

«ALLE KJENNER NOEN  
SOM HAR OPPLEVD DET»





Barneombudet  
Mars 2018

FORSIDEBILDE:  
Candice Seplow

BILDER HENTET FRA:  
[Unsplash.com](https://unsplash.com)

DESIGN:  
Sveinung Arnestad

PRINT:  
Nilz & Otto Grafisk AS

ISBN Norsk utgave 978-82-7987-051-7  
ISBN Norsk utgave (pdf) 978-82-7987-052-4

FOTO: Sveinung Arnestad, Barneombudet



FORORD

«Alle kjenner noen som har opplevd det,  
eller så har man opplevd det selv»

Dette sa en ung jente til oss i arbeidet med denne rapporten. Utsagnet sier noe om hvordan ungdom oppfatter omfanget av seksuelle krenkelser, og hvor viktig det er at vi gjør noe.

En rapport fra NOVA viser oss at det i perioden 2007-2015 var en betydelig økning i andelen ungdommer som har blitt utsatt for seksuelle krenkelser fra en jevnaldrende venn, venninne, kjæreste eller bekjent! Da rapporten kom, bekymret tallene meg veldig, men de kom dessverre ikke med noen god forklaring. Jeg ønsket å forstå tallene bedre, og derfor har vi hos Barneombudet nå vært ute og lyttet til 200 ungdommer, fordelt på fire steder i landet.

Besøkene har vært spennende og lærerike. Det har også vært nedslående og urovekkende å høre om hva ungdom opplever. Nakenbilder, å bli tatt på, ropt etter, utsatt for seksualiserte rykter og truet til ting de ikke ønsker, er en stor del av hverdagen for mange unge. «Groping» «slutshaming» «catcalling» og «dickpics» er en naturlig del av vokabularet deres.

Ungdommene krenker hverandres grenser, og de blir utsatt fra krenkelser fra voksne med makt. De vet for lite om hva som er ulovlig, og forstår i for liten grad konsekvensene av det som skjer. Den opplæringen de får fra barnehage til videregående skole dekker overhodet ikke det behovet de har. I hele min periode som barneombud har jeg jobbet for at barn skal bli sikret en voldsfri barndom. Vold og overgrep mot barn og unge er en av våre store samfunnsutfordringer. Seksuelle krenkelser mellom ungdom er også en del av dette bildet, og dette må vi ta på alvor.

FNs barnekonvensjon gir barn egne rettigheter som er viktige for arbeidet mot vold og overgrep. For å sikre at vi oppfyller forpliktelsene i FNs barnekonvensjon, må vi ta noen viktige grep. Ungdommene vi har snakket med sier at man som barn tidlig må få nødvendig kunnskap om sin rett til beskyttelse mot alle typer vold, også seksuell vold. Det må arbeides forebyggende for å forhindre at det skjer, og barn må ha mulighet til å søke hjelp og oppfølging dersom de opplever vold eller overgrep. Her har vi ikke kommet langt nok i Norge.

Kampanjen #metoo har løftet seksuelle krenkelser på dagsorden den siste tiden. Samtalene våre med ungdom ble startet før #metoo, og har vært helt løsrevet fra ulike kampanjer. Ungdommene har likevel vært ivrige etter å dele med oss, og uttrykke sin bekymring. Dette viser at seksuelle krenkelser opptar ungdommer, uavhengig en verdensomspennende kampanje som #metoo.

Vi har en stor jobb å gjøre for å endre holdninger, sikre bedre kunnskap og gi bedre hjelp til dem som trenger det. Og ungdommens stemme er et viktig bidrag i dette arbeidet. Barnekonvensjonen artikkel 12 sier at barn har rett til å bli hørt i alle saker som handler om dem, og at deres meninger skal tillegges vekt. Barns stemmer, erfaringer og synspunkter er derfor en viktig del av Barneombudets arbeid mot vold og overgrep. Alle som skal jobbe med dette temaet i tiden som kommer, bør prate med ungdom. De har vært åpne, ærlige og gitt oss en utrolig innsikt i sin hverdag.

Vi takker alle som har hjulpet oss i prosjektet. Den største takken går til de 200 ungdommene som har delt sine erfaringer og synspunkter med oss.

Anne Hindbæ

ALLE FOTO FRA WORKSHOP - Sveining Arnestad



INNHOLDSFORTEGNELSE

# INNHALDSFORTEGNELSE

<i>Forord</i>	5
<b>DEL 1 - INNLEDNING</b>	
<i>Barnekonvensjonen gir barn og ungdom rettigheter</i>	8
<i>Forskning om seksuelle krenkelser</i>	8
<i>Vår begrepsbruk</i>	9
<i>Metode</i>	10
<b>DEL 2 – UNGDOMMENES STEMME</b>	
<i>Hva er seksuelle krenkelser?</i>	11
<i>Hvem krenker andre og hvem blir krenket?</i>	16
<i>Hvorfor, hvor og når skjer seksuelle krenkelser?</i>	20
<i>Hvordan forebygge seksuelle krenkelser?</i>	22
<i>Er det greit å si fra?</i>	26
<b>DEL 3 – VURDERINGER OG ANBEFALINGER</b>	
<i>Syv utfordringer som må løses i arbeidet mot seksuelle krenkelser</i>	30
<i>1. Ungdoms kompetanse om seksuelle krenkelser må bli bedre</i>	31
<i>2. Ungdoms digitale dømmekraft må styrkes</i>	34
<i>3. Mer og bedre undervisning om kropp, grenser og seksualitet</i>	36
<i>4. Foreldrene må vite hva som skjer og kunne hjelpe</i>	38
<i>5. Skolene må ta arbeidet mot seksuelle krenkelser på alvor</i>	38
<i>6. Støtteapparatet må styrkes</i>	40
<i>7. Behov for mer forskning</i>	42
<b>BARNEOMBUDETS ANBEFALINGER OPPSUMMERT</b>	44
<b>DEL 4 - SNAKK OM DET – METODENE VI BRUKTE</b>	46
<b>LITTERATURLISTE</b>	48

## DEL 1

# INNLEDNING

Ungdom er eksperter på å være ungdom. Ungdom er nærmest til å vite noe om ungdomskultur, trender, holdninger og utfordringer som press og krenkelses. Derfor er deres stemmer helt avgjørende når man skal forme politikk, forskning eller andre typer tiltak for fremtiden.

Denne rapporten fremstiller ungdoms erfaringer og synspunkter først, og Barneombudets vurderinger og anbefalinger til slutt. Vi har valgt å skille dem for å gjøre det tydelig at vurderingene og anbefalingene er våre egne, men de bygger på ungdommenes erfaringer.

## BARNEKONVENSJONEN GIR BARN OG UNGDOM RETTIGHETER

FNs barnekonvensjon gir barn egne rettigheter som er viktige for arbeidet mot vold og overgrep. Artikkel 19 pålegger myndighetene å iverksette tiltak for å beskytte barn mot alle former for vold og overgrep. Artikkel 6 pålegger myndighetene, så langt det er mulig, å sikre barns rett til optimal utvikling. Artikkel 34 pålegger myndighetene å beskytte barnet mot alle former for seksuell utnyttning og seksuelt misbruk. Artikkel 42 forplikter myndighetene å gjøre barn kjent med sine rettigheter.

Barn har et sterkt vern i konvensjonen, og det skal oppfylles. Norge er pålagt å sette inn alle egnede lovgivningsmessige, administrative og andre tiltak for å sikre gjennomføringen av barnekonvensjonen. Dette står i barnekonvensjonen artikkel 4. Som denne rapporten vil vise, er det behov for flere tiltak fra myndigheter, på nasjonalt og lokalt nivå, for å sikre at barns rettigheter oppfylles.

## FORSKNING OM SEKSUELLE KRENKELSER

Forskning viser at det er en økende tendens at ungdom utsetter hverandre for seksuell vold. I NOVA-undersøkelsen «Vold og overgrep mot barn og unge» fra 2015 rapporterer 29 % av jenter og 7 % av gutter i alderen 18-19 år at de har opplevd minst én form for seksuell krenkelse i løpet av oppveksten<sup>2</sup>. Seksuelle krenkelses ble i denne undersøkelsen forstått som seksuelle overgrep, direkte vold

fra foreldre og det å se eller høre vold som rammer egne foreldre. Jentene i undersøkelsen oppgir at jevnaldrende står bak over halvparten av krenkelsene. Til tross for at undersøkelsen tyder på en nedgang i det totale omfanget av seksuelle krenkelses mot barn og unge, øker andelen ungdom som oppgir at de har blitt utsatt for seksuelle krenkelses fra en venn, venninne, kjæreste eller bekjent betydelig. Omfanget av seksuelle krenkelses mellom ungdommer ser altså ut til å være stort. Ungdataundersøkelsen 2017<sup>3</sup> tyder også på at mange ungdommer opplever seksuelle krenkelses, for eksempel svarer 21 % av jentene at de har blitt befølt på en seksuell måte mot sin vilje.

I en undersøkelse fra 2014 om seksuell trakassering i videregående opplæring i Sør-Trøndelag fant forskere fra NTNU at 63% av jentene og 62% av guttene rapporterte om trakassering fra jevnaldrende eller voksne<sup>4</sup>. Litt i overkant av halvparten av ungdommene rapporterte å ha blitt trakassert av jevnaldrende gutter minst en gang. Om lag én av tre jenter hadde opplevd å bli utsatt for en form for fysisk seksuell tvang. En av fire gutter oppga det samme. Uønsket beføling og kyssing var mest vanlig.

Forskning viser at seksuelle krenkelses også skjer digitalt. I Barn og medieundersøkelsen 2016<sup>5</sup> svarte én av fem ungdommer mellom 13-16 år at de hadde opplevd å få uønskede seksuelle kommentarer i løpet av det siste året. Forekomsten av krenkelsene er høyere blant jenter enn gutter. Høyest var den blant jenter i 16-årsalderen, hvor 40 % hadde fått seksuelle kommentarer i løpet av det siste året. Om lag 15 % av 15-16 åringene hadde sendt nakenbilder av seg selv det siste året. En av fire jenter mellom 13-16 år som hadde sendt nakenbilde, svarte at de følte seg presset til dette, omtrent ingen av guttene svarte det samme.

## KONSEKVENSER

Seksuelle krenkelses kan få store konsekvenser for de som utsettes for det. Hvilke konsekvenser seksuelle krenkelses får, avhenger blant annet av type krenkelse og individuelle forhold hos dem som har blitt



*Alle barn har rett til at ingen*

*skader eller misbruker dem*



utsatt. Det er behov for mer forskning om disse konsekvensene, særlig knyttet til de mildere formene for seksuelle krenkelser.

NOVA viser i en rapport fra 2007<sup>6</sup> at erfaringer med seksuelle overgrep gir økt risiko for følgende konsekvenser: Selvdestruktiv atferd i form av selvmordsforsøk, selvskading og spiseforstyrrelser, utagerende atferd. Det kan føre til problemer knyttet til seksualitet i form av tidlig seksuell debut, å ha sex mot betaling, flere samleiepartnere, og å tvinge andre til å ha sex (gjaldt kun grove seksuelle overgrep). I tillegg kommer psykiske problemer i form av dårlig selvbilde (gjaldt kun grove seksuelle overgrep), angst, depresjon og dissosiasjon.

I en kunnskapsstatus om seksuell trakassering i videregående opplæring viser Bendixen m. fl.<sup>7</sup> til at vi har mindre kunnskap om mulige konsekvenser av å bli utsatt for seksuell trakassering enn om årsakene til at det skjer<sup>7</sup>. De viser til noen studier hvor man finner at det å bli utsatt for seksuell trakassering kan knyttes til økt sannsynlighet for ulike psykologiske symptomer og spesielt symptomer på angst og depresjon. Forskerne mener det er behov for flere studier om spesielt langtidskonsekvenser på den ene siden, og mulige årsaker på den andre.

#### VÅR BEGREPSBRUK

I dette prosjektet har vi ikke vært opptatt av å holde oss strengt til de juridiske definisjonene. Vi ønsket heller ikke å la forskning og annen bakgrunnskunnskap forme samtalen. For oss var det viktig at ungdommene selv fikk fortelle hva som foregår i deres miljø, og hva de mente er greit og ikke.

Vi bruker «seksuelle krenkelser» som begrep i denne rapporten. Det var dette vi spurte ungdommene om. Krenkelsesbegrepet er større en «seksuell trakassering» eller «seksuell vold». Dette er en begrepsbruk som tilsvarer den som er brukt om elevenes skolemiljø i opplæringsloven kapittel 9A. Vi ønsket en vid tilnærming til fenomenet, og dermed var «seksuelle krenkelser» et begrep vi følte oss komfortable med å bruke. Det kan omfatte alt fra seksuelle bemerkninger som å bli kalt «hore» til seksuell vold som voldtekt. De seksuelle krenkelsene kan være digitale, verbale, fysiske og indirekte i form av ryktespredning og baksnakking.



## METODE

Barneombudet er opptatt av å få fram stemmene til ungdom som opplever seksuelle krenkelseser. I denne rapporten snakket vi derfor, i løpet av høsten 2017, med rundt 200 ungdommer fra fire ulike steder i Norge. Ungdommene ble rekruttert gjennom frivillige organisasjoner og skoler. De ble ikke valgt ut på bakgrunn av egne erfaringer, men som representanter for ungdom generelt.

Samtalene med alle ungdommene ble gjort gjennom bruk av deltakende metoder i workshoper. Vi besøkte og pratet med ungdommer i Kautokeino, Tromsø, Elverum og Kristiansand. På flere av stedene var også distriktene rundt godt representert. Ungdommene vi snakket med er i alderen 15-19 år. Vi benyttet vår metode «Unge eksperter»<sup>8</sup>. Beskrivelse av hvordan workshopene ble gjennomført, finner du i siste kapittel.

Ungdommene ble i workshopene delt inn i mindre grupper. Noen av gruppene bestod av både gutter og jenter, mens vi andre steder delte gruppene inn etter kjønn. Jentene var gjennomgående mer aktive enn guttene i gruppearbeidene, og derfor er det en overvekt av sitater og historier fra jentene.

Det har vært en viktig målsetning for oss å la ungdommene selv få definere hva de opplever og hva som er utfordringene. Vi stilte åpne spørsmål som ungdommene svarte på og diskuterte i grupper, slik at

svarene skulle være minst mulig påvirket av voksne. Spørsmålene laget vi ut fra hva vi selv ønsket å få mer kunnskap om, men vi brukte også personer som jobber med ungdom i det daglige som sparringspartnere.

Ansatte hos Barneombudet har vært involvert i alle workshopene, men vi har også fått hjelp fra lokale fasilitatorer. I arbeidet med ungdommene har det vært viktig for oss å presisere at vi ikke er på jakt etter beskrivelser av deres individuelle erfaringer, og at vi ikke har forventning om at noen skal dele vanskelige opplevelser. Vi la opp til frivillig deltakelse gjennom hele workshopen, og støttepersoner var til stede hvis noen skulle ønske å prate. Ungdommene vi pratet med representerte kun seg selv.

Alle ungdommene fikk spørsmål om de samme temaene, med lokale tilpasninger i workshopene. Gjennom samtalene har vi fått et godt innblikk i ungdommenes hverdag. De forteller klart om hva som skjer og hva de tenker kan gjøres for å unngå seksuelle krenkelseser. Del 2 i rapporten er delt inn i kapitler ut fra spørsmålene som ungdommene har fått.

## DEL 2

# UNGDOMMENS STEMME

## Hva ungdommene fortalte om seksuelle krenkelseser

### HVA ER SEKSUELLE KRENKELSER?

Gjennom å svare på spørsmålet «Hva tenker dere at seksuelle krenkelseser er?» definerte ungdommene selv hva vi skulle jobbe med i workshopen. Svarene på spørsmålet kom i form av post it-lapper, og vi har flere hundre post it-lapper med eksempler på hva som skjer og hva de opplever som krenkende. Mye var også nytt for oss.

Det som ble helt klart var at ungdommene har ganske vide definisjoner på seksuelle krenkelseser, og at det ikke er uvanlig å ha opplevelser som ikke er OK. Vi fant at ungdommene bruker mange av de samme ordene på tvers av hvor de bor. Mange av ordene de bruker på ulike typer seksuelle krenkelseser er engelske. Flere av ungdommene i Kautokeino problematiserte at noen av de norske ordene ikke finnes på samisk, og at man i samisk har andre ord som ikke finnes på norsk.

Ungdommen sorterte selv definisjonene og opplevelsene tematisk for å få bedre oversikt. På de påfølgende sidene har vi gitt temaene noen generelle overskrifter.

### DELING AV BILDER

Mye av ungdommers liv foregår på digitale medier (nett, mobil og apper), og dermed blir dette også arenaer der seksuelle krenkelseser foregår. Spredning av nakenbilder er ikke ukjent for ungdommene vi pratet med. Vi ble fortalt at på en skole er det minst to-tre tilfeller i året med spredning av nakenbilder.

*«Plutselig får man nakenbilder på snap, helt uventet. Reglene på screenshot er litt uklare, men rykter sprer seg fort.»*

En av ungdommene har opplevd at noen spredde rykter om at hun bruker å sende nakenbilder:

*«Det finnes mange rare snapgrupper. Noen meldte inn navnet mitt og sa jeg sendte nudes, så fikk jeg masse spørsmål på snap, og jeg skjønnte ingen ting.»*

Flere av ungdommene fortalte at det likevel ikke trenger å være galt å sende nakenbilder. Er det noen man har en greie med, og som man stoler på, så er det greit. Hvor grensene går, er ikke like klart:

*«Det er lov å motta nudes, men ikke lov å spre videre.»*

Når det gjelder bilder, er det altså viktig for ungdommene at de som er på bildene har samtykket, og at de som mottar bildene vet hva som kommer. En jente fortalte at gutta av og til ikke skjønner problemet når hun sier at hun ikke vil ha dick-pics:

*«Jeg vil ikke forklare hvorfor jeg ikke vil se tissen din. Det er irriterende når gutta ikke tar nei for et nei. Folk burde skjønne selv at de ikke skal gjøre det når man sier nei.»*

*«Det er ikke koselig når noen sier «hei», og så får du bare plutselig et bilde av pikken dems!»*

Ungdommene fortalte også om å bli tatt bilder av i skjul.

Alder er et aspekt ved deling og spredning av nakenbilder. Flere av jentene fortalte at de har opplevd å få tilsendt nakenbilder av voksne menn. Dette oppleves som verre enn om bildene kommer fra jevnaldrende.

*«Det er ekkelt når man plutselig får nakenbilder fra ekle gamle folk.»*

*«Jeg har opplevd å diskutere noe i en tråd på Facebook, for så å få en privat melding fra fremmede voksne menn med ubehagelige ting.»*

Jenter opplever også at fremmede menn tar kontakt på sosiale medier og kommer med forskjellige tilbud.

*«Innimellom så kan de ta kontakt på Snapchat og si «dersom jeg betaler så og så mye, kan du da sende nudes?» Det er ofte fremmede, men av og til også noen man kjenner.»*

Noen gutter fortalte også om en trend i deres guttegjeng:

*«Pikk eller pung er et spill på Snapchat. Man sender et bilde og så skal de andre gjette om bildet er av pikken eller pungen. Det skjer i grupper mellom kompiser, og vi gjør det bare for moro skyld.»*

Så lenge dette foregår i ordnede former og innad i guttegjeng, så ser ikke guttene på «pikk eller pung» som noe som er ugreit.

*«Så lenge det holder seg i kompisgjenger, er det greit. Men hvis noe sprer det, er det ikke greit. Det er en hårfin grense.»*

Én ting er alle ungdommene enige om: å spre nakenbilder og lettkleddede bilder videre er ikke greit. Det er heller ikke greit å ta skjermdump av bilder på Snapchat, selv om mange gjør det.

#### TRUSLER OG MELDINGER I DIGITALE MEDIER

Det er ikke bare billeddeling som er problematisk på nettet. Ungdommene fortalte at de opplever at folk mister hemninger på nettet. De trakk fram ekle kommentarer og ekkel

språkbruk, både anonymt og under fullt navn. Ungdommene fortalte også om hetsing av bloggere, og at jo flere følgere man har på sosiale medier, jo større risiko har man for å bli trakassert eller krenket.

*«Det er vanligere at begge kjønn opplever negative ting på nettet. Flere unge gjør også negative ting på nett – de glemmer seg bak retten til å være anonym.»*

*«De som «byr seg frem» på nett er mer utsatt.»*

Mange gutter bruker mye tid på gaming. Der bruker man gjerne ord og uttrykk helt uten filter, og én av guttegruppene ga mange eksempler på hva som sies der. Ofte er det uttrykk som bare kastes ut, og som er ment som slang, men ordbruken er i høyeste grad seksualisert.

*«Pul mora di eller søstra di,*

*er noe vi kan si på spill.*

*Men vi mener jo ikke*

*noe med det.»*

#### FYSISKE OG VERBALE KRENKELSER

Mange av ungdommene trakk også fram fysisk kontakt eller å bli stirret på som uønsket seksuell oppmerksomhet

*«Pussygrabbing er en greie. Det skjer når som helst, og gutta ser på det som en joke eller kødd, men det er vondt og det er ubehagelig.»*

*«Man blir også tatt på andre private steder, oppover halsen, rompa.»*

*«For meg er det en seksuell krenkelse når gutta stirrer på titsa eller rompa mi.»*

Flere av ungdommene nevnte tafsing, andre ungdommer som ikke gir seg når man sier stopp og å bli tatt på av lærere på en ubehagelig måte. Guttene fortalte at av og til blir man jokket på av andre gutter.



*«Det er ikke så behagelig å bli tørrjukka på, og ofte er det helt uventa.»*

En av jentene hadde også opplevd at hun selv måtte ta affære da en gutt ble for pågående:

*«Jeg måtte sparke en som ikke ville gi seg. Han fortjente det. Det var selvforsvar.»*

Ungdommene trakk også fram ordbruk og roping. «Catcalling» er noe flere av jentene har opplevd:

*«Om du går på gata, så er det noen som roper «Hey beautiful» og sånn. Det skjer ofte! Ikke så ofte i Norge, men veldig ofte i utlandet.»*

*«Når du bare «minding your own business», og så plutselig er det noen som kommer etter deg og sier «hei søta, vil du være litt med meg».»*

*«Når noen tuter på deg med bil på gata, går det greit. Men når man er på fest om kvelden og de kommer med ekle kommentarer, blir det ubehagelig. Når de kommenterer og forventer noe tilbake, går det over grensen. Tutingen tar jeg som kompliment.»*

#### KJØNNSFORSKJELLER

Noen ungdommer påpekte også at det er forskjell på hva det er forventet at gutter og jenter skal akseptere. Gutter er noen ganger forventet å tåle mer:

*«Det er jenter som er mest utsatt for trakassering – når det er en gutt så er det liksom ikke så «farlig».»*

*«Jentene kan ta på gutter, og det blir ikke sett på som like alvorlig som hvis gutter tar på jenter.»*

#### SPREDNING AV RYKTER

Vi ser en klar forskjell mellom guttene og jentene på spredning av rykter og betydningen for deres sosiale status. Blant jentene er «slut shaming» utbredt:

*«Med en gang en jente har hatt sex med mer enn én gutt, er hun en hore. Med en gang en gutt har ligget med to eller tre er han den digge gutten.»*

*«Det verste du kan være er en jente som har hatt sex, hvis du gjør noe mot noen da, kaller de deg hore med en gang.»*

Jentene beskrev hvor lett det er å få et rykte. Og når man først har fått det, spres det kjapt. Rykter kan komme av noe man har gjort selv, eller være noe som ikke har rot i virkeligheten i det hele tatt. Andre jenter bidrar til å holde liv i dem ved å sende dem videre i stedet for å støtte den som blir utsatt. Uansett blir man fanget av disse ryktene, og har ingen mulighet til å komme seg unna.

Ungdommene trakk frem at det er forskjell på status blant guttene og jentene. Guttene kan ligge med flere og likevel være kule, mens jentene får et helt annet stempel. Én av jentene sammenlignet guttene med en nøkkel og jentene med en lås:

*«Alle liker en nøkkel som passer til flere låser, ingen liker en lås som man kan låse opp med flere nøkler.»*

Også blant guttene kan det være ganske røff ordbruk. Homse, fag og fuckboy er skjellsord som ikke er uvanlige å høre blant gutta.

Til syvende og sist handler det i stor grad om respekt. En av jentene oppsummerte det slik:

*«Forestill deg at du er på date med Dwayne Douglas Johnson. Han er stor og sterk og du gir han den respekten han fortjener. Gi den samme respekten til jenter!»*

#### OM Å BLI PRESSET OG LURT TIL SEX

For en del jenter kan sexpresset være ganske stort. Noen jenter er opptatt av at sex skal være motivert av forelskelse, kjærlighet eller andre følelser, mens de opplever at guttene er mest opptatt av det fysiske og ikke alltid ønsker noe mer enn uforpliktende sex. Jentene fortalte at de prøver å ta forholdsregler, men av og til blir man lurt likevel. Noen mente at gutter som virkelig er ute etter å «få seg noe» klarer det hvis de virkelig går inn for det.

*«Det er veldig vanskelig å ikke bli utsatt for det. Dersom gutter vil ha sex med ei jente, så kan de jobbe med henne over veldig lang tid, og si at de elsker henne og så videre. Til slutt så tror man jo på det, og så skjer det noe. Så viser det seg at det er bruk og kast likevel. Gutta kan skryte av at de har hatt sex med jenta, og hun får et rykte på seg selv om hun trodde på at det var ekte.»*



## Ungdommenes eksempler

Ungdommene har kommet med flere titalls andre eksempler på hva de tenker at seksuelle krenkelser er. Ved alle workshopene har ungdommene fortalt om hendelser som skjer på fest, blant annet seksuell utnyttning av andre ungdommer som er beruset, ubehagelige seksuelle meldinger, beføling og klåing.

Andre eksempler på hendelser ungdommene skrev i idémyldringen om seksuelle krenkelser:

- *seksuell utnyttning av fulle personer*
- *ha sex med noen som er bevisstløs/full/dritings*
- *folk presser deg til å gjøre ting du er ukomfortabel med*
- *skjenke noen med sex som hensikt*
- *ubehagelige seksuelle meldinger*
- *tar bilde av noen uten deres vilje lettkledd, for eksempel i svømmehallen*
- *når du blir «brukt» til seksuelle «tjenester» av motsatt eller samme kjønn*
- *bli presset, mast på eller tvunget til å ha sex helt til en person ikke ser noe annet svar enn «ja».*
- *voldtekt*
- *«groping»*
- *klåing*
- *å slå noen på rompa*
- *beføling*
- *«bootycall»*
- *tvinge noen til å ta på seg selv*
- *spørre etter nakenbilder ut av det blå*
- *uønsket sex*



## HVEM KRENKER ANDRE OG HVEM BLIR KRENKET?

Selv om det er vanskelig å fastslå hvorfor, viser NOVA-undersøkelsen fra 2015 en betydelig økning fra 2007 til 2015 i andelen ungdommer som oppgir at de har blitt utsatt for seksuelle krenkelsers fra en jevnaldrende venn, venninne, kjæreste eller bekjent. Det var også noe av bakgrunnen for at vi ønsket å prate med ungdommer om temaet. Vi stilte derfor spørsmål om hvem som er mest i fare-sonen for å bli krenket og hvem som krenker. Vi begrenset ikke spørsmålet til bare å handle om ungdommer. Dermed fikk vi høre historier om alt fra lærere til fremmede voksne og medelever. I tillegg fikk vi ungdommenes syn på hva som kjennetegner både dem som krenker og de som blir utsatt.

### INGEN SLIPPER UNNA

På spørsmål om hvem som er mest utsatt, sa mange av ungdommene at ingen slipper unna. Likevel pekte de ut noen ungdom som mer utsatte enn andre. Dette er spesielt knyttet til popularitet og status i grupper. Noen opplever at jenter som regnes som populære og fine er mer utsatt enn jenter som har en «lavere status», mens andre mener at jenter det går rykter om er de mest utsatte.

*«Jenter med mye former blir ofte trakassert. De har mer å ta på, de får mest rykter på seg og det gir status å si at man har tatt på dem.»*

*«Alle jenter kan være utsatt, selv om gutter sjelden tar på de jentene som ingen snakker med. Guttene vil skryte av at de har tatt på de fine jentene.»*

*«En populær gutt  
«kan ikke» bli dumpa, det  
går ut over hans status.  
Derfor kan det lett ende  
med enten overgrep,  
ufrivillig sex eller at han  
setter ut rykter om at noe  
har skjedd hvis det ikke  
skjedde noe.»*





*«Jeg vet om noen som får kommentarer på at de kler seg horete. Det er jo bare kjipt – alle må få lov til å kle seg slik de selv vil.»*

Mange jenter mener det er et problem at hvordan de går kledd kan avgjøre hva de opplever, selv om ungdommene synes det er helt feil at det skal være sånn. Ett eksempel er når man på fest er kledd på en måte som oppfattes som utfordrende:

*«Når man er på Halloween-greier. Da har man kanskje kledd seg litt annerledes, og om det skjer noe da så får man plutselig skyldfølelse selv. Kanskje var det min feil at jeg ble utsatt for dette fordi jeg gikk i disse klærne?»*

*«Gutter tror de kan trakassere jenter når de går med «drøye» topper og korte skjørt.»*

Det er ikke noen tvil om at det også skjer seksuelle krenkelser mot gutter, men vi har fått færre eksempler på dette. Ungdommene tror det kan komme av at det er mye vanskelige for guttene å si fra. Kulturen blant gutter handler om å tøffe seg, og hvis man sier fra om krenkelser, så er man svak.

*«Jeg tror at når det skjer med gutter, så er det mer redd for å si fra – de blir liksom «fag»..»*

*«Trakassering/krenkelser har forskjellig mening for gutter og for jenter. Gutter skal tøffe seg – de blir kalt for pyser om de føler seg trakassert/krenket og tar det opp.»*

*«Det er forventet at gutter skal være med på alt seksuelt, selv om de egentlig ikke har lyst til det.»*

Hvordan man oppfører seg og hva man gjør selv, er også noe som ungdommene mener øker risikoen for å oppleve seksuelle krenkelser. Det å være jente i alderen 15-25 som er

mye ute og som gjerne søker oppmerksomhet på sosiale medier, er noe flere mener kan gjøre at man er mer utsatt.

I svarene om hvem som er mest utsatt, så er det tidvis ganske store sprik. Det kan være med å bekrefte bildet av at det er mange som er utsatt, og at det er helt tydelige lokale forskjeller. Noen av jentene var opptatt av at man som jente må kunne beskytte seg, enten fysisk eller verbalt.

*«De som blir tatt på, kan være jenter som ikke klarer å stå opp for seg selv.»*

*«Noen gutter vet at de ikke kan ta på den og den jenta. «Ho slår hvis vi tar på ho. Guttene vet godt hvem som er enkle ofre. De snakker seg imellom.»*

#### DET Å VÆRE «NORMAL» BESKYTTER

Flere av ungdommene var inne på at det som beskytter mot å bli utsatt for seksuelle krenkelser, er å være mest mulig «normal». Hvis du skiller deg ut fra det som er definert som «normalt» blant jevnaldrende på hjemstedet ditt, kan det gjøre deg mer utsatt. Noen av ungdommene på et av stedene fortalte blant annet at det kunne være vanskelig å stå frem som homofil.

Vårt materiale er for lite til å si noe om slike sammenhenger, men ungdommene selv mener det er noen faktorer som gjør en mer utsatt for seksuelle krenkelser, og at det å bli sett på som normal beskytter.

«Trodde at lærerne var trygge og snille, men så er de skikkelig «creepy».»

#### OM DE SOM KRENKER ANDRE

I spørsmålet om hvem som krenker andre, trekker ungdommene ofte frem gutter. I et forsøk på å beskrive en typisk «krenker», sa ungdommene blant annet at det kan være en gutt med dårlig selvtillit og dårlig oppdragelse. De går gjerne etter ungdom i alder en 13 til 25 år. Guttene som typisk krenker andre, blir beskrevet som «ikke sjenerte».

Ei jente som krenker andre kan gjerne være ei jente som har makt og kontroll, og hun kan like gjerne oppføre seg dårlig mot jenter som mot gutter.

Ungdommene fortalte også at de opplever at de som utsetter andre for seksuelle krenkelser digitalt, ofte er anonyme. Det at den som krenker er anonym, kan gjøre at hemningene for hva som blir sagt mindre.

#### LÆRERE OG ANDRE VOKSNE SOM KRENKER

Unge blir ikke bare utsatt for krenkelser fra andre ungdommer. Noen pekte også på at en del lærere har en oppførsel som ikke er akseptabel. Blant hørte vi eksempler om en kvinnelig lærer som tok på guttas «six-pack», og en mannlig lærer som tok jenter på rompa.

Voksne som krenker handler ofte om maktforhold. Flere av ungdommene ga uttrykk for at personer med makt i større grad kan drive med krenkelser, og de trekker fram

lærere, sjefer, eldre venner og kjærester som eksempler.

*«Trakassering kan ha med alder å gjøre. Det er mer «lov» om de er eldre. De har mer «makt» over de som er yngre. Men dette er dobbelt: jenter kan «ønske» oppmerksomhet fra eldre gutter, men det kan bli et problem hvis de ikke er «likestilt».»*

*«Rånere går etter yngre jenter og utnytter dem. De har bil, og det er noe jentene vil ha.»*

Noen av jentene fortalte om ubehagelige opplevelser på jobb, spesielt i servicebransjen. Holdningen om at «kunden har alltid rett» fører til at man kanskje aksepterer situasjoner som egentlig ikke er akseptable. Når man sier fra, får man også av og til høre at «de tuller med deg» og at det må man tåle.

Ungdommene trakk også fremmede, voksne eller eldre menn. En jentegruppe har også ubehagelige opplevelser knyttet til unge menn med utenlandsk opprinnelse, som de opplever er mer pågående, og som kan finne på å «tvangskysse» eller holde igjen.

Én av ungdommene trakk også frem at seksuelle krenkelser og overgrep kan skje innad i en familie, og at det da kanskje er enda mer tabubelagt og vanskelig å snakke om.



## HVORFOR, HVOR OG NÅR SKJER SEKSUELLE KRENKELSER?

Ungdommene fikk selv, gjennom de første spørsmålene, lov til å fortelle hva som skjer og hvem som krenker eller blir krenket. Etter dette var det viktig for oss å finne ut om ungdommene hadde noen tanker om hvorfor det skjer. Vi spurte også om når og hvor det skjer. Skiller noen arenaer seg ut som spesielt risikable, eller er det steder der man virkelig kan føle seg trygge?

### HVORFOR SKJER DET?

Ungdommene hadde mange tanker om hvorfor seksuelle krenkelser skjer. Forslagene spenner fra alt fra manglende selvtillit, manglende kunnskap, behov for å markere seg, til rett og slett en egen agenda:

«Kanskje de får et kick av det?»

«Ungdom har en forventning om at seksuelle krenkelser er en del av sosiale medier.»

«Jeg tror også at trakassering skjer fordi det liksom også er forventet at det skjer...»

«Gutter gjør det for å tøffe seg – det er kult. De skryter av det og får kred.»

«Dårlig oppdragelse, sosial arv, miljø, kultur, normer.»

«Det er lettere å skjule seg på sosiale medier.»

Det kan også være trusler eller sanksjoner inne i bildet når seksuelle krenkelser skjer. Når et nakenbilde er sendt, så har motparten noe de kan true med. Hvis man ikke sender flere bilder, så risikerer man at det man allerede har sendt blir spredt. Rykter, men også fysiske trusler, er også en del av situasjonen:

«Gutter vet at jenter er svakere enn dem, og ikke kan «fichte» tilbake.»

I diskusjonene kom det frem at det er forskjeller på kjønnene. I alle fall når det kommer til forventninger. Både guttene og jentene fortalte den samme historien om at guttene skal finne seg i mer enn det jentene skal.

«Det blir ikke sett på som trakassering når jenter trakasserer gutter.»

«Gutter er kanskje ikke så følsomme på det – de tar det mer med et smil.»

Ungdommene snakket også om forskjeller mellom bygd og by og ulike kulturer. Ungdommene tror mørketallene er store fordi seksuell trakassering ikke blir snakket om, og fordi man ikke nødvendigvis vet hva som er greit eller ikke.

«Gutter sender «dick-pics» for å få noen «nudes» tilbake.»

Noen pekte også på porno som en mulig årsak til krenkelser. Ikke minst fordi mye av pornoen ungdommene ser på er litt virkelighetsfjern og brutal, og grensene blir visket ut for hva som er greit.

De trakk også muligheten til å skjule identiteten sin på enkelte digitale medier frem som en årsak til at ting skjer der:

«Det kan skje på nett fordi ting føles mindre ekte der.»

### ALKOHOL OG RUS FLYTTER GRENSER

Noe som ungdommer på alle stedene vi har besøkt trakk frem, er at problemet blir enda større på fester. Rus flytter grenser.

«Det er et problem på fest. Flere er fulle og man vet ikke hva som skjer.»

«Når overgriperen er full, så er han mye tøffere – mange forsøker å tøffe seg også for hverandre.»

«For noen så har det nok en betydning at det er alkohol med i bildet – de legger kanskje skylda på det?»

«Det skjer mye ved bruk av alkohol, rus. Man får dårligere dømmekraft.»

At alkohol er involvert, gjør det også mer utrygt for de som er utsatt. Både fordi den som utfører seksuelle krenkelser har mistet grensene sine, og fordi det kan være ubehagelig å si fra.

#### UKLART HVA SOM ER RETT OG GALT

Noe av årsaken til at omfanget av seksuelle krenkelser er så stort, kan ifølge ungdommene være manglende kunnskap om hva som er rett og galt. Mange av ungdommene er usikre på hva som faktisk er lov og ikke, men i diskusjonen rundt dette spørsmålet handlet det mest om hva man opplever som greit eller ikke, ikke om grensene i loven.

Et eksempel er at man tar skjermdump av snapper man får tilsendt. Ungdommene mente at så lenge begge vet hva man kan forvente, så er det greit. Så lenge begge vet at det tas skjermdumper, og begge er komfortable med det, så er det greit. Ugreit blir det så fort man tar skjermdumper og sprer bilder som ikke var ment for det.

«Det kan bero på misforståelser fra begge sider. Noen opplever at det er krenkelse av dem. Andre mener at det ikke er det.»

«Noen tror de gir komplimenter når de «cat-caller», men sånn er det ikke.»

Altså kan en del av det ungdommer opplever som seksuelle krenkelser ikke være ment som det i det hele tatt. En av de rene jentegruppene vi møtte, reflekterte en del rundt disse misforståelsene, og er redde for at man overreagerer slik at man bli overforsiktig med kroppskontakt, for eksempel at lærere ikke tør å gi elevene en klapp på skuldra.

#### SEKSUELLE KRENKELSER SKJER OVERALT

En ting som er helt klart etter møtene med ungdommene, er at det ikke er noen klar begrensning på hvor og når seksuelle krenkelser skjer. Ungdommene fortalte oss at seksuelle krenkelser kan skje overalt, at de kan bli utsatt for seksuelle krenkelser både digitalt og ellers. En av jentene sa

«Det fins ikke noe trygt sted der man kan være helt sikker på å slippe. Ting kan skje overalt.»

«Jeg tror det skjer fordi de som gjør det ikke har nok kunnskap om at det er feil.»

«Man trenger jo runkemateriale, og da er det mer spennende med jenter man kjenner enn porno.»

«Gutta synes at kroppen til jenta er fin. Guttene har lyst til å skaffe seg noe – de er kåte.»

Mange av ungdommene pekte på at noe av det som oppleves som seksuelle krenkelser i realiteten kan handle om eksperimentering.

Alle ungdommer vi snakket med går på skolen, og mange trekker derfor skolen frem som et sted hvor krenkelser skjer.

«Seksuelle overgrep og trakassering kan skje over alt og når som helst – på gata, i butikken og på skolen.»

«Trakassering kan skje på skolen også, og jeg tror at alle kan oppleve det.»

«Det begynner med språkbruken. Mange barn lærer ikke hva som ikke er greit å si.»

## HVORDAN FOREBYGGE SEKSUELLE KRENKELSER?

Myndighetene og andre kjører mange kampanjer rettet mot ungdom med mål om å redusere omfanget av seksuelle krenkelsers. Til tross for dette virker det som om omfanget krenkelsers mellom ungdom øker. Dette kan selvsagt skyldes at kampanjene får flere til å melde fra, og at kampanjene reduserer mørketallene. Likevel er det ungdommene som er de nærmeste til å fortelle hva som skal til for å forebygge de seksuelle krenkelsene som foregår.

### SKOLE OG BARNEHAGE ER DE VIKTIGSTE ARENAENE

*«Dette starter i tidlig alder – så tidlig som i barnehagen. Det begynner med språkbruken. Mange barn lærer ikke hva som ikke er greit å si. Først og fremst lærer de ord og uttrykk fra eldre søsken. Når de er små, forstår de ikke hva det betyr. Mange voksne tar det ikke alvorlig nok at barna snakker slik.»*

Sitatet oppsummerer hva mange av ungdommene mener må til for å forebygge seksuelle krenkelsers: mer kunnskap. Kunnskapen må komme tidlig. Ungdommene fortalte om svært lite, og til dels svært mangelfull, seksualundervisning på skolen. De opplever både innholdet i seksualundervisningen og undervisningsmetodene som helt feil, som akademisk og lite engasjerende. Undervisningen handler i liten grad om grenser. I tillegg er det er problem at undervisningen kommer alt for sent.

*«Seksualundervisningen må bli bedre. Alt som angår sex, følelsers og alt det psykiske. Ungdom må få vite lover og regler. Noe burde man jo selvsagt skjønne selv om man ikke kan lovene og reglene, men lovene er likevel viktige. Man må ha med prevensjon, graviditet, følelsers og hvordan ting fungerer.»*

*«Vi lærer mer om det tekniske enn det med grenser. Vi bruker mye tid på å lære fakta som «hva skjer med kroppen hvis du blir gravid» og sånn. Det er viktig å lære mer om grenser.»*

Noen ungdommer tar til orde for å kjønnsdele seksualundervisningen.

På oppfølgingsspørsmål om når man bør starte med seksualundervisning, sa veldig mange først at det burde starte på 5.- 7. trinn. Men etter hvert som diskusjonen utviklet seg, landet veldig mange på at man bør starte så tidlig som i barnehagen. Kunnskap om hva som er lov og ikke lov kan bygges på over tid og ut fra modenhet.

*«Jo tidligere læring, jo bedre. Gjerne lære allerede i barnehagen hva som er rett og galt. Man må lære barn å si fra. Det er ikke bare foreldrene som kan gjøre det, for de kan jo si at noe er riktig selv om det ikke er det.»*

Ungdommene vi pratet med, ser for seg at kunnskap om seksuelle krenkelsers kan passe inn i mange ulike fag. KRLE, naturfag og samfunnsfag er blant fagene de nevnte, og ungdommene foreslo hvordan man kan tilpasse tema etter alder. Hvem som formidler er også sentralt.

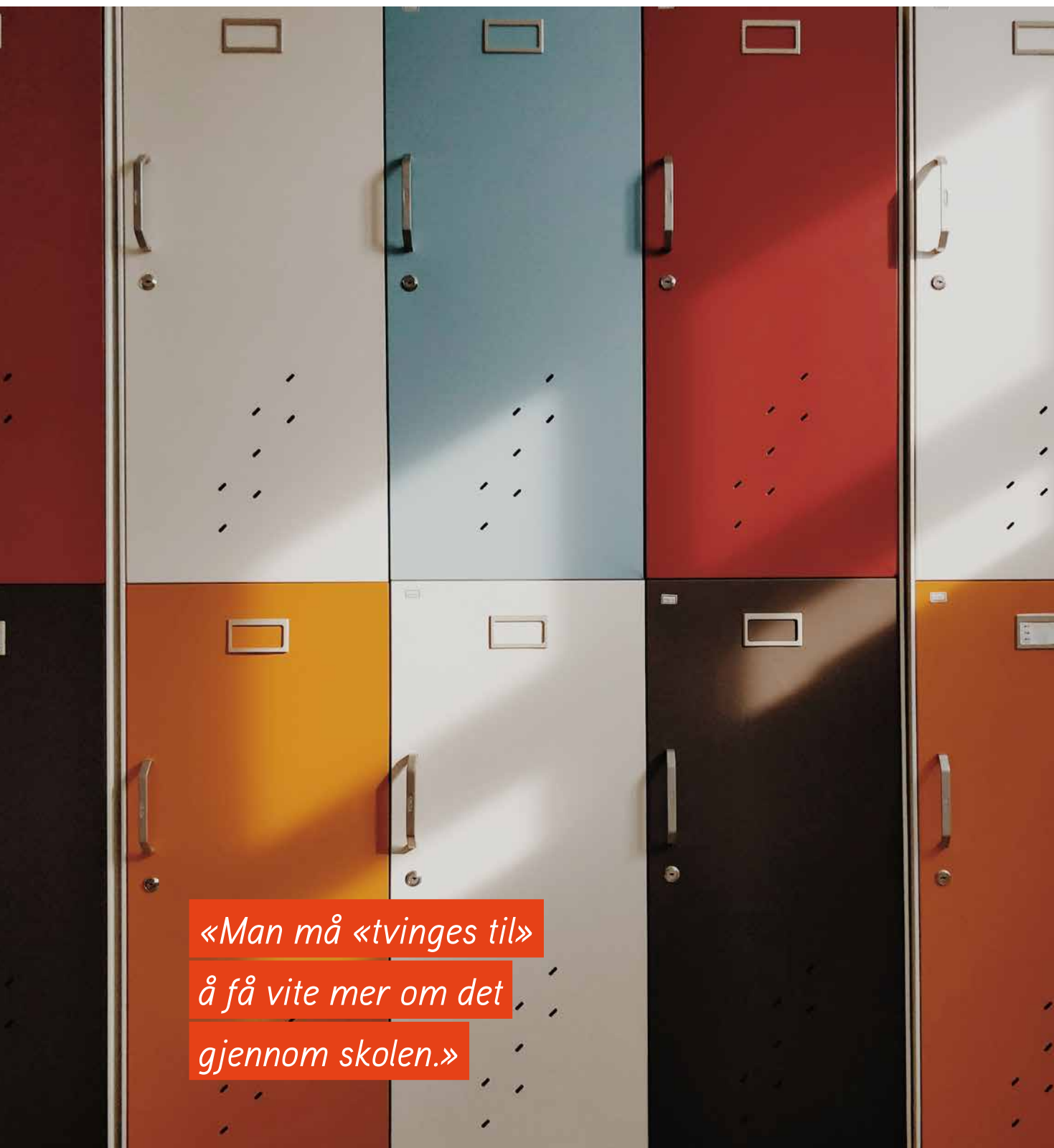
*«Lærere må ta ansvar for å snakke om det, og få hjelp fra profesjonelle. Det fungerer ikke om naturfaglæreren skal fortelle om det.»*

*«Vi hadde medisinstudenter som kom og pratet til oss om dette. De var veldig flinke, og vi kjente ikke dem, og de kjente ikke oss. De kjenner ikke foreldrene våre heller. Det vi sa til dem forsvant ut av bygda med dem.»*

Ungdommene foreslo at barn i barnehagen kan lære om grenser. På barneskolen kan de lære om hva som er greit og ikke, og om seksuell orientering, mens elever på ungdomsskolen kan lære om sex. I videregående opplæring kan de lære om «alt».

*«Det er en prosess, man får ikke alt dette ordentlig inn på en uke, man må bygge kompetanse.»*

De av ungdommene som har hatt ubehagelige eller uheldige opplevelser med lærere, tok til orde for en strengere kontroll av hvem som



*«Man må «tvinges til»  
å få vite mer om det  
gjennom skolen.»*

får undervise i skolen. Et forslag fra dem var at lærere får en slags prøvetid der de kan evalueres av rektor og elever sammen før de får ansettelse.

Et par av ungdommene tok til orde for en mobilfri skole. Dette begrunnet de med at mange av krenkelsene skjer ved bruk av digitale medier. Ved å fjerne mobiltelefonen fra skolehverdagen kan man fjerne én mulig kilde til krenkelsers. Andre argumenterte for at skolens reaksjoner må være knallharde hvis ting skulle oppstå. De mener det er veldig

viktig at skolen viser at slikt ikke er akseptabelt atferd, og at de som gjør det blir kalt inn til samtale.

Ungdommene peker også på andre tiltak som skolen kan gjøre. De nevner blant annet skolepsykolog og miljøteam. Noen av ungdommene har erfaring med at skolen har et miljøteam. Disse er synlig til stede i skolemiljøet og i kantina. Disse kan være klare forbilder som tør å spørre, og som engasjerer seg, samtidig som de prøver å forstå miljøet og det som foregår.

*«Vi må lære mer om det. Er du vitne til noe som skjer eller har skjedd, så må du vite hva du skal gjøre. Hva er plikten din?»*

#### **ØNSKER MER KUNNSKAP OM LOVER OG STRAFF**

Straff ble også diskutert på workshopene. En del av ungdommene har fått med seg at det den siste tiden har vært en del rettsaker der unge mennesker har blitt dømt for bilde- deling. Noen av ungdommene mente at større kjennskap til regelverket og strengere straffer vil virke preventivt. Mange vet ikke hvor grensene går i dag, og de er heller ikke sikre på straffenivået. Ungdommene ønsker politiet velkommen inn i skolene for å fortelle om lover, regler og konsekvenser. Da kan man også få vite hva som er lov og ikke.

*«Mange tenker at «dette er for lite», «dette er ikke stort nok til å si fra om», og det må man gjøre noe med. Hva er egentlig overgrep? Det er jo mye ting som er mindre alvorlig enn overgrep som ikke er lov.»*

Mange av ungdommene ga tydelig uttrykk for at de syns det er både viktig og nyttig å ha en workshop om temaet seksuelle krenkelser. Gjennom de timene vi jobbet sammen med ungdommene, fikk de pratet mye om det som i utgangspunktet opplevdes som tabubelagt.

*«Det er bra å ha en hel dag om et så viktig tema. Dette er ikke noe vi snakker om, selv om det er viktig. Håper det blir gjort noe med det.»*

*«Seksuelle krenkelser er tabu, og det er derfor det skjer. Man skal ikke bli rød i ansiktet av å snakke om disse tingene.»*

*«Åpenhet er veldig viktig, man må være komfortabel.»*

Kunnskap er altså gjennomgangstemaet. Det handler både om kunnskap om hva som er lov og ikke lov, kunnskap om hvem man kan henvende seg til når noe har skjedd, kunnskap om å si stopp, eller si fra hvis man opplever eller ser noe som ikke er greit. Normer og holdninger må innlæres tidlig, og disse normene og holdningene må gjelde både hjemme, på skolen og digitalt.

*«Man skulle hatt et forum eller lignende der man kan dele, og andre kan lese andres erfaring.»*

*«Gode holdninger/godt forbilde innad i vennegjengen kan virke mer enn at voksne sier hva man skal gjøre.»*

#### **BEGRENSET KJENNSKAP TIL KAMPANJER**

Det har de siste årene blitt kjørt en rekke kampanjer rettet mot ungdom for å få redusert omfanget av seksuelle krenkelser, bilde- deling og så videre. Eksempler på dette er #ikkegreit, Kjernekar og Nei er nei.

På spørsmål om hvor man best kan nå frem med kampanjer mot ungdom, var det vanskelig å få konkrete svar fra ungdommene. Sosiale medier går igjen, spesielt Snapchat. Samtidig fortalte ungdommene at det er lett å «velge bort» slik informasjon fra feeden. Derfor må kampanjene være spisset og fengende. Ett eksempel på et virkemiddel som har blitt lagt merke til kom fra russetida:

*«I år så jeg at noen av russen hadde «Nei er nei» på russebuksene sine. Jeg tror rus- sen er viktig, fordi det når både russen og de som henger med dem.»*







FOTO: Daan Stevens

*«Man må lære opp foreldrene, og de må møte opp på foreldremøter.»*

#### FORELDRE OG FRITID

Også foreldre har en sentral rolle i å spre kunnskap om hva som er greit og ikke. Ungdommene var svært opptatt av at foreldrene må ha tilgang til kunnskap, og at de må spre denne kunnskapen til barna sine tidlig nok. De setter stor pris på foreldre som er åpne, ærlige og engasjerte.

*«Mer åpenhet hjemme. Noen utsetter «The Birds and the Bees»-samtalen altfor lenge. Man må lære opp foreldrene, og de må møte opp på foreldremøter. Lettere at ungdom som ikke blir fulgt opp faller utenfor.»*

Ungdommene nevner også idretten som et sted der det må settes fokus. Det kan være lett å krenke andre på trening, blant annet ved å ta bilder og bruke ugrei språkbruk. Derfor må det tas opp også der.

## ER DET GREIT Å SI FRA?

Det er viktig at ungdom som har blitt utsatt for noe ubehagelig eller ulovlig, har noen å si fra til. Vi ønsket å få vite hvem ungdommene ønsker å si fra til hvis de opplever noe.

### VENNER ER DE NÆRMESTE

Det store flertallet av ungdommene nevnte først og fremst venner som den gruppen det er mest naturlig å si fra til. Hvis man har opplevd noe ubehagelig, er det også viktig for ungdommene å være bevisst hvilken venn de sier fra til. Sier man fra til feil person, så kan man få stempel som «snitcher», men spesielt jentene forteller gjerne til venninner de er nære med.

*«Når man sier det til en venninne, så er det litt mindre formelt. Du kan stole på og blir ikke «dømt». Ofte vil man bare ha noen å dele det med og ikke tips og råd, men bare snakke. Og en venninne sier det ikke videre om man ikke er enige om det.»*

Guttene ga uttrykk for at de synes det er vanskelig å være åpne og dele opplevelser, fordi de skal være tøffere enn jenter. De opplever også at det er vanskeligere å bli tatt på alvor hvis man er gutt. Andre gutter igjen fortalte at de er veldig åpne med hverandre innad i kompisgjengen, hvis de lurer på noe om seksualitet.

Det er en forventning blant ungdom om at venner skal holde ting hemmelig hvis man forteller noe til dem, men i gruppene var det en del diskusjoner om dette. Noen mente at man ikke bør holde det hemmelig hvis det er noe alvorlig, mens andre mente man uansett ikke skal si noe videre.

*«Ikke hør på det om en venn sier en ikke skal si det videre!»*

Men av og til er det også venner som gjør noe galt:

*«Skjer det blant venner, så må du snakke med venner om det, men det kan være vanskelig å si fra fordi man ikke har lyst til å være sladrete eller prippen.»*

En viktig konsekvens av å fortelle om seksuelle krenkelser eller opplevelser til venner, er at man da har noen man kan bruke som støtte når man senere skal fortelle til noen voksne.

*«Si til en venninne slik at hun kan «joine» og være moralsk støtte når man forteller til en voksen.»*

### FORELDRENES REAKSJON KAN VÆRE AVGJØRENDE

*«Det er vanskelig å snakke med foreldre om dette. Det er sikkert noen som synes det er lett også – det er sikkert forskjellig fra familie til familie.»*

Dette var analysen til en av jentene vi snakket med, og innspillene fra andre ungdom støtter hennes poeng. Det er store individuelle forskjeller på om det er naturlig å si fra til foreldrene. Ei jente sa at hun er sikker på at faren hennes ville slåss for henne hvis hun hadde blitt utsatt for noe, mens andre sa at foreldre kanskje kan finne på å bagatellisere. I motsatt ende av skalaen finner man dem som er redd for at foreldrene skal over reagere:

*«Om man kan si fra til foreldrene, kommer an på hvilket forhold man har fra før. Mammars følelser kan gå ut over meg selv dersom jeg sier noe, kanskje får jeg ikke lov til å gå ut, for eksempel.»*

*«Foreldre kan ofte tenke .det verste med en gang, og dermed gjøre saken veldig stor og ta det opp med skolen, barnevern, psykolog og politi.»*

*«Sier jeg fra til en voksen, er det viktig at de tar med meg i beslutninger. Spør meg om hva jeg mener bør gjøres.»*

Én av ungdommene brukte dette som argument for at man i stedet bør si fra til en lærer:

*«Sier en ifra til foreldre kan en jo også risikere at de ikke lar deg gå ut, eller at de straffer deg på andre måter. Sier du det til en lærer, så kan ikke han eller hun straffe deg på samme måte.»*

Flere nevnte imidlertid storesøsken som personer man kan si fra til, i alle fall hvis man er høvelig nær i alder. Som en av jentene oppsummerte:

*«Alle skulle hatt en storebror!»*

#### HJELPETJENESTER OG SKOLE I ANDRE REKKE

Andre ungdommene trakk frem som mulige å si fra til, var helsesøster, helsestasjon for ungdom, lærere, rådgiver, politi, alarmtelefoner og internettsider. Ungdommene nevnte ofte disse etter venner og familie.

Det finnes blant annet en egen alarmtelefon for barn og unge, med telefonnummer 116 111. Noen visste om dette telefonnummeret, og det var en jente som hadde tenkt på å kontakte dem:

*«Jeg tenkte en gang at jeg skulle ringe 116 111, men så følte det bare som en filleting. Og så var telefonnummeret veldig ukjent, jeg visste ikke hva som ville møte meg i andre enden. Jeg føler det mangler litt omsorg og kontakt.»*

Hennes opplevelse går igjen hos flere. Alarmtelefonen oppleves som upersonlig, og

som et unaturlig sted å kontakte. En gruppe mente at saken fort blir veldig alvorlig hvis man kontakter alarmtelefonen, og sa også at det å ringe ikke er en god måte å si fra på for alle:

*«Det passer ikke for meg, fordi jeg ikke liker å snakke i telefonen. Kanskje de kan lage en versjon hvor vi tekster eller snapper?»*

Når det gjelder helsesøster og helsestasjon, så blir det ofte trukket frem at disse er sjeldent på skolen og derfor føles veldig utilgjengelig. Flere er også usikre på taushetsplikten til helsesøster, spesielt hvis det har skjedd noe alvorlig. Ei av jentene vi møtte, fortalte at helsesøster ringte barnevernet etter at hun hadde fortalt om noe som hadde skjedd – helt uten at hun selv fikk vite om det. Dette igjen førte til at hennes forhold til moren ble ødelagt.

Ungdommene er opptatt av at de fortsatt må få lov til å eie sin egen sak når de varsler.

*«Sier jeg fra til en voksen, er det viktig at de tar med meg i beslutninger. Spør meg om hva jeg mener bør gjøres.»*

En av ungdommene beskrev politiet som «en stor svart masse»: «Hvem skal man kontakte der? Hvor mye kan de gjøre?» Det er et inntrykk av at saker blir en skikkelig «big deal» om man går til politiet, og at man uansett risikerer at saken blir henlagt. I de alvorligste sakene, som i voldtekter, er det likevel en helt klar forventning blant ungdommene om at det er politiet man skal gå til.

## HVORDAN SKAL DE VOKSNE OPPFØRE SEG NÅR UNGDOM SIER FRA?

Hvis ungdommene bestemmer seg for å fortelle om det de har opplevd til noen voksne, så er det veldig viktig for dem hvordan de blir møtt. Flere av ungdommene hadde eksempler på historier, enten fra eget eller venners liv, der man har fortalt noe til en voksen og ikke har blitt tatt på alvor. Da er det også vanskelig å si fra senere.

*«De voksne må også ta oss seriøst. De voksne later som de tar det alvorlig, men så gjør de ingenting med det likevel. De kan lytte, men gjør ikke noe med det. Jeg syns mange voksne lyver når noen forteller om slike ting. De sier de skal ta det videre, men så skjer det ikke. De «glemmer det»»*

*«De kaster ballen tilbake og mener at ungdommen er voksen nok til å ordne opp i dette selv. Noen voksne mener vel at ved å ta det opp igjen, så blir bare problemet enda større. Jeg tror at mange lærere for eksempel bare gir litt opp. De får for lite støtte av kollegene sine til å gå videre med det.»*

*«Når ungdommer kommer og forteller om så vanskelige ting, så bør helsesøster og andre som jobber med ungdom si «tusen takk for at du sa ifra til meg!» Du trenger å bli sett og du trenger forståelse fra voksne når vanskelige ting kommer frem. Det er noe alle bør lære på studiet sitt. Det er faktisk det minste de kan gjøre for deg.»*

Noen pekte også på at dersom lærere har en oppførsel som ikke er akseptabel, er det vanskelig å nå gjennom når man forteller om slike opplevelser. De opplever at rektor i beste fall får lærere til å bytte arbeidssted, men at de får fortsette som lærere.

## BYGDA OG KULTUR SOM UTFORDRING

Ikke alle ungdommene opplever at de har noen de kan si fra til. Spesielt gjelder dette de som er fra små steder. Sentrale personer

i lokalmiljøet kan gjerne være slektninger, venner av familien eller venner av venner.

*«I bygdemiljø er det vanskelig å si fra – det forventes at man ikke skal ødelegge vennskap, det er lite og tett. Alle kjenner hverandre.»*

*«Rådgiveren er jo tilgjengelig, men hun «kjenner» jo alle her. Selv om de har taushetsplikt, så blir man usikker. Som fagperson og lærer så må du ikke «slarve»»*

I workshopene møtte vi også mange samiske ungdommer. De dro frem kultur som en utfordring knyttet til å si fra. Ære er viktig, og familien likeså. De beskriver en kultur der man forsøker å løse problemene med de nærmeste før man går til andre – hvis man i det hele tatt tør å gå til andre. Aller størst er problemet hvis det er noen i sin egen slekt som krenker. Da er husfreden viktigst.

*«Det er noe som er spesielt i samiske kulturer. Det er viktig å ikke krenke «æren». Det er mange familier med høy status på grunn av store reinflokker. Du må være forsiktig om hva du forteller videre. Det kan gå utover deg selv.»*

*«Samisk kultur er spesiell. Vi som bor her kan ha mistillit til det norske systemet og lover på grunn av historien.»*

*«Her hos oss tror jeg det er mer tabu å gå til en psykolog – da er du liksom «gal». Da får du et negativt stempel.»*

*«Det kan ødelegge ryktet til familien hvis man forteller andre om det som har skjedd.»*

Et forslag fra ungdommene til løsning, er at kommunene i området samarbeider bedre:

*«Vi må kunne snakke med noen utenfra, kommunene må for eksempel samarbeide, sånn at du kan snakke med en som ikke kjenner deg og din familie.»*



*«Vi må kunne snakke med noen utenfra,  
kommunene må for eksempel samarbeide,  
sånn at du kan snakke med en som ikke  
kjenner deg og din familie.»*

DEL 3

# VURDERINGER OG ANBEFALINGER

1. Ungdoms kompetanse om seksuelle krenkelser må bli bedre

2. Ungdoms digitale dømmekraft må styrkes

3. Mer og bedre undervisning om kropp, grenser og seksualitet

4. Foreldrene må vite hva som skjer og kunne hjelpe

5. Skolene må ta arbeidet mot seksuelle krenkelser på alvor

6. Støtteapparatet må styrkes

7. Behov for mer forskning

Del 3 inneholder Barneombudets vurderinger av hva som er utfordringer knyttet til ungdom og seksuelle krenkelser, og våre anbefalinger til tiltak. Vi trekker her frem syv utfordringer som vi mener må løses for å forebygge og redusere seksuelle krenkelser rettet mot ungdom. Utfordringene er basert på det ungdommene fortalte oss, og leder til våre anbefalinger. Anbefalingene er i hovedsak rettet mot ulike offentlige instanser.

## 1. Ungdoms kompetanse om seksuelle krenkelser må bli bedre

Ungdommene fortalte oss at alle kan bli utsatt for seksuelle krenkelser, og at omfanget er stort. De pekte på at alle enten selv har blitt utsatt, eller kjenner noen som har blitt utsatt. Mange av de seksuelle krenkelsene er svært alvorlige. Krenkelser kan skje når som helst og hvor som helst. Krenkelsene kan skje på skolen, på fritiden, ute i offentligheten og i det lukkede rom. Krenkelsene skjer også i digitale medier, dette har vi løftet særlig frem i utfordring nummer 2.

### UNGDOM MÅ FÅ BEDRE KUNNSKAP OM HVA SOM ER LOVLIG OG IKKE

Barn og unge må få god nok kunnskap om sine egne og andres grenser, og kjennskap til regelverket slik at de kan beskytte seg selv. Barneombudet mener det er urovekkende hvor lite kunnskap ungdommene hadde om hva som er lovlig og ikke, og i hvor stor grad de etterlyste dette. Flere av de seksuelle krenkelsene som ungdommene fortalte om kan være i strid med straffeloven. Mange former for seksuelle krenkelser er definert i straffeloven som straffbare handlinger. I straffeloven kapittel 26 er seksuelle overgrep delt inn i tre kategorier: seksuell omgang, seksuelle handlinger og seksuelt krenkende adferd. Dette er handlinger som straffes med fengsel eller bøter, og dekker alt fra voldtekt til uanstendig adferd på offentlig sted, og spredning av bilder og andre fremstillinger som seksualiserer barn. Seksuell trakassering er også forbudt etter likestillings- og diskrimineringsloven § 13.

Vi er opptatt av å ikke holde oss strengt til de juridiske definisjonene i denne rapporten, for å få et bredere perspektiv på forebyggen- de arbeid. Flere av ungdommene pekte like- vel på at noe av det som skjer mellom jevn- aldrende skyldes usikkerhet og eksperimen- tering. Ungdom skal få lov å være ungdom- mer, og eksperimentering er en helt naturlig del av det å vokse opp.

Samtidig ble det tidlig klart for oss at mye av det ungdommene beskrev er straffbare handlinger, og dette gjør oss bekymret. Mange fortalte oss om at deres grenser og tyde- lige signaler om at noe er uønsket, ikke blir respektert. Det å få hjelp til å definere sine egne grenser, si fra og å forstå og respektere når andre sier fra, er svært viktig.

Ungdommene fortalte at alkohol, rus og porno flytter grenser. Det må være tydelig hva som er lov og ikke lov, uavhengig av rus, press



FOTO: Chad Maadden

og straffbare forhold i porno. Kritisk tenkning må også omfatte porno og annet som tilsynelatende presenterer vold og overgrep som normalen.

Barneombudet er kjent med at Kunnskapsdepartementet har bedt Utdanningsdirektoratet om å fornye læreplanene for å gjøre dem relevante for fremtiden. Målet er at fagene skal få mer relevant innhold, tydeligere prioriteringer og at sammenhengen mellom fagene skal bli bedre. Vi har også merket oss at progresjonen for elevenes læring skal bli tydeligere i læreplanene. Mange av våre anbefalinger knyttet til den første utfordringen, bør fanges opp i fagfornyelsen. Vi har derfor valgt å gi flere konkrete anbefalinger til Utdanningsdirektoratets arbeid med fagfornyelsen<sup>2</sup>. Hva som står i læreplanene, er avgjørende for hva barn og unge skal lære.

Dette bør også ses i sammenheng med Opptrappingsplanen mot vold og overgrep og Stortingets anmodningsvedtak nr. 599. Utdanningsdirektoratet må følge opp vedtaket som lyder: «Stortinget ber regjeringen gjennom den kommende fagfornyelsen sikre at temaer knyttet til kropp og grenser skal være en del av opplæringen i barnehageløpet, barneskolen, ungdomsskolen og videregående opplæring for å forebygge seksuelle overgrep.»

### UNGDOM MÅ HA KUNNSKAP OM HVEM SOM KAN VÆRE I FARESONEN FOR Å BLI KRENKET

Ungdommene pekte på at hvem som helst kan utsettes for seksuelle krenkelses. Ingen slipper unna. I svarene fra ungdommene om hvem som er mest utsatt, var det en del sprik, og store lokale forskjeller. Samtidig trakk ungdommene frem at det er noen risikofaktorer som gjør at noen er mer utsatt enn andre.

Den første risikofaktoren er kjønn. Ungdommene mente at jenter er mer utsatte enn gutter. Den neste risikofaktoren de trakk frem for jentene var knyttet til popularitet og status i grupper. De mente også at jenter som er populære og blir regnet som «fine», er utsatt. Det gjelder også jenter hvor det allerede går rykter om at de er «slutty». De trakk også frem at måten jenter går kledd på kan avgjøre hva de opplever av krenkelses.

Ungdommene fortalte at også gutter blir utsatt for seksuelle krenkelses, men de ga

oss færre eksempler på dette. Ungdommene forklarte dette med at det er vanskeligere for guttene å si fra om at de blir utsatt for seksuelle krenkelses, fordi de da kan regnes som svake. Guttene har andre erfaringer knyttet til press og guttekultur som kan være veldig viktige å få frem, og som kanskje ikke fanges like godt opp i måten man snakker om fenomenet på. Barneombudet mener det er behov for mer oppmerksomhet om at gutter også utsettes for seksuelle krenkelses. I opplæringen må det også snakkes om risikofaktorer for å bli utsatt for seksuelle krenkelses, hva dette kan være, og forebygging.

### KJØNNSFORSKJELLER OG HOLDNINGER

Kjønnforskjellene er interessante – jentene opplever krenkelses fra gutter og menn, mens det er lite andre veien. Ungdommene fortalte også at det er ulike moralstandarder for gutter og jenter – jenters seksualitet kan lettere bli fremstilt som noe skamfullt – og de blir utsatt for ryktespredning. Vi har ikke nok informasjon fra gutter om dette, men det er interessant at noen gutter forteller at også de opplever at det er guttene som trakasserer dem. Ungdommene må få mulighet til å diskutere om det er kjønnforskjeller, og hva som kan gjøres for å endre dette.

### UNGDOM MÅ FÅ HÅNDTERINGS-STRATEGIER

Vi ser av materialet at ungdom først og fremst sier fra til en venn, og at offentlige tjenester kommer i annen rekke. I tillegg til at barn og unge lærer hvordan de skal håndtere det når de selv blir utsatt for seksuelle krenkelses, er det derfor viktig at de lærer hvordan de kan støtte andre som opplever seksuelle krenkelses, inntil de får hjelp av en voksen. Dette må inn i læreplanene.

### OPPLÆRINGSMATERIALE PÅ SAMISK

Det finnes ikke læringsressurser på samisk om gode og dårlige relasjoner, grenser for egen og andres kropp, vold, overgrep og retten til beskyttelse. Dette må utvikles. Samisk ungdom vi møtte, fortalte oss at det var andre ord og uttrykk på samisk. De forklarte også at det kan være noen særskilte utfordringer knyttet til seksuelle krenkelses i samiske miljø.





## Våre anbefalinger

Utdanningsdirektoratet må i arbeidet med de nye læreplanene sørge for at

- *barn får bedre kunnskap i skolen om hva som er seksuelle krenkelser og hva som er konsekvensene, både for den som krenkes og den som krenker. De må ha kjennskap til hva som er lovlig og ulovlig etter straffeloven og andre relevante lover. De må også kjenne til de rettslige konsekvensene*
- *læreplanene inneholder emner som gode og dårlige relasjoner, risikofaktorer og betydningen av kjønn for seksuelle krenkelser, grenser for egen og andres kropp, vold, overgrep og retten til beskyttelse.*
- *barn lærer hvordan de skal håndtere det når de selv blir utsatt for seksuelle krenkelser, og hvordan de kan støtte andre som opplever seksuelle krenkelser inntil de får hjelp av en voksen.*
- *anbefalingene som ungdom har gitt i denne rapporten blir en del av arbeidet, og at det hentes inn ytterligere innspill fra elever.*

Sametinget må

- *sikre at det utvikles godt opplæringsmateriale på samisk om grensesetting, relasjoner og seksuelle krenkelser, til bruk i skoler med opplæring på samisk. Samisk ungdom må involveres i dette arbeidet.*

## 2. Ungdoms digitale dømmekraft må styrkes

Mange av krenkelsene skjer digitalt. For de fleste er digitale medier en sentral kanal for informasjon og sosiale relasjoner, og det de gjør digitalt er tett sammenvevd med livet deres ellers.

### DIGITAL DØMMEKRAFT - FOLK MISTER HEMNINGER PÅ NETT

Ungdommene fortalte at digitale medier som nett, mobil og ulike apper brukes til seksuelle krenkelsers. De var særlig opptatt av hvor omfattende bruken av digitale medier til både å ta og sende videre seksualiserte bilder er. Ungdommene fortalte også om trusler og meldinger digitalt. De pekte på at folk mister hemninger på nettet, og at fortalte om ord og uttrykk som blir brukt helt uten filter. De var også opptatt av at frykten for at nakenbilder man har sendt kan bli spredd, og dermed være med på å bidra til at krenkelsers fortsetter å skje. Her er trusler og sanksjoner inne i bildet og kan forklare gjentatte seksuelle krenkelsers. Frykten for ryktespredning og fysiske trusler gjør at ungdom blir utsatt for flere seksuelle krenkelsers.

*«Digital dømmekraft innebærer å følge regler for personvern og vise hensyn til andre på nett. Det handler om å bruke strategier for å unngå uønskede hendelser og å vise evne til etisk refleksjon og vurdering av egen rolle på nett og i sosiale medier».*<sup>10</sup>

Noe av det som er spesielt med ryktespredningen og delingen av bilder, er den negative spiralen som oppstår. Dette kan være vanskelig å stoppe, og ha store konsekvenser for den som utsettes. Det er derfor nødvendig at ungdom får bedre kunnskap om konsekvensene av det de gjør, som spredning av rykter og bilder. Det som spres til noen, kan potensielt spres til uendelig mange, og kan være umulig å stoppe.

Ungdommene mener en forklaring på digitale krenkelsers kan være at det er mulig å være anonym, eller at det som skjer der føles mindre ekte. Ungdom kan mye om det tekniske, men det ser ut som om den digitale bevisstheten ikke er like fremtredende. Sammen med dårlig kunnskap om hva som er lov og ikke lov av fysiske krenkelsers, blir dette en farlig kombinasjon.

Barneombudet mener at det er nødvendig å styrke innsatsen rettet mot ungdoms digitale dømmekraft. Forebygging og håndtering av seksuelle krenkelsers må derfor bli en tydeligere del av opplæringen i digital dømmekraft. Dette må tydelig inn i de nye læreplanene, og det må finnes gode læringsressurser til opplæring i digital dømmekraft. Ressursen «Dubestemmer.no» kan videreutvikles og

spres bedre til skolene, slik at dette brukes i opplæringen.

I Jeløya-erklæringen forplikter regjeringen seg til å «Videreføre arbeidet mot mobbing i skolen og satse på forebygging av mobbing på digitale flater.» Vi forventer at dette også vil omfatte seksuelle krenkelsers og vil bli mer konkretisert.

### CHATTETJENESTE FOR UNGDOM

Ungdommen var opptatt av hvem de kan henvende seg til når de blir utsatt for seksuelle krenkelsers. Mange har et behov for å kunne kontakte noen utenfor bygda. Barneombudet mener det er behov for en chattetjeneste, hvor ungdom kan få svar på spørsmål om krenkelsers, og hjelp til hva man kan gjøre om man har blitt utsatt. De digitale krenkelsene kan skje når som helst, og tjenesten bør innrettes slik at ungdommen kan få rask hjelp. Ungdom kan ikke vente til en offentlig tjeneste med lang saksbehandlingstid har tid til å svare. De trenger hjelp raskt, og tjenesten må også kunne gjøre dette om nødvendig. Regjeringen må sørge for at tjenesten gjøres kjent blant ungdom.

### INFORMASJON OM DE STRAFFERETTLIGE KONSEKVENSENE

Ungdommene på workshopene var opptatt av straff. En del har fått med seg at det den siste tiden har vært en del rettsaker der unge mennesker har blitt dømt for bildedeling. Noen av ungdommene mener større kjennskap til lovverket og strengere straffer vil virke preventivt. Mange vet ikke hvor grensene går i dag, og de er heller ikke sikre på straffnivået. De ønsker politiet velkommen inn i skolene for å fortelle om lover, regler og konsekvenser. Da kan man også få vite hva som er lov og ikke.

Barneombudet har sett at politiet det siste året har tatt spredning av seksualiserte bilder i digitale medier på alvor, og at de som har spredd seksualiserte bilder av andre som følge av dette, har blitt dømt. Dette mener vi er et viktig signal til ungdom om alvor i det som skjer. Det er viktig at barn og unge får informasjon om de strafferettslige konsekvensene av å for eksempel spre nakenbilder av andre, og at politiet fortsetter å ta denne typen kriminalitet på alvor.

Politiets arbeid bør ses i sammenheng med opptrappingsplanen for vold og overgrep og Stortingets anmodningsvedtak nr. 605. Vi ber her om en konkretisering av vedtaket som lyder: «Stortinget ber regjeringen utvikle en egen strategi for å forebygge og bekjempe internettrelaterte overgrep, som sikrer økt kompetanse og bedre verktøy i politiet.»



## Våre anbefalinger

Utdanningsdirektoratet må i arbeidet med de nye læreplanene sørge for at

- *forebygging og håndtering av seksuelle krenkelser blir en tydeligere del av opplæringen i digital dømmekraft.*

Regjeringen må

- *sikre en lett tilgjengelig tjeneste med chattefunksjon hvor ungdom raskt kan få hjelp til sletting av bilder, svar på spørsmål om seksuelle krenkelser og hjelp til hva man kan gjøre hvis man blir utsatt.*
- *sørge for at politiet fortsette å prioritere saker om spredning av bilder i digitale medier*

Utdanningsdirektoratet og Datatilsynet må

- *videreutvikle og spre «Dubestemmer.no» eller lignende tjenester, og sørge for å involvere ungdom i dette arbeidet.*

### 3. Mer og bedre undervisning om kropp, grenser og seksualitet

Ut fra samtale med ungdommene er det tydelig at det må settes inn et stort trykk i barnehage og skole for å heve kompetanse om seksuelle krenkelser. Ungdommene etterlyste også tid til å snakke om seksuelle krenkelser.

#### OPPLÆRINGEN MÅ STARTE I BARNEHAGEN

Ungdommene mente at seksualundervisningen og kunnskapen om seksuelle krenkelser må komme tidlig. Flere pekte på at dette bør starte allerede i barnehagen og at innholdet må tilpasses barnas alder. Barneombudet er enig i at det er viktig å starte i barnehagen. Dette er også i samsvar med Jeløya-erklæringen hvor regjeringen vil «Ha seksualitet og grensesetting som tema i barnehagene». Barneombudet forventer derfor en tydeliggjøring av hva dette betyr for barnehagene.

Vold, overgrep og grensesetting er en del av den nye rammeplanen for barnehagens innhold og organisering. Dette er ikke nok. Vi mener det er behov for at Utdanningsdirektoratet utarbeider en veileder til barnehagene om disse temaene. Dette vil kunne gjøre det tydeligere for barnehagene hva det forventes at de går gjennom med barna. Veilederen må sikre at barn får kunnskap om hva som ikke er greit å gjøre mot dem både fysisk og psykisk. Barn må få alderstilpasset opplæring i gode og dårlige relasjoner, bli trygge på egen kropp, få en positiv oppfatning av seg selv og blir kjent med egne følelser. De må kunne sette grenser for egen kropp og respektere andres grenser. Veilederen må også omtale hvordan personalet kan oppdage om barn er utsatt for vold seksuelle overgrep, og hvordan de kan forebygge og håndtere det.

#### UNDERVISNINGENS INNHOLD OG GJENNOMFØRING MÅ BLI BEDRE

Ungdommene hadde mange synspunkter på seksualundervisningen og hva den må inneholde. De trakk frem at de må settes i stand til å sette sine egne grenser, og å kjenne igjen hvor grensene for andre går. Kunnskap om seksuelle krenkelser, regelverk og grensesetting er mangelvare. Ungdommene pekte på at opplæringen om seksuelle krenkelser og seksualundervisningen kan passe inn i flere ulike fag.

Barneombudet er glad for at regjeringen i Jeløya-erklæringen har forpliktet seg til «Bedre seksualundervisning i grunnskolen». At det er behov for å forbedre alle deler av seksualundervisningen er i samsvar med det ungdommene fortalte oss.

I Strategi for seksuell helse peker også Helse- og omsorgsdepartementet på at det kan være behov for å vurdere kompetansemålene som er knyttet til seksualundervisningen i forbindelse med fagfornyelsen. Dette er vi enige i. Ungdommene ønsket seg mulighet til å diskutere og lære i fellesskap, og ikke en seksualundervisning som baserer seg mye på naturfag. Barneombudet mener at vi må legge større vekt på relasjoner i seksualundervisningen. Alle ungdommene var samstemte i at det å dele erfaringer og holdninger fører til større bevissthet.

Noen av ungdommene syntes det var fint å prate med oss som utenforstående om dette. Flere av ungdommene vi snakket med, trakk frem at det er positivt at andre enn lærerne har seksualundervisningen. Barneombudet mener skolene bør involvere skolehelsetjenesten og andre med særlig kompetanse i seksualundervisningen. Dette er også i samsvar med den faglige retningslinjen for skolehelsetjenesten. I denne retningslinjen er det sterkt anbefalt at skolehelsetjenesten bidrar i skolens samlivs- og seksualundervisningen. Det er også presisert at denne undervisningen bør sikre at alle barn og unge får nødvendig kunnskap og handlingskompetanse om seksuell helse, og at den bidrar til å forebygge seksuelle overgrep.

Barneombudet er, som ungdommene, opptatt av gjennomføringen av seksualundervisningen. Det er viktig at skolene tar i bruk gode og kvalitetssikrede læremidler og læringsressurser som tar for seg grensesetting og seksuelle krenkelser. Barneombudet mener det er nødvendig med en veiledning til denne opplæringen, som en støtte til skolene i deres pedagogiske arbeid. Veilederen bør omfatte opplæring i relevante tema i det tverrgående emnet Folkehelse og livsmestring. Veilederen må inneholde anbefalinger om hvordan undervisningen skal gjennomføres, og sikre at undervisningen er praktisk, og at den oppleves som relevant av elevene.

## Våre anbefalinger

Utdanningsdirektoratet må i arbeidet med de nye læreplanene sørge for at

- *kompetansemålene om seksualundervisning revideres slik at de blir mer relevante for barn og unges hverdag og erfaringer.*

Utdanningsdirektoratet må

- *utarbeide en veileder til den nye rammeplanen for barnehage som sikrer kunnskap om gode og dårlige relasjoner, grenser for egen og andres kropp, vold, overgrep og retten til beskyttelse.*
- *i samarbeid med Helsedirektoratet utarbeide en veileder for det tverrfaglige temaet Folkehelse og livsmestring. Den må gi støtte til opplæringen i blant annet seksuelle krenkelser, relasjoner og seksualitet.*
- *ta inn spørsmål om seksualundervisning i Elevundersøkelsen for å kartlegge om seksualundervisningen oppleves relevant for elevene.*

Skolene må sørge for at

- *elevene får medvirke i hvordan seksualundervisningen skal være, og de må få være aktive deltakere i undervisningen i form av samtaler og diskusjoner.*
- *skolene tar i bruk gode kvalitetssikrede læringsressurser som tar for seg grensesetting og seksuelle krenkelser.*
- *Involvere skolehelsetjenesten i seksualundervisningen*

Utdanningsdirektoratet bør samarbeide med Helsedirektoratet om veilederen. Skolene bør oppfordres til å trekke inn skolehelsetjenesten i dette arbeidet.

Det må være en helhetlig tilnærming til seksualundervisningen i barnehage og skole. Ungdommen pekte på at mange av temaene kommer for sent, og det bør ses på progresjonen i temaene.

Barneombudet mener også det er nødvendig å involvere ungdom i planleggingen, gjennomføringen og evalueringen av seksualundervisningen. Skolene må velge metoder hvor elevene får være aktive. I tillegg må Elevundersøkelsen ha spørsmål til elevene om hva de synes om seksualundervisningen og opplæringen i grensesetting. Da kan elevene evaluere denne opplæringen anonymt.

### UNGDOM MÅ INVOLVERES I ARBEIDET MED Å UTARBEIDE NYE LÆREPLANER

Ungdommene ga oss mye informasjon om hvordan de opplever undervisning rundt seksualitet. Det foregår nå en stor prosess med fagfornyelse i norsk skole, og nye læreplaner er under utarbeidelse. Seksualitet er et tverrgående emne som må fanges bedre opp enn tidligere.

Det er helt nødvendig at ungdom får delta både i arbeidet med læreplaner og veiledere, og i hvordan opplæringen gjennomføres. Kompetansemålene setter kravene, men det er metodefrihet i skolen. Hvordan læreren legger opp undervisningen, vil derfor ha stor betydning for om elevene får den kompetansen de har behov for.

## 4. Foreldrene må vite hva som skjer og kunne hjelpe

Ungdommene var svært opptatt av at foreldrene må ha tilgang til kunnskap, og de må dele denne kunnskapen med barna sine tidlig nok. Ungdom setter stor pris på foreldre som er åpne, ærlige og engasjerte. I stedet møter de ofte reaksjoner som straff, overbeskyttende atferd og konfiskering av mobil.

Barneombudet mener at foreldre må bli bedre rustet til å informere og hjelpe barna sine. Foreldrene har en sentral rolle i å spre kunnskap om hva som er greit og ikke. I dag

holdes det en rekke kurs for foreldre på skoler om sosiale medier, nett og spill. Men foreldre må få mer kunnskap om hva barna deres faktisk opplever, og om hvordan de kan være en støtte for barna og bidra til at de får digital dømmekraft fra de er små. Her kan det være mulig å videreutvikle «Dubestemmer.no» el., slik at det blir et sted som gir foreldrene informasjon om hva de bør og ikke bør gjøre om barna deres har blitt utsatt for spredning av nakenbilder eller ryktespredning.

### Vår anbefaling

Utdanningsdirektoratet må

- *utarbeide gode ressurser for opplæring av foreldre i seksuelle krenkelser, både fysisk og digitalt, for eksempel ved å videreutvikle «Dubestemmer.no»*

## 5. Skolene må ta arbeidet mot seksuelle krenkelser på alvor

Ungdommene vi snakket med var opptatt av at skolen er en viktig arena, der man faktisk har mulighet til å slå ned på seksuelle krenkelser. Ungdommene fortalte oss at det er stor forskjell på hvordan skoler håndterer hendelser.

**Skolene skal ha nulltoleranse mot seksuelle krenkelser.**

*Elever på skolen har rett til et trygt og godt skolemiljø uten seksuelle krenkelser etter opplæringsloven kapittel 9A. Skolene skal jobbe forebyggende, og har en aktivitetsplikt om elever opplever seksuelle krenkelser. Når elever sier ifra, skal det de sier tas på alvor og skolen skal sette inn tiltak raskt.*

En prioritering av skolenes forebyggende arbeid er nødvendig. Dette må også ses i sammenheng med at regjeringen i Jeløyaerklæringen har forpliktet seg til å «Forebygge

seksuell trakassering i skolen». Barneombudet mener dette krever flere tiltak og at anbefalingene under vil være relevante for regjeringens innsats.

**SKOLEN MÅ JOBBE MER SYSTEMATISK OG KONTINUERLIG FOR Å FOREBYGGE SEKSUELLE KRENKELSER**

Ungdommenes erfaringer tilsier at skolene må ta seksuelle krenkelser på skolene mye mer på alvor. Noen av dem mener at skoler som setter en streng standard for hva som er akseptabel atferd, og som slår hardt ned på seksuelle krenkelser, vil være gode forbilder for ungdommenes atferd. Vi mener at ungdommenes opplevelser av at det er stor forskjell i hvordan skolene håndterer seksuelle krenkelser, kan tyde på at flere skoler ikke oppfyller forpliktelsene de har etter opplæringsloven kapittel 9A, til å sikre at elevene

ikke blir utsatt for blant annet seksuelle krenkelser.

Barneombudet mener at det derfor er nødvendig å utarbeide et digitalt verktøy til skolene om opplæringsloven kapittel 9A. Et slikt verktøy må presisere skolens ansvar for nulltoleranse mot seksuelle krenkelser. Det må også inneholde gode eksempler på hvordan skolene bør ha planer, tiltak og rutiner for hvordan de forebygger og håndterer seksuelle krenkelser, inkludert arbeid opp mot politiet. Det skal ikke være tilfeldig hvordan en sak håndteres.

### BEDRE HÅNDTERING AV SAKER HVOR ANSATTE UTSETTER ELEVER FOR SEKSUELLE KRENKELSER

Seksualiserte bilder og fysiske krenkelser skjer mellom jevnaldrende, men også fra lærere. Ungdommene fortalte oss om lærere som hadde en oppførsel som ikke var akseptabel. Når det er voksne som krenker, var ungdommene opptatt av at det er en sammenheng mellom makt og muligheten til å begå krenkelser. Ungdommene var frustrert over hvor vanskelig det er å nå gjennom når man forteller om slike opplevelser. De viste til at i beste fall må læreren bytte arbeidssted, men at de får fortsette som lærere.

Barneombudet vil understreke at det er helt uakseptabelt at elever blir utsatt for seksuelle krenkelser fra lærerne. Her har skolene

et spesielt ansvar. De må gå foran som gode eksempler, og slå hardt ned på alle seksuelle krenkelser fra lærere. Skolene har en skjerpet aktivitetsplikt og sakene skal håndteres raskt. Slik Barneombudet ser det, er det nødvendig å gi bedre informasjon til skoler om hvordan de skal håndtere saken når det er en ansatt som utsetter en elev for seksuelle krenkelser. Vi mener at Kunnskapsdepartementet må gi Utdanningsdirektoratet, i samarbeid med Arbeidstilsynet i oppdrag å lage en felles veiledning om håndteringen av saker etter opplæringsloven og arbeidsmiljøloven når ansatte krenker elever.

### DE ANSATTES KOMPETANSE MÅ STYRKES

De ansattes kompetanse er viktig i arbeidet mot seksuelle krenkelser. Barneombudet mener at de ansatte må kjenne til ulike former for seksuelle krenkelser som elevene opplever. De ansatte må ha kunnskap om hvilke signaler de skal være oppmerksomme på, hvordan de skal snakke med elevene om vanskelige ting og hvordan de skal reagere når elever forteller. Det er skoleeierens ansvar etter opplæringsloven § 10-8 å sikre at skolen har den nødvendige kompetansen til å utføre sine oppgaver, det omfatter også dette området. Det må lages rutiner for dette arbeidet, og skolehelsetjenesten bør involveres i arbeidet.

## Våre anbefalinger

Utdanningsdirektoratet må

- *utarbeide verktøy for skolenes forebyggende og systematiske arbeid for et godt skolemiljø etter opplæringsloven kapittel 9A. Verktøyet må presisere skolens ansvar for nulltoleranse mot seksuelle krenkelser.*

Kunnskapsdepartementet må

- *sørge for at Utdanningsdirektoratet og Arbeidstilsynet gir felles informasjon til skoleeiere om praktiseringen av den skjerpede aktivitetsplikten i opplæringsloven når ansatte krenker.*

Skolene må

- *sørge for at ansatte på skolen kjenner til ulike former for seksuelle krenkelser som elevene opplever. De ansatte må ha kunnskap om hvilke signaler de skal være oppmerksom på, hvordan de skal snakke med elevene om vanskelige ting og hvordan de skal reagere når elever forteller. Det må lages rutiner for dette arbeidet*

## 6. Støtteapparatet må styrkes

Ungdommene fortalte at de først og fremst sier fra til venner hvis de opplever seksuelle krenkelses. Det kommunale støtteapparatet kommer inn etter dette, hvis det kommer inn i det hele tatt. Det er forskjell på hvem man sier fra til, det kan være en helsesøster, politi, sosiallærer på skolen eller en lærer. Uansett hvem man betror seg til, er det utrolig viktig for ungdommene vi snakket med at de blir tatt på alvor, og at det får konsekvenser når de sier fra.

Flere av ungdommene opplever det kommunale støtteapparatet som utilgjengelig. Utilgjengeligheten handler både om at de voksne ikke er tilgjengelige når de trenger dem, for eksempel at det ikke er helsesøster tilgjengelig på skolen. Selv om skolehelsetjenesten har blitt styrket av regjeringen de siste årene, er det likevel en utfordring at mange kommuner bruker tilskuddsmidlene til noe annet enn flere stillinger til denne tjenesten. Mange skolehelsetjenester er derfor sterkt underbemannet, og klarer ikke å være et reelt lavterskeltilbud til det antallet elever som trenger hjelp og støtte.<sup>11</sup>

Å styrke skolehelsetjenesten er både i samsvar med Jeløya-erklæringen hvor regjeringen har forpliktet seg til å «Fortsette satsingen på en tverrfaglig helsestasjon- og skolehelsetjeneste som skal sørge for god tilgang på hjelp og støtte til barn og unge». Det er også i samsvar med Stortingets anmodningsvedtak nr. 614 til Opptappingsplanen mot vold og overgrep som lyder «Stortinget ber regjeringen øremerke midler til de kommunale tjenestetilbudene gjennom økt psykologkompetanse og helsestasjonsvirksomhet.»

Helse- og omsorgsdepartementet må også sikre at skolehelsetjenesten har kunnskap om

seksuelle krenkelses, slik at den kan støtte skolen i dette arbeidet og bistå elever som har blitt utsatt for dette. Dette handler også om at mange av ungdommene vi snakket med bor på små steder, der det er vanskelig å si fra på grunn av tett bånd mellom folk. Alle kjenner alle. Ungdommene opplever at de befinner seg i en nærmest umulig situasjon, der de ikke tør å si fra til noen. Her er det klart at det er store lokale variasjoner. Men vi har mange små steder i Norge, og det er viktig at alle barn og unge har tilgang til hjelp, uansett hvor de bor.

Det er viktig at hjelpen er lett tilgjengelig for barn og unge. Skolene er en arena der barn bruker store deler av sin tid. Skolehelsetjenesten er en utrolig viktig tjeneste for barn og unge. Tjenester for barn og unge må derfor knyttes til skolene, og man må sørge for å ha personer på skolene som kan hjelpe elever med ulike utfordringer. Dette kan ikke være overlatt til lærerne. Det er behov for å tenke nytt rundt hvordan man skal organisere lavterskel tilbud til barn og unge i kommunene, knyttet til skolene. Tverrfaglighet er et nøkkelord, og skole og helse må knyttes bedre sammen enn i dag. Det er nødvendig å se på hvordan støttefunksjonene i og rundt elevene i skolen er organisert. Disse må også ha tid til å hjelpe ungdommene.

Barneombudet mener dette også må ses i sammenheng med Jeløya-erklæringen og forventer tiltak for å forbedre dette. I erklæringen har regjeringen både forpliktet seg til å «Styrke tverrfaglig samarbeid mellom tjenestene» og å «Bygge et lag rundt eleven som inkluderer lærere, spesialpedagogiske ressurser og skolehelsetjenestene». Begge disse målene er relevante for de utfordringene ungdommene har pekt på.







## Våre anbefalinger

Kunnskapsdepartementet må

- *i arbeidet med ny opplæringslov, gjennomgå hvilke støttefunksjoner og yrkesgrupper som skal være tilgjengelige i skolen for å hjelpe elever med ikke-faglige utfordringer. Det må samtidig gjøres en avklaring av samarbeidet mellom skolen og skolehelsetjenesten.*

Helse- og omsorgsdepartementet må

- *øremerke alle midler til skolehelsetjenesten i statsbudsjettene fremover, inntil Helsedirektoratets normtall er nådd.*
- *sikre at skolehelsetjenesten har kunnskap om seksuelle krenkelses, slik at den kan støtte skolen i dette arbeidet*
- *samarbeide med Kunnskapsdepartementet om hvilke støttefunksjoner og yrkesgrupper som skal være tilgjengelige i skolen, for å hjelpe elever med ikke-faglige utfordringer. Det må samtidig gjøres en avklaring av samarbeidet mellom skolen og skolehelsetjenesten.*

Regjeringen må

- *stille krav om at alle utdanninger hvor studentene skal jobbe med barn, har kompetansemål om vold, overgrep og seksuelle krenkelses mot barn. Dette bør ivaretas i grunn-, etter- og videreutdanninger.*

## 7. Behov for mer forskning

Kunnskap er viktig i arbeidet mot seksuelle krenkelser. Barneombudet mener det finnes for lite forskning på ungdom og seksuelle krenkelser, ut over de rene tallene. Gjennom arbeidet med denne rapporten har vi sett at det er behov for mer forskning, for å sikre at innsatsen er kunnskapsbasert. Det er viktig at ungdom selv gir grundig informasjon som kan føre til utvikling av nye og bedre tiltak.

### KJØNNSFORSKJELLER OG GUTTENES ERFARINGER

Gjennom forskning og våre samtaler med ungdommer ser vi at kjønnsforskjellene er viktige. Det er behov for mer forskning om gutter som utsettes for seksuelle krenkelser. Ungdommen ga oss innblikk i kjønnsforskjeller i seksuelle krenkelser. Jentene opplever krenkelser fra gutter, mens det er lite den andre veien. Ungdommene forteller også om at det er ulike moralstandarder for gutter og jenter – jenters seksualitet kan lettere bli fremstilt som noe skamfullt, og at de blir mer utsatt for negativ ryktespredning.

Ungdommene fortalte at også noen gutter ble utsatt for seksuelle krenkelser fra andre gutter, men de ga oss færre eksempler på dette. Ungdommene forklarte dette med at det er vanskeligere for guttene å si fra om at de blir utsatt for seksuelle krenkelser, fordi de

da kan regnes som svake. Guttene har andre erfaringer knyttet til press og guttekultur som kan være veldig viktige å få frem, og som kanskje ikke fanges like godt opp i måten vi snakker om seksuelle krenkelser på i dag.

### BESKYTTELSESFAKTORER OG UTSATTE GRUPPER

Ungdommene pekte på at de mener det finnes noen beskyttelsesfaktorer som kan redusere risikoen for å bli utsatt. Litt forenklet pekte flere av ungdommene på at det å være «normal» beskytter mot å bli utsatt for seksuelle krenkelser. Her er det er litt lite grunnlag i materialet vårt til å si noe nærmere om sammenhenger. Det er også begrenset med forskning på om det er grupper som er ekstra utsatte for krenkelser, ut over det at jenter er mest utsatt. Vi mener det også kunne vært interessant med mer forskning om normalitet som beskyttelsesfaktor, og hvilke forhold som kan identifiseres for å bli utsatt.

De samiske ungdommene var også tydelige på at deres kultur spiller en rolle i hvordan seksuelle krenkelser blir oppfattet og behandlet. Det kulturelle aspektet kan også være viktig å få mer informasjon om. Barneombudet er opptatt av at det finnes lite forskning om samisk ungdom og seksuelle krenkelser.

## Våre anbefalinger

Regjeringen må

- *sørge for at det forskes mer på seksuelle krenkelser mellom ungdom. Forskningen må ha et kjønnsperspektiv og identifisere grupper som er særlig utsatt. Det må forskes på forekomst, årsaker og tiltak. Forskningen må bygge på ungdommenes erfaringer.*
- *sørge for at det forskes på seksuelle krenkelser blant samisk ungdom.*



## Utdanningsdirektoratet må

- *utarbeide verktøy for skolenes forebyggende og systematiske arbeid for et godt skolemiljø etter opplæringsloven kapittel 9A. Verktøyet må presisere skolens ansvar for nulltoleranse mot seksuelle krenkelser.*
- *utarbeide en veileder til den nye rammeplanen for barnehage som sikrer kunnskap om gode og dårlige relasjoner, grenser for egen og andres kropp, vold, overgrep og retten til beskyttelse.*
- *i samarbeid med Helsedirektoratet utarbeide en veileder for det tverrfaglige temaet Folkehelse og livsmestring. Den må gi støtte til opplæringen i blant annet seksuelle krenkelser, relasjoner og seksualitet.*
- *ta inn spørsmål om seksualundervisning inn i Elevundersøkelsen, for å kartlegge om seksualundervisningen oppleves relevant for elevene.*
- *utarbeide gode ressurser for opplæring av foreldre i seksuelle krenkelser, både fysisk og digitalt.*

## Nye læreplaner

Utdanningsdirektoratet må i arbeidet med de nye læreplanene sørge for at

- *barn får bedre kunnskap i skolen om hva som er seksuelle krenkelser og hva som er konsekvensene, både for den som krenkes og den som krenker. De må ha kjennskap til hva som er lovlig og ulovlig etter straffeloven og andre relevante lover. De må også kjenne til de rettslige konsekvensene.*
- *læreplanene inneholder emner som gode og dårlige relasjoner, risikofaktorer og betydningen av kjønn for seksuelle krenkelser, grenser for egen og andres kropp, vold, overgrep og retten til beskyttelse.*
- *barn lærer hvordan de skal håndtere det når de selv blir utsatt for seksuelle krenkelser og hvordan de kan støtte andre som opplever seksuelle krenkelser, inntil de får hjelp av en voksen.*
- *forebygging og håndtering av seksuelle krenkelser blir en tydeligere del av opplæringen i digital dømmekraft.*
- *kompetansemålene om seksualundervisning revideres, slik at de blir mer relevante for barn og unges hverdag og erfaringer.*
- *det i samarbeid med Helsedirektoratet blir utarbeidet en veileder for det tverrfaglige temaet Folkehelse og livsmestring. Den må gi støtte til opplæringen i blant annet seksuelle krenkelser, relasjoner og seksualitet.*
- *anbefalingene som barn og unge har gitt i denne rapporten blir en del av arbeidet, og at det hentes inn ytterligere innspill fra elever.*

## Utdanningsdirektoratet og Datatilsynet må

- *videreutvikle og spre «Dubestemmer.no» eller lignende tjenester, og sørge for å involvere ungdom i dette arbeidet.*

## Helse- og omsorgsdepartementet må

- *øremerke alle midler til skolehelsetjenesten i statsbudsjettene fremover inntil Helsedirektoratets normtall er nådd.*
- *samarbeide med Kunnskapsdepartementet om hvilke støttefunksjoner og yrkesgrupper som skal være tilgjengelige i skolen for å hjelpe elever med ikke-faglige utfordringer. Det må samtidig gjøres en avklaring av samarbeidet mellom skolen og skolehelsetjenesten.*
- *sikre at skolehelsetjenesten har kunnskap om seksuelle krenkelser, slik at den kan støtte skolen i dette arbeidet*

## Regjeringen må

- sikre en lett tilgjengelig tjeneste med chattefunksjon hvor ungdom raskt kan få hjelp til sletting av bilder, svar på spørsmål om seksuelle krenkelser og hjelp til hva man kan gjøre hvis man blir utsatt.
- sørge for at politiet fortsette å prioritere saker om spredning av bilder i digitale medier.
- sørge for at det forskes mer på seksuelle krenkelser mellom ungdom. Forskningen må ha et kjønnsperspektiv og identifisere grupper som er særlig utsatt. Det må forskes på forekomst, årsaker og tiltak. Forskningen må bygge på ungdommenes erfaringer.
- sørge for at det forskes på seksuelle krenkelser blant samisk ungdom.
- stille krav om at alle utdanninger hvor studentene skal jobbe med barn, har kompetansemål om vold, overgrep og seksuelle krenkelser mot barn. Dette bør ivaretas i grunn-, etter- og videreutdanninger.

## Sametinget må

- sikre at det utvikles godt opplæringsmateriale på samisk om grensesetting og seksuelle krenkelser til bruk i skoler med opplæring på samisk. Samisk ungdom må involveres i dette arbeidet.

## Kunnskapsdepartementet må

- sørge for at Utdanningsdirektoratet og Arbeidstilsynet gir felles informasjon til skoleeiere om praktiseringen av den skjerpede aktivitetsplikten i opplæringsloven når ansatte krenker.
- - i arbeidet med ny opplæringslov - gjennomgå hvilke støttefunksjoner og yrkesgrupper som skal være tilgjengelige i skolen for å hjelpe elever med ikke-faglige utfordringer. Det må samtidig gjøres en avklaring av samarbeidet mellom skolen og skolehelsetjenesten.

## Skolene må sørge for at

- elevene får medvirke i hvordan seksualundervisningen skal være, og de må få være aktive deltakere i undervisningen i form av samtaler og diskusjoner.
- skolene tar i bruk gode kvalitetssikrede læringsressurser, som tar for seg grensesetting og seksuelle krenkelser.
- skolehelsetjenesten blir involvert i seksualundervisningen.
- ansatte på skolen kjenner til ulike former for seksuelle krenkelser som elevene opplever. De ansatte må ha kunnskap om hvilke signaler de skal være oppmerksom på, hvordan de skal snakke med elevene om vanskelige ting og hvordan de skal reagere når elever forteller. Det må lages rutiner for dette arbeidet.

## DEL 4

# SNAKK OM DET – METODENE VI BRUKTE

Tilbakemeldingene vi har fått fra ungdommene som vi har møtt i dette prosjektet har vært overveldende positive. Temaet ble utgangspunktet opplevd som tabubelagt, men ungdommene fortalte villig vekk. Vi har benyttet vår ekspertmetodikk «Unge eksperter» i møte med ungdommene. Denne er ment for å tilrettelegge samtaler og utforming av ungdommenes råd, på deres egne premiser. I alle møtene har vi lagt til rette for at ungdommene i etterkant har hatt en voksen tilgjengelig å snakke med, dersom de har behov for det. Dette kan for eksempel være en helsesøster eller en rådgiver. Vi sørget også for god informasjon på forhånd, slik at ungdommene visste hva de skulle være med på, og hadde mulighet til å si nei. Ungdommene fikk også mulighet til å kommentere anbefalingene våre før vi publiserte rapporten.

Vi tror vår ekspertmetodikk kan være nyttig for flere, og har laget en enkel veileder. På vår nettside [barneombudet.no/eksperter](http://barneombudet.no/eksperter) finner du vår eksperthåndbok, som gir en kort innføring i deltakende metoder. Oppleggene må tilpasses etter alder og gruppesammensetning. I grupper som kjenner hverandre godt, kan man for eksempel droppe «bli kjent»-leken og deler av introen. Husk å ha godt med pauser. Her er i korte trekk det opplegget vi brukte i workshopene våre i dette prosjektet:

## DEL 1: INTRO (CA 20 MIN)

En velkomstpresentasjon der man presenterer temaet, lager regler for dagen, sier litt om mulighetene for oppfølging, taushetsplikt osv.

## DEL 2: BLI KJENT (CA 20 MIN)

To og to deltakere intervjuer hverandre ved å stille hverandre tre forhåndsdefinerte spørsmål. Man har to minutter hver på å spørre hverandre. Etter intervjuet presenterer hver enkelt sin partner for resten av gruppen. På denne måten får man brutt isen litt, og fasilitatorene får vite litt mer om deltakerne. I tillegg til navn kan spørsmålene være om favorittrett, hobby og en ting man gleder seg til. Spørsmålene skal være ufarlige.

## DEL 3: STEM MED FØTTENE (CA 15 MIN)

I øvelsen «stem med føttene» er poenget å løse gruppa ytterligere opp, og få i gang snakketøyet. Alle deltakerne samler seg midt i rommet. I forkant har man laget en rekke påstander som man leser opp for gruppa. Deltakerne tar stilling til påstandene ved å bevege seg langs en tenkt akse fra «enig» til «uenig» i rommet. Diskuter med deltakerne hvorfor de gikk akkurat dit de gikk.

I dette prosjektet har vi startet «stem med føttene»-seansen med uskyldige spørsmål som «det er fint vær i dag», «det er fint å bo der jeg bor», før vi har gått brått over på spørsmål om temaet, som for eksempel «det er greit å motta nakenbilder», «det er greit å ha sex med en som er full» og «det er greit å ha sex med en som er full dersom man er kjærester.»

## DEL 4: IDEMYLDRING (CA 30 MIN)

Målet er å få frem ideer og synspunkter om hva seksuelle krenkelser er (spørsmål 1 i denne rapporten). Be deltakerne skrive ned på post-it-lapper, individuelt, hva de mener er en seksuell krenkelse. Målet er ikke å teste kunnskap, men å få frem så mange tanker som mulig. Alle setter sine lapper på veggen, og gruppa blir bedt om å sortere lappene, slik at de som handler om det samme settes sammen. En av fasilitatorene leder prosessen med å snakke om lappene. Spør deltakerne om de har tanker, be dem forklare, snakk om de ulike tingene som står der.

## DEL 5: DIALOGKAFÉ (CA 65 MIN)

Del opp deltakerne i fem grupper. Sett opp fem kafébord i lokalet, hvert bord utstyrt med flipoverark. Ved hvert av bordene møter deltakerne en kafévert som stiller deltakerne et spørsmål. Deltakerne sitter ved hvert bord i cirka 13 minutter og diskuterer spørsmålet før man går videre. Resultatene skriver de ned på flipoveren som ligger på bordet. Kaféverten introduserer temaet og er ansvarlig for å holde diskusjonen i gang. Kaféverten blir også sittende mens gruppene roterer. Spørsmålene vi har stilt er overskriftene i denne rapporten.

*«Seksuelle krenkelser er tabu, og det er derfor det skjer. Man skal ikke bli rød i ansiktet av å snakke om disse tingene.»*



#### **DEL 6: OPPSUMMERING (CA 15 MIN)**

Lag et lite «galleri» ved å henge flipoverarkene opp på veggen. Gi deltakerne først noen minutter til å kikke på de ulike temaene. Alle får utdelt 10 små klistrelapper, og blir fortalt at de skal plassere dem på de sakene som er viktige for dem. De kan enten plassere dem på ti forskjellige saker, eller sette noen flere på én sak som er veldig viktig for dem. Velg de fem sakene som har fått flest «stemmer», eller klistrelapper, og diskuter disse.

#### **DEL 7: EVALUERING (CA 10 MIN)**

Alle deltakerne sitter i en sirkel, og får nå muligheten til å si det de ønsker om høringen vi har gjennomført og hvordan de har opplevd den. En ball blir kastet (eller sendt) rundt i sirkelen, og bare den som har ballen har lov til å snakke.

# SLUTTNOTER

1 og 2 - Mossige og Stefansen (2015)

3 - Bakken (2016).

4 - Bendixen og Kennair (2014)

5 - Medietilsynet (2016)

6 - Mossige og Stefansen (red.) (2007)

7 - Bendixen, Kennair og Grøntvedt (2016)

8 - Barneombudet (u.å.)

9 - Utdanningsdirektoratet (2017a)

10 - Utdanningsdirektoratet (2017b)

11 - Helsedirektoratet (2016)

Høyre, Fremskrittspartiet og Venstre (2018)  
(Jeløya-erklæringen)

Innst. 247s (2016-2017)

# LITTERATURLISTE

Bakken, Anders (2016). *Ungdata 2016 Nasjonale resultater*. NOVA Rapport 8/2016

Barneombudet (u.å.). *Ekspert håndbok – Kort innføring i å holde ekspertmøter og opprette ekspertgrupper*. [Internett]. Oslo: Barneombudet. Tilgjengelig fra: <<http://barneombudet.no/wp-content/uploads/2013/09/eksperthandbok.pdf>>

Bendixen, Mons; Kennair, Leif Edward Ottesen. (2014) *Resultater fra prosjekt Seksuell helse og trakassering i videregående opplæring 2013-2014*. Trondheim: NTNU

Bendixen, Mons; Kennair, Leif Edward Ottesen; Grøntvedt, Trond Viggo. (2016) *En oppdatert kunnskapsstatus om seksuell trakassering blant elever i ungdomsskolen og videregående opplæring*. Trondheim: NTNU

Helsedirektoratet (2016) *Kartlegging av årsverk i helsestasjons- og skolehelsetjenesten*. Rapport IS-2543. Oslo: Helsedirektoratet

Høyre, Fremskrittspartiet og Venstre (2018) *Politisk plattform for en regjering utgått av Høyre, Fremskrittspartiet og Venstre*. (Jeløya-erklæringen) Jeløya.

Innst. 247s (2016-2017) *Opptappingsplanen mot vold og overgrep*.

Medietilsynet (2016) *Barn og medier 2016*. Fredrikstad: Medietilsynet

Mossige, S. & Stefansen, K (red.). (2016). *Vold og overgrep mot barn og unge. Omfang og utviklingstrekk 2007-2015*. NOVA Rapport nr. 5, 2016. Oslo: Norsk institutt for forskning på oppvekst, aldring og velferd.

Mossige, S. & Stefansen, K (red.). (2007). *Vold og overgrep mot barn og unge. En selvrporteringsstudie blant avgangselever i videregående skole*. NOVA Rapport nr. 20, 2007. Oslo: Norsk institutt for forskning på oppvekst, aldring og velferd.

Utdanningsdirektoratet (2017a) *Hva er fagfornyelsen?* [Internett]. Oslo: Utdanningsdirektoratet. Tilgjengelig fra: <<https://www.udir.no/laring-og-trivsel/lareplanverket/fagfornyelsen/hva-er-fornyelse-av-fagene/>> [Lest: 9.1.2018]

Utdanningsdirektoratet (2017b) *Rammeverk for grunnleggende ferdigheter* [Internett]. Oslo: Utdanningsdirektoratet. Tilgjengelig fra: <<https://www.udir.no/laring-og-trivsel/lareplanverket/grunnleggende-ferdigheter/rammeverk-for-grunnleggende-ferdigheter/>> [Lest: 9.1.2018]







BARNEOMBUDET  
[www.barneombudet.no](http://www.barneombudet.no)