

Guide til hvordan du kan tale med børn om pornografi

Hvorfor skal vi tale med vores børn om porno?

Mange undersøgelser viser, at især børn og unge er særligt udsatte ved eksponering af porno, da deres hjerner ikke er fuldt udviklet, og de er meget sårbare overfor de indtryk og oplevelser, som porno kan afstedkomme. For børn kan porno derfor blive en ekstra kraftfuld cocktail, som hjernen, følelserne og ikke mindst kroppen skal forholde sig til.

Tidlig eksponering af porno kan for nogle have samme ødelæggende effekt som et fysisk overgreb. Seksualiteten kan også vækkes for tidligt, og børn kan få vrangforestillinger om, hvordan en sund seksualitet udledes, seksuelt samvær i en relation fungerer, hvordan kropsdele skal se ud, hvad der forventes af en, hvilke grænser er OK, hvordan man "opfører sig" osv.

Ved at hjælpe til en forståelse af, hvad porno er, hvad "farerne" ved porno kan være, og hvordan det kan påvirke, vil børn kunne lære at beskytte sig selv mentalt og emotionelt og for manges vedkommende lære at kigge væk eller helt undgå det.

En forudsætning for at indlede / have en god snak om porno indebærer, at du allerede har talt med dit barn om de forskellige kropsdele som kønsorganer, om hvordan kroppen fungerer, hvad seksualitet og sex er og også om naturlig respekt og grænser.

Simple måder at hjælpe børn til at identificere porno og dermed udvikle evnen til at beskytte sig selv

1. Brug tydelige, alderssvarende og konkrete ord eller forklaringer

- Forklar hvad porno er: at det fx. er billeder, videoer og tegneserier/film, hvor der bruges nøgne mennesker, der laver sex ting sammen med deres kroppe, for at få folk til at blive meget interesseret i filmen. (Almindelig definition på porno: Seksuelt eksplicit materiale hvis primære formål er at skabe seksuel opstemmelse eller ophidselse).
- Du kan introducere et begreb som "Gode billeder" og "Dårlige billeder". Barnet kan lære at lægge mærke til, om billeder og

film er gode for dem eller ikke, ved de reaktioner de måtte få.

- Gør opmærksom på at mærke efter "i maven" - hvordan det føles, når barnet ser denne slags materiale, og føles det ikke rart, så lyt til mavefornemmelsen og kig væk eller tal med en voksen.

2. Tal om og brug følelser

- Porno giver ofte blandede følelser som ex. skyld, skam, forvirring, frygt, nysgerrighed, afsky, spænding, ubehag og lyst.
- Når børn og unge ser porno, føler de ofte, at de ikke vil se det, og at de samtidig gerne vil se det.
- Følelserne af skam eller forbudthed kan gøre det vanskeligt for barnet at tale om det. Derfor er det vigtigt at anerkende barnets følelser og oplevelse uden at udskamme eller være chokeret.

Mange børn beskriver en lyst til at kigge, og at det er som en stor magnet, der hiver én ind. Selv børn, der er blevet traumatiseret af eksponering til porno, oplever en forvirrende lyst til at se mere porno.

I skemaet beskrives nogle af de typiske reaktioner, som børn og unge kan få, når de begynder at se porno. Listen er bare eksempler.

● Jeg vil ikke se det	● Jeg vil gerne kigge
● ADR! Ulækkert! Underligt!	● Jeg er nysgerrig
● Jeg bør ikke kigge	● Wau!
● Det er:	● Jeg vil se mere
-ikke godt	● Det er:
-pinligt	● -fascinerende
-chokerende	-svært ikke at kigge
-ondt	-svært at stoppe med at se på det
-forvirrende	-spændende
● Jeg synes, det er ubehageligt	- ophidsende
● Jeg kan ikke lide det	-interessant
● Jeg bliver ked af det	● Jeg kan ikke lade være med at kigge
● Jeg bliver vred	● Jeg kan godt lide den følelse, det giver mig
● Jeg får det skidt	

Ved at hjælpe barnet med at genkende disse ofte modstridende følelser, der følger med, kan det hjælpe barnet med at definere, hvad porno er.

Der ligger en del subjektivitet omkring det at definere, hvad porno er. Det, der opleves som porno hos den ene person, er ikke nødvendigvis porno for en anden person.

Men - hvis et barn har forvirrende følelser, tanker og fx. føler sig utilpas, nervøs eller forkert efter at have set seksualiserede og pornografiske billeder, videoer, materialer, så kan man være ret sikker på, at det ikke er godt for barnet.

3. Anvend evt. denne definition, når barnet er klar til at forstå den

"Porno er materiale, der direkte er produceret til at vække seksuelle følelser og kropsfornemmelser, ved at vise nøgenhed, seksuel adfærd eller andet der er seksualiseret. Dette kan være i form af billeder, historier, lyde, symboler, handlinger eller ord, der viser kroppe og/eller seksuel adfærd."

At forstå hensigten med porno er en væsentlig forløber for mange vigtige samtaler, som forældre og andre kan og bør have med deres børn. Samtaler der også drejer sig om, hvorfor porno kan være ødelæggende for mennesker og relationer. Jo mere børn forstår, hvordan porno påvirker dem selv og deres hverdag, jo stærkere og jo mere robuste vil deres indre filter og kompas være.

Som før nævnt er det også vigtigt at huske og forstå:

- at børn er naturligt nysgerrige, når det kommer til sex.
- at børn har brug for og ønsker voksenvejledning.
- det vigtige i at undervise sit barn i sund seksualitet, respekt for sig selv og respekt for det modsatte køn.

Hjælp barnet til at erstatte fejlagtig information eller beskeder om sex eller seksualitet med korrekt viden og sunde seksuelle og relationelle værdier. Hold kommunikationslinjerne åbne ved at lytte til, hvad barnet siger, og – mindst lige så vigtigt - hvad det ikke siger!!

Spørg barnet:

- Har du nogensinde set noget på nettet, som gjorde dig utilpas eller nysgerrig?
- Er du kommet til at se sexting eller noget voldsomt mellem mennesker på nettet - din/andres iPad, telefon, PC?
- Hvordan skete det? Hvad gjorde du? Hvad gjorde det ved dig? Hvad følte du?

- Har nogen af dine venner nogensinde set eller brugt porno? Tilfældigvis eller ved at lede efter det?
- Og endelig - kommunikere til barnet, at det KAN passe på sig selv, fx. ved at lære DU KAN modellen:

"DU KAN"

- Du kan gå væk og lave noget andet.
- Undgå at kigge.
- Kontrollere dine tanker – "jeg bestemmer her"!
- Altid tale med en voksen.
- Nævne for dig selv, hvad du ser.

Kan du bruge denne guide?

Hvis ja - så vær med til at hjælpe flere til at lære mere ved at blive medlem af foreningen Mediesundhed for børn og unge. Det giver os mulighed for at fortsætte med at udbyde gratis rådgivning, udvikle redskaber og i høj grad ressourcer og tyngde til at skabe politisk handling.

Bliv medlem

Et medlemskab koster kr. 150,- for et år uanset indmeldelsesdato - læs mere om fordele og andre muligheder for at støtte foreningens arbejde via

www.mediesundhed.dk/stoet

På forhånd TAK!

MEDIE  **SUNDHED**
for børn og unge