoleen ja energiaa ihan valtavasti, et tuota ei oo mahdollista elää sellasta normaalielämää. On raskasta, et on tavallaan kaksi elämää, jotka kulkee samassa ajassa tai rinnakkain tai erossa toisistaan. Se on psyykkisesti raskasta ja se koskee koko elämää, kun sulla on jotain taustaa, josta sä et voi puhua kenenkään kanssa.

Helsingissä saa aika vapaasti olla. Tääl on aika turvassa. Helsingissä voi toteuttaa itseään turvallisesti. Mut sitte siellä omalla paikkakunnalla. Riski on, et aina paljastuu. Osa ei välitä. Tai sit pidetään jonkinlaisena kylähulluina. Jos ei tällaisesta leimasta, välitä, voi tulla esiinkin.

Moni pienellä paikkakunnalla asunut transihminen kertoo lähteneensä siinä vaiheessa suurempaan kaupunkiin elämään, kun on alkanut kaivata vertaisryhmän tukea, tapaamisia ja keskusteluja turvallisessa ja anonyymissä ympäristössä. Osa on etsinyt kontakteja internetin kautta ja löytänyt vertaisiaan myös ulkomailta.

Seksiä turvallisesti

Mitä on seksitaudit? Seksitauteja ovat seksin välityksellä tarttuvat virusten, bakteerien tai loisten aiheuttamat tulehdukselliset sairaudet. Ne tarttuvat, jos emätineritettä, siemennestettä (spermaa), esiliukastetta tai verta pääsee seksikumppanin limakalvolle tai avoimiin haavoihin sukuelinten, käsin hyväilyn tai seksilelujen välityksellä.

Seksitautien tarttuminen nähdään hyvin yhdyntäkeskeisenä, vaikka ite on onnistunut hankkimaan kondylooman sillä tavoin, et ite en oo koskaan harrastanut yhdyntää ilman kondomia, mutta silti onnistuin kondylooman hankkimaan, kun tota hyväilin toisen penistä ensin käsin sitten sillä samalla kädellä panin kondomin siihen enkä tullut ajatelleeksi, että se tarttuu muistakin eritteistä kun vaan spermasta ja siitä, et laukee toisen sisään.

Seksitaudit tarttuvat tavallisesti suojaamattomassa emätin- tai anaalilyhdyntäessä tai suuseksissä esimerkiksi sukuelimen limakalvolta suuhun tai päinvastoin. Anaalilyhdyntää pidetään yleisesti ottaen riskialttiimpana kuin emätinyhdyntää, koska peräsuolen limakalvo rikkoutuu yleensä helpommin kuin emättimen. Suun limakalvoilla esiintyviä seksitauteja ovat herpes, kondylooma eli visvasyyliä, tippuri, kuppa ja klamydia. Myös Hiv ja B-hepatiitti voivat tarttua suun limakalvojen kautta toiselle edellyttäen, että hän saa suun limakalvoille spermaa, emätineritettä tai verta. Hoitamaton muu seksitauti lisää huomattavasti hiv-tartunnan riskiä.

Kondomi, suusuoja ja liukuvoiteet ovat osa nautinnollista ja turvallista seksiä.

Hiv:stä on tullut parin kymmenen vuoden aikana tiedon lisääntymisen ja hoitojen kehittymisen myötä yksi seksitauti muiden joukossa. Arjessa yhä vähemmän hiv:iä pidetään kuolemantuomiona, eikä tartunta pelota. Kuitenkin edelleen on nähtävissä, että monet hiv:iä kantavat pelkäävät leimautumista, syrjintää sekä heihin suunnattua

väkivaltaa. Siksi kaikki hiv-positiiviset eivät myöskään kerro, että heillä on hiv. Vaikka seksitaudeilta suojautuminen on helppoa, siitä huolimatta kymmenesosa netissä solmituista seksikontakteista päättyy seksiin ilman kondomia. Tässä joukossa on myös transihmisiä.

Edelleen on olemassa ihmisiä, joiden mukaan transihmisillä tai lesboilla ei esiinny hiv:iä. Virheellinen käsitys johtuu osittain transihmisten kehoon ja seksiin liittyvistä virheellisistä mielikuvista. Ajatellaan, että transmies haluaa aina seksiä naisen kanssa oli hän sitten transnainen tai cis-sukupuolinen ja transnainen transmiehen tai cis-sukupuolisen miehen kanssa. Transmies ja transnainen voivat kuitenkin olla heteroita, biseksuaaleja, panseksuaalisia tai aseksuaalisia. Transmies voi olla homo ja transnainen lesbo. Transmies tai transnainen voi olla myös mikä tahansa edellisestä ja elää polyamorista elämää. Jotkut transmiehet ovat tehneet kirurgisia korjauksia ja heillä on penetraatioon pystyvä penis. Joillakin on myös vagina säilytetty. Siten seksitapa vaikuttaa myös hiv:n saamisen riskiin.

Yksinkertaisinta on opettaa itsensä ajattelemaan, että suojaamattomaan seksiin liittyy aina riski, että itse tai kumppani sairastuu seksitautiin. Seksitaudit voivat hoitamattomina aiheuttaa erilaisia jälkiseurauksia, esimerkiksi erilaisia tulehduksia ja nivelvaivoja sekä lapsettomuutta sukupuolesta riippumatta. Pohtimalla omaa seksitapaa ja seksiin liittyviä riskejä sekä vähentämällä niitä, voi harrastaa myös nautittavampaa seksiä. Seksiin liittyy myös muunlaisia yhdessä sovittavia asioita. Moni käyttää seksin yhteydessä hierontaöljyjä ja tuoksukynttilöitä. Ne ovat aistillisuutta lisääviä, mutta niiden käytöstä on sovittava yhdessä niiden allergisoivien riskien takia. Myös seksilelujen käyttö on sovittava yhdessä.

Kaikkee iloa voi löytää kotoa löytyvistä asioista, vaikka nyt sitten porkkanat tai deodoranttipullo tai mikä hyvänsä, mutta miten käytät niitä hygieenisesti ja turvallisesti? ...Itellä on sellainen kokemus, että nuorempana käytin dildona jotain semmosta deodoranttipulloa, jossa oli viallinen korkki ja sit se korkki jäi mun sisään ja mul vei vähän aikaa ronkkia sitä ulos, mutta sain sen kuitenkin. Ei tarvinnu mitään lääkäriin lähteä.

Myös raskaudelta pitää suojautua, mikäli seksitapa tekee sen mahdolliseksi ja seksistä ei toivota lapsia. Esimerkiksi transmies voi tulla myös raskaaksi hormonihoidon alettua, mikäli hänellä on edelleen naisen sukupuolielimet, jos hän ottaa emättimeensä kumppanin peniksen. Myös seksin aikana yhteisesti sovitut säännöt esimerkiksi kiinni pitämisestä, sitomisesta ja asennoista lisää turvallisuutta seksiin.

Subroolissa on aina liikennevaloista päättävä. Turvasanat niiku "ei" tai "lopeta" pitää sopia ennalta. Ja vaik kuinka ois sovittu, et tehdään mitä vaan, voi kesken kaiken pyytää lopettamaan tai pitämään taukoa. - - pdsm:äänkään ei kuulu minkäänlainen väkivalta. vihreä: eteenpäin vaan; keltainen: voi, mut tietty varovaisuus; punainen: selkeästi nyt stoppas tähän - lopeta.

Seksikumppanin tai -kumppanien kanssa on hyvä puhua siitä, millaista seksiä kukin haluaa harrastaa ja miten se tehdään turvallisesti. *Aistillisuus ja aistisuhde omaan kehoon ja kaikki tällainen on vähän painunut jonnekin, josta ei kauheasti puhuta.* Turvallisen seksin lähtökohta on ottaa huomioon myös tunneasiat: *Miten haluaa tulla kosketetuksi? Järki on hyvä pitää malttinaan, et kuuntelee toisen reaktioita ja omia, mutta sitten taas se tunnepuoli on hirveen olennaista ja tavallaan se ikään kuin vie oikeisiin osoitteisiin kun antaa kehon tulla nähdyksi ja kuulluksi niin silleen.*

Tiivistetysti turvalliseen seksiin kuuluu:

- omien ja toisten tunteiden huomioiminen
- yhteiset sopimukset
- hygienia
- seksitaudeilta ja raskaudelta suojautuminen

Puhutaan suhteen pelisäännöt, jos on paljon polyamorisia suhteita tai suhteen ulkopuolista seksiä eli seksiä muiden kuin vakkarikumppanin kanssa. Ei oleteta, että on jotkut säännöt vaan ne säännöt puhutaan auki niissä suhteissa, joissa elää: Mitä jos säännöt ei pidä? Kerrotaanko? Käydäänkö seksitautitesteissä? Kenelle ilmoitetaan tuloksista?

Aiemmat seksikokemukset vaikuttavat myös paljon siihen, mitä uskaltaa toivoa ja vaatia kumppaneiltaan. Sen takia turvaseksistä puhuminen saattaa olla hyvin vaikeaa etenkin kumppanin kanssa, johon on vasta tutustunut tai pelkää negatiivisia reaktioita tai tilanne on jostakin muusta syystä epämielinen tai pelottava. Kysymys ei kuitenkaan ole vaatimusten esittämisestä. Kondomin käyttö kertoo siitä, että kunnioittaa ja välittää omasta itsestään, mutta myös seksikumppanista.

Voisi pikemminkin ajatella, että suojautumalla itse, on luottamuksen arvoinen seksikumppani. Suojautumalla haluaa seksiä ja intiimiä läheisyyttä ilman yhteistä hetkeä häiritseviä ja sen jälkeisiä pelkoja. Kondomia voi yhtä hyvin pitää symbolisena merkinä yhteenkuuluvaisuudesta, läheisyydestä, intiimiydestä, välittämisestä ja luottamuksesta.

Pohdinta, et suojautuisiko vai ei, ja olisiko seksi kivempää ilman suojautumista, on aika turhauttavaa pitkän päälle. Sen vois korvata ajatuksel, et mulla on tapana tehdä näin.

Itse voi asettaa omat rajansa. Itse voi päättää, että mitä haluaa olla ja mitä ei sekä *haluun tätä mutta en tätä*. Ehkä kuitenkin on hyvä myös miettiä, *missä sukupuolella haluaa seksiä harrastaa ja onko tärkeää että toinen näkee sun sukupuolen oikein vai onko sillä väliä*. Pidemmälle edenneessä suhteessa tai suhteissa voi sitten miettiä, *tarviiko parisuhteessa kaikessa toista ymmärtää vaan et siedetään sitä, et toinen ei tajuu jotakin asiaa*.

Haastattelemani transihmiset kannustivat kondomin ohella erityisesti vesiliukoisen liukuvoiteen käyttöä lisäämään seksin nautinnollisuutta ja turvallisuutta. Rasva- ja öljypohjaiset eivät ole turvallisia, koska ne haurastuttavat kondomia. Vesiliukoisten liukuvoiteiden käyttöä pidettiin hyödyllisenä erityisesti alueilla, joiden tuntoherkkyttä halutaan lisätä.

Liukkaria kande olla ja monenlaisii kondomeita ja vinyylihanska on kans kova juttu. Vaik kuinka käyttäis kondomii, voi samalla kädellä tartuttaa taudit. Vinyylihanskakin kannattaa vaihtaa seksin aikana. On ihan mieletöntä olla käyttämättä niitä. Niistä voi saada oikeesti iloa elämään.

No siis suuseksisuoja saa tilattua internetin kautta ja pornokaupoista, mut niit ei oo olemassa niin kun kondomeja, joita saa kioskeista ja marketeista. Sit niinku aika monet käyttää halkaistuja kondomeja tai siis niinku elmukelmua. Kyl ne toimii, mutta on vähä epäkäytännöllistä ja epämukavaa räpeltämistä. Yleisesti ottaen on siis mahdollista suojata itsensä myös suuseksin aikana.

Siis niinku suuseksisuojan voi tehdä vaik kondomista: Leikataan kondomin pää irti ja sit putki niinku leikataan halki.

Suojautumisrutiinit vapauttavat energiaa seksissä ja sen jälkeen harrasti seksiä sitten sekaparina, miesten kesken, naisten kesken, yksin, kaksin tai ryhmässä. Näihin niinku seksitapoihin liittyy omat suojautumisstrategiansa. Seksin jälkeen ei tarvitse kantaa syyllisyyttä ja häpeää, valehdella ja peitellä asioita. Sillee on kivaa yhes seksin jälkeenki.

Transihmisillä on se, et yleensä vaihtelee ne kumppanit. Kyl se turvaseksi on aika ehdoton. Jossain yhdynnässä niin ei kannata ilman kondomia niinku. Varmaan suurin osa haluaa tehdä turvaseksinä eikä avoimena, mut varmaan siel tapahtuu paljon myös semmosta, et otetaan suihin tai tämmöstä paljaallaan.

Monet näistä transihmisistä on transvestiittejä. Ne pukeutuu silloin tällöin ja saa siitä kiksejä ja sit he ei niinku malta ajatella sitä niinku turvapuolta. Se on tavallaan sellanen riski näille, mut myös niille miehille, jotka saa kiksejä siitä, et saa olla tällästen ihmisten kanssa.

Haastateltavien ajatuksista välittyi, että itsensä kunnioittaminen tarkoittaa myös sitä, ettei harrasta suojaamatonta seksiä. Liukuvoiteet ja kondomit voi ottaa esille, ei niin et häpeilee, niinku silleen myönteiseen sävyyn ja sit kertoa, ettei vaan ole koskaan tapana harrastaa seksiä ilman niit, koska niinku niillä seksi on hauskaa, miellyttävän tuntuista ja tauditonta, jos niin haluamme.

Loppujen lopuksi jokainen kehittää oman strategiansa suojautumiseen seksitaudeilta sen mukaan, mikä sopii omiin seksitapoihin. Strategiaan liittyy myös seksitavoista

riippuen säännöllinen testissä käyminen. Suojautumiseen liittyvät rutiinit säästävät energiaa itse seksiin ja nautintoon. Jos h-hetkellä toinen alkaa vihjailemaan tai painostamaan suojaamattomaan seksiin, haastateltavista moni sanoi lopettavansa tilanteen pukemalla päälle ja lähtemällä pois.

Seksitautien testaus

Toisin sanoen seksitauteihin liittyviä riskejä ei vähennä sukupuoli, seksuaalinen suuntautuminen, ikä tai miltä genitaalit näyttävät. Turvallisessa seksissä on kysymys intiimihygieniasta, seksitavoista ja niiden mukaisesta suojautumisesta seksitaudeilta ja raskaudelta.

Henkilökohtainen hygienia on osa omaa seksuaalista hyvinvointia ja toisten hyvinvoinnista huolehtimista. Haastateltavat pitivät suu- ja intiimihygieniaa aina tärkeänä harrasti seksiä tai ei. Lääkäreiden mukaan erilaiset virukset ja bakteerit mieluusti lisääntyvät epätasaisilla ihoalueilla, kuten arprien, arpikudosten tai poimujen seudulla. Siksi ei vain suu- ja intiimihygienia vaan keuhohygienia kokonaisuudessaan on tärkeä osa seksielämää.

Esinahan alue on pidettävä puhtaana, masturboinnin jälkeinen hygienia on tärkeä, eikä vain paperipyyhkeillä. - - Seksilelut on henkilökohtaisia oli ne sitten kotitarpeisia tai seksikaupasta. Seksikaupasta ostetut on kyl turvallisempia.

Seksilelut on myös syytä pestä käytön jälkeen tai seksin aikana, jos partneri vaihtuu. Vesi ja saippua riittävät hyvin. Välillä kannattaa myös desinfioida seksilelut. Jos seksilelut kestävät kiehuvaan vettä, eikä ole käytettävissä desinfiointiainetta, voi seksilelut upottaa kiehuvaan veteen 5-10 minuutiksi. Myös seksilelujen kanssa voi käyttää kondomia ja liukastetta turvallisuutta ja nautintoa lisäämään.

Transmiesten, joilla on tehty falloplastia, on erityisen tärkeää huolehtia intiimihygieniastaan. Rakennetusta peniksestä puuttuu virtsaputkea ympäröivä paisuvainen, jolloin virtsaputki ei tyhjene välttämättä täydellisesti. Siten neouretraan saattaa jäädä virtsaa, joka aiheuttaa jälkitiputtelua. Leikkausalueilla on aina myös

iho epätasaisempaa. Epätasainen iho ja jälkitiputtelu yhdessä ovat otollisia bakteereille. Jälkitiputtelua ja omaa hygieniaa voi edistää muun muassa tyhjentämällä neouretra mekaanisesti sormilla rullaamalla.

Bakteerin aiheuttamat seksitaudit voivat suojaamattomassa seksissä tarttua seksitavan mukaisesti emättimen tai peniksen limakalvolle sekä nielun tai peräsuolen limakalvolle. Omasta seksitavasta, jossa on epäilty saaneensa tartunnan, kannattaa mainita testauksen yhteydessä hoitohenkilökunnalle. Se on ainoa tapa varmistaa, että näytteet otetaan oikeilta limakalvoilta.

Jos seksiin on liittynyt riskejä, käyn testeissä.

Testiin meno saattaa jo yksistään tuntua kiusalliselta. Tilanne voi olla kiusallinen myös muulla tavoin:

Sukupuolitauditesteissä kun oon käyny, niin siin, kun niitä lomakkeita täyttää, ja siin on niinku mies ja nainen, ja kun mun toinen pari on muunsukupuolinen ja toinen transmies, et niit on sitten tosi ikävä täyttää, kun ei ole raskauden ehkäisyyn tarvetta. Mut silleensä et joutuu selittämään ummet lammet, jos mä raksaisin sinne miehen ja sit, niin kun tuntuu todella pahalta ajatukselta, et mä väärinsukupuolittaisin mun kumppaneita virallisissa tilanteissa. Automaattisesti niis puhutaan yhdestä kumppanista ja niin, kun jos on raksinut sinne, et on niin kun vakituinen kumppani silleen. Mä oon sanonut siitä, että ne on aika normatiivisia ne lippu laput täällä, mut siitä sanottiin vaan niinku silleen, et ne on niinku suunniteltu yleiselle tai tämmöselle niin kun suuremmalle yleisölle.

Tilanteen kiusallisuudesta huolimatta, oman seksitautitilanteen voi selvittää vain käymällä itse testeissä. Myös seksikumppanin tai kumppaneiden testaaminen ja mahdollisen tartunnan toteaminen ja hoitaminen on tärkeää, jos epäily seksitaudista on herännyt. Seksitaudit voivat olla vuosia oireettomia. Oireetonkin voi levittää seksitautia eteenpäin. Siksi on tärkeä avoimesti kertoa myös kumppanille epäilystään, varmistamisestaan sekä aikomuksestaan käydä testeissä. Testitulosta odottaessa tai tautia epäillessä on kaikkien osapuolten suositeltavaa käyttää seksitavasta riippuen suusuoja tai kondomia.

Jos kondomi menee rikki, ei maailma siihen kaadu. Jos on saanut seksitaudin, on tärkeä myös hoitaa se. Riskille altistuneen mieltä kuitenkin helpottaa, jos heti saa limakalvot huuhdeltua saippuavedellä.

Jos on kuvioita, johon kuuluu useampia ihmisiä niin on pakko puhua aika suoraan. Ja sit se ehkä niinku on monia rinnakkaisia suhteita on ne väistämättä vaikuttaa toisiinsa, ja et on mentävä sit sen ehdoilla, joka on kaikkein tarkin. Esimerkiksi, että kaikki testauttaa itsensä tosi säännöllisesti ja niinku ja mikäli on altistunut jollekin mahdolliselle taudinaiheuttajalle tai niinku verelle tai niinku spermalle tai muulle tämmöselle merkittävälle, niin informoi kaikkia osapuolia ennen on niinku harrastaa seksiä niiden muiden kanssa. Jokainen voi siten tehdä omat ratkaisunsa, et haluuko odottaa, et testit tulee vai miten ne tulkitsee sen niinku keskenään.

Jälleen kerran avoimuus, rehellisyys ja, jos on tavallaan joku tästä omasta porukasta irtosuhte, et sit ilmoittaa siitä, et on niinku joku tautiriski ennen testituloksia ja sit niinku suojattua seksiä. Ja tavallaan, jos on niinku yksittäisiä suhteita irtosuhteita ja niissä pitää niinku huolen suojauksesta. Et sitä ei voi niinku painottaa tarpeeksi, kun siinä on monta ihmistä, johon se vaikuttaa. Se toimii silleen niinku jos kumppanit on sellasii, et kommunikaatio pelaa.

Eräs haastateltava kertoi, että heillä kavereiden kesken on tapana sanoa: *Oli sitten käytössä sormi, käsi, dildo tai kikkeli muista aina kumi ja liukkari.*

Jos olen saanut
seksitaudin,
hoidan sen.

Oireettomana voi hakeutua testaukseen kaikissa seksitaudeissa oman kotikunnan terveysasemalla. Tämä on ensisijainen testauspaikka. Hiv-testaukseen voi hakeutua myös SPR:n Pluspisteissä. Pluspisteissä saa myös seksitautineuvontaa muissakin kuin hiv-asioissa. Myös Ylioppilaiden terveydenhuoltosäätiö YTHS tekee seksitautitestauksia, mutta se tarjoaa palvelunsa perustutkintoa suorittaville yliopisto- ja korkeakouluopiskelijoille, jotka ovat maksaneet ylioppilaskunnan jäsenmaksun. Yksityisillä lääkäriasemilla ja Väestöliitossa voi myös käydä seksitautitesteissä, mutta heidän testauksensa ovat maksullisia. Sukupuolitautien poliklinikalla voi myös testauttaa itsensä, mutta

ensisijaisesti poliklinikka on niille, joilla on jo seksitautioireita. Seksitautitesteistä ainakin klamydiaa voi testata myös apteekista saatavalla kotitestillä.

Hiv-tukikeskuksella pääsee vain hiv-testaukseen. Hiv-testi on luotettava, kun viimeisestä tartunnalle alttiista tilanteesta on kulunut 2-3 kuukautta. Omaa huolta ennen testitulosta voi helpottaa soittamalla Hiv-tukikeskuksen neuvontapalveluun tai ottamalla yhteyttä heidän nettineuvontaansa.

Yhteystietoja seksitautitesteihin

Helsinki, HUS

Iho- ja allergiasairaala

Meilahdentie 2, 00250 Helsinki

Yhteydenotot 09 471 86220

- Tampere, TAYS

Iho- ja sukupuolitautilien klinikka

Käyntiosoite: Teiskontie 35, 33520 Tampere, rakennusosa H, 0- ja 00-kerros

Yhteydenotot 03 311 67547

- Turku, TYKS

Iho- ja sukupuolitautilien klinikka

Käyntiosoite: Hämeentie 11, 20521 Turku, T-sairaala (rakennus 18)

Yhteydenotot 02 313 2635

- Oulu, OYS

Ihotautien poliklinikka

Käyntiosoite: Kajaanintie 50, PL 20, 90029 OYS, sisäänkäynti A3:2, 1. kerros

Yhteydenotot 08 315 3508

SPR:n Pluspisteet

- Joensuun Pluspiste, Kauppakatu 35, 80100 Joensuu. Avoimna tiistaisin klo 17–19.
Vaihde 013 226 336
- Jyväskylän Pluspiste, Ailakinkatu 5, 40100 Jyväskylä. Avoimna tiistaisin klo 17–19.040 583 3054
- Kuopion Pluspiste, Minna Canthinkatu 32, 70100 Kuopio. Avoimna tiistaisin klo 17–19. Vaihde 050 430 4633
- Seinäjoen Pluspiste, Laturitie 2, 60510, Hyllykallio, Nurmo. Vaihde 06 414 8555.
Avoimna tiistaisin klo 17–19.

Hiv-testaus

Hiv-säätiö/ Hiv-tukikeskus, Helsinki

Käyntiosoite: Unioninkatu 45 K, 00170 Helsinki

Yhteydenotot/neuvontapalvelu 0207 465 705 (ma-to klo 10.00-11.30)

Kumppanuuskeskus, Oulu

Käyntiosoite: Kansankatu 53, 1. krs, 90100 Oulu

Yhteydenotot/neuvontapalvelu 0207 465 784

Tampere

Käyntiosoite: Aleksanterinkatu 29 A 29, 6. krs, 33100 Tampere

Yhteydenotot/neuvontapalvelu 0207 465 754

Tästä jonnekin muualle - väistellään virhekäsityksiä

Haastateltavieni mukaan transihmisten seksuaalikäyttäytymiseen suomalaisessa yhteiskunnassa liittyy monenlaisia oletuksia, uskomuksia, myyttejä ja tabuja, jotka kietoutuvat osaksi myös heidän omia käsityksiään seksistä ja seksuaalisuudesta. Ympäristön hyvät ja pahat uskomukset, ajatukset, mielipiteet ja myytit transihmisistä, seksistä ja seksuaalisuudesta ovat osa jokaisen ihmisen omaa henkilöhistoriaa ja seksuaalista hyvinvointia. Ne myös saattavat nauttia ihmisten keskuudessa vahvaa luottamusta, vaikka meillä olisi esittää toisenlaista tietoa uskomusten kumoamiseksi.

Et jos lähtis niistä myyteistä, mitä ihmisil voi itellään olla, niinku yhdistettynä transfobiana, koska ne on usein aika samoja kuin, mitä niinku terveydenhuollolla voi olla.

Millaisia uskomuksia mielipiteitä ja käsityksiä transihmiset pitävät seksuaalista hyvinvointiaan häiritseväinä? Haastateltavieni mukaan transsukupuolisuudesta puhutaan liikaa genitaalien kautta. Haastateltavieni mukaan pitäisi enemmän kiinnittää huomiota sukupuolisena olemiseen ja kokemiseen kuin sukuelimiin. Transsukupuolisista liian yleisesti ajatellaan, että kaikki transihmiset ovat halunneet poistaa kirurgisesti väärät sukuelimensä ja heille on rakennettu sen sukupuolen sukuelimet, jonka he kokevat omaksi sukupuolekseen.

Tää on kans yks myytti, et transsukupuolisuus on aina yhtä kuin dysforia. Et tavallaan, et se voi olla, et lähtee ihan ok:sta tilanteesta kohti parempaa tilannetta, eikä niinku et se on niin hirveetä, et se on niinku elämän ja kuoleman kysymys. Joka on sekin totta. Ne on molemmat olemassa.

Sukuelinkeskeisyyden ja niihin liittyvien oletettujen leikkausten takia uskotaan, että transihmiset eivät ole ja eivätkä voi olla kiinnostuneita seksistä tai, että genitaalejaan inhoavat eivät tahdo tehdä niillä mitään. Haastattelussa transmaskuliiniksi itsensä nimeämä totesi:

Itekin oon ollu tän ennakkoluulon käsityksessä. Silloin kumppanini oli transnainen enkä silloin täysin tiedostanut omaa juttuani. Mut silloin ennen kuin hän oli käynyt genitaalileikkauksissa niin tota mä olin siinä uskossa, et transihmiset inhoaa omia sukupuolielimiään ja arkailin, että voinko mä nyt koskea tai kysyä, et haluuskä, et mä kosken.

Kaikki transihmiset eivät inhoa elimiään. Omasta kehosta saa ja voi nauttia ihan riippumatta siitä, mikä se oma sukupuolikokemus ja identiteetti on. Se ei tee omaa kokemusta vähempiarvoiseksi tai vähemmän uskottavaksi, vaikka tekisikin asioita, joita mielletään, et "ei naiset tee näin" tai "ei miehet tee näin".

Omaa kehoa ei tarvitse inhota. Siitä saa nauttia sellaisenaan. Se, millä tavalla luokittelee omaa kehoaan tai muut luokittelevat sitä sen ominaisuuksien perusteella, ei määrää sitä, mitä seksielämässään voi tehdä: *Mä voin tehdä mun keholla ihan kaikkea, mihin se antaa mahdollisuuksia.*

Yleinen uskomus on myös, että transmaskuliini ei voisi ottaa mitään vaginaansa. Kuitenkin esimerkiksi transmies voi säilyttää sekä vaginansa että rintansa, koska voi todeta ylpeänä, että *mulla on rinnatkin tallella, koska mä tykkään mun tisseistä.* Toisaalta monille transmiehille rintojen poisto tai transnaisille rintojen rakentaminen on ollut sosiaalista kanssakäymistä helpottava asia juuri läpimenon vuoksi. Usealle rintoihin liittyvä korjaus on saattanut olla ainoa toimenpide kirurgisista sukupuolen korjaushoidoista, joita he ovat päättäneet teettää.

Transsukupuolisuutta pidetään joidenkin haastateltavieni mukaan edelleen aika paljon vain nuorten aikuisten kokemuksena. Siksi ei tulla ajatelleeksi, että nuoren transaikuisen elämänkaareen ja elämänkulkuun kuuluu elämä translapsuudessa, transnuoruudessa ja transaikuisuudessa, ja että heistäkin tulee ikäihmisiä, jotka askartelevat oman kehonsa vanhenemisen ja seksuaalisuutensa kanssa.

Transihmisyys ei häviä iän myötä, vaikka virheellisesti uskotaan, että *ikäihmisissä ei ole transihmisiä; tai he eivät ainakaan ole enää kiinnostuneita seksistä.*

Haastateltavistani moni oli pohtinut suhdettaan lasten saamiseen ennen ja jälkeen sukupuolenkorjausten. Monille se oli kipeä asia ja ympäristön käsitykset siitä, että transsukupuoliset eivät voi tulla raskaaksi, koska he ovat lisääntymiskyvyttömiä, koettiin satuttavaksi. Haastateltavista moni viittaisi keskusteluihin, joita eri aikoina on käyty hermafrodiiteista ja yhdistetty heidät virheellisesti transsukupuolisiin.

Edelleenkin myös luullaan erään haastateltavan kertomana, että

transnaisten uskotaan olevan seksipervoja; homoseksuaalisuus, transsukupuolisuus ja pedofilia yhdistetään, tai transsukupuolisia homotellaan, vaikkeivät ole homoja. - - Että lesbot eivät voi saada sukupuolitauteja, ja että lesboseksiin kuuluu olennaisena dildojen käyttö, ku täytyyhän siinä jokin peniksen korvike olla. Ahdistavaa voi olla sekin uskomus, kun tuntuu, että romanttinen fetismi on ainoa sallittu. Että seksi ei voisi perustua niinku fantasiaan valtasuhteesta.

Transyhteisössä femiinien puolella on eron tekoa siihen, et tää ei oo fetissi, josta on tullut, et halutaan erottautua transvestiiteistä. Halutaan erottautua mistään fetissiajatuksesta.

Se et niinku miks homomiehelle niinku transnainen tai transmies varsinki, transhomomies on uhka? Sitä me ollaan mietitty. Et mikä se juttu on, ku et ihminen, joka on ite joutunu taistelemaan kuulumisestaan vähemmistöön, tai tullu ulos kaapista monessakin tilanteessa ja on joutunut heiluttamaan pridellä lippua, niin kuitenkin kohtelee syrjivästi niinku, eikä nää niinku oikeana homomiehenä transhomomiestä. Se on niin ku mun mielestä kyse syrjinnästä.

Heteronormatiivisesti ajatellaan myös, että transihminen aina loppujen lopuksi haluaa olla joko mies tai nainen varustettuna sukupuolelle ominaisilla sukuelimillä. Sukupuolensa lähtökohtana hän haluaa kahdesta sukupuolesta

Vlrhekäsitykset
poistuvat vain
puuttamalla niihin.

seksikumppanikseen eri sukupuolta olevan, kuin mitä itse on. Transihmisten kohdalla monesti unohtuu, että transmiehille ja transnaisille sukuelimet sukupuolta ilmaiseva asiana saattavat olla eri asia kuin sukuelimet nautintoa tuottavina kehon kohtina. Kaikille haastateltavilleni genitaalit eivät olleet olennainen osa sukupuolta vaan sisäinen kokemus ja tunne omasta sukupuolesta. *Sukupuoli on kuin mielenmaisema*, kuten eräs haastateltavista totesi. He eivät kokeneet sukuelimiään mitenkään häiritseviksi ja käyttivät olemassa olevia sukuelimiään nautinnon tuottamiseen hyvin monella tavalla. Erään haastateltavan sanoin:

Mä en ite miellä itteeni transihmiseksi. Mitä se kertoo musta? Se kertoo sen, että mulla on ollut tietty biologinen lähtökohta, ja sit mä oon vaihtanut mun henkilötunnuksen ja nimen. Se, että mä oon muuttanut mun kehoa eri suuntaan ei kerro siitä, miten mä itteni identifoin. Itse koen sukupuolen hyvin muuntuvana ja liukuvana asiana. Ja sukupuolen monimuotoisuus koskee kaikkia ihmisiä tietyllä tapaa, ja uskoisin, että monet niinku jollakin tapaa sitä omaa sukupuoltaankin miettii ainakin sen verran, vaikka sit olisikin cis-sukupuolinen.

Joo ja et sun sukupuoli-identiteetti voi olla tavallaan aito ja autenttinen, niin sen on pitänyt olla pikkulapsesta lähtien. Toki se joillakin on, eikä siinäkään mitään, mut aika monella se ymmärrys siitä, että on muita vaihtoehtoja, kun se muotti tai rooli, mikä sulle on tavallaan tarjottu tulee vasta sillensä niinku vasta myöhemmin. Tavallaan sekin on ihan normaalia, et haetaan tukea tai autenttisuutta siihen, et kyllähän minä silloin kuusvuotiaana en tykänny käyttää mekkoja, et kyllä tää varmasti silleen — mut sit silleen, et se ei tee siitä mitenkään keksittyä tai vähemmän autenttista, vaikka se ymmärrys tulis sit vasta silleen vanhemmalla iällä ja se myöskin, et identiteettihän on liukuva. Kokemuksessa on paljon variansseja, et silleen niinku vaikka niin, et vaikka ulkomaailma antas ymmärtää ja sanoo jotain niin, et sä et oo niinku epänormaali. On täysin ok, jos kokee nää perinteiset roolit sopiviksi niin ei siin oo mitään pahaa.

Kulttuureissa ja yhteiskunnassa olemassa oleva tieto on väistämättä osa omaa henkilöhistoriaa seksuaalisena ja sukupuolisena ihmisenä. Kaikilla haastateltavillani oli itsellään tai läheistensä kautta kokemuksia lääketieteestä ja sukupuoleen liittyvästä diagnostiikasta johtuen siitä, että sukupuolen korjaaminen omaa

kokemusta vastaavaksi edellyttää lääketieteen väliintuloa. Myös nuorin haastateltavistani oli ehtinyt tutustua eri aikakausina ja eri tahoilla tuotettuun materiaaliin transsukupuolisuudesta ja sukupuolenkorjauksista. Nämä materiaalit vaikuttavat monella tavalla siihen, miten hän koki ja jäsensi omaa sukupuoltaan ja seksuaalisuuttaan nyt tässä ajassa. Erityisesti häntä askarrutti lääketieteen näkemys sukupuolesta ja kehodysforiasta.

Lääketieteellisessä ja ennen kaikkea diagnostisessa tarkastelutavassa (F64.0 Transsukupuolisuus) määritellään niin, että tavallisesti henkilöllä on tunne oman anatomisen sukupuolen epämiellyttävyydestä tai epäasianmukaisuudesta. Ihminen haluaa elää ja tulla hyväksytyksi vastakkaisen sukupuolen edustajana, eikä kyse ole muusta mielenterveyshäiriöstä tai oireesta, eikä kromosomipoikkeavuudesta.

Nuori haastateltavani piti ongelmallisena, että diagnostiikassa on tapana määritellä asioita keskimääräinen henkilön ja keskimääräisten ominaisuuksien mukaan huolimatta siitä, että keskimääräistä ihmistä ei ole olemassa. Diagnostiikassa on tunnustettu hänen mukaansa ikään kuin yhdenlainen transsukupuolisuus. Keho ja sukupuoli-identiteetin yhteensopimattomuus on sen lähtökohta. Diagnostinen määrittely ei kuitenkaan tarkoita, että ei voisi olla toisella tavalla tai toisenlainen transsukupuolinen tai, että yhteensopimattomuutta ei voisi tarkastella ja kokea eri tavoin. Tämän tapaista ajattelua kohti diagnostiikkakin on kehittymässä pikku hiljaa. Nykyään diagnostiikassa puhutaan myös sukupuoli-identiteetin variaatiosta (gender identity variations) ja sukupuolidysforiasta (gender dysphoria), jossa huomio kiinnittyy kehon ja identiteetin välisestä yhteensopimattomuudesta johtuvaan epämukavuuteen ja ahdistukseen.

ICD-10 tai DSM-5 -diagnoosit eivät edellytä kaikkia mahdollisia ruumiillisia hoitoja. Haastatteluaineiston pohjalta voidaan sanoa, että yksilöllisten erojen huomioon ottaminen diagnostiikassa on ehdottoman välttämätöntä ja epämukavuuden ja ahdistuksen lieventämisessä on tärkeää ihmisen oma kokemus tarpeellisista toimenpiteistä epämukavuuden ja ahdistuksen poistamiseksi. Haastatteluni tuovat esille sen, että transihmisyys on moninaista ja elämän kirjo on laaja, eivätkä transihmiset ole lokeroitavissa ajatukseen yhdenlaisesta transsukupuolisuudesta. Erityisesti transgenreys toivottiin tunnustettavan vahvemmin diagnostiikassa.

Joillekin transihmisille aiheuttaa hämmennystä se, että ikään kuin *kehodysforiaa kokeva on jotenkin aidompi transsukupuolinen kuin hän, jolla sitä ei ole.*

Lääketieteen kehyksessä identiteetti vastaa kysymykseen, kuka olen. Transihmiset pohtivat identiteettiä myöskin kehyksessä, miksi voin tulla. Lääketieteen kehyksessä dysforiaa tarkastellaan yhtenä osa-alueena persoonallisuuden rakenteita. Tutkimuksissa kartoitetaan mahdollisuutta persoonallisuuden kehityksen ongelmiin (esimerkiksi joko persoonallisuuden kypsymättömyydestä johtuvana identiteetin keskeneräisyytenä tai persoonallisuuden häiriöön liittyvänä identiteettihämmennyksenä). Diagnostisissa prosesseissa oleville on ollut hyvinkin hämmentävää tietoisuus siitä, että lääketiede tutkii myös heidän persoonallisuuden rakenteitaan, jotka sukupuolen kehityksen kannalta saatavat olla keskeneräisiä vain siksi, että transihmisen elämästä on puuttunut riittävät samaistumisen kohteet, sanat ja sukupuolisosialisaatio omaksi koettuun sukupuoleen, joka ei ole yhdellä tavalla nähtynä joko tietynlainen mies tai nainen. Transihmisiä ahdisti ajatus, että ikään kuin ihmisen persoonallisuus voisi olla jollakin tapaa huono tai hyvä tai se pitäisi olla tietynlainen. Eräs haastateltavani totesi:

Myös toimenpiteetkin voi aiheuttaa sukupuolidysforiaa. Pitäs olla aika varovainen, et ei tarjota mitään tulkintamallia, et jokin vois johtua jostakin. Esimerkiksi transsukupuolisuudesta ja aseksuaalisuudesta puhutaan paljon niiden ohi ja määritelmiä ei kauheasti kunnioiteta.

Persoonallisuuteen puuttuminen saattaa olla jo itsessään hämmennystä ja pelkoa aiheuttava. Ihmiselle tulee herkästi tunne, ettei ole kyllin hyvä, hyväksyty tai sopiva juuri sellaisena kuin on. Tämä taas on seksuaaliselle hyvinvoinnille haasteellinen tilanne. Seksuaaliseen hyvinvointiin kuuluu oman kehon ja oman persoonallisuuden tasapaino elämässä.

Keho ja persoonallisuus ovat kietoutuneita toisiinsa. Siksi jompaan kumpaan puuttuminen tuntuu myös puuttumisena toiseen.

Siten itselle on syytä tehdä selkeä ero siitä, mikä on lääketieteen tapa ja kulttuurin arjen tapa sekä oma tunne tarkastella kehoa, sukupuolta, seksuaalisuutta ja

persoonallisuuden rakenteita vastauksena kysymykseen: Kuka olen? Millainen olen? Millaiseksi voin tulla?

Se, minkä mä koen pohjattoman turhauttavaksi on se, että aika moni pitää sitä niin ku uutena trendinä tai hömpötyksenä. - - Silloin nuorempana niinku tosi pitkään kipuilin tätä silleen puhtaasti, et ehkä mä vaan kuvittelen, kun ei oo sellasta binäärisesti trans. Sit se kokemus on silleen, et no niinku tää nykyinen rooli ei tunnu sillain omalta, mut sit silleensä, et ei toi toinenkaan niinku tarjolla oleva rooli oo niinku mun.

Sensitiivisyys
toisia
kohtaan
parantaa kaikkien
elämänlaatua
ja hyvinvointia.

Monelle on ollut ahdistavaa ajatus, että pitäisi valita ikään kuin kahdesta huonosta vaihtoehdosta parempi.

Isoin oli se, et täytyy niinku valita, et onks mies tai nainen. Mut et niinku ihan oikeasti ei tarvii ja voi oikeasti tehdä sillai asioita, jotka tekee helpommaksi olla omassa kehossa. Ja tietynlainen läpimenemisen mystifiointi tai se, että jotenkin suurin epätoivo ja semmonen fiilis, et on etukäteen pettynyt kaikkeen, mikä niinku liittyy siihen, kun mä mietin, et voiks musta ikinä tulla uskottavaa miestä, koska olen lyhyt, koska on XY ja mitä ikinä tuli keksittyä. Samaa mä oon kuullu niinku muilta, jotka on pohtinut sitä, et miettii hirveen ulkoa päin jotenkin, et miten uskottavasti pystyy sitten niinku käymään. Et saattaa kuulla keskusteluu jostain henkilöstä, et kyl se ihan mieheltä näyttää, vaik se on aika lyhyt. Tai niinku feminiinit kuulee tutkimusryhmältä ihan uskomattomia asioita niinku "eihän susta koskaan sitä kaunista naista tule" niinku. Kirurgit on niinku kirurgeja ja niil on hyvä lopputulos/ huono lopputulos. Myös hormonihoidoissa puhutaan paremmasta lopputuloksesta tai niinku se lopputulos on se, miten uskottavasti sä niinku huijaat, et siin on vähän niinku tän tyyppinen. Hormonipolin lääkärit tavallaan puhuu siihen sävyyn, et se korjausprosessi olis niinku ympäristön huijaamista tai semmosta. Tai et etsitään, et olis mahdollisimman uskottava. Keskiössä ei oo se et niinku, että ihmisellä olisi parempi olo ja se tuntee olevansa enemmän oma itsensä. Et kysyttäiski niin päin, et miten sä koet, et sun kehon pitäis olla, ja mikä on sun mielestä onnistunut lopputulos? Eikä silleen et katsotaan

arvioivasti ja todetaan, et susta voidaan saada sen verran uskottava mies tai nainen.

Transihmisissä on seksityöntekijöitä ja seksityöläisyyteen koettiin liittyvän paljon virhekäsityksiä suomalaisessa yhteiskunnassa.

Joku seksityön tekeminen on silleen esimerkiksi kauhee sellanen tabu. Seksuaalinen riisto ja ihmiskauppa on ehottomasti tuomittavia asioita, mut sit kuitenkin on olemassa ihmisiä, jotka tekee sitä silleen, et maksaa verot ja se on niinku duuni. Seksuaaliterveyttä sekin on, et jotkut niinku tuottaa tällaisia niinku maksullisia seksuaaliviihdepalveluja duunikseen ja niiden ihmisoikeudet ja ihmisarvo ei pitä olla huonompi kuin kenelläkään muulla. - - Vaik siin on sellaset tietyt stressijutut ja rasittavuudet niin ku muissakin ammateissa ja sit viel erityirasittavuudet, niin aika moni on oppinut omista rajoistaan ja seksuaalisuudestaan sen kautta ja omast ihmisyydest.

Tiivistetysti suomalaisessa yhteiskunnassa uskotaan edelleen pitkälti siihen, että *se, mikä on syntymässä saatu, ni siihen ei sais tulla mitään muutoksia.* Tärkeää olisi ymmärtää oma sukupuoliensa enemmän jatkumona, *jossa haetaan omaa tilaa itelle yhteiskunnassa.* Jokaisella väärällä käsityksellä on menneisyytensä ja nykyisyytensä. Niillä on myös tulevaisuutensa juuri sellaisena kuin itse sen tahdomme. Vääriä uskomuksia, käsityksiä, myyttejä ja tabuja voi purkaa ja niitä pitää purkaa. Normatiivisesta seksuaalisuus- ja seksikäsityksestä saattaa seurata herkästi turhia sosiaalisia rajoituksia omaan elämään. Se saattaa paljastua seurustelusuhteiden ja seurustelusuhteiden rakentumiselle alttiiden paikkojen välttelynä – mutta ennen kaikkea tarpeettomana tuskana ja ahdistuksena.

Moni virhekäsitys purkautuu parhaiten kuuntelemalla asianosaisia itseään ja näkemällä elämää sensitiivisemmin heidän silmin. Tämä kirja on keskustelun avaus haastateltavien äänellä pois väärinkäsityksistä, tästä jonnekin muualle, kohti transihmisten parempaa seksuaalista hyvinvointia.

Haastateltavista

Haastateltavien profiili

Haastateltaviani voi kuvailla ja profiloida monella tavalla. Yksi tapa olisi tarkastella heidän kokemuksiaan sukupuolesta. Toinen keino olisi kuvailla lähtökohtana heidän seksuaalinen suuntautuminen tai halun kohde tai seksuaalisen kiinnostuksen laadun mukaisesti esimerkiksi seksuaalisen halun ajoittaisen, osittaisen tai täydellisen puuttumisen mukaisesti. Kolmanneksi heitä voisi profiloida tehtyjen tai tekemättä jätettyjen sukupuolenkorjausten mukaan. Neljänneksi heitä voisi luonnehtia heidän tavastaan harrastaa seksiä yksin, kaksin tai monen kanssa tai tavasta saada nautintoa. Viidenneksi heitä voisi kuvailla iän perusteella ja kuudenneksi heidän läheisten suhteidensa perusteella, esimerkiksi siten kuin yhteiskunnalla on tapana määritellä, eli ketkä käyttävät samaa jääkaappia.

Osalle haastateltavistani sukupuoli, seksuaalisuus, seksuaalinen suuntautuminen sekä eroottiset ja romanttiset tunteet ja niiden kohteet ovat olleet läpi elämän muuttuvia. He ovat olleet jotakin, ovat nyt jotakin tai he ovat kasvamassa johonkin, mikä ei ole vielä selkeää ja varmaa. Osa taas on koko eletyn elämänsä vahvistaneet sitä sukupuolikokemusta, joka heillä on ollut jo varhain lapsuudessa. Heistä monella seksuaalinen halu on suuntautunut nuoruudesta lähtien hyvin samalla tavalla.

Transihmisten ja intersukupuolisten sukupuolen monimuotoisuus ja seksuaalinen moninaisuus on rikkaus.

Haastattelemani transihmiset olivat itse nimeäminään ja itse kuvaamine ominaisuuksineen:

Miehiä, naisia, olematta vain miehiä tai vain naisia, muunsukupuolisia, transsukupuolisia, intersukupuolisia, transgendereitä, transvestiittejä,

transfeminiinejä, transmaskuliineja ja ihmisiä. Jotkut ahdistuvat katseista ja huomiosta, jota muiden taholta saavat. Jotkut taas nauttivat siitä, että voivat rikkoa olemuksellaan yhteiskunnan rajoja. Jotkut transihmisistä ovat ottaneet niin sanotun täyden paketin sukupuolenkorjausleikkauksia hormonihoidoiteen. Jotkut ovat ottaneet hormonihoidon ohien esimerkiksi kasvojen alueen leikkaukset tai rintojen poiston tai rintojen rakentamisen. Jotkut ovat pitäytyneet hormonihoidoissa ja ovat säilyttäneet kehonsa sellaisena kuin se on ollut syntymässä. Jotkut elävät kahdessa sukupuolella arkeaan eli pukeutuvat omaksi kokemaansa sukupuoleen (esim. mies naiseksi) sopivissa tilanteissa tai rentoutuakseen. Joidenkin gentaalialueet on leikattu omasta tahdosta riippumatta jo vauvana.

Jotkut haastateltavat rakastavat kehonsa sukupuolista moninaisuutta ja harmittelivat, että moninaisuuden yhtäaikaista ei vielä voi tuoda riittävästi esille. Joillekin oli luontevaa tilanteen mukaan poissulkea itsestään esimerkiksi feminiininen tai maskuliininen puoli. Jotkut kokivat hyvin ahdistavana, etteivät voineet olla aina kokonaisina läsnä. Jotkut määrittelevät olevansa heteroita. Jotkut taas homoja tai lesboja tai biseksuaaleja. Jotkut määrittävät seksuaalisuutensa polyamorisen seksikumppanuuden kautta. Jotkut vielä etsiskelevät seksuaalista suuntautumistaan. Joillekin haastateltaville myös aseksuaalinen elämä oli tuttu joko omana ominaisuutena tai läheisen kautta.

Jotkut haastateltavista elivät yksin. Jotkut parisuhteessa tai nelikkoperheissä. Joillakin on biologisia lapsia ja joillakin sosiaalisen vanhemmuuden kautta omia lapsia. Jotkut olivat suunnitelleet lapsen saamista, mutta olivat luopuneet toiveestaan saada lapsia. Monilla haastateltavista oli jonkinlaisia kokemuksia kasvatuskumppanuudesta tai vanhemmuudesta. Joillakin lapset olivat jo ehtineet aikuisikään. Jotkut nauttivat nyt isovanhemmuudestaan. Jotkut olivat eläneet saman kumppanin kanssa koko tähän astisen elämänsä. Moni oli elänyt elämäänsä useamman kumppanin kanssa.

Jotkut pitävät erityisesti itsetyydytyksestä, jotkut pariseksistä ja jotkut taas ryhmäseksistä. Joillekin mielihyvää tuotti mahdollisuus seksistä eri kumppaneiden kanssa omissa lähisuhteissa. Jotkut nauttivat rakastumisesta ilman seksiä. Joillekin romanttisuus, eroottisuus tai ihastuminen oli seksuaalisesti tyydyttävää. Jotkut tyydyttyivät seksifantasioista tai fetismistä ja jotkut taas vuorostaan seksileluista.

Joillekin taas tantraseksi oli tyydyttävää. Jotkut nauttivat transpornosta elokuvina ja jotkut pornolehtinä. Kaikki haastateltavat suhtautuivat transpornoon myös kriittisesti ja jotkut taas huvittuneesti.

Jotkut olivat nuoria, nuoria aikuisia ja jotkut keski-ikäisiä tai ikäihmisiä. Jotkut halusivat käyttää itsestään sukupuoli vähemmistö-sanaa, jotkut taas eivät. Jotkut kokivat sukupuoli vähemmistö-sanan kuvaavan joissakin tilanteissa osuvasti itseä. Joidenkin mielestä se liikaa marginalisoi tilanteessa kuin tilanteessa.

Jotkut kokivat ajoittain elämänlaatunsa heikoksi. Jotkut taas ovat pitäneet elämänlaatuaan hyvänä transihmisyydestään tai intersukupuolisuudestaan huolimatta. Joillekin elämä oli suotuisa, mutta kokivat oman seksuaalisen hyvinvointinsa heikoksi.

Kaikki ominaisuudet löytyivät haastateltavistani joko nyt tai heillä oli kokemus niistä. Jokainen haastateltava oli yksilöllisesti moninainen ja muuttuva. Siten on hyvin rajoittavaa puhua yleisesti transihmisistä. Esimerkiksi kaikki muunsukupuoliset eivät koe itseään transihmisiksi. He eivät halua määritellä itseään olemassa olevien sukupuoli kategorioiden mukaan tai suhteessa niihin. Kaikki transsukupuoliset eivät välttämättä koe olevansa transihmisiä vaan ennen kaikkea miehiä tai naisia.

Monelta osin mä oon aseksuaalinen ja fluidi silleen, vaikka tantrisuuden kautta voin tehdä moniakkin asioita. Mä olen välillä ollu hyvinkin tyttömainen ja välillä jätkämäinen tai androgyyni. Muut ajattelee, et ooksmä mies, nainen, intersukupuolinen, prosessissa. Mä en haluu ottaa sukupuoli leimaa ittelleni.

Ylipäättänsä keskustelu sukupuolesta ja seksuaalisuudesta nostaa esille sen, että ihmisistä ja ihmisestä on moneksi ja tämän moninaisuuden kanssa me elämme yhdessä. Nimeäminen ja kategorisointi, tai niiden tekemättä jättäminen, tulee olla jokaisen yksilöllinen oikeus. Jokainen itsemääritelty ominaisuus tai kokemus sukupuolesta ja seksuaalisuudesta on aina inhimillisesti tärkeä ja merkittävä.

Totta kai on olemassa transihmisiä ja ihmisiä, joilla on tietynlainen kokemus kehostaan ja sukupuolesta suhteessa yhteiskuntaan.

Haastateltavien motiiveista haastatteluun

Yksi keskeinen haastatteluun tulon syy monilla oli, että transihmisten seksuaalista hyvinvointia koskeva keskustelu pitäisi käynnistää Suomessa. Motiiveihin vaikutti myös jo koetut koulun seksuaaliterveystunnit, yhteistyö sosiaali- ja terveysalan toimijoiden kanssa sekä heidän puutteelliset tiedot transihmisistä, heidän seksuaalisuudestaan ja seksuaalisesta hyvinvoinnistaan. Moni transihminen kokee, ettei koulu ole vastannut heidän omaa sukupuoltaan ja seksuaalisuuttaan koskeviin kysymyksiinsä ja antaneet riittävästi tukea kouluyhteisössä. Peruskoulun seksuaalivalistus nähtiin heterokeskeisenä ja syyllistävänä.

Ei puhuttu ylipäättänsä muusta kuin heterokeskeisyydestä ja raskaudesta ja ehkäisystä. Et niin ku se on päällimmäisenä. Tärkeää jätetään aika paljon pois niinku emotionaalinen hyvinvointipuoli, mikä mun mielestä ois tärkeä nuorelle ihmiselle. Ja ku lukioon siirty, sit niinku terveydenhoitajan vastaanottoaulassa saatto olla miesten kesken, joissa oli cis-sukupuolisten homomiesten välisestä turvaseksistä ja sekin oli vaan niinku cis-sukupuolisille homomiehille.

Emätinyhdyntä aika tarkkaan joissakin kuvattu ja mitä tasaantumis, kiihdytys ja mitä vaiheita siellä on, ja se on ihan ok. Ei siinä mitään. Mut anaaliyhdyntä ei puhuttu ollenkaan. Sanottiin, et seksi on myös muutakin kuin yhdyntä, mut sit suuseksistä ei kuvata yhtään mitään, mitä siinä tapahtuu ja miten sen voi tehdä.

Internetin kautta lähinnä löysin ja sen mitä osas hakea silloin. Paljon myöhemmin, vasta aikuisena, oon kuullu suuseksisuojusta ja silleen.

Itse asiassa, mitä muistan siitä seksuaalivalistuksesta, mitä mä olen nuorempana saanut niin oon lukevinani siitä tietynlaista syyllistämistä. Että tehdään nuorille ihmisille sitten niinku, et ku ekan kerran menet niin tehdään hirveen iso asia, et pitää olla parisuhteessa ja et pitää olla vakaassa parisuhteessa, et voi olla silleen

niinku valmis seksuaaliseen kanssakäymiseen. Et se ensimmäinen kerta on oikeanlainen. Ku ei tarvii olla pitkää parisuhdetta nuorella ihmisellä, että tavallaan on ok silleen. Ja siis tää, et ajatellen, että jos ei seksi kiinnosta niin sekin on ihan ok ja tervettä. Aseksuaalisuus on sellanen juttu, josta mä oon kuullu vasta aikuisella iällä.

Seksuaalivalistus koulussa koettiin myös, että se keskittyy tavallaan siihen et nuoria tyttöjä vastuullisestaan siitä, että et saa tulla raskaaks, et se on niinku pahinta, mitä voi tapahtua. Et siitä se päävastuu on niinku nuorilla tytöillä. Mun mielestä vastuu ei ole vain sillä, joka joutuu kantaa sen lapsen, jos niin käy.

Aseksuaalisuus kuuluu seksuaaliseen monimuotoisuuteen.

Koulun seksuaalikasvatus koettiin raskaana erityisesti itsensä määrittelyn kannalta. Nuoremmille haastateltaville on ollut voimauttavaa se, että oppikirjoissa jo mainitaan heteroseksuaalisuuden rinnalla homoseksuaalisuus ja biseksuaalisuus sekä sukupuolivähemmistöistä transsukupuolisuus. Myös transvestisuus saatetaan jo mainita joissakin oppikirjoissa.

Nykyään jo puhutaan, että on homoja ja lesbojakin ja heilläkin on seksielämää, mutta tuntuu et noi "sukupuolivähemmistöt", en ite tykkää vähemmistösanasta, ovat erityisesti katveessa.

Varttuneemmille haastateltavilleni sen sijaan koulu ei ole antanut lainkaan sanoja käsitellä omia kokemuksia ja tuntemuksia sukupuolesta ja seksuaalisuudesta. Kaikki haastateltavani kuitenkin kokevat, että ovat tulleet seksuaalisuutensa ja sukupuolensa suhteen ohitetuksi koulussa, missä *seksuaalinen halu nähdään, että onko kiinnostunut seksistä saman tai eri sukupuolisen kanssa, ei tarkemmin*. Tämä on johtanut siihen, että jokainen on kokenut joutuvansa kulkemaan pitkän matkan rohkeuteen olla oma itsensä. Osa koki olevansa vielä vuosienkin kuluttua matkan alussa, vaikka yhteiskunnan ilmapiiri sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjä kohtaan on tullut jossain määrin sensitiivisemmäksi.

Jos mä oon kysyny, et miks tää on näin poissulkeva opetusmateriaali, on vastattu, et pitäis olla ihan käsittämätön määrä informaatiota, mikä pitäis niinku pystyä

huomioimaan erilaisia ihmisiä. Jos pitäis huomioida kaikki, niin sit tätä pitäis olla loputon määrä tätä tavaraa. Vastauksesta voinee päätellä, että sukupuolen, seksisuhteiden, seksuaalisuuden ja seksitapojen moninaisuus tiedostetaan, mutta niitä ei tunnusteta. Tästä juontunee ylipäättänsä ihmisten seksuaalista hyvinvointia koskevat ahdistukset. Kun ei voida tunnustaa,

et on erilaisii kehoja, erilaisii suhteita ja erilaisii seksitapoja. Nuoret voi kokee kategorisoinnin vieraaks. Nuoret halua kokee, et tääl tulee mun asiat puheeks. Puhutaan yhdestä seksitavasta ja yhdestä kerrasta, ei seksielämästä. Ollaan valmis jättää seksikasvatus pornolle. Sieltähän oppii tekniikat, siel otetaan suihin ja siel nuollaan persettä ja siel niinku ollaan eri asennoissa. Onhan se selvästi kuvailevampaa kuin siel kirjas. Ja seksitaudeilta suojautuminen on tehty epäseksikkääksi. Kyl siel se kondomi on, mut ei siel koskaan näytetä sitä, miten kondomi laitetaan ja liukuvoide peräaukkoon tai kondomin päälle.

Jokaisella on oikeus oppia sanoja, joilla puhua omasta seksuaalisuudestaan ja sukupuolestaan.

Haastateltavien kokemukset myös sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten kanssa on yhteneväisiä. Heille toivottiin saavan enemmän tietoa ja tahdikkuutta:

Sinne kaivattaisiin todella paljon valistusta niin sukupuolen moninaisuudesta ja niinku tuota suhteiden moninaisuudesta.

Paljon kuulee, et lääkäri kyselee jotakin semmosia siis niinku leikkauksista tai hormonihoidoista tai prosesseista, koska sitä kiinnostaa, uteliaisuuttaan.

Moni haastateltava sanookin aloittaneensa seksuaalisuuteen ja sukupuoleensa liittyvän matkansa peilaten heteronormatiiviseen kulttuuriin ja sen oletuksiin. Tätä vasten moni haastateltavissa oli elämänsä varrella pohtinut *kelpaako ylipäättänsä kumppaniksi kenellekään johtuen siitä, että ei ole varma, näkeekö muut seksin niin moninaisesti kuin itse sen kokee.* Transihmisten seksuaaliselle hyvinvoinnille olisi tärkeää erään haastateltavan sanoin: *Ammattilaisil vois olla enemmän empatiaa ja niinku tunnetaitoja itellään ja niiku kategorisoimatta.*

Lopuksi erään haastateltavan sanoja mukaillen:

Mun keho on ihana.

Toisen keho on ihana.

Me kaikki ollaan kauniita.

Ja palvomme omaa sellaista hyvää energiaa.

Ja nostamme toisemme tasa-arvoisina jalustalle.

Kaunis intiimi vuorovaikutus eroottisuuden ja aistillisuuden tasolla.

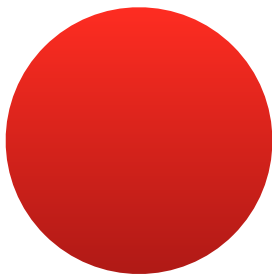
Jossa voi nauttia toisistaan, pitää itseän ja toisiin hyvää suhdetta.

Kuunnella omaa kehoa ja mieltä.

Siten on helpompaa olla rakastettu ja rakastettavana.

Kunnioita itseäsi ja muita.

Jokainen kuitenkin valitsee itse.



Sanastoa

Aseksuaali

Seksuaalisen suuntautumisen muoto (vrt. homoseksuaalisuus, biseksuaalisuus, heteroseksuaalisuus). Aseksuaali henkilö kokee täydellistä tai osittaista seksuaalisen halun tai läheisyyden tunteen puuttumista toiseen henkilöön. Aseksuaalisia on sekä cis-sukupuolisissa että transihmisissä.

Biseksuaali

Bi on henkilö, jolla on kyky tuntea emotionaalista, eroottista ja/tai seksuaalista vetoa sekä miehiä että naisia kohtaan, tai hän ei koe kohteen sukupuolta merkityksellisenä asiana. Biseksuaalisuus on yksi seksuaalinen suuntautuminen.

BDSM

On yleiskäsite eräille sadomasokistisille seksuaalifetisseille. Sitä pidetään seksuaalisena mieltymyksenä tai seksin lisämausteena. Se perustuu yhteisesti sovittuihin sääntöihin siitä, mitä tehdään ja miten. Kirjaimet tulevat sanoista bondage (sitominen), discipline (kuri), domination (hallinta, valta), submission (alistuminen), masochism (kivun tuottaminen tai vastaanottaminen).

Cis-sukupuolinen

Termi *cis-mies* ja *cis-nainen* kuvaa ihmisiä, jotka ovat tyytyväisiä heille syntymässä määritettyyn sukupuoleen, eivätkä ole transihmisiä.

Drag

Drag taidemuotona on esimerkiksi stand up -komiikkaa, showtanssia, teatteria, laulutaidetta tai sukupuolijärjestelmää haastavaa performanssia. Drag on myös esiintyjä, joka pukeutuu vastakkaisen sukupuolen mukaisesti.

Fetisismi

Seksuaalinen mieltymys, joka kohdistuu esimerkiksi asusteisiin, materiaaleihin, esineisiin ja ruumiin osiin. Ihminen voi kokea fetisististä mielihyvää osana seksuaalisuuttaan (vrt. transvestinen fetismi).

HHBTIQ

Kirjainlyhenne tulee haastateltavien näkemyksen mukaan sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöön kuuluvista ihmisistä. Kirjaimet tulevat sanoista homoseksuaali, homeovestiitti, biseksuaali, transihminen, intersukupuolinen ja queer-henkilö.

Heteroseksuaali

Heteroseksuaali on henkilö, jonka seksuaalinen halu suuntautuu toiseen sukupuoleen kuin hän itse on ja joka nimeää itsensä heteroseksuaaliksi.

Homoseksuaali

Homoseksuaalin seksuaalinen halu suuntautuu samaa sukupuolta olevaan kuin hän itse on ja joka hän nimeää itsensä homoseksuaaliksi. Sanalla viitataan usein miespuoliseen henkilöön. Homoseksuaalit naiset käyttävät itsestään sanaa lesbo.

Intersukupuolinen

Intersukupuolinen on henkilö, jonka synnynnäiset sukupuoleen liitetyt biologiset ominaisuudet eivät ole yksiselitteisesti miehen tai naisen. Intersukupuolisella on syntymän jälkeen luonnollisen sattuman säätelemää vaihtelua geneettisen, anatomisen ja hormonaalisen sukupuolen välillä.

Juridinen sukupuoli

Juridinen sukupuoli muodostuu nimestä ja henkilötunnuksesta.

Kehodysforia

Henkilön kokema vieraus ja jopa inho omia syntymäsuolelle tyypillisiä piirteitä kohtaan.

Muunsukupuolinen

Muunsukupuolinen ei koe olevansa pelkästään nainen tai mies. Jotkut muunsukupuolisista kokevat olevansa jotain miehen ja naisen välillä. Jotkut taas kokevat olevansa jotain täysin muuta kuin julklausutut sukupuolet. Jotkut heistä pitävät itseään sukupuolettomana. Jotkut muunsukupuoliset käyttävät itsestään myös nimitystä transmaskuliini, transfeminiini tai transgender riippuen siitä, kummat (maskuliiniset vai feminiiniset) piirteet, he kokevat omakseen.

Paljastelu

Sukuelimien paljastelua sosiaalisissa tilanteissa yhdessä sovitusti tai toisen yksityisyyttä loukaten.

Panseksuaali

Ihmisiä, jotka eivät ylipäättään koe sukupuolta olennaiseksi seksuaalisen tai emotionaalisen kiinnostuksensa määrittäjänä.

Seksuaali

Ihmisiä, jotka kokevat seksuaalista halua tai romanttista ja eroottista mielenkiintoa riippumatta siitä, mikä kohde (esim. ihmiset, esineet, materiaalit) on.

Seksuaalinen suuntautuminen

Seksuaalinen suuntautuminen tarkoittaa yksilön seksuaalisen käyttäytymisen kohdistumista tietyllä tavalla toiseen. Heteroseksuaalisuudessa seksuaalisuus suuntautuu toiseen sukupuoleen kuin itse on ja homoseksuaalisuudessa samaan sukupuoleen kuin itse on.

Sosiaalinen sukupuoli

Sosiaalinen sukupuoli viittaa sukupuolen kokemuksellisiin, persoonallisiin, sosiaalisiin, kulttuurisiin ja juridisiin ominaisuuksiin. Sosiaalinen sukupuoli on vahvasti myös kokemus, tunne omasta sukupuolesta (ks. juridinen sukupuoli).

Sukupuoli-identiteetti

Sukupuoli-identiteetti on omaan sukupuoleen liittyvä itse määritelty minäkuva.

Seksuaali-identiteetti

Seksuaali-identiteetti on itse määritelty omaan seksuaalisuuteen liittyvä minäkuva.

Sukupuolen korjaus

Sukupuolen korjaamisella tarkoitetaan yleensä lääketieteellisiä hoitoja, joiden avulla transsukupuolinen tai muunsukupuolinen henkilö voi korjata kehoaan vastaamaan koettua sukupuolta.

Tirkistely (Voyarismi)

Seksuaalinen mieltymys, joka tapahtuu toista katsomalla sosiaalisesti hyväksyttävissä tilanteissa tai toisen yksityisyyttä loukaten.

Transgender

Transgenderillä viitataan henkilöön, joka kokee olevansa sukupuoleton, sukupuoleltaan määrittelemätön tai omaleimainen yhdistelmä maskuliinisena ja feminiinisena pidettyjä ominaisuuksia, ja joka elää mieheyden ja naiseuden välillä.

Transihminen

Transihminen on yläkäsite sukupuolen mukaiselle luokitukselle ja siihen luetaan kuuluvaksi muunsukupuoliset, transgenderit, transsukupuoliset ja transvestiitit.

Transsukupuolinen

Transsukupuolinen on henkilö, joka ei koe kuuluvansa siihen sukupuoleen, johon hänet on syntymähetkellä määritelty ja lapsena kasvatettu. Esimerkiksi biologinen nainen kokee olevansa mies (FtM, Female-to-Male) tai biologinen mies kokee olevansa nainen (MtF, Male-to-Female). Henkilö ei subjektiivisesti koe sukupuoliristiriitaa, vaan sukupuoli- ristiriitaan liittyvät tulkinnat syntyvät suhteessa maailmaan, sen odotuksiin ja oletuksiin henkilön sukupuolesta. Transsukupuolisuus on harvoin identiteetti. Transsukupuolisista monet identifioituvat joko miehiksi, naisiksi tai muunsukupuolisiksi. Se kuvaa tilaa, jossa henkilö on tullakseen itsekseen.

Transsuuntautunut

Transsuuntautuneiksi kutsutaan henkilöitä, joiden seksuaalinen halu suuntautuu transihmiseen, kuten muunsukupouolisiin tai transsukupuoliseen. Transsuuntautunut kokee sukupuolen kaksinaisuuden kiehtovana.

Transvestiitti

Transvestiitti on henkilö, joka haluaa toisinaan tuoda esille persoonaansa kuuluvaa toista sukupuolta pukeutumalla toisen sukupuolen vaatteisiin ja toimimalla toisen sukupuolen roolissa. Esimerkiksi mies haluaa pukeutua naisen vaatteisiin ja toimia naisen roolissa tai nainen haluaa pukeutua miesten vaatteisiin ja toimia miehen roolissa. Osa transvestiiteista saattaa ajan saatossa ottaa toisen sukupuolen ominaisuuksia pysyväksi osaksi olemistaan (vrt. transsukupuolinen).

Transvestinen fetismi

Transvestinen fetismi tarkoittaa, että pukeutuminen toisen sukupuolen vaatteisiin tuottaa henkilölle seksuaalista tyydytystä.

Ulostulo

Tarkoittaa sellaisten asioiden kertomista tai muulla tavoin näkyväksi tekemistä toisille, joita muut eivät voi ulkoisten ominaisuuksien tai ilmaisun perusteella muuten päätellä tai havaita. Tässä asiayhteydessä tämän tapaisia asioita ovat oma sukupuoli-identiteetti, seksuaali-identiteetti, seksuaalinen suuntautuminen sekä seksuaaliseen haluun, toiveisiin liittyvät tavat ja niiden kohteet. Myös elämäntapaan liittyvät asiat, kuten elämä sateenkaariperheessä tai monisuhteissa saattavat edellyttää kertomista, ulostuloa.

Mistä saat lisää tietoa?

aktuaali.fi

dreamwearclub.net

hivtukikeskus.fi

intersukupuolisuus.fi

justwearit.fi

polyamoria.fi

positiiviset.fi

sateenkaariperheet.fi

seta.fi

sinuiksi.fi

sukupuolitauti.info

terveyskirjasto.fi

trasek.fi

transtukipiste.fi

umo.se

vaestoliitto.fi

<http://transgenderinfo.be/wp-content/uploads/Gender-Dynamix-Safe-Sex-Guide.pdf> – Sexual Health for Transgender and gender non-conforming people

<http://fpes.se> – Transföreningen FPES

Kirjallisuus

- Aarnipuu, Tiia. 2008. *Trans Sukupuolen muunnelmia*. Helsinki: Like.
- Goffman, Erving. 2012. *Vuorovaikutuksen sosiologia*. Suomentanut Kaisa Koskinen. Tampere: Vastapaino.
- Huuska, M. Täydentäviä näkökulmia Transnuorten seksuaaliterveyteen, 15–28. *Seksologinen aikakauskirja* 12 (1). Helsinki: Suomen seksologinen Seura. (Tulossa)
- Hälsan och hälsans bestämningsfaktorer för transpersoner. En rapport om hälsoläget bland transpersoner i Sverige. 2015. Sverige: Folkhälsomyndighetens publikationsservice.
- Kaltiala-Heino, R., Mattila, A., Kärnä, T. & Joutsenniemi, K. 2015. Sukupuoli-identiteetin diagnosoiminen. *Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim* 4/2015 131. vuosikerta. Helsinki: Suomen Lääkäriseura Duodecim, 367–370.
- Kaltiala-Heino, R., Sumia, M., Savioja, H. & Lindberg, N. 2014. Seksuaaliterveyden kysymyksiä sukupuolen uudelleenmäärittelyyn hakeutuvilla nuorilla. *Seksologinen aikakauskirja* 1 (1). Helsinki: Suomen seksologinen Seura, 15–28.
- Kilpiä, J. 2015. *Nimestä minut tunnet*. Helsinki: Aktuaali koulutuspalvelu.
- Kolehmainen, M. & Suominen, S. 2015. Transsukupuolisten sukuelinkirurgia. *Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim* 4/2015 131. vuosikerta. Helsinki: Suomen Lääkäriseura Duodecim, 387–391.
- Kondelin, S. 2014. *Dis/Orientations of Gender and Sexuality in Transgender Embodiment*. *SQS* 1-2/2014, 32–43.
- Laki transseksuaalin sukupuolen vahvistamisesta 563/2002.
- Lehto, U-S., Lonka, H. & Aromaa, A. 2014. Eturauhassyövän hoitojen miesten seksielämälle aiheuttavat haitat. *Seksologinen aikakauskirja* 1 (1). Helsinki: Suomen seksologinen Seura, 57–75.
- Mattila, A., Heinonen, L., Mäntymäki, A., Uusi-Mäkelä, N. & Ålgars, M. 2015. Sukupuolen korjauksen vaikutus psyykkiseen hyvinvointiin ja elämänlaatuun. *Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim* 4/2015 131. vuosikerta. Helsinki: Suomen Lääkäriseura Duodecim, 379–381.

- Pöntinen, J. 2014. Kinky seksuaalisuus arkisena ja arjesta irrotettavana ilmiönä. Seksologinen aikakauskirja 1 (1). Helsinki: Suomen seksologinen Seura, 3–14.
- Ruuhilahti, S. 2014. Kohtaantuva seksuaalikasvatus - luottamus ja turvallisuus seksuaalisen hyvinvoinnin pohjana. Seksologinen aikakauskirja 1 (1). Helsinki: Suomen seksologinen Seura, 97–110.
- Tinkanen, H. & Das, P. 2015. Transsukupuolisten hormonihoidot. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim 4/2015 131. vuosikerta. Helsinki: Suomen Lääkäriseura Duodecim, 372–377.
- The Swedish Trans Health Study –Public Health Agency of Sweden. Presentation by Carolina Orre, RFSL.
<http://transgenderinfo.be/wp-content/uploads/Gender-Dynamix-Safe-Sex-Guide.pdf>
- Ulostulo-opas. sinuiksi.fi
- Vilka, H. 2006. Keho omaa sukupuolta koskevan tiedon ja ymmärryksen muotoutumisen perusta transsukupuolisilla. Helsinki: Helsingin yliopisto. ethesis.helsinki.fi
- Vilka, H. 2010. Seksuaalisuuden kohtaaminen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Vilka, H. 2011. Seksuaalinen häirintä. Jyväskylä: PS-kustannus.