

# *Esipuhe*

Seksuaalitietämys ja seksuaalisuuden tutkimus ovat kehittyneet voimakkaasti viime vuosikymmeninä. Seksuaaliterapiasta ja sen vaikuttavuudesta ei kuitenkaan ole juuri tutkittua tietoa saatavilla. Tätä kirjaa kirjoittaessamme on ajatuksena ollut selvittää, mitä seksuaaliterapia on, mitä seksuaaliterapiassa tapahtuu asiakkaan ja terapeutin välillä sekä miten seksuaaliterapiaa käytännössä toteutetaan. Kyseessä on ensimmäinen suomenkielinen seksuaaliterapiaa käsittelevä teos. Kirjassa näkyy myös se, että seksuaaliterapia on integratiivista eli muita terapiasuuntauksia ja tieteenaloja joustavasti yhdistelevää toimintaa.

Seksuaaliterapia-kirjaan on koottu tämän hetken tietoa seksuaalisuudesta. Tutkimukset, joihin tekstissä viitataan, ovat uusimpia ja ne on pyritty esittämään käytännönläheisesti kliinisen asiakastyön tarpeista käsin. Seksuaalikulttuuri, tutkimustieto sekä seksuaalilääketiede ja psykoterapeuttiset hoitomuodot kehittyvät jatkuvasti. Kirjaan koottu käytännön tietämys on tärkeä tuki eri ammattiryhmien ammatillisten valmiuksien kehittämiseksi, jotta he osaisivat kohdata asiakkaan ja auttaa häntä löytämään oman eroottisen itsensä sekä usein kadoksissa olleen seksuaalienergian.

Kirja on tarkoitettu käsikirjaksi kaikille seksuaaliterapeuteille ja seksuaaliterapeuteiksi opiskeleville. Kirjaa voivat mainiosti käyttää apuna myös seksuaalineuvontaa omassa työssään antavat ammatti-ihmiset. Kirja on käyttökelpoinen psykoterapeuteille, psykoterapeuteiksi opiskeleville, psykologeille, lääkäreille sekä muille hoito- ja sosiaalialan ihmisille myös tilanteissa, joissa syntyy tarve ohjata asiakas seksuaaliterapiapalvelujen pariin. Vaikka teos on ensisijaisesti suunnattu ammattilaisille, myös seksuaaliterapiaa harkitsevat tai terapiassa jo käyvät henkilöt ja parit hyötyvät teoksesta. Se on myös hyödyllinen kenelle tahansa, joka on kiinnostunut seksuaalisuudesta, seksistä sekä mitä moninaisimmista aihepiiriin liittyvistä ilmiöistä.

Kirja on jaettu kahteen osaan, joista ensimmäisessä käsitellään seksuaaliterapian lähtökoh-  
tia. Aluksi paneudutaan yleisesti ihmisen seksuaalisuuteen, minkä jälkeen keskitytään tarkastelemaan, mitä seksuaaliterapia on. Erityisesti pohditaan integratiivisuutta seksuaaliterapiassa sekä hyvän terapeutin ja terapian ominaisuuksia. Seuraava luku kuvaa tunteiden käsittelyä seksuaaliterapiassa. Tämän jälkeen on koottu tietoa seksuaaliterapeutin työn tueksi. Luvussa on hyvin käytännöllinen lähestymistapa, ja siinä esitelläänkin konkreettisia työssä hyödynnettäviä välineitä, kuten seksuaaliterapiasopimusta ja työtä ohjaavia lakeja. Lopuksi käsitellään terapiatyötä nuoren, sukupuolen, seksuaalisen suuntautumisen, perheen ja uskontojen näkökulmasta.

Kirjan toinen osa keskittyy tarkemmin seksuaaliterapiassa käsiteltäviin aihepiireihin. Osassa käydään läpi seksuaalireaktioita, niiden suhdetta seksuaaliterapiaan sekä erilaisia seksuaalihäiriöitä ja -ongelmia. Lähtökohtana on esitellä tutkimustietoa sekä antaa käytännöllistä tietoa terapiaprosessiin. Luvut traumausten, lapsettomuuden, sairauden tai addiktioiden käsittelystä seksuaaliterapiassa tarjoavat tukea terapiaprosessiin. Seksiriippuvuutta, pornoa, kaupallista seksiä ja parafilioita käsitellään omassa luvussaan. Kirjan lopussa pohditaan seksuaaliterapeutin omaa jaksamista.

Idea kirjaan syntyi Väestöliitto ry:n järjestämän seksuaaliterapiakoulutuksen yhteydessä, jossa me molemmat kirjoittajat vastasimme koulutuksen sisällöstä ja olimme läsnä kaikissa seminaareissa. Meillä molemmilla on seksuaaliterapiakoulutus, ja omat psykoterapiakoulutuksemme kattavat kognitiivisen psykoterapiasuuntauksen ja perheterapiasuuntauksen. Olemme molemmat työssämme kehittäneet integratiivista lähestymistapaa seksuaaliterapiassa, ja se on näkynyt varmasti toimiessamme kouluttajina seminaareissa.

Seksuaalisuuteen, seksiin ja seksuaaliterapiaan liittyy monia termejä. Olemme pyrkineet aina tarvittaessa avaamaan käytetyn termin tekstissä.

Tämän kirjan tekeminen on ollut meille molemmille suuri haave ja haaste, mutta myös suuri ilo. Haluamme myös erityisesti kiittää Jussi Nissistä, joka on kirjoittanut osion lapsikohtaisen seksuaalisuuden kohtaamisesta terapiatyössä. Halusimme kutsua Jussin mukaan kirjoittamaan tämän osion, sillä hän on kokemuksemme mukaan kirjoittamansa aiheen kiistanon asiantuntija Suomessa. Olet meille molemmille suuri esikuva.

Helsingissä 15.3.2016

*Tarja Santalahti*

*Mika Lehtonen*