

UNGDOMS PERSPEKTIVER PÅ PORNO

- Internett og sosiale medier som arenaer for å finne informasjon om kropp, helse og seksualitet.
- Enkel tilgang til og bruk av pornografi – hva vet vi, og hva gjør det med ungdom?
- Hva kan vi gjøre for å begrense skadelig bruk av porno?



SOSIALE MEDIER OG NETTET – MULIGHETER OG FARER

- Hva kan være positivt med å bruke internett og sosiale medier som arenaer for å finne informasjon om sex?
- Gi eksempler på digitale ressurser som kan bidra til å styrke ungdommenes seksuelle helse?
- Hva skjer når porno bare er et tastetrykk unna, og ungdom bruker porno til å lære om sex?



REDD BARNA - BARNERETTIGHETSORGANISASJON

- FNs barnekonvensjon
- Informasjons- og undervisningsmaterieell til foreldre og til bruk i skolen
- Rapporter med særlig fokus på ungdoms perspektiver
- Interessepolitisk arbeid – Styrket seksualitetsundervisning i skolen er et viktig mål for oss



BARN OG UNGDOMS BRUK AV SOSIALE MEDIER



ALT SKJER FORAN SKJERMEN

SVAR FRA UNGDOMMEN

HVA BRUKER UNGDOM NETTET TIL?

FRITID, FAMILIE OG HVERDAGSLIV:

- Kontakt med venner og bekjente
- Kontakt med foreldre og familie
- Følge med på nyheter
- Kjøpe billett til kollektiv transport
- Booke treningstimer
- Påmelding til fritidsaktiviteter
- Informasjon fra trenere
- Sjekke været
- Vipps
- Betale i butikk
- Planlegge sosiale aktiviteter
- Gaming
- Se på film
- Høre på musikk
- Lage musikk
- Planlegge middag

SKOLE:

- Innleveringer og skolearbeid
- Informasjon fra lærere
- Sosiale medier i friminutter
- Gruppearbeid på skolen
- Klassechat og chattegrupper
- Søke på videregående skole
- Informasjon om utdanningsvalg

TILGANG TIL OG BRUK AV HELSETJENESTER:

- Bestille lege- og tannlege timer
- Helseyskepleier på sosiale medier
- Chattetjenester
- Koronatest
- Koronarestriksjoner ved nedstengning under pandemien i 2020-2021.

ANDRE OFFENTLIGE TJENESTER:

- Søke stipend i Lånekassen
- Finne informasjon på ung.no
- Informasjon om egne rettigheter
- Skattekort
- NAV
- Barnevern

Hvis man ikke kan snappe, vet man ikke hva som foregår.

Ungdom



GOD INFORMASJON OM SEKSUELL HELSE



Kan jeg ha sex før jeg fyller 16 år?

Mange lurer på om det er ulovlig å ha sex hvis de selv, eller den de vil ha sex med, er under seksuell lavalder. Her forklarer vi regelverket for sex mellom ungdom.

[Les mer](#)



Er du nysgjerrig på sex?

Det er vanlig å være nysgjerrig på sex. Noen får lyst til å utforske egen kropp mer, mens andre får lyst til å se på og ta på andre. Nysgjerrigheten gjør også at mange ser på porno.

[Les mer](#)



Hva gjør at du blir kåt?

Hva som gjør oss kåte varierer fra person til person. De fleste har et eller annet som tenner dem litt ekstra seksuelt. Noen blir sjelden kåte, mens andre blir det ofte.

[Les mer](#)



Alle snakker om sex, men jeg er ikke interes...

Se senere

Del

Sexolog - Tone

Alle snakker om sex,
men jeg er ikke
interessert

Se den på YouTube

Porno, ikke bare greit

Selv om det ikke er aldersgrense for å se porno, er det grunner til å tenke seg godt om. Blant annet kan det forskyve grensene for hva du aksepterer og ikke.

[Les mer](#)



Kåt? Hvordan tolke eller vise det?

Hvordan kan du vite at kjæresten eller den du vil ha sex med, vil det samme? Og hvordan kan du selv vise partner at du er klar for å ha sex?

[Les mer](#)



TRYGG PLATTFORM FOR Å TA OPP TING MAN LURER PÅ

Trykk på et av bildene under for å komme i kontakt med oss



Gratis, trygt og anonymt for deg opp til 18 år. Her kan du prate med eller skrive til voksne som er frivillige i Røde Kors. De hører på det du har å si og hjelper deg om du vil. Du kan også snakke med andre på din egen alder på [forumet](#).

Siste aktivitet i forumet

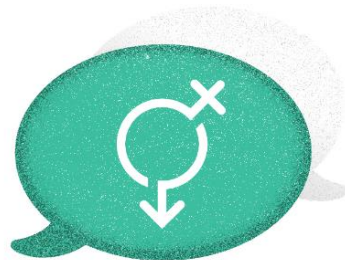
- ♥ KLARER IKKE SLUTTE Å TENKE PÅ EKSEN OG VENNINGNA MENS JEG ONANERER (sex og seksualitet)
 - SINT FORELDER (krangling og konflikter) ♥
 - ♥ RØYKER FOR OFTE. TIPS? (avhengig?)
 - VIL IKKJE VERE HOMO (sex og seksualitet) ♥
- ♥ HVORDAN SKAL JEG PRATE MED HAN? (familie, venner og kjærester)
- ER SÅ LEI OVER AT JEG IKKE KAN GJØRE DET JEG DRØMMER (full av følelser) ♥
 - ♥ ER DET NORMALT (MAT) (kroppen min)
 - HVA ER KVALITETSKONTROLL: (kroppen min) ♥
- ♥ KUNNE UNNGÅTT DET MEN ER MIN FEIL (krangling og konflikter)
- Å FØLE SEG ALENE I ET FORHOLD (familie, venner og kjærester) ♥
 - ♥ JEG ER LIVREDD, PLIS HJELP (på nett og mobil)
 - NUDES (på nett og mobil) ♥
 - ♥ HUFSA (dette gjør meg glad)
 - FORTNITE (dette gjør meg glad) ♥

CHAT OM SEX, SEKSUALITET OG SEKSUELL HELSE



Chat

Sex og samfunns chat er åpen mandag-torsdag klokken 10.30-18.00.



På [Sex og samfunns chat](#) kan du ta opp spørsmål som handler om sex, seksualitet og seksuell helse, for eksempel:

- [Seksuelt overførbare infeksjoner](#)
- Seksuell trivsel og nytelse
- [Prevensjon](#)
- [Graviditet/abort](#)
- [Seksuelle grenser og overgrep](#)
- [Seksuell identitet](#)
- [Kjønsidentitet](#)
- Kjøp/salg/bytte av sex

Det er helt trygt å snakke med oss, og du skal være sikker på at du får god hjelp til å finne svar på det du spør om

SEX SOM FUNKER



OPPLÆRING – SEX SOM FUNKER

E-læringsverktøyet Sex som funker

– et kurs om seksuell helse og funksjonsevne

SEX
SOM **FUNKER**

[Introduksjon til Sex som funker](#)

[E-læringskurs kapittel 1-12](#)

[Videre lesning](#)

[Materiell](#)

HVORFOR EN EGEN RAPPORT OM PORNO-BRUK?

- Høy tilgang og bruk av porno blant barn og ungdom i Norge
- I en Redd Barna-rapport om uønsket deling av nakenbilder, satt ungdom ord på negativ påvirkning fra porno
- Var ulike meninger om konsekvenser av bruken, men ungdoms egne perspektiver var ikke representert



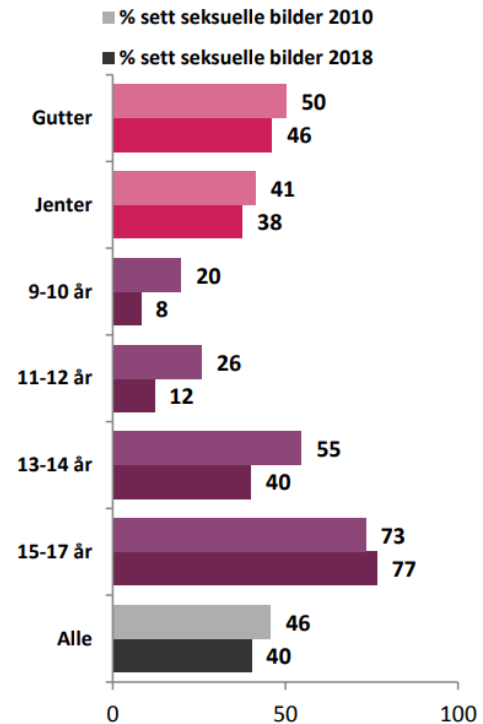
NETTPORNO – IKKE ET DIGITALT PORNOBLAD

- Pornografisk innhold/filmer
- Egenprodusert innhold
- Arenaer der unge som bytter og selger sex
- Tilgang til og eksponering for bilder og filmer som dokumenterer seksuelle overgrep mot barn
- Filmer og innhold som inneholder voldtekt og overgrep

TALL: FLEST GUTTER SER PÅ

- Ungdomsskolealderen mange begynner å se porno mer jevnlig. Det er i den fasen man snakker mest om porno og deler seksuelt innhold seg imellom.
- Flere av guttene i utvalget oppga at de ikke så porno, og det kom frem at det kan oppleves som et press blant gutter om å se.
- Blant jentene var det mer uvanlig å snakke om at man ser på porno

Figur 20: Andelen barn som har sett seksuelle bilde (online eller offline) i løpet av det siste året, etter alder og kjønn (sammenlikning 2010, 2018)



TALL: HVOR SER DE PORNO?

Mange kanaler for å se på porno

Tabell 23: Hvor og hvor ofte barn har sett seksuelle bilder

% som sier de har sett seksuelle bilder via...	Minst hver måned	Noen få ganger	Aldri
Via mobiltelefon, datamaskin, nettbrett eller andre elektroniske enheter	20	18	62
På TV, film	15	19	66
I pop-up-annonser på Internett (vinduer som du ikke har bedt om, og som dukker opp når du surfer/er på nettet)	11	17	72
På en bildedelingsplattform (f.eks. Instagram, Flickr)	10	15	75
På en videodelingsplattform på nettet/nettsted (f.eks. YouTube)	9	13	78
På et pornografisk nettsted (voksent innhold/nettsted som er forbudt for barn)	13	9	78
På et sosialt nettsted (f.eks. Facebook, Twitter)	8	10	83
I et blad eller en bok	1	14	85
I en melding sendt direkte til meg	-	-	--

UFRIVILLIG EKSPONERING

- Trykker på en lenke i sosiale medier eller spill (bots)
- Søker på ord som uten at man ønsker det gir treff på pornografisk innhold
- Søker informasjon om pubertet, flørting, sex og forhold



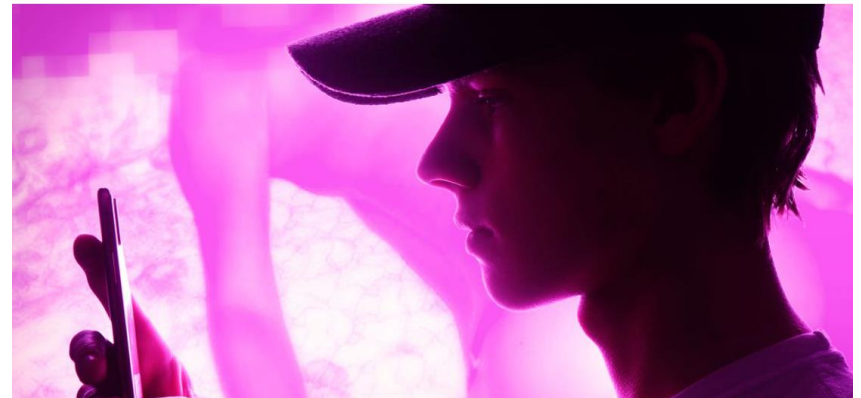
EKSPONERING PÅ GRUNN AV REKLAME

«Hele fire av ti 13-18-åringar sier at de har fått reklame for porno på nett, ifølge Medietilsynets undersøkelse. Det er flest gutter som har fått slik reklame, og det vanligste stedet å få digital reklame for porno, er Google.»

«En del har også opplevd å få pornoreklame på Instagram, Snapchat, Facebook, YouTube og TikTok. Dette er tjenester mange unge bruker i timevis hver eneste dag, og et sted der de burde få være i fred for pornoreklame de ikke har bedt om.»

Kilde: Medietilsynet

Fire av ti 13-14-åringar får porno-reklame på nett



UNGDOMS PERSPEKTIVER PÅ PORNO

Hvorfor ser unge på porno?

Hva slags pornografisk innhold ser de, og hvordan opplever de det de ser?

I hvilken grad tror ungdom at porno påvirker dem? Hva kan gjøres for å hindre uønsket bruk av porno?



BRUKER PORNO FOR Å LÆRE OM SEX

- Å lære om sex og prøve ut det de ser. Opplevs både som positivt og negativt.
- Gir muligheter til å bli kjent med egen seksualitet, hva man liker og ikke liker.
- Verktøy for inspirasjon og kunnskap om hvordan ha sex. Endel ser porno av nysgjerrighet, for gøy, for å få sove, eller fordi det er blitt en vane.
- En høy andel av de regelmessige brukerne oppga at de hadde lært ting de ikke visste om sex og om hvordan andre mennesker ser ut.



PORNO INNEHOLDER KRENKELSER OG VOLD

- Ser mest på såkalt mainstreamporno, den typen porno som er mest vanlig å se blant pornobrukere generelt. Innenfor denne kategorien er det et bredt spekter fra mykporno til såkalt hardcore innhold.
- Ser menn som kontrollerer og dominerer en kvinne. De forteller også at det er lett å finne pornografisk innhold med aggressive, krenkende eller voldelige elementer særlig overfor kvinner, der det ofte fremstår som kvinner liker det de blir utsatt for.
- Ser porno som inneholder røff og aggressiv sex, inkludert fremstillinger av seksuelle handlinger uten samtykke.
- De som ønsker å se «mildere» innhold, forteller at dette er vanskelig å finne.

USIKKERT OM GUTTER FORSTÅR AT DET ER SKUESPILL

- Mange av guttene mente at de lett kan skille skuespill fra «ekte sex», og at de skjønner at det er forskjell på fantasi og virkelighet. Blant jentene var det derimot flere som mente at det kan være vanskelig å skille skuespill fra sex i virkeligheten.
- Flere av guttene innrømmet at de hadde blitt overrasket over at virkeligheten ikke alltid stemte med det de hadde sett i porno.
- For guttene kan inntrykket fra denne typen porno være at jenter liker dominerende og aggressive handlinger i større grad enn de faktisk gjør. Flere av guttene mente at det er lett å se på kvinnelige pornoutøvere at de liker aggressiv og røff sex. Det var få som problematiserte at porno også i disse sammenhengene er skuespill, og at det som ser ut som nytelse, kanskje ikke er det.

NORMALISERING AV KRENKELSER

- Når unge sier at de bruker porno for å lære om sex, bidrar det til skuffende og dårlig sex.
- Mye tyder på at avanserte og røffe former for sex blir normalisert i ungdomskulturen
- Porno i liten grad lærer unge om betydningen av samtykke og gjensidighet.

FØRER TIL SEKSUELLE KRENKELSER

- Jenter har deltatt i seksuelle handlinger de har sett i porno, selv om de opplevde det som grenseoverskridende, smertefullt og krenkende.
- Det kunne skyldes mangel på kommunikasjon om hva man likte og ønsket, eller at man ble utsatt for press og ikke ønsket å gjøre et «dårlig inntrykk». På den måten gjorde jentene seg selv til objekter der de seksuelle handlingene ble noe de lot skje med dem, heller enn å være aktive og deltagende seksuelle aktører.
- I andre tilfeller er det snakk om åpenbare seksuelle krenkelser og overgrep, der et «nei» eller andre uttrykk for motstand ikke er respektert

HAR BLANDEDE FØLELSER TIL PORNO

- Forteller om positive sider, men det gir et feil bilde av kvinners og menns seksualitet.
- Flere av jentene mente at kvinnelig nytelse blir fremstilt feil i den pornografien de har sett. Pornoutøverne er alltid tilgjengelige for sex og stiller opp på alt partneren har lyst til. Det fikk mange av jentene til å føle seg usikre, utilstrekkelige og at det stilles urealistiske forventninger både til dem selv og partneren.
- Flere gutter uttrykte også bekymring for at porno i første rekke er laget for menn, og at de derfor ikke lærer hva jenter liker. I tillegg til skam og frykt for å bli oppdaget, mener de porno påvirker kropps- og selvbilde. Man kan føle at man ikke er bra nok, at man ikke får det til, og føle på sjalusi hvis partneren ser mye på porno.
- Enkelte synes selv at de ser for mye – og i utvalget er det enkelte som beskriver seg som avhengige. Tenningsproblemer er et tema særlig gutter bekymrer seg for, og som jevnlig kommer opp i henvendelser til ung.no.

ØKER INTERESSE FOR NAKENBILDER

- Flere av ungdommene, særlig gutter, var enige om at det å se porno kan føre til at man får mer lyst til å se og spørre etter nakenbilder av noen man kjenner. Nakenbilder kan oppleves som mer spennende og personlig enn seksuelt innhold med fremmede.
- Flere mente at porno kan inspirere ungdom til å produsere eget seksuelt materiale – med eller uten en samtykkende partner. Vi har også hørt eksempler på at unge selger egenprodusert seksuelt innhold via sosiale medier.

TROR PORNO TØYER GRENSER FOR HVA MAN VI SE

- Både jentene og guttene gir uttrykk for at det å se mye porno, kan øke interessen for enda grovere seksuelt innhold. Flere kjente til teknologiske løsninger som gjør det mulig å slette sporene etter det man har søkt på.
- Vi ser også eksempler på at unge oppsøker overgrepsmateriale og andre grove og strengt ulovlige fremstillinger.
- Viktig å forstå hvordan internett fungerer – slik at man får forslag om stadig mer aggressivt og grovt innhold



ERFARINGER OG INNSPILL

- Hva tenker dere om ungdommenes innspill og erfaringer?
- Hvordan kan vi som voksne møte dette?
- Har dere forslag til hvordan hindre skadelig bruk av porno?



UNGE ØNSKER BEDRE FORSTÅELSE AV PORNO

- Ungdommene trenger å bli bedre på å forstå og håndtere det de ser i porno. Hovedutfordringen er at voksne rundt dem enten ikke forstår hvilken rolle porno spiller i mange unges liv, eller at de ikke føler seg komfortable med å ta praten.
- Ungdommene mente at voksne har et ansvar for å snakke med dem om porno på en åpen og ikke-dømmende måte, og at skolen gjennom seksualitetsundervisningen bør hjelpe dem med å utvikle det som kan kalles porno-leseferdighet, eller kritisk forståelse av porno.
- Redd Barna mener ellers at det er behov for tiltak for å begrense den enkle tilgangen, særlig blant barn under 18 år.



FILTER OG BEGRENSNINGER

- Filtre kan begrense tilgang til seksualisert innhold, men ikke hindre det
- I dagens digitaliserte samfunn der man trenger internett for å få innfridd sine rettigheter, er store begrensninger ikke en god løsning for å beskytte barn.
- Derfor – viktig å tilrettelegge for god informasjon om seksuell helse, både i skolen og i hjelpeapparatet



POLITIKK OG BEDRE REGULERINGER TRENGS

Redd Barnas forslag til tiltak:

- Norske myndigheter bør lage en handlingsplan der man vurderer tiltak og virkemidler som kan gi barn bedre vern mot pornografisk innhold på nett.
- Myndighetene bør være pådrivere for at pornobransjen og andre nettaktører som bidrar til å formidle porno, utvikler teknologiske løsninger og andre tiltak for å begrense tilgang til pornografi for barn under 18 år. Samtidig bør norske myndigheter arbeide internasjonalt for å regulere pornobransjen og andre aktører som formidler pornografisk innhold, slik at barn skjermes mot en industri som produserer innhold som er laget for voksne.
- Det bør utvikles en nasjonal veileder for foreldre om hvilke nettfiltre og andre tekniske løsninger for skjerming som finnes, og hva som kan være fordeler og ulemper ved å bruke dem. En slik guide er allerede laget for skoler og barnehager⁶⁹, og det bør evalueres i hvilken grad den er tatt i bruk, og hvilke erfaringer man har hatt med de ulike filterløsningene.
- Vi trenger økt satsing på å bekjempe produksjon, besittelse og spredning av dokumenterte overgrep mot barn over nett, både nasjonalt og internasjonalt.

SIKRE AT ALLE FÅR GOD SEKSUALITETSUNDERVISNING



TIRSDAG 28. MARS 2023 KL. 08:30–10:30

Barnerettighetsfrokost om seksualitetsundervisning

Kulturhuset

KOMMENTAR

Den samtalen

Pappaer må prate med pjoeken om puling.



Hvis ikke vi som papper og foresatte forteller dem hvor grensene går, hvem gjør det?, spør Lars West Johnsen. (Foto: Siri Dokken)



Hvordan ta praten?

reddbarna.no/snakk-med-oss



REDD BARNAS FEM FORELDRETIPS

Her er Redd Barnas fem råd

1. Vit at mange søker frivillig etter pornografi

Barn kan lete aktivt etter seksuelt innhold og porno på nettet. Barn kan reagere med nysgjerrighet, positive følelser, eller de kan bli opprørt eller skremt. Som forelder er det viktig at du er nysgjerrig på hva barnet ditt gjør på nett og mobil uten å være dømmende. Da er det større sjanse for at barnet ditt tør å åpne seg, fortelle og få hjelp til å reflektere over hva de har sett og hvilke konsekvenser det har. Hvis barn og ungdom selv har søkt etter porno frivillig, og de opplever at det tabu å snakke om det og/eller at foreldre blir sinte, er det vanskelig for barna å fortelle om ubehagelige opplevelser.

2. Vær i forkant, tilgang på porno er bare to tastetrykk unna

Det er fort gjort å taste feil, klikke seg videre og få andre opplevelser enn man var ute etter. Ved søk på ord som «leke», «girls» eller «pubertet» kan barn havne på nettsteder med seksuelt innhold. Tips barna om at de ikke skal klikke på lenker de får tilsendt eller vedlegg som de ikke vet hva inneholder, eller på annonser via sosiale medier som virker ekle eller skumle. Fortell barna at de kan si ifra til deg eller en annen voksen hvis de ser bilder og filmer de synes er ekle eller skremmende.

3. Press til å se på porno er ikke greit

Barn kan oppleve press til å se seksuelle bilder og filmer mot sin vilje. Det kan være press fra venner, medelever, søsken, kjærester eller nettkontakter i spill og sosiale medier. Derfor er det viktig at du spør barn om de opplever press til å se på seksuelle bilder og porno, uten at de opplever skam eller skyld hvis de forteller. Fortell at det ikke er greit å presse andre til å se på porno, at folk reagerer forskjellig, og at noen synes porno er skremmende eller ekkelt. Barn har behov for å lære seg å håndtere press fra venner, søsken, kjærester og bekjente, slik at de ikke ser på porno mot sin vilje.

4. Snakk om volden i pornografien

Barn ser på ulike typer pornografi og seksuelt innhold, og mange ser på pornografisk innhold som viser krenkelser og vold, oftest mot kvinner. I en sårbar fase der barn og ungdom lurer på hva som er normalt og vanlig, kan pornografien gi et usunt og feilaktig bilde av seksualitet, forhold og kjønnsroller og sex. Snakk derfor om forskjellen på pornografi og sex, og snakk om hva slags konsekvenser pornobruk kan ha, og at barn og voksne reagerer ulikt på det de ser. Forklar gjerne også hva samtykke er.

5. Gi barna informasjon om seksualitet, kropp og grenser

Bidra til at barn får positiv og riktig informasjon om kropp, sunn seksualitet og samtykke. Snakk med barn om grensene mellom vanlig utprøving, uønsket seksuell oppmerksomhet og seksuelle overgrep. Du må gjerne også fortelle dem om at de finner mye god informasjon om dette på ung.no og på pornopratt.no. Utfordre gjerne skolen om hva barna lærer om kropp, seksualitet og grenser. Spør om porno og seksuelt innhold på nett kan være et samtaleemne i seksualitetsundervisningen.

TAKK!



Redd Barna