



**«Hvis du liker meg,  
må du dele et bilde»**



**Redd Barna**

# UNGDOMS RÅD OM DELING AV NAKENBILDER

- 1 Det er helt greit å si nei, blokkere eller la være å svare når noen spør etter et nakenbilde. Å mase om nakenbilder fra noen under 18 år er faktisk ulovlig.
- 2 Hvis du har tatt et nakenbilde og vil dele det, tenk deg om en stund før du sender det. Hvorfor vil du sende det? Hva kan du oppnå, og hva er det verste som kan skje? Hvor godt kan du stole på personen du sender til – om en måned eller et år? Hvis du fortsatt vil dele bildet – kan du sørge for at du ikke er gjenkjennelig?
- 3 Vær klar over at det er ulovlig...
  - å ha et nakenbilde på mobilen av noen under 18 år som er delt uten samtykke.
  - å sende noen et nakenbilde de ikke har bedt om.
  - å dele «hookebilder» og «creepshots» av andre uten at de har sagt ja til det.
  - å dele nakenbilder av andre i lukkede grupper.
- 4 Flere av disse forholdene har en strafferamme på tre år. Du kan miste muligheten til en rekke jobber, blant annet innen helse, politi og arbeid med barn og unge. Er det verdt det?
- 5 Hvis noen du kjenner har fått delt et nakenbilde uten samtykke, prøv å sette deg inn i hvordan det oppleves. Hvordan ville du likt å bli møtt? Hvordan kan du være til støtte for noen som har opplevd det?

Disse rådene er utformet av ungdom til ungdom i arbeidet med denne rapporten. De kan lastes ned i plakatform og henges opp på skoler, hos helsesøster, på fritidsklubber etc. Se: [www.reddbarna.no/nettvett](http://www.reddbarna.no/nettvett)

«HVIS DU LIKER MEG, MÅ DU DELE ET BILDE»

Rapport fra Redd Barna, desember 2018

Av: Silje Berggrav

Prosjektmedarbeider: Pia Lang-Holmen

Illustrasjon: Hilde Glad

Grafisk design: Anna Maria Pirolt [www.brodogtekst.no](http://www.brodogtekst.no)

Print: 07-Media

## FORORD

*«For voksne er bilder bare noe veldig skamfullt. De må ha litt forståelse, og se at det kan være både positive og negative grunner til å dele bilder.»*

Én av ti unge mellom 13 og 16 år har sendt nakenbilder av seg selv til andre, og tre av ti jenter som har gjort dette, har følt seg presset til å gjøre det, viser tall fra Medietilsynets Barn og medier-undersøkelse. Når et nakenbilde er delt, kan det misbrukes ved at den som mottar bildet, sprer det eller truer med å videresende det. Trusselen om at et bilde kan bli spredt kan føre til at ungdom blir presset og manipulert til å dele enda flere bilder av seg selv eller blir utsatt for ytterligere krenkelser og overgrep. Antall anmeldte seksuelle overgrep mot barn har økt, og det kan knyttes til overgrep ved bruk av nett og sosiale medier, viser tall fra politiet. En av tre seksuelle overgrep mot barn er begått av barn og unge selv, ifølge tall fra Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet.

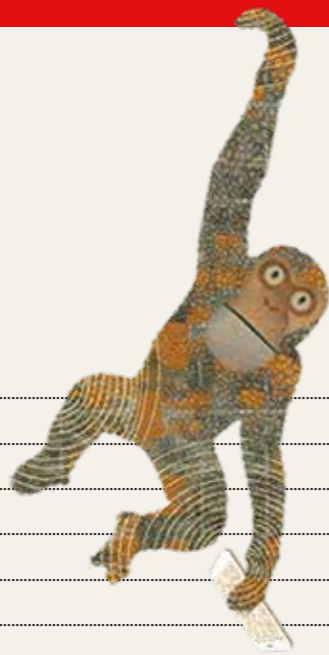
FNs barnekonvensjon artikkel 34 slår fast at barn har rett til beskyttelse mot seksuelle overgrep, og artikkel 12 gir barn rett til å bli hørt. For å forebygge at barn og unge opplever press om å dele bilder, og for at bilder ikke skal misbrukes for å true eller begå krenkelser og overgrep, trenger vi mer kunnskap direkte fra barn og unge. I denne rapporten har Redd Barna snakket med ungdom om motivasjonen for å dele nakenbilder. De forteller om hva de opplever som positivt med å dele bilder med en person de har et tillitsforhold til, og i hvilke situasjoner de opplever press til å dele bilder. Vi har fått et innblikk i hva som motiverer ungdom til å videresende andres bilder, og hvilke konsekvenser det har for gutter og jenter at et bilde er spredt.

Ungdom som har deltatt i denne rapporten, kommer også med råd for å forebygge uønsket spredning av nakenbilder. De sier blant annet at de vil ha bedre seksualitetsundervisning i skolen, og de ønsker at foreldre viser større forståelse for at deling av nakenbilder kan være både positivt og negativt. Ungdom trenger også mer kunnskap om hva som er lov og ikke lov.

Takk til alle ungdommene som har delt erfaringer og tanker rundt deling av nakenbilder. Dere har gitt oss ny og nyansert kunnskap. En stor takk også til forskere og fagpersoner som har bidratt til å utdype ungdommenes uttalelser med sin kunnskap og refleksjoner om temaet. Sist, men ikke minst, takk til Silje Berggrav som har skrevet rapporten, til Pia Lang-Holmen som har bistått i arbeidet, og til ExtraStiftelsen som har finansiert rapporten.

Vennlig hilsen Redd Barna

# INNHOOLD



<b>SAMMENDRAG</b> .....	7
<b>INNLEDNING</b> .....	11
Bildedeling er en viktig del av vennskap og flørt.....	11
Deling uten samtykke kan ha store skadevirkninger.....	12
Barn og unge forteller ikke.....	12
Gjennomføring.....	13
Rapporten.....	13
<b>1. «EN BLANDING AV PRESS OG GØY»</b>	
<b>Ungdoms motivasjon for å dele egne nakenbilder</b> .....	<b>15</b>
1. Deling av nakenbilder kan ha en rekke positive sider.....	15
Ikke alltid naken på «nudes».....	15
Kontekst er avgjørende for om man velger å dele.....	15
«Det er gøy å tease litt».....	16
2. Press, mas og uønsket oppmerksomhet oppleves som negativt.....	16
Sender «dickpics», forventer bilder tilbake.....	17
«Du må jo se bra ut, ellers er du fucked».....	18
Usikkerhet gjør unge sårbare for press.....	19
3. Makt og manipulasjon kan skape økt sårbarhet for deling.....	19
Nakenbilder som maktfaktor.....	19
Gutter og jenter kan ha ulike intensjoner.....	21
Inspirert av porno?.....	21
Oppsummering.....	22
<b>2. «GODE RÅD BLIR LETT GLEMT NÅR VENNER PRESSER»</b>	
<b>Ungdoms motivasjon for å dele andres nakenbilder uten samtykke</b> .....	<b>24</b>
«Alle» kjenner til noen som har fått bilder spredt.....	24
Tar og deler intime bilder for å tulle, erte og mobbe.....	24
«Man vil være en del av noe».....	25
Deling med hensikt å skade?.....	25
«Det er lett å gi faen om du ikke kjenner personen».....	26
Viser fram på mobilen i stedet for å videresende.....	26
«Den som tar bildet, har hovedansvaret».....	27
Oppsummering.....	28

## 3. «DE DØMMER SOM ET HELVETE»

### Ungdoms syn på risiko og konsekvenser ved deling av nakenbilder.....30

1. Risiko og skade ved deling av egne bilder.....	30
«Det verste er hvis foreldre ser bildene».....	30
«Jenter blir kalt hore, gutter får ikke rykte på seg».....	30
Gutter kan ha en sårbarhet som ikke fanges opp.....	31
Deler selv om de er klar over risiko.....	32
Identitetstyveri og stjeling av andres bilder.....	33
Trusler, tvang og manipulering.....	33
2. Risiko og konsekvenser ved deling av andres bilder.....	34
Varierende kunnskap om lovverket.....	34
Oppsummering.....	34

## 4. «OM NOE BLIR SPREDT, MÅ MAN TENKE AT ALLE ER FØDT NAKNE»

### Ungdoms strategier for å redusere risiko og konsekvenser.....37


De fleste deler ikke nakenbilder.....	37
Gjør seg minst mulig gjenkjennelig.....	37
«Kropp er kropp, det er ikke så stress».....	38
Søker hjelp fra søsken og venner.....	38
Oppsummering.....	39

## 5. «MAN KAN IKKE SI: 'IKKE SEND NAKENBILDER'»

### Forslag til tiltak for å forebygge deling uten samtykke.....42

Voksne må forstå og kommunisere bedre om nakenbilder.....	42
Jevnlige og tverrfaglig undervisning gjennom hele skoleløpet.....	44
Vil lære å håndtere press.....	44
Styrke forståelsen for samtykke og lovverket.....	45
Bedre oppfølging av de som er utsatt.....	46
Ny vurdering av lovverket.....	47
Styrke ungdoms evne til å være støttespillere.....	47
Økt innsats mot de mest sårbare og risikosøkende.....	48
Stille tjenestene til ansvar.....	48
Oppsummering.....	49
Forslag til tiltak og videre oppfølging.....	50
Her kan du henvende deg.....	52





Hvorfor deler ungdom nakenbilder?  
Hva kan vi lære av unge om  
delingskultur, spenning, press,  
ansvar og forebygging?

# SAMMENDRAG

Hvorfor deler ungdom nakenbilder? Hva er motivasjonen for å sende intime bilder av seg selv, hva tenker unge om risiko, og hvorfor videresender de nakenbilder av andre? Mens det er et stort fokus i media og forebyggende arbeid på de negative sidene ved å dele nakenbilder, og det finnes endel kunnskap og betraktninger om dette fra de voksnes ståsted, mangler i stor grad ungdoms egne perspektiver. Kunnskap om ungdoms eget syn på deling av nakenbilder, motivasjon og håndtering av risiko er viktig for å forebygge press, deling uten samtykke og seksuelle krenkelses på nett, og for å utvikle tiltak som oppleves som relevante for ungdom selv.

## Derfor har denne rapporten som fokus:

- Hvordan inngår deling av nakenbilder i unges hverdagsliv på godt og vondt?
- Hva kan vi lære av ungdom om delingskultur, press, spenning, skyld og skam?
- Hvordan oppfatter de hva som er greit og ikke greit, og hva som er lov eller ikke lov?
- Hvorfor er det så stor forskjell på konsekvensene for jenter og gutter når et bilde blir videresendt?
- Og ikke minst: hva mener ungdom selv må til for å forebygge skadelig deling og digitale krenkelses?

Rapporten bygger på intervjuer med nær 70 ungdommer i alderen 14-19 år. Disse intervjuene utgjør hovedkilden til informasjon om problemstillingene over. Gjennom rapporten blir ungdommenes synspunkter og refleksjoner diskutert og kommentert av forskere, helsepersonell, politi og andre forebyggingsaktører.

## Oppsummert har vi gjort følgende hovedfunn:

- 1. Nakenbilder kan ha en rekke positive sider**  
Ungdommene forteller om en rekke positive sider ved å dele nakenbilder, og synes voksne mangler nyanser og kunnskap om de komplekse sidene ved deling av bilder. Ungdommene forteller at nakenbilder kan være en morsom måte å flørte på og øve seg på å fremstå som seksuelle subjekter. Nakenbilder deles som et uttrykk for nærhet, intimitet og tillit mellom kjærester, eller mellom venner «på tull», for å vise frem undertøy og få bekræftelse og komplimenter på kroppen sin. Studier viser at deling med kjæresten er den vanligste formen for deling av nakenbilder.<sup>1</sup>

En stor andel av ungdommene vi møtte fortalte at de selv aldri kunne tenke seg å sende nakenbilder. Medietilsynets undersøkelser viser også at det ikke gjelder så mange: bare 13 prosent av ungdom mellom 13 og 18 år har sendt nakenbilder av seg selv i løpet av siste år.<sup>2</sup> Ungdommene forteller at de har en rekke strategier for å håndtere press om å dele bilder, som å blokkere den som spør, la være å svare eller sende et bilde av noe helt annet.

Hvis man først skal dele, kan man forsøke å gjøre seg minst mulig gjenkjenkelig på bildet. Hvis bilder ble spredt, hadde enkelte av ungdommene en mer frimodig holdning: man må tenke at: «kropp er kropp, det er ikke så farlig» for på den måten å redusere skamfølelsen. Enkelte mente at det kan hjelpe å ta eierskap over situasjonen: «Ja, det er meg, jeg ser bra ut på det bildet».

Både ungdommene og fagfolkene mener at et ensidig fokus på risiko og negative konsekvenser gjør det vanskelig å ha en god dialog om positive opplevelser av seksuell utforskning, flørt og spenning.

## 2. Mas, press og uønskede bilder er negativt

Intervjuene viser at gutter og jenter opplever press på litt ulik måte. Jenter uttrykker at mas og press om å sende bilder, og også å motta bilder de ikke ønsker, er negativt. Enkelte fortalte at de hadde gitt etter for presset og delt bilder de senere angret på. Fagfolkene vi snakket med mener at det her kan være mørketall når det gjelder gutters negative opplevelser, fordi fokuset i media og offentlig debatt er så stort på jenter som ofre og gutter som de som presser. Guttene oppgir selv at de opplever press om å dele nakenbilder av jenter med andre gutter. Dette presset var vanskelig å motstå, og de hadde få refleksjoner rundt hvordan man kan håndtere dette.

## 3. Behovet for bekræftelse er en viktig motivasjon for deling

Ungdommene vi snakket med fortalte at deling av nakenbilder kan være en kilde til stor usikkerhet. Før man ikke den bekræftelsen man er ute etter, kan man tenke at man ikke er pen eller bra nok, som i noen tilfeller kan føre til at man sender stadig flere bilder.

1) Van Ouytsel et al (2017): *Sexting: adolescents' perceptions of the applications used for, motives for, and consequences of sexting*. Journal of Youth Studies, Volume 20, 2017 - Issue 4

2) Medietilsynet: *Barn og medier 2018*



Ungdommene fortalte at det er noen personer som delte mye og ukritisk, med den konsekvensen at de ble utsatt for enda mer press om å dele. Enkelte kjente også til unge som hadde blitt truet og manipulert til å dele bilder.

Det å få delt et nakenbilde av seg selv ufrivillig kan oppleves som vondt og traumatisk, og konsekvensene kan være store og langvarige. Selv om ungdommene er bevisst denne risikoen, er det ikke umiddelbart enkelt å unngå å sende nakenbilder. Til det er det for mange andre motivasjonsfaktorer som spiller inn.

#### 4. Nakenbilder gir gutter makt over jenter

Et tema som mange av jentene var opptatt av, er makten nakenbilder gir gutter. Makten og statusen ved å besitte bilder fra populære jenter var også noe mange av guttene snakket om. Bildene styrker deres sosiale posisjon i gjengen eller hierarkiet, og gir dem stor definisjonsmakt knyttet til hvilke jenter som er «utenfor» og «innenfor». Denne makten var følbart for jentene, og kunne også brukes som pressmiddel for å få bilder. Å dele bilder kan gi jenter en kortvarig eller skjør status som «innenfor» og populær blant guttene, og kan gi tilgang til goder som å få være med på fest eller «rulling» med russebuss. Samtidig kan denne bildedelingen bidra til å skape konflikt og fordømmelse fra jenter som ikke deler og som ikke får tilgang til disse godene. Mer alvorlig kan bilder også brukes som trussel eller manipulasjon overfor jenter som må utføre tjenester eller presses til seksuelle handlinger i bytte mot at bildene ikke deles videre.

#### 5. Press, manipulering og ulik motivasjon kan være vanskelig å oppfatte

Fordi deling av nakenbilder ofte skjer i en kontekst der både spenning, press og maktutøvelse spiller inn, kan det være vanskelig å bedømme om delingen skjer på et frivillig og likeverdig grunnlag. Ønsket om å bli sett og beundret, få komplimenter og status, å bli inkludert eller likt av noen man selv liker, er viktige faktorer som spiller inn når man velger å dele bilder. Å misforstå den andres intensjoner kan også bidra til at man deler bilder man senere angreir på. Å si at jenter i mange tilfeller deler bilder med samtykke, betyr derfor ikke at det skjer i en kontekst fri for press eller manipulering.<sup>3</sup>

#### 6. Lav terskel for å dele andres bilder

Hvor godt vurderer ungdom risiko og konsekvenser når de deler egne eller andres bilder? Ungdommene viste nokså god forståelse for risiko og konsekvenser knyttet til deling av egne bilder. De gjorde seg langt færre refleksjoner rundt deling av andres bilder. De viktigste grunnene til å dele andres nakenbilder er at «man vil være en del av noe», skryte litt, føle seg morsom og populær. Ungdomsårene er en fase der

det oppleves som særlig viktig å få aksept fra jevnaldrende, og forventninger i vennegjengen spiller en svært stor rolle. Det kan være vanskelig å stå imot gruppepress når venner vil se bildene, og å ta avgjørelser basert på hva man selv mener er riktig. Noen ganger kan bildedeling handle om hevn eller ønske om å skade andre. Det kan også være lavere terskel for å spre bilder av folk man ikke kjenner så godt.

De fleste ungdommene mente at den som sendte bildet av seg selv, må ta ansvaret når det blir spredd videre. Ungdommene skiller klart mellom å dele bilder én til én med en kjæreste eller noen man stolte på, som er mer akseptabelt, og det å dele bilder mer åpent og eksponerende i sosiale medier, som de ser ned på. Men når et bilde først er delt uten samtykke, reflekterte de lite rundt konteksten for denne delingen, og de utviste lite empati med personen (jenta) som ble utsatt for krenkelsen.

#### 7. Jenter og gutter dømmes ulikt

Vi ser også at de moralske standardene er ulike, og at konsekvensene er mye større for jenter enn for gutter. Jenter opplever i langt større grad ryktespredning, hets og trakassering, og jenters seksualitet blir fremstilt som noe skamfullt. Det handler ikke bare om å bli eksponert naken; mange opplever et massivt skyts av stygge kommentarer om kropp, utseende og at man er «løs» eller «hore», fra begge kjønn. Ungdommene forteller at venninner kan vende ryggen til ei jente som har fått bilder ufrivillig delt.

Selv om det blir lite omtalt, kan det være verdt å merke seg at også gutter kan være sårbare for rykter. Fagfolk peker på at gutter ikke alltid har like lett for å snakke om det og søke hjelp. Det er derfor en fare for at man overser gutters risiko for skade. Fagmiljøer fremhever også at vi trenger mer kunnskap om minoritetsjenters sårbarhet. Mens minoritetsjenter vi møtte fortalte at de er enda mer forsiktige med å dele bilder, har vi også hørt om tilfeller der jenter med minoritetsbakgrunn lever doble liv på nettet, og har havnet i svært vanskelige situasjoner med dramatiske konsekvenser når bilder er spredd.

#### 8. Mangler kjennskap til lovverket

Det å spre bilder av andre får ifølge ungdommene vi møtte, sjelden sosiale konsekvenser. Risiko for straff ser ut til å fungere langt mer avskrekkende. Samtidig avdekker intervjuene at mange ungdommer mangler forståelse av at man skal ha samtykke for å:

- sende seksualiserte bilder av seg selv
  - ta bilder av andre i intime situasjoner,
  - besitte bilder som andre har videresendt,
  - vise fram seksualiserte bilder av andre, og
  - dele bilder av andre, selv i mindre, lukkede grupper.
- Dette gjenspeiler seg både i kulturen med at gutter

sender nakenbilder av seg selv til jenter som ikke ønsker dem, og i kulturen med å ta og dele bilder og filmer av andre i seksualiserte situasjoner, såkalte «hookebilder» og «creepshots».

Ungdommene uttrykte usikkerhet rundt hva loven sier om å etterspørre nakenbilder. Mange unge viser fram nakenbilder av andre på mobilen fremfor å videresende dem, eller de deler dem i mindre chattegrupper fremfor mer åpent. Dette kan tyde på at de har en oppfatning om at dette ikke regnes som offentliggjøring og derfor ikke er ulovlig. Samtidig er det flere som forteller at de har endret atferd knyttet til deling og oppbevaring av bilder, og enkelte gutter sier de ikke ønsker å ha nakenbilder på mobilen. Det har også blitt vanligere å spørre om det er greit å dele ansiktsbilder av hverandre, som kan tyde på at kunnskapen om lovverket og kravet om samtykke har økt.

#### 9. Foreldre og skole må ta større ansvar

Ifølge ungdommene er noe av det viktigste som skal til for å forebygge spredning av nakenbilder, at voksne setter seg bedre inn i hva det handler om: at bildedeling er en viktig del av barn og unges hverdag. Voksne må åpne for en samtale både om positive og negative sider ved deling. Det holder ikke å si: «Ikke del nakenbilder!» Foreldre må vise forståelse for at ungdomstiden er en fase hvor man kan ta uoverveide valg, og skape en trygghet om at man kan komme til dem om det oppstår problemer. Foreldre har også en viktig rolle i å bevisstgjøre barn om retten til å bestemme over egne bilder, blant annet ved å alltid spørre om det er greit før man selv deler bilder av barna med familie eller i sosiale medier.

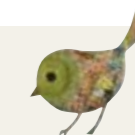
Ungdommene mente at skolen, og særlig seksualitetsundervisningen, burde sette av mye mer plass til bevisstgjøring om samtykke og regelverk knyttet til deling av nakenbilder. Undervisningen må starte tidligere, gjerne i slutten av barneskolen, fordi de yngste på ungdomsskolen har langt mindre kunnskap og bevissthet om risiko og konsekvenser enn ungdom i videregående skole, og kan bli lette «bytter» for de mer erfarne ungdommene.

Ungdommene mener det er viktig å lære å håndtere press om å dele bilder fra tidlig alder. Det kan også være nyttig å bli mer bevisst at den som etterspør bilder, kan ha andre motiver, og kan bruke komplimenter og ros for å lokke den andre til å sende. Samtidig understreket mange av jentene at gutter må få bedre kunnskap om at det ikke er greit å mase, eller lov å sende nakenbilder til noen som ikke ønsker det. Ungdommene, vil gjerne lære å være bedre støttespillere for hverandre. Dette kan både bidra til å bygge hverandre opp og styrke selvfølelsen på en måte som kanskje reduserer behovet for å få komplimenter gjennom deling av bilder, men også bidra til å redusere skamfølelsen når skaden først er skjedd.

Mens skolen og foreldre spiller en viktig rolle, mener

ungdommene at også politi og hjelpeapparat bør ta et større ansvar når bilder havner på avveie. De mener at det må bli lettere å anmelde sakene, og at politiet må ta sakene mer på alvor. De ønsket bedre informasjon om hvor man kan få hjelp, og at man får hjelp med én gang. Rapporten belyser også behovet for mer kunnskap og bevissthet om rollen og samfunnsansvaret til delingstjenestene og andre kommersielle krefter som tjener på den massive bildedelingen og unges behov for å bli sett og likt, slik at ansvaret ikke faller på hvert enkelt barn alene.

### RÅD FRA UNG TIL UNG



Ungdomsdeltagerne ble invitert til sammen å utarbeide konkrete råd til andre ungdommer for å unngå at nakenbilder spres. Basert på innspillene fra fokusgruppene kom vi sammen frem til følgende råd:

1. Det er helt greit å si nei, blokkere eller la være å svare når noen spør etter et nakenbilde. Å mase om nakenbilder fra noen under 18 år er faktisk ulovlig.
2. Hvis du har tatt et nakenbilde og vil dele det, tenk deg om en stund før du sender det. Hvorfor vil du sende det? Hva kan du oppnå, og hva er det verste som kan skje? Hvor godt kan du stole på personen du sender til – om en måned eller et år? Hvis du fortsatt vil dele bildet – kan du sørge for at du ikke er gjenkjennelig?
3. Vær klar over at det er ulovlig...
  - å ha et nakenbilde på mobilen av noen under 18 år som er delt uten samtykke.
  - å sende noen et nakenbilde de ikke har bedt om.
  - å dele «hookebilder» og «creepshots» av andre uten at de har sagt ja til det.
  - å dele nakenbilder av andre i lukkede grupper.
4. Blir du tatt for å dele andres nakenbilder uten samtykke, kan du miste muligheten til en rekke jobber, blant annet innen helse, politi og arbeid med barn og unge. Er det verdt det?
5. Hvis noen du kjenner har fått delt et nakenbilde uten samtykke, prøv å sette deg inn i hvordan det oppleves. Hvordan ville du likt å bli møtt? Hvordan kan du være til støtte for noen som har opplevd det?

3) Hasinoff, A.A. (2012). *Sexting as media production: Rethinking social media and sexuality*. *New Media & Society*, 15(4), 449-465.



# INNLEDNING

**Emma tekster på Snapchat med Tobias,** en eldre gutt på skolen som hun er forelsket i. Han sier at hun er søt, og at han kan skaffe henne rulleplass på russebussen. Hun sier at hun liker ham også. «Send en nude og vis det», skriver han. «Jeg lover å ikke screene».<sup>4</sup> Emma tenker at det er verdt det. Bildet blir jo borte etter noen sekunder. Men Tobias holder ikke det han lover. Han deler bildet med mange på skolen. Hun blir kalt «hore», og mange mener hun kan takke seg selv. Emma er skamfull og redd. Hun tør ikke fortelle det til noen voksne, og vurderer å bytte skole.

**Anja har sex med en gutt på fest,** og han tar bilder av henne uten at hun vet om det. Etterpå truer han henne med å sende bildene til jentas familie om hun ikke har sex med ham en gang til. Anja føler at det ikke er noen vei utenom. Det verste som kan skje, er at foreldrene får se bildene.

**Mathilde og Amir er kjærester.** De stoler på hverandre, og sender hverandre nakenbilder med løfte om ikke å vise dem til noen. Det føles fint å få komplimenter for kroppen sin, og de opplever at bildene skaper en nærhet og intimitet i forholdet. Når forholdet blir slutt, holder de løftet om å slette alle bildene de delte.

Samtalene med nær 70 ungdommer som er gjennomført i forbindelse med denne rapporten, viser at deling av nakenbilder skjer i mange ulike former og relasjoner, med ulike hensikter og med svært ulike utfall. I denne rapporten har vi hovedfokus på delingen av bilder som skjer mellom ungdom som ofte kjenner hverandre.

For voksne kan de skadelige konsekvensene av å dele nakenbilder være åpenbare, og det er lett å gi råd om ikke

å dele nakenbilder. Selv om noe kunnskap finnes om hvor mange som deler nakenbilder, mangler ungdommenes eget perspektiv. Kunnskap om ungdoms syn på deling av nakenbilder er viktig for å forebygge press, skadelig deling og seksuelle krenkelser med tiltak som oppleves som relevante for ungdommene selv. Derfor har denne rapporten som fokus:

- Hvordan inngår deling av nakenbilder i unges hverdagsliv på godt og vondt?
- Hva kan vi lære av ungdom om delingskultur, press, spenning, skyld og skam?
- Hvordan oppfatter de hva som er greit og ikke greit, og hva som er lov eller ikke lov?
- Hvorfor er det så stor forskjell på konsekvensene for jenter og gutter når et bilde blir videresendt?
- Og ikke minst: hva mener ungdom selv må til for å forebygge skadelig deling og digitale krenkelser?

## BILDEDELING ER EN VIKTIG DEL AV VENNSKAP OG FLØRT

Internett, sosiale medier og bildedeling er en naturlig del av barn og unges hverdagsliv. Barn er vant til at voksne deler bilder av dem i en rekke situasjoner fra de er små. Når de selv får sin egen smarttelefon rundt niårsalderen, er det gøy og spennende å selv kunne dele bilder med venner.<sup>5</sup> Norske 13-16-åringer sender i snitt mellom 100 og 600 meldinger, hovedsakelig bilder, via Snapchat daglig.<sup>6</sup> I tillegg kommer andre delingsplattformer.

At bildenes innhold endrer seg når man blir eldre, forelsker seg og utforsker sin seksuelle identitet, kan ses som en forlengelse av den delingskulturen de er oppvokst med.<sup>7</sup> Når man fra tidlig barndom er vant til at alle små og store øyeblikk skal dokumenteres og deles, føles det ofte naturlig å bruke bilder og film som del av flørt og vennskapelig tilknytning, og å øve på å se seg selv som seksuelle vesener.

Media bidrar til å skape et inntrykk av at de fleste tenåringer deler nakenbilder, eller at de fleste som deler,

4) Å «screene» et bilde betyr å ta et «screen shot» eller bilde av skjermen på mobilen eller datamaskinen. Da bevarer man bildet selv om det slettes fra den opprinnelige tjenesten (for eksempel Snapchat, der bilder er ment å bare kunne ses i noen sekunder).

5) Medietilsynet: *Barn og medier 2018*

6) Statistikk lagt fram av Telenor under Arendals-uka 2017

7) Albury, K. (2015). *Selfies, Sexts, and Sneaky Hats: Young people's understandings of Gendered Practices of Self-Representation*. International journal of communication, 9(2015), 1734-1745; Hasinoff, A.A. (2012). *Sexting as media production: Rethinking social media and sexuality*. New Media & Society, 15(4), 449-465.



opplever at bildene havner på avveie.<sup>8</sup> Men statistikken viser at det er relativt få som havner i slike situasjoner. I den siste Barn og medier-undersøkelsen fra Medietilsynet kommer det frem at 13 prosent av norske 13-18-åringer har sendt nakenbilde(r) av seg selv det siste året, og andelen har vært svakt økende de siste årene.<sup>9</sup> Av jentene er det blant de på 15 år vi finner høyest andel som har sendt denne typen bilder (20 prosent), mens for guttene er andelen høyest blant de på 18 år (25 prosent).

37 prosent av jentene har følt seg presset til å sende nakenbilde(r), sammenlignet med 11 prosent av guttene. Nær én av ti unge som har sendt nakenbilder, sendte til ukjent mottaker. Andre undersøkelser<sup>10</sup> viser at mellom 11 og 37 prosent av unge Snapchat-brukere har «sextet»<sup>11</sup>, mens langt flere, 54 prosent, har mottatt intime «snapper». Fire av ti i 15-16-årsalderen har videregående bilder og videoer av andre uten at vedkommende har sagt ja til det – en økning fra tidligere år, ifølge Medietilsynets undersøkelse.

Slettmeg.no, en gratis veiledningstjeneste som gir råd om hvordan man kan få fjernet informasjon fra nettet, håndterte i 2016 rundt 500 saker med ufrivillig deling av intime bilder og videoer. Siden nettsiden ble opprettet i 2010, har den mottatt mer enn 40 000 henvendelser, og antall saker øker kraftig.<sup>12</sup> Det dreier seg om alt fra bilder man ønsker fjernet fra nettet til mobbing og rene utpresninger. Tross rekordtall er det bare rundt ti prosent som anmelder overgrep og spredning av intime bilder. Kripos melder også om en sterk økning i antall saker, og mener mørketallene er store.<sup>13</sup>

## DELING UTEN SAMTYKKE KAN HA STORE SKADEVIRKNINGER

De helsemessige og sosiale konsekvensene av å få nakenbilder spredt mot sin vilje, er alvorlige for mange av de utsatte. Det er ikke nødvendigvis bildet i seg selv, men

at det kan ses av et nærmest ubegrenset publikum, som fører til krenkelsen.<sup>14</sup> Den offentlige ydmykelsen oppleves som en invadering av privatlivet, og kan være en voldsom påkjenning som de bærer med seg i årevis. Ungdommene kan gå i konstant frykt for at foreldre, venner og andre i skolemiljøet skal se bildene. De får ikke lagt det bak seg eller bearbeidet det. Å få nakenbilder delt ufrivillig kan føre til at rykter sprer seg til andre skoler, at bildene spres i pornografiske nettfora og gjøre barn sårbare for seksualiserte henvendelser og trakassering.<sup>15</sup> Risikoen er stor for såkalt «reviktimisering», som man også ser hos overgrepssutatte, der frykten for at overgrepssbilder finnes og deles på nettet, fortsetter å skape engstelse og stressreaksjoner lenge etter at overgrepene har skjedd.<sup>16</sup>

Seksuelle krenkelser av barn og ungdom har omfattende skadevirkninger som gir seg utslag både fysisk og psykisk.<sup>17</sup> Overgrep som skjer i tilknytning til utprøving er knyttet til dårlig selvfølelse, angst og depresjon, søvnproblemer, konsentrasjonsvansker, lavere skoleprestasjoner og problemer med å stole på andre. Studier tyder på at ungdom som utsettes for nettrelaterte krenkelser, også har større risiko for å vurdere selvmord eller selvsykning enn de som opplever mer «tradisjonelle» former for mobbing.<sup>18</sup>

## BARN OG UNGE FORTELLER IKKE

Mange foreldre følger lite med på og snakker i liten grad med barna om nettbruken, særlig når de blir eldre.<sup>19</sup> Det kan være flaut å snakke om sex, og mange barn oppfatter at foreldre og andre voksne kan reagere i overkant sterkt når de forteller om vanskelige opplevelser på nettet.<sup>20</sup> Barn og unge kan føle skam og skyld fordi de selv har hatt en aktiv rolle og påtar seg ansvaret for det som har skjedd.<sup>21</sup> De er engstelige for foreldrenes reaksjon og sanksjoner som å miste tilgang til nettet, sosiale medier og nettverk.<sup>22</sup> I tillegg er det vanskelig for voksne å sette seg inn i den seksuelle utprøvingen som foregår digitalt. Til

sammen blir dette høye barrierer for å gå til en voksen og si at: «Nå trenger jeg hjelp». Resultatet er at barn og ungdom blir sittende i en ensom og svært fortvilt situasjon uten å få voksenhjelp.

## GJENNOMFØRING

Arbeidet med denne rapporten bygger på intervjuer og fokusgrupper med ungdom. Vi har i løpet av 2017 og 2018 gjennomført syv samlinger i små og store grupper med til sammen nær 70 ungdommer som har formidlet sine erfaringer og synspunkter. Demografisk har vi søkt å rekruttere ungdom med en jevn kjønnsfordeling, en aldersspredning fra 14-19 år, ulik sosial og etnisk bakgrunn og ungdom både fra by og småsteder. To fokusgrupper ble rekruttert via en fritidsklubb på Oslos østkant – her møtte vi en guttegruppe og en jentegruppe i 13-15-årsalderen, de fleste med minoritetsbakgrunn. Videre snakket vi med to guttegrupper på en ungdomsskole i Akershus, og to større grupper med hovedsakelig jenter på 18-19 år ved en videregående skole i Fredrikstad. Avslutningsvis møtte vi en mindre jentegruppe ved en helsestasjon for ungdom i Akershus.

Rapporten bygger også på intervjuer med sentrale aktører i forebyggingsarbeidet: helsesøster Tale Maria Krohn Engvik, også kjent som «Helsesista» med opptil 130.000 følgere på Snapchat, helsesøster Mariann Olsvik ved Sex og samfunn, seniorrådgiver Charlotte Andersen i Sex og politikk, Stine Nygård, leder i Seksualpolitisk nettverk for ungdom, Hans Marius Tessem, seniorrådgiver i Norsk senter for informasjonssikring (Norsis) og leder for rådgivningstjenesten Slettmeg.no, stipendiat Per Moum Hellevik ved Nasjonalt kompetansesenter om vold og traumatisk stress (NKVTS), Stine Kühle-Hansen, lærer og autorisert seksualitetsunderviser og forebygger i seksuell helse (NACS), politioverbetjent Anne Merete Anskov ved forebyggende avdeling ved Majorstuen politistasjon, forsker Mons Bendixen ved NTNU, pedagog og samfunnsdebattant Linn Rosenborg fra bloggfellesskapet Snapkollektivet, samt Beate Aas, redaktør for ung.no.

Ung.no er en offentlig informasjonskanal og dialogtilbud for barn og unge i regi av Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet (Bufdir), og har vært en viktig kilde for kunnskap. Nettsiden mottar jevnlig henvendelser og spørsmål knyttet til deling av nakenbilder. Henvendelsene har gitt oss innblikk i noen sentrale problemstillinger, og vi har fått tillatelse fra Bufdir til å bruke utvalgte historier både i fokusgruppediskusjonene og i denne rapporten. Snapkollektivet er en felles Snapchat-konto for flere kvinnelige bloggere som skriver om samfunnsaktuelle tema og psykisk helse, og vi har fått låne enkelte utdrag og sitater fra følgere som har delt erfaringer om deling av nakenbilder.

Faglitteratur samt flere store mediasaker om deling av nakenbilder har bidratt til kunnskapsgrunnlaget. Et fåtall sitater er hentet fra nyhetsartikler og leserinnlegg fra ungdom.

## RAPPORTEN

Rapporten er delt i fem kapitler. I kapittel 1 ser vi nærmere på ungdoms motivasjon for å ta og dele intime bilder av seg selv. I kapittel 2 forteller ungdommene om hvorfor man videregående andres bilder uten samtykke, og hvem de oppfatter har skyld og ansvar når nakenbilder havner på avveie. I kapittel 3 belyser vi ungdoms syn på risiko og konsekvenser når de deler egne og andres bilder. Kapittel 4 drøfter ungdoms strategier for å redusere risiko og skade, og i kapittel 5 presenteres ungdommenes og fagmiljøenes tanker om god forebygging av skadelig deling, samt Redd Barnas forslag til tiltak.

En viktig del av arbeidet har vært å invitere ungdomsdeltagerne til sammen å utarbeide konkrete råd til andre ungdommer for å unngå at nakenbilder spres. Hvordan mener ungdom at man kan svare noen som ber om nakenbilder? Hva er ulovlig, hva kan skje hvis du deler bilder uten samtykke, og hvordan kan du selv være til støtte for noen som opplever at bilder er kommet på avveie? Disse rådene presenteres på rapportens bakside, og er også trykket opp i plakatform som kan lastes ned og brukes fritt på skoler og andre oppvekstarenaer. Se [www.reddbarna.no/nettvett](http://www.reddbarna.no/nettvett)

# Studier tyder på at ungdom som utsettes for nettrelaterte krenkelser, også har større risiko for å vurdere selvmord eller selvsykning enn de som opplever mer 'tradisjonelle' former for mobbing.

8) Røyneberg, A. og Olsvik, M.: *Å dele intime bilder på nett har blitt vanlig blant unge*. Kronikk i Dagbladet 17.02.2017

9) Medietilsynet: *Barn og medier 2018*

10) Berit Skog, NTNU: Intime «snapper». Se <http://forskning.no/blogg/berit-skogs-blogg/intime-snapper>; Stine Nygård: (2018): *Sexuality in the Snapchat Generation: The Emerging Issue of Adolescent Sexting*. Masteroppgave ved Psykologisk institutt, UiO

11) I sistnevnte studie har «sexting» en bred definisjon, og inkluderer både seksuelt eksplisitte (inneholder nakenhet, sex, etc) og seksuelt antydende (inneholder delvis nakenhet, seksuelt ladete positurer og ansiktsuttrykk) tekstmeldinger, bilder og videoer.

12) NRK: *Et digitalt helvete*. Kronikk av Hans Marius Tessem, leder for Slettmeg.no og seniorrådgiver hos Norsis. 15.08.2017

13) Kripos (2016): *Seksuelle overgrep mot barn under 14 år*

14) Hasinoff og Shepherd: *Sexting in Context: Privacy Norms and Expectations*, International Journal of Communication 8(2014), 2932–2415

15) NRK Beta: *Bilder av unge norske jenter deles på «gutteforum»*. 10.08.2016; Adresseavisen: *Sprekker sladder og sex-rykter om ungdom på Twitter*. 27.02.2014

16) Sharon W. Cooper (2012): *The Impact on Children Who Have Been Victims of Child Pornography*. Testimony of Sharon W. Cooper, M.D., before the U.S. Sentencing Commission

17) Perren, S., Dooley, J., Shaw, T., & Cross, D. (2010). *Bullying in school and cyberspace: Associations with depressive symptoms in Swiss and Australian adolescents*. *Child and adolescent psychiatry and mental health*, 4(28), 1-10.

18) Price, M. and Dalgeish, J. (2009). *Cyberbullying Experiences, impacts and coping strategies*, Boystown

19) Medietilsynet: *Barn og medier 2016*; Aftenposten (02.10.2016): *Nordmenn er mest bekymret for barnas nettbruk*; VG (12.04.2011): *Ny undersøkelse: Foreldre aner ikke hva barna gjør på nettet*

20) Hegg, Berggrav og Lang-Holmen (2015): *Tull eller trussel? Forebygging av kriminalitet på nettet*. SaLTto Stovner, Felteam Alna og Redd Barna

21) Jonnson, Warfvinge og Banch (2009): *Barn och sexuella övergrep via IT*. Erfarenheter från Onlineprojektet på BUP-Elefanterna i Linköping

22) Aftenposten 03.03.2016: *«Man har kanskje gjort noe dumt, vært uforsiktig og slepphendt, eller forsøkt å være tøff. Så blir dette en mulighet for andre til å presse deg til å gjøre mer og mer»*; Innlegg fra Kripos i Telenors paneldebatt *«Naken på nettet»* under Arendalsuka 2017; Hassel Bergerud (2004): *Chattevenner er ikke som andre venner... En rapport om barn og unges chattekompetanse*. Redd Barna-rapport



# 1. «EN BLANDING AV PRESS OG GØY»

## Ungdoms motivasjon for å dele egne nakenbilder

Hvordan definerer ungdom nakenbilder, og hvor mye viser man egentlig fram? I hvilke sammenhenger og med hvem deles intime bilder, og hva opplever unge som positivt og negativt med delingen?

Gjennom intervjuene kom det frem tre hovedtema knyttet til deling av nakenbilder:

1. Deling av nakenbilder kan ha en rekke positive sider;
2. Mas, press og uønskede bilder oppleves som negativt;
3. Makt, manipulering og ulike forventninger kan være vanskelig å oppfatte, og særlig gjøre jenter mer sårbare for deling.

### 1. DELING AV NAKENBILDER KAN HA EN REKKE POSITIVE SIDER

#### Ikke alltid naken på «nudes»

Nakenbilder er et voksent begrep som brukes lite av ungdommene vi snakket med. De bruker «nudes» om bilder der man er «lettkledd», hvor «mye hud er i fokus», om bilder der man viser «alt» eller som egentlig viser for mye til at de burde vært delt, i følge ungdommene. Samtidig var det viktig for dem hvilken hensikt bildene har idet de blir sendt. Flere var opptatt av at voksne ikke alltid klarer å skille ulike typer bilder, og at voksne ikke forstår at bilder kan vise mye kropp uten å ha en seksuell hensikt.

– Det du definerer som nakenbilde, er det som er for drøyt til å dele. Når det blir sånn «Oj...»

– Det er opp til hver enkelt hvordan de definerer det. Det kommer an på settingen. Et bikinibilde er også avslørende, noen bikinier er veldig små. Men det er ikke nødvendigvis et nakenbilde. Om du er på stranda, er det naturlig å legge ut et sånt bilde. Om du er hjemme og har på samme bikini, er det litt annerledes. Eller å sende et bikinibilde på vinteren, det er litt rart.

– I vår generasjon er det lov å ta bilder i speilet, og vise resultater fra treningen. Det er ikke ment seksuelt.

I hovedsak sender jenter bilder der man har på undertøy og viser «kløft», pupper eller rumpe, men ikke av kjønns-

organer. Dette er langt vanligere blant gutter, i form av «dickpics». Gutter kan også sende bilder av overkropp, «sixpack» og rumpe. Ungdommene hadde ulike vurderinger av hvor mye det er «greit» å vise på bildene.

– Du kan legge ut kløft, men ikke nudes. BH og truse er ikke stress, det er det samme som å gå i bikini.

– På Insta kan det være at folk legger ut bilde av rumpa med klær. Det er litt sånn «f\*\* you» – man flasher noe selv om man ikke er naken. Det er greit, innafor. Det spørs hvor mye hud du viser.

Definisjonene av «nudes» varierer både mellom og innenfor gruppene vi møtte, og er ikke én ting, men defineres ut ifra sammenhengen: både settingen bildet er tatt i, hensikten med bildet og hvem man sender til har betydning for hvordan bildet tolkes.

**Kontekst er avgjørende for om man velger å dele** Kontekst og omstendigheter spiller en viktig rolle i ungdoms vurdering av om og hvem deler bilder med, og hvor mye de eksponerer seg. Nakenbilder blir i første rekke delt mellom to personer, som regel en man liker, er interessert i eller er kjæreste med, eller mellom venner. Ungdommene så ned på det å legge seksualiserte bilder åpent ut på Instagram eller dating- og flørtetjenester som Tinder, Deiligst eller Hotornot.

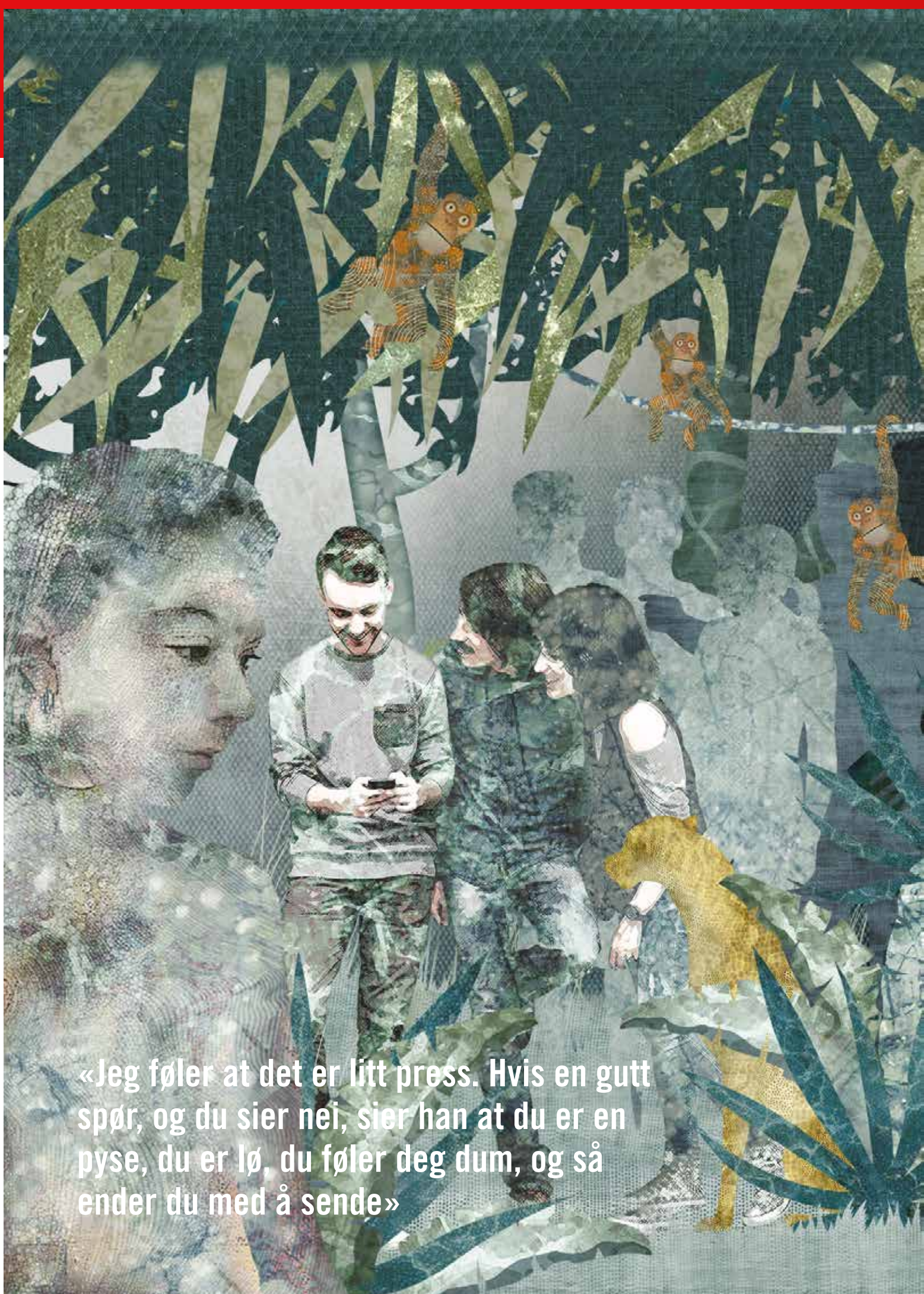
– Det vanligste er å sende én til én med Snapchat.

– Gutter sender bilder til hverandre. Det er mer på kødd, det er mer vennskapelig. Det er humor å dele bilder.

– Som regel er det gutter som tar initiativ. Gutter sender bilde om pikken sin uten å tenke på det, både til fremmede og kjente.

– Det er uakseptabelt at de legger ut bilder på Instagram bare for å få fire likerklikk. Vi ser ned på jenter som legger ut bilder på nett.

Førsteamanuensis Mons Bendixen ved Institutt for psykologi ved NTNU mener unge kan ha ulike motivasjoner for å sende nakenbilder til venner av samme kjønn.



«Jeg føler at det er litt press. Hvis en gutt spør, og du sier nei, sier han at du er en pyse, du er lø, du føler deg dum, og så ender du med å sende»

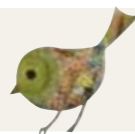


– Det spørs litt hva slags bilder det er snakk om. Men at man kan vise fram fortrinn, attributter og ressurser, kan være del av en seksuell konkurranse om andres gunst. At du fremhever noe positivt ved deg selv, som muskulatur og rumpe, kan være et uttrykk for: «Se hvor pen jeg er», sier Bendixen.

Han mener utvekslingen av intime bilder mellom venner av samme kjønn kan virke vennligsinnet, men at denne seksuelle konkurransen påvirker folk i stor grad, også til å dele bilder selv.

– Ved å lure og lokke andre til å dele, kan man finne ut litt mer om konkurrentene. Det kan se uskyldig ut, men det kan også være at man ønsker å utnytte situasjonen til å få og misbruke andres bilder, sier Bendixen.

## SENDER BÅDE TIL VENNER OG KJÆRESTER



Medietilsynets undersøkelse Barn og medier 2018 fant at det er omtrent like vanlig for jenter å sende nakenbilder til en guttevenn som til en kjæreste. Blant guttene var det vanligst å sende nakenbilde til en jentevenn, mens noe færre hadde sendt bilder til kjæresten sin. Det er heller ikke uvanlig å sende bilder til en venn av samme kjønn. En høyere andel jenter enn gutter har sendt nakenbilde(r) til en person de kun kjente fra nettet (20 mot 14 prosent).

### «Det er gøy å tease litt»

Ungdommene nevner en rekke positive sider ved å dele egne nakenbilder, der spenning utgjør en viktig drivkraft. De ser at delingen både har fordeler og ulemper.

– Det er en blanding av press og gøy.

– Det er gøy å tease litt, akkurat der og da.

– Det kan være fordi du ønsker oppmerksomhet, feedback, anerkjennelse, spenning, status.

– Man føler at man er «nærmere» personen og føler seg godkjent. Man ønsker å dele noe intimt med en annen uten direkte eller fysisk kontakt.

– Man er stolt over kroppen sin og har lyst til å vise seg fram. Man kan få bedre selvtillit, positive kommentarer på hvordan man ser ut.

– Man er kåt.

Enkelte ungdommer mente voksne har liten forståelse for hvorfor deling av nakenbilder kan være positivt:

– Alle mener at dette bare er negativt, men det kan være positivt også. En jente som sender et lettkledd bilde av seg selv, føler seg ikke dårlig da. Hun føler seg bra, og kanskje føler hun seg pen? Hva er negativt med det?

– Jeg følte meg bra når jeg gjorde det! Kjærestene mine ga meg akkurat den responsen jeg ønsket meg og de eldre guttene det samme. Komplimentene strømmet på, jeg følte meg fin, jeg følte meg verdsatt, jeg følte at jeg var bra nok! Det var ekstremt godt for en usikker fjorten år gammel jente, som hele livet har fått hørt hun var for tjukk av familien sin. «Noen kan synes til og med jeg er fin, selv om jeg er litt tjukk!».<sup>23</sup>

En av guttene fortalte at han var homofil, og pekte på at nakenbilder kan være en god måte å søke kontakt når man er usikker på hvor åpen man kan være om legningen sin. Siden gutter ofte sender hverandre «dickpics» på tull, kan et bilde tolkes på flere måter.

– Jeg liker gutter, og jeg sendte et bilde til en gutt fordi jeg var redd for vise fram følelsene mine.

Sexolog og seksualunderviser Stine Kühle-Hansen synes ikke det er rart at ungdom tar noen uoverveide valg når de fulle av hormoner og forelskelse sender av gårde et bilde til en de liker. Hun forklarer:

– Når du står foran speilet og beundrer den nye voksne kroppen din i bra lys, kan du komme i en litt hengiven tilstand. Når du får behagelig oppmerksomhet, skjer det noe i nervesystemet: kroppen fylles av endorfiner, og man kan nesten bli litt dopet. Hvis du i tillegg grer håret eller berører deg selv, utskilles også berøringshormonet oxytocin. Denne indre kjemien kan gjøre deg mindre kritisk, og litt mer slepphendt der og da. Sensuren kan bli mindre streng når hjernen tåkelegges av denne «hormoncocktailen», mener Kühle-Hansen.

For voksne kan det også være lett å glemme at ungdomshjernen på langt nær er fullt utviklet. Det gjelder særlig i de fremste hjerneområdene, som er viktige blant annet for planlegging, risikovurdering og impuls kontroll.<sup>24</sup> Ungdommene vi snakket med, var ikke alltid i stand til å gi noen god forklaring på hvorfor de sendte nakenbilder, tross kunnskap om konsekvenser.

– Man tenker at det skjer jo ikke meg. Men plutselig er uhellet ute. Plutselig en dag var det noen som tok en screenshot.

– Det ble til at vi gjorde det igjen. Det bare ble sånn.

## 2. PRESS, MAS OG UØNSKEDE BILDER OPPLEVES SOM NEGATIVT

Medietilsynets siste Barn og medier-undersøkelse viser at 30 prosent av jentene som hadde sendt nakenbilder, svarte at de hadde følt seg presset. Dette er en økning fra tidligere år. Dette ble bekreftet av ungdommene vi snakket med.

– Jeg føler at det er litt press. Hvis en gutt spør, og du sier nei, sier han at du er en pyse, du er lø<sup>25</sup>, du føler deg dum, og så ender du med å sende.

– Hvis du er småbetatt av en fyr, kan det hende han sier at han ikke vil snakke med deg om du ikke sender. Du føler at du må gjøre det. Og så tenker man at bildet blir borte, hvis det er på Snapchat.

– Jeg sa at jeg ikke hadde lyst lengre, men da ble han sint på meg og sa at jeg er pålagt å sende fordi jeg sa jeg ville.

– Det er vanskelig å stå opp mot en guttegjeng. Hvis de er mange som sier «Send et bilde», og du er én person som skal si nei, kan det være sykt vanskelig.

Pedagog og samfunnsdebattant Linn Rosenborg i Snapkollektivet<sup>26</sup> har særlig engasjert seg i feltet digital dannelse, og hvordan det påvirker holdninger og atferd knyttet til deling av nakenbilder. Særlig fra yngre aldersgrupper får hun tilbakemeldinger om at det å like noen blir brukt som et pressmiddel for å få bilder.

– Det er skremmende, provoserende og trist å se hvor mange som opplever å bli presset inn i en situasjon der lettkleddede bilder deles og spres. Det synes som en rød tråd at jentene, så fort bildet er sendt, angrer, føler seg dumme og lurte. Jentene opplever at de ikke har noe valg – gjerne fordi de liker gutten, og tror at han ikke vil være interessert om lettkleddede bilder ikke sendes, sier Rosenborg. Hun har også fått tilsendt skjermdumper av meldingssamtaler der gutter forsøker å presse jenter til å sende nakenbilder. – Gutter sier til jenter at: «Hvis du liker meg, må du sende et bilde». Hvis ikke du sender, får du høre at du er nerd. For jentene handler det om å oppnå sosial status og aksept. Jeg husker selv fra egen ungdom hvor ekstremt viktig det var at de få jeg likte, likte meg. Det kan være utfordrende å si nei når du er i en sårbar situasjon. Kanskje er du forelska, og så får du beskjed om at «dette må du gjøre for å bli likt», sier Rosenborg.

### Sender «dickpics», forventer bilder tilbake

En stor andel av jentene vi snakket med, hadde opplevd at gutter sender «dickpics» av seg selv og forventer noe tilbake. Både i våre utvalg og til Snapkollektivet gir de sterkt uttrykk for at de misliker å få slike bilder, og enkelte omtalte det som truende.

– Vi kan ha en helt normal samtale, og plutselig kommer det et dickpic. Alltid med spørsmål og forventning om å få et tilbake. Det er et samfunnsproblem som har vokst og vokst.

– Sa ifra tydelig at det IKKE var greit og at jeg aldri ville ha det mer, og han tok det som en joke. Og trua meg faktisk flere ganger med å sende det igjen...

Sosialpsykolog Mons Bendixen mener mye av forklaringen på at gutter sender «dickpics» ligger i at de anser risikoen som liten, og den potensielle gevinsten som høy.

– Fordi gutter ikke er gjenstand for de samme konsekvensene som jenter hvis bilder blir delt, koster det ikke så mye å gjøre det. Samtidig kan det ligge en ganske stor gevinst i å få napp. Potensielt kan gutter komme i posisjon til mange jenter på denne måten. Det er en litt selvsentrert atferd, jeg tror ikke guttene tenker så mye på hvordan jenter opplever det. Samtidig er det jo litt risikabelt – man kan bli anmeldt, og mottakerne kan føle seg krenket og støtt. Psykologien er forskjellig for gutter og jenter, og gutter synes i utgangspunktet å ta noe større risiko i ulike situasjoner, sier Bendixen.

Linn Rosenborg i Snapkollektivet mener at både unge og voksne må bevisstgjøres på at det å uoppfordret sende nakenbilder er en krenkelse. Samtidig bekymrer hun seg for at unge gutter kan havne i vanskelige utpressingssituasjoner når de deler bilder ukritisk.

– Jeg lurte ofte på om alle de unge guttene som sender bilder og videoer av seg selv til jenter, kan være sikker på at det er en jevn gammel jente som sitter i mottakerenden, sier hun.

Også enkelte av guttene vi snakket med hadde opplevd å motta bilder uoppfordret, noe de stort sett opplevde som positivt. Men på ung.no og i mediesaker har gutter fortalt at også de kan oppleve mas og forventninger fra jenter om å dele bilder:

**«Det er vanskelig å stå opp mot en guttegjeng. Hvis de er mange som sier 'Send et bilde', og du er én person som skal si nei, kan det være sykt vanskelig.»**

23) Sitatene er hentet fra SiD-kronikken «Det er ikke bare negativt å sende nakenbilder», Aftenposten, 01.09.2016

24) Forskning.no (2015): Storrenjering i hjernen hos tenåringer

25) Lø = rar, dum, kjiip

26) <http://www.snapkollektivet.no>



– Det er en jente i klassen som sender meg bilder av seg selv lettkledd og hun gjør det veldig ofte, hun får meg til å sende bilder av penis min osv, uten att jeg egentlig vil, og hun ringer meg helt plutselig på facetime osv og vi snakker om alt, og etter vært i samtalen så begynner henne og vise puppene sine osv for og få meg kåt.. Jeg sier til henne stopp flere ganger eller så sier jeg ikke gjør det der osv.. Men hun fortsetter bare for og gjør meg kåt, så hun kan se penis min.. Men sier jeg nei eller ikke viser noe så klarer henne og på en måte og presse meg til det.

– Jente spurte meg om nudes vet ikke hva jeg vil svare. Hun har sendt mange bilder av tits med bh. Tror ikke jeg vil sende men kan få.<sup>27</sup>

– Jeg er ikke så veldig glad i å gjøre det. Men begge gangene sendte jentene først, og jeg ble mast på. Siden de sendte også, så ville de ha noe tilbake. Da tenkte jeg «ja vel, da».<sup>28</sup>

Helsesøster Tale Krohn Engvik mener det er viktig å være klar over at også gutter kan være sårbare både for gruppepress og en opplevelse av at «alle andre deler».

– Jeg hører også fra gutter som forteller at de føler press om å dele bilder, og angre etterpå. Noen ganger kan det handle om at de var så kåte der og da at de ikke tenkte seg om. Eller det kan handle om at alle kompisene snakker om at de gjør det, og at man tror det er noe man må gjøre for å være populær. For gutter er det kanskje enda vanskeligere å si fra om de havner i en vanskelig situasjon, og enda større skyldfølelse knyttet til å være den aktive parten i delingen, mener hun.

#### «Du må jo se bra ut, ellers er du fucked»

Hva slags uskrevne regler har ungdommene for hvordan bildene skal se ut? I hvilken grad føler de at de er «seg selv» på bildene – at de utforsker seksualitet og flørter på egne premisser? Dette var ikke enkle spørsmål å svare på, men ungdommene fortalte det absolutt er press og forventninger om hvordan kroppen og bildene bør se ut.

– Det er jo press, du må jo se bra ut, ellers er du fucked.

– Man ser opp til folk på Instagram. Det kan være både kjendiser og populære jenter på skolen. Der er det mye bikinibilder og mye redigering som folk ikke tenker over. Folk legger bare ut det som ser perfekt ut. Det er de som får likes og følgere.

– Det er ikke sånn at jeg tenker at jeg skal prøve å etterligne de bildene, men det går inn i hodet ditt likevel.

– I porno er kroppene perfekte. Derfor blir det så vanskelig. Når vi sender nakenbilder, når vi ikke dit. Ei 15 år gammel jente vet ikke hva som er normalt. Hun tror at porno er slik sex skal være.

Det er ikke nødvendigvis fra guttene de sterkeste føringene kommer:

## «For gutter er det kanskje enda vanskeligere å si fra om de havner i en vanskelig situasjon.»

– Det er ikke en forventning fra guttene om hvordan vi skal se ut, men fra oss selv. Vi prøver å få opp selvtilliten. Sånn er det med alle bilder man legger ut. Man tenker vinkler, filtre. Vi ønsker bekræftelse fra andre jenter.

Stipendiat Per Moum Hellevik ved Nasjonalt kunnskaps-senter om vold og traumatisk stress (NKVTS) synes ikke det er rart at unge i stor grad påvirkes både av kjendisers Instagram-kontoer og jevnaldrendes deling av nakenbilder.

– Når du som ung hele tiden omgis på nettet av supersexy kropp og perfekte mennesker, og måler dem opp mot din egen, er det ikke rart om man blir kjempeusikker. Det generelle kroppsbildet er ikke slik, det er ingen som ser sånn ut med mindre de opereres. De strekker seg mot idealer som er uopnåelige, påpeker han.

Helsesøster Tale Krohn Engvik forteller at hun får et stort antall henvendelser om kroppspress knyttet til deling av bilder:

– Jeg hører fra mange at de sender nakenbilder fordi de har et sterkt ønske om å bli likt. De kopierer poseringer, og det er tøffe idealer de streber etter. Jeg har hørt fra jenter som har brukt opp alle sparepengene på å fikse på seg selv før skolestart, forteller Krohn Engvik.

Hun mener billedelingskulturen generelt og bloggere som reklamerer for å fikse på seg selv, sammen bidrar til et massivt skjønnhetspress fra tidlig alder:

– Det påvirker de usikre jentene, og det starter på barneskolen. Jeg har møtt sjuendeklassejenter som er veldig bevisst på hvordan de skal trene for å få spretten rumpe. Barn og unge sammenligner seg ikke lenger med den fineste jenta i klassen. De sammenligner seg med hele verden, og de har den i lomma, påpeker Krohn Engvik.

En periode hørte hun fra jenter ned i 12-årsalderen at de rangerte hverandre med poeng på Snap.

– Det kan være kjipt å få en dårlig rating, men det kan også være vanskelig å få høy rating. Hvis komplimentene

man gir og mottar bare handler om hvem som er sexy, søt og deilig, vil man kanskje strebe etter å fortsette å få de komplimentene. Som voksne bør vi oppmuntre unge til å gi hverandre komplimenter for andre ting enn bare det som går på utseendet, mener helsesøsteren.

#### Usikkerhet gjør unge sårbare for press

Selv om mye bildedeling skjer i en kontekst der det er spennende og gøy, mente ungdommene at enkelte deler bilder som følge av usikkerhet, lav selvtillit og ønske om å bli likt. Flere kalte ungdom som delte mye «desperate». På den ene siden anser de det som normalt å ønske seg bekræftelse og oppmerksomhet, på den andre siden omtaler de det som negativt å dele «for mye». Ifølge ungdommene kan usikkerhet og lav selvtillit føre til at man deler mer:

– Man kan jo bli litt desperat hvis man ikke hører tilbake. Jeg tror jeg hadde følt meg jævla støgg hvis jeg ikke fikk noen tilbakemelding. Det blir lett at man sender flere, at man prøver å sende et bedre bilde.

– Det er så mye konkurranse, og folk får dårlig selvbilde. De klarer ikke leve opp til de som sender bilder og deler med mange. Det er lett å tenke at: «Hvis jeg gjør det, blir jeg også kul.»

– Det handler om at man er usikker. Du får ikke «æsj» tilbake. Den som får bildet, sier det var sykt bra, så man skal sende mer. Hvis du har dårlig selvtillit, blir du ikke lei deg av å høre at du er pen.

På ung.no og til Snapkollektivet har en rekke ungdommer sendt inn henvendelser om nakenbilder de har delt, og senere angret på:

– I fjor var jeg veldig deprimert, og trengte ting som ga meg selvtillit. Jeg hadde en flørt med en fyr som hele tida sa at jeg var veldig fin osv. Han begynte å spørre om nakenbilder, og først sa jeg nei, men jeg trengte så sårt oppmerksomheten. Til slutt ga jeg etter.

– Jeg ville bare få litt flere venner (...), og han sa at hvis jeg ikke sendte nakenbilder så ville han ikke snakke med meg mer.

Ungdommene vi snakket med, mente at det er et lite mindretall som deler mye, som lettere gir etter for press, og er mer ukritiske til hvem de deler med. De mente også at disse personene får mer press enn andre om å dele.

– På vår skole er det ikke mange som sender. Det er de faste som sender til flere gutter. Blant hundre tror jeg kanskje det er ti. Men de sender til alle som spør.

– Ei jente på skolen har sendt så mange nudes, ingen liker henne.

– Hvis du først er en som sender, er det flere som ber deg om å sende.

Dette kan tyde på at unge som deler mye, får en økt sårbarhet ved å utsettes for enda mer press fra andre. Forskning viser at unge som er særlig risikosøkende, ofte også er sårbare på flere andre områder, blant annet knyttet til psykiske lidelser og omsorgssvikt.<sup>29</sup> Disse barna er også oftere utsatt for kontakt fra fremmede og personer som har skadelige hensikter.

En annen sårbarhetsfaktor kan knytte seg til alder og modenhet. Selv om statistikken viser at bildedelingen øker og er mer utbredt i videregående skole, påpekte ungdommene på tvers av gruppene vi snakket med, at delingen starter tidligere. Ungdomsskoletiden ble trukket frem som den mest sårbare fasen for ukritisk deling.

– Det var verre på ungdomsskolen. Særlig i tiende, det var da det begynte. Jeg tror mange på den alderen er usikre. Vi er mer bevisste nå som vi er litt eldre.

– Jeg tror de yngre tenker mindre på konsekvensene – eller de vet ikke om konsekvensene. Det kan være at ungdomsskolejenter vil henge med de større gutta. Hvis de sender bilder for å komme inn i gjengen, blir de akseptert.

Samme tendens fant man i en britisk studie, der yngre ungdommer (12-13 år) oppga at de var langt mer stresset og bekymret over både å motta og oppleve press om å sende nakenbilder enn tiendeklassinger (14-15 år).<sup>30</sup> Tiendeklassingene ga uttrykk for større motstandskraft og evne til å håndtere press.

## «Det er konkurranse mellom gutter at man får jenter til å sende. Det gir kred å få masse nudes, og viser at man er populær.»

27) Begge sitater fra www.ung.no

28) VG: Derfor tar vi nakenbilder. – Jeg ville gjøre ham glad. 28.11.2017

29) Hellevik K og Øvertien C (2016): Teenage intimate partner violence: Factors associated with victimization among Norwegian youths. Scandinavian Journal of Public Health, 1–7, Vol 4 Issue 7 2016; Johannesen, Vibeke, (2009): «På tross av det umulige». Rusfag nr: 1 2009; Helland, H. og Øia T. (2005): Forebyggende ungdomsarbeid. Fagbokforlaget.

30) Ringrose et al. (2012): A Qualitative Study of Children, Young People and "Sexting". A report prepared for the NSPCC



### 3. MAKT OG MANIPULASJON KAN SKAPE ØKT SÅRBARHET FOR DELING

Intervjuene med ungdommene viser at det er noen mindre synlige trekk ved delingen som spiller inn og kan påvirke ungdoms, og særlig jenters, evne til å håndtere press om å dele.

#### Nakenbilder som maktfaktor

Flere av guttene vi snakket med erkjente at det gir status å ha mange bilder, det er et tegn på at man er godt likt blant jentene. Guttene bruker av og til begrepet «verdi» knyttet til nakenbilder, og bildene kan på mange vis forstås som en slags valuta eller sosial kapital. Bilder fra «populære» jenter har høyere verdi. Jo flere bilder man har, og jo høyere verdi på bildene, jo høyere står man selv på den sosiale rangstigen.

Mange forteller også at de kun har bildene på mobilen, men gjennom å vise dem fram til venner, oppnår man mye av det samme som ved å videresende dem: man beviser sin egen status eller popularitet.

– Man blir mer stolt hvis man har et bilde av en som er populær.

– Det er konkurranse mellom gutter at man får jenter til å sende. Det gir kred å få masse nudes, og viser at man er populær.

– Hvis du ikke får noen, er det fordi jenter liker deg ikke.

Jentene på sin side mente de særlig var sårbare i overgangen fra ungdomsskole til videregående. De mente at populære eldre gutter har stor makt til å definere jenters status ut fra vilje til å dele nakenbilder. Våre samtaler ga inntrykk av at jenter tilsynelatende ikke har tilsvarende makt til å definere gutters status på denne måten.

«Sender du et nakenbilde, viser du at du er morsom, kul. Du gir av deg selv. Du er en glad type, en man vil omgås med. Du blir mer populær blant gutta.»

– Det er veldig vanskelig å ha bestemte meninger. I en sånn alder som vi er i nå, vet du ikke helt hvem du er. Det er så mye usikkerhet.

– Overgangen fra ungdomsskole til videregående er stor. Det er vanskelig å vite hvor du hører til, å finne seg selv. Er du den kjedelige, er du lættis, er du den gale? Hvilken gjeng er du i? Når eldre gutter prøver finne ut hva slags jenter som har begynt på skolen, vil du vise deg fra din beste side. Hvis du ikke er trygg på deg selv, er det fort gjort å bare gjøre det.  
– Det er på en måte fra gutter man får godkjenning. Det er ikke like stas å få et kompliment fra en jente som fra en kjekk gutt. Det er to helt forskjellige ting.

– Sender du et nakenbilde, viser du at du er morsom, kul. Du gir av deg selv. Du er en glad type, en man vil omgås med. Du blir mer populær blant gutta.

– Men gutter hater<sup>31</sup> også på jenter som sender. Hvis det er dritlett å få tak i bilder, og de har fått det de skal ha. Hvis du er hard to get, får de et annet syn på deg. Men å være nøytral... man vil ikke det heller. Da får man ikke satt noen spor.

Det er særlig yngre jenter i videregående skole som opplever press om å sende nakenbilder for å få være med på russefeiring («rulle») med eldre, og gjerne populære russegutter. Dette gir disse guttene stor makt over de yngre jentene.

– Særlig de på 16 år får mye press. De får beskjed om at «har du bra nok kropp, kan du være med å rulle». Jeg har hørt rykter om folk her i området som sendte flere nakenbilder fordi de var så desperat etter å komme på rulletur. Det handler om status. Gjør du det, så kommer du høyere opp, du får være med de kule.

– Guttene bruker det som utpressing. De har ikke uendelig med rulleplasser, men de spør jo alle. Det er ikke sikkert man får den plassen selv om man sender bilde. Det har masse med utseende å gjøre.

Helsesøster Tale Krohn Engvik bekrefter dette skjeve maktforholdet. Jenter kan bruke nakenbilder til å posisjonere seg, men denne posisjonen bygger på et svært skjørt grunnlag.  
– På den ene siden kan deling av bilder gi jenter muligheter til tilsynelatende å være mer populære. Men de får ikke nødvendigvis et godt rykte. De blir stemplet som «hore» og «slut», mens gutta får «kred». Selv om jenter som deler bilder, får være med på flere fester og kan virke populære, er populariteten deres mer overfladisk. Det handler om utseende og sex, ikke om hvem de er som menneske, påpeker hun. Både Krohn Engvik og flere av jentene vi snakket med, beskriver en situasjon der det er vanskelig å velge «riktig», og at utfallet kan bli feil uansett hva man gjør:  
– De som står utenfor, kan ha det kjipt. Men de som er

med, kan også ha det kjipt. Mange jenter som deler bilder for å oppnå noe, kan føle seg litt brukt etterpå, sier hun.

I noen tilfeller kan maktspektet være både konkret og uttalt. Helsesøsteren forteller om et tilfelle der gutter brukte et nakenbilde av ei jente som pressmiddel:  
– Guttene ba jenta utføre tjenester for dem mot at de ikke skulle spre bildet: «Plukk opp den pennen, ellers viser vi det videre». Jenta følte seg nesten som slaven deres.

#### Gutter og jenter kan ha ulike intensjoner

Intensjonene og forventningene knyttet til deling kan være annerledes for jenter og gutter, og det kan få konsekvenser både for hvordan man utøver press og vilje til å dele. Flere av guttene hadde ulike strategier for å få flere bilder, fra å gi komplimenter om bilder som ble sendt til å ikke screene bildene man får for å vinne tillit.

– Hvis jeg screener et bilde, får jeg kanskje ikke mer.

– Det starter med BH. Hvis man sier «du er deilig», får du kanskje et bilde uten.

Enkelte av jentene sa at de var klar over guttenes «triks» og manipulering for å få flere bilder, men at de var lettere å gjenkjenne nå som de var litt eldre.

– Eldre jenter har skjont det, de blir fortere modne i hodet. Derfor spør guttene yngre jenter.

– Det kan være at jenta flørter, mens han bare er ute etter å få bilder. Hvis du får et kompliment av en gutt, kan det hende det er et luretriks.

– Gutter er sneaky. De vet hva de skal si for å få bildene, hvilke knapper de skal trykke på. De kan si at du er pen, at de vil bli bedre kjent med deg. De sier: «Det er bare til meg, jeg skal aldri sende til noen.» Så får de det de vil ha, og så kutter de.

I en kartlegging fra Barneombudet om seksuelle krenkelser, som også bygger på fokusgrupper med ungdom, kommer det fram at 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.<sup>32</sup> 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. Helsesøster Tale Krohn Engvik mener det kan være vanskelig for barn å forstå andres hensikt, særlig når den andre er eldre og metodene for å manipulere er mer sofistikerte. Eksempelvis ble hun kontaktet av ei jente på 12 år som fortalte at hun hadde en såkalt «nude-friend» – en man sender nakenbilder med – på 19 år.

– Hun fortalte at de nå skulle møtes i virkeligheten. Da spurte jeg henne hva hun trodde de skulle gjøre. Det visste hun ikke helt. Da måtte jeg forklare at han trolig forventet at de skulle ha sex. Det hadde ikke jenta forstått, og hun ble ganske sjokkert, forteller Krohn Engvik. Også stipendiat Per Moum Hellevik mener det kan være utfordrende for unge å forstå den andres hensikter fordi relasjonen dem imellom kan være uavklart, med høyst ulike forventninger.

– Blant ungdom har du et bredt spekter av intime relasjoner. Du har for eksempel «friends with benefits», som i første rekke er en seksuell relasjon. Du har kjærestere relasjoner som defineres seriøst og offisielt på Facebook. Du har jenta som flørter og føler at hun har en påbegynnende relasjon, mens gutten på den andre siden kanskje ikke føler det sånn. Ulike forventninger til hva en gitt relasjon innebærer, kan resultere i misforståelser, skuffelser og i mer alvorlige tilfeller krenkelser og overgrep, sier Moum Hellevik.

#### Inspirert av porno?

Ungdommene påpekte at gutter kan være interessert i nakenbilder som alternativ til nettporno. Guttene mente selv at det er mye mer spennende å få nakenbilder av noen man kjenner, enn å finne bilder eller filmer av tilfeldige personer på nettet.

– Gutter vil gjerne ha bilder av jenter de kjenner og liker. Du kan jo bare søke opp bilder på Google, men det er mer spennende å få et bilde av en man liker.

– Mange gutter sitter bare og onanerer til bildene. Jeg tror ikke de skjønner at vi synes det er skikkelig kvalmt.

– Det kan hende det er derfor flere sender nakenbilder, at man inspireres. Men ei 15 år gammel jente vet ikke hva som er normalt. Hun tror at porno er slik sex skal være, at det sånn gutter og jenter oppfører seg.

– Hvis man ser på porno, er det mer naturlig å spørre etter nudes. Du ser noe du liker, og vil ha noe som er drøyere og drøyere. Det er en utvikling av nudes. Man sender mer snapsex til hverandre.

Unge opplever en massiv eksponering for seksuelt innhold ikke bare fra pornografi, men også fra sosiale medier og bloggere, TV-serier, musikkvideoer og reklame. Spørsmålet er om denne normaliseringen av seksualiserte bilder og fremstillinger har bidratt til at grensene er flyttet også for å ta og dele bilder av andre i seksuelle situasjoner. Politiet har ytret sterk bekymring over det de betegner som en grenseløs sexkultur blant barn og unge, der sex blir filmet og spredt på sosiale medier.<sup>33</sup> De konkrete scenariene, der seansene filmes og ses av andre, virker grunnleggende pornoinspirert. I mange tilfeller er grensen mellom hva som er et overgrep og hva som er frivillig nesten visket ut.

31) Å «hate på» (uttalt som på engelsk) er ikke et uttrykk for å direkte hate, men handler mer om å rakke ned på.

32) Barneombudet (2018): «Alle kjenner noen som har opplevd det». Samtaler med ungdom om seksuelle krenkelser  
33) VG (20.08.2016): Politiet slår alarm: Grenseløs sexkultur blant barn og unge



Enkelte av ungdommene vi snakket med fortalte at slike videoer blir vist videre.

– Det lakk en video av en som hadde sex med ei mindreårig jente. Hun var naken og bevisstløs. Han viste den til alle som ville se. Man har ikke lyst til å se, men man blir jo nysgjerrig. Det er sykt at folk tenker at det er greit å legge ut det.

– Jeg tror dessverre ikke det er uvanlig at noen tenker at hvis man har sex i skogen og noen ser deg, så må du nesten regne med at det kan bli filmet og dukke opp et sted. Vi er så vant med å bli eksponert, og det er lav terskel for å dele ting.<sup>34</sup>

Sexolog Stine Kühle Hansen mener det er problematisk at ungdom ikke får noen opplæring i skolen i å forstå pornografien de eksponeres for fra tidlig alder. I tillegg til at unge kan inspireres til å filme sex og på den måten produsere eget pornografisk materiale som ikke nødvendigvis er godkjent gjennom samtykke av begge parter, mener hun scenariene i pornografien kan tilsløre hva som er lov og ikke lov:

– Mye porno handler om seksuelle aktiviteter der man er på kant med loven. Det gjenspeiler seg for eksempel i russens knuteregler, der man får en knute i lua for å ha sex på offentlig sted. Har voksne fortalt dem at seksuelle aktiviteter offentlig ikke er lov? Porno skiller sjelden på offentlige og private steder. Hadde ansvarfulle voksne kommunisert at nær sagt alt er lov å gjøre privat og i det private, når det er samtykke mellom jevnaldrende, så kunne det både tydeliggjort og inspirert til mer respekt for det private, mener Kühle-Hansen.

### Oppsummering

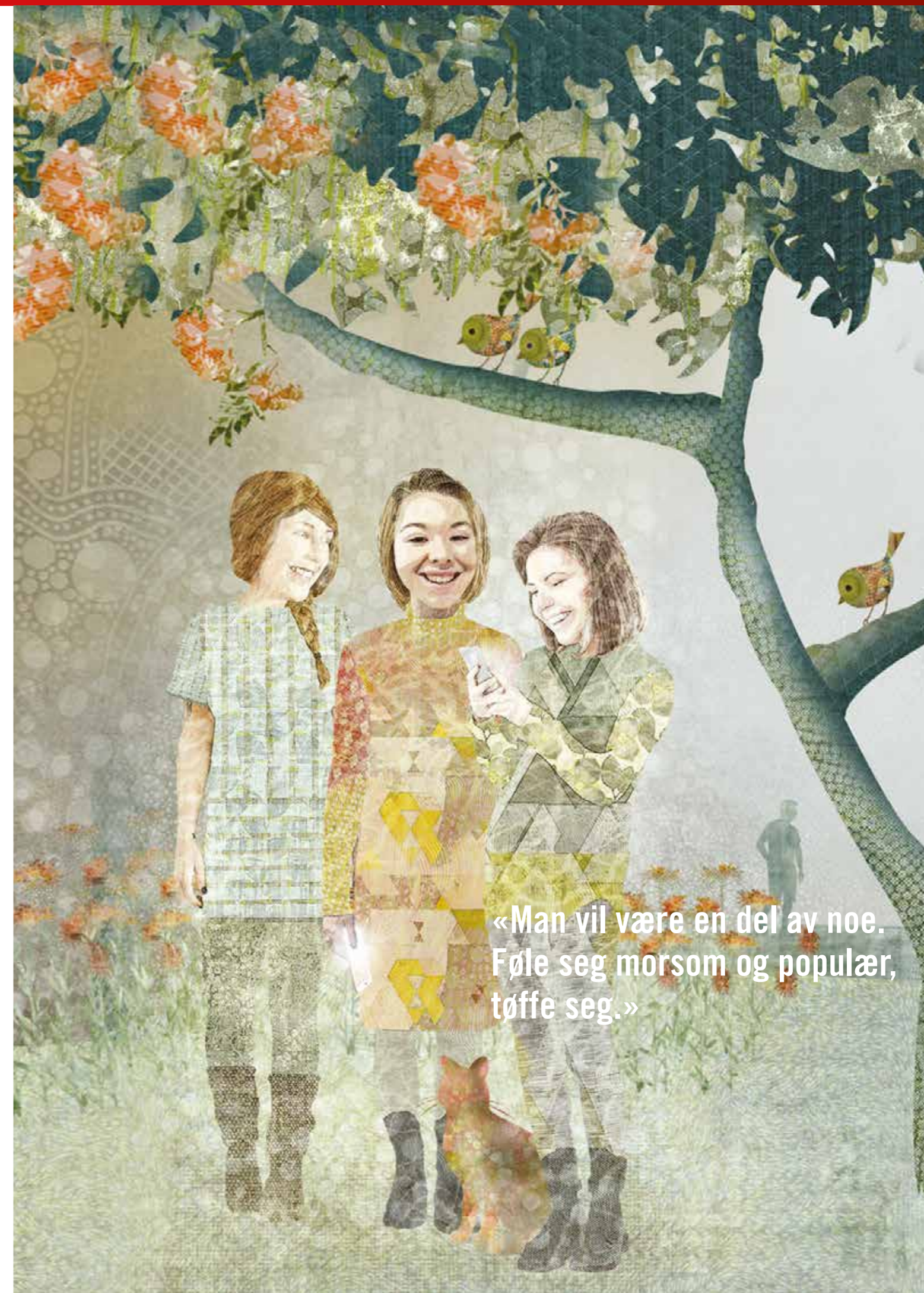
Ungdommene vi møtte ser en rekke positive sider ved å dele nakenbilder. Det kan være en morsom måte å flørte og øve seg på å fremstå som seksuelle subjekter, og oppmerksomhet og bekreftelse er bra for selvbildet. Nakenbilder kan også deles med en kjæreste, som et uttrykk for nærhet, intimitet og tillit, at man stoler fullt og helt på den andre. Studier har funnet at dette er den vanligste motivasjonen for deling av nakenbilder.<sup>35</sup> Bilder kan også deles mellom venner av samme kjønn, «på tull», for å vise fram nytt undertøy og for å få bekreftelse og komplimenter for kroppen sin.

Av mer problematiske opplevelser nevner ungdommene mas og press om å dele bilder, og – for jentene – å få tilsendt bilder de ikke ønsker. Ungdommene vi snakket med, fortalte at deling av nakenbilder kan være en kilde til stor usikkerhet. Får man ikke bekreftelse, kan man tenke at man ikke er pen eller bra nok, eller at bildet man sendte ikke var bra nok, og det kan føre til at man sender stadig flere bilder. I alle fokusgruppene ble det snakket om at noen få personer delte mye og ukritisk, og at de som

konsekvens ble utsatt for enda mer press om å dele. Enkelte kjente også til unge som hadde blitt truet og manipulert til å dele bilder.

Intervjuene tegner et bilde av at nakenbilder i en del tilfeller kan ha en tydelig maktfunksjon. Bildene kan gi gutter makt og status ved at den som besitter bilder fra populære jenter, styrker sin sosiale posisjon i gjengen eller hierarkiet. Jentene opplever også at guttene har stor definisjonsmakt knyttet til hvilke jenter som er «utenfor» og «innenfor», og som kan brukes som pressmiddel for å få bilder. Å dele bilder kan gi jenter en kortvarig eller skjør status som «innenfor» og populær, i hvert fall blant guttene, og kan gi tilgang til goder som å få være med på fest eller «rulling» med russebus. Samtidig kan denne billedelingen bidra til å skape konflikt og fordømmelse fra jenter som ikke deler. I mer alvorlige tilfeller kan bilder også brukes som trussel eller manipulasjon der man må utføre tjenester eller ha sex med noen i bytte mot at bildene ikke deles videre.

«Samtykke» blir i denne konteksten relativt. Selv om ei jente har delt et bilde «frivillig», betyr det ikke at delingen skjedde uten press eller manipulering.<sup>36</sup> I en kontekst med spenning, press og maktutøvelse, kan det være vanskelig å bedømme om delingen skjer med et frivillig og likeverdig utgangspunkt. Ønsket om å bli sett og beundret, få komplimenter og status, å bli inkludert eller likt av noen man selv liker, er viktige faktorer i valgene de tar om å dele eller ikke dele. Uklarhet rundt intensjoner og forventninger kan også bidra til at ungdommer deler bilder de senere angrer på.



34) Aftenposten: Helsesøster: - Før holdt man et speil i dusjen for å se på jentene. Nå har du det på film. 13.03.2016

35) Van Ouytsel et al (2017): Sexting: adolescents' perceptions of the applications used for, motives for, and consequences of sexting. Journal of Youth Studies, Volume 20, 2017 - Issue 4

36) Hasinoff, A.A. (2012). Sexting as media production: Rethinking social media and sexuality. New Media & Society, 15(4), 449-465.



## 2. «GODE RÅD BLIR LETT GLEMT NÅR VENNER PRESSER»

### Ungdoms motivasjon for å dele andres nakenbilder uten samtykke

I første del så vi at ungdommene mener deling av nakenbilder kan ha en rekke positive sider når de deles én til én og skjer i en ramme av likeverdighet, frivillighet og tillit. Samtidig vet vi at denne tilliten innimellom brytes. Hva mener ungdom er grunner til at andres nakenbilder deles uten samtykke, og hvem har skyld og ansvar når nakenbilder havner på avveie?

#### «Alle» kjenner til noen som har fått bilder spredt

En stor andel av ungdommene hadde opplevd at nakenbilder eller film var delt med andre enn de var ment for. Flere fortalte historier om egne eller andres bilder som var blitt spredt, med til dels store konsekvenser.<sup>37</sup>

– Jeg sendte bilde til en jeg stolte på, etter at han sa at han lovt å aldri vise det til noen. Han sendte det til alle kompisene sine som printet det ut og hengte det opp på skolen. Læreren sa jeg ikke skulle vært så dum.

– Jeg opplevde at kjæresten min tok bilder av meg mens jeg sov og sendte til alle på listen sin. Han sa det var fordi jeg var så fin naken.

– Bildene ble spredd, både hans og mine. Det var et helvete, og mye rykter.

– På ungdomsskolen ble det spredt bilder av ei jente i tiende. Man så ansikt og alt. I løpet av minutter så hele skolen det. Jenta har fortsatt dårlig rykte.

En spørreundersøkelse blant 403 unge mellom 16-20 år fant at 28 prosent av guttene og 29 prosent av jentene som hadde «sextet», hadde opplevd at deres egne «sexter» ble videresendt.<sup>38</sup> Videreending er altså et relativt utbredt problem blant ungdom av begge kjønn som «sexter». 42 prosent av guttene og 31 prosent av jentene som hadde «sextet», hadde også videresendt noen andres «sexter».

#### Tar og deler intime bilder for å tulle, erte og mobbe

Ungdommene nevnte flere eksempler på at det i egne grupper blir lagt ut bilder og filmer av venner og bekjente der de er mer eller mindre påkledd, gjerne i seksualiserte situasjoner, for å tulle, mobbe eller gjøre narr av personene på bildet. Bildene er ofte tatt på fest og der personene er påvirket av alkohol.

– Man kan legge ut bilder og video på russesider, på Instagram og YouTube. Hvis man har bursdag, kan andre legge ut bilder av deg når du er full, for å vise at du er gal.

– Mange legger ut bursdagsvideoer på Facebook som går over grensen.

Det er også ganske vanlig å ta bilder uten at folk er klar over det, for eksempel av rumpa til noen som bøyer seg ned, der man kan se trusestrikken eller bare buksa, et fenomen omtalt som «creepshots» av rådgivningstjenesten Slettme.no.<sup>39</sup> Som regel er disse bildene seksualiserte,

men det er ikke alltid hvor mye hud som vises, som avgjør om det oppleves krenkende. Ungdommene fortalte om egne kontoer på Instagram med såkalte «hookebilder», for eksempel av personer som kliner. Alle kan sende inn bilder, og de involverte tagges.

– Folk på skolen min har laget en hooke-side. De legger ut bilder fra fest av folk som hooker. Ingen spør før de tar bildene.  
– Man får ikke lagt det ned. Ingen vet hvem som har passordet. Sidene har flere tusen følgere.

Inntrykket er at ungdom har blandede følelser knyttet til dette. Enkelte ga uttrykk for at dette ikke er noe å bry seg med, siden man ikke kan gjøre noe med det.

– Du kan sende en melding og si at du ikke vil ha bildet ditt der, men det er blitt litt sånn at det må man akseptere. Du virker litt prippen hvis du ber om at de sletter, når alle har sett det likevel.

– Når man tenker på det, er det egentlig helt sykt. Når alle skoler i Oslo har det, blir det normalisert.

Hans Marius Tessem, leder for Slettme.no, mener voksne bør understreke alvoret i disse sakene selv om ungdom kan uttrykke at dette er noe man må akseptere.

– Å få bukt med denne typen deling er helt klart en del av oppdraget til forebyggingsaktører. Det kan være vanskelig for personen som blir avbildet å si fra om at det ikke er greit. Vi ser samtidig at et nytt normsett er i ferd med befestes seg, og at gruppen i større grad tar ansvar. Blir noen ferska for å ta et creepshot, så sier folk rundt ifra: «Ikke ta de bildene», forteller Tessem.

#### «Man vil være en del av noe»

Hvorfor deler unge andres nakenbilder vel vitende om at personen på bildet ikke har samtykket og med stor sannsynligvis ikke ønsker det? Ungdommene uttrykte at gruppepress og behov for å oppnå status og anerkjennelse i gruppen er viktig motivasjon for å videresende. Enkelte mente at det er forventet blant venner å sende hverandre bilder man har fått.

– Gode råd blir lett glemt når venner presser. «Jeg vet du fikk bilde», sier gutter til hverandre. Og så maser de om å få det videresendt.

– Fordi man kanskje er stolt og vil skryte. Den det er bilde av er kjekk eller pen. Man vil vise at man får nakenbilder av mange forskjellige personer.

– For å være ærlig, jeg ber kompisene sende det. Vi er gode kompiser, vi deler det meste med hverandre. Det er litt dumt.

– Man vil være en del av noe. Føle seg morsom og populær, tøffe seg.

Forskning viser at hjernen i løpet av ungdomsårene endrer seg på en slik måte at ungdom opplever belønning når de blir beundret av venner, og positiv forsterkning ved å være inkludert i en gruppe med jevnaldrende.<sup>40</sup> Derfor spiller venner en svært viktig rolle i tenårene, og de kan føle seg sårbare hvis de ikke har venner eller blir sosialt avvist. Samtidig er ikke sentrene for selvregulering i hjernen ferdig utviklet. Dermed er de også mer mottakelige for gruppepress og å utsette seg for risiko. Det opplevde presset behøver ikke være uttalt eksplisitt, men kan påvirkes av en opplevelse av forventinger i vennegjengen.<sup>41</sup> Det er ofte ikke før i voksen alder at vi i mindre grad er påvirket av venner og jevnaldrende, og bedre i stand til å ta beslutninger basert på hva vi selv mener er riktig.<sup>42</sup>

#### Deling med hensikt å skade?

Noen ganger kan delingen skje som del av mobbing eller en konflikt som har eskalert, eller deling kan brukes mot noen etter at et forhold er slutt.

– Hvis hun slår opp, og man er sur og skjønner ingenting – da kan det være at man sender bilder videre.

– Hvis du vet at kjæresten er utro, da blir du sur – da kan jeg blackmail henne med det.

– Man vil ha oppmerksomhet eller hevn. Man vil ødelegge for andre eller sette dem i et dårlig lys.

– For å gjøre narr av eller true andre. For å være ekle etter en konflikt.

– Av en eller annen grunn ble vi enige om å screene bildene. Han sendte til én, og nekta, men jeg vet at han sendte det. Jeg så screenen. Derfor var det ikke sperrer hos meg på å vise hans.

## «Hvis hun slår opp, og man er sur og skjønner ingenting – da kan det være at man sender bilder videre.»

37) Enkelte av disse historiene er samlet inn via Snapkollektivet.

38) Stine Nygård: (2018): *Sexuality in the Snapchat Generation: The Emerging Issue of Adolescent Sexting*. Masteroppgave ved Psykologisk institutt, UiO. «Sexting» har her en bred definisjon, og inkluderer både seksuelt eksplisitte (inneholder nakenhet, sex, etc) og seksuelt antydende (inneholder delvis nakenhet, seksuelt ladete positurer og ansiktsuttrykk) tekstmeldinger, bilder og videoer.

39) Slettme.no: Årsrapport 2014. «Creepshots»: bilder ofte tatt i det offentlige rom, uten at den avbildede vet at bildet tas

40) Albert et al (2013): *The Teenage Brain. Peer Influences on Adolescent Decision Making*. Current Directions in Psychological Science; Vol 22, Issue 2, 2013

41) Steinberg og Monahan (2007): *Age differences in resistance to peer influence*. Dev Psychol. 2007 Nov;43(6):1531-1543.

42) Berk C, 2013; ReachOut.com: *Risk-taking and teenagers*



Andre påpekte at videresending kan skje fordi det er så enkelt, og at tjenestene legger opp til at man med få trykk kan dele bildet med flere. Noen ganger er det ikke en dyp motivasjon som ligger bak, det «bare ble slik».

– Det er lett å videresende. Det er bare to taster og to taster til for å dele.

– Du hadde ikke tenkt til å spre videre, men du gjør det likevel. Flere medga at de ikke synes det er greit.

– Jeg personlig synes det er slem.

– Du angre hvis du har spredt og videresendt.

Stine Nygårds masterstudie om sexting på Snapchat fant at ungdom til dels er kritiske til det å videresende seksuelle bilder og meldinger de har fått tilsendt privat.<sup>43</sup> Undersøkelsen fant at guttene, med et gjennomsnitt på 25 på en skala fra 1 («fullstendig galt») til 100 («fullstendig greit»), i større grad enn jentene (gjennomsnitt på 10) så ut til å mene at det ikke er så alvorlig å videresende et bilde uten samtykke.

Mariann Olsvik, helsesøster og prosjektleder i Sex og samfunn, forteller at hun veldig ofte etter avholdt seksualitetsundervisning får henvendelser fra elever som har erfaringer med ufrivillig deling av nakenbilder.

– De sier at de vet at de ikke skal dele videre, men spørsmålet er i hvilken grad de har tatt det inn over seg. Å legge ut bilder offentlig på nettet forstår de ikke er greit, men mange har en antagelse om at det er greit å dele bilder av andre i lukkede grupper, sier hun.

Olsvik påpeker at ungdom ofte ikke videresender bilder av vond vilje:

– De fleste sender ikke nakenbilder av andre for å være slem. Men vi ser at ungdom har liten forståelse for konsekvenser. For noen handler det om «skrytefaktor»: «Se hvor deilig kjæresten min er».

Stipendiat Per Moum Hellevik ved NKVTS mener ungdom

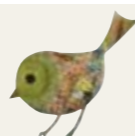
kan ha en manglende forståelse for hvor alvorlig det oppleves for de som får delt bilder ufrivillig.

– Seksualiserte bilder og bildedeling er så vanlig at grensene kan være vanskelig å definere. Når hun i klassen har en Instagram-konto full av drøye bilder, tenker man kanskje ikke på at det kan ha en ødeleggende effekt om hun får andre bilder spredt, sier han.

Men konteksten og intensjonen har svært mye å si, påpeker Moum Hellevik.

– Det fins de som legger ut bilder som de vet vil ses av andre. Men for de aller fleste skal intime bilder forbli private. Når man har et håp om, eller er i gang med en intim relasjon, er det som oftest bare den andre personen du vil skal ha det bildet, understreker voldsforskeren.

### NÆR ÉN AV FEM HAR DELT BILDER UTEN SAMTYKKE



I Medietilsynets Barn og medier-undersøkelse fra 2016 oppga totalt 17 prosent av barn i alderen 9–16 år at de har sendt bilder eller videoer av andre på nett eller mobil uten at de har sagt ja til det. Dette gjelder alle typer bilder, og ikke nakenbilder spesielt. 63 prosent svarer at de ikke har sendt bilder uten samtykke, mens 20 prosent svarer «vet ikke».

#### «Det er lett å gi faen om du ikke kjenner personen»

De fleste nakenbilder deles i en kontekst der man stoler på at mottageren ikke vil sende dem videre. Ungdommene var i stor grad enige om at man aldri kan stole hundre prosent på at dette ikke vil skje.

– Hvis man flørter, kan man ikke stole på personen. Kanskje han bare later som for å få bildet.

– Man må forstå konsekvensene før man sender nakenbilde til en person. Det er det samme om du stoler på personen du sender det til. Man kan aldri stole på noen.

Flere ga uttrykk for at det er ulike regler for hvem det er «greit» å videresende bilder av. Er man i et forhold med noen, bør man kunne forvente at løfter holdes. Får man et bilde fra en bekjent eller en som ikke står en like nær, gjelder andre regler:

– Hvis noen har et forhold, da stoler man på hverandre. Men hvis en random jente sender bilde, kan man ikke regne med at det ikke blir delt.

– Om en gutt som ikke er i vennegjengen hadde sendt meg et pikkbilde, hadde jeg ikke tatt så mye hensyn. Det er lett å gi faen om du ikke kjenner personen.

#### Viser fram på mobilen i stedet for å videresende

Flere ungdommer fortalte at det er blitt mer vanlig å vise fram bilder av andre på mobilen fremfor å videresende. Det er uklart om dette er fordi økt kjennskap til at politiet forfølger slike saker, gjør at de forsøker å begrense sin egen delaktighet eller risiko for å gjøre noe kriminelt, eller om det er fordi dette anses som mindre alvorlig enn å videresende. Straffelovens § 311 er likevel klar på at det er straffbart å oppbevare seksualiserte bilder av barn under 18 år.

Flere av ungdommene mente at det er kjønnsforskjeller i hvem som videresender og hvem som «bare» viser fram bilder på mobilen. De mente at dette kunne henge sammen med at det har mer status for gutter enn jenter å motta nakenbilder.

– Det er guttegrupper på Snap der man deler nakenbilder. Jenter viser bildene på mobilen til venner.

– Jeg tror jenter er mer forsiktede, og ofte tenker mer på konsekvenser enn gutter. Gutter viser bilder av jenter uten å tenke på det.

– Jeg har aldri møtt ei jente som går rundt og viser fram dickpics.

Dette bekreftes ikke i Stine Nygårds mastergrad, der det kom frem at jenter «i stor grad» videresender andres «sexter»,<sup>44</sup> gjerne ved å videresende «dickpics» til venninnene sine for å latterliggjøre gutten som sendte det uoppfordret.

Hans Marius Tessem i Slettmeg.no mener også å se kjønnsforskjeller i motivasjonen for å videresende andres bilder:

– Når gutter videresender, ser vi at drivkraften ofte er spenningen med nakenhet. Jenter ser i større grad ut til å gjøre det for å ramme noen eller ta igjen. Gutter kan også dele bilder for å hevne seg, men det er ikke den vanligste grunnen, hevder Tessem.

Han har også merket seg tendensen til at flere viser fram bilder i stedet for å videresende dem.

– Det kan henge sammen med at man tenker at det er mindre ille, mindre ulovlig. Men i noen tilfeller kan det også handle om at bildene oppleves som valuta. Du har noe de andre ikke har; du har noe å vise fram. I det øyeblikket du har videresendt bildet, har alle andre det. Da har ikke bildet lenger den samme nyhetsverdien som kan gi deg oppmerksomhet, påpeker Tessem.

#### «Den som tar bildet, har hovedansvaret»

Ungdommene var uenige seg i mellom om hvem som har ansvar når bilder spres uten samtykke. De fleste mente likevel at den som har tatt bildet av seg selv og delt det, må ta en stor del av ansvaret.

## «Den som tar bildet av seg selv, har hovedansvaret, fordi det alltid er en risiko for at det spres. Da er man dum.»

– Hovedansvaret ligger på den som sendte det i førsteomgang, for man kan ikke alltid stole på andre.

– Du må passe på hvem du sender til, og det er bare dumt å gjøre det. Hadde du ikke tatt bildet, hadde det ikke blitt videresendt.

Flere av ungdommene ga uttrykk for at det er «verre» å legge ut bilder på sosiale medier og nettsider enn å sende bilder én til én, for eksempel til en kjæreste man stoler på. Likevel kan det virke som om rykter og fordømmelse kan være like ille uavhengig av hvordan bildene er delt.

Politioverbetjent Anne Merete Ansok ved forebyggende avdeling på Majorstuen politistasjon har også erfart at skillet mellom de som legger ut bilder på nettet, og de som bare hadde tenkt å dele med én, i praksis kan hviskes ut.

– Du har de ungdommene som er veldig eksponeringsssøkende, og legger ut bilder på nett for at flest mulig skal se. Så har du de som bare de deler med hverandre, én til én. De deler med kjæresten uten noe ønske om at det skal havne på VG Nett. Og når bildene spres, blir disse unge klandret for det som de eksponeringsvillige driver med, sier hun.

Ungdommene brukte ofte begrepet «dum» om de som har sendt fra seg et bilde, uavhengig av konteksten bildet ble delt i.

– Man må ta konsekvensene av det selv. Når du først sender, er du dum. Jeg har vært smådum selv.

– Den som tar bildet av seg selv har hovedansvaret, fordi det alltid er en risiko for at det spres. Da er man dum. Den som deler det videre er medskyldig.

Andre påpekte at ansvaret må deles likt mellom den som tar og den som sprer bildet.

43) Stine Nygård: (2018): *Sexuality in the Snapchat Generation: The Emerging Issue of Adolescent Sexting*. Masteroppgave ved Psykologisk institutt, UiO

44) Stine Nygård: (2018): *Sexuality in the Snapchat Generation: The Emerging Issue of Adolescent Sexting*. Masteroppgave ved Psykologisk institutt, UiO



– Begge har ansvar. Den som sender, bør tenke på at det fort kan spres, men hvis han eller hun først sender, har mottageren et ansvar fordi det er ulovlig å ha nakenbilder av andre eller videresende.

Et mindretall mente at det utelukkende er den som videresender bildet, som har ansvaret:

– Offeret har ingen skyld i dette. Den som videresender har ansvaret. Ofte blir bilder sendt på Snapchat, og da lagrer man dette uten tillatelse.

– Fordi personen som sendte til deg stolte på deg, og da er det ditt ansvar å ikke gjøre noe de ikke vil med bildene.

Politioverbetjent Anne Merete Ansok mener det er et paradoks at det er den krenkede, avbildede personen som utsettes for den verste skyldbeleggingen.

– Det ruller et tog gjennom samfunnet når det gjelder individualisering av skyld og ansvar. Budskapet er at det er din egen feil, du er din egen lykkes smed. Det er lett å si: «Hvor dum går det an å være?» Men når ungdommer krenkes på det groveste, trenger de å møtes med støtte og forståelse, uten selv å bli anklaget. Ansvaret tilhører fullt og helt den som uten samtykke deler andres nakenbilder, understreker politioverbetjenten.

Pedagog og blogger Linn Rosenborg fra Snapkollektivet mener retorikken og den offentlige debatten om nakenbilder påvirker hvordan både unge og voksne tenker om ansvar og skyld:

– Hvis jeg vil ta et nakenbilde og sende det til kjæresten min når han setter i et kjedelig styremøte, må jeg få lov til det. Det er noe som skjer mellom oss, og ikke har noe med andre å gjøre. Det som ikke er greit, er hvis det skulle bli slutt, og han sprer det. På tvers av aldersgrupper er det lett å sitte igjen med følelsen at man har vært dum, at det er en selv som har skylden. Vi må rette fokuset bort fra den som er utsatt, over til den som har begått overgrepet: hvorfor stjeler noen andres bilder, hvorfor misbruker de andres tillit, sier Rosenborg.

### FLEST BEKJENTE SOM DELER UTEN SAMTYKKE

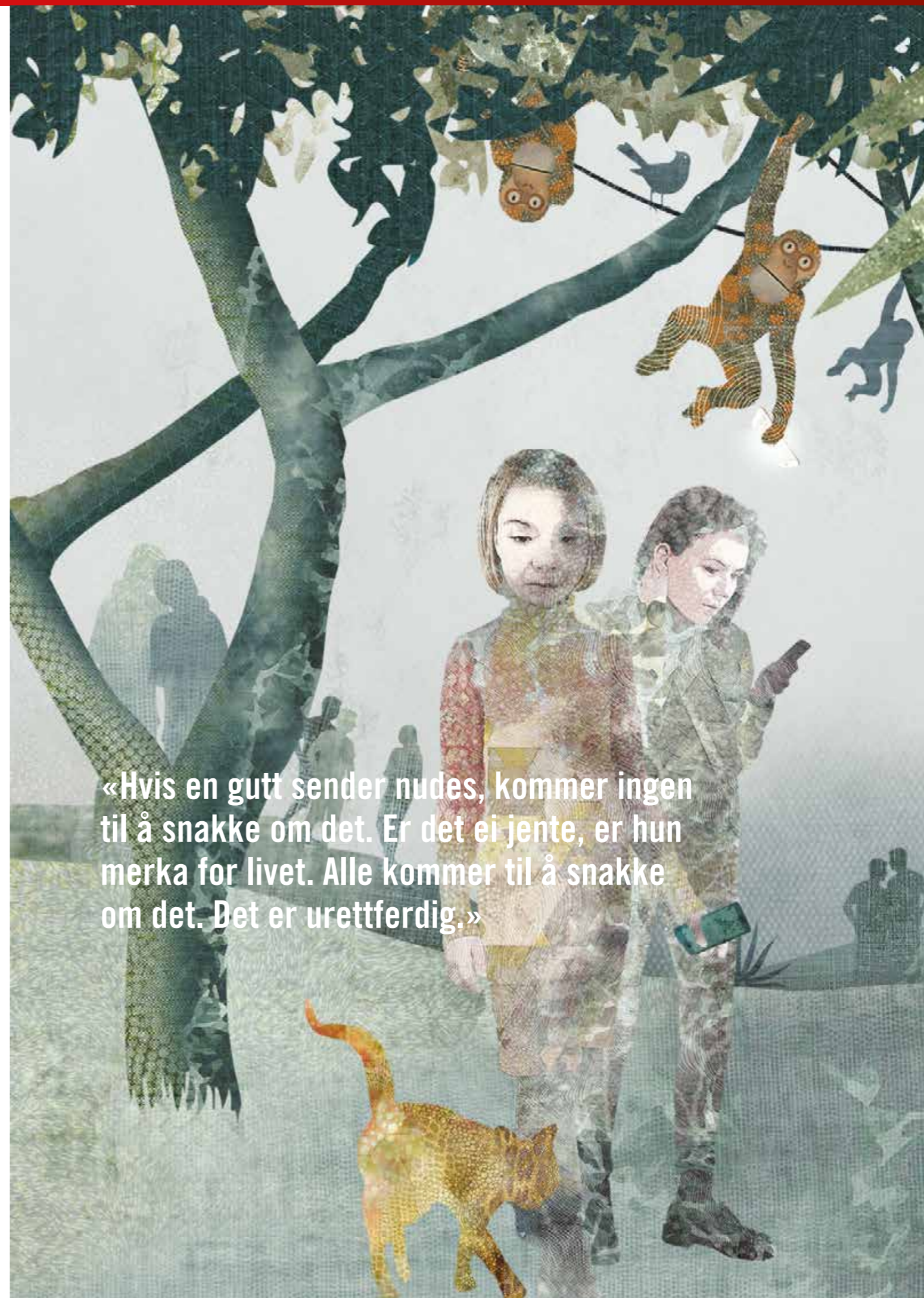


Av de som henvender seg for å få hjelp av rådgivningstjenesten Slettmeg.no, er det i de sakene der krenkeren er oppgitt, oftest bekjente som har delt nakenbilder uten samtykke. I disse tilfellene er bilder ofte spredt fra telefon til telefon via apper. Det nest mest vanlige er at man legger ut slike bilder selv, og angrer senere, eller at man deler bilder i fortrolighet, og så deles de videre. Ekskjærester står for mye spredning.

### OPPSUMMERING

Et sentralt tema i denne rapporten er å belyse hvorfor unge deler andres bilder uten samtykke, og hvem de mener har ansvaret når nakenbilder spres. Ungdommene mener de viktigste grunnene til å dele andres nakenbilder er at «man vil være en del av noe», skryte litt, føle seg morsom og populær. Noen ganger kan det handle om hevn eller ønske om å skade andre. Det kan være lavere terskel for å spre bilder av folk man ikke kjenner så godt. Intervjuer og studier tyder på at jenter så vel som gutter kan ta en aktiv del i dette, og at det er en tendens til å vise fram bilder på mobilen i stedet for å videresende dem. Ungdomsårene er en fase der aksept fra jevnaldrende og forventninger i vennegjengen spiller en svært stor rolle. Det kan være vanskelig å stå imot gruppepress når venner vil se bildene, og å ta avgjørelser basert på hva man selv mener er riktig.

En overvekt av de vi snakket med, mente at den som sendte bildet av seg selv, må ta en stor del av ansvaret hvis bildet blir spredt videre uten samtykke. Til tross for at bildet opprinnelig ble delt én til én under tillit, viste ungdommene lite refleksjon rundt konteksten for delingen. De viste heller ikke mye empati med personen – som oftest ei jente – som utsettes for krenkelsen. Det ligger derfor et stort og viktig arbeid i å snu ansvarsbyrden fra den som er utsatt, over til den som har begått krenkelsen og delt andres bilder uten samtykke.



«Hvis en gutt sender nudes, kommer ingen til å snakke om det. Er det ei jente, er hun merka for livet. Alle kommer til å snakke om det. Det er urettferdig.»



# 3. «DE DØMMER SOM ET HELVETE»

## Ungdoms syn på risiko og konsekvenser ved deling av nakenbilder

I del 2 ble det vist at press fra venner, ønske om anerkjennelse og det å føle seg som del av en vennegjeng, et bevisst ønske om å skade noen eller at man ikke kjenner personen på bildet, er viktige faktorer som bidrar til at ungdom deler bilder av andre uten samtykke.

I hvilken grad vurderer ungdom risiko og konsekvenser når de deler egne eller andres bilder? Og er konsekvensene de samme for alle, eller rammes noen mer enn andre? Det er her hensiktsmessig å skille mellom ulike typer risiko: 1) Hva tenker de om risiko og konsekvenser ved deling av egne bilder, og 2) Hvilke negative konsekvenser er knyttet til spredning av andres bilder?

### 1. RISIKO OG SKADE VED DELING AV EGNE BILDER

#### «Det verste er hvis foreldre ser bildene»

Om bilder havner på avveie, er det ikke frykten for hva fremtidige arbeidsgivere eller fremmede kan finne på nettet, som er verst. En rekke av ungdommene vi snakket med, mente at det flaueste er hvis de nærmeste, særlig foreldre, ser bildene.

– Jeg ville vært så flau, og angra mest hvis mamma så det. De folka på skolen har du rykte med i tre år. Foreldrene dine har du for alltid. Du vil at de skal være stolt av deg, du vil ikke skuffe dem.

Dette er en av grunnene til at barn og unge ofte ikke vil fortelle foreldre om vanskelige opplevelser på nett. Mange tok jo bildet selv, de kjenner skyld for det de har gjort og er skamfulle. De kan også frykte at foreldre skal ta fra dem mobiltelefonen og tilgang til internett.<sup>45</sup> Enkelte ungdommer mente konsekvensene var størst om andre unge fikk se bildene.

– Det verste er hvis eldre ungdommer ser bildene. De dømmer som et helvete. Om jeg hadde fått videresendt nudes til andre tredjeklassinger, hadde jeg vært fucked. Alle ville sett det. – Hvis det var et stort antall på egen skole, ville det vært veldig ille. Du får rykte, og blir stempla skikkelig.

– Vilt fremmede bryr vi oss ikke om. Det er verre hvis folk vi kjenner stempler oss.

#### «Jenter blir kalt hore, gutter får ikke rykte på seg»

Stempling, rykter og at det er flaut blir altså nevnt som den viktigste og mest umiddelbare konsekvensen av å få bilder spredt ufrivillig. Men det er store kjønnsforskjeller i hvem som opplever rykter og stempling når bilder havner på avveie – de sosiale konsekvensene er ikke likt fordelt.

– Jenter blir sett ned på! Mens gutter blir oppfattet som tøffe.

– Hvis en gutt sender nudes, kommer ingen til å snakke om det. Er det ei jente, er hun merka for livet. Alle kommer til å snakke om det. Det er urettferdig.

– Hvis ei jente får stempel, får du det på flere skoler. En gutt får det i en gjeng.

Jentene var oppgitt over at jenter og gutter dømmes etter ulike standarder når nakenbilder spres ufrivillig, og opplever det som urettferdig:

– Jeg føler at jenter er så utrolig utsatt i forhold til gutter. Det skulle ikke vært sånn i dag, at vi er så utsatt. Det skulle vært mer likestilt.

– Jeg har lært at jeg burde ikke ha sex. Det er ikke bra å ha på deg, men det er jævlig teit at du ikke kan gjøre hva du vil.

Balansegangen mellom å være kul og inne i gjengen, og det å være utstøtt og mobbet er hårfin. Jenter skal ikke være prapne, men heller ikke for seksuelt aktive. En tidligere kartlegging av ungdoms holdninger til voldtekt fant at det er store forskjeller i hvordan jenter og gutter dømmes om de uttrykker seksuell interesse og tilgjengelighet.<sup>46</sup> Dette kan påvirke og begrense hvem og hvor mange de har sex med. Men de legger ikke skylden for stempling og ryktespredning utelukkende på gutter:

– Jenter stempler også hverandre. Hvis ei jente har ligget rundt, er hun «jævla hore» med én gang. Jeg tror jenter stempler mer enn gutter. Man stemples som «løs», «slub», «felleshøl». Det bunner i misunnelse, kroppspress, vi kommer i attack modus.

– Det er verre å være jente og hore enn gutt. Hvis du er jente og har pult mange, er det turn off. Jeg synes det er jævlig irriterende. Du burde få lov uten at det gikk til helvete. Om du har lyst til å ha sex, bør du ha det.

At jenter og gutter dømmes på ulike måter, tolker NTNU-forsker Mons Bendixen i lys av evolusjonær sosialpsykologi.

– Både jenter og gutter vil ha en partner som er trofast. Men for det reproduktive prosjektet der man skal samarbeide om og investere tungt i et barn, er det et problem for menn å investere i andre menns barn heller enn i sitt eget. Selv om dette ikke nødvendigvis er noe gutter tenker bevisst, vil det oftest være en preferanse for jenter som er seksuelt trofaste, mener Bendixen.

For kvinner er det viktig å forvalte et inntrykk av at man er trofast, for eksempel gjennom å spille ut andre jenter ved å kalle dem for «hore», for på den måten å så tvil om deres trofasthet. Bendixen mener gutter ikke tenker så mye på negative konsekvenser ved deling av bilder, men er mer opptatt av potensielle gevinster.

– Jenter tenker mer på potensielt negative konsekvenser når bilder spres, og blir mer opprørt og engstelige for hvordan bildene kan misbrukes. Å unngå rykter handler om å forvalte sitt eget seksuelle renommé og sin posisjon. At bilder blir spredt, ville ikke hatt noen virkning hvis det ikke var seksuell konkurranse mellom jenter, mener Mons Bendixen.

Den sterke økningen i kjønnet språkbruk og trakassering av jenter som «hore» eller «løs» kan tolkes som at jenter har fått et snevrere seksuelt spillerom enn tidligere. Men Bendixen tror ikke seksualmoralen har endret seg i retning av å bli mer restriktiv de siste 20-30 årene. Snarere innebærer den nye «hook-up»-kulturen en høyere aksept for seksuelle forhold uten at man er i en fast, stabil relasjon.

– Det er ikke nødvendigvis snakk om tilfeldig sex; det kan være sex mellom venner eller personer man ikke har et forpliktende forhold til. Dette kan også tolkes som at seksualmoralen er blitt mer liberal, sier Bendixen. Den andre endringen handler om at nettet og sosiale medier gjør at rykter kan spres raskere enn før.

– Vi er mer på utstilling, og alt blir veldig synlig. Før kunne man sette ut et rykte gjennom å si til noen hva som hadde skjedd. I dag kan man ta bilder og dele til tusenvis på et

«Når noen sender nudes, blir det på en måte greit for jenter å hate på dem. Si at: 'Du har ikke så fin kropp egentlig, det var ikke noe poeng å sende de bildene'. Det er sykt mye sånn.»

millisekund. Det er ikke grunnlag for å si at seksualmoralen er blitt strengere, men muligheten for å manipulere, bruke og misbruke informasjon er blitt større, påpeker Bendixen.

Politioverbetjent Anne Merete Ansok betegner spredning av intime bilder som den ultimate krenkelsen.

– Skytset er så massivt. Du får høre at du er stygg, har rare pupper, tykk mage. Det handler ikke bare om at man er eksponert naken, men alt det sosiale medier gir av brutale kommentarer, sier hun.

Mons Bendixen mener mobbing som går på kropp og utseende bunner i at man ønsker å fremheve seg selv som en mer attraktiv partner sammenlignet med andre.

– Ved å rakke ned på en annen av samme kjønn, kan du vise at du står over den andre i dette hierarkiet, sier sosialpsykologen.

Linn Rosenborg i Snapkollektivet mener på sin side evolusjonære forklaringer på ungdoms seksuelle trakassering kan bli for deterministisk og begrensende. Hun tror nøkkelen ligger i å bli bevisst hvor tidlig barn merker at gutter har mer makt enn jenter.

– Det er forskjeller mellom kjønnene, men det er også store individforskjeller. Verken alle menn eller alle kvinner har de samme utpregede egenskapene. Spørsmålet er hva vi kan gjøre for at enkelte ulikheter mellom kjønn ikke får definere samfunn og institusjoner, og hvilke oppfatninger og holdninger man blir møtt med, mener Rosenborg.

Jentene i en av fokusgruppene syntes selv det var leit at mye mobbing og ryktespredning skjer mellom jenter, og at man på den måten er med på å rakke ned på seg selv.

– Når noen sender nudes, blir det på en måte greit for jenter å hate på dem. Si at: «Du har ikke så fin kropp egentlig, det var ikke noe poeng å sende de bildene». Det er sykt mye sånn.

– Det er så lett å si negative ting blant jenter. «Hva prøver du på?», liksom. Når man ser en profil på Instagram med masse

45) NRK: Slik beskytter du deg mot nettovergrep. 28.02.18

46) Berggrav, S. (2015): «Den som er med på leken...». Ungdoms oppfatninger om voldtekt, kjønnsroller og samtykke. Redd Barna



halvnakne bilder, er det sjelden første tanke er: «Å, så fint. Hun så hyggelig ut, hun vil jeg bli kjent med.»

**Gutter kan ha en sårbarhet som ikke fanges opp**  
Flere poengterte at også gutter kan rammes av rykter og bilder som havner på avveie.

– Vi kjenner en som blir kalt «minitiss». Han vet det ikke selv, men alle andre vet det.

– Det er ikke kult at andre vet om at et bildet er spredt. Jeg hadde ikke vært komfortabel. Føkkboy er et stempel for gutter.

– Noen gutter som får slike rykter, har det helt forferdelig. De er like opptatt av å få fine tilbakemeldinger.

De intervjuede fagpersonene hadde flere eksempler på saker der gutter har fått bilder delt ufrivillig, og opplevd dette som svært tungt. Samtidig er det ulike normer for hva jenter og gutter kan snakke om med venner. Mens jenter gjerne kan snakke med venninner om vonde erfaringer med bildedeling og ryktespredning, har gutter i mindre grad rom for å åpne seg om sårbarhet, vanskelige følelser og opplevelser. Det kan derfor være vanskeligere å erkjenne, håndtere og bearbeide slike følelser for gutter når de ikke har noen å snakke med.

80 prosent av de som kontakter slettmeg.no om bilder, er jenter. Hans Marius Tessem mener det ligger en fare i at forebyggingsaktører ikke fanger opp gutters sårbarhet knyttet til deling av nakenbilder, og at det er mørketall på dette feltet. Han viser til at andre og mer generelle rådgivningstjenester for ungdom, som Kors på halsen, også har en stor overvekt av jenter som tar kontakt. Det tolker han som at jentene er flinkere til å søke hjelp, ikke som at guttene har færre ting de sliter med.

– Jenter som kontakter slettmeg.no, er flinkere til å beskrive hvordan de har det og hva som er problemet. En gutt som ringer, vil typisk si: «Dette er bildet. Jeg må få det fjerna». Han gjør samtalen så kort som mulig fordi det er vanskelig å snakke om, mener Tessem. Han peker på at selvmordsstatistikken viser en betydelig overvekt av menn, og mener gutter håndterer slike situasjoner annerledes enn jenter.

– På overflaten ser det tilsynelatende ut til at det går bra, at det går over. Men jeg frykter at det er et annet normsett blant guttene, ting i oppdragelsen som er annerledes enn hos jenter. Gutter blir fortalt fra de er små at: «Dette er noe du som er gutt må tåle, det her må du stå i». Det kan være en medvirkende årsak til at de blir sittende med vanskelige følelser som etter hvert blir

## «Noen gutter som får slike rykter, har det helt forferdelig. De er like opptatt av å få fine tilbakemeldinger.»

uhåndterlige. Dette er en utfordring forebyggingsaktører og hjelpeapparat må ta på alvor, mener Tessem.

### Deler selv om de er klar over risiko

Studier om deling av nakenbilder har funnet at ungdom er klar over de mange mulige negative konsekvensene, men at de allikevel gjør det.<sup>47</sup> Samtidig er det også forskning som tyder på at ungdom kan se på seg selv som usårlige, og at de tror sannsynligheten er lav for at de skal rammes.<sup>48</sup> Dette bekreftes i våre intervjuer med ungdommene: mange sier de kjenner konsekvensene. Det gjenspeiles også i fordømmelsen av de som får bilder delt uten samtykke: ungdommene mener de var dumme som delte i utgangspunktet, de kjente til risikoen og burde visst bedre. Mye tyder på at de blir grepet av øyeblikket, av de sterke følelsene og kanskje nettopp at de vet de gjør noe som er på kanten. Man kan derfor tenke seg at unge i noen tilfeller deler bilder ikke på tross av risikoen, men på grunn av den. Som en av ungdommene uttrykte det:

– Hvis noen sa til meg på ungdomsskolen: «Ikke gjør det», ville jeg gjort akkurat det.

Denne teorien får støtte av Hans Marius Tessem.

– Jeg tror unges tendens til å dele nakenbilder henger mer sammen med personlighetstyper enn i hvilken grad de har kunnskap om risiko og konsekvenser. Risikoaversjon er en viktig faktor i sammensetningen av personlighet, der man ser at det samme rådet kan gi to helt ulike atferder. Helt forenklet: Hvis man sier til en person med høy risikoaversjon at noe er farlig på internett, kan vedkommende slutte å bruke internett. En person med lav risikoaversjon vil oppsøke nettet i stedet. Det er vanskelig å gjøre noe med folks grunnleggende personlighet, og det bør man ha i bakhodet når man prøver å utforme generelle forebyggingsråd, mener Tessem.

Å få delt et nakenbilde ufrivillig er noe som i teorien kan skje med alle som har delt et bilde med noen de stoler på. Selv unge som kun har hatt bilder på egen mobil eller lagret i private nettskyer<sup>49</sup>, har opplevd å få den hacket og bilder spredt.<sup>50</sup> Samtidig vet vi at det er en klar sammenheng mellom unges sårbarhet og deling av nakenbilder.<sup>51</sup> De som utsetter seg for risiko i livet generelt, gjør det også på nettet. Psykiske utfordringer og spenningsøken er faktorer som øker risikoen både for å sende og motta seksuelle bilder og meldinger.<sup>52</sup>

I en europeisk studie om kjærestevold, inkludert digital kjærestevold, kommer det frem at flere av faktorene som er assosiert med å utsettes for fysisk vold fra partner, er de samme som er assosiert med økt sannsynlighet for å sende intime bilder. Å være tidligere voldsutsatt, at man søker spenning og tar risiko på andre felt, tidlig seksuell debut og man har kjæresten som er mye eldre, har sammenheng med å dele intime bilder.

– Vi vet at mange sender nakenbilder til kjæresten sin og at det går helt fint, fordi de har en god og trygg relasjon. Men vi ser at blant de som bruker bilder mer offensivt og sender på en flørtende måte til folk de ikke kjenner så godt, er risikoen høyere for spredning, sier Moum Hellevik ved NKVTS, som er ansvarlig for den norske delen av studien.

Slettmeg-statistikken viser at deling er noe som angår alle, mener Hans Marius Tessem.

– Jeg har inntrykk at dette er noe som skjer med hvem som helst. Ofte er det svært ressurssterke og oppgående folk som kontakter oss fordi de har fått delt et bilde videre. Det handler om at seksuell utforskning er et dyptliggende behov enten du kommer fra beste vestkant eller Gjøvik, sier Tessem, men er åpen for at det kan være en viss skjevhet i utvalget av de som oppsøker rådgivningstjenesten.

### Identitetstyveri og stjeling av andres bilder

I tillegg til at mange unge opplever å få bilder delt med én person videresendt uten samtykke, handler det i noen saker også om at bildene aldri er delt med noen, men stjålet fra mobil eller datamaskin. Det kan handle om hacking, identitetstyveri og lån av hverandres telefoner. I utvalget vi har undersøkt i denne rapporten<sup>53</sup> kom det frem flere eksempler på at ungdom hadde opplevd dette.

«Jeg var 16 år og var sammen med en fyr. Også hadde han noen bilder av meg (fordi jeg var ung og dum). Han solgte pcen sin til en nabo som fant bildene og delte de på nettet. Han kom på skolen min og sa til meg: oi, det er uvant å se deg med klær på. Da skjante at det var noe som ikke stemte. Fant aldri bildene selv, men var veldig ubehagelig!»

«Jeg var en idiot da jeg var 16-17 og hadde noen nakenbilder/ videoer av jenter under 18 som de har sendt eller jeg har tatt i

fylla. (...) Disse filene har ved et uhell vært lagret på en skyklagring som jeg mistenker kan ha blitt hacket (...). Er redd for å såre disse jentene å jeg tenker hvis jeg blir 30 og disse bildene blir lekket av noen og de binder dem til meg så kan de ta meg for å være en slags pedofil.»

Den siste årsrapporten fra slettmeg.no viser også at det er flest unge som tar kontakt om slike problemstillinger.<sup>54</sup> De fleste sakene handler om at passord og brukernavn har kommet på avveie gjennom at brukeren har gitt fra seg brukernavn og passord. Det er en kultur blant unge for å dele passord med venner, gjerne som en tillitserklæring, og at mange har lav terskel for å lage falske profiler med andres navn, noe som gjør det vanskelig å avdekke hvem som står bak ulike hendelser.<sup>55</sup> Hans Marius Tessem sier rådgivningstjenesten ser flere saker av denne typen der særlig jenter står bak, som del av en konflikt eller hevsn.

### Trusler, tvang og manipulering

Flere av ungdommene vi møtte fortalte om historier der nakenbilder eller filmer var brukt til å true eller presse noen til seksuelle handlinger, eller til å la være å anmelde seksuelle overgrep:

– Jeg kjenner en som har blitt voldtatt etter at en gutt trua henne med å legge ut et bilde. Han skulle vise det til familien. De hadde sex, men det var ikke frivillig. Hun kunne gått til politiet, men det var ikke lett. Siden hun var under 16 år, ville familien fått vite om det.

– En kompis var på fest, og hadde sex med ei jente som var drita. Han tok bilder av henne. Dagen etter ville hun anmelde ham. Han trua med å legge ut bilder. Jeg sa «Ikke gjør det, det kan du få bot for». Han sletta videoen, men jeg så den på privat-bruker på Insta. Nå er han anmeldt, og rettsaken starter om noen dager.

Intervjuer i forbindelse med en tidligere Redd Barna-kartlegging har avdekket at minoritetsjenter kan være særlig utsatt for trusler, manipulering og seksuelle overgrep når de velger å dele bilder.<sup>56</sup> En minoritetsrådgiver ved en videregående skole fortalte:

– Vi kjenner flere tilfeller av minoritetsjenter som er utnyttet grovt etter å ha delt et kropps-bilde med en gutt de kanskje er forelsket i. Guttene, som regel har de samme landbakgrunn, vet hvordan de skal misbruke dette. Hvis ikke jenta kommer og har sex med dem, vil de vise bildet til far, bror eller onkel. Jeg har møtt jenter som har vært utsatt for grove krenkelsener og voldtekter på denne måten. De må stå i det fordi guttene har et bevis for at de har vært frimodige, forteller hun.

Jentene vet ofte ikke hvem de kan snakke med, hvem som kan hjelpe, og havner i en overgrepssituasjon de sliter med

47) Strassberg et al. (2013): *Sexting by high school students: an exploratory and descriptive study*. Arch Sex Behav. 2013 Jan;42(1):15-21;

48) Wickman et al. (2009) *The Adolescent Perception of Invincibility and Its Influence on Teen Acceptance of Health Promotion Strategies*. Journal of pediatric nursing 23(6):460-8. January 2009

49) En nettsky er betegnelsen på dataprosessering og datalagring på eksterne servere tilknyttet internett. Dropbox og iCloud er to eksempler.

50) NRK (11.10.2014): *Slik stjeler norske gutter nakenbilder av unge jenter*

51) Livingstone, S (2015): *Global Kids Online: Children's rights in the digital age*. Inception Report

52) Livingstone (2013): *Online risk, harm and vulnerability: reflections on the evidence base for child Internet safety policy*. Journal of Communication Studies, 18 (35). pp. 13-28.

53) Inkluderer www.ung.no og Snapkollektivet

54) Slettmeg.no (2015): Årsrapport

55) Hegg, K. m.fl. (2015): *Tull eller trussel? Forebygging av kriminalitet på nettet*. En rapport fra Redd Barna og SaLTO-nettverket

56) Upubliserte sitater i forbindelse med kartleggingsprosjektet «Hvis du ikke spør, klarer jeg ikke fortelle». *Utfordringer i avdekking av seksuelle overgrep i minoritetsfamilier*. Berggrav, S. (2015): Redd Barna



å komme ut av. Selv om utpressing og trusler forekommer i en rekke saker der etnisk norske unge har delt nakenbilder, forteller informanter at det likevel er en annen dynamikk i saker som gjelder minoritetsjenter. Risikoen og konsekvensene kan være enda mer alvorlige:

– Mange gutter har falske profiler. Jentene er så uerfarne, de har ingen erfaring med gutter, de har ikke begrep om hva det innebærer å være i et forhold. De får høre at de er så flotte og vakre, det er lett å bli forelsket. De får ofte en sterk lojalitet til guttene, forteller minoritetsrådgiveren. Hun peker på at mange av disse jentene er vant til at andre setter grenser for dem.

– De ender opp i kinkige situasjoner der gutter utnytter dem og truer med å legge bilder ut på Facebook. En irakisk jente som tok grenseoverskridende bilder, sendte dem til en gutt med samme landbakgrunn. Han visste at hun kunne bli drept hvis noen fikk vite. Jeg har hørt eksempler på at gutter fabrikerer falske bilder av jentene. Vi kjenner eksempler på at asylsøkere bruker bilder til å presse fram å få gifte seg med jentene, så de får opphold i Norge. Guttene får så veldig tak på de jentene, forteller hun.

Hans Marius Tessem i slettmeg.no sier rådgivningstjenesten har fått flere henvendelser fra minoritetsjenter de siste årene. Han bekrefter langt på vei det minoritetsrådgiverne forteller, og kaller jentene eksperter på personvern:

– De er utrolig nøye på å holde profilene lukket, og i så liten grad som mulig gjøre at noe lekker ut til feil personer. Det sier litt om behovet for å være seg selv og å være på den arenaen, når de utsetter seg for så stor risiko og gjør så mye for ikke å bli oppdaget, mener Hans Marius Tessem.

## 2: RISIKO OG KONSEKVENSER VED DELING AV ANDRES BILDER

### Variierende kunnskap om lovverket

Intervjuene med ungdommene viste at det var store variasjoner i kunnskap om de juridiske konsekvensene av å dele andres bilder uten samtykke. Flere hadde fått med seg en episode i NRK-serien Skam som satte fokus på de juridiske sidene ved deling av nakenbilder.<sup>57</sup> Men mange er usikre på akkurat hvor grensene går, og de ulike straffeforholdene knyttet til besittelse og deling. Halvparten av deltagerne som besvarte et spørreskjema i forkant av intervjuene, visste ikke at det kan være ulovlig å sende nakenbilder av seg selv til andre.<sup>58</sup> Nær halvparten visste ikke eller var usikre på om det er lov å ha andres nakenbilder på mobilen. Et flertall var heller ikke sikre på om det er lovlig å be om et nakenbilde fra noen under 18, hvis de selv ønsker å sende det.

Enkelte mente at reaksjonene er for strenge, mens andre ønsket seg mer aktivt politi, flere tiltaler og strengere straffer.

– *Politiet er drittpå for tiden. Jeg synes de lager en stor sak av ting som ikke betyr noe. De kan ødelegge livet til mange for småting.*

– *Hvis politiet faktisk tok tak i sakene, og fikk folk dømt, tror jeg det ville vært en oppkvikker. Å se at man kan faktisk bli dømt.*

– *Det burde vært mye mer straff. Handlingene er så grufulle, det er en stor psykisk påkjenning for offeret, det er kanskje noe man må slite med resten av livet. Bilder på mobilen er en så stor del av hverdagen vår, lovverket burde følge med tiden og vært enda tydeligere.*

Intervjuene avdekket videre at flere ser på det å dele bilder og filmer i mindre, lukkede chattegrupper som «mindre ulovlig», siden det ikke nødvendigvis oppleves som at man offentliggjør materialet. Det er også stor usikkerhet rundt deling av «hooke-bilder», som anses som mer «på tull» og uproblematisk.

Kunnskap om risikoen for straff hadde ført til at flere hadde endret atferd knyttet til deling og oppbevaring av bilder. Enkelte gutter var klar over at det kan være en risiko å ha nakenbilder på mobilen, og ønsket derfor heller ikke å motta dem:

– *Jeg vil ikke ha nakenbilder. Jeg hadde bedt om å ikke få det, selv om hun ville ha gjort det. Kompisen kan ta mobilen, så kan han videresende bildet.*

– *Jeg hadde vist det til venna mine, men jeg tror ikke jeg hadde giddet å videresende det. Det blir så lett politisak.*

Selv om en del unge har en generell kunnskap om at videresending av andres bilder ikke er lov, ser det ut til at de ikke har en forståelse av hvor alvorlig dette vurderes av påtalemyndighetene. Mange er ikke klar over at handlingene omfattes av straffelovens paragraf 311, som dreier seg om at bildene kommer i kategorien overgrepsmateriale hvis det er snakk om seksualiserte bilder av personer under 18 år.

På ung.no ligger flere henvendelser fra ungdom om lover og regler knyttet til nakenbilder:

«*Jeg er en gutt på 14 år som har prøvd å skaffe meg nudes/ nakenbilder, jeg tar aldri bilde av skjermen og jeg maser ikke, jeg bruker noen ganger Moviestar planet til å få folk til å adde meg på snapchat, men jeg har satt meg en grense på min alder og oppover, jeg har et veldig enkelt spørsmål, er dette greit?»*

Beate Aas, prosjektleder for ung.no, sier tjenesten får et langt større antall henvendelser om nakenbilder nå enn for et par år siden, og at et stort antall av spørsmålene dreier seg om hva loven sier.

## HVA SIER LOVEN?



Deling av nakenbilder reguleres i hovedsak av straffelovens § 311, som sier følgende:

«Med bot eller fengsel inntil 3 år straffes den som:

- produserer fremstilling av seksuelle overgrep mot barn eller fremstilling som seksualiserer barn,
- utgir, tilbyr, selger, overlater til en annen, gjør tilgjengelig eller på annen måte søker å utbre fremstillinger som nevnt i bokstav a,
- anskaffer, innfører eller besitter fremstillinger som nevnt i bokstav a, eller forsettlig skaffer seg tilgang til slikt materiale,
- holder offentlig foredrag eller istandbringer offentlig forestilling eller utstilling av fremstillinger som nevnt i bokstav a, eller
- forleder noen under 18 år til å la seg avbilde som ledd i kommersiell fremstilling av rørlige eller urørlige bilder med seksuelt innhold.

*Med barn menes i denne paragrafen personer som er eller fremstår som under 18 år.»*

– Både gutter og jenter er opptatt av hva som er lov eller ikke lov. De spør: «Hvilke bilder er det greit at man deler?», og «Jeg sendte et nakenbilde, kan jeg straffes for dette?» De skriver også: «Han sendte et bilde, da må jeg vel sende tilbake?». Vårt inntrykk er at barn og unge trenger en mye bedre bevisstgjøring rundt det lovmessige. Samtidig er det mange som vet at å dele andres bilder kan være straffbart, og at å dele nudes kanskje ikke alltid er så lurt, men som gjør det likevel. Vi ser hele spekteret, sier Aas.

Hans Marius Tessem mener det ikke alltid er kunnskap om lover og regler det skorter mest på:

– Ungdommene jeg møter, imponerer meg i kunnskapsnivå. Det svikter mer i evne til refleksjon. Når vi diskuterer problemstillinger knyttet til samtykke og ansvar, svarer de ofte ganske ensidig. De klarer ikke se saken fra flere sider, og tenkningen kan bli nokså svart-hvit. Dette er noe som endrer seg med økt modenhet, men her tror jeg forebyggingsaktører kan gjøre mer arbeid, sier Tessem.

Mens ungdommene nevnte en rekke sosiale konsekvenser ved å få egne bilder spredt, var fordømmelse og stemping bortimot fraværende når det var snakk om å dele andres bilder.

– *Det skjer ingenting. Du får heller mer kreds når du klarer å filme det.*

– *Jeg har aldri hørt om noen som har fått noe negativt når de har delt andres bilder. Man snakker seg imellom om at det var teit, men man sier det ikke til vedkommende.*

## OPPSUMMERING

Et hovedtema i dette kapittelet er hvor godt ungdom vurderer risiko og konsekvenser når de deler egne eller andres bilder. Ungdommene vi møtte, ga uttrykk for en nokså god forståelse for risiko og konsekvenser knyttet til deling av egne bilder. Mange velger å dele bilder til tross for at de vet at det kanskje ikke er så lurt.

Ungdommene forteller samtidig om ulike moralstandarder og konsekvenser for dem som får bilder delt ufrivillig. Jenter utsettes i langt større grad enn gutter for rykkespredning, hets og trakassering, og seksualiteten deres blir i større grad fremstilt som noe skamfullt. Det handler ikke bare om at man blir eksponert naken; mange opplever et massivt skyts av stygge kommentarer om kropp, utseende og at man er «løs» eller «hore». Det ser ikke ut til å være store kjønnsforskjeller i hvem som opptrer fordømmende, og ungdommene forteller at også venninner kan vende ryggen til ei jente som har fått bilder ufrivillig delt.

Samtidig kommer det frem at gutter også kan være sårbare for rykter. Fagfolk peker på at gutter ikke alltid har like lett for å snakke om det og søke hjelp, og at det kan være en fare for at man overser gutters risiko fordi fokuset er sterkest på jenter som utsatte. En annen gruppe som kan være oversett, er minoritetsjenter. Fagmiljøer forteller om tilfeller der minoritetsjenter lever doble liv på nettet, og havner i vanskelige situasjoner. Mye kan tyde på at dette er en gruppe som i enda større grad kan utsettes for trusler og utpressing om bilder havner på avveie.

Når det gjelder risiko knyttet til deling av andres bilder, tyder funnene våre på at en del ungdom mangler forståelse av at man skal ha samtykke for å:


- sende seksualiserte bilder av seg selv
- ta bilder av andre i intime situasjoner,
- besitte bilder som andre har videresendt.
- vise fram seksualiserte bilder av andre, og
- dele bilder av andre når dette gjøres i mindre, lukkede grupper.

Ungdommene er tydelige på at risiko for straff er langt mer avskrekkende enn sosiale konsekvenser av å dele andres bilder. Parallelt med å arbeide for å endre holdninger til hvem som har skyld og ansvar når bilder spres, kan det derfor være hensiktsmessig å styrke formidlingen av de juridiske konsekvensene.

57) I et klipp fra serien konfronterer hovedpersonen Noora en noe eldre Nicolai, om nakenbilder han har av Noora på mobilen. I klippet forteller hun ham om strafferammen for å dele nakenbilder av mindreårige. Kripos og andre fagmiljøer har rost serien for å formidle de juridiske bestemmelsene på en svært effektiv måte.

58) Utvalget i denne undersøkelsen er såpass lite at det ikke kan uttrykkes statistisk signifikans, men det kan antyde noe om tendens. Funnene bør kun gjengis med disse forbeholdene.





«Hvis jeg ikke sender til en gutt, er det bare guttene som synes jeg er teit. Sender jeg, vil også jentene synes jeg er dum. Jeg bryr meg mest om hva jentene synes.»

## 4. «OM NOE BLIR SPREDT, MÅ MAN TENKE AT ALLE ER FØDT NAKNE»

### Ungdoms strategier for å redusere risiko og konsekvenser

Intervjuene med både ungdom og fagfolk gir et klart inntrykk av at ungdom i stor grad vet hva de bør og ikke bør gjøre. Men tross kunnskap om nettvett, risiko og konsekvenser, blir fristelsen – og i noen tilfeller presset – av og til for stort. Samtidig kommer det fram at ungdommene både har bevisste strategier og gjør ubevisste valg for å redusere risiko og konsekvenser.

#### De fleste deler ikke nakenbilder

I enkelte av gruppene vi møtte, gir ungdommene uttrykk for at deling er «vanlig», og at «alle» gjør det. Samtidig viser undersøkelser at det et mindretall, rundt 13 prosent mellom 13 og 18 år, som oppgir at de har delt slike bilder.<sup>59</sup> Også blant ungdommene vi snakket med, var det mange som uttrykte at de ikke hadde delt, og heller ikke kunne tenke seg å dele nakenbilder. Tanken om at kroppen er privat, kunnskap om risiko og frykt for stempling så ut til å være hovedgrunner for ikke å gi etter for press om å sende.

– Jeg tenker at det er veldig ekkelt. Hvor blir det av selv-respekten?

– Hvis jeg ikke sender til en gutt, er det bare guttene som synes jeg er teit. Sender jeg, vil også jentene synes jeg er dum. Jeg bryr meg mest om hva jentene synes.

Ungdommene nevnte at man i stedet kan svare med å sende noe annet enn nakenbilde av dem selv:

– Hvis de blir spurt om nudes, sender de bare et bilde fra et pornosted. Det er ofte nudes med bare kroppsdeler.

– Jenter kan svare med å sende bilde av sminkemerket Nude.

Enkelte mente at man også kan vise nakenbilder til hverandre uten å sende dem, for å sikre at de ikke spres. Eller man kan ta bilder bare for sin egen del, uten å vise dem til noen.

Flere av jentene med minoritetsbakgrunn var tydelige på at de har flere begrensninger på hva de kan sende. Religion så ut til å være en beskyttende faktor mot å dele bilder. Til en viss grad ser denne motivasjonen ut til å være «ytre-styrt», betinget av omgivelsenes og ikke minst familiens reaksjoner om et bilde ble spredt. Jentene ga uttrykk for at de vil kunne oppleve enda sterkere reaksjoner enn «ikke-troende».

– Hvis man er religiøs og sender bilder, blir man sett ekstra ned på. Det er verre enn hvis man er ikke-troende.

– Kristne kan gå med bikini – det kan ikke vi. Hvis ei jente sender en bikini-nude, er det greit for dem. Hvis man er troende, blir man sett mer ned på, da har man allerede brutt en regel.

– For meg er det en regel. Foreldrene mine sier at det ikke er bra, det er måten vi er oppdratt på. Siden jeg var liten, har eldre søsken alltid fortalt hva som er riktig.

En hovedoppgave om deling av nakenbilder fant at kulturelle faktorer spiller en rolle for risikovurdering.<sup>60</sup> Likevel fremgår det av studien at nakenbilder er et vanlig fenomen også blant ungdom med en annen kulturell bakgrunn.

59) Medietilsynet: Barn og medier 2018

60) Homb og Davidson (2017): Nakenbilder – på kødd og alvor. En kvalitativ studie av ungdoms holdninger til og forestillinger om deling og mottak av intimt bildemateriale. Hovedoppgave ved Psykologisk Institutt, Universitetet i Oslo



## «Hvis man er dum, tar man bilde med ansikt. Det vanlige er uten. Man er ikke så gjenkjennelig med mindre man har tatovering. Hvis det spres, kan man si at 'det var ikke meg'.»

### Gjør seg minst mulig gjenkjennelig

Ungdommene som delte bilder, fortalte at de hadde flere strategier for å redusere risiko. At de deler én til én med noen de stoler på, under løfte om ikke å videregjøre, kan sies å være en måte å redusere risiko på. En annen strategi er å justere hvor mye de viser fram, og forsøke å gjøre seg ugjenkjennelig på bildene. Dette kom tydeligst frem blant jentene.

– Tits er litt mer personlig. Jeg viser ikke nipple, men BH.

– Hvis man er dum, tar man bilde med ansikt. Det vanlige er uten. Man er ikke så gjenkjennelig med mindre man har tatovering. Hvis det spres, kan man si at «det var ikke meg».

– Det har vært bilder både med og uten ansikt. De legger et smileyface over ansiktet.

Mariann Olsvik i Sex og samfunn mener forebygging også kan handle om å gi ungdom noen praktiske verktøy og en ikke-moraliserende veiledning, som å snakke om at dersom man skal dele bilder, er det kanskje ikke er så lurt å ta med ansiktet, eller å unngå å si at det er deg på bildet. Samtidig var ungdommene klar over at nakenbilder uten ansikt ikke var en garanti for være ugjenkjennelig. Det kan være mulig å koble bilder og telefonnummer eller bruker. Og noen ganger velger de selv å ha med ansikt.

– Noen kan jo kjenne igjen kroppen. Man kan gjenkjenne rommet eller andre ting rundt. Og hvis man har tatoveringer, er det lett å bli gjenkjent.

– Kjærester tar bilde både med og uten ansikt.

– Om venninnen min tok et bilde, tror jeg at jeg ville kjent henne igjen siden vi er så gode venner. Men det kan også skje at noen

legger på et annet navn senere, så man tror at det var noen andre. Da kan man ikke være sikker, ingen vil jo ta skylden for noe andre har fått på seg.

### «Kropp er kropp, det er ikke så stress»

Enkelte av ungdommene hadde en strategi som gikk på å redusere egen skamfølelse om det verste skulle skje. De mente at det kan være lettere å «ta eierskap» til bildet om man synes man tar seg bra ut. Eller de uttrykte at det ikke er så farlig, man trenger ikke å ta seg nær av det.

– En venninne tok et bra rumpebilde som ble delt. Hun sier: «ja, det er meg», fordi det er et fint bilde.

– Det er viktig å ikke bry seg. Kropp er kropp, det er ikke så stress. Om noe blir videregjort, må man tenke at alle er født nakne.

– Det er mange som har begynt å tenke sånn. Hvis man hever seg over det, reagerer ikke folk på samme måte. Kanskje det ikke blir så stort. Jeg leste om en som fikk bilder delt, som bestemte seg for å dele flere for å vise at hun var stolt. Kropp er sårbart, men man kan forsøke å heve seg over det selv om det er vanskelig.

Helsesøster Tale Krohn Engvik er i tvil om det er mulig å fjerne skamfølelsen knyttet til å få nakenbilder delt.

– Vi går rundt med klær og skjuler visse deler av kroppen vår fordi vi ikke ønsker at folk skal se det. Det kommer nok ikke til å endre seg med det første. Hvis bilder først blir delt, tror jeg det er viktig å jobbe med tankefokus. Man kan gå helt til grunne, men man kan også forsøke å begrense skaden gjennom å akseptere at det skjedde, der er bildet, sånn ser jeg ut. Men jeg er så mye mer enn det nakenbildet på nettet; jeg er fin, normal og frisk.

Hun mener omgivelsenes reaksjon kan ha en avgjørende betydning for hvor sterk skamfølelsen vil oppleves:

– På mange måter er unge prisgitt hvem de har rundt seg. Det er stor forskjell på å bli møtt av foreldre med: «Så dum du var», eller «Det spørs om du får deg jobb med sånne bilder på nett», og «Det er helt greit og normalt å gjøre feil, jeg har også gjort mye dumt», sier Tale Krohn Engvik.

Hans Marius Tessem i slettmeg.no påpeker at hva som oppleves som flaut og skamfullt, stadig er i endring. For noen år siden advarte han i media om det problematiske ved at festbilder ligger på nett når man skal søke jobb.

– Nylig snakket jeg med en HR-ansvarlig som sa at: «Hvis jeg ikke finner en søker på nett, blir jeg skikkelig skeptisk – da havner vedkommende bakerst i bunken». Bilder hvor man henger over doskåla er kanskje ikke bra for en del stillinger, men det er ikke avgjørende hvis man er god på masse andre ting. Er det et bilde av deg på nettet med vinglass, blir du sett på som en sosial person. Verden endrer seg hele tiden rundt hvordan vi ser på dette. Et nakenbilde trenger kanskje ikke være så ødeleggende som det man frykter, mener Tessem.

### Søker hjelp fra søsken og venner

Flere ungdommer mente at søsken eller venner er den gruppen det er mest naturlig å spørre til råds om bildede-

ling. Men det er viktig å være bevisst på hvem man snakker med; ikke alle råd er til hjelp.

– Har du en storesøster du stoler på, kan du snakke med henne.

– Man kan snakke med venner før man deler, spørre: «Er dette bildet greit, er det ikke greit?» Men det spørs hva slags venner du har. Mange er dømmende. Kanskje vennene ikke tør si fra om at bildet ikke er greit.

– Hvis du angrer på at du sendte et bilde, og sier det til en venn, kan du hende du føler deg mer skyldig når du ser reaksjonen.

Fra overgrepssaker vet vi at barn allerede fra 10-årsalderen heller snakker med en nær venn enn med foreldre om det de har opplevd.<sup>61</sup> I tenårene blir venner enda viktigere. Per Moum Hellevik fra NKVTS mener god forebygging i langt større grad må ta inn over seg at jevnaldrende kan spille en viktig rolle:

– Som forebyggere sier vi ofte: «Snakk med helsesøster». Men på mange skoler er hun tilstede to ganger i uka, og det tar tid å bygge en relasjon. Så går de til venner i stedet. Det kan ha en positiv bieffekt – jo mer kunnskap vi gir til ungdom, jo bedre kan de hjelpe hverandre, sier han. Men har ikke ungdom den rette kunnskapen, kan det fungere motsatt.

– Vi har sett eksempler på at når ei jente forteller venner om en sjalu og kontrollerende kjæreste, reagerer venner med å si: «Å, så romantisk!» Et viktig aspekt ved forebygging er å lære ungdom hva en god relasjon innebærer, og hva som ikke er greit, påpeker Moum Hellevik.

## OPPSUMMERING

En stor andel av ungdommene vi møtte, fortalte at de selv aldri kunne tenke seg å sende nakenbilder. Politiet mener en viktig del av forebyggingen er å moderere bildet av at dette er en helt normal del av ungdoms seksuelle utforskning.<sup>62</sup> At det gis et inntrykk av at deling av nakenbilder er noe de fleste ungdommer holder på med, kan gjøre at det fremstår som mer akseptabelt og greit, og skape et ytterligere press om å dele.

Ungdommene kjente samtidig til en rekke strategier for å håndtere press om å dele bilder, som å blokkere den som maser, la være å svare eller sende et bilde av noe helt annet. Hvis man først skal sende bilder, nevnte ungdommene at man kan gjøre seg minst mulig gjenkjennelig på bildet, eller spørre en venn eller søsken om råd før man deler.

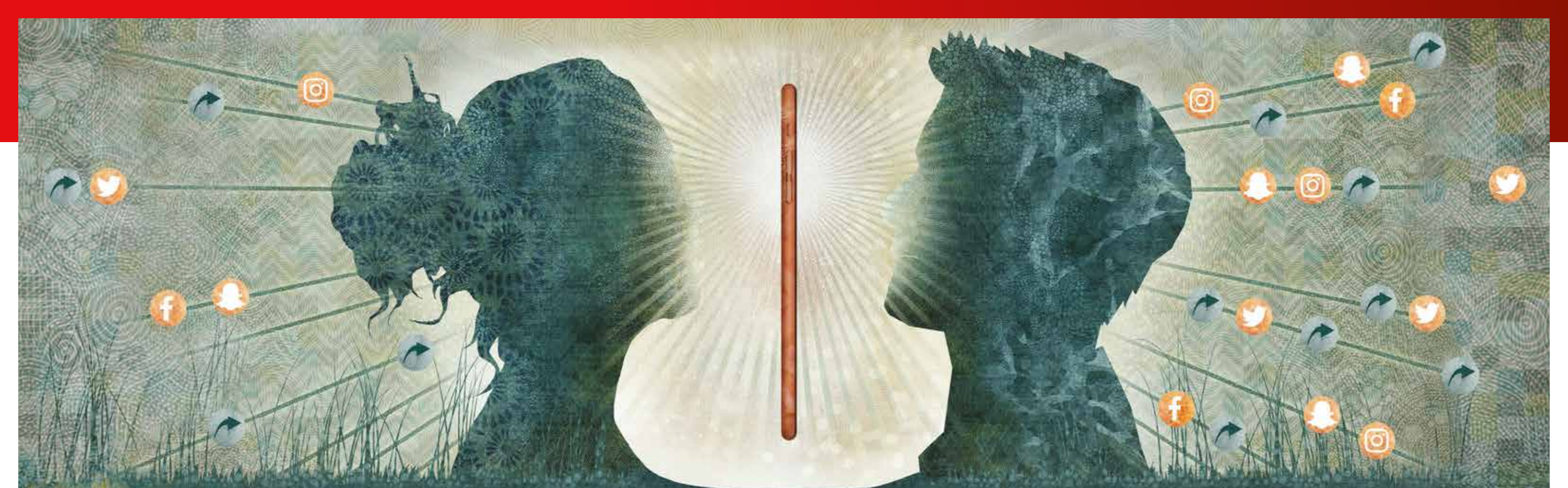
En strategi var også knyttet til håndtering av egne følelser: om bilder spres, må man tenke at: «kropp er kropp, det er ikke så farlig». Om det er mulig å redusere skamfølelsen knyttet til ufrivillig deling gjenstår å se, men også blant fagfolk ble det poengtert at hva som oppleves som flaut og skamfullt er i stadig endring.

## «Et viktig aspekt ved forebygging er å lære ungdom hva en god relasjon innebærer, og hva som ikke er greit.»

61) Se blant annet politiets kampanje #ikkehemmelig

62) Bjørn Erik Ludvigsen, Kripos under frokostseminaret Barn og medier 2018





«Vi trenger ikke at voksne er sinte, men rolige. At de snakker med oss om hvordan vi kan fikse det. «Ta det rolig, dette skal vi ordne».»





# 5. «MAN KAN IKKE SI: 'IKKE SEND NAKENBILDER'»

## Forslag til tiltak for å forebygge deling uten samtykke

Mye tyder på at voksnes formaninger om ikke å sende nakenbilder er utilstrekkelig for å endre ungdoms atferd. Som rapporten viser, er det liten grunn til å tro at ungdom vil slutte å ta og dele intime bilder selv om de vet at det er forbundet med risiko og konsekvenser. Samtidig ser vi at ungdom både har en god del kunnskap, ønsker seg mer kunnskap og har mange tanker om hvordan skadelig bildedeling kan forebygges.

Dette kapitlet presenterer temavis ungdoms og fagfolks innspill til god forebygging, etterfulgt av Redd Barnas forslag til tiltak basert på innspillene.

### Voksne må forstå og kommunisere bedre om nakenbilder

Ungdommene var unisont enige om at voksne må bli bedre på å forstå hvorfor ungdom deler nakenbilder og ikke minst nyansene i delingen. Å dele et bilde av seg selv i ny bikini kan for mange være like naturlig som å sende et bilde av hva de spiste til middag. Ungdommene ga uttrykk for at de ønsker at de voksne interesserer seg for deres digitale liv, hvis de gjør det på en respektfull og ikke-moraliserende måte.

– Man kan ikke si «ikke send nakenbilder». Voksne må forstå mye mer av hva det handler om.

– Jeg tror ikke de skjønner i det hele tatt. De har vokst opp i en helt annen tid. Hvis du flørta, sa du det på en måte direkte til dem. Du sendte ikke et bilde. For voksne er bilder bare noe veldig skamfullt. De må ha litt forståelse, og se at det kan være både positive og negative grunner til å dele bilder.

– Min mors lange tale om hvordan jeg aldri må finne på å sende nakenbilder til andre, gjorde meg kvalm. Jeg ble redd og usikker. Hva om noen av bildene av meg spres, hva skal jeg

*gjøre da? Enn hvis noen av de jeg har sendt til begynner å presse meg? Jeg kan jo ikke si ifra til foreldrene mine da, de har jo sagt jeg ikke skal gjøre det, jeg er jo ei fornuftig jente.*<sup>63</sup>

– Det er viktig å høre at de også har gjort feil. Hvis foreldre viser at de skjønner, kan vi snakke med dem mer. Hvis de skjønner at det går an å gjøre feil.

Ungdommene påpekte at det ikke bare er barn og unge som har problemer med å oppføre seg på nettet, og at voksne selv legger ut bilder av barn uten å spørre. En del voksne gir også uttrykk for at det er den som tar bildet av seg selv som har skylden hvis det blir delt ulovlig. Dermed fremstår de ikke alltid som gode autoriteter eller forbilder som kan gi relevante råd til barn og unge om nettvett.

En gruppe trakk fram Nora Mørk-saken<sup>64</sup> som eksempel på at mange voksne ikke forstår ungdomskulturen.

– Det var sykt bra at hun anmeldte alle som spredte det. At hun satte grenser. Det som skjedde, var ikke greit. Men i kommentarer på Facebook var det mange som bare hakket på henne. «Hvorfor gidder hun å mase om det, hvorfor har hun de bildene på telefonen?» Det kom fra mange eldre folk, gamle damer. Hvorfor skulle hun ikke få ha det på sin private telefon?

– Kunnskap og informasjon er også noe man må gi til den eldre generasjonen. Tiden har forandret seg. Før var det skam å ha sex utenfor ekteskapet. Nå er det normalt. Det betyr ikke at alt er greit, men de gamle må tilpasse seg. Mormor spurte: «Hvorfor tok Nora Mørk de bildene?» Vi i vår generasjon ville ikke sagt det.

Blant de ulike fagpersonene vi intervjuet, var det bred enighet om at en pekefinger-mentalitet til unges deling av nakenbilder er lite hensiktsmessig.

– Som forebygger tenker man umiddelbart at rådet må være: «Ikke send nakenbilder, tenk på konsekvensene.» Vi voksne vet om et liv uten deling av bilder. Men jeg vet ikke om den oppvoksende generasjon vet om, forstår og ønsker seg en verden uten denne delingen. Det oppleves som utdatert og avleggs. Kanskje fokuset vårt burde være mer på prevensjon: gode forholdsregler som reduserer risiko og begrenser skade, mener politioverbetjent Anne Merete Ansok. Samtidig mener hun at forebyggere bør ha to tanker i hodet på en gang – man må både råde ungdom til ikke å dele egne nakenbilder samtidig som man er nøye med å ansvarliggjøre de som videregirer.

NKVTS-stipendiat Per Moum Hellevik er enig i at forebyggere må balansere budskapet og gi noen gode eksempler: – Som voksne kan vi, uten å heve pekefingeren, bruke eksempelet med at hvis du skal skrive en sinna mail til sjefen din, er det kanskje lurt å skrive den, og la den ligge i en halvtime før du bestemmer deg for å sende den. Han mener at selv om skolen er en viktig forebyggingsarena, tar det ikke ansvaret bort fra foreldre, og at foreldre må tørre å ta de vanskelige samtalen: – Foreldre må helt klart på banen og involvere seg mye mer i unges digitale liv. Det kan være kjempekleint til tider, og for ungdom er kombinasjonen sex og foreldre komplisert. Hvis de har tatt bilder av seg selv der de poserer seksuelt, er det ikke rart om de synes det er vanskelig at foreldre skal vite om det. Men det er ansvaret ditt som forelder å snakke om disse tingene. For flertallet av ungdommer kan det at du vet at foreldrene dine bryr seg, og er opptatt av at du ikke utsetter deg for risiko på nettet, være en viktig faktor i seg selv. At du kanskje tenker to ganger på om du skal sende den meldingen, sier Moum Hellevik.

Ungdommene var også opptatt av at foreldre ikke må kjeft eller øke skamfølelsen dersom skaden først er skjedd.

– Foreldre må snakke med barna sine om at det ikke er noe lurt å gjøre. Men de må aldri gi barna sine en følelse av at de ikke kan få hjelp om de har gjort det, og for eksempel blir presset til å sende flere.

– Det er viktig at foreldre sier: «Jeg støtter deg gjennom alt». De må si: «Jeg har også gjort feil». De kan fortelle historier og tabber fra de var unge, morsomme også. Foreldre må være åpne med deg, så du kan være åpen tilbake.

– Vi trenger ikke at voksne er sinte, men rolige. At de snakker med oss om hvordan vi kan fikse det. «Ta det rolig, dette skal vi ordne».

Helsesøster Tale Krohn Engvik mener foreldre har mye å lære både om å kommunisere om nettvett og bildedeling, og håndtering når skaden først er skjedd. Like viktig som å øke kunnskapen om hva som er lov og ikke lov, er at foreldre blir mer bevisst måten de snakker om nakenbilder. – Reaksjonen ungdom møtes med når et nakenbilde er spredt, har mye å si for hvordan de takler livet videre.

Mange er så fulle av skyld og skam at de ikke klarer å følge med på skolen. Noen kutter seg, ruser seg eller velger andre destruktive måter å håndtere det. Det tar all plass inni dem, sier Krohn Engvik. Hun kaller det livreddende førstehjelpsråd:

– Jeg får snapper fra ungdom som forteller at de heller vil ta livet sitt enn at foreldrene skal få vite hva som har skjedd. Mye ville vært løst hvis foreldre kunne snakke med barna sine om nakenbilder på en ikke-moraliserende, undrende og reflekterende måte. Man kan snakke med dem om hva som kan være fint og hva som kan være dumt med å dele bilder. Og så kan man reflektere litt sammen om hva som ville skje hvis noen misbrakte bildet og spredte det videre. At unge får tenkt gjennom mange ulike aspekter ved å dele nakenbilder, er mye viktigere enn å formidle budskapet: «Ikke send», mener helsesøsteren.

Hun mener foreldre kan ha godt av å være litt tilbakelemt og akseptere at barn kan gjøre ting de angrer på. Man kan snakke om at alle kan gjøre feil og fortelle om egne feil man har gjort, gjerne med humor. Krohn Engvik understreker at det er viktig å være tålmodig og la ungdommene selv tenke over tingene, og heller ta opp tråden etter noen dager. – Budskapet bør uansett være at: «Hvis du gjør noe dumt, skal jeg gjøre alt jeg kan for ikke å bli sint. Jeg vil forsøke å hjelpe deg så godt jeg kan.» Det er et kort og enkelt budskap, men det kan være livreddende. Unge kan overleve de vanskeligste ting hvis de blir møtt på den riktige måten, mener helsesøsteren.

Hans Marius Tessem i Slettmeg.no mener rådene som gis om ikke å dele bilder, kan virke mot sin hensikt. Han nevner et eksempel med ei jente som ble groomet over tid, og presset for penger av overgriper helt til hun hadde betalt ut alle konfirmasjonspengene sine.

– Først da hun var helt tom for penger og alle dører var lukket, søkte hun hjelp hos oss. Hun hadde fortsatt ikke turt å snakke med foreldrene. Når ungdom føler at det er de som har gjort noe galt, tenker jeg at rådene vi har gitt, gjør vondt verre, sier han.

Politioverbetjent Anne Merete Ansok mener forebyggere står overfor en større utfordring enn ved andre tema knyttet til skadelig atferd:

– Fordi det handler om seksualitet, som er en trigger i alle samfunnslag, ligger det utrolig mye intensitet i dette med kontroll, skam og ære. Jeg er usikker på om vi klarer å tukte dette fenomenet på samme måte som med offentlige helsekampanjer rettet mot for eksempel røyking og sukker. Jeg vet ikke om vi klarer å legge vekk den intensiteten som er knyttet til seksuell utforskning, sier Ansok.

Tale Krohn Engvik peker på at det også er mange voksne som sender nakenbilder, eller gjør andre ting de kan angre på når de er seksuelt tiltrukket og ønsker å imponere noen. Hun råder forebyggere til å tenke over hvordan budskapet knyttet til nettvett og nakenbilder formuleres:

63) Innlegg på SiD i Aftenposten 12.10.2017

64) Håndballspiller Nora Mørk anmeldte et titalls personer for ulovlig deling etter at private bilder ble hacket fra telefonen hennes i 2017.



## «Vi trenger bedre seksualundervisning. Vi hadde én dag i tiende klasse der vi tredde en kondom. Vi burde absolutt hatt om nakenbilder i seksualundervisningen.»

– Ingen liker å få råd man ikke har bedt om. Hvis voksne gir for mange råd, oppfattes det som mas og kritikk. Det er lett å komme i forsvarsposisjon. Når man er i en løsrivelsesfase, kan ungdom reagere med at: «Hvis de bare maser og gir råd, skal jeg i hvert fall gjøre det.» Budskap synker lettere inn når man kan reflektere og komme fram til løsninger sammen, mener hun.

Blant fagfolkene vi snakket med, var den aller største bekymringen at barn og unge ikke tør å snakke med voksne når bilder havner på avveie. Bevisstgjøring av foreldre om bildedelingens dynamikk og gode samtaler rundt risiko og konsekvenser bør derfor være et overordnet mål for videre forebyggingsarbeid.

### Jevnlig og tverrfaglig undervisning gjennom hele skoleløpet

Mange av ungdommene mente at skolen har en sentral rolle i å forebygge digitale og seksuelle krenkelser mellom barn og unge. De ønsker seg mer kunnskap, og flere nevnte at seksualitetsundervisningen ikke hadde hatt noe om dette temaet. Ungdommene var også tydelige på at temaet nakenbilder og press om deling må starte tidligere, gjerne i slutten av barneskolen. De pekte på at mange starter å dele bilder i ungdomsskolealder, og at de yngste har langt mindre kunnskap og bevissthet om risiko og konsekvenser enn ungdom i videregående skole. Ungdommene var opptatt av at informasjonen bør gjentas over tid og inngå i ulike fag, ikke bare være del av et nettvett-opplegg som skjer en gang i året eller enda sjeldnere.

– Vi trenger bedre seksualundervisning. Vi hadde én dag i tiende klasse der vi tredde en kondom. Vi burde absolutt hatt om nakenbilder i seksualundervisningen.

– Foreldre har liten innflytelse, men skolen har stor innflytelse. Alle må gjennom skolen. Vi må få et bedre system, undervisning som informerer om faktiske problemstillinger. Vi må ikke vite alt om graviditeten, vi trenger mer realistisk læring.

– Den eneste gangen vi har hatt om det på skolen, var i rettslære. Da snakket vi om det fra et rettsperspektiv. Hvem som har rett til bildene, hva som er loven. Læreren sa at det egentlig ikke var pensum, men at det var så viktig snakke om.

Enkelte mente at om man fikk snakket mer om det på skolen, ville det kanskje gjøre bildedeling litt mindre spennende og «ulovlig».

– Siden skolen skjuler det og ikke snakker om det, blir det vanskelig å snakke om det ellers også. Hadde skolen snakka om det, kunne du tenkt litt gjennom det før du er i situasjonen. Men fordi lærerne holder det til det minimale, blir det litt sånn at å sende nakenbilder blir litt kult, farlig. Man får litt den innstillingen.

Per Moum Hellevik ved NKVTS savner et standardisert, formelt pensum om nettvett og bildedeling skolene kan forholde seg til:

– Dermed blir det veldig individuelt hvordan lærere underviser i det. Du har noen ildsjeler som gjør en god jobb, og andre som bare suser over det. Pedagogikken blir fort teoretisk, preget av «ikke gjør det»-budskapet og alt det skadelige som kan skje. God opplæring bør heller starte fra den motsatte siden: hva handler en fin relasjon om? Hva bør du forvente av en god relasjon, hva er greit og ikke greit, mener han.

Sexolog og seksualunderviser Stine Kühle Hansen mener det må undervises mer om den positive seksualiteten, tenning og fetisjer.

– Oppnår man et tilfredsstillende seksualliv, blir utvendige ting som fotografering og porno utkonkurrert. At ungdom iblant ser porno, er ikke nødvendigvis noe å frykte. Men vi må tidlig lære dem å håndtere det de ser. Ungdom lever i en visuell kultur og fortjener et mer finstemt analyseverktøy for å gjennomskue pornoens virkemidler og for å fordøye inntrykkene, mener hun.

Kühle Hansen tror ungdom også ville ha nytte av å forstå mer av prosessene som skjer i kroppen, og den tidvis manglende forbindelsen mellom følelser og rasjonelle valg. – Voksne kunne i større grad snakke med unge om hvordan man av naturlige grunner kan være litt fjern, nærmest blind av følelser. I den alderen de er, med hormoner og vekstspurt, er det noen vurderinger som går fort, og noen som går langsomt. Ungdom må få vite at det er naturlig at følelser svinger, spesielt hvis man er forelsket eller seksuelt tent, og at det ikke alltid er lett å ha full kontroll. Da kan det i en del situasjoner være nødvendig å ta et skritt tilbake, og tenke en gang til over valgene sine, for eksempel hvor mye man viser på bildet, og om man egentlig skal sende det, sier sexologen.

### Vil lære å håndtere press

Et sentralt punkt i undervisningen, ifølge ungdommene, bør være å lære å håndtere press om nakenbilder fra tidlig alder. Det kan også være nyttig å bli mer bevisst at den

som etterspør bilder, kan ha andre motiver, og kan bruke komplimenter og ros strategisk for å lokke den andre til å sende. Samtidig mente mange av jentene at gutter må informeres bedre om at det ikke er greit å mase, eller lov å sende nakenbilder til noen som ikke ønsker det.

– Ungdom må lære at de kan si nei, de trenger ikke sende bilde. Gå heller og snakk med en voksen.

– Man kan gi eksempler på hva man kan si når noen spør om bilder.

– Man må gjøre barn oppmerksom på at blokkeringsfunksjonen er der for en grunn.

– Gutter må lære at de ikke skal spørre etter og ikke spre andres bilder.

I en av fokusgruppene mente jentene at økt bevissthet om hverandres intensjoner kan være god forebygging mot ukritisk deling:

– Man må prøve å se hva de er opptatt av. Viser de interesse for deg, er de tålmodige, eller skal de bare ha det bildet med en gang? Hvis du sier: «Ikke i dag», og han bare: «Hadet» – da er han ikke en person som skal ha det bildet.

Pedagog Linn Rosenborg er enig i at kompleksiteten og spekteret i forventninger og hensikter kan være krevende å forstå for ungdom. Hun mener det understreker behovet for å løfte problemstillingene inn i skolens læreplaner.

– Det er ikke så lett hvis du sitter på Snapchat å spørre den andre: «Hva skal du ha ut av dette bildet?» Hvis man har snakket om det i fellesskap på skolen, og skapt en bevisstgjøring og synliggjøring av hva som kan være ulike intensjoner og motivasjoner for å be om et bilde, er det større sjanse for at tankesettet påvirkes når man sitter på egen hånd og får forespørselen, mener hun.

## «Det er mye bedre om det kan formidles av noen som er yngre. Hvis det kommer ei 50 år gammel dame, tenker vi: 'Du har jo ikke sex, du er 50 år gammel!'»

Rosenborg får støtte fra Tale Krohn Engvik, selv om hun mener det ikke er sikkert at denne kunnskapen vil påvirke om man sender bildet eller ikke.

– Det er jo aldri lett å vite helt hva den andre vil eller tenker. Kanskje synes ungdom det er greit at den andre bruker bildet på den måten. Det er uansett en fin ting å snakke om og tenke over: «Hva tror du gjør at den personen vil ha et nakenbilde av deg?»

Flere av ungdommene trakk fram at det ikke holder å bare appellere til fornuften. De ønsker seg nettvett-undervisning som er engasjerende og som kan treffe dem følelsesmessig.

– Kanskje det kunne kommet en som kunne fortelle om hvordan det påvirket dem å få bilder delt. Læreren kan ikke gjøre så mye sammenlignet med en som forteller en historie.

– De bør spille på følelser: «Hvordan ville du føle deg hvis det skjer.»

– Man må si til unge at hvis det er flaut å vise nakenbilder til foreldrene, hva tenker andre om det bildet da?

– Man kan gi eksempler på hva som kan skje, noen som har tatt livet sitt.

Sex og samfunn har erfaring med at case-historier og gruppearbeid fungerer godt i formidlingen om nettvett.

– Caser gjør situasjonene og valgmulighetene mer håndfaste og lettere å sette seg inn i. Gruppearbeid og diskusjoner fungerer også godt. Når vi har undervisning, kan det være vanskeligere å svare på spørsmål som enkeltperson – det er lettere hvis man kan diskutere litt og legge svarene fram som gruppe, sier Mariann Olsvik i Sex og samfunn.

Enkelte var også opptatt av at nettvettundervisning treffer lettere når det formidles av yngre personer. De har både mer kunnskap og forståelse for problematikken, og er lettere å relatere til.

– Det er mye bedre om det kan formidles av noen som er yngre. Vi som skal bli barne- og ungdomsarbeidere, er i den rette alderen, vi hadde passet til å gjøre det. Hvis det kommer ei 50 år gammel dame, tenker vi: «Du har jo ikke sex, du er 50 år gammel!»

### Styrke forståelsen for samtykke og lovverket

Økt kunnskap om retten til samtykke kan også være med på å hjelpe unge som opplever at nakenbilder eller -filmer har blitt delt. Det kan være at unge vil oppleve mindre skyld og skam hvis det er en nighet i samfunnet om at skaden oppstår når bilder blir delt – ikke når de blir tatt. Blant ungdommene vi møtte, var det flere som selv brukte samtykkebegrepet, og klart kjente til at det må spørres om tillatelse både for å ta og sende et bilde av andre. Samtidig var det tydelig at en del ungdom manglet kunnskap om at man skal ha samtykke for å sende seksualiserte bilder av seg selv, ta bilder av andre i intime situasjoner, vise fram seksualiserte bilder av andre, og dele bilder av andre når dette gjøres i mindre, lukkede grupper.



Ungdommene forteller at de er opptatt av hva slags bilder både foreldre og venner legger ut i sosiale medier, og at de ønsker å bli spurt om samtykke. Det kan også se ut til at unge seg i mellom er i ferd med å utvikle en kultur for å spørre om det er greit å legge ut enkelte typer bilder av hverandre:

– Å fotografere folk på kafé og legge det ut på Instagram er for eksempel ikke greit om ikke de du tar bilde av har gitt samtykke.

– Det er blitt mer vanlig å spørre om det er greit å legge ut et ansiktsbilde. Før la vi ut alt. Det var tradisjon på ungdomsskolen når noen hadde bursdag å legge ut styggest mulig bilder for å drite dem ut. Alle var med på det, vi syntes det var gøy. Ingen visste hvor grensen gikk, men det var sikkert mange som ikke syntes det var greit. Det er et tema vi har snakket mer åpent ut om. Vi er ubevisst blitt bedre på det.

Denne bevisstheten kan se ut til å være sterkere blant ungdom enn i foreldregenerasjonen:

– Mamma legger hele tiden ut bilder av meg på nettet både på Facebook og Instagram uten å spørre om min tillatelse. Som jeg har forstått det skal man alltid spørre før man publiserer bilder av andre på nettet, men siden hun er moren min tenker vel hun at det er greit. Det er ofte vennene mine som viser meg bildene og de flirer litt, og jeg sier til moren min at hun må slette de men det gjør hun ikke. Hun bare legger ut bilder av meg hele tiden uten og spørre og uten å slette de når jeg sier ifra. Og når jeg sier ifra blir hun bare sint.<sup>65</sup>

– Faren min legger ut av broren min, men ikke av meg. Jeg hadde sagt nei. Det er bra å bli spurt. Hvis de legger ut, bør de spørre hver person som er på bildet.

Mariann Olsvik i Sex og samfunn mener foreldre og andre voksne har et stort ansvar for å gå foran som gode eksempler fra barna er små.

**«Jeg trenger å vite at hvis jeg tar et bilde av meg selv, er det egentlig mitt. Selv om en gutt tok bilde av deg, er det ikke hans.»**

– Vi voksne må «practice as we preach». Vi kan ikke legge ut bilder på nettet slik det passer oss selv, og forvente at barna gjør noe annet. Det handler om å vente med å legge ut bilder av dem til de er store nok til å kunne si ja eller nei, og spørre dem om det er greit, selv om bildene er helt uskyldige. Hvis dette er noe barn og unge er opplært til fra de er små, og at de tidlig får en forståelse av at man skal respektere egne og andres grenser, så sitter det litt i ryggmargen, mener hun.

Olsvik mener det også er viktig å veilede unge på hva man skal gjøre hvis man får et bilde man ikke vil ha, eller ikke har lov til å ha:

– Skal man bare slette det, eller også informere om at bilder blir delt uten samtykke? Ungdom må forstå at de har et ansvar for å si fra, slik at delingen får konsekvenser og personen på bildet får støtte. «Tenk hvis det var deg», minner vi om.

Ungdommene var klare på at de trenger mer kunnskap om hva som kan skje hvis man videresender andres bilder. Flere sa de var påvirket av nyhetssaker der unge mennesker var dømt for spredning av nakenbilder. De mente at det ville ha en sterk effekt om politiet kunne besøke skolen og snakke med dem direkte om hvilke lover som gjelder og hvordan man kan straffes for slike forhold. De mente også det var viktig å informere om hvordan fremtidig yrkesliv kan påvirkes av en dom for deling av nakenbilder.

– Gutter på 17 som har en kjæreste som er yngre, må vite at det handler om barnepornografi<sup>66</sup>.

– Vi må lære mer om konsekvenser, om hva som kan skje i etterkant, ikke bare fire uker frem i tid. At det kan gå ut over jobb og andre ting.

– Jeg trenger å vite at hvis jeg tar et bilde av meg selv, er det egentlig mitt. Man må vite at man kan kreve at noen sletter bildet. Selv om en gutt tok bilde av deg, er det ikke hans.

Sexolog Stine Kühle-Hansen mener kunnskap om lovverket er et av de viktigste aspektene ved forebygging.

– Det er en fanesak for meg at det skal bli vanligere å snakke om jussen. Både foreldre, barn og unge skal vite på fingerspissene hva som er lov og ikke lov. Som at det ikke er lov å kjøre på med fysisk berøring når den andre ikke vil. Det er stort behov for å få lovverk inn i opplæringen som et mentalt rødt og grønt lys. Det hjelper ungdom når de skal sosialisere intimitet. På samme måte som man har en ryggmargsrefleks på at man ikke kjører bil under alkoholpåvirkning, må unge få en refleks på at man ikke deler bilder under påvirkning, mener hun.

#### Bedre oppfølging av de som er utsatt

Selv om politiet de siste årene har tatt ut tiltale og straffeforfulgt en rekke saker knyttet til spredning av

**«Vi må få informasjon om hjelpetelefoner og nettsider der man kan snakke anonymt med noen for å få hjelp. Man må få hjelp med én gang, og ikke vente flere dager.»**

nakenbilder, var flere av ungdommene opptatt av at det må bli enklere å anmelde og straffe de som deler uten samtykke. De mente at det i dag er altfor krevende for den utsatte å gå til politiet, og at risikoen for straffeforfølgelse oppleves som lav.

– Hittil er det nesten ingen som blir dømt. Ungdom tenker ikke at det er en risiko.

– Det blir så masse oppstyr når man går til politiet, kanskje det blir mer oppmerksomhet enn du vil ha. Du vil bare glemme og bli kvitt det. Det må bli enklere å anmelde. Man må tenke at det går ikke bare utover deg, men alle andre rundt deg. Man må tørre være et forbilde.

De var også opptatt av at man må få bedre informasjon om hvordan man kan få hjelp når skaden først er skjedd.

– Vi må få informasjon om hjelpetelefoner og nettsider der man kan snakke anonymt med noen for å få hjelp. Man må få hjelp med én gang, og ikke vente flere dager.

Hans Marius Tessem fra slettme.no har full forståelse for at ungdom mener det ikke har noen hensikt å anmelde sakene til politiet, og mener gode intensjoner ofte ikke følges opp av det lokale politiet. Han mener politiet mangler både vilje og evne til å håndtere sakene.

– Jeg vet at det er en utbredt holdning på mange politistasjoner lokalt om at dette ikke er noe man kan prioritere når folk er så dumme at de sender sånne bilder. At dette er noe de involverte må ordne opp i selv. Samtidig vet vi at konsekvensene kan være svært alvorlige for de de gjelder, med familier som nesten går til grunne, påpeker han.

#### Ny vurdering av lovverket

Det foregår også en diskusjon blant fagpersoner om det er riktig at tankeløs deling av nakenbilder blant ungdom skal dømmes etter samme paragraf i straffeloven som når kriminelle nettverk og overgripere deler seksuelle filmer og bilder av overgrep mot barn.

Politioverbetjent Anne Merete Ansok mener det er problematisk at lovverket til dels ikke skiller mellom bilder som er delt med og uten samtykke:

– Det samme lovverket retter seg per definisjon mot Thailand-turisten i besittelse av bilder av treåringer, og 15-åringen som har delt bilder av kjæresten sin. Det er ingen gjenkjennelse hos ungdom i at dette handler om det samme. Det bør skapes lovverk som treffer ungdomsgrupper, der det er krenkelsen som må rammes. Der er det en vei å gå innenfor jussektoren, mener Ansok.

Helsesøster Tale Krohn Engvik har også erfaring med at sakene kan være vanskelig å håndtere juridisk. I en sak hun var involvert i, hadde to 14-åringer som var kjæresten, delt nakenbilder med samtykke:

– Etter at det ble slutt, ble gutten anmeldt av foreldrene hennes da de fant ut at han fortsatt hadde bilder av henne. Jenta turte ikke si til foreldrene at de var delt frivillig. Saken endte med avhør på Barnehuset, og gutten fikk psykiske reaksjoner i etterkant. Vi må bli mer bevisst at slike kinkige situasjoner kan oppstå, og mye bedre på å håndtere dem, mener hun.

#### Styrke ungdoms evne til å være støttespillere

Ungdommene hadde selv mange tanker om hvordan de kan bli bedre støttespillere for venner og bekjente som får bilder delt.

– Som venn må man ta saken seriøst. Man skal ikke legge lokk på det som har skjedd. Man kan ikke bare si: «Går det bra?». Det er kanskje lett for offeret å si det går bra, men som venn må man ikke gi seg.

– Man må spørre hva hun vil skal skje. Det er vanskelig å hjelpe noen man ikke vet hva vil. De må selv sette grenser. Men det er viktig å anmelde, og det hjelper at venner er med. Man kan prøve å hjelpe med å få bildene bort fra nettet.

– Man bør forsøke å være den personen du vil at andre skulle være for deg i den situasjonen. Tenk: «Hva ville jeg at andre skulle gjort for meg?»

Flere var også opptatt av at jenter bør oppmuntres til å styrke hverandres selvverdi og stå sammen når noen utsettes for noe vondt:

– Jenter må bli slutte å dømme så mye. Vi må tenke mer over hva vi sier, bli flinkere til å bygge hverandre opp. Det må bli lettere å slenge ut noe positivt enn noe negativt. Si at: «Du er fin på håret», være hyggelige med hverandre. Det er småting som betyr noe.

Helsesøster Tale Krohn Engvik er stor tilhenger av å ansvarliggjøre ungdom som støttespillere og ressurs for

65) Innlegg på ung.no

66) Redd Barna, Kripos og de fleste fagmiljøer bruker normalt ikke dette begrepet. «Pornografi» indikerer en slags frivillighet mellom voksne. I straffeloven omtales disse forholdene som fremstillinger av seksuelle overgrep mot barn eller fremstillinger som seksualiserer barn.



hverandre. Hun påpeker samtidig at voksne må være klar over at det kan ha sine kostnader.  
– Å våge å si fra om dårlig oppførsel og stå opp for andre er noe ungdom kan være redd for. Det må man være ganske tøff og sterk for å gjøre. Man kan risikere å bli upopulær, at de andre skal snu seg mot en. Som voksne må vi gjøre ungdom trygge på å ta ansvar for hverandre, og snakke med dem om hvordan man kan si fra på en god måte. Spesielt mener jeg vi må utfordre de som har en sterk og populær posisjon i gjengen, og snakke med dem om at de har et særlig ansvar for si fra hvis noe ikke er greit, sier Krohn Engvik.

Hun nevner eksempelet med jenta som ble beordret til å gjøre tjenester for flere gutter mot at de ikke skulle dele et nakenbilde av henne:  
– Saken fikk en løsning ved at en av de populære guttene i klassen så og reagerte på at jenta ikke hadde det bra. Han tok ansvar og sa fra til guttene om at de skulle slutte. Som voksne er det viktig at vi gir ungdom kred når vi ser at de gjør noe bra for andre. Å rose positiv atferd vil kunne bidra til at de tar med seg den gode opplevelsen og motivere dem til å gjenta slik støttende oppførsel, mener helsesøsteren.

Hans Marius Tessem i slettmeg.no er enig i at forebygging må rettes mer mot ungdom som støttespillere, ikke minst fordi de først og fremst søker til venner når de har negative opplevelser. Han mener det er viktig å dra lærdom fra holdningskampanjer som har feilet, og kampanjer som har hatt gode resultater. Det kan for eksempel handle om å gi de som har en mening, men som ikke tør eller klarer å ytre den, verktøy til å ytre meningen sin.  
– Fra arbeid med trafikkikkerhet vet vi for eksempel at mange ikke tør å si fra hvis sjåføren kjører for fort, de vet ikke hvordan de skal si det. Jeg tror de fleste ungdommer ikke synes det er greit å dele andres nakenbilder. Det har lenge vært slik at de som synes det er greit, får definisjonsmakta. Vi må henvende oss til alle de andre, som ikke synes det er i orden, så de tør å stå opp i gruppa og si fra: «Hva slags type er du som deler andres bilder? Sånn gjør vi ikke, det er dårlig stil!»

**Økt innsats mot de mest sårbare og risikosøkende**  
Ungdommene intervjuet i denne rapporten forteller at det er noen ungdommer som deler veldig mange seksualiserte bilder av seg selv. Det kan derfor være et behov for å øke kompetansen blant voksne som jobber med ungdom som er særlig sårbare og risikosøkende. Et spørsmål som bør utforskes mer, er i hvilken grad skadelig deling henger sammen med sosial kompetanse og evne til å mestre og tilpasse seg sosiale krav og normer. Er det slik at de som sliter med å knekke sosiale koder i andre sammenhenger, har vanskeligere for å finne balansen mellom å dele «passe» og å dele «for mye»? Særlig trengs det økt

kompetanse på om unge kan bruke seksualitet for å få bekreftelse og bli sett, om nettets dynamikk, og hvordan bilder kan brukes som pressmiddel.

Det er videre et behov for å utvikle mer kunnskap om minoritetsjenters spesielle sårbarhet. Redd Barnas erfaring gjennom prosjektsamarbeid med skoler, SaLTO-koordinatorer og forebyggende politi er at minoritetsbarn ofte har strengere normer hjemme, samtidig som en del minoritetsforeldre har lite innblikk i barnas ungdomskultur og sosiale univers på nett. Minoritetsjenters utsatthet for sanksjoner kan være dramatisk, både når det gjelder utprøving av relasjoner på nett og utenfor.<sup>67</sup> Inntrykket er at skolene ser problematikken, men at lærere og helsesøstre ofte føler seg usikre når slike saker skal håndteres. De unngår ofte å ta kontakt med foreldre for å diskutere vanskelige saker, av frykt for hva som kan være konsekvensene for barnet. Foreløpig vet vi derfor lite om omfanget av trusler og seksuelle overgrep knyttet til deling av nakenbilder, hvordan det går med jentene og hvordan skoler og politi håndterer saker de får kjennskap til.

#### Stille tjenestene til ansvar

Hvilket ansvar har delingstjenestene selv, som Snapchat, Instagram og Facebook, for å begrense skadelig deling av nakenbilder? Ungdommene hadde ulike syn på at enkelte sosiale medier, som Facebook, har sperrer for nakenbilder. Flere påpekte at tjenestenes tiltak for økt sikkerhet er inkonsekvente, eller at det uansett er måter å få delt bilder om man ønsker.

*– Det er ingen måte tjenestene kan stoppe det. Jeg hadde blitt irritert hvis det kom opp et varsel.*

*– Det er helt greit at man kan bli utestengt. Snapchat kunne også gjort det, ikke bare Facebook. Det trenger ikke være at man ble utestengt, men det kunne vært en sperre. Jeg tror det kunne stoppet noen.*

Flere ga uttrykk for at det generelt er mye mas om å dele bilder og være til stede på sosiale medier.

*– Særlig Instagram er litt masete. Jeg sjekker den hele tiden, jeg er avhengig av det. Man ser bare det perfekte liv, bare det personen vil at du skal se. Det er ingen tegn til stygge bilder. Det er så mye retusjering.*

*– På Messenger er det sykt kjaft å dele. De kan ta tak i det. Instagram har mye bikinibilder, det er det vanskelig å gjøre noe med. På Snapchat kan du laste ned en ekstra app, slik at du kan lagre og sende snapper på nytt.*

Hans Marius Tessem fra slettmeg.no mener det er viktig å sette søkelys på samfunnsansvaret til delingstjenestene og andre kommersielle krefter som tjener på den massive

billedelingen og unges behov for å bli sett og likt. Samtidig tror han det er realistisk at teknologien ligger til rette for å forhindre og forebygge en del skadelig deling i løpet av de neste årene. Han forteller at han selv er blitt stoppet fra å gjøre noe ulovlig etter å ha lagt kopibeskyttet musikk til en filmsnutt han ville dele på Facebook:  
– Det var jo flott for meg at jeg slapp å gjøre noe ulovlig. Slike teknologiske løsninger vil vi bare se mer av, tror Hans Marius Tessem.

## OPPSUMMERING

Når ungdommene blir spurt hva som skal til for å forebygge skadelig deling av nakenbilder, er de først og fremst opptatt av at voksne må sette seg bedre inn i hva det handler om. Voksne må forstå at billedeling er en viktig del av barn og unges hverdag, og åpne for en samtale både om positive og negative sider ved deling. Det holder ikke å si: «Ikke del nakenbilder!» Foreldre må vise forståelse for at ungdomstiden er en fase hvor man kan ta uoverveide valg, og skape en trygghet om at man kan komme til dem om det oppstår problemer. Foreldre har også en viktig rolle i å bevisstgjøre barn om retten til å bestemme over egne bilder, blant annet ved å alltid spørre om det er greit før man selv deler bilder av barna med familie eller i sosiale medier.

Ungdommene mente at skolen, og særlig seksualitetsundervisningen, burde sette av mye mer plass til bevisstgjøring om samtykke og regelverk knyttet til deling av nakenbilder. Undervisningen burde starte tidlig, gjerne i slutten av barneskolen, da mange starter å dele bilder i ungdomsskolealder, og at de yngste har langt mindre kunnskap og bevissthet om risiko og konsekvenser enn ungdom i videregående skole.

Ungdommene mener det er viktig å lære å håndtere press om å dele bilder fra tidlig alder. Det kan også være nyttig å bli mer bevisst at den som etterspør bilder, kan ha andre motiver, og kan bruke komplimenter og ros for å lokke den andre til å sende. Samtidig understreket mange av jentene at gutter må få bedre kunnskap om at det ikke er greit å mase, eller lov å sende nakenbilder til noen som ikke ønsker det.

Når bilder havner på avveie, mente flere at det må bli lettere å anmelde sakene, og at politiet må ta sakene mer på alvor. De ønsket bedre informasjon om hvor man kan få hjelp, og understreket at man må få hjelp med én gang. Ungdommene, og særlig jentene, ville lære å være bedre støttespillere for hverandre. Dette kan både bidra til å bygge hverandre opp og styrke selvfølelsen på en måte som kanskje reduserer behovet for å få komplimenter gjennom deling av bilder, men også bidra til å redusere skamfølelsen når skaden først er skjedd.

Mens ungdommene selv hadde liten tro på delingstjenestenes muligheter til å begrense skadelig deling, er fagfolk optimistiske til at vi både kan og bør forvente at teknologien blir bra nok til å forhindre en del skadelig deling i

årene fremover. Det er viktig å løfte blikket, belyse og ansvarliggjøre alle de sterke kommersielle kreftene som tjener på den massive billedelingen og unges behov for å bli sett og likt, slik at ansvaret ikke faller på hvert enkelt barn alene.



## FORSLAG TIL TILTAK FOR Å FOREBYGGE DELING UTEN SAMTYKKE

1. Voksne må forstå og kommunisere bedre om nakenbilder
2. Jevnlig og tverrfaglig undervisning gjennom hele skoleløpet
3. Styrke forståelsen for samtykke og lovverket
4. Ny vurdering av lovverket
5. Styrke ungdoms evne til å være støttespillere
6. Økt innsats mot de mest sårbare og risikosøkende
7. Stille tjenestene til ansvar

67) Upubliserte sitater i forbindelse med kartleggingsprosjektet «Hvis du ikke spør, klarer jeg ikke fortelle». Utfordringer i avdekking av seksuelle overgrep i minoritetsfamilier. Berggrav, S. (2015): Redd Barna



# FORSLAG TIL TILTAK OG VIDERE OPPFØLGING

Redd Barna mener funnene i rapporten bør ansvarliggjøre voksne på ulike nivåer:

## FORELDRE

- Foreldre er viktige rollemodeller for barna sine gjennom egen bildedeling av barn i sosiale medier. Barn har godt av å lære fra de er små at man skal ha et tydelig «ja» før man deler bilder eller film av andre.
- Foreldre bør forstå at det å sende intime bilder er en naturlig del av å vokse opp, men barn må lære at det må skje på en måte som oppleves som frivillig og likeverdig.
- Det er foreldres ansvar å snakke med barn om at man skal ha samtykke for å sende nakenbilder av seg selv, for å ta bilder av andre i intime situasjoner, for å besitte bilder som andre har videresendt, og å vise fram nakenbilder av andre.
- Barn trenger å lære at selv mindre, lukkede grupper på nettet regnes som offentlige arenaer, og at samme regler gjelder her som ellers.
- Barn og unge trenger hjelp til å håndtere press og mas om bilder. Det kan være nyttig å snakke om at den som spør om et bilde, ikke alltid har samme hensikter eller følelser som en selv. At det kan være lurt å vente litt og spørre seg selv: Hva oppnår jeg egentlig ved å sende et bilde?
- Barn må lære at når et bilde er spredt, er det de som har spredt bildet, som har skyld og ansvar – ikke den som delte bildet med noen de stolte på.
- Foreldre har også ansvar for å lære barn at det ikke er greit å mase eller presse andre til å sende nakenbilder. Man kan snakke om hva slags makt man kan ha over noen som er yngre, mindre populær eller som kan ha følelser for deg. Er det for eksempel greit å spørre noen som er forelsket i deg om et nakenbilde, om man ikke er forelsket selv?
- Snakk med barn og kjønnsroller og dobbeltmoral: Hvorfor opplever jenter mer hets og trakassering enn gutter når bilder spres? Bevisstgjør den unge på hva slags språk og oppførsel han eller hun har overfor andre, og vær tydelig på at det ikke er greit å bruke seksuelt krenkende skjellsord som «hore» og «løs».
- Foreldre bør snakke med barn om hvordan man kan være bedre støttespillere for hverandre når bilder deles uten samtykke. Hva kan man si til en venn som deler andres nakenbilder? Hvordan kan man stå opp for noen som har fått bilder spredt?
- Foreldre har ansvar for å snakke med barn om kropp, seksualitet og utprøving på en måte som gjør barn trygge på at de kan fortelle om vonde opplevelser på nett uten å få kjeft, men i stedet få støtte og hjelp. Barn bør vite hva slags hjelpetilbud som finnes, og hvor man kan få god informasjon om man havner i en vanskelig situasjon på nettet.

## SKOLEN

- Arbeidet med å skape et trygt og godt læringsmiljø må det vektlegges å skape en positiv og mer ansvarlig nettkultur, som bevisstgjør barn på at bilder som var ment å være private, ikke skal brukes til å krenke andre, og at lover også gjør seg gjeldende på nettet. Dette arbeidet bør særlig inn fra slutten av barneskolen og i ungdomsskolen, som ser ut til å være den mest sårbare alderen for deling.
- Seksualitetsundervisningen bør inkludere bevisstgjøring om bruk og påvirkning fra sosiale medier, bloggere og pornografi. Ett mål må være å gjøre unge i stand til å reflektere bedre om porno og annet seksuelt innhold på nettet, samt egne holdninger til kjønnsroller og seksualitet, dobbeltmoral, definisjonsmakt og kjønnnet, trakasserende språkbruk («hore», «løs», «homo» etc).
- Det bør også søkes å integrere formidling av nettvett, lovverket og samtykkeproblematikk i andre relevante fag som KRLE, samfunnsfag, norsk, rettslære med flere. Undervisningen bør formidle hva det kan bety i praksis å bli dømt for slike forhold, for eksempel at det kan stenge for fremtidige yrkesvalg. Skolebesøk fra politiet kan ha en særlig sterk og bevisstgjørende effekt.
- Barn og unge bør inviteres og inkluderes i undervisningsarbeid knyttet til digitalt medborgerskap og trygg nettbruk, for eksempel gjennom nettvettgrupper på skolen, der de kan formidle råd og kunnskap til medelever, foreldre og lærere. Gode erfaringer med ung til ung-formidling er gjort i andre land, se for eksempel The Childnet Digital Leaders Programme i Storbritannia og Project Rockit i Australia.
- Skolen bør skape arenaer hvor barn kan snakke om digitale krenkelser og overgrep, og gi informasjon om gode hjelpetjenester på nett.

## POLITI, HJELPEAPPARAT OG ANDRE FOREBYGGINGSAKTØRER

- Skole, helsesøstre, fritidsarenaer og andre forebyggingsaktører bør identifisere og rette tiltak mot barn som er mer risikosøkende og sårbare for digitale krenkelser. På alle disse nivåene trengs det økt kompetanse på hvordan man kan beskytte barn og unge mot trakassering, trusler og krenkelser som følge av bildedeling.
- Politiet må gjennom utdanning og obligatorisk etterutdanning om digitale krenkelser og overgrep rustes opp for å håndtere sakene bedre lokalt.
- Det bør utvikles kunnskap om gutters spesielle sårbarhet ved deling av nakenbilder, og i hvilken grad gutter underkommuniserer vanskelige hendelser og behov for hjelp når bilder er spredt.
- Vi trenger økt kunnskap om minoritetsjenters spesielle utfordringer, risiko og forebygging knyttet til seksuell utpressing, krenkelser og overgrep på nettet.
- Det bør utvikles mer kunnskap om hvilken rolle kommersielle interesser og mindre synlige aktører spiller i delingskulturen. Hvilket ansvar har teknologiselskaper i hvordan delingsplattformene utformes, og hva har de å tjene på den massive bildedelingen? Hvilken rolle spiller manne-/guttefora i organisert, kriminell deling, press og utpressing? Hvilket ansvar har bloggere og influencere i å øke kropp- og delingspress i sosiale medier? Det er mange og sterke krefter i sving i dette feltet, og ansvaret for å forebygge skadelig deling av nakenbilder skal ikke ligge på barn og unge alene.

## TIPS:

I samtaler med unge om nakenbilder er det viktig at foreldre evner å lytte, være åpen og skape dialog, i stedet for at det blir en enveiskommunikasjon. Gode samtaleråd finner du i Redd Barnas materiell *Snakk med oss! Håndbok om hvordan samtale med barn og unge om kroppspres, nakenbilder og pornografi på nettet*: se [www.reddbarna/nettvett](http://www.reddbarna/nettvett)





## HER KAN DU HENVENDE DEG:

**SLETTMEG.NO** kan bistå om du finner uønsket informasjon på nett. Her får du råd om hvordan du kan forsøke å få fjernet uønskede bilder, falske profiler og krenkende informasjon eller få rettet uriktige opplysninger som er publisert på nettet. Tjenesten har kjennskap til hva det er mulig å få slettet, og hvordan du best kan gå frem når du ønsker å slette noe.

[slettmeg.no](http://slettmeg.no)

[hjelp@slettmeg.no](mailto:hjelp@slettmeg.no)

Tlf. 08247

**KONFLIKTRÅDET** er en gratis, statlig tjeneste som hjelper partene i en konflikt til å snakke sammen om konflikten og få innblikk i hvordan den oppleves for den andre. Fokuset er hva som skal til for å gjenopprette urett og krenkelser som har skjedd, og å lage en plan for hvordan partene skal forholde seg til hverandre i fremtiden.

[konfliktraadet.no](http://konfliktraadet.no)

**DU BESTEMMER** er en populær undervisningspakke om nettvett, personvern, digital mobbing med mer. Filmer, oppgaver og fakta herfra brukes på skoler, helsestasjoner, foreldremøter og lignende. Gratis klassesett med hefter og DVD kan bestilles på nettsiden. Det er Teknologirådet, Datatilsynet og Senter for IKT i utdanningen som står bak prosjektet.

[dubestemmer.no](http://dubestemmer.no)

[dubestemmer@iktsenteret.no](mailto:dubestemmer@iktsenteret.no)

Tlf. 23 31 83 00

**KRIPOS** tar imot tips om barn og unge som er forsøkt lurte til eller utsatt for seksuelle handlinger på internett. Ved hjelp av disse tipsene forsøker de å identifisere hvem som står bak ugjerningene. Dersom det er grunnlag for etterforskning, blir saken enten sendt til det lokale politiet eller etterforsket av Kripos selv.

[tips.kripos.no](http://tips.kripos.no)

[politiet.no](http://politiet.no)

**SEX OG SAMFUNN** er Norges største senter for seksuell og reproduktiv helse og rettigheter. På Sex og samfunns chat kan unge over hele landet snakke med kvalifisert helsepersonell om sex, seksualitet og seksuell helse.

[sexogsamfunn.no](http://sexogsamfunn.no)

[post@sexogsamfunn.no](mailto:post@sexogsamfunn.no)

Tlf.: 22 99 39 00

**SEX OG POLITIKK** er en partipolitisk uavhengig organisasjon som jobber for å styrke og informere om seksuell og reproduktiv helse og rettigheter både i Norge og internasjonalt. Siden 2010 har Sex og Politikk avviklet en landsdekkende seksualitetsundervisningskampanje som kalles Uke 6. På nettsiden finnes en mengde undervisningsmaterieell for grunnskole og videregående skole.

[sexogpolitikk.no](http://sexogpolitikk.no)

[post@sexogpolitikk.no](mailto:post@sexogpolitikk.no)

**REDD BARNA** er en barnerettighetsorganisasjon som arbeider for å styrke barns rett til beskyttelse mot krenkelser og seksuelle overgrep på nett. Organisasjonen har metodehefter og verktøy til lærere som de kan bruke i undervisningen eller på foreldremøter. Redd Barna arbeider for at hjelpeapparatet skal styrke sin innsats mot nettovergrep.

Informasjonsside om trygg nettbruk:

[reddbarna.no/nettvett](http://reddbarna.no/nettvett)

[reddbarna.no](http://reddbarna.no)

[kundesenteret@reddbarna.no](mailto:kundesenteret@reddbarna.no)

Tlf. 22 99 09 00



**Redd Barna**

Besøksadresse:  
Redd Barna  
Storgata 38, 0182 Oslo

Postadresse:  
Redd Barna  
Postboks 6902, St. Olavs plass  
0130 Oslo

Tlf: +27 22 99 09 00  
[post@reddbarna.no](mailto:post@reddbarna.no)  
[.reddbarna.no](http://reddbarna.no)