

Veileder/manus

Mål med ressursen

Målet med ressursen er å bidra til god seksuell helse blant ungdom og sette temaet pornografi inn en større samfunnskontekst. Ressursen gjør dette gjennom å bevisstgjøre om hva porno er, og hvordan porno kan påvirke synet på kropp, relasjoner og seksualitet. Elevene inviteres til å reflektere over egne grenser, opparbeide kritisk forståelse av porno, og kjenne til hva som er risikoatferd, samt muligheten de selv har til å bidra forebyggende mot seksuell utnyttelse.

Ressursen består av denne veilederen, en elevpresentasjon (Powerpoint) med fakta, filmer og diskusjonsoppgaver, samt tilhørende caser og et notatark som kan skrives ut. Instruksjoner til hver av de seks temabolkene finner du underveis i denne veilederen. Som bakgrunnskunnskap anbefaler vi å lese nøye gjennom lærerveiledningen på barnevakten.no/porno-pa-timeplanen-laererveiledning.

Disposisjon

1. Innledning

- Hva skal vi snakke om?
- Trygge elevene

2. Hva er porno?

- Definisjon
- Hvor finnes porno?

3. Hvor mange ser porno?

- Barn og medier-undersøkelsen, Medietilsynet 2022
- Hva kan være grunnen til at noen ser porno og andre ikke?

4. Sunn og positiv seksualitet – hva formidler porno?

- Hva er seksuell helse?
- Hva formidler pornoen?

5. Hvordan kan porno påvirke?

- Personlig, relasjoner, samfunnet
- Konkrete caser

6. Hva kan man selv gjøre?

- Positiv forbrukermakt
- Hvem kan man snakke med?
- Egne grenser og valg

Evaluering

Vi trenger din hjelp for å videreutvikle opplegget. Vi setter pris på om du tar deg tid til å svare på en anonym evaluering. [Klikk her for å gi din tilbakemelding.](#)

Målgruppe

8.–10. trinn. Passer også fint for elever i videregående skole.

Tidsramme

To skoletimer.

Læringsmål LK20

Dette opplegget berører læreplanen og flere av kompetansemålene i fag som samfunnsfag, KRLE, samt valgfag som demokrati i praksis og internasjonalt samarbeid.

I tillegg kan opplegget knyttes til de tverrfaglige temaene folkehelse og livsmestring, demokrati og medborgerskap og bærekraftig utvikling.

Porno på timeplanen er utviklet av:



Med støtte fra:



Styringsgruppe:
Siw Askheim, Statped
Annie Mathisen, Helse Bergen

PORNO



1. Innledning

Veiledning:

I denne ressursen skal vi snakke om porno, både om hvordan pornoindustrien fungerer og hva det kan gjøre med oss om vi får vårt syn på seksualitet formet av pornoen. Opplegget er delt i seks bolker, og alle er viktige for ressursens måloppnåelse.

Innledningsvis er det viktig at du som lærer trykker elevene på et tema som for noen kan være vanskelig å snakke om. Del ut notatark til elevene (egen PDF som kan skrives ut, eller et hvitt ark).

Til læreren:

SLIDE 1: Et sensitivt tema:

For noen elever kan dette temaet være ubehagelig å snakke om, mens for andre er det helt naturlig. Det er også viktig å være klar over at mange i ungdomsskolen (spesielt jenter) aldri har sett porno, mens andre har god kjennskap til porno. Noen elever kan ha negative erfaringer og følelser omkring porno, og kanskje også knyttet til seksualitet.

Læreren som skal holde opplegget bør kjenne elevene godt. Lærer bør gjøre en vurdering på hvordan samtalen i oppgavene løses best (snakke med sidemann eller i grupper bestemt av lærer på forhånd, eller reflektere individuelt). Det bør også være rom for ikke å delta muntlig i diskusjonen.

Det kan også være en god avgrensning å på forhånd si at elevene ikke må dele personlige erfaringer og opplevelser.

Et mulig tiltak for å ivareta elevene på konkrete spørsmål som de gjerne ikke ønsker å stille høyt i klasserommet: Som lærer kan du legge tilrette for at elevene på slutten av timen kan stille spørsmål anonymt på lapper som samles inn. Avtal gjerne med for eksempel helsesykepleier ved skolen om å besøke klassen og svare muntlig på spørsmålene fra elevene.

Forslag til hva læreren kan si som introduksjon til timen:

Mange elever kan kjenne på nervøsitet og usikkerhet når man skal snakke om porno og det er helt naturlig. Jeg vet ikke om dere som sitter her har sett på porno eller ikke, men i en undersøkelse blant norske 13–18-åringene svarte ca. halvparten at de hadde sett porno (*Medietilsynet 2022*).

Viktig informasjon til elevene:

- Jeg kommer ikke til å spørre noen av dere om egne erfaringer. Noen så kanskje porno første gang på barneskolen, men det er også mange ungdommer som aldri har sett på porno. Det er forskjellig fra person til person.
- I denne timen skal vi ikke vise dere porno.
- Det er også viktig for meg å si at dette er et tema som kan berøre mange unge personlig, kanskje også noen av dere. Kanskje har noen sett noe veldig ubehagelig som man ikke klarer å glemme, eller kanskje har man en kjæreste som ser mye på porno og man lurer på om det er greit. Kanskje man selv har negative seksuelle opplevelser og har vært utsatt for press eller overgrep. Noen er kanskje bekymret for egen eller andres pornobruk – at man føler seg avhengig av det.
- Hvis du har noen ting du lurer på om porno eller seksualitet, eller sitter igjen med en vond klump i magen etterpå, så er det veldig viktig å snakke med en voksen som du stoler på. I slutten av opplegget vil vi dele noen lenker med kontaktinformasjon til mange instanser her i Norge som er til for å nettopp hjelpe ungdommer dersom noen har noe de lurer på eller trenger hjelp til. Dette er tjenester hvor man kan være anonym.

Slider:



Slide 1

Notater:

PORNO

2. Hva er porno?

Veiledning:

I denne bolken gir vi elevene en felles forståelse av hva porno er, og hvordan dette er tilgjengelig.

Vi snakker om definisjonen av porno, og hvor porno finnes. I denne bolken ligger det en film. Du finner også forslag til utfyllende informasjon om pornoindustrien.

Til læreren:

SLIDE 2: Definisjon porno:

- Porno er laget for å skape seksuell opphisselse. Porno kan defineres som fremstilling av seksualitet gjennom bilder, tekst og film med den hensikt å virke seksuelt opphissende/tennende for de som ser på.
- Ordet porno eller pornografi stammer fra de to greske ordene «porne» og «graphein». Porne betyr prostitusjon, altså det å selge sex, og graphein betyr noe som er skrevet eller illustrert.
- Pornografi betyr altså visning av prostitusjon, og det stemmer ganske godt. I mye av pornoen som man finner i dag, er det snakk om at noen mot betaling produserer og laster opp seksuelle videoer som viser personer som har sex.

Kilde: Store Norske Leksikon og seksuellatferd.no

SLIDE 3: Film: Eksempler på hvor man finner porno (dette er innholdet i filmen):

- I vår tid finner man porno på store pornosider på nett. Det kan også være mulig å bli ledet inn på pornosider gjennom linker man får tilsendt når man bruker spill eller sosiale medier, og via popup-annonser og så videre. Det finnes også dataspill med porno som tema.
- Mange av pornoplattformene har et oppsett som minner om Youtube. Det betyr at det er en lav terskel for at brukere selv kan livestream eller produsere og laste opp egne bilder og videoer der de selv eller andre er med, altså egenprodusert pornografisk innhold.
- Det finnes også apper/sosiale medier som tilrettelegger for dette, som for eksempel Onlyfans. Onlyfans ligner på Instagram, men de som vil se innhold som legges ut, må betale for dette til profiler de følger. Plattformen består hovedsaklig av seksuelt innhold.

Forslag til hva læreren kan si om pornoindustrien:

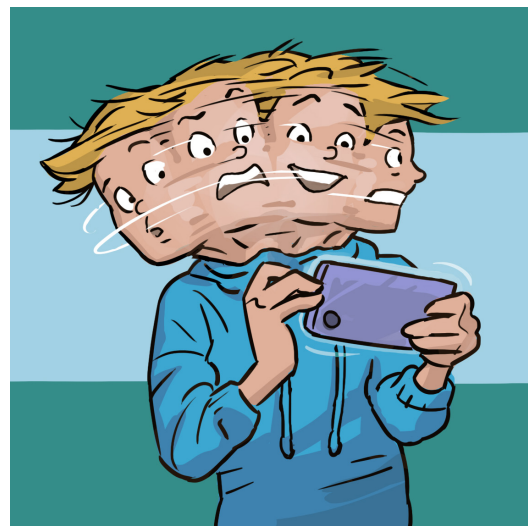
Det er stor etterspørsel etter pornografisk innhold på nett, noe som gjør at det er store penger å tjene på dette. Det finnes alt fra produksjonsselskaper som lager pornofilmer, til privatpersoner som laster opp eget innhold.

Mye porno finnes gratis tilgjengelig, men pornosider tjener penger på innhold gjennom annonseinntekter. Derfor gjør pornoindustrien alt de kan for å kapre deg som kunde.

Nesten fire av ti 13–14-åringer får reklame for porno på nett, viser Medietilsynets undersøkelse Barn og medier 2022. Mange sier at de har fått reklamen via Google og Tiktok. I de fleste tilfellene er dette ulovlig reklame.

«Porno er bare fantasi og skuespill».

Det er riktig at pornosex ikke er det samme som sex i det virkelige liv. I mange tilfeller kan en pornofilm være spilt inn av et stort filmstudio der hvert minutt er grundig regissert. Ufordringen ligger likevel i at selv om pornofilmer er regissert, så er porno faktisk ikke bare skuespill. Porno produseres med virkelige mennesker. Enten det er snakk om en profesjonelt innspilt pornofilm, eller en amatørvideo laget og lastet opp til en pornoside, så er det viktig å huske på at selve pornoproduksjonen skjer på ekte.



Slider:

PORNO

Porno kan defineres som fremstilling av seksualitet gjennom bilder, tekst og film med den hensikt å virke seksuelt opphissende/tennende for de som ser på.

Ordet porno eller pornografi stammer fra de to greske ordene «porne» og «graphein». Porne betyr prostitusjon, altså det å selge sex, og graphein betyr noe som er skrevet eller illustrert.

Pornografi betyr altså visning av prostitusjon, og det stemmer ganske godt. I mye av pornoen som man finner i dag er det snakk om at noen mot betaling produserer og laster opp seksuelle videoer som viser personer som har sex.

Slide 2



Slide 3

Notater:

PORNO

3. Hvor mange ser på porno?

Veiledning:

I denne bolken går vi gjennom litt mer fakta. Kanskje noen lurer på hvor vanlig det er å se på porno? Med innblikk i Medietilsynets tall så får man et bilde av virkeligheten, og det kan være bra å reflektere over hvorfor noen ser og andre ikke.

I denne bolken ligger det fakta og refleksjonsspørsmål.

Til læreren:

SLIDE 4: Fakta:

- 40 prosent av 13-åringene sier de har sett porno.
- 52 prosent av 13-18-åringene sier de har sett porno på nett.
- Dobbel så mange gutter som jenter sier de har sett porno.
- 41 prosent av 13-18-åringene sier de har fått reklame for porno.

Kilde: Medietilsynet 2022

Forslag til hva læreren kan bruke som tilleggsmasjiner:

Noe mer statistikk fra Medietilsynet 2022:

Fordelingen aldersmessig er som følger: 40 prosent av 13-14-åringene, 51 prosent av 15-16-åringene og 59 prosent av 17-18-åringene sier de har sett porno. I alle aldersgruppene er det omtrent dobbelt så mange gutter som jenter som sier de ser på porno. Til sammen 55 prosent av 13-18-åringene som har sett porno på nett, så porno for første gang før fylte 13 år. Tilsvarende tall i 2020 var 57 prosent.

Til læreren:

SLIDE 5: Refleksjonsspørsmål til elevene:

- Hva tror du er grunnen til at noen ser på porno?
- Hva tror du er grunnen til at noen ikke ser på porno?

Elevene kan reflektere litt sammen med sidemann eller i grupper, og deretter dele i plenum under lærers ledelse.

Her er noen stikkord på mulige svar:

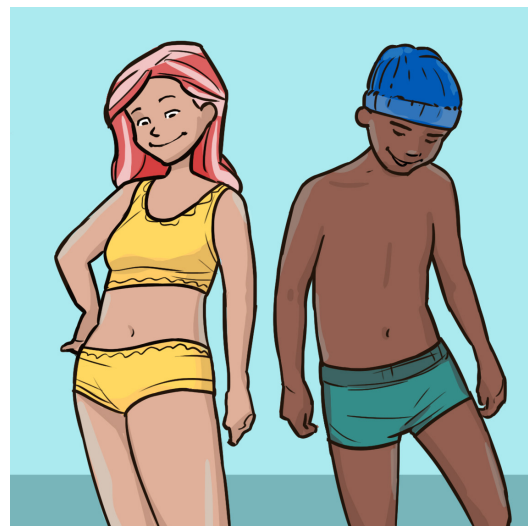
Hvorfor ser noen porno?

- De er nysgjerrige og synes det er spennende.
- For å utforske seksuelle følelser/oppleve seksuell opphisselse.
- De vil finne informasjon/lære om sex, og velger å gjøre det gjennom porno.
- Mye porno er lett tilgjengelig med få tastetrykk på internett.
- Det er uansett bare skuespill, tenker noen.
- Ungdommer viser andre ungdommer porno.
- Man kan komme over porno «ufrivillig» via apper, linker, spill eller reklame.
- De er blitt hekta og klarer ikke å slutte.

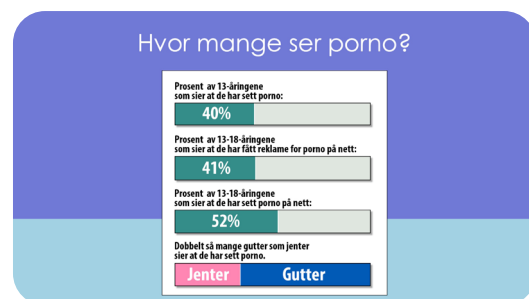
Hvorfor ser noen ikke på porno?

- Fordi mye har 18-årsgrense.
- De kjenner ikke til porno.
- De liker ikke det, og synes det kan være flaut, ubehagelig eller skremmende.
- De får ikke lov av foreldre.
- Mener det er usunt og ikke bra (for eksempel behandlingen av kvinner eller sårbare grupper).
- De vil finne ut av egen seksualitet i eget tempo.
- De vil ikke at pornoindustrien skal definere egen seksualitet.
- Fordi det finnes mye ulovlig porno som viser vold, krenkelser og overgrep.

Kilde: Lightup Norway



Slider:



Slide 4

Refleksjon

Hva tror du er grunnen til at noen ser på porno?
Hva tror du er grunnen til at noen ikke ser på porno?

Slide 5

Notater:

PORNO

4. Sunn og positiv seksualitet – hva formidler porno?

Veiledning:

I denne bolken snakker vi først litt om de positive sidene ved seksualitet, og så viser vi elevene kontrastene til hvordan pornoen kan formidle et budskap som ofte kjennetegnes av det motsatte. Dette for å ivareta de som ikke vet hva porno er, men også for å gi litt retning for de som har et feil bilde av sex, basert kun på porno.

Nå skal vi snakke om seksuell helse og hva pornoen formidler. Det gis først rom for egen refleksjon rundt seksuell helse, med tilhørende positive begreper. Lærer må utdype fakta rundt seksuell lavalder (se eget avsnitt til lærer som forklarer hva det betyr i praksis). Videre skal vi se på hva pornoen formidler (film), samt et nærmere fokus på samtykke.

Til læreren:

SLIDE 6: Refleksjonsspørsmål.

Spørsmålet kan stilles til klassen i plenum, eller at læreren gir elevene litt tid til refleksjon, eventuelt sammen med andre, før man åpner for forslag i plenum.

- Hva betyr sunn og positiv seksualitet?

Her er noen stikkord på mulige svar:

Gode følelser, være forelsket, begjær, holde hender, kysse, trygghet, utforsking i eget tempo, likeverdige relasjoner, seksuell lavalder, samtykke og så videre.

SLIDE 7: Seksuell helse, definisjon og forklaring (lærer forklarer):

- Verdens helseorganisasjon (WHO) forklarer seksuell helse som fysisk, følelsesmessig, mentalt og sosialt velvære knyttet til seksualitet. Det dreier seg om en positiv og respektfull tilgang til seksualitet og seksuelle opplevelser, frie for tvang, diskriminering og vold. Kilde: *Store Norske Leksikon*
Dette samsvarer med Helsedirektoratets forklaring: helsedirektoratet.no/rapporter/sekterrapport-om-folkehelse/sunne-valg/seksuell-helse
- Seksuell lavalder i Norge er 16 år.

Bakgrunnsinformasjon om seksuell lavalder:

I Norge er den seksuelle lavalderen 16 år. Den seksuelle lavalderen skal beskytte barn mot å bli utsatt for seksuelle overgrep fra voksne. Den skal også beskytte barn og unge mot å ha sex før de selv føler de er klare for dette.

Seksuell omgang som det står i loven, betyr ikke bare samleie. Ifølge loven er både onanering, suging eller slikking på kjønnsorganer, eller å føre en finger inn i kjønnsorganene seksuell omgang.

Hvis du selv er under 16 år, men kjæresten din er over 16, kan han eller hun i verste fall straffes med fengsel hvis dere har sex med hverandre.

Loven sier at straff for seksuell omgang med noen under 16 år kan falle bort hvis de som har sex er jevnbyrdige (like) i alder og utvikling. Det vil si at ungdommene må være nær hverandre i alder og i utvikling, både kroppslig og mentalt.

Når to jevnaldrende har sex, og det er frivillig for begge parter, er dette vanligvis en privatsak som ingen andre har noe med. Dette betyr at om begge er rundt 16 år, og ellers jevne i utvikling, og at sexen er frivillig, så er det ikke nødvendigvis straffbart.

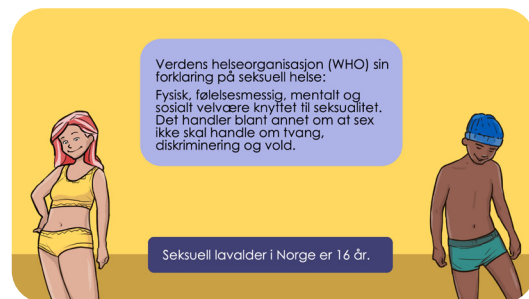
Kilder: [Ung.no](https://ung.no) og [Barneombudet](https://barneombudet.no)



Slider:

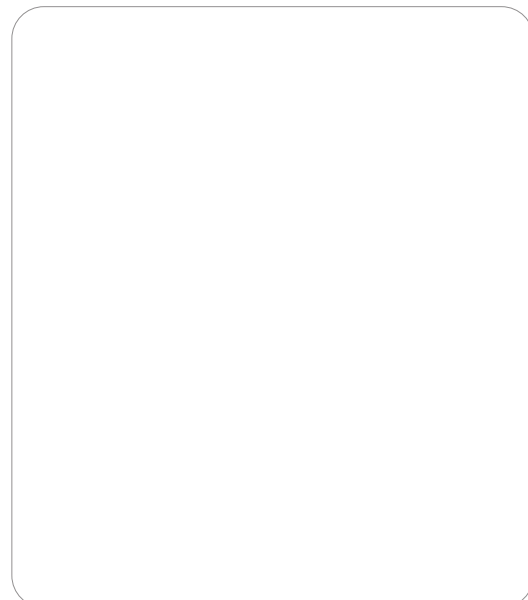


Slide 6



Slide 7

Notater:



PORNO

SLIDE 8: Positive ord knyttet til seksualitet:

- Positiv seksualitet
- Kjærlighet
- Respekt
- Menneskeverd
- Seksuelle grenser
- Samtykke

Refleksjonsspørsmål til elevene:

Del 1) Elevene kan definere et eller flere av ordene i grupper eller to og to.

Del 2) Definisjonene kan drøftes i plenum.

NB: Samtykke er et veldig viktig ord som fremheves i slide 9.

Bakgrunnsinformasjon om begrepene:

Veiledende definisjoner. Forklare ord som:

Positiv seksualitet:

At seksualitet skal være noe som er positivt og trygt for den enkelte. Nøkkelordene her er menneskeverd, respekt, grenser og samtykke. Det handler om fysisk, psykisk, emosjonelt og sosialt velvære relatert til seksualitet.

Kilde: Helsedirektoratet

Kjærlighet:

Kjærlighet er en menneskelig følelse, vanligvis rettet mot et annet menneske. Kjærlighet er å være glad i noen. Man kan gruppere i ulike former for kjærlighet. Romantisk og seksuell kjærlighet: Forekommer vanligvis mellom to personer, slik som et ektepar eller et kjærestepar. Følelsene trenger ikke å være like sterke begge veier.

Kjærlighet til familiemedlemmer og venner: En følelse av nærhet og å være sterkt knyttet til en annen, uten at det er romantiske eller seksuelle følelser involvert.

Kilde: Wikipedia

Respekt:

Respekt handler om holdninger overfor andre personer. Når du respekterer noen ser du dem som dine likemenn, eller setter dem høyere enn deg selv, men du kan også respektere en persons handlinger eller meninger.

Kilde: ung.no

Menneskeverd/menneskerettigheter:

Menneskeverd vil si at mennesket har en spesiell verdighet i kraft av det å være et menneske. Det betyr at mennesket ikke er verdifullt fordi det kan være nyttig for andre, men fordi det har en verdi i seg selv. Siden mennesket har en spesiell verdighet, har ethvert menneske krav på å bli behandlet med respekt. Fra FNs Verdenserklæring om menneskerettigheter:

Artikkel 1: «Alle mennesker er født frie og med samme menneskeverd og menneskerettigheter. De er utstyrt med fornuft og samvittighet og bør handle mot hverandre i brorskapets ånd.»

Artikkel 2: «Enhver har krav på alle de rettigheter som er nevnt i denne erklæring, uten forskjell av noen art, f. eks. på grunn av rase, farge, kjønn, språk, religion, politisk eller annen oppfatning, nasjonal eller sosial opprinnelse, eiendom, fødsel eller annet forhold (...).»

Kilde: FN

Seksuelle grenser:

Selvbestemt seksualitet er en grunnleggende seksuell rettighet som sier at alle har rett til å bestemme over sin egen kropp, hvem de ønsker å være nær eller ha seksuell omgang med, og hva de ønsker å gjøre. Opplevelsen av selvbestemmelse er avgjørende for den seksuelle helsen vår.

Kilde: Utdanningsdirektoratet



Slider:



Notater:

Slide 8

PORNO

SLIDE 9: Samtykke.

Vi velger å fremheve samtykke med en egen slide fordi det er så viktig.

Spørsmål til elevene: Hva med samtykke da? Kjenner dere til dette begrepet? Hva menes med samtykke?

Forklare samtykke for elevene, eventuelt bekrefte beskrivelser fra elevene om begrepet.

Samtykke betyr å si seg enig i eller å gi tillatelse til å gjøre noe. God sex forutsetter at begge partene har lyst på hverandre og gir hverandre samtykke til å ha sex. Når vi gir eller får samtykke til sex, er det viktig at vi har tenkt gjennom egne og andres grenser, og er sikker på at ingen av partene opplever å bli presset eller tvunget til å gå over sine grenser. Samtykke kan trekkes tilbake når som helst. Seksuell aktivitet uten samtykke er et seksuelt overgrep, som er forbudt.

Kilde: Helse Norge

Hvis du ønsker å bruke mer tid på temaet, kan vi anbefale denne filmen: seksuellatferd.no/tea-and-consent-norsk

SLIDE 10: Film: Om hva pornoen formidler (innholdet i filmen, litt utfyllende):

I porno er det ofte slik at det motsatte av ordene i slide 8 presenteres. Det vi finner i pornofilmer, altså pornoseksen, handler ofte om:

- **Kroppsbilde:** Pornoen formidler gjerne et urealistisk bilde av hvordan kropper ser ut/skal se ut.
- **Mangel på likestilling:** Maktubalanse og ulikhet mellom menn og kvinner. For eksempel ulikhet i alder, typisk at mennene er mye eldre enn kvinnene som er med. Eller at det er en stor gruppe/flere menn med en eller få kvinner.
- **Formidler verdier som motstrider menneskerettigheter:** Ting som er ulovlig og som ikke gjenspeiler de verdiene vi ellers har, kan oppfattes som greit gjennom pornoen. For eksempel incest (det at familiemedlemmer har sex), rasisme, seksuelle krenkelser og voldtekt, vold (det å slå noen, ta kvelertak og så videre), bruk av krenkende ord, videoer der barn eller ungdommer under 18 år er med (ikke lov ifølge norsk lov).
- **Vold og krenkelser fremstilles som positivt og som en naturlig del av sex:** At det er menn som skal utøve krenkelser og vold, og kvinner skal motta og akseptere dette.

Bakgrunnsinformasjon om aldersgrense og ulovlig porno:

Medietilsynet skriver at begrunnelsen for 18-årsgrense på filmer er: «Filmer som inneholder omfattende, eksplisitte og nærgående seksuelle skildringer vil få en 18-årsgrense.» Situasjonen er likevel at det kun er norske strømmetjenester som per dags dato reguleres av bildeprogramloven. Strømmesidene for porno er ikke registrert i Norge. Det kan variere hvorvidt ulike pornosider og pornoklipp er merket med aldersgrense. Det er likevel ingen tvil om at porno havner i kategorien for 18-årsgrense sett opp mot hensikten med at vi har en slik aldersgrense på filmer i Norge. Porno er ikke laget for barn og unge under 18 år.

Straffeloven § 317 er veldig klar på hvilken pornografi som er ulovlig å produsere, se på og å dele til andre, og som kan føre til bot eller fengsel inntil tre år. Det gjelder:

- Filmer eller bilder av seksuelle overgrep mot personer under 18 år eller fremstillinger som seksualiserer personer under 18 år.
- Kjønnslige skildringer som virker støtende eller på annen måte er egnet til å virke menneskelig nedverdiggende eller forrående, herunder kjønnslige skildringer hvor det gjøres bruk av lik, dyr, vold og tvang.

Rettspraksis er veldig klar på at det ikke er straffbart hverken for barn eller voksne å se porno som ikke inngår inn under hva som er ulovlig.

Kilde: overgrep.no/straffeloven-317



Slider:

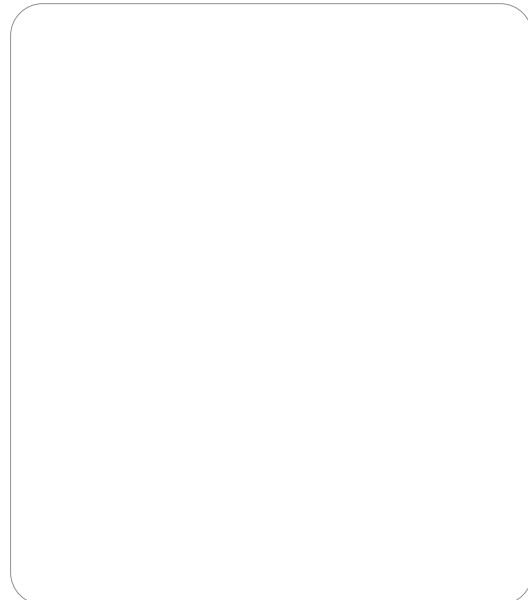


Slide 9

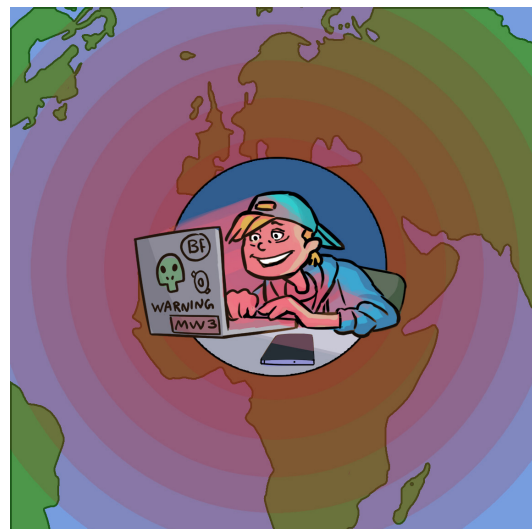


Slide 10

Notater:



PORNO



5. Hvordan kan porno påvirke?

Veledning:

Elevene skal få reflektere over hvordan pornoen kan påvirke oss personlig, i relasjoner og på samfunnsnivå, blant annet med å jobbe med case og se en film. Vi skal også se at det nytter å si fra om det som ikke er greit innen pornoen. Dette gjennom to eksempler som læreren forteller (slide 14 og 15).

SLIDE 11: Refleksjonsspørsmål:

- Tror dere man kan påvirkes av å se på porno?
- I tilfelle, hvordan?

Reflekter i grupper eller i plenum.

Her er noen stikkord til mulige svar:

- Man kan bli opphisset og påvirket seksuelt.
- Man kan få et feil bilde av menn og kvinner og hvordan kroppene bør se ut.
- At man tror noe er vanlig sex, men som ikke er det.
- At man får feil forventning til hvordan man skal ha sex og hva man skal like.
- Ønsker å se grovere innhold.
- At det blir mye fokus på å tilfredsstille seg selv i stedet for samspillsfokus.
- At man går for fort frem med egen seksualitet.
- Gutter og jenter kan føle prestasjonspress.
- At man gir samtykke til sex man egentlig ikke vil bli med på, fordi man tror det er normalt.

SLIDE 12: Film: Hvordan kan porno påvirke? (innholdet i filmen, litt utfyllende):

- *Det er naturlig å kjenne på opphisselse i møte med porno, fordi porno er laget for å skape seksuell tenning. Det er vel så vanlig å kjenne på ubehag eller at det er noe ved filmene som er ekkelt eller skummelt eller noe man kanskje egentlig ikke har lyst til å se. Begge deler er normalt å kjenne på.*
- **Personlig:** Porno kan påvirke syn på seksualitet, helse og kroppsbilde. Noen kan oppleve at de blir avhengig av porno for å oppleve tenning, eller at de ser mer porno eller grovere former for porno enn de skulle ønske de så på.
- **Relasjoner:** Pornobruk kan gjøre oss mindre empatiske og påvirke hvordan man er mot andre. Pornobruk kan flytte tålegrensene våre og føre til krenkelser overfor andre. Det kan også gjøre at man selv finner seg i krenkelser eller er med på sex man egentlig ikke vil. Porno kan normalisere krenkelser og skape aksept for seksuell vold. Nyere forskning viser at antallet unge som opplever seksuell vold har økt kraftig de siste årene, og da er det viktig å stille spørsmål rundt hva som kan gjøre at flere opplever dette. Porno kan være en årsaksfaktor her.

Kilde: oda.oslomet.no/oda-xmlui/handle/11250/3083676

- **Samfunn:** Det er viktig å kjenne til at det er mye problematisk med pornoindustrien. Det har vært mange avsløringer om utnyttelse. Bransjen vet hva som trekker seertall og hva som gjør pornobrukere hektet på mer og nytt innhold. Jo høyere seertall, jo mer penger kan de tjene gjennom annonseinntekter og så videre. Ettervirkningene av å ha vært del av pornoindustrien kan være alvorlige når det kommer til psykiske lidelser, rusmisbruk og så videre. Pornoindustrien preges av utnyttelse av sårbare voksne og barn. Mange av de som er med i produksjonen av pornografisk innhold blir presset til å gjøre ting de ikke ønsker. Og mange av de som utnyttes i sexindustrien utnyttes også i pornoindustrien. Koblignene er nære, og menneskehandel er en stor del av pornoindustrien.

Slider:

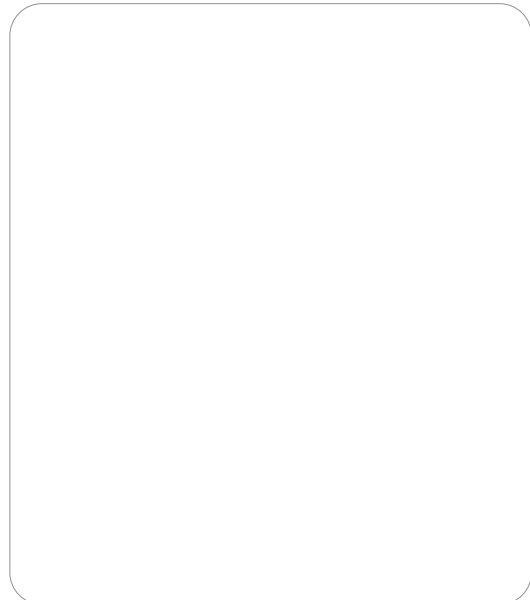


Slide 11

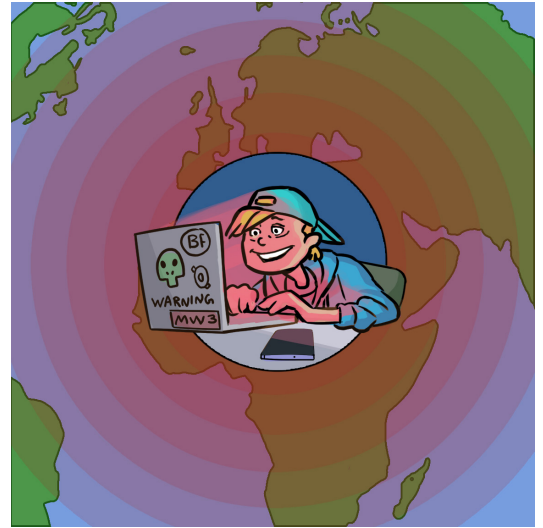


Slide 12

Notater:



PORNO



Bakgrunnsinformasjon om menneskehandel:

Menneskehandel er når en person ved hjelp av enten vold, trusler, misbruk av sårbar situasjon eller annen utilbørlig atferd tvinger, utnytter eller forleder (lurer) noen til: prostitusjon eller andre seksuelle ytelser, tvangsarbeid eller tvangstjenester, for eksempel figging, organhandel eller krigstjeneste i utlandet.

Når det gjelder personer som er under 18 år, er det å tvinge, forlede (lure) eller utnytte noen til ovennevnte punkter straffbart uavhengig av om vold, trusler, misbruk av sårbar situasjon eller annen utilbørlig atferd er anvendt.

Kilde: Straffelovens § 257

SLIDE 13: Caser: To nyhetssaker som gruppeoppgave til elevene

Du som lærer kan laste ned en tilpasset og forkortet versjon av casene med refleksjonsspørsmål på barnevakten.no/porno-pa-timeplanen-laererveiledning, og eventuelt skrive dem ut til elevene. Elevene bruker QR-koden i sliden til å finne nyhetssakene i fullversjon. Elevene/lærer velger en av de to casene, eller lærer fordeler dem i klassen. Kan også gis som lekse i stedet for å ta det i timen. Det ligger tre spørsmål under hvert case som elevene kan jobbe med i grupper. Oppsummer i plenum:

1. Nyhetssak Nettavisen: Politiet bekymret for grove overgrep blant ungdom: nettavisen.no/nyheter/politiets-melding-til-foreldre-dette-er-sterk-kost-antagelig-sjokkerende-a-lese/s/12-95-3424144614
 - Hva er problemet som politiet går ut med og hva vil de at foreldre skal gjøre?
 - Hva mente politiet var årsaken til overgrepstrenden blant unge? Hva tenker dere om det?
 - Hva kan voksne og tenåringer gjøre for at ting skal bli bedre?

2. Nyhetssak NRK P3: «Kaja» havnet ufrivillig på pornonettsider: p3.no/overgrepstilmar-og-hevnporno-pa-pornhub-ein-mister-ein-del-av-sjela-si
 - Hva skjedde med Kaja og hvordan tror dere dette var for henne personlig?
 - Hva tror du er grunnen til at ekskjæresten gjorde dette?
 - Hva kan voksne og tenåringer gjøre for at slike ting ikke skal skje/ikke være mulig?

SLIDE 14: Det nytter å si fra (1)

Lærer formidler historien om Rose Kalemba, som resulterte i kampanjen #traffickinghub. Opplysende for å vise at det nytter å engasjere seg:

Våren 2020 delte BBC en veldig sterk historie om amerikanske Rose Kalemba (som dere ser her på skjerm bildet fra artikkelen). Rose var 14 år da hun ble bortført og voldtatt av tre menn, før filmene ble lagt ut på pornosiden Pornhub gjentatte ganger. Det skulle ta Rose seks måneder å få Pornhub til å fjerne videoene av henne. Hun måtte utgi seg for å være advokat før Pornhub tok grep og fjernet videoene. Dette skapte mye motstand mot pornosiden.

Kilde: bbc.com/news/stories-51391981

Slider:

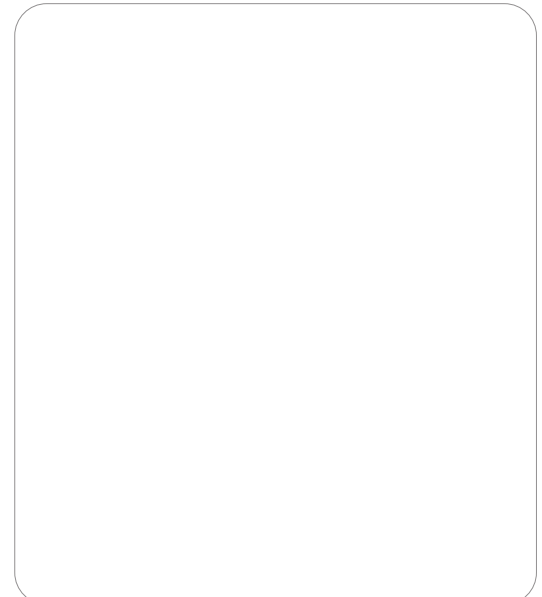


Slide 13

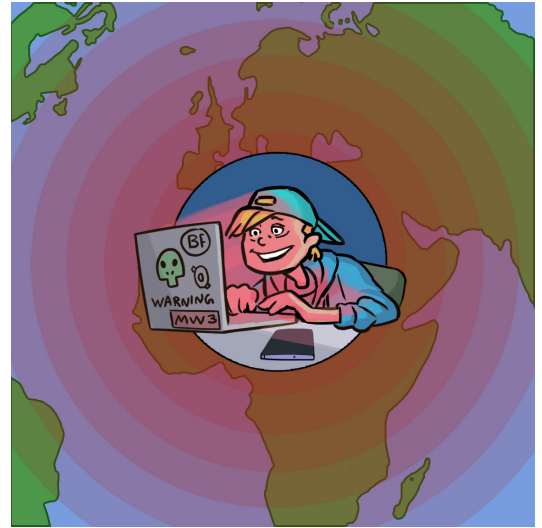


Slide 14

Notater:



PORNO



SLIDE 15: Det nytter å si fra (2)

De siste årene har flere av de store pornosidene fått kritikk for å tjene penger på ulovlig innhold, som Rose opplevde. Det finnes mye ulovlig innhold på disse pornosidene. Pornosider som Pornhub har også fått kritikk for å ikke fjerne innhold når det først blir flagget som ulovlig. Mange av de store pornosidene er også lagt opp slik at det er veldig lett for hvem som helst å laste opp eget innhold.

I 2020 gikk mange organisasjoner og enkeltpersoner over hele verden sammen om en kampanje og et opprop kalt #traffickinghub. Det ble samlet inn over ti millioner signaturer for å kreve at nettopp Pornhub, en av de største pornosidene, må bli stilt til ansvar for å tjene penger på ulovlig innhold og overgrepvideoer.

Siden denne kampanjen ble startet har mye bra skjedd:

- Pornhub slettet over ti millioner av sine videoer, med hva de kalte «uverifisert innhold».
- Nyhetsmedier i mange land har lagd saker som viser hvordan pornoindustrien tjener penger på å utnytte personer i sårbare situasjoner.
- Visa og Mastercard har avbrutt samarbeidet med pornosiden.
- Pornhub har blitt utestengt fra Instagram, Tiktok og Youtube på grunn av brudd på retningslinjer.

Eierne av pornosiden Pornhub må også stilles rettslig ansvarlig og ofre må få oppreisning. Man kan fortsatt finne ulovlig innhold, både på Pornhub og på de andre pornosidene, så arbeidet med å få en slutt på overgrep og seksuell utnyttelse på pornosidene må fortsette. Men resultatene fra #traffickinghub-kampanjen viser oss hva man kan få til når man er mange som står opp mot urettferdighet sammen.

Kilde: vg.no/nyheter/utenriks/i/Epbg63/pornhub-fjerner-millioner-av-videoer

Slider:

Det nytter å si fra!

Pornosiden Pornhub tjente masse penger på ulovlig innhold og overgrepvideoer.

#traffickinghub (2 millioner underskrifter)

Slettet over 10 millioner videoer. Mange negative nyhetsaker om pornoindustrien. Visa og Mastercard har avbrutt samarbeidet med pornosiden. Pornhub har blitt utestengt fra Instagram, Tiktok og Youtube.

Nettsiden Livatit.
Pornhub fjerner 80 prosent av all porno på nettsiden

Artikkel videoer har blitt fjernet 80 millioner 100 millioner 20 millioner eller er utestengt alene fra nettsiden (10 millioner av videoer).

Slide 15

Notater:

PORNO



6. Hva kan man selv gjøre?

Veiledning:

Til nå har vi snakket om hva porno er, og om hvordan porno kan påvirke på flere måter. Nå i siste delen oppsummerer vi litt og ser på hva vi selv kan gjøre, og reflekterer litt over egne grenser. Gjennom ressursen gis elevene mulighet til å ta et informert valg og bli bevisst egne grenser. Budskapet om forbrukermakt gir dem også en dimensjon av noe positivt i møte med (for noen) et litt tungt tema. Derfor denne avslutningen på undervisningsopplegget.

I denne delen ligger det to filmer samt en refleksjonsoppgave helt til slutt som elevene bør gjøre hver for seg.

Her ligger også innspill til lærer om hvordan reflektere oppsummerende om:

- Reflektere mer om barns rettigheter.
- Reflektere over det å ikke dele porno videre.
- Reflektere om kropp og kroppsbilde, og hvem kan man kontakte om man har spørsmål om porno/kropp/seksualitet og så videre.
- Reflektere over forbrukermakt/mulighet for å forandre (se slide 19 under).

For å ivareta elevene på det som kan være vanskelig å snakke om i timene, så kan dette løses med at de helt til slutt får mulighet til å skrive anonyme spørsmål på små lapper som samles inn av lærer. Helsepsykeleier eller du som lærer kan så forberede svar til elevene og ta det i en annen time, som en oppfølger.

SLIDE 16: Intro til film om hva man selv kan gjøre:

I disse timene har vi hatt om temaet porno, og snakket om hvordan porno kan påvirke på flere måter. Men hva kan man selv gjøre i forhold til porno?

SLIDE 17: Film om hva man selv kan gjøre (dette er innholdet i filmen):

- Man kan ta et informert valg. Fordi man har kunnskap om det problematiske med porno, så kan man velge å la være å se på porno.
- Det alle kan gjøre er å ikke dele denne type innhold med andre.
- Man kan gå inn for å lære mer om temaet og dele kunnskap med andre.
- Dersom du har behov, er det viktig å snakke med en trygg voksen om tematikken. Det kan være en forelder, lærer, helsepsykeleier på skolen eller en annen man stoler på. Ikke gi deg før du finner noen å snakke med om det du tenker på.

SLIDE 18: Billie Eilish forteller om sine erfaringer med porno.

I videoen i slide 17 så vi eksempler på mange måter man kan forholde seg til porno på. Vi skal reflektere litt mer rundt dette med grensesetting; Billie Eilish (film og sitater) forteller hva det gjorde med henne å vokse opp med porno fra tidlig alder: Dette som et utgangspunkt for elevenes refleksjonsoppgave om grensesetting i slide 20.

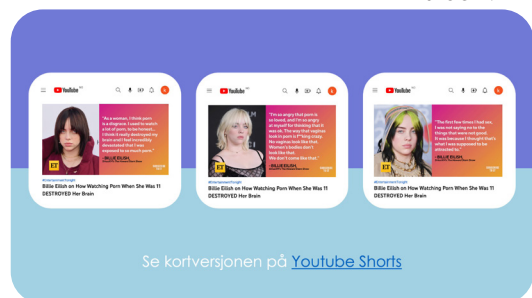
Slider:



Slide 16



Slide 17



Slide 18

Notater:

PORNO

SLIDE 19: Litt mer om hva vi selv kan gjøre. Lærer går gjennom punktene.

Viktig bakgrunnsinformasjon til lærer:

Positiv forbrukermakt:

Med våre valg, holdninger og handlinger kan vi være med å redusere utnyttelsen av sårbare grupper, og som vi har sett i denne timen så er mye av pornoen nettopp det.

Porno er laget av voksne, og det er de som utnytter andre mennesker som må stå til ansvar for dette. Tenk på klimakrisen, for eksempel. Det er ikke barn og unges ansvar med menneskeskapt klimaendring. Samtidig er det barn og unge som er de som arver utfordringene om man ikke tar grep for å bekjempe klimaendringene. Det samme kan man kanskje si gjelder pornoen.

Ifølge FNs barnekonvensjon har barn og unge rett til beskyttelse fra det som kan virke skadelig på dem: fn.no/om-fn/avtaler/menneskerettigheter/barnekonvensjonen

Mange mener det er urettferdig at det er barn og unge som må ta støytet for at pornoindustrien er så tilgjengelig, og at ungdommers første møte med sex og seksualitet, som bare skal være noe fint, blir noe som kan kjøpes og konsumeres. I en slik verden blir menneskekroppen en handelsvare og et objekt. Fagmiljøene mener også at porno er en viktig påvirkningsfaktor tilknyttet økningen i overgrep mellom barn og unge, og overgrep som begås av voksne mot barn og ungdom (kilde: Pornopratt, s. 107-122).

Ta et informert valg:

Mange unge er opptatt av menneskerettigheter og rettferdighet, og mange gjør bra ting for å skape forandring.

Mange vet ingenting eller veldig lite om pornografiens negative sider. Unge fortjener å få høre om disse sidene slik at man kan rette et kritisk blikk mot pornoindustrien. Kanskje noen av den grunn også vil ta et valg om å la være å se på porno. Et kritisk blikk på pornoindustrien vil også være med på å forebygge menneskehandel og skape positiv forandring.

Barn og unges stemme er viktige i samfunnet vårt, og barn og unge blir lyttet til. Når noen sier ifra kan det styrke innsatsen i samfunnet vårt for å beskytte barn og ungdom fra de negative konsekvensene vi ser fra pornobruk.

I Norge har vi for eksempel en ungdomsorganisasjon som jobber mot menneskehandel og med de negative konsekvensene av pornografi. Den heter Lightup Norway og de har nettsiden pornopratt.no som dere kan kikke mer på hvis dere trenger informasjon eller vil engasjere dere.

Ikke dele videre:

Pornografisk innhold har 18-årsgrense. Oppfordre elevene til ikke å dele porno-lenker med andre.


Straffelovens paragraf 317 sier også at det er straffbart å dele grov og ulovlig porno videre til andre. Hvilken type porno dette gjelder finner dere mer informasjon om her: overgrep.no/straffeloven-317

Snakk med noen:

Snakk med en trygg voksen hvis du har behov for å snakke med noen om seksualitet, kropp, porno og så videre. På slutten av timen skal dere få en liste med ressurser og steder å kontakte anonymt hvis dere trenger mer informasjon eller noen å snakke med. Men først en refleksjonsoppgave.



Slider:



Være kritisk til porno.
Man kan la være å se på porno.
Ikke dele denne type innhold med andre.
Lære mer om temaet og dele kunnskap med andre.
Hvis du har behov, snakk med en trygg voksen om porno.

Slide 19

Notater:

PORNO



SLIDE 20: Egenrefleksjon om egne grenser.

Elevene jobber ikke i grupper, men noterer for sin egen del.

- Hva tenker jeg om det jeg har lært om porno her i dag: På hvilken måte kan porno påvirke personer som ser på det, og personer som utnyttes i industrien?
- Hva tenker jeg om mine grenser i møte med porno: Hvordan velger jeg å forholde meg til porno? Kan jeg bidra til å skape bevissthet om seksuell utnyttelse og stå opp mot urettferdighet?
- Hva tenker jeg om min egen seksualitet: Hvordan viser jeg andre respekt, hvordan respekterer jeg andres grenser og hva er mine grenser?

Etter egenrefleksjon kan elevene eventuelt få mulighet til å levere inn anonyme spørsmål til lærer, som besvares av lærer eller helsesykepleier i en annen time.

Innspill til oppsummering:

I disse timene har vi hatt om temaet porno, og snakket om hvordan porno kan påvirke på flere måter.

Vi har snakket om hvordan det kan være vanskelig for unge som har sitt første møte med seksualitet gjennom porno å se at porno ofte er problematisk i forhold til formidling av en sunn og positiv seksualitet der samtykke, grensesetting og likeverdige relasjoner er kjerneelementer.

Vi har også snakket om at det finnes mye ulovlig innhold på pornosider, og at pornoindustrien kan tjene penger på utnyttelse av sårbare grupper.

Det er viktig at elevene blir oppmuntret til å snakke med en trygg voksen, dersom det er behov for det etter denne timen. Det kan være en forelder, lærer, helsesykepleier på skolen eller en annen man stoler på.

Ressursene i denne sliden kan elevene eventuelt ta bilde av eller at de bruker QR-koden som gir dem siden pornopratt.no. Der finner de også de fleste ressursene som er listet i sliden.

SLIDE 21: Liste over hvem man kan kontakte.

Nyttige nettsider og hjelpeaktører:

- Helsestasjon for ungdom: helsenorge.no/hjelpetilbud-i-kommunene/helsestasjon-for-ungdom
- Politiets nettpatrulje har en «sikker chat»: politiet.no/rad/trygg-nettbruk/sikker-chat
- Alarmtelefonen: 116111.no
- Barnevernvakten: barnevernvakten.no
- Ung.no: ung.no
- DIXI Ressurssenter: dixi.no
- Sex og samfunn: sexogsamfunn.no
- Unge relasjoner – for ungdommer som lurer på om de er i en usunn relasjon: ungerelasjoner.no
- Lightup sin ressursside om porno for ungdommer: pornopratt.no

SLIDE 22: Informasjon om de som står bak ressursen.

Slider:

Hva tenker jeg om det jeg har lært om porno i dag:
På hvilken måte kan porno påvirke personer som ser på det, og personer som utnyttes i industrien?

Hva tenker jeg om mine grenser i møte med porno:
Hvordan velger jeg å forholde meg til porno? Kan jeg bidra til å skape bevissthet om seksuell utnyttelse og stå opp mot urettferdighet?

Hva tenker jeg om min egen seksualitet:
Hvordan viser jeg andre respekt, hvordan respekterer jeg andres grenser, og hva er mine grenser?

Slide 20

Ressurser

Helsestasjon for ungdom:
helsenorge.no/hjelpetilbud-i-kommunene/helsestasjon-for-ungdom

Politiets nettpatrulje har en «sikker chat»:
politiet.no/rad/trygg-nettbruk/sikker-chat

Alarmtelefonen: 116111.no

Barnevernvakten: barnevernvakten.no

Ung.no: ung.no

DIXI Ressurssenter: dixi.no

Sex og samfunn: sexogsamfunn.no

Unge relasjoner: For ungdommer som lurer på om de er i en usunn relasjon: ungerelasjoner.no

Lightup sin ressursside om porno for ungdommer: pornopratt.no



pornopratt

Slide 21

Ung på nett | pornopratt | lightup norway

Porno på timeplanen er utviklet av

Barnevernvakten | lightup

Med støtte fra HelseDirektoratet

Slide 22

Notater: