



FOREBYGGING OG HÅNDTERING AV PROBLEMATISK OG SKADELIG SEKSUELL ATFERD HOS BARN OG UNGE

Et kompetansehevingsprogram for helsesykepleiere

INNLEDNING

Bakgrunn

Denne e-læringen ønsker å øke helsesykepleiers kompetanse om sunn seksualitet og bekymringsfull og skadelig seksuell atferd hos ungdom i alderen 13-19 år. E-læringen gir guidet hjelp til håndtering av saker der barn har vist bekymringsfull eller skadelig seksuell atferd.

Kunnskap om temaet vil bidra til at tegn på skjevutvikling, krenkelser og overgrep kan oppdages på et tidlig tidspunkt slik at nødvendige tiltak kan iverksettes. Mange kan vegre seg for å gå inn på et område der barnets seksualitet så tydelig er i spill. Nettopp derfor er det viktig at vi tilbyr konkrete måter å forstå og å håndtere slike saker på. Årsakene til at barn og unge viser problematisk og skadelig seksuell atferd er ofte svært sammensatte og komplekse, og tverretattlig samarbeid vil være nødvendig for en god håndtering.

Seksuell atferd som bekymrer eller som kan medføre skade, kan benevnes på flere måter. Ofte passer det å beskrive atferden eller handlingen som grenseoverskridende eller krenkende. Hvilke begreper som egner seg best er avhengig av kontekst og formål. I denne veilederen brukes i hovedsak begrepene bekymringsfull, problematisk og skadelig seksuell atferd om alt som kan falle utenfor normen for god og sunn seksualitet hos unge. Vi oppfordrer likevel til bevissthet rundt valg av ord for å nyansere seksuelle handlinger mellom ungdom, og for å unngå stigmatisering og unødige belastninger for de involverte.

Det oppfordres til aktiv bruk av e-læringen og til å avsette tid på fagmøter til drøftinger og refleksjoner rundt forebygging og håndtering av seksuelle krenkelser. Helsesykepleiere bør i samarbeid med ledelse utarbeide retningslinjer med navn og kontaktadresser til samarbeidsparter.

E-læringen er utarbeidet av RVTS Midt etter anmodning og støtte fra Helsedirektoratet. Referansegruppen har bestått av representanter for Landsgruppa for helsesykepleiere, Helsedirektoratet, Kompetansesenteret for kjønn og seksualitet i Trondheim samt Sex og Samfunn. Forfattere er rådgiver Marita Sandvik og psykolog phd Oddfrid Skorpe Tennfjord ved RVTS Midt.



Marita Sandvik

Marita er utdannet vernepleier. Arbeider som fagrådgiver ved avdeling for sikkerhets-, fengsels- og rettspsykiatri og ved RVTS Midt (Ressurssenter om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging). Koordinerer REBESSA (Ressursteam for bekymringsfull og skadelig seksuell atferd).



Oddfrid Skorpe Tennfjord

Oddfrid er utdannet psykolog og har en doktorgrad i psykologi. Arbeider ved RVTS Midt (Ressurssenter om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging). Koordinerer Nasjonalt kompetanse-nettverk om barn og unge med skadelig seksuell atferd og REBESSA (Ressursteam for bekymringsfull og skadelig seksuell atferd).

1. SUNN SEKSUELL UTVIKLING HOS BARN OG UNGE

1.1 Seksualiteten er en del av alle mennesker

- Barn og unge skal oppdras til å bli trygge og selvstendige, også på det seksuelle området
- Fra en ubevisst til bevisst seksualitet
- Seksualitet er uavhengig av funksjonsevne

1.2 Pubertet – fra barnslig til voksen seksualitet

- Forskjellen på vennskap og kjæresteforhold
- Gjennom ungdomstiden lærer man om rolleforventninger
- Språk
- Onanering er vanlig
- Seksuell orientering
- Kjønnssidentitet

1.3 Ungdomsskolen

- Heterogen gruppe
- Romantisk kjærlighet
- Fra uskyldig til mer avansert seksuell utprøving
- Urealistisk bilde av sex
- Gutter søker hjelp sjeldnere enn jenter
- Pornografi

1.4 Seksuell erfaring hos ungdommer på videregående

- Samleiedebut
- Type samleie
- Antall partnere
- Beskyttelse mot graviditet og kjønnssykdommer
- Mangfoldig seksuell atferd
- Sexting
- Digital plattform gir større muligheter og også større risiko
- Trygg form for utforskning
- Pornografi

1.5 Seksualitet som tema i ungdomsskolen

- Repetisjon fra barneskolen er bra
- Bedre på prevensjonsmidler enn på nytelse og lyst?
- Kjønn- og legningsnøytralt språk
- Vit forskjellen på kjønnssidentitet og seksuell orientering
- Like rettigheter
- Anbefalte nettsider med verktøy en kan bruke når en skal undervise om seksualitet i skolen
- Refleksjonsoppgave
- Seksualitetsundervisning for elever med særlige behov
- Seksualitetsundervisning for elever med en annen kulturbakgrunn

1.6 Seksualitet som tema i videregående skole

- Sjekk ut hva ungdommene selv ønsker å lære
- Om språk: Fitte og kuk eller penis og vulva?
- Samarbeid med elevrådet
- Retningslinjer gjelder for videregående skole
- Russefeiringen starter allerede i 1.klasse
- Ressurssider og håndbok i seksuell og reproduktiv helse
- Refleksjonsoppgave

1.1 SEKSUALITETEN ER EN DEL AV ALLE MENNESKER

Alle mennesker er født med en seksualitet. Denne driver oss til å søke nærhet og fellesskap med andre mennesker, og er ikke bare motoren i seksuelle relasjoner og reproduksjon.

Seksualiteten utvikler seg spontant, slik også barnets kognitive og kroppslige utvikling gjør. Og disse områdene påvirker hverandres utvikling, som igjen preges av den kulturen barnet vokser opp i.



Verdens helseorganisasjons (WHO) definisjon av seksualitet:

«Seksualitet er en integrert del av ethvert menneskes personlighet; mann, kvinne og barn. Seksualiteten er et grunnbehov som utgjør et aspekt av å være menneske, og som ikke kan skilles fra andre livsaspekter. Seksualitet er ikke det samme som samleie eller evnen til å oppnå orgasme, og er heller ikke summen av hele vårt erotiske liv. Alt dette kan være en del av vår seksualitet, men behøver ikke å være det. Seksualitet omfatter så mye mer, den finnes i energien som driver oss til å søke kjærlighet, kontakt, varme og nærhet. Den uttrykkes i det vi føler, hvordan vi beveger oss, hvordan vi berører andre og selv blir berørt. Seksualiteten handler om å være sensuell, så vel som å være seksuell. Seksualiteten påvirker altså våre tanker, følelser, handlinger, og vårt samspill med andre mennesker.»

Barn og unge skal oppdras til å bli trygge og selvstendige, også på det seksuelle området

Mange vil si at vi i Norge er opptatt av at barn og unge skal få være frie og selvstendige, og at barn skal høres og sees, helt bokstavelig. Det kan gi seg utslag i at små barn får lov til å springe nakne rundt om sommeren og at de kan være nakne i svømmehallen. Mange tillater at gutten på 3 år fikler med tissen sin, også der andre kan se dette. Man er ofte noe mer tilbakeholdne med jenter som gjør det samme. Mange er også opptatt av at barnet skal få svar på spørsmålene det måtte komme med, og gjør ikke unntak dersom dette handler om kropp og kjønn. Det er også et ønske om at barn skal få utvikle et syn på kropp og seksualitet som ikke er preget av en usunn skam, selv om omsorgspersoner av og til synes det kan være vanskelig å vite hvordan dette skal gjøres i praksis.

Ettersom barnet blir større og blir ungdommer, så vil vi at de skal få et reflektert og sunt forhold til egen kropp, egen seksuelle orientering, og eget kjønn samt forstå de sosiale ferdighetene som trengs når seksualiteten settes mer i spill. Det handler om å kunne ta vare på seg selv og andre, og ikke være grenseoverskridende eller la seg utnytte. Dette kan være krevende fordi det å ha sunne og gode relasjoner til andre mennesker og til seg selv, er en stadig prosess. Denne prosessen henger tett sammen med tilgangen barnet har til gode omsorgspersoner og forbilder i trygge og nære relasjoner. Seksualitet og relasjon er derfor sterkt sammenvevd, og kan ikke skilles.

Oppsummert kan vi si at en sunn seksuell utvikling er avhengig av kultivering, det vil si: av veiledning og gode grenser. Det er i denne sammenhengen helsesykepleiere virker, og kan være viktige fagpersoner for foresatte og andre omsorgspersoner rundt barnet.

Fra en ubevisst til bevisst seksualitet

Sped- og småbarns seksualitet er vesensforskjellig fra voksnes seksualitet, selv om dens funksjon kan ha likhetstrekk. Seksualiteten driver oss fra vi er små av, til å søke nærhet og relasjoner med andre. Den gjør også at vi ønsker å gjenta den gode følelsen og pirringen som kroppen har når man opplever gode berøringer.

Seksualiteten har ikke noen særlig betydning for barn, dvs at de har ikke utviklet en bevissthet om at noe er seksuelt eller ikke. Vi vet ikke helt når barn forstår dette, men etter hvert utvikler barnet en opplevelse av at kropp, og da særlig kroppsdeler og funksjoner knyttet til rumpe, penis, vagina/skjede og pupper, er noe intimt og mer privat, og gjemmer seg litt unna når man f.eks. tar på seg selv eller leker doktorlek. Samtidig er også denne forståelsen av seksualitet hos barnet samt deres seksuelle atferd, annerledes enn den voksne seksualiteten. Gjennom puberteten går ungdommer fra en barnslig måte å forstå og å forholde seg til kropp og seksualitet på, til å få en voksen forståelse av det samme. I takt med denne forståelsen utvikles også den seksuelle atferden.



Illustrasjon: Solveig Berger, Framom

Seksualitet er uavhengig av funksjonsevne

Om barn har en forsinket utvikling på andre områder, kan også den seksuelle utviklingen være forsinket eller annerledes. Disse barna står i fare for å bli utestengt fra viktig lek og læring, fordi de oppfattes som annerledes eller mangler ferdigheter for å kunne klare å delta. Tilrettelegging er nødvendig.

Se kapittel 1.5: Seksualitet som tema i ungdomsskolen: Seksualitetsundervisning for elever med særlige behov.

REFLEKSJONSOPPGAVE 1.1

Les WHO sin definisjon av seksualitet og snakk sammen (eller reflekter alene) om hva du la spesielt merke til.

1.2 PUBERTET — FRA BARNSLIG TIL VOKSEN SEKSUALITET

Det er gjennom puberteten at mennesket utvikler en voksen seksualitet, noe som er en årelang prosess.

Hos jenter starter puberteten som regel i 10-11-årsalderen, for gutter når de er 12-13 år. Vekststudien i Bergen publiserte i 2020 at medianalder for start av brystutvikling hos jenter er 10,4 år og medianalder for menstruasjon er 12,7 år. Det betyr at halvparten av jentene har startet utvikling av pupper ved 10,4 års alder, og halvparten av jentene har fått mensene ved 12,7 års alder. De aller fleste får mensene en gang mellom 11 og 16,2 år, men noen kan også få det så tidlig som i 9-års alder eller så sent som 18 år. Forskerne bak studien så at start av menstruasjon har sunket med over 3 måneder de siste 10-årene. Forskere ønsker nå å finne ut hvorfor. De har ulike teorier om dette blant annet knyttet til kjemikalier i omgivelsene, stress, fedme og overvekt. De er også engstelige for at kroppslig modenhet ikke nødvendigvis gir samme raske mentale modning, og at dette kan skape vansker for barnet. Jenter som er fysisk tidlig modne har også større sannsynlighet for å bli utsatt for mobbing og seksuell trakassering, noe man relaterer til at de da fysisk skiller seg ut fra de andre i gruppen.

For gutter så sier man at puberteten starter når minst én av testiklene når et volum på 2,7 ml målt med ultralyd. Vekststudien fant her at dette skjer når gutter i gjennomsnitt er 11,7 år, men variasjonen er stor. Det er vanlig at puberteten starter en gang mellom 9 og 14,5 år. Når det gjelder kjønnsbehåring, så fant den samme studien at det startet gjennomsnittlig ved 11,8 års alder.

Hos gutter er det den økte testosteronproduksjonen som setter i gang puberteten. I løpe av puberteten øker produksjonen med 100-300 ganger mot det som var før pubertet. Økningen skjer ujevnt, så det er ikke til å undres over at dette kan gi seg utslag i humørsvingninger og utfordringer med å forstå seg selv og sin egen kropp i vekst. Dette gjelder også de seksuelle følelsene, fantasiene og kroppslige fornemmelsene som hormonene skaper.



Illustrasjon: Solveig Berger, Framom

Forskjellen på vennskap og kjæresteforhold

Ungdommer er opptatt av både vennskap og romantiske forhold (kjærestester), og skiller (vanligvis) mellom disse. De fleste tenker at det seksuelle hører til i en kjæresterelasjon og ikke i en vennerelasjon, selv om det kan være flytende overganger, og man kan være usikker på hvilken relasjon man har nå. Ungdommen kan tenke: – Er vi blitt kjærestester nå eller tenker hen fortsatt at vi bare er venner? Det er viktig å huske på at seksualitet er en læreprosess, og at ungdommer har mye å lære gjennom puberteten og over i voksenlivet. Kulturen rundt oss og på sosiale medier påvirker i ulik grad. Noen er svært mottakelige for det som skjer på sosiale medier, andre er ikke like lette å lede. Noen er mer utprøvende enn andre, av nysgjerrighet eller andre årsaker. Noen er flinke til å kjenne etter og respektere egne grenser. Andre er ikke like trygge på egne grenser og trenger mer tid på å finne ut hva disse er og hvordan man ivaretar dem.

Gjennom ungdomstiden lærer man om rolleforventninger

Det å date blir vanlig gjennom ungdomsskole og videregående, men likevel ikke noe som alle gjør. De sosiale reglene for dating og for et kjæresteforhold har glidende overganger og kan være kompliserte å sette ord på. De påvirkes selvsagt av kulturen inkludert sosiale medier. Dette siste gjør at noe kan bli «in» i løpe av kort tid for så å forsvinne raskt. Kjønn spiller en rolle, og i dag prøver flere jenter ut det å ha jentekjæreste. Gutter virker mer tilbakeholdne her. Ungdom har også sterke oppfatninger av troskap, man skal ikke ha flere kjærestester på en gang. Samtidig kan man skille mellom hva som er kjæreste og hva som «kun» er en seksuell relasjon. Noen ungdommer utforsker dette, andre er mer tradisjonelle og mer relasjonsorientert.

Språk

Barn oppfatter intuitivt hvilke ord som er ansett som passende og aksepterte og hvilke ord som man helst ikke skal bruke. Men barn oppdager også raskt at man kan utfordre disse uskrevede reglene og i visse sammenhenger likevel få en positiv status eller oppmerksomhet. Det kan være spennende og morsomt å bruke slikt språk. Seksuelle ord og mange kroppslige uttrykk hører til blant et slikt mer «grenseoverskridende» språk. Kulturelt sett tillater vi et mer seksualisert språk hos gutter enn hos jenter. Et slikt språk kan skape samhold og fellesskap, men de kan også bidra til det motsatte. Dersom språket går over i seksuell trakassering, må det stoppes.

Onanering er vanlig

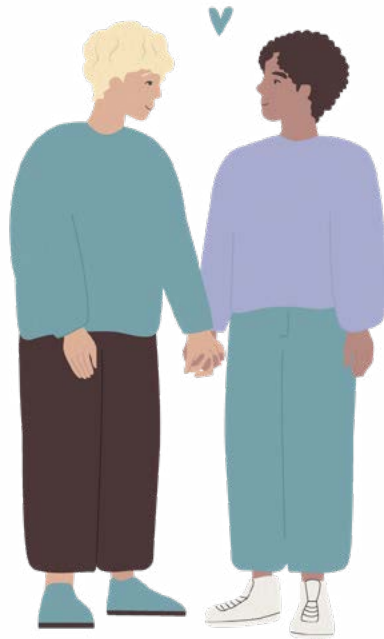
Å onanere er vanlig gjennom hele barndommen, men det blir enda flere som gjør det når man kommer i puberteten. Det kan være for å slappe av og få sove eller det kan være fordi man kjenner på seksuell opphisselse. Når man kommer i puberteten, så settes også den seksuelle fantasien i sving. Uten at man har sett pornografi eller lest seksuelle tekster, så kan man få seksuelle fantasier. Disse kommer også lett når man onanerer. På den måten er pornografi helt overflødig for å få seksuell tilfredsstillelse. Økningen av kjønnshormoner er tilstrekkelig i seg selv. Samtidig er det i denne tiden at flere begynner å bruke porno aktivt som følge til onanien.

Seksuell orientering

Når det gjelder seksuell orientering, så handler dette om hvem man blir forelsket i og tiltrukket av. Mange oppdager dette i skolealder eller pubertet. For helsesykepleiere så kan man huske på å omtale like kjønn når man snakker om seksualitet.

Kjønnsidentitet

Kjønnsidentitet er det kjønn du identifiserer deg med. Det er mest vanlig å identifisere seg med sitt biologiske kjønn, det som kalles å være cis-kjønn, men i dag vet vi at bildet er mer mangfoldig. Noen opplever seg som motsatt av eget kjønn, og andre forholder seg ikke til kjønn. Ungdomstiden er ofte en tid der man prøver ut og etter hvert blir trygg i sin egen identitet, inkludert kjønnsidentitet. Noen ungdommer trenger mer hjelp til dette enn andre. I denne sammenhengen er det viktig å huske på at også personer som er usikker på egen kjønnsidentitet kan utvise bekymringsfull eller skadelig seksuell atferd.



Illustrasjon: Solveig Berger, Framom



Seksuell orientering

<https://www.bufdir.no/statistikk-og-analyse/LHBT>

Film om kjønn og likestilling

<https://www.udir.no/laring-og-trivsel/stottemateriell-til-rammeplanen/film-kjonn-og-likestilling/>

Sex og samfunn: Kjønn og identitet

Hvem er du og hva er din identitet? Dette er spørsmål du kan stille deg angående egen seksuell identitet og kjønnsidentitet.

<https://sexogsamfunn.no/sex/kjonn-og-identitet/>

Bufdir: Lhbtqi-ordlista

Lhbtqi-ordliste på Barne-, ungdoms- og familiedirektoratets hjemmesider.

<https://ny.bufdir.no/likestilling/lhbtqi-ordlista/>

Harry Benjamin Ressurssenter

Harry Benjamin ressurscenter (HBRS) er en landsdekkende pasient- og brukerorganisasjon for personer og pårørende til personer som opplever kjønnsdysfori, kjønnsinkongruens og kjønnsidentitetsutfordringer.

<https://www.hbrs.no/fagpersoner/>

REFLEKSJONSOPPGAVE 1.2

Etter å ha sett de tre videoene, hvilke begreper tenker du/dere at er naturlig å bruke når man snakker om kropp og seksualitet med ungdommer? Og i hvilke situasjoner må du vite hvilket kjønn ungdommen har for å kunne hjelpe?

1.3 UNGDOMSSKOLEN

Heterogen gruppe

Ungdomsskoleelever er aldersmessig en homogen gruppe, men det er stor spredning i modenhet, både fysisk, kognitivt og mentalt. Den seksuelle oppvåkningen og erfaringen har like stort sprik. Men de fleste er eller går inn i puberteten i løpe av ungdomsskolen. Kroppen forandrer seg, hodet forandrer seg. Noen får store humørsvingninger, andre er mer stabile. Det kan være krevende, men også utrolig morsomt og spennende å være i ungdomsskolealder. Kropp og hode utvikles ikke alltid like synkront, og det kan skape utfordringer for noen og enhver.

Romantisk kjærlighet

Mange, men absolutt ikke alle, ungdomsskoleelever er opptatt av romantisk kjærlighet. De er opptatt av forelskelse og dating, vennskap og kjæresteri. Det er viktig å passe inn, ikke være «annerledes feil» samtidig som man ikke må være anonym og kjedelig. Det er krevende balanse ganger for noen, andre er overraskende trygge i seg selv.



Illustrasjon: Solveig Berger, Framom

Fra uskyldig til mer avansert seksuell utprøving

De fleste ungdommer går fra «uskyldig» seksuell utprøving som kyssing, holde i handa, stryke hverandre, småflørte osv til det å ta på hverandre under klærne, være nakne sammen og etterhvert ha samleie, som regel vaginalt. Men siden man ikke vil være annerledes, men gjøre som «alle andre», så er det noen som haster med å prøve ut samleie. Oppfatninger av hva som er normalt til hvilken tid kan være noe snever og ha liten rot i virkeligheten. Det å vise at normalfeltet er stort, er en viktig jobb helsesykepleiere har.

Urealistisk bilde av sex

Enkelte ungdommer blir med på ting de egentlig ikke ønsket eller var klar for. De kan ha sett stillinger eller situasjoner på film eller i porno, og føler seg presset til selv å prøve det. Det høres kanskje rart ut, men ungdommer har blitt dumpa av kjæreste fordi man prompa under samleiet. I den polerte pornoverdenen så finnes ikke slike lyder, lukter eller smaker. Dermed kan det bli et sjokk for en selv og partner når kroppen er seg selv når man har sex.



Helsesykepleiere og andre voksenpersoner kan bidra med å balansere bildet. Ungdom ønsker og trenger faktabasert og kunnskapsorientert seksualundervisning.

Gutter søker hjelp sjeldnere enn jenter

Gutter søker i mindre grad direkte hjelp enn det jenter gjør. Det gjelder fysisk oppmøte og det gjelder på nett. Eller de søker i andre kanaler. Ung.no jobber hele tiden med å tilpasse siden slik at gutter i større grad skal bruke denne. Det er verdt å reflektere over hvordan helsesykepleier kan bidra til det samme.

Pornografi

Se eget kapittel i del 2.2: Pornografi.

REFLEKSJONSOPPGAVE 1.3

Gutter søker sjeldnere hjelp enn jenter. De er også mer representert på kriminalitetsstatistikken og blant dem som krenker andre seksuelt. Hva kan hjelpe gutter til å søke kontakt?

1.4 SEKSUELL ERFARING HOS UNGDOMMER PÅ VIDEREGÅENDE

Stiftelsen Allmänna Barnhuset utgav i 2021 en forskningsundersøkelse utført av Svedin, Landberg og Jonsson samme året. Her er svenske avgangselever i videregående skole spurt om egen seksualitet, seksuelle overgrep og seksuell utnyttelse. Gjennomsnittsalder er 18,2 år og de fleste er 18 eller 19 år (N= 3282). Vi har ikke en tilsvarende undersøkelse i Norge, men vi har en del kunnskap fra Ungdata og fra medietilsynet som vi kan sammenligne med.

Samleiedebut

Gjennomsnittsalder for samleie (vaginalt, oralt eller analt) var 15,7 år. Da har man ikke skilt på kjønn. Dette er noe lavere enn andre svenske undersøkelser, men blir forklart ved at utvalget inkluderer få personer over 19 år. Ifølge Trøen, Stulhofer og Landripet (2011) så er debutalderen i Norge 17,0 for jenter og 17,9 for gutter. Man mener at denne har holdt seg stabil over mange år. Ungdata (Ung i Oslo) viser at debutalderen stiger, men kanskje mest i hovedstaden. Ungdata oppgir tallene i prosent, dvs hvor stor andel av elever i videregående som har hatt samleie (vaginalt, analt eller oralt). For Oslo (2018) så oppgav 46 % av guttene i 3.vgs at de har hatt samleie. For jenter var tallet 40 %. Tallet er lavere blant jenter fra innvandrerbefolkningen, men har også gått ned over tid i den etnisk norske ungdomsbefolkningen. For Norge som helhet (2018) var tallet 54 % for jenter og 59 % for gutter. Det kan være interessant å merke seg at den seksuelle debutalder i Sverige er omtrent 1 år under norske tall. Det er ikke umulig at dette henger sammen med at i Sverige så er seksuell lavalder 15 år mens den i Norge er 16 år. Også i andre saker kan vi se en sammenheng mellom lovtekst og atferd.

Type samleie

Oralsex og vaginalsex er de vanligste formene for samleie. Det gjelder alle kjønn. Samtidig er det en god del som prøver analsex. Noen mener at denne siste formen er særlig avhengig av hva som er «in» i porno og ikke. I noen kulturer eller subkulturer kan analsex også bli brukt som substitutt for vaginalsex, for å unngå at man blir gravid eller for å kunne si at man ikke har hatt sex, fordi penis ikke var i vagina. Mange jenter sier at analsex er smertefullt og det blir sett på som en form for mer avansert sex enn oral- og vaginalsex. Analsex krever en større forberedelse av kvinnens anus for at penis eller sexgjenstander skal kunne passere uten at det gir (uønsket) smerte.

Antall partnere

Av avgangselevne som har hatt samleie, så oppgir 1/3 (36 %) at de har hatt sex med 1 person. Litt under halvparten (43 %) sier at de har hatt 2–5 partnere. De resterende 21 % har hatt sex med 6 partnere eller flere.



Illustrasjon: Solveig Berger, Framom

Beskyttelse mot graviditet og kjønns sykdommer

Majoriteten (73 %) av de som har hatt sex, brukte beskyttelse for å forhindre graviditet. P-piller var det som var mest brukt, deretter kom kondom og spiral. Noen brukte også avbrutt samleie som prevensjon. Likevel, undersøkelsen viser at kondombruken er lav, at guttene i mindre grad enn jentene tar ansvar for beskyttelse mot både graviditet og kjønns sykdommer. Mange tenkte heller ikke på at det var viktig å beskytte seg mot kjønns sykdommer.

Resultatene fra Ung i Oslo viser at kondombruken er høyere her enn i Sverige. Litt over 60 % av ungdommene sier at de brukte kondom ved siste samleie.

Mangfoldig seksuell atferd

Ung i Oslo viste at debutalderen for samleie var høyere i 2018 enn ved tidligere undersøkelser. Samtidig viste den at mange ungdommer gjør seg andre seksuelle erfaringer, det være seg klining, beføling på overkroppen eller underkroppen. Gutter er også mer seksuelt aktive enn jenter. All seksuell atferd er vanligere blant de etniske norske elevene enn blant innvandrerungdom, men forskjellen minker når den sosioøkonomiske statusen for begge grupper er høy. Man skal derfor være forsiktig med å anta hva som er vanlig for minoritetsungdom og ikke.

Sexting

Barn og medier-undersøkelsen fra 2021 viser at sosiale medier også har en rolle i ungdommers seksuelle atferd. Mange ungdommer oppgir at de sender nakenbilder til partner eller kjæreste. Sexting er kjent for mange. Begrepet inneholder flere typer seksuell atferd. Det kan være å sende nakenbilder eller bilder med undertøy på. Det kan være å foreslå at man skal ha sex sammen eller annen form for sexprat. Begrepet brukes både om den sextingen som er frivillig og ønsket så vel som den som er uønsket og påtvunget.

Det kan se ut til at sexting øker med alderen, noe som samsvarer med grad av å se porno. Ungdomsskoleelevene ser mindre porno enn de som går i videregående. Færre sender også nakenbilder, og det er vanligere å motta. I videregående er det flere som oppgir at de har sendt nakenbilder av seg selv. I en stor metastudie fra Mori m.fl (2020) fant de at det er veldig vanlig med sexting i det de kaller emerging adulthood, det vi kan kalle studenttiden (18–29 år). Rundt 40 % sendte og mottok nakenbilder, og nesten 50 % av de som sendte drev med gjensidig sexting.



Illustrasjon: Solveig Berger, Framom

Digital plattform gir større muligheter og også større risiko

Det er ikke overraskende at sexting er en naturlig del av ungdommers seksualatferd. Det som gjør denne atferden noe mer risikofylt enn seksuell atferd som har en fysisk avgrensing, er det digitale aspektet. Noen kan sende til personer som ikke har bedt om det eller som også bruker det til å skade andre. Det gir altså noen etiske problemstillinger som ungdommer kan trenge hjelp til å reflektere over.

Trygg form for utforskning

Det digitale rommet kan fungere som et trygt rom å utforske seksualiteten sin i. Det kan gi en følelse av større kontroll ved at man i større grad kan isenesette seg selv. Man trenger ikke være fysisk til stede eller la andre ta på seg. Man kan flørte uten at man kjenner at man må gå lenger enn man vil. Man også lett kontakte andre for hjelp dersom man opplever noe ubehagelig eller gå ut av rommet. Ungdommer lærer seg raskt å manøvrere i et samfunn der skillet mellom en digital og virkelig verden ikke fremstår så tydelig som for de generasjonene som vokste opp uten det digitale. Ungdomsforsker Willy Pedersen forteller at hver generasjon har sin måte å gjøre sex på, og at dette springer ut av kultur og mulighetene i kulturen.



«Den digitale flørten og seksualiteten er vevet inn i det vanlige, sosiale livet. Det har antakelig gjort det mindre skummelt å prøve seg fram, ta kontakt, vise fram intime deler av deg selv, selv om du er ung og usikker. Det kan oppleves som en fin måte å prøve seg fram, teste grenser, det kan gi en slags frihet.»

– Willy Pedersen

Pornografi

Se eget kapittel i del 2.2: Pornografi.

REFLEKSJONSOPPGAVE 1.4

Etter din erfaring, hvor gamle er ungdommer når de har seksuell debut?
Er seksuell praksis annerledes nå enn da du startet i jobben?

1.5 SEKSUALITET SOM TEMA I UNGDOMSSKOLEN

Repetisjon fra barneskolen er bra

Når de unge begynner på ungdomsskolen er de 13 år. De fleste er allerede godt i gang med pubertetsutviklingen, og temaet skal allerede ha vært oppe i barneskolen. Likevel er det greit med en repetisjon. Mye skjer i denne tiden, og det en snakket om i 5.klasse om «mens og slikt» var kanskje ikke så aktuelt da, men høyaktuelt nå.



Rent biologisk, kort og godt:

Puberteten starter når kjønnskjertlene begynner å produsere kjønns hormoner

Hos gutter vil denne aktiveringen føre til:

- Kroppsbehandling og skjeggvekst
- Økt muskelfylde
- Stemmeskifte
- Vekst av ytre og indre kjønnsorganer og regelmessig sædavgang

Hos jenter:

- Kjønnsbehandling
- Vekst av bryster, ytre og indre kjønnsorganer
- Eggløsning og menstruasjonsblødning

Betydelig lengdevekst skjer hos både jenter og gutter.

Huden og håret blir fetere og mange får kviser. I tillegg svetter de mer enn før.

Puberteten inntreffer gjennomsnittlig et par år tidligere hos jenter enn hos gutter.

Bedre på prevensjonsmidler enn på nytelse og lyst?

Helsesykepleiere er gode på fysiologi og anatomi, og har ingen vansker med å fortelle om hva som skjer i kroppen ved pubertetsutvikling, menstruasjon, svangerskap og fødsel. Seksuelt overførbare infeksjoner og uønskede graviditeter er også enkle tema å snakke om. Hva så når det kommer til gleden og de gode følelsene som er forbundet med seksualiteten. Hvor ofte opplever elevene at de får undervisning om erogene soner, orgasme, onanering og nytelse?



Det er stor grunn til å tro at dersom ungdommene hører om det positive rundt seksualiteten først, vil de også bli mer lydhøre når helsesykepleier skal snakke om å respektere sin egen kropp og det å sette grenser.

Kjønns- og legningsnøytralt språk

Det er viktig at man etterstreber et kjønns- og legningsnøytralt språk. Ta ikke som en selvfølge at kjæresten til jenta som kommer inn på kontoret ditt er en gutt. Bruk kjønnsnøytral benevnelse som «kjæresten». Spør hvis du må vite, men tenk over om det er nødvendig. Samtidig kan kjønn bidra til å forstå meningsinnholdet i en handling, og derfor være viktig informasjon.

Vit forskjellen på kjønnsidentitet og seksuell orientering

Termene «kjønnsidentitet» og «seksuell orientering» blir ofte nevnt i samme setning, og blir derfor lett blandet sammen. Det er viktig å huske at seksuell orientering er helt uavhengig av hvilket kjønn du definerer deg som.



Seksuell orientering handler om hvem en blir forelsket i, hvem en blir seksuelt tiltrukket av, og hvem man eventuelt ønsker å være kjæreste med. Andre begreper som brukes er seksuell identitet eller preferanse.

Kjønnsidentitet er en persons subjektive opplevelse av å tilhøre et bestemt kjønn. For de fleste mennesker så samsvarer kjønnsidentiteten med fødselskjønn, men dette gjelder ikke alle. «Opplevd kjønn» er et begrep som også brukes.

Like rettigheter

På regjeringen.no står det at «Alle skal ha like rettigheter uavhengig av seksuell orientering, kjønnsidentitet og kjønnsuttrykk». Temaet er svært viktig å ta opp i ungdomsskolen både for å hjelpe ungdommene å stå frem som dem man er, men og også for å skape toleranse og forståelse for mangfoldet.

Anbefalte nettsider med verktøy en kan bruke når en skal undervise om seksualitet i skolen



SNL sin definisjon av kjønnsidentitet

Les definisjonen av kjønnsidentitet på Store norske leksikon (SNL) sine nettsider.

<https://sml.snø.no/kj%C3%B8nnsidentitet>

Handlingsplan: Trygghet, mangfold og åpenhet

Regjeringens handlingsplan mot diskriminering på grunn av seksuell orientering, kjønnsidentitet, kjønnsuttrykk og kjønnskarakteristika 2021–2024.

<https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/trygghet-mangfold-og-apenhet/id2863720/>

Sex og samfunn: Ressurs til seksualitetsundervisning

Sex og samfunn har utarbeidet en ny ressursguide for seksualitetsundervisning på ungdomstrinnet.

<https://sexogsamfunn.no/2022/ressurs-til-seksualitetsundervisning/>

UNG.NO

Ung.no er det offentliges informasjonskanal for ungdom. Vi gir deg informasjon om dine rettigheter, muligheter og plikter.

<https://www.ung.no/>

Helsedirektoratet: Helsestasjons- og skolehelsetjenesten

Nasjonal faglig retningslinje fra Helsedirektoratet.

<https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/helsestasjons-og-skolehelsetjenesten>

Udir: Støtte til undervisning om kjønn og seksualitet

Støtteressursen viser hvordan temaene kjønn og seksualitet er del av Kunnskapsløftet 2020 både i grunnskolen og i videregående opplæring.

<https://www.udir.no/laring-og-trivsel/lareplanverket/stotte/>

[Stotte-til-undervisning-om-kjonn-og-seksualitet/](#)

Sex og politikk: Kunnskap

Sexogpolitikk.no sitt undervisningsmateriale Uke 6 (ungdomsskolen) og Uke 16 (videregående skole).

<https://sexogpolitikk.no/kunnskap/>

Seksualitetsundervisning for elever med særlige behov

Seksualitetsundervisning må ta hensyn til ungdom med nedsatt funksjonsevne. Ungdom med nedsatt funksjonsevne omfatter flere ulike grupper, inkludert unge med synshemming, bevegelseshemming, hørselshemming, utviklingshemming og unge med psykososiale funksjonsnedsettelse. Flere kroniske sykdommer kan også innebære funksjonsnedsettelse.

Det er viktig at skolehelsetjeneste (og lærere) også har god kompetanse på funksjonshemmede og seksualitet. Seksualitetsundervisning for elever med særlige behov kan kreve særlige tilpasninger med bl.a ekstra veiledning, utarbeiding av «bruksanvisninger», repetisjoner og tett oppfølging. Ungdom med nedsatt funksjonsevne er en sårbar gruppe både for å bli utsatt for overgrep, og selv utvikle en grenseoverskridende atferd.

Når en skal snakke med eller gi undervisning og veiledning til unge som strever med å forstå sosiale relasjoner, er det viktig å tilpasse stoffet ut ifra det den enkelte strever med. Sosiale vansker kan bestå av en eller flere utfordringer, bla vanskeligheter med å forstå sosiale signaler og gjensidig samspill, bruk av metaforer og ironi, identifisere følelser og ansiktsuttrykk, å ta andres perspektiv mm. Noen kan også streve med å skille mellom fantasi og virkelighet.

For mange vil det være behov for å få visualisert samtale-temaene ved bruk av bilder, at samtaler ikke varer for lenge og at man snakker om ett tema av gangen. Mange vil trenge ekstra tid til oppgaver og tema som skal gjennomgås. En støtteperson (foreldre eller andre trygge voksne) kan være fint å involvere for å kunne følge opp spørsmål og refleksjoner rundt seksualitet, og gi hjelp til å tolke ungdommen en har foran seg om denne har vanskelig for å uttrykke seg.

Unge med fysisk funksjonshemming kan ha behov for kunnskap og veiledning på hvordan en kan tilrettelegge for muligheter til å gjennomføre seksuell aktivitet. Dette kan f.eks gjelde ungdom med CP hvor det kan være vanskelig å gjennomføre onani.

Habiliteringstjenesten for barn og unge kan være en drøftingspartner omkring seksualitetsundervisning og veiledning til unge med særlige behov.



Illustrasjon: Solveig Berger, Framom



Undervisningsopplegg: Pubertet og seksualitet

Dette undervisningsopplegget er utarbeida for barn og unge med Asperger syndrom og høgtfungerande autisme.

<https://helse-bergen.no/avdelinger/psykisk-helsevern/psykisk-helsevern-for-barn-og-unge/undervisningsopplegg-pubertet-og-seksualitet>

Samtaleverktøy om utviklingshemming

Samtaleverktøyet "Hva er utviklingshemming?" kan benyttes som forberedelse til utredning og i samtaler om hva som kjennetegner diagnosen. Samtaleverktøyet består av plakater og samtalekort med illustrasjoner og enkel tekst. Materialet er tilpasset barn og ungdom.

<https://oslo-universitetssykehus.no/fag-og-forskning/nasjonale-og-regionale-tjenester/rhabu/samtaleverktoy-om-utviklingshemming#norsk>

Funksjonsmangfold – Tverrfaglige temaer – NDLA

Det finnes et mangfold av ulike måter å fungere på.

Hvilke utfordringer møter de av oss som har en funksjonsnedsettelse, i Norge i dag?

<https://ndla.no/nb/subject:d1fe9d0a-a54d-49db-a4c2-fd5463a7c9e7/topic:3cdf9349-4593-498c-a899-9310133a4788/topic:8ee13869-95ee-4ec6-b96c-908af1cbefcb/topic:9e6acf09-4cd4-4ac4-a5f1-11ccb0934e7e>

Hva er autismespekterforstyrrelse? (ASF)

En informasjonsplakat som illustrerer og forklarer autismespekterforstyrrelser.

<https://oslo-universitetssykehus.no/seksjon/regional-kompetansetjeneste-for-autisme-adhd-tourettes-syndrom-og-narkolepsi-helse-sor-ost/Documents/Autismeplakaten.pdf>

NFSS Nettverk: Funksjonsnedsettelse, seksualitet og samliv

NFSS er et landsdekkende nettverk for fagpersoner som arbeider med seksualitet og funksjonsnedsettelse. Nettverket er en viktig ressurs i kunnskapsformidling og utvikling av tilrettelagt informasjons- og undervisningsmateriell.

<https://www.nfss.no/>

Seksualitetsundervisning for elever med en annen kulturbakgrunn

Vårt samfunn er preget av et stort kulturelt mangfold. Dette gjenspeiles i at barn og unge har ulik bakgrunn når det gjelder kunnskap, holdninger og åpenhet til kropp, seksualitet og kjønnsidentitet. En utfordring her er å imøtekomme ulike behov for kompetanse, samtidig som det er viktig at alle barn og ungdommer får samme informasjon og utvikler så lik kunnskap som mulig.

Det er viktig å være oppmerksomme på språkbarrierer hos unge med annen kulturbakgrunn. Noen kan mangle språk for å uttrykke følelser, noen kan ha vokst opp i miljø der seksualitet og nakenhet forbindes med skam der skammen vanskeliggjør kommunikasjon, og noen kan ha vokst opp i konservative miljø der seksualitet og lyst ikke skal snakkes om.

Enslige mindreårige flyktninger er en særlig sårbar gruppe ungdommer som kan ha opplevd traumer og overgrep før og under flukten til Norge, og som kan mangle voksne omsorgspersoner og rollemodeller.

Samtaler, undervisning og veiledning til unge med annen kulturbakgrunn bør tilrettelegges ved å:

1. Tilegne seg kunnskap om den enkeltes kulturbakgrunn.
2. Bruke tolk ved behov (ofte nødvendig selv om den unge snakker godt norsk). Snakk med den unge eller familien før du velger tolk (ofte vanskelig å snakke om seksualitet foran tolk fra eget miljø).
3. Informere om taushetsplikt og avvergeplikt, men forsikre om at ingenting gjøres uten å informere først.
4. Sikre en felles forståelse av tema, ord og begrep.
5. Ikke gjør forskjellene større enn de er, lytt deg inn.



Boka «Dialog om seksualitet», s. 41–49: <https://www.rvtsost.no/bestill>

REFLEKSJONSOPPGAVE 1.5

Drøft påstanden: Helsesykepleiere er bedre på prevensjonsmidler enn på nytelse og lyst.

1.6 SEKSUALITET SOM TEMA I VIDEREGÅENDE SKOLE

Sjekk ut hva ungdommene selv ønsker å lære

Mange ungdommer i videregående skole klarer selv å uttrykke hva de vil høre (mer) om i seksualitetsundervisningen. Vi må bare huske å spørre dem! Og for å vekke deres oppmerksomhet er det klokt å møte dem der de er, både fysisk og mentalt.

Om språk: Fitte og kuk eller penis og vulva?

Å være bevisst eget språk er alltid klokt. Samtidig kan man gjerne diskutere med ungdommene hvilke ord og uttrykk det er greit at helsesykepleier bruker. Noen av slang-ordene, som fitte eller kuk, kan fort kjennes for personlig og privat dersom de skal brukes av helsesykepleier. Noen ungdommer kan også synes at det er støtende og kleint at voksne bruker slike ord. Vulva og penis vil være mer nøytrale ord samtidig som ungdommene lærer de rette fagtermene. Helsesykepleier får tillit gjennom å opptre som en trygg og kompetent voksen som forstår og kan imøtekomme ungdommens ønsker og behov i undervisningen.

i

Samarbeid med elevrådet

Det anbefales å samarbeide med skolens elevråd om hvordan en kan legge opp undervisningen.

Retningslinjer gjelder for videregående skole

Helsesykepleier i videregående skal opptre og undervise i tråd med retningslinjene for helsestasjon og skolehelsetjenesten. Tema som seksuelle rettigheter og grensesetting, seksualitet, rus og overgrep blir spesielt viktig i denne tiden.

Russefeiringen starter allerede i 1.klasse

Russefeiringen er den store avslutningen på tre år i videregående, og de fleste ungdommer begynner forberedelsen av denne store festen allerede i 1. klasse på videregående. Helsesykepleier kan bidra inn i ungdommenes planlegging for å sikre en trygg feiring. I dette arbeidet finnes det mange en kan samarbeide med for å få til en god undervisning, som f.eks. politiet. Norske kvinners sanitetsforening har utarbeidet en kampanje de kaller «Ja betyr ja», og denne passer godt inn i undervisningen til (kommende) russ.



Illustrasjon: Solveig Berger, Framom



Politiet: Hvor går grensene?

Hva er voldtekt? Det finnes regler for sex som står i straffeloven.

Seksuelle handlinger skal alltid være frivillig.

<https://www.politiet.no/rad/voldtekt-og-seksuelle-overgrep/hvor-gar-grensene/>

Ja betyr ja: Norske Kvinners Sanitetsforening

Kampanjen «Ja betyr ja» skal forebygge festvoldtekter blant ungdom.

<https://sanitetskvinnene.no/stopp-vold-mot-kvinner/ja-betyr-ja>

Ressurssider og håndbok i seksuell og reproduktiv helse

Sex og samfunn er et senter for seksuell og reproduktiv helse og rettigheter. De driver med undervisnings- og formidlingsarbeid over hele landet, og de har utarbeidet en håndbok i seksuell og reproduktiv helse. Boken brukes av helsepersonell som et læringsverktøy og et oppslagsverk i forberedelse til og i møte med pasienter. Helsedirektoratet ønsker at Metodebok for seksuell helse skal være en standard for alle som jobber med prevensjon og seksuell helse i et livsløpsperspektiv.

Helsedirektoratet har samlet mye god undervisning og informasjonsmateriale på en side. Her finnes materiale spesielt rettet mot ungdom i videregående skole, minoritetsspråklige og ungdom og voksne med utviklingshemming.



Sex og samfunn: Metodeboka på nett

Metodeboka er nå tilgjengelig på nett! eMetodeboka er gratis, takket være støtte fra Helsedirektoratet.

<https://sexogsamfunn.no/2016/emetodebok/>

Helsedirektoratet: Undervisnings- og informasjonsmaterieell om kjønn og seksualitet

Seksualitetsundervisningen bør starte tidlig i barndommen og fortsette gjennom ungdomstiden.

Personer med kort botid i Norge og personer med utviklingshemming kan ha behov for undervisning i voksen alder.

<https://www.helsedirektoratet.no/tema/seksuell-helse/undervisningsmaterieell-om-kjonn-og-seksualitet#zanzuno%E2%80%9393verktoyforaasnakkeomseksualitetoghelse>

Sex og politikk

Sex og Politikk er en ideell og partipolitisk uavhengig medlemsorganisasjon som jobber

for å styrke og informere om seksuell og reproduktiv helse og rettigheter, både i Norge og internasjonalt.

<https://sexogpolitikk.no/>

REFLEKSJONSOPPGAVE 1.6

Tenk over og diskuter hvilket språk som er naturlig for deg som helsesykepleier å bruke i undervisningen. Er det ord ungdommen bruker som kanskje kan oppleves rart eller støtende når helsesykepleier bruker dem? Del gjerne med andre hvilke stereotyper du selv eventuelt har fått litt i fleisen.

2. BEKYMRRINGSFULL OG PROBLEMATISK SEKSUELL ATFERD

2.1 Om bekymringsfull og problematisk seksuell atferd

- Trafikklyset kan hjelpe oss med å skille
- Seksualitetsundervisning viktig for sunn seksuell utvikling

2.2 Pornografi

- Å se porno er vanlig i ungdomstiden
- Pornoverden og den vanlige verden
- Hjelpe noen med å skille mellom hva som er hva
- Når porno blir tvang
- Sårbare grupper
- Ulovlig materiale
- Pornografi er knyttet til flere debatter
- Pornografi i spillverden - gaming, fanfiction og hentai
- Porno i sosiale medier
- Animasjon gir enda større variasjon
- Refleksjonsspørsmål

2.3 Uønsket seksuell oppmerksomhet eller seksuell trakassering

- Ikke velkommen eller gjensidig
- Typiske eksempler
- Rammer ulikt
- Flytende overganger
- Oppfattes ikke som trakassering
- Kultur former oppfatning
- Å skape en trygg kultur kontra å tøyne grensene for hva man skal tåle
- Sex som kapital
- Kjøp av sex
- Refleksjonsspørsmål

2.4 Samtykke

- Seksualundervisningen må også handle om samtykke
- Samtykke er såre enkelt og samtidig uhyre komplisert
- Barn kan ikke fullt ut forstå samtykke
- Grenser har med verdier og holdninger å gjøre
- Samtykke skjer gjennom kommunikasjon
- Å overtale er ikke greit
- Kulturelle bruksanvisninger kan være til hjelp
- Kulturelle bruksanvisninger kan skape vanskelige situasjoner
- Kulturelle bruksanvisninger kan være motstridende
- Situasjoner kan ha større handlingsrom enn først antatt

2.5 Håndtering av bekymringsfull og problematisk seksuell atferd

- Plikt til å beskytte
- Tidlig innsats
- BUP og habiliteringstjenesten viktige samarbeidspartnere
- Viktig å følge med samt loggføre
- Å snakke med barn og unge om vanskelige tema
- Vær bevisst egen språkbruk
- Jobbing med seksuelt nedsettende språkbruk, holdninger og ukulturer
- Jobb tverretattlig

2.1 OM BEKYMINGSFULL OG PROBLEMATISK SEKSUELL ATFERD

Bekymringsfull eller problematisk seksuell atferd er utenfor det som betegnes som sunt. Det er atferd med bekymringsfull intensitet og hyppighet eller atferd som ikke samsvarer med alders- eller utviklingsmessig modenhet. Det kan også være ulikhet i dominans ved at en for eksempel opptrer truende eller tilbyr noe (f.eks klær eller penger), for at den andre skal være med på seksuell aktivitet.

Andre tidlige tegn på en mulig seksuell skjevutvikling i alderen 13–19 år kan være generelle atferdsproblemer, å være opphengt i pornografi, seksuell chat med noen mye eldre enn en selv, seksuelt aggressivt språk og væremåte. Det kan være deling av gjenkjennende informasjon med ukjente på nettet, deling av nakenbilder, episoder med kinking, blotting eller berøring av jevnaldrende uten samtykke.

Trafikklyset kan hjelpe oss med å skille

Enkelte ganger kan det være vanskelig å skille mellom sunn seksuell utforskning og en seksuell atferd som er bekymringsfull og skadelig både for den som utøver atferden og den som utsettes. Kunnskap om normal utvikling og tegn på at atferden skifter karakter, er derfor viktig. Seksuell atferd kan ha ulike motiver og intensjoner for barn og unge i forskjellige utviklingsstadier. «Trafikklyset» er et godt hjelpemiddel til å identifisere og vurdere seksuell atferd som vekker bekymring. (Se Trafikklyset på www.seksuellatferd.no)



«Trafikklyset» er et godt hjelpemiddel til å identifisere og vurdere seksuell atferd som vekker bekymring.

Seksualitetsundervisning viktig for sunn seksuell utvikling

Kunnskap om kropp, følelser og relasjoner er viktige forutsetninger for livsmestring og helse. Slik kunnskap gjør det lettere for ungdom å skille mellom positive og problematiske berøringer og tilnærmelser, og kan senke terskelen for å si ifra til voksne ved krenkelser eller overgrep. Kunnskap om seksualitetens mangfold og variasjon kan videre forebygge både fordommer, mobbing og trakassering.

Barneombudets rapport (2018) om seksuelle krenkelser blant ungdom viser at barn og unge ønsker seg mer seksualitetsundervisning, der grenser og bruk av sosiale medier er spesielt viktig. Elever etterspør i større grad undervisning på mellommenneskelige tema som de synes er vanskelige å håndtere som f.eks grenser, samtykke, ansvar, overgrep, kjønns- og seksualitetsmangfold og porno. Mange lærere kan føle seg utrygge og lite bekvemme med å undervise i disse temaene og overlater kanskje alt ansvar for dette til skolens helsetjeneste/helsesykepleier. Dette er uheldig da god seksuell helse skapes i samspill mellom flere miljøer. Både skole og helsetjenesten er viktige bidragsyttere her.

Seksualitetsundervisning og tematisering av pornobruk er en viktig motvekt til pornografiens uttrykk og påvirkningskraft. Unge trenger hjelp til å reflektere og snakke om hva porno er og hvordan porno kan være med på å påvirke vårt syn på kjønn, seksualitet og kropp. Et viktig tiltak er å gi ungdom verktøy til kildekritikk, kunnskap om gode informasjonskilder og trygge informasjonskanaler som de selv kan bruke for å finne mer informasjon, f.eks Sex og samfunn og ung.no



UNG.NO

Ung.no er det offentliges informasjonskanal for ungdom.

Vi gir deg informasjon om dine rettigheter, muligheter og plikter.

<https://www.ung.no/>

Sex og samfunn

Sex og samfunn er et gratis tilbud for alle under 25 år, uavhengig av bostedsadresse.

<https://sexogsamfunn.no/>



Illustrasjon: Solveig Berger, Framom

REFLEKSJONSOPPGAVE 2.1

Trafikklyset: Hvor ville du ha plassert følgende atferd: Gutt (16) blottet seg for de andre på skolen. Dette skjer ofte i forbindelse med gym. Hvilken informasjon bør du skaffe deg for å kunne vurdere alvorligheten av atferden? (Som jo har stor betydning for hvilken hjelp man skal gi.)

2.2 PORNOGRAFI

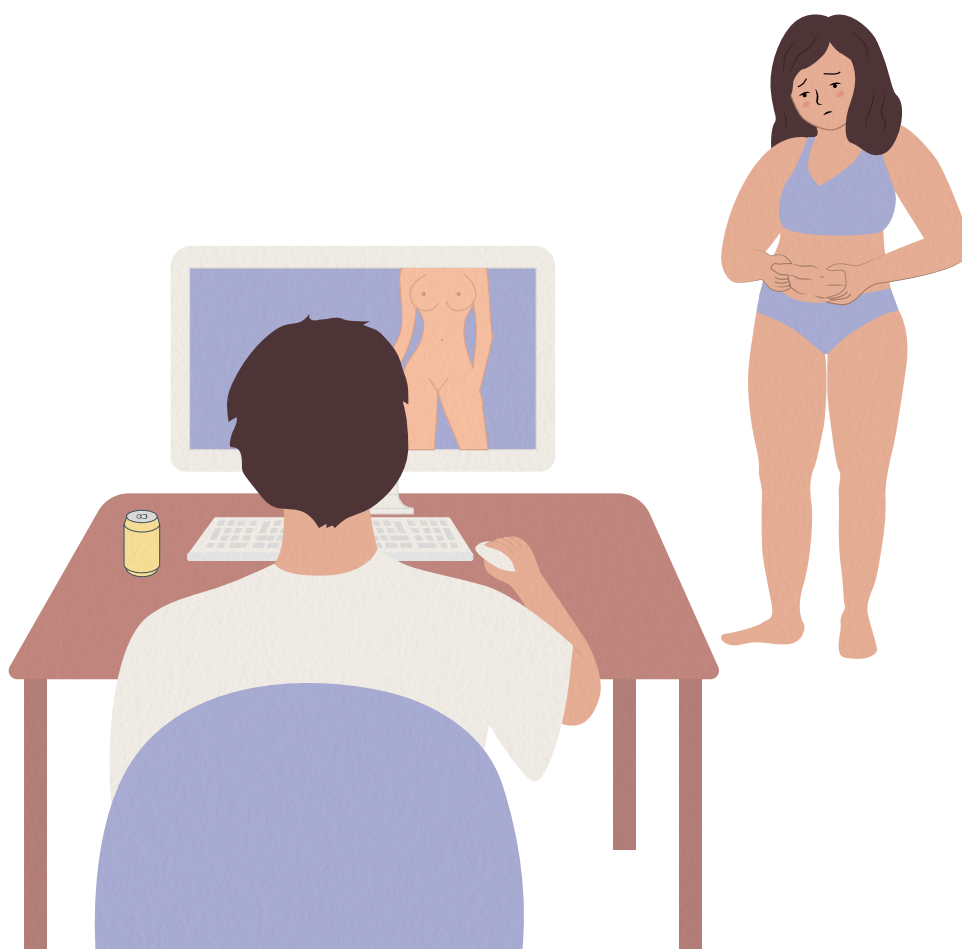
Å se porno er vanlig i ungdomstiden

Det å sjekke ut porno hører til i en vanlig seksuell utvikling samtidig som det kan påvirke tanker og holdninger knyttet til sex, seksualpartnere og kjønnsroller. Undersøkelser indikerer at så mye som 1 av 3 scener hentet fra populære porno-nettsteder, fremstiller sex uten samtykke. Den ene parten er ofte dominant og utøver grader av ydmykelse på motparten.

Pornoverden og den vanlige verden

Siden pornoen i all sin variasjon er så lett tilgjengelig, betyr dette at helsesykepleiere og andre rundt ungdommen, har en viktig rolle ved å formidle kunnskap om slagsider ved pornografien. Noen har sammenlignet porno med actionfilmer. Actionfilmene er underholdning og ingen ville overlevd mye av volden og handlingene som helten i filmene gjør eller utsetter andre for.

Pornografi er også underholdning, og laget for å skape seksuell opphisselse, og også ofte for å sjokkere. Det er urealistisk å ha ereksjon så lenge som pornoen viser. Sædmengden er overdrevet. Kameravinkler og sminke, lyd og lys gjør at det som vises er umulig å få til i virkeligheten, i hvert fall på en behagelig måte. Samtykke er ofte fraværende, og volden kan i virkeligheten være farlig og skadelig. Dette er det viktig at voksne hjelper unge til å reflektere over. Sex skal være gøy, lekent og fint, og ingen skal føle seg utnyttet. Det skal ikke være vondt og vanskelig. Det skal gjøre at man får et bedre forhold til seg selv og evt. den/de andre, ikke at man blir mer usikker, redd, alene eller føler seg utnyttet eller blir redd for at man har utnyttet og krenket andre.



Illustrasjon: Solveig Berger, Framom

Hjelpe noen med å skille mellom hva som er hva

De fleste klarer å skille mellom pornografi og virkelighet, men for noen er dette vanskelig. Yngre barn og ungdom med forstyrret utvikling kan finne pornografi skremmende eller være ekstra sårbare for å etterligne/leve ut det som skildres her. En generell regel er at barn under 12 år ikke bør eksponeres for pornografi, men listen kan gjerne settes høyere. Spillet Planet porno kan være en hjelp i møte med ungdom over 14 år.

Se <https://betaniensykehus.no/helsefaglig/forskning-og-utvikling/planet-porno>

Når porno blir tvang

Pornografi er lett tilgjengelig, og noen barn og unge står i fare for å utvikle en form for pornoavhengighet eller tvangsmessig bruk som kan påvirke normal seksuell utvikling. Dette kan innebære at man utvikler en toleranse for «grov porno» som medfører behov for mer og mer ekstreme stimuli for egen seksuell opphisselse. Det er ikke noen grense for hvor mye porno ungdom kan se før det utvikles en avhengighet, istedenfor handler det om hvor mye annet pornoen går ut over som skole, fritidsaktiviteter, vennskap og forhold. Avhengighet kan også ofte innebære nedsatt evne til emosjonsregulering og mentalisering.

Sårbare grupper

Noen grupper kan være ekstra sårbare for å utvikle et avhengighetsforhold til pornografisk materiale, eller feiltolke/misforstå innholdet til å være «ekte» seksualitet og prøve ut det de ser. Dette gjelder særlig unge med kognitive eller sosiale vansker/funksjonsnedsettelse.

Flere enkeltstudier har vist at ungdom som utøver skadelig seksuell atferd (SSA) har høyere konsum av pornografi enn ungdom som ikke utøver SSA. Andre individuelle sårbarhetsfaktorer hos dem som har begått skadelige seksuelle handlinger kan være egne overgrepserfaringer, impulsivitet, lav kognitiv fungering, vansker med sosiale ferdigheter, utsatthet for overseksualisert klima i hjem og omgangskrets. Det å ha blitt eksponert for pornografi i for tidlig alder kan også svekke/forstyrre en normativ seksualutvikling. Det å se på voldelig pornografi ser ut til å øke risikoen av seksuell aggresjon sammenlignet med å se på ikke-voldelig pornografi.

Ulovlig materiale

Pornografi kan inneholde skildringer av seksuelle overgrep mot barn eller seksualisert fremstilling av barn. Dette er ulovlig materiale, og straffbart både å produsere, besitte (oppbevare) og dele. Les mer på: [Porno, ikke bare greit — Ung.no](#)

Pornografi er knyttet til flere debatter

Det er flere debatter knyttet til pornografi. Det handler om menneskehandel, utnyttelse av sårbare mennesker, kvinnefiendtlighet, bruk av vold, sex med dyr, barn og lik. Samtidig er det slik at pornografi kan være en kilde til et rikere seksualliv og en måte å føle slektskap med likesinnede, da seksuell atferd rommer mange uttrykk og preferanser. Det de fleste er enige om, er at pornografi ikke kan være den eneste og viktigste kilden til kunnskap om seksuell atferd.



Pornoplaneten:

<https://betaniensykehus.no/helsefaglig/forskning-og-utvikling/planet-porno>

Pornografi i spillverden – gaming, fanfiction og hentai

Pornografien er (selvsagt) også en del av spillverden. Det kan være en integrert del av ulike spill, i noen ganske bortgjemt eller bak betalingsmur. Det kan være som en egen pornofilm du ser på eller at du deltar som spiller. Videre finnes det egne pornospill. «Steam» er et spillnettsted hvor man promoterer slike. Hentai er animert (tegnet) pornografisk materiale. Fanfiction er noveller og romaner som er skrevet av vanlige mennesker ut fra et bestemt univers som f.eks. Ringenes herre eller Harry Potter. I fanfiction kan man skrive hva man vil, inkludert pornografiske skildringer og ulike erotiske konstellasjoner som ikke finnes i de originale verkene. Historiene er merket etter innhold, f.eks. inneholder lesbisk sex eller voldelig sex.

«Å game eller spille er dopamin, det er gøy å spille med venner, det er avhengighet og det er selvfølgelig også sexscener der.» Dette er sitat av en ung student, og sier vel noe om hvorfor man spiller.

i

Ordliste

Gaming: Å spille elektroniske spill, ofte sammen med andre online.

Fanfiction: Folk skriver i samme univers som allerede utgitte bøker eller filmer, f.eks. Harry Potter eller Game of Thrones.

Anime: Japansk tegnefilm og tv-serier. Fungerer også som en port til Hentai.

Manga: Japansk (fysisk) tegneserie.

Hentai: Japansk animert porno.



Porno i sosiale medier

Det finnes mange ulike sosiale plattformer eller programmer, som f.eks. Discord. Disse har ulike servere som igjen har egne kanaler, omtrent som et hus (serveren) med ulike rom man kan utforske (kanaler). Dersom kanalen inneholder porno, så er dette merket. Man vet derfor hva som venter hvis man entrer rommet. I utgangspunktet må man være 18 år for å være med på slike plattformer, men dette er enkelt å omgå. Ingen sjekker om brukeren virkelig er over 18.

Animasjon gir enda større variasjon

Fordi spillverden er animert så er uttrykket enda bredere enn der ekte mennesker spiller scenene. Dette betyr at det kan være mer voldelig og drøyt, men også åpne for vakre fantasier som ikke er mulig å leve ut i den vanlige verden.



Redd barna, Snakk med oss!: Håndbok om hvordan samtale med barn og unge om kroppspress, nakenbilder og pornografi på nettet

https://www.reddbarna.no/content/uploads/2021/01/8_snakk-med-oss.pdf

Ressursenhet V27 Betanien Bergen: Planet Porno

Planet porno – et lærerikt diskusjonsspill for ungdom over 14 år.

<https://betaniensykehus.no/helsefaglig/forskning-og-utvikling/planet-porno>

Utdanningsnytt: Pornografi og kritisk tenkning

Pornografi er en del av mange ungdommers hverdagsliv, og en god undervisning om dette temaet krever at læreren er bevisst på sine undervisningsstrategier.

<https://www.utdanningsnytt.no/seksualundervisning-skole-undervisning/pornografi-og-kritisk-tenkning/317040>

REFLEKSJONSOPPGAVE 2.2

Hvordan kan du som helsesykepleier løfte frem kritiske perspektiver på pornografi og samtidig anerkjenne ungdommers følelser og erfaringer knyttet til temaet?

2.3 UØNSKET SEKSUELL OPPMERKSOMHET ELLER SEKSUELL TRAKASSERING



*Uønsket seksuell oppmerksomhet er som oftest kalt seksuell trakassering, som igjen er definert slik: «**Seksuell trakassering er uønsket seksuell oppmerksomhet som har som formål eller virkning å være krenkende, skremmende, fiendtlig, nedverdiggende, ydmykende eller plagsom. Seksuell trakassering kan forekomme i mange ulike varianter og kan være både fysisk, verbal og ikke-verbal (kroppsspråk).**» Seksuell trakassering skiller seg fra annen trakassering i at det som blir gjort og sagt setter kropp, sex og kjønn i spill.*

Ikke velkommen eller gjensidig

Et viktig kriterium for om noe er seksuell trakassering eller ikke, handler kanskje først og fremst om at den seksuelle oppmerksomheten ikke er velkommen eller gjensidig. Ordet trakassering får oss til å tenke på at avsender selv ønsker å gjøre noen vondt med det som sies eller gjøres. Slik er det ikke. Selv der avsender ikke mente å skade eller sette noen i forlegenhet, så kan den som oppmerksomheten var rettet mot, oppleve det som trakasserende. Den seksuelle oppmerksomheten trenger heller ikke å være motivert av et seksuelt begjær for å falle inn under kategorien.

Typiske eksempler

Typiske eksempler på seksuell trakassering er kommentarer på kropp, kjønn og utseende, å etterligne seksuelle handlinger (f.eks. runking, jokking, slikking) og beføle og tafse på andre. Seksuelt ladet stirring eller blikk er andre eksempler. Det er også fliring over andres kommentarer, som gjør at alle skjønner at man gir disse kommentarene en seksuell drakt, f.eks. treneren eller læreren som sier «Ta av dere før dere går inn» som fører til at noen elever med vilje flirer og vrir det til at læreren vil se dem nakne. Dersom noen viser bilder eller videoer med seksuelt innhold til noen som ikke selv ønsker det, vil dette også falle inn under begrepet seksuell trakassering.

Rammer ulikt

Seksuell uønsket oppmerksomhet rammer ulikt. Noen er mer utsatt enn andre, det gjelder både grupper og enkeltindivider. Vi vet f.eks. at barn som tidlig blir kjønnsmodne er mer utsatt for kommentarer på kropp og utseende enn de som er senere utviklet. Mørkhudete er også mer utsatt enn de med lysere hud.

Det å bli utsatt for uønsket seksuell oppmerksomhet er forbundet med dårligere mental helse, dvs at man kan bl.a. oppleve dårligere livskvalitet, mistriksel og lav selvfølelse.

Flytende overganger

Det kan være flytende overganger mellom det som oppleves som en positiv oppmerksomhet på eget kjønn og seksualitet, og det som blir oppfattet som trakasserende. Ofte har dette med situasjonen å gjøre, hvem det er som sier eller gjør noe, og hva det er som sies og gjøres. Det er også slik at barn og unge prøver ut hva som er greit og ikke greit å si og gjøre, noe som også gir ulike nyanser til hvordan man skal forstå og tolke det som blir sagt og gjort.

Oppfattes ikke som trakassering

Mange barn og unge sier at de på skolen og andre arenaer opplever uønsket eller uakseptabel seksuell oppmerksomhet, men at de ikke oppfatter det som seksuell trakassering. En vanlig måte å håndtere uønsket oppmerksomhet på er å la denne passere fordi man forstår at avsender ikke vil noe vondt. Det å da gi beskjed om at «dette likte jeg ikke», kan oppleves som å avvise avsender eller sette hen i stor forlegenhet. Noe man ikke ønsker i frykt for å ødelegge noe man oppfatter som en god relasjon. Det er også vanlig at man ikke gir beskjed fordi man ikke ønsker å bli oppfattet som prippen eller vanskelig. Kanskje tenker avsender at hen har gitt vedkommende et kompliment?

Kultur former oppfatning

Familie- og vennekulturer vi er en del av, vil påvirke hva vi reagerer på og ikke. Erfaringene våre i oppveksten har betydning for hva vi opplever som trakasserende og ikke. Der noen reagerer sterkt på en kommentar eller handling, vil andre tenke at dette er vanlig, noe de må tåle eller ikke reagerer på.

Å skape en trygg kultur kontra å tøye grensene for hva man skal tåle

Forebygging handler om å skape en kultur der det er lite grobunn for seksuell trakassering. Et viktig spørsmål er: Oppleveres det som trygt å være en del av miljøet her? Ofte synes spørsmålet heller å være «Hvor mye kan hen/vi tåle?». Det er viktig å bygge en kultur som fremmer trygghet mellom menneskene som omgås hverandre. Det skal være trygt i den forstand at man ikke må høre på kommentarer om kjønn og kropp, det være seg egen eller andres. Det skal være trygt i den forstand at man slipper å høre autoritetspersoner fortelle grove vitser mellom seg eller til barn og unge. Det skal være trygt i den forstand at voksne er modeller i respektfull omgang med hverandre, både i ord og handling. De voksne rundt barn og unge har her et særlig ansvar, da de oppfattes som modeller for hva som er akseptabelt og ikke.

Sex som kapital

Unge som bytter sex, gjør ofte seksuelle handlinger med et annet motiv enn å oppnå noe seksuelt selv. De fleste unge som bytter sex vil sjelden se på sine handlinger som prostitusjon. For noen skjer det i forbindelse med utforskning av seksualitet og grenser, mens det for andre kan skje som en løsningsstrategi i en krise, en måte å skaffe seg rusmidler på eller som en form for selvskading/selvregulering. Godene ungdom bytter sex for å oppnå kan for eksempel være gaver, elektronikk, klær, mat, reise, sminke, tobakk, rusmidler, penger, innpass i et miljø eller voksenkontakt/omsorg.

For noen kan bytte av sex gi en følelse av verdi, makt og kontroll, mens andre kan oppleve det som krenkende og skadelig. Noen kan ha slike erfaringer uten at det oppleves som problematisk eller at det har alvorlige konsekvenser, men de for andre kan oppleves som noe vondt og med negative konsekvenser. Opplevelsene kan også endres over tid.

Les mer på www.seksuellatferd.no



Illustrasjon: Solveig Berger, Framom

Kjøp av sex

Det finnes mange årsaker til at personer kjøper eller vurderer å kjøpe sex. Sexkjøp fra ungdom kan f.eks være påvirket av spenningssøken, erting/mobbing/press fra jevnaldrende, ønske om å debutere seksuelt eller som konsekvens av veddemål eller ruspåvirkning. En ikke-dømmende holdning og forståelse av mulige årsaker til at noen unge kjøper sex, kan bidra til at det blir enklere for unge å ta kontakt med helsesykepleier for bl.a smittesjekk og samtaler. Mange kan skamme seg og angre på sexkjøp, noe som kan gjøre dette vanskelig å snakke om. Samtaleoppfølging kan likevel oppleves positivt og gi mulighet til å luften tanker og følelser som kan bygge seg opp etter sexkjøp.

Sex og samfunn i Oslo har også et fysisk og digitalt tilbud til de som ønsker samtale etter sexkjøp. Tilbudet har ingen aldersgrense og er åpent for alle kjønn: [Kjøpt sex?– Sex og samfunn.](#)

Hva sier straffeloven om sexkjøp?

Etter [straffeloven § 316](#), populært kalt sexkjøpsloven, er det forbudt å kjøpe seksuelle tjenester. Strafferammen for kjøp av seksuelle tjenester av voksne er bot eller fengsel inntil 6 måneder.

Har den seksuelle omgangen eller handlingen skjedd på en særlig krenkende måte, vil strafferammen være 1 års fengsel. Selv om en ikke ble tatt for å kjøpe seksuelle tjenester på det aktuelle tidspunktet, kan en likevel anmeldes for dette i etterkant.

Å kjøpe sex fra en person mellom 16 og 18 år er straffeskjerpende (Straffeloven §309). Dersom noen kjøper eller bytter sex fra en person under 16 år regnes det i norsk lov som et seksuelt overgrep mot barn (Straffeloven §302, §303, §304). Hvis personen er under 14 år regnes kjøp av sex fra denne personen som voldtekt av barn (Straffeloven §299, §300, §301).

REFLEKSJONSOPPGAVE 2.3

Unge som bruker sex som kapital – hvilke etiske problemstillinger kan dette gi deg som helsearbeider? Og i hvilke tilfeller kan avvergeplikten tre inn?

2.4 SAMTYKKE

Seksualundervisningen må også handle om samtykke

I all seksualundervisning til barn og unge så er temaet samtykke viktig. Samtykke er den normen all seksuell atferd mellom personer skal være basert på. Dette for å hindre at noen utsetter seg selv eller andre for krenkelse eller overgrep. Samtykke handler om at man hele tiden gjennom den seksuelle leken og utforskingen, skal være sikker på at den andre, og en selv, vil det som skjer. Ingen av partene skal være i tvil. I mange seksuelle handlinger skjer dette helt naturlig og av seg selv. Dette fordi man er oppmerksom på hva man selv vil, og hva den andre vil, og man handler i samsvar med dette. Man «danser» sammen i en fin og intim dans, som gir glede og nytelse.



Illustrasjon: Solveig Berger, Framom

Samtykke er såre enkelt og samtidig uhyre komplisert

Men hvordan vet man hva man selv vil og ikke vil, og hvordan kan man vite om den andre vil eller ikke vil? Lena Gunnarson skriver i sin bok «Samtyckedynamiker» at samtykke er såre enkelt og samtidig uhyre komplisert. Fordi det handler om samspill mellom mennesker, og også om forhandlinger med ens eget indre. Dette samspillet er bl.a. styrt av ulike kulturelle og sosiale forventninger og holdninger, i tillegg til biologiske prosesser. Sex er ikke bare en kroppslig handling som å stryke med hendene, kysse og kjæle. Det er nettopp fordi sex er noe mer enn bare handlinger, at sex er så viktig for oss. Sex handler om vårt behov for nærhet og kontakt, om å kjenne oss verdifulle som mennesker, og om å kjenne oss attraktive og elsket. Det er derfor sex kan være så godt og fantastisk, men også kan bli forbundet med vonde krenkelser og overgrep.

Barn kan ikke fullt ut forstå samtykke

I Norge har vi bestemt at barn under 16 år ikke er modne nok til å fullt ut forstå hva samtykke til seksuelle handlinger er. De skal derfor slippe å få spørsmål om deltagelse i slike handlinger, både fra andre barn og fra voksne. Så vet vi at mange likevel deltar i seksuelle handlinger, og opplever også selv at de er modne nok til å vurdere dette. I mange tilfeller med rette da ungdom modnes i forskjellig tempo. Vi må uansett fremme god refleksjon omkring egne og andres grenser, og vi må også hjelpe dem til å forstå de norske lovene på feltet.

Grenser har med verdier og holdninger å gjøre

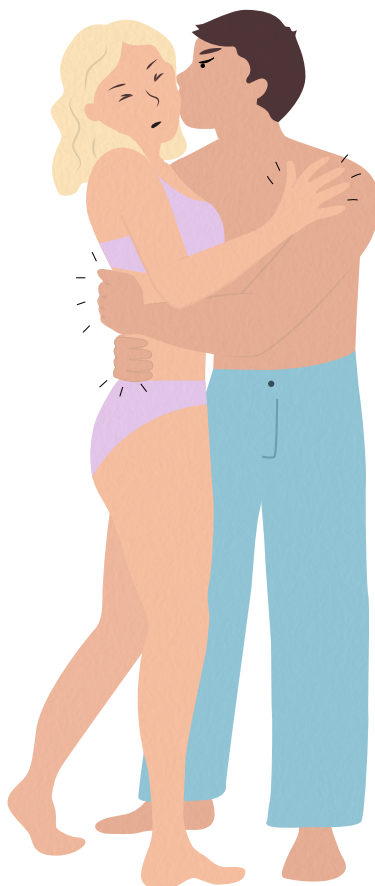
Gjennom ungdomstiden skal unge finne sin egen identitet, og bli mer trygg og bevisst på hvem de selv er og hva de selv liker og ønsker. Dette er en krevende prosess, men mange opplever det også som en god og spennende tid. Slik er ungdomstiden en utprøvingstid på ulike områder, også på det seksuelle området. Å si til ungdommene at de selv må finne ut hva de liker og ikke liker, er flott. Samtidig er det viktig å hjelpe dem til å se sammenhengen mellom deres egne verdier og holdninger og de grensene de har for seg selv. For noen vil det f.eks. ikke være nødvendig å prøve ut trekantsex for å se om dette er noe for dem, hvis de har en holdning om at sex er noe de har forbeholdt seg selv og en kjæreste.

Samtykke skjer gjennom kommunikasjon

Samtykke skjer gjennom en kommunikasjon – både med ens eget indre og mellom de som har sex. Det enkleste er om dette skjer muntlig, dvs at den ene spør den andre om hen vil og den andre kan svare ja eller nei, og så følger man det som er sagt. Vi kommuniserer imidlertid med hele kroppen, og det å tolke egne og andres kroppssignaler er også viktig. Mange er gode på å tolke kroppsspråk, andre er dårlige på det. Noen trenger derfor en tydeligere opplæring, også i hva som er lov og rett, da dette kan hjelpe dem til å forstå hvor grensene går. Det kan være så konkret som å si at det er forbudt å ta en jente på brystene. Dersom man skal det, så må man ha spurt først og fått et tydelig ja. Så hender det at kroppsspråket ikke er i samsvar med det verbale, f.eks. at man sier ja, men gråter og ser redd ut. I slike tilfeller skal man også stoppe.

Å overtale er ikke greit

Å overtale noen til å ha sex når de faktisk ikke vil, er ikke å få et samtykke. Å manipulere, eller presse noen til å gjøre noe de ikke vil, er aldri greit. Forestillinger om kjønn kan spille inn. Kanskje tror gutten at det er forventet at jenta skal være tilbakeholdende, men at hun egentlig vil? Kanskje tenker jenta at gutter alltid vil, så dersom han signaliserer noe annet, så må det være fordi han er sjenert?



Illustrasjon: Solveig Berger, Framom

Kulturelle bruksanvisninger kan være til hjelp

I kulturen vår finnes det seksuelle «bruksanvisninger». Disse forteller oss hva som er ok å gjøre i hvilken situasjon og med hvem. Disse kan være til hjelp for barn og unge. Eksempel på slike «bruksanvisninger» kan være at man kun kysser den man har lyst til å kysse eller at man ikke sender videre nakenbilder man selv har fått på mobilen.

Kulturelle bruksanvisninger kan skape vanskelige situasjoner

Andre «bruksanvisninger» kan skape problemer. Dersom man har fått en oppfatning av at «dette er noe alle gjør» så kan det skape en forventning til seg selv om at man «bare må» være med på en slik seksuell handling selv om man inni seg er usikker og også ikke kjenner at det gir noen god følelse. Å trekke seg fra en seksuell handling med noen man opplever som en viktig (kjæreste-)relasjon kan føles som å trekke hele relasjonen i tvil eller å få den andre til å føle seg dum, skamfull eller verdiløs.

Kulturelle bruksanvisninger kan være motstridende

«Bruksanvisningene» eller de seksuelle skriptene barn og unge møter kan være motstridende og vanskelig å navigere i, eller sammenholde. De kan oppleve at vennene sine skript er svært forskjellig fra det familiekulturen formidler eller skolen underviser. Dette igjen kan også være forskjellig fra det de møter i egen religion eller det de ser på nettet. Gjennom ungdomstiden vil likevel de fleste lære seg å manøvrere i dette landskapet og bli tryggere på hvilke verdier og normer som er viktige for dem i utøvelsen av sin egen seksualitet. Å støtte de unge i deres selvrefleksjon rundt disse temaene, er viktig.

Situasjoner kan ha større handlingsrom enn først antatt

Alle har vi erfaring med at vi blir med på ting for å slippe negative konsekvenser, og dette gjelder også på det seksuelle området. Fordi seksualiteten er så intim og privat for oss, så kan dette få større negative konsekvenser for en selv enn man så for seg. I undervisning om samtykke vil dette derfor være et viktig tema. Til en slik refleksjon vil det være sentralt å drøfte om man i slike situasjoner, når man oppdager at man egentlig vil trekke seg fra sexen, har et større handlingsrom? Kan man f.eks. dreie sexen over til en type sex som man selv liker og føler seg vel med.

REFLEKSJONSOPPGAVE 2.4

Reflekter over forskjellen mellom en seksuell erfaring som man angrer seg eller gjerne skulle vært foruten, og en seksuell krenkelse. Ut fra dine erfaringer, hva er utfordringene ved samtykke?

2.5 HÅNDTERING AV BEKYMRRINGSFULL OG PROBLEMATISK SEKSUELL ATFERD

Plikt til å beskytte

Når ungdom viser en seksuell atferd som kan skade andre eller seg selv, er det de voksnes plikt å reagere samt sørge for hjelp og nødvendig beskyttelse. Noen ungdommer er ekstra sårbare for å bli utsatt for, eller selv utvikle uakseptabel seksuell atferd. Dette kan være unge med ulike funksjonshemminger, som er utsatt for vold, overgrep eller omsorgssvikt, fra dårlige sosioøkonomiske kår eller som har en forstyrret utvikling eller sosialisering.

Tidlig innsats

Tidlig innsats handler om å gi unge god kunnskap om seksualitet, fange opp tegn til skjevutvikling og gi hjelp og støtte til sunn seksuell utvikling. Å snu uheldige utviklingsmønstre i forhold til seksualitet på et tidlig tidspunkt, vil hjelpe unge til seksuell glede og mestring, og hindre grenseoverskridende handlinger og krenkelser/overgrep. Tidlig, tydelig og tilpasset tilbakemelding er den viktigste intervensjonen for å snu uheldige utviklingsmønstre. Det kan gjøres ved å invitere den unge med bekymringsfull atferd til gjentatte samtaler, kartlegge sårbarheter og styrker, og gi veiledning og individuell alderstilpasset opplæring. Materiell/hjelpemidler som kan brukes i samtaler er bl.a: Pornoplaneten, samtykkefilmer, Play it right. Nettsiden ung.no har artikler som kan være til god hjelp både for helsesykepleier og den unge.

Et veiledningsverktøy «Hva-Er-Innafor» for ungdom i alderen 13-19 år er utviklet av Helsedirektoratet i samarbeid med fagfolk og Bufdir, og er laget for å forebygge problematisk eller skadelig atferd. Verktøyet fokuserer på sunn seksualitet og er som helhet ment å skape bevisstgjøring og selvinnsikt gjennom ungdommens egen nysgjerrighet og utforsking av tema. Verktøyet finnes på ung.no og er todelt. I den ene delen kan ungdommene lære om ulike temaer innen seksualitet (samtykke, seksuell lavalder, grenser, pornografi og gaming, bilder og video, tanker og fantasier, onanering, pedofili). I den andre delen kan unge ta en anonym test og velge mellom ulike situasjoner innen problematisk seksuell atferd. Testen ender med at de får en tilbakemelding som sier noe om de går over egne eller andres grenser. De får også forslag til hvordan de kan regulere seg selv, og hvordan de kan få videre hjelp.

Situasjoner som presenteres her er sextanker om:

- En som ikke vil
- En i familien
- Et dyr eller en dukke
- En som sover eller er ruset
- En som er sårbar eller mye yngre
- Nakenbilder og videoer

Andre konkrete tidlige intervensjoner kan være å:

- Gjøre seg tilgjengelig for elevene ved å være i miljøet, delta i fellesaktiviteter, etc.
- Holde generelle foreldremøter med fokus på sunn seksualitet, holdninger og forebygging av seksuell trakassering/grenseoverskridelser
- Etablere samarbeid med kontaktlærere omkring enkeltelever for ekstra oppfølging
- Etablere samarbeid med foresatte om det ikke mistenkes at den unge er utsatt for vold og overgrep i heimen.

For noen er en tydelig og tilpasset tilbakemelding ikke nok for å hindre ytterligere bekymringsfulle episoder eller at atferden eskalerer og blir skadelig. Dette kan gjelde:

- Unge som selv opplever eller mistenkes for å ha utviklet en avhengighet av pornografi
- Unge som bruker pornografi som erstatning for kjedsomhet eller flukt fra vanskelige tanker og følelser
- Unge som ikke respekterer andres intimgrenser
- Unge som gjentar seksuelle handlinger uten samtykke

Unge som benytter seg av overgrepsmateriale og seksualiserte bilder av barn til seksuell opphisselse og stimulering. Særlig bekymringsfullt er bruk av overgrepsmateriell rettet mot spedbarn.



Jeg vet

«Jeg vet» er en gratis læringsressurs for barnehager og skoler (b.la for 8.-10. trinn og videregående skole) om mobbing, vold og overgrep.

<https://www.jegvet.no>

Snakke med barn

En samtale kan skape tillit og trygghet, men også det motsatte.

Snakkemedbarn.no skal hjelpe deg å ta viktige samtaler med barn du er bekymret for.

<https://www.snakkemedbarn.no/>

Veiledningsverktøy for ungdom på ung.no

<https://www.ung.no/Sex>

Seksuell atferd

En ressurside for fagpersonell. Sunn seksuell utvikling og håndtering av bekymringsfull og skadelig seksuell atferd.

<https://www.seksuellatferd.no/>

UNG.NO

Ung.no er det offentliges informasjonskanal for ungdom. Vi gir deg informasjon om dine rettigheter, muligheter og plikter.

<https://www.ung.no/>

BUP og habiliteringstjenesten er viktige samarbeidspartnere

Viktige samarbeidsinstanser for helsesykepleier i slike saker vil kunne være instanser som kan gi en bredere utredning og behandling, som BUP og habiliteringstjenesten. Sistnevnte vil være aktuell dersom den unge har kognitiv funksjonsnedsettelse eller autismespektervansker.



Ung.no sine selvhjelpstiltak: <https://www.ung.no/selvhelp>

Viktig å følge med samt loggføre

Ved mistanke om problematisk seksuell atferd er det viktig å følge med og observere for å samle nødvendig informasjon til eventuelle tiltak, samt støtte og veilede den unge til sunn og god seksualitet. **For ungdom er det viktig at de voksne er tydelige, omsorgsfulle og konsekvente.**

Skriv gjerne ned det du ser og hører. Dette kan være en god logg i en eventuell fremtidig håndtering av en sak. Det kan være glidende overganger mellom problematisk seksuell atferd til en klar skadelig seksuell atferd som må stoppes.

Å snakke med barn og unge om vanskelige tema

I samtaler med barn som utviser bekymringsfull atferd er det viktig å tørre å stille spørsmål om hvordan barnet har det, og følge opp egen bekymring med flere samtaler. Tillit kan bygges ved å bry seg og vise interesse ved å stille åpne spørsmål, vise trygghet og tåle fortellingene. Ungdom forteller ofte til en de har spesiell tillit til, og dette kan ofte være en lærer eller en helsesykepleier. Denne tilliten skal man forsøke å opprettholde selv om man må ha hjelp av andre for å hjelpe (f.eks. BUP) og en er pålagt å avverge vold og overgrep. Vær fordomsfri og inkluderende i spørsmålene og vis at du er tilgjengelig og ønsker å hjelpe.



Vær bevisst egen språkbruk

Når man snakker med unge om salg og bytte av sex bør man være særlig bevisst på egne følelser og forestillinger knyttet til tematikken. Ikke bruk ord og uttrykk som kan påføre ekstra skam eller stigma. Unngå å bruke ord som prostitusjon, prostituert, selge sex, selge kroppen din hvis den unge ikke bruker disse ordene selv. Ha fokus på at dette er en handling hen har gjort, og forsøk å få hen til å reflektere rundt hvilken funksjon denne handlingen har i hens liv. Det er viktigere å finne ut om vedkommende er i en sårbar situasjon med grunn til bekymring, fremfor å definere handlingen som salg og bytte av sex.

Les mer på www.seksuellatferd.no og sjekk ut Emilie (16 år) på www.snakkemedbarn.no

Jobbing med seksuelt nedsettende språkbruk, holdninger og ukulturer

Bruk av kjønnsord, nedsettende begreper og seksuell legning som skjellsord, skaper usunne miljø. Noen kan føle seg støtt og sjikanert, eller slik sjargong blir adaptert og akseptert som normalt. Begge deler er uheldig for holdningsdannelser og respekt for hverandre. I mange tilfeller kan slik språkbruk følges av fysiske grenseoverskridende berøringer som f.eks beføling av pupper, klaps på rumpa, etc. Som helsesykepleier ved ungdomsskoler og videregående kan du bidra til å skape en enhetlig forståelse og håndtering av dette ved skolen, og f.eks delta i utarbeidelse av kjøreregler for språkbruk og fysiske berøringer. Det anbefales også at helsesykepleier deltar i foreldremøter og foreldresamtaler for å informere om hvordan temaet er blitt jobbet/jobbes med.

Jobb tverretattlig

Andre faglige råd er å ta kontakt med andre etater for samarbeid, f.eks med barnevernstjenesten for veiledning og kartlegging av klasse miljø, Pedagogisk psykologisk tjeneste (PPT) for kartlegging av elever og systemisk endringsarbeid.

REFLEKSJONSOPPGAVE 2.5

Hvordan kan man komme inn så tidlig som mulig for å snu en uheldig utvikling?

3. SKADELIG SEKSUELL ATFERD

3.1 Om skadelig seksuell atferd

- Ulike årsaker til atferden
- Kjennetegn på skadelig seksuell atferd hos barn og unge
- Både gutter og jenter
- Grupper av personer kan begå grovere krenkelser enn enkeltpersoner
- Kjenner hverandre fra før
- Vil ikke gjenta skadelig seksuell atferd
- Anmelde og etterforske
- Skadelig seksuell atferd på nett og mobil
- Ivaretagelse av begge parter
- Om å ivareta og hjelpe utøver – benektning er normalt
- Ekskludering kan forverre situasjonen

3.2 Tiltak og håndtering av bekymringsfull og skadelig seksuell atferd

- Skille mellom målbevisst atferd og nysgjerrighet
- Å være mentalt tilgjengelig i samtaler
- Individuelle tiltak
- Håndteringsplan og samarbeid mellom instanser
- Utarbeide trygghetsplan i tråd med Risk-Need-Responsivity-prinsippene
- Nasjonalt kontaktpunkt

3.3 Håndteringsplan og samarbeid mellom instanser

- Nasjonale retningslinjer og lokale rutiner
- Gjør deg kjent med rutinene
- Drøft saken (anonymt) med barnevernet
- Om å informere ungdommen samt om taushetsplikt og opplysningsplikt
- Taushetsplikt skal ikke hindre hjelp
- I alvorlige situasjoner må barnevernet avgjøre
- Straffelov og straffereaksjoner for ungdom som dømmes for seksuallovbrudd
- Samarbeidsinstanser
- Trygghetsplan
- Gjenopprettende arbeid

3.1 OM SKADELIG SEKSUELL ATFERD

Skadelig seksuell atferd er et paraplybegrep for det vi klassifiserer som en ikke-normativ og ikke-akseptert seksuell atferd. Dette er ofte atferd som er overdreven, hemmelighetsfull, grenseoverskridende, tvangspreget, regredierende eller truende. Dette kjennetegnes av forskjeller i alder, makt/status eller modning og fysisk styrke/størrelse mellom de involverte. Seksuell lek eller utforskning går over til å bli problematisk eller skadelig dersom den er preget av makt, trusler og tvang. Slik atferd må stoppes på en aldersadekvat og respektfull måte.

Ulike årsaker til atferden

Mellom 30 % og 50 % av overgrep mot barn og unge utføres av andre barn og unge under 18 år. Overgrep begått av barn og unge kan gjøre like stor skade som overgrep utført av voksne, og må derfor stoppes. **Ved å ha kunnskap om hva som er sunn seksualitet hos barn kan vi lettere oppdage hva som er bekymringsfull og skadelig seksuell atferd.** Helseesykepleiere har en unik rolle og kompetanse til å både bidra til barns sunne seksuelle utvikling, og gi barna hjelp til å snu en uheldig seksuell utvikling.

Det kan være ulike årsaker til at barn utviser en skadelig seksuell atferd. For noen er det en uheldig eksperimentering med seksualitet, for andre kan det være en reaksjon på følelsesmessig, fysisk eller seksuelt misbruk eller omsorgssvikt. Noen gjør det etter å ha sett eller blitt vist mye pornografi eller at voksne har hatt sex foran dem som barn. For andre er det mer impulsive handlinger som ikke er planlagte eller har noen klar årsak. Ofte kan den bekymringsfulle eller skadelige seksuelle atferden være en del av flere utfordringer (atferds-psykologisk- eller nevrologisk problematikk) hos ungdommen, og må derfor sees i denne sammenheng og ikke som noe «eget». Det er imidlertid også en betydelig prosentandel som ikke har andre synlige vansker, og som har kognitive og sosiale evner innen normalspekteret.



Ulike måter å forstå problematisk og skadelig seksuell atferd (ikke uttømmende):

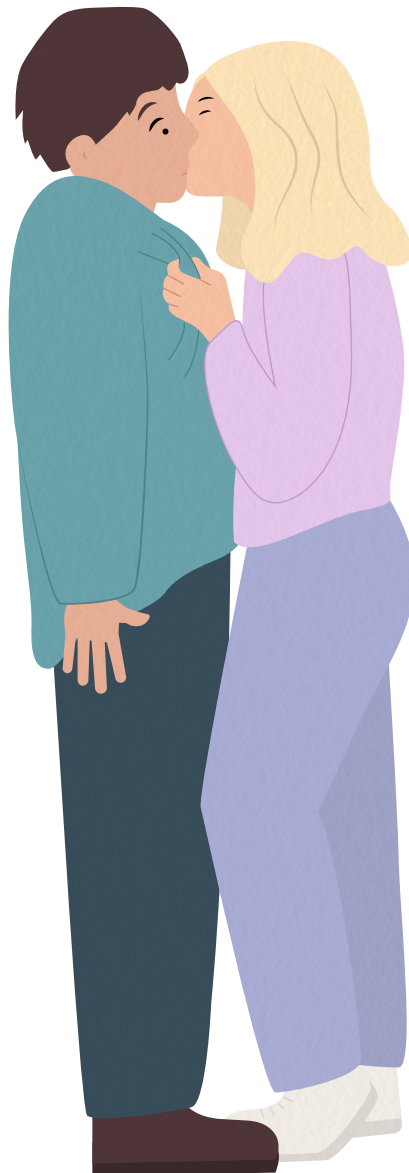
- *Reaksjon på egne traumer*
- *Mangelfulle sosiale ferdigheter*
- *Impulsivitet*
- *Ensomhet, depresjon*
- *Vansker med å regulere følelser*
- *Lærevansker og nevrologiske utfordringer*
- *Tilknytningsvansker*
- *Ønske om oppmerksomhet*
- *Mangelfull kunnskap om seksualitet, lover og regler*
- *Nysgjerrighet og seksuell opphisselse*
- *Behov for tilsyn og trygghet*
- *Antisosiale trekk/del av generell normbrytende atferd*

Kjennetegn på skadelig seksuell atferd hos barn og unge

- Forskjell i maktforhold, modningsnivå og alder mellom de involverte
- Bruk av trusler eller tvang
- Manglende samtykke
- Atferden kan være grei, men situasjonen er feil
- Atferden er preget av hemmelighold og/eller planlegging
- Atferden øker selv om den blir forsøkt stoppet
- Den som har blitt utsatt er preget av negative følelser som frykt og sinne, eventuelt utagerer eller lukker seg inne i seg selv

Både gutter og jenter

Det er flest gutter som utfører seksuelt skadelige handlinger, men det gjelder også jenter. Hos noen jenter kan det være en mer skjult og tabubelagt problematikk, og jenter som krenker seksuelt har ofte annen problematikk i tillegg.



Illustrasjon: Solveig Berger, Framom

Grupper av personer kan begå grovere krenkelser enn enkeltpersoner

Kjellgren har i sin doktorgrad skrevet om at guttegjenger (2 eller flere) i ungdomsalder har utført grove overgrep med trusler og vold. Man antar at dette skyldes at gruppeprosesser gjør seg gjeldende. Det ene tar det andre, man kan hisse hverandre opp eller man unngår å reagere fordi man ikke vil være den som skiller seg ut eller den som «disser» de andre. Som voksen kan det være krevende å ta inn over seg at ungdommer kan utøve slike grove handlinger. Likeledes kan det hende at de selv etter overgrepet, er overrasket over hva de kunne være med på. Det er ikke sikkert at det var slik de hadde tenkt eller planlagt.

Kjenner hverandre fra før

Det er mest vanlig å utsette noen man kjenner (venner, søsken, skolekamerater, etc.). Noen utfører imidlertid også skadelige handlinger mot noen de ikke kjenner fra før. Krenkelser og overgrep mot ukjente kan øke risikoen for at det skjer igjen.

Vil ikke gjenta skadelig seksuell atferd

De fleste ungdommer vil ikke gjenta den skadelige seksuelle handlingen når de får tydelig grensesetting med forklaringer på hvilke konsekvenser dette kan gi både den utsatte og en selv. Noen vil også ha behov for veiledning på hvordan en skal håndtere og mestre sosial samhandling, seksuelle følelser, avvisning fra jevnaldrende, og hjelp til å få bearbeidet skyld og skam over å ha begått en seksuell krenkelse.

Dersom skadelig seksuell atferd gjentas eller ungdommen ikke responderer på korrigering, veiledning og hjelpetiltak, må det henvises til barne- og ungdomspsykiatrien (Bup) for en bredere utredning, risikovurdering og overgrepsspesifikk behandling. Noen har også kommet inn i et svært uheldig mønster der seksuell tenning er en stor del av driven i atferden. Dette gjør at atferden er vanskeligere å endre. I slike tilfeller må man også hjelpe den unge til å ta kontroll/utøve selvkontroll og utvide tenningsmønstrene sine, slik at hen kan oppnå seksuell tilfredsstillelse uten å skade andre og seg selv.

Anmelde og etterforske

De seksuelle handlingene kan være lovstridige og kreve påtalemessig etterforskning. Samtidig trenger disse unge mye hjelp på flere områder som krever at flere tjenester og etater må bidra. Er du i tvil om anmeldelse så søk konsultasjon eller ta kontakt med Statens barnehus, barnevernstjenesten eller politiet. [Les mer om straffelov og straffereaksjoner på side 3.3.](#)

Skadelig seksuell atferd på nett og mobil

Det er en økning av forekomsten av skadelig seksuell atferd utført på internett eller via mobiltelefon. Dette kan handle om å sende seksuelle kommentarer som er sårende, ubehagelige eller truende, sende eller be om å få seksualiserte bilder og nakenbilder. Det kan også være nedlastning, oppbevaring og deling av seksualiserte bilder og skildringer av overgrep mot barn. Forebygging av seksuelle krenkelser og overgrep på nett kan ikke løses alene ved økt IT-sikkerhet og filter, men må i tillegg adresseres i undervisningen om seksualitet, pornografi og nettvett. Helsesykepleier bør i samarbeid med skolene planlegge både felles undervisning i temaet, og oppfølging av enkeltelever som trenger tilrettelagt undervisning, veiledning og samtaler.



Politiet, Trygg nettbruk:

<https://www.politiet.no/rad/trygg-nettbruk/>

Ivaretagelse av begge parter

Det er svært viktig å ta vare på begge parter for å forebygge senere vansker. Den som har begått krenkelsene og den som er utsatt må ikke overlates til seg selv, men ivaretas adskilt fra hverandre av trygge voksne. I tillegg til helsesykepleier bør skoleansatte (kontaktlærer m.fl.) frigjøres fra annet arbeid for å ta seg av involverte elever.



Illustrasjon: Solveig Berger, Framom

Om å ivareta og hjelpe utøver – benektning er normalt

Ungdom som har begått seksuelle krenkelser og overgrep kan oppleve stor skam og skyld, være fortvilet over å ha tråkket over andres grenser eller begått kriminalitet, påført noen skade, og skuffet både venner, kjæreste og familie. Andre igjen kan benekte det som er gjort, bagatellisere og minimalisere egne handlinger, og ha vansker med å se og ta innover seg andres perspektiv og opplevelser. Den siste gruppen kan utfordre oss som hjelpere ekstra, og krever en forståelse av benektning som en psykologisk forsvarsmekanisme, og at innrømmelse av egne feil og overtramp ofte foregår i et kontinuum fra full benektelse til en stegvis erkjennelse og ansvarstaking. Dette skjer ofte i en prosess med opparbeidelse av trygghet og tillit til helperen, og hjelp til å se egen rettferdiggjøring av overgrepet (ofte kalt kognitive fordreininger).

Ekskludering kan forverre situasjonen

Seksuelle krenkelser og overgrep medfører ofte store reaksjoner og frykt fra den/de utsatte, andre barn og unge og deres familier med krav om å utestenge eller utvise utøver fra både skole, vennekrets og fritidsaktiviteter. Det er i slike tilfeller viktig å jobbe mot fortsatt skolegang og deltakelse i aktiviteter som før, med nødvendige trygghetstiltak for at nye overgrep ikke skal forekomme. Ekskludering kan gi en større risiko for gjentakelser og medføre utenforskap og ytterligere utfordringer.

REFLEKSJONSOPPGAVE 3.1

Hvorfor er det viktig å forstå hva som ligger bak den eller skadelige seksuelle atferden?

3.2 TILTAK OG HÅNDTERING AV BEKYMRRINGSFULL OG SKADELIG SEKSUELL ATFERD

Intensjonen med å intervenere når barn og unge utviser en skadelig seksuell atferd må være å hindre krenkelser/overgrep og gi hjelp til en sunn seksuell utvikling. Avdekking av krenkelser skaper ofte store følelsesmessige reaksjoner. Situasjoner der både utsatt og utøver er barn eller ungdommer krever derfor forsiktighet og klokskap. Tiltak som settes inn må drøftes og vurderes helhetlig, og ikke være basert på observatørens egne følelsesmessige reaksjoner.



Tiltak som settes inn må drøftes og vurderes helhetlig, og ikke være basert på observatørens egne følelsesmessige reaksjoner.

Skille mellom målbevisst atferd og nysgjerrighet

Dersom ansatte på skolen får mistanke om at en elev utviser problematisk eller bekymringsfull seksuell atferd, er det viktig å gå videre med dette. Ofte kan bekymringen starte med en vag magefølelse og en usikkerhet omkring den grense-overskridende atferden. **Drøft bekymringen med ekspertise på feltet så tidlig som mulig**, slik at riktige tiltak blir satt inn så fort som mulig på skolen. Slik kan skolen undersøke, observere og kartlegge for å hindre at atferden fortsetter eller eskalerer. Samtidig er målet å hjelpe barnet eller ungdommen til en sunn seksuell atferd.

Å være mentalt tilgjengelig i samtaler

For å klare å «romme» barn og unges sterke følelser og atferdsuttrykk, og stille gode åpne spørsmål, kreves det at vi selv klarer å holde roen og dempe egne sterke følelser og frustrasjoner. Dette kan være spesielt vanskelig når barn og ungdom oppleves som avvisende og provoserende. «Toleransevinduet» fra traumebasert/informativ omsorg kan hjelpe oss med å tåle og regulere slike uttrykk.

Individuelle tiltak

Avdekking av skadelig seksuell atferd indikerer ganske umiddelbar reaksjon og handling fra voksne fordi atferden må stoppes av hensyn til de involverte. Individuelle tiltak bør fokusere på å fremme den unges styrker og ressurser i tillegg til å jobbe med styrking av sårbarheter og risikofaktorer i et helhetlig perspektiv. Man må altså jobbe sammen med individet og den unges omgivelser og nettverk for å oppnå beskyttelse av andre barn og unge. Tiltakene som settes i verk bør stå i samsvar med en strukturert vurdering av risikoen for gjentakelse, den unges behov for hjelp og hens responsivitet og læringsstil, ofte kalt RNR-prinsippene. Disse står for Risk-Need-Responsivity.

Håndteringsplan og samarbeid mellom instanser

Dersom skadelig seksuell atferd blir avdekket, så er det viktig at helsesykepleiere har rutiner for hva de skal gjøre og hvem de skal kontakte. Det er nødvendig for helseansatte og samarbeidende instanser at rollene til alle parter er tydelig definert. Tett tverrfaglig samarbeid mellom helse og relevante instanser som f.eks skole og barnevern er avgjørende for å forebygge overgrep og gi både utsatt(e) og utøver den hjelpen de trenger.



Illustrasjon: Solveig Berger, Framom

Utarbeide trygghetsplan i tråd med Risk-Need-Responsivity-prinsippene

Det kan være hensiktsmessig å utarbeide en trygghetsplan når atferd er problematisk eller skadelig. Dette for å tenke gjennom ulike scenario som kan oppstå, og forebygge disse. (Se trygghetsplan side 3.3.) Som helsesykepleier kan du gi viktige innspill til en slik plan.

Trygghetsplanen bør utformes i samarbeid med skole og foreldre (dersom ungdommen ikke er over 18 år), og gjerne med ungdommen selv for å tydeliggjøre at den voksne vil gi støtte og hjelp til at hen ikke skal begå uheldige handlinger, og for å bli enige om formen på tilsyn og hjelp, hvem som gjør hva m.m. Trygghetsplanen må ta hensyn til RNR-prinsippene.

Nasjonalt kontaktpunkt

Det utarbeides for tiden et nasjonalt kontaktpunkt for ungdom fra 16 år med selvidentifisert risiko for problematisk eller skadelig seksuell atferd (PSA/SSA), og unge som allerede har utøvd skadelige handlinger og som ønsker hjelp. Kontaktpunktet skal yte råd og veiledning og foreta en initialvurdering av ungdommer som tar kontakt. Kontaktpunktet kan også bistå med å bestille time til behandling ved lokalt behandlingstilbud ved behov.

Kontaktpunktet skal i tillegg gi råd og veiledning til omsorgsgivere og fagpersoner. Ungdommen kan ta direkte kontakt på eget initiativ eller bli veiledet til å ta kontakt fra andre tiltak. Vurderinger knyttet til aldersspenn og omfang av hjelpen som skal gis vil bli avklart før lansering. Kontaktpunktet etableres av Ressursenhet V27, Betanien BUP i Bergen, og planlegges klar for drift innen utgangen av 2023.

REFLEKSJONSOPPGAVE 3.2

Når utarbeider man en trygghetsplan, og hvem bør delta i denne?

3.3 HÅNDTERINGSPLAN OG SAMARBEID MELLOM INSTANSER

Nasjonale retningslinjer og lokale rutiner

Nasjonale faglige retningslinjer for helsestasjon og skolehelsetjenesten gir tydelige føringer for hvordan en skal opptre ved bekymring. Ingen kommune og arbeidsplass har helt lik organisering, det er derfor viktig at alle arbeidsplasser har sine egne tydelige rutiner for hvor, hvem og hvordan en går fram i de forskjellige bekymringssituasjoner. Utydelighet rundt dette kan lett føre til uønskede forsinkelser.

<https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/helsestasjons-og-skolehelsetjenesten>



Gjør deg kjent med rutinene

Gjør deg kjent med dine lokale rutiner for håndtering av ulike saker. Mange kommuner har knyttet seg til Bufdir sin digitale tjeneste for å melde fra til barnevernet. Via deres tjeneste kan både privatpersoner og offentlig ansatte melde bekymring. Den digitale tjenesten gir gode anbefalinger for når du skal være bekymret og gir enkel veiledning i hvordan melde.

Bufdir, melde fra til barnevernet:

https://www.bufdir.no/Barnevern/Melde_fra_til_barnevernet/



Drøft saken (anonymt) med barnevernet

Når en blir alvorlig bekymret for en ungdom, er det ofte vanskelig å vite hva en bør gjøre først og sist, og helsesykepleier kan sitte med en vond følelse av å gjøre noe galt. Da er det svært viktig at det er en lav terskel for å ringe barnevernstjenesten å drøfte saken, kanskje i første omgang anonymt.

Om å informere ungdommen samt om taushetsplikt og opplysningsplikt

Det oppstår ofte spørsmål om når ungdommen og foreldrene skal informeres. Spørsmålet kan oppleves vanskeligere jo eldre ungdommen er. Opplever ungdommen at helsesykepleier gjør noe med de opplysninger ungdommen har delt, uten at dette er avtalt, kan ungdommen lukke seg og ikke snakke med noen om saken igjen. Ungdommens tillit er av stor forebyggende betydning, og en opplevelse av tillitsbrudd kan fort spre seg i hele ungdomsgruppen. Det er derfor viktig at barn og unge tidlig blir kjent med helsesykepleiers taushetsplikt og opplysningsplikt, og dette bør gjentas ofte opp gjennom skolealder. Når det da oppstår en situasjon der det foreligger opplysningsplikt, blir det enklere å forklare ungdommen hvorfor. For ungdommer er det viktig å vite at de er helserettslig myndige ved 16 års alder, men at det også kan være grunn for helsepersonell å ikke involvere foreldre til barn helt ned til 12 år. Det er på den andre siden viktig at helsesykepleiere også kjenner innholdet i pasient- og brukerrettighetslovens §4-3:

Informasjon som er nødvendig for å oppfylle foreldreansvaret, skal likevel gis til foreldrene eller andre som har foreldreansvaret, når pasienten eller brukeren er under 18 år. Pasienten eller brukeren skal orienteres om at informasjonen gis.

Taushetsplikt skal ikke hindre hjelp

Det er likevel viktig å huske at taushetsplikt aldri skal være et hinder for å hjelpe. I situasjoner med opplysningsplikt skal opplysninger utleveres til barnevernet uavhengig av ungdommens, foreldrenes eller andre pårørendes vilje. Så langt det er mulig skal likevel helsepersonell informere ungdommen, og/eller den eller de med foreldreansvaret, før opplysninger videreformidles til barnevernet eller politiet.

Dersom avvergeplikten ikke kan benyttes, er det likevel mulig å bryte taushetsplikten til det beste for ungdommen eller andre involverte. Helsepersonellovens §23-4 åpner for at man kan gi opplysninger videre dersom det er tungtveiende grunner til dette.

I alvorlige situasjoner må barnevernet avgjøre

I alvorlige situasjoner, eller der helsepersonellet er usikre, skal det overlates til barnevernet å vurdere når og på hvilken måte foreldre skal bli informert. Saken skal da drøftes med barnevernet og politiet for å sikre en god planlagt og koordinert håndtering.



Bufdir

Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet.

<https://ny.bufdir.no/>

BTI-modellen

BTI-modellen (bedre tverrfaglig innsats) kan brukes for å sikre en helhetlig og koordinert innsats.

<https://www.forebygging.no/BTI/>

Statens barnehus

Statens barnehus har anbefalinger om hvordan en skal gå fram ved mistanke om vold og seksuelle overgrep, og også om hvordan en skal dokumentere funn.

<https://www.statensbarnehus.no/>

Straffelov og straffereaksjoner for ungdom som dømmes for seksuallovbrudd

Etter norsk straffelov (2005, § 302, § 304, § 305) er seksuell atferd, seksuell handling, seksuell omgang og voldtekt av barn under 16 år straffbart. Begrepene betegner ulike alvorlighetsgrader av seksuelle handlinger (Justis- og beredskapsdepartementet, 2008-2009, s. 211). Seksuell handling og omgang som begås mot barn under 14 år betegnes som voldtekt (straffeloven, 2005, § 299). Voldtekt er den mest alvorlige formen for seksuelle handlinger ifølge straffeloven (Justis- og beredskapsdepartementet, 2008-2009, s. 215-216). Flere av handlingene som inngår i problematisk og skadelig seksuell atferd rammes dermed av straffeloven, og defineres som kriminelle. I Norge er den kriminelle lavalderen 15 år (straffeloven, 2005, § 20 a) som betyr at barn under 15 år som begår kriminelle handlinger ikke er strafferettslig ansvarlige. Politiet vil likevel kunne etterforske saker begått av barn over 12 år, og kan ofte være første instans som får kjennskap til skadelig seksuell atferd begått av barn. I tillegg til etterforskning, kan politiet innkalle barn og foreldre til «bekymringssamtale» og overføre saker til barnevernet. Avhør skjer som oftest ved Statens barnehus som kan koordinere videre hjelp til barnet.

Den seksuelle lavalderen i Norge er 16 år, noe som betyr at barn under 16 år i utgangspunktet ikke kan gi sitt samtykke til seksuell omgang. Påtale og rettsvesenet vil derfor ved anmeldelser av unge under 16 år vurdere gjensidighet og jevnbyrdighet i alder, modning og kognitiv funksjon før det eventuelt blir en straffesak.



<https://www.barneombudet.no/for-barn-og-unge/dine-rettigheter/kriminalitet-og-straff>



Illustrasjon: Solveig Berger, Framom



Samarbeidsinstanser

Førstelinjetjenesten

- [Barnevernstjenesten](#)
- Skoler og barnehager
- Pedagogisk-psykologisk tjeneste
- Kommunepsykolog

Andrelinjetjenesten

- Barne- og ungdomspsykiatrisk poliklinikk
- [Familievernkontoret](#)
- Habiliteringstjenesten for barn og unge

Kompetansemiljø

- [Statens barnehus](#)
- [RVTS](#)
- Konsultasjonsteam
- Rebessa: <https://rebessa.com/bestilling-av-konsultasjon/>
- [Ressursenhet V27 Betanien Bergen](#)

Trygghetsplan

Trygghetsplan er ofte nødvendig for å hindre at den skadelige atferden skjer igjen, og for å skape trygghet for alle parter. Planen må omfatte alle arenaer hvor det er risiko for utøvelse av skadelig seksuell atferd. Tiltakene skal være tilpasset den enkelte, avhengig av personlige sårbarheter og styrker, alder samt grad av alvorlighet ved hendelsen(e). Det er viktig å være spesifikk og konkret når tiltak utformes, og at dette settes inn i en plan for hvordan og når tiltak skal implementeres, og hvem som er ansvarlig for at dette gjøres. Graden av tilsyn bør alltid være under vurdering da det kan være stigmatiserende for personen å ha tett oppfølging, og ungdommen kan føle seg veldig annerledes og utsatt. I tillegg kan det påvirke personens utvikling av sosial kompetanse, på grunn av at hen ikke får interagert med andre på vanlig måte. Frykten for gjentakelse av seksuelle krenkelser må ikke resultere i trygghetstiltak som er i strid med opplæringsloven, f.eks å nekte elever skoleplass. Trygghetstiltak som innebærer økning i bemanningspersonale, må løftes til overordnede ansvarlig etat for å sikre gjennomføring og støtte.

Se vedlegg [Trygghetsplan](#) (PDF-fil).

Gjenopprettende arbeid

Seksuelle grenseoverskridelser mellom barn skjer som oftest mellom barn som kjenner hverandre fra før og en betydelig andel av hendelsene skjer mellom søsken. Barn involvert i skadelig seksuell atferd har dermed ofte en relasjon til hverandre fra tidligere, og det blir da i mange tilfeller ekstra vanskelig å møtes etter at slike hendelser har inntruffet. Dette håndteres ofte ulikt av de voksne rundt barna. Noen blir opptatte av å ha avstand mellom barna, mens andre vil de at de skal lære å omgås hverandre raskt igjen. Ettersom barna gjerne møtes tilfeldig på felles arenaer og/eller har kontakt gjennom sosiale medier utenfor de voksnes kontroll, kan det å bidra til at barna får planlagte møter som oppleves gode, og som ikke påfører ytterligere ubehag, være viktig. Å bidra til kontakt mellom partene hvor den ene skal ta ansvar for å ha forvoldt skade, kalles blant annet "gjenopprettende prosess". Dette kan være i form av brev- eller meldingsutveksling, eller ett eller flere fysiske møter.

Et sentralt element i slikt gjenopprettende arbeid er at det bør skje på den som er utsatt sine premisser. Den utsatte føler ofte på usikkerhet rundt en rekke tema og har spørsmål som: Er han sint for at jeg har fortalt, hvorfor ble det gjort mot akkurat meg, planlegger hen å gjøre det flere ganger? Ofte er det disse spørsmålene som gir grunnlag for frykt, angst og unngåelse. Mange ønsker også at utøveren skal ta ansvar for det som skjedde, eller si unnskyld. Å få besvart slike spørsmål i trygge omgivelser, samt at ansvar plasseres på rett sted, kan bidra til at begge parter kan komme videre fra de vanskelige følelsene, og gjenoppta dagligdagse aktiviteter som er viktig for de fremtidige utviklingsveiene.

En vanlig problemstilling er at de unge involverte og deres familier opplever et behov for gjenoppretting, men ikke vet hvor de kan henvende seg for hjelp til en slik gjennomføring. Flere norske instanser har erfaring med gjenopprettende arbeid, også i saker hvor barn og unge har gått over andres seksuelle grenser. Aktuelle samarbeidspartnere i arbeid med gjenoppretting kan være BUP, Statens barnehus, Barnevernstjeneste og Konfliktråd. Ofte må det gjøres et forberedende arbeid med foresatte/omsorgsgiverne eller andre voksne rundt de unge, som kan trenge hjelp for å støtte både barna og selve prosessen.

Forfatter: Psykologspesialist Eva Mørch, Ressursenheten V27, Betanien Bup



Møder mellem offer og krænker

Madsen K. S. & Andersson, H. (2016). Møder mellem offer og krænker.

En antologi om mægling i en terapeutisk ramme ved seksuelle overgrep. Frydenlund forlag.

<https://www.frydenlund.dk/psykologi/moder-mellem-offer-og-krænker-11420>

Sibling abuse: a knowledge and practice overview.

Yates, P. & Allardyce, S. (2021). Sibling abuse: a knowledge and practice overview.

<https://www.csacentre.org.uk/sites/csa-centre-prodv2/assets/File/Sibling%20sexual%20abuse%20report%20-%20for%20publication.pdf>

REFLEKSJONSOPPGAVE 3.3

Hvilke samarbeidsinstanser kan du benytte deg av når du har en sak om problematisk eller skadelig seksuell atferd?

ET KOMPETANSEHEVINGSPROGRAM FOR HELSESYKEPLEIERE



Illustrasjon: Solveig Berger, Framom

Utarbeidet ved Ressurssenter om vold,
traumatisk stress og selvmordsforebygging,
Region Midt. 2023.

Telefon: 72 82 20 05
Kontakt: rvts@stolav.no



www.rvts.no