

KYNBUNDIÐ OFBELDI OG SKÓLAKERFIÐ

KENNARAHANDBÓK



Eygló Árnadóttir – Kristín Blöndal Ragnarsdóttir

María Hjálmtýsdóttir – Þórður Kristinsson

**KYNBUNDIÐ OFBELDI OG SKÓLAKERFIÐ
KENNARAHANDBÓK**

ISBN: 978-9979-0-2922-9

© 2023 Eygló Árnadóttir, Kristín Blöndal Ragnarsdóttir, María Hjálmtýsdóttir og Þórður Kristinsson, framhaldsskólakennarar og í stjórn kynjafræðikennara.

Ljósmyndir: Shutterstock

Ritstjórn: Sigrún Sóley Jökulsdóttir

Yfirlestur og góð ráð: Embætti landlæknis, Jafnréttisstofa

Málfarslestur: Ingólfur Steinsson

1. útgáfa 2023

Menntamálastofnun

Kópavogur

Umbrot og útlit: Menntamálastofnun

Inngangur að kennarahandbók	5	Kynbundið ofbeldi	37
Mikilvæg fyrstu skref kennarans	7	Nauðgunarmenning	37
Fræðum okkur	7	Nauðgunarmýtur	39
Kennslustofan sem öruggara rými	8	Þolendaskömmun.	40
Vá-viðvaranir.	8	Skrímslavæðing.	41
Staða kennara gagnvart nemendum	9	Gerendameðvirkni	42
Orð skipta máli!	10	Kynferðisofbeldi	43
Brotapoli.	10	Afleiðingar kynbundins ofbeldis	43
Dómstóll götunnar/Mannorðsmorð		Ofbeldi í nánum samböndum	43
/Tekinn af lífi/Of langt gengið	11	Ásetningur og brotavilji	44
Saklaus uns sekt er sönnuð	11	Mörk og samþykki	44
„Orð á móti orði“	11	Þvingað samþykki	45
Slaufunarmenning	12	Stafrænt kynferðisofbeldi	46
Þegar nemendur hafa tengsl við		Þolendaskömmun varðandi	
eða reynslu af kynbundnu ofbeldi	13	stafrænt kynferðisofbeldi	47
Ef aðstandandi opnar sig	13	Lög um kynferðislega friðhelgi	48
Ef brotapoli opnar sig	13	Afleiðingar stafræns kynferðisofbeldis.	48
Tilkynningarskyldan	16	Kynferðiseinelti	49
Ef gerandi opnar sig (eða er		Kynferðisleg áreitni.	50
ásakaður um brot)	17	Druslustimplun	51
Samfélagið, kyn og kynlíf	19	Hinsegin einelti	52
Kyn	20	Þöglu þolendurnir	53
Hinsegin	20	Af hverju segja þau ekki frá?	53
Forréttindi	21	Hvað er hægt að gera?	54
Kynjakerfið	21	Ítarefni	57
Kynlífsandrit.	22	Sjúkást	57
Karlmennskan getur verið skaðleg.	23	Samþykki	58
Kvenleikinn er tvíeggja sverð.	24	Vika 6	59
Jaðarhópar.	24	Kynferðiseinelti	59
Klám	27	Forréttindi og misrétti	59
Hvað er klám?	28	Áhorfsefni	60
Áhrif kláms á kynlífsandrit ungmenna	29	Hvernig kynfræðsla fékkst þú?	61
Hver er vandinn við klám?	29	VERKEFNI	63
Áhrif kláms á heilann.	29	Að panta pítsu saman 1	64
Áhrif kláms á hjartað.	30	Að panta pítsu saman 2:.	66
Áhrif kláms á samfélagið.	31	Kynferðisofbeldi – píramídi	
Ofbeldi í klámi	31	nauðgunarmenningar	67
Klámbransinn.	31	Sjúkást – átakið	69
Áhrif klámneyslu á kynferðisofbeldi	32	Sjúkást – sambandsrófið	71
Klámvæðing samfélagsins.	32	Sjúkást - kynlíf / kynfræðsla	74
Hvernig best er að tala um klám		Kynferðiseinelti – hinsegineinelti	75
við nemendur.	33	Kynferðiseinelti – druslustimplun.	76
Fjölbreytni nemendahópsins	33	Kvikmyndir – kynferðiseinelti	77
Höfum hemil á tilfinningum	33	The Bystander Moment – heimildarmynd	78
Klám er ekki kynlíf	33	Forréttindahjólíð	79
Bjóðum vandaða kynfræðslu	34	Auglýsingar – greiningarverkefni.	81
		Vika sex – 2020	82
		Samþykkistaflan	84
		Mannasiðir kvikmynd	86
		Heimildaskrá	87



KYNFERÐISOFBELDI

STOPPUM ÞAÐ!

Hverjum skólastarfsmanni ætti að vera bæði ljúft og skylt að hafa augun hjá sér þegar **nemandi mætir illa**, lokar á félagstengsl, lækkar í einkunnum, eða sýnir aðra **áhyggjuvaldandi hegðun**. Hér getur skóli gripið inn í og **aðstoðað ungan brotapol** í átt að betri líðan.

Inngangur að kennarahandbók

Kynferðislegt og annað kynbundið ofbeldi hefur löngum fylgt mannlegu samfélagi en fremur nýlega fór loks af stað umræða um þann umfangsmikla og skaðlega samfélagsvanda. Á skömmum tíma hefur skapast menning í okkar heimshluta fyrir því að brotapolar opni sig, skili skömminni og kalli gerendur sína til ábyrgðar. Samkvæmt gögnum Stígamóta til áratuga eru 70% brotapola kynferðisofbeldis, sem leita til samtakanna, undir 18 ára aldri við fyrsta brot. Oft er gerandi ofbeldisins á svipuðum aldri og brotapolinn, en 60% gerenda er undir þrítugu. Hvergi er því að finna stærra samansafn bæði þolenda og gerenda kynferðisofbeldis en í skólum landsins.

Kynbundið ofbeldi er því sannarlega viðfangsefni skólakerfisins. Til mikils er að vinna með að ná snemma til ungra brotapola og styðja í átt að betri líðan. Enn frekari ávinningur felst þó í því að ná til gerenda og mögulegra framtíðargerenda snemma og reyna að stýra þeim frá því að beita ofbeldi, en eingöngu þannig verður kynferðisofbeldi upprætt. Nær allir gerendur ofbeldis voru eitt sinn nemendur í skóla og margir eru enn, svo borðleggjandi næsta skref í baráttunni gegn ofbeldi er að efla skólana. Skólaumhverfið þarf að vera öruggt svo ungir brotapolar telji sér fært að sækja þangað eftir aðstoð, en ekki síður geta skólar haft áhrif á nemendur sína til framtíðar með fræðslu og forvörnum gegn skaðlegri hegðun, viðhorfum og orðræðu.

[Árið 2020 var samþykkt á Alpingi ályktun um forvarnir meðal barna og ungmenna gegn kynferðislegu og kynbundnu ofbeldi og áreitni.](#) Í áætluninni segir að samfélagsvandinn verði upprættur með samstilltu átaki, byggðu á djúpstæðum skilningi á kynbundnu ofbeldi. Því skuli tryggja þekkingu skóla- starfsfólks á forvörnum, fræðslu og viðbrögðum. Þessi kennarahandbók er ætluð sem tól í átt að því markmiði. Höfundar bókarinnar sinna kennslu í kynjafræði, kynfræðslu og ofbeldisfræðslu í skólum og víðar; og koma að margs konar verkferlum varðandi forvarnir og viðbrögð skóla í ofbeldismálum. Öll sitja í stjórn félags kynjafræðikennara á Íslandi.

Starfsfólkið verður að vita hvað það þýðir að vera þolendavænn skóli en röng nálgun í þessu krefjandi viðfangsefni skilar líklega litlu til nemenda og getur í versta falli valdið brotapolum enn meiri skaða og vanlíðan. Þetta skilja kennarar og leggja því margir alls ekki í umræðuna. Grundvöllur þess að hvers kyns aðgerðir skóla gegn kynferðisofbeldi skili sér á gagnlegan hátt til nemenda er þekking starfsfólksins á umfangi, afleiðingum, eðli og ólíkum birtingarmyndum kynbundins ofbeldis. Fræðslu um ofbeldi, jafnrétti, samskipti, kynlíf, mörk og samþykki verður að flétta formlega inn í kennslu, félagslíf, forvarnir og menningu hvers skóla. Skólar skyldu þekkja nauðsyn þess að flétta saman ofbeldisfræðslu, samþykkis- miðaða kynfræðslu og kynjafræðikennslu. Því kynbundið ofbeldi verður ekki til í tómarúmi heldur á rætur í valdatengslum og ríkjandi samfélagsviðhorfum. Kennarar þurfa að þekkja hvernig síaukin klám- neysla ungmenna hefur áþreifanleg áhrif á samskipti kynjanna, kynferðisofbeldi og viðhorf til kvenna og jaðarhópa. Kennsla, áætlanir og verkferlar skóla verða að byggja á ríkri þekkingu og miða að því að takast á við kynferðisofbeldi á áfallamiðaðan og brotapolavænan hátt. Bókin gefur hugmyndir að nemendaverkefnum, viðeigandi orðalagi og gagnlegum umræðupunktum í skólastofunni.



Samkvæmt gögnum Stígamóta til áratuga eru 70% brotþola kynferðisofbeldis, sem leita til samtakann, undir 18 ára aldri við fyrsta brot. Oft er gerandi ofbeldisins á svipuðum aldri og brotþolin, en 60% gerenda er undir þrítugu. Hvergi er því að finna stærra samansafn bæði þolenda og geranda kynferðisofbeldis en í skólum landsins. Kynbundið ofbeldi er því sannarlega viðfangsefni skólakerfisins.

Mikilvæg fyrstu skref kennarans

Umfjöllun um kynferðislegt ofbeldi er þess eðlis að vanda þarf vel til verka. Mikilvægt er að kynna sér þessar leiðbeiningar um hvernig best er að nálgast þennan viðkvæma málaflokk, áður en farið er með fræðsluefnið inn í kennsluumhverfi. Ekki er nóg að skella hugtökum og skilgreiningum fyrir framan nemendur heldur þarf kennari að hafa kafað í efnið, skoðað sín eigin viðhorf og vera viðbúinn ýmis- konar erfiðum umræðum og uppákomum í kennslustundinni.

Kennari þarf að vera meðvitaður um að í nemendahópnum eru að öllum líkindum brotapolar kynferðis- ofbeldis, því samkvæmt gögnum Stígamóta voru 70% þeirra fjölmörgu sem þangað leita, undir 18 ára aldri þegar þau urðu fyrir ofbeldinu. Oft voru gerendur þeirra á svipuðum aldri en u.þ.b. 60% þeirra sem beittu ofbeldinu voru undir þrítugu. Því má einnig gera ráð fyrir gerendum í nemendahópnum og vert er að hafa í huga að sama manneskja getur verið bæði brotapol og gerandi. Loks eru allar líkur á að nemendur þekki til ofbeldismála sem aðstandendur brotþola og/eða geranda.

Kennari þarf að geta brugðist við á gagnlegan hátt ef ungmenni opna á erfiða lífsreynslu, svo þau fái tækifæri til þess að tjá sig um upplifun sína og leiðbeiningar um hvar þau geti fengið frekari aðstoð. Því er mikilvægt að vanda vel orðalag og vera vakandi fyrir viðbrögðum nemenda. Með því að undirbúa bæði sig og nemendahópinn er hægt að hafa fræðsluna þolendamiðaða en markmiðið með því er að draga úr líkum á að fræðslan valdi frekari skaða hjá brotþolum ofbeldis. Staða nemenda er fjölbreytt og kennari þarf að geta brugðist við hverju máli fyrir sig en hér neðar er gátlisti fyrir slíkar aðstæður.

Loks snýr fræðsla um kynferðisofbeldi fyrst og fremst um að reyna að koma í veg fyrir ofbeldi í fram- tíðinni en allir gerendur voru jú eitt sinn nemendur í skólaflokkum. Þessa ábyrgð skyldi hver kennari taka alvarlega og vinna (í kennslustofunni og utan hennar) gegn skaðlegum viðhorfum sem geta leitt til kynferðisofbeldis.

Fræðum okkur

Fagfólki af ýmsu tagi er oft boðið inn í framhaldsskóla til að fræða nemendahópinn um t.d. ofbeldi, kynlíf, samskipti, klám eða annað viðkvæmt efni. Þessa utanaðkomandi fræðslu ætti kennari aldrei að líta á sem kennslupásu, heldur vera áfram í stofunni með nemendum. Mikilvægt er að hann geti gripið inn í ef erfiðar tilfinningar vakna og/eða varhugaverð umræða fer af stað. Kennari ber ábyrgð á sínum nemendahópi, ekki síst þegar um ræðir nemendur undir 18 ára aldri en nýnemar eru í flestum skólum einn helsti markhópur slíkrar fræðslu.

Mikilvægt er að kennarar nýti tækifærin, þegar ungmennin eru frædd, til að fræðast sjálfir. Kennarar ættu ekki að láta fræðslu á sal á t.d. þemadögum fram hjá sér fara. Fræðsluerindi sem þessi eru mikil- væg tækifæri til endurmenntunar. Í gegnum þau má fræðast um flókin málefni af fagaðilum sem vinna með þau alla daga og geta veitt innsýn í stöðuna og áherslur hverju sinni. Loks verða forvarnir í skólum að vera sjálfbærar og áhugavert erindi gestafyrirlesara mun án vafa vekja spurningar, vangaveltur og umræðu nemendahópsins. Þá er lykilatriði að kennarinn hafi sjálfur fræðst og geti tekið umræðuna áfram með nemendum þegar fyrirlesarinn er á bak og burt.

Kennslustofan sem öruggara rými

Hugmyndin um kennslustofuna sem öruggt rými vísar til þess að þar eigi nemendum að finnast þau nógu örugg til að geta tekið áhættu, tjáð skoðanir sínar heiðarlega og deilt eigin þekkingu, viðhorfum og reynslu. Ekki dugir að eingöngu lýsa því yfir að kennslustofan sé öruggt rými heldur verður að vinna markvisst að því. Það er t.d. hægt að gera í samvinnu við nemendur; spyrja hvaða merkingu þau leggi í hugtakið og hvernig þau sjái fyrir sér að hægt sé að stuðla að öruggara andrúmslofti í kennslustofunni.

Einna mikilvægast í þessu samhengi er að hvetja nemendur til að gæta að orðalagi; að nemendur og kennarar tali af virðingu um annað fólk, ekki síst í ljósi þess að við þekkjum ekki reynsluheim allra í kennslustofunni. Engu að síður er mikilvægt að nemendur finni að þeir geti spurt þeirra spurninga sem á þeim brenna. Það getur verið erfitt að samræma þetta tvennt; nærgætni fyrir samnemendum og frelsi til þess að spyrja um eitthvað sem gæti mögulega verið særandi. Með því að ræða við nemendahópinn um hvernig nærgætni og virðing virka á báða bóga, má stuðla að öruggara umræðurými. Kennarinn þarf að finna þann tón sem hentar sér og sínum nemendahópi en þumalputtareglan er þó sú að vera ekki of hress en ekki eins og við jarðarför þótt efnið sé þungt.

Einnig má gera ráð fyrir því að eftir kennslustundir þar sem ofbeldi er til umræðu, komi nemendur og óski eftir því að fá kennara á eintal. Það getur verið allt frá því að fá svar við einföldum spurningum upp í að greina frá ofbeldisreynslu. Þá er mikilvægt fyrir kennara að vera meðvitaður um viðbrögð þegar nemandi greinir frá ofbeldi (sjá gátlista aftar).

Vá-viðvaranir

Reynsla nemenda af kynbundnu eða kynferðislegu ofbeldi er æði ólík. Kennari mætti því temja sér að setja „vá-viðvörðun“ (e. trigger warning) eða „efnisviðvörðun“ fyrir slíka fræðslu og koma til móts við þá nemendur sem treysta sér ekki til þess að vera viðstaddir umræðu um efnið (sjá umfjöllun um nálgunina hér: [VARÚÐ – hætta á váhrifum](#)). Gefum viðvörðunina með góðum fyrirvara og svo aftur við upphaf kennslustundarinnar. Í sumum tilvikum er hægt að bjóða nemendum að vinna verkefni frekar en að taka þátt í umræðutímum um efnið. Mikilvægt er þó að útskýra fyrir nemendum að almenn umfjöllun um ofbeldi gæti gagnast þeim sem hafa orðið fyrir ofbeldi – til þess að átta sig á að þau eru ekki ein og að sökin sé ekki þeirra. Einnig geti þau öðlast tól og orðaforða til að vinna úr reynslu sinni. Reynsla höfundar þessa texta hefur verið sú að flest kjósa að mæta í kennslustundina en eru þakklát fyrir að geta undirbúið sig andlega fyrir umfjöllunina og umræður.

Upplifun tveggja aðila af kynferðisofbeldi getur verið gjörólík. Þrátt fyrir að gerandi hafi alls ekki alltaf einbeittan brotavilja, situr ávallt eftir brotapolí með afleiðingar.

Kennari þarf að vera meðvitaður um að í nemendahópnum eru að öllum líkindum brotapolar kynferðisofbeldis.



Staða kennara gagnvart nemendum

Í fræðslu sem þessari er sérlega mikilvægt að kennarinn hugi að stöðu sinni gagnvart nemendum. Kynferðisofbeldi er valdniðsla og á afar sterk tengsl við valdamisvægi í samfélaginu og kennari er jú í valdastöðu gagnvart nemendum. Staða kennarans getur þó verið breytileg. Kyn hefur mikil áhrif þar sem staðalmyndir og væntingar til kynbundinnar hegðunar lita viðhorf nemenda til kennarans (og öfugt). Karlkennarar hafa þannig almennt séð meira svigrúm en konur og önnur kyn og eiga oft auðveldara með að fara í hlutverk þess sem miðlar þekkingu án þess að hún sé dregin í efa. Þetta þarf að setja sérstaklega í samhengi við efnisflokkinn hér – kynferðisofbeldi – sem er gríðarlega kynjaður veruleiki.

Aldur kennara getur skipt máli og þá sérstaklega í tengslum við aldursamsetningu nemendahópsins (og hvaða skólastig um ræðir). Sumir kennarar njóta meiri virðingar nemendahópsins eftir því sem þeir eldast, á meðan aðrir virðast ná betur til nemenda sem eru nær þeim í aldri. Þá þarf að hafa ýmis atriði í huga s.s. kynhneigð, kynvitund, líkamlega getu, líkamsbyggingu, etnískan bakgrunn og húðlit. Því forréttindi og misrétti hanga saman.

Grundvöllur þess að hvers kyns aðgerðir skóla gegn kynferðisofbeldi skili sér á gagnlegan hátt til nemenda er þekking starfsfólksins á umfangi, afleiðingum, eðli og ólíkum birtingarmyndum kynbundins ofbeldis.

Orð skipta máli!

Orðanotkun varðandi kynferðisofbeldi og ótti okkar við sterku orðin varpar ljósi á mikilvægi og mátt tungumálsins. Vangaveltur um orðanotkun geta verið valdeflandi fyrir brotapolu ofbeldisins, þegar þau átta sig á áhrifunum sem það getur haft að orða hlutina upp á nýtt.



Brotapoli

Gætum þess hvaða orð við notum um brotapolu kynferðisofbeldis – sem eiga skilið gott og heilbriggt líf eftir ofbeldið. Hugtakið *brotapoli* er lýsandi að því leyti að það vísar til atviks/atvika sem viðkomandi þurfti að þola en skilgreinir líf og persónu manneskjunnar síður en hugtakið þolandi. Tölum ekki um *fórnarlömb*. Annars vegar lifa flestir brotapolar af og er þar með ekki hægt að líkja við slátruð dýr. Hins vegar er fórn skilgreind sem „gjöf til guðanna“ en brotið sem framið er á sér enga heilaga merkingu eða tilgang. Sleppum því líka að tala um *sálarmorð*. Það eru sannarlega ekki uppbyggileg skilaboð til brotapolu að sál þeirra hafi verið myrt og nú hljóti þau að ganga um sálarlaus.

„Saklaus uns sekt er sönnuð“ er réttarfræðilegur frasi sem á eingöngu við um skyldur dómstóla gagnvart ákærða í kærumáli en er óviðeigandi annars staðar.

Dómstóll götunnar/Mannorðsmorð/Tekinn af lífi/Of langt gengið ...

Kennarar þurfa að vera meðvitaðir um algenga frasa og klisjur sem þjóna nauðgunarmenningunni. Bæði til þess að forðast sjálfir þau orð og til þess að geta bent nemendum á hvernig slík orð geta verið heftandi fyrir umræðuna. Það er mjög mannlegt að skilgreina eigin reynslu og fólkið sem okkur þykir vænt um, fjarri erfiðum orðum á borð við nauðgun og nauðgari en færum okkur samt frá hugtökum sem afvegaleiða umræðuna. Orðræðan virðist oft ganga út frá því að þrátt fyrir að kynferðisofbeldi sé samfélagsmein sem skilji eftir sig slóð brotaþola, séu gerendurnir hvergi til. Kynferðisofbeldi er á alla kanta viðkvæmt mál en hægt er (og mikilvægt) að ræða það á annan hátt en að vinna gegn samfélagsblytingum síðustu ára, þar sem brotaþolar taka sér loks pláss og skila skömminni.

Saklaus uns sekt er sönnuð

Þegar einhver hefur brotið af sér er hann sekur um brot, burtséð frá því hvort hann sé staðinn að verki eða ekki. Verkaður skilgreinir sekt en ekki dómsalur, hvað þá almenningur. *Saklaus uns sekt er sönnuð* er réttarfræðilegur frasi sem á eingöngu við um skyldur dómstóla gagnvart ákærða í kærumáli en er óviðeigandi annars staðar. Í þessu samhengi verður einnig að nefna að fæstir kynferðisbrotamenn eru nokkurn tímann dæmdir og raunar sjaldnast kærðir. Kynferðisbrot eru þess eðlis að vitni og sönnunargögn eru fá, ef nokkur, og því þau mál sem helst eru felld niður í kerfinu. Það að kærumál séu felld niður vegna ónógra sannana er ekki staðfesting á að brot hafi ekki átt sér stað, heldur aðeins á því að dómstóllinn hafi orðið að leyfa hinum ákærða að njóta vafans sem ónógar sannanir skapa. Kynferðisbrot eru einu sakamálin þar sem trúverðugleiki brotaþola er gegnumgangandi dreginn í efa, og tilfinningalegt uppnám jafnt notað til að styðja við frásögn og draga úr trúverðugleika á sama tíma. Samkvæmt niðurstöðum rannsóknarinnar „Áfallasaga kvenna“ frá árinu 2018 hefur ein af hverjum fjórum fullorðnum íslenskum konum orðið fyrir nauðgun eða nauðgunartilraun. Ljóst er að mjög lítil hluti gerenda þeirra brota hefur þurft að svara til saka fyrir ofbeldið.

„Orð á móti orði“

Þessi frasi málar upp kynferðisbrot á einfaldan og svarthvítan hátt. Annað hvort hljóti um að ræða einbeittan brotavilja annars aðilans eða lygar hins. Í þessari handbók verður hinsvegar fjallað um hversu flókin slík mál eru oft. Gerendur kynferðisbrota eru alls konar og mjög oft tengdir þolendum nánum böndum. Samfélagslegar staðalímyndir, valdamisvægi, forréttindablinda og ólíkar hugmyndir fólks um kynlíf og samskipti eiga stóran þátt í kynbundnu ofbeldi; svo að upplifun tveggja af sama atburði getur verið gjörólík. Það fríar gerandur þó ekki ábyrgð. Þeir þurfa mun frekar stuðning við að horfast í augu við eigin gjörðir og læra af þeim, en að samfélagið allt setji sig í stellingar réttarkerfis og meti ofbeldið út frá sönnunarbyrði fremur en upplifun brotaþola. Kynbundið ofbeldið er langtum stærra vandamál en kærur og dómar segja til um.

Slaufunarmenning

Þetta hugtak hefur talsvert borið á góma síðustu misseri án þess endilega að skýr skilgreining fylgi. Oft er verið að vísa í þegar frægir karlar hafa misst vinnu eða verkefni eftir að þolendur stíga fram og opna sig um ofbeldi af þeirra hálfu. Þó er afar hæpið að tala um raunverulega slaufun á þjóðþekktum einstaklingum sem ásakaðir hafa verið um kynferðisofbeldi. Þrátt fyrir oft háværa kröfu samfélagsins um að viðkomandi víki frá opinberum störfum, koma þeir í langflestum tilfellum aftur til fyrri starfa; s.s. í útvarp, sjónvarp, hlaðvarpsþætti, upp á svið eða á fótboltavöllinn.

Höfum þá í huga að iðulega eru það brotþolar ofbeldis sem verða fyrir útskúfun á vinnustöðum, úr vinnu- og fjölskylduhópum eða jafnvel heilu samfélögum, flytjast á brott og flosna upp úr starfi eða námi – oft vegna viðhorfa umhverfisins. Hörmulegasta afleiðing kynferðisofbeldis og útskúfunar í kjölfarið er sjálfsvíg en 20-30% þeirra sem leita til Stígamóta hafa gert tilraun til sjálfsvígs. Af þeim sem urðu fyrir ofbeldinu fyrir 18 ára aldur, berst helmingur við sjálfsvígshugsanir. Höfum í huga að þessar tölur eiga einungis við þau sem lifa það að mæta í viðtal á Stígamótum. Sumir brotþolar náðu ekki svo langt áður en þeir tóku eigið líf.

Í stað þess að spyrja: „Hvenær á að hleypa gerendum aftur inn í samfélagið?“ mætti minna sig á að við sem samfélag erum rétt nýfarin að opna umræðuna um kynferðisbrot og gefa þolendum færi á að tjá sig. Við verðum að staldra við og hugsa hvert næsta skref sé, áður en við veitum gerendum syndaaflausn. Hvernig geta gerendur kynferðisbrota í raun axlað ábyrgð, grætt sár og bætt sig? Tölum því frekar um ábyrgðarmenningu en slaufunarmenningu – þá kröfu samfélagsins að gerendur kynferðisofbeldis séu kallaðir til ábyrgðar (sú ábyrgð á sér ýmsar birtingarmyndir). Sú nýlega krafa er viðbragð við gríðarlöngu skeytingarleysi um kynferðisofbeldi, gerendameðvirkni og þolendaskömmun.



Þegar nemendur hafa tengsl við eða reynslu af kynbundnu ofbeldi

Þrátt fyrir að samfélagsumræðan sé oft upplagt efni í kennslu ættu áberandi mál sem varða kynferðisbrot helst ekki að vera tekin til umfjöllunar í kennslustofunni. Ísland er lítið og þó nokkrar líkur á því að einhver í nemendahópnum sé tengdur málsaðilum hverju sinni, annað hvort þolendum eða gerendum. Reyndu því eftir fremstu getu að sleppa því að nota nafngreinda einstaklinga sem dæmi. Í stað þess er betra að tala almennt um efnið og út frá tölfræði og rannsóknum.

Ef aðstandandi opnar sig

Kennari þarf þó að geta gripið inn í umræðu nemenda um þekkt kynferðisbrot, sér í lagi ef ljóst er að tengdir aðilar eru í hópnum og erfiðar tilfinningar flækjast inn í umræðuna. Ef nemandi opnar á að hann sé tengdur aðila í þekktu máli skal hafa í huga að aðstandendur eru ávallt í þolendastöðu, hvort sem þeir eru tengdir brotamanni eða brotþola og þurfa iðulega á aðstoð að halda við að takast á við þær aðstæður. Taki nemandi hart til orða í umræðu um kynferðisbrot, vegna tengsla sinna við geranda, skal kennari grípa inn í og ná stjórn á samræðunum en bjóða viðkomandi samtal í einrúmi til að ræða þessa sáru stöðu – líkt og öllum nemendum sem eiga um sárt að binda vegna ástvina sinna.

Ef brotþoli opnar sig

Hafa ber í huga að hvert tilfelli er einstakt og ómögulegt að semja eitt handrit sem gengur upp í öllum aðstæðum en hér eru atriði sem vert er að þekkja. Eftirfarandi minnisþunkta er gott að hafa í huga ef nemandi nálgast kennara og opnar sig um reynslu af kynferðisofbeldi. Ef nemandinn opnar sig í miðri kennslustund skal minna aðra nemendur á að þar ríki trúnaður, kennslustofan sé öruggt rými og umræður eigi ekki að fara á flakk út fyrir stofuna. Ekki tala til nemandans yfir bekkinn nema þá aðeins hlý og styðjandi lágmarksviðbrögð, heldur taka nemandann á eintal eftir tímann. Vera líka vakandi fyrir nemendum sem ekki tjá sig en bersýnilega líður illa, nálgast skyldi þá nemendur í rólegheitum eftir kennslustundina.

**Mundu að þú getur orðið mikilvægasta
manneskjan í lífi þess
sem segir frá.
Viðbrögð þín skipta öllu máli.**

Eftirfarandi ráðleggingar megi þykja augljósar og sjálfsgöðar – en eru hér listaðar upp einmitt vegna þess hve algengt er að brotapolar segi frá andstæðum viðbrögðum umhverfis síns. Erfitt er að taka á móti upplýsingum um kynferðisofbeldi frá ungri manneskju og kennaranámið þjálfar okkur fæst fyrir slíkar aðstæður. En með því að lesa sér til og velta þessum ráðum fyrir sér, er líklegra að þau komi upp í hugann þegar á reynir og hjálpi okkur að bregðast gagnlega við.

Fyrstu viðbrögð þegar brotapolí kynferðisofbeldis opnar sig:

- ★ Haltu ró þinni
- ★ Nálgastu brotapolann á hans forsendum og leyfðu viðkomandi að ráða för.
- ★ Hlustaðu og gefðu nemandanum góðan tíma til að segja frá.
- ★ Fullvissaðu brotapolann um að rétt hafi verið að opna sig og þakkaðu fyrir traustið.
- ★ Ekki efa frásögnina. Algjört lykilatriði er að virða og trúa viðkomandi. Mundu hversu algengt kynferðislegt ofbeldi og áreitni er, og því engin ástæða til að rengja nemanda með slíka sögu. Með því er ekki verið að taka afstöðu til sektar ákveðins geranda, mundu að skólinn er ekki dómsalur heldur skiptir öllu máli að styðja ungmenni í sárum.
- ★ Ekki láta sögu nemandans innan skólans lita viðbrögð þín. Afleiðingar kynferðisofbeldis eru fjölbreyttar og geta vel truflað skólagöngu og aðra hegðun ungmennis. Algengt er að brotapolí sem á fyrri sögu um kynferðisofbeldi sé tekinn síður alvarlega við að opna sig um annað brot eða gert ráð fyrir að vegna fyrri reynslu sé viðkomandi viðkvæmur og geti hæglega mistúlkað aðstæður. En staðreyndin er sú að brotapolar eru útsettari fyrir endurteknu ofbeldi.
- ★ Ekki fara í vörn eða láta tengsl við eða ímynd þína af gerandanum ráða viðbrögðum þínum. Gerandinn getur vel verið uppáhaldsnemandinn þinn, góður félagi í kennarahópnum eða þjóðþekktur aðili sem þú hefur miklar mætur á. Staðreyndin er sú að oftast eru gerendur kynferðisofbeldis ósköp venjulegt fólk.
- ★ Alls ekki gera brotapolann á nokkurn hátt ábyrgan fyrir því sem gerðist. Kynferðisofbeldi á sér fjölbreyttar birtingarmyndir og sjaldgæf er sú mynd sem við fáum helst úr t.d. bíómyndum – þar sem grímuklætt og vopnað skrímsli stekkur fram úr skugganum og ræðst á ókunnugan vegfaranda. Sektarkennd og skömm eru meðal algengustu afleiðinga kynferðisofbeldis. Ekki bæta á þær erfiðu tilfinningar með aðfinnslum um brotapolann. Fullvissaðu brotapola um að sökin sé alfarið þess sem beitti ofbeldinu og engin hegðun geti réttlætt það að verða fyrir ofbeldi.

- ★ Mundu að stafrænt kynferðisofbeldi er það ofbeldi sem unglingar eru líklegastir til að verða fyrir. Til þess flokkast m.a. að senda kynferðislegt efni án samþykkis viðtakandans, krefjast kynferðislegra mynda eða texta og að dreifa slíku efni í leyfisleysi. Stafrænt kynferðisofbeldi er ekki síður alvarlegt ofbeldi svo taka skal því mjög alvarlega ef nemandi upplýsir um slíkt brot. Líkt og með annað ofbeldi, eiga ekki heima hér ásanir um hegðun brotapolans.
- ★ Mundu að í flestum tilvikum eiga gerandi og brotapolí í nánnum tengslum, sem flækir allt og gerir að verkum að brotapolar átta sig jafnvel illa á ofbeldinu. Heilinn ræður illa við að samræma hlýjar tilfinningar til maka, vinar eða fjölskyldumeðlims, við upplifun af ofbeldi. Brotapolí gæti þurft aðstoð við að skilja stöðuna.
- ★ Mundu að viðbrögð við kynferðisofbeldi eru fjölbreytt og skilgreina á engan hátt ofbeldið. Engin rétt eða röng viðbrögð eru til, öll viðbrögð við ofbeldi eru eðlileg viðbrögð við óeðlilegum aðstæðum. Að frjósá eru algengustu viðbrögðin og eiga sér líffræðilegar skýringar. Næst algengast er að ákveða yfirvegað að bregðast ekki við, í von um minnsta líkamlega skaðann. Þá eru ótalin öll brotin gagnvart manneskju sem er t.d. ofurölvi og á engan möguleika á að bregðast við (eða gefa samþykki).
- ★ Alls ekki gera brotapolann á nokkurn hátt ábyrgan fyrir því sem gerist næst og viðra áhyggjur þínar af því sem gerandinn þurfi að þola í kjölfar ásökunar.
- ★ Það er í lagi að hafa ekki þau svör á reiðum höndum sem brotapolí gæti óskað eftir. Það er í lagi að segjast ætla að kynna sér málið betur og óska eftir því að hittast aftur með frekari svör.
- ★ Þekktu úrræðin sem brotapolum bjóðast. Stígamót, Sigurhæðir og Aflið bjóða viðtöl þeim þolendum sem náð hafa 18 ára aldri. Sjúkt spjall er nafnlaust netspjall á vegum Stígamóta, ef þolandi á aldrinum 13–20 ára vill samtal við ráðgjafa í algjörum trúnaði.

Polendaskömmun sendir þau skilaboð að þolendur beri ábyrgð á að vera ekki nauðgað, í stað þess að gerendur beri augljóslega þá ábyrgð að nauðga ekki. Polendaskömmun er algeng þegar kemur að kynferðisofbeldi en sjaldan varðandi aðra glæpi.

Tilkynningarskyldan

Hafa skal í huga að ef ólögráða barn segir frá ofbeldi í sinn garð hefur skólinn tilkynningarskyldu til barnaverndaryfirvalda. Hver skóli hefur verkferla í slíkum málum, kynntu þér hvernig skal bera sig að. Gjarnan óskar nemandi eftir að yfirvöldum sé ekki gert viðvart og er starfsmaður skólans þá í ákveðinni siðferðislegri klípu – hann verður að fylgja lögum en finnst erfitt að brjóta trúnað við nemanda. Ekki lofa 100% trúnaði sem þú getur ekki staðið við en meta skal hvort nemandinn er í yfirvofandi hættu á áframhaldandi ofbeldi (þá þarf auðvitað að bregðast strax við), hvort brotið er glænýtt (112 eða Neyðarmóttakan) eða hvort um ræðir afmarkað brot úr fortíðinni. Þá má líta svo á að barnið sé ekki í hættuástandi hvað varðar áframhaldandi ofbeldi en mun frekar hvað varðar afleiðingar ofbeldisins. Þær er langbest að takast á við með hjálp annarra, svo í þessum tilvikum er oft mikilvægara að gefa ungmenninu tíma og gott samtal (við viðkomandi kennara eða annan fagaðila innan skólans) en að tilkynna í flýti til yfirvalda.

Í sumum tilvikum er brotapolinn að opna sig í fyrsta sinn svo árum skiptir og er því að taka afar stórt og erfitt skref, sem mæta þarf með hlýju og rólegheitum en ekki örvæntingu. Auðvitað er það hægara sagt en gert, því fátt er erfiðara en að heyra barn opinbera reynslu sína af kynferðisofbeldi. En þótt kennarinn sé að heyra þessa erfiðu frásögn í fyrsta sinn eru líkur á að barnið hafi lifað með reynslunni lengi og þurfi framfarir öll hlýtt og yfirvegað samtal, aðstoð við að skilgreina og skilja reynsluna og svör við þungbærum vangaveltum sínum.

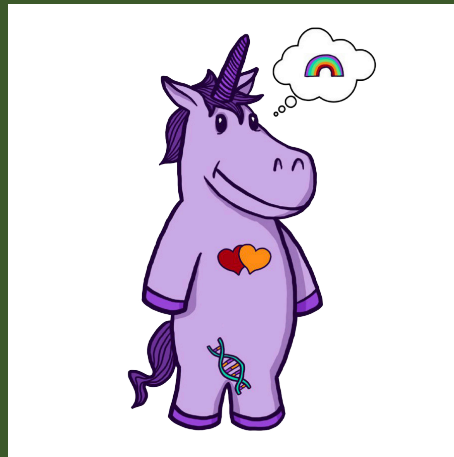
Ásetningur gerandans er ekki það sem skilgreinir brotið heldur upplifun brotapolans. Upplifun tveggja aðila af sama atburði getur verið gjörólík og ekki þarf að vera að um einbeittan brotavilja gerandans hafi verið að ræða en það þurrkar þó ekki út upplifun brotapolans og afleiðingar reynslunnar. Egg er jafn brotið hvort sem því er viljandi grýtt í gólfið eða misst af slysi.



Ef gerandi opnar sig (eða er ásakaður um brot)

- ★ Hjálpa skal geranda að taka ábyrgð. Eina leiðin til að taka ábyrgð er að viðurkenna gjörðir sínar og vera opinn fyrir sjónarhorni hins aðilans.
- ★ Það er munur á sannri iðrun og innihaldslausri afsökunarbeiðni, í því að taka ábyrgð á að hafa brotið á annarri manneskju felst heilt bataferli.
- ★ Þó er lykilatriði að brotapolí stýri öllum samskiptum geranda og brotapolí í kjölfarið, og alls ekki alltaf sem þolendur geta hugsað sér að mæta geranda sínum. Þetta eru ekki aðstæður til að kalla á að báðir aðilar mæti á „sáttafund“.
- ★ Stoppaðu gerandann strax í því að gera lítið úr, réttlæta eða saka brotapolann. Þögn og hlutleysi utanaðkomandi styðja ofbeldið. Hægt er að styðja geranda án þess að umbera slíkt tal og það er í raun okkar besta aðstoð við viðkomandi að styðja í átt að ábyrgð og betrun.
- ★ Ekki er víst að um einbeittan brotavilja hafi verið að ræða. Eins og rætt verður seinna í þessari handbók kemur margt inn í ólíkar hugmyndir fólks um samskipti og kynlíf. Þetta núllar þó ekki út ofbeldið. Upplifun tveggja aðila af kynferðisofbeldi getur verið gjörólík en þrátt fyrir það situr ávallt eftir brotapolí með afleiðingar. Að meðhöndla atvikið út frá upplifun brotapóla felur ekki í sér afstöðu um ásetning eða persónu gerandans, heldur er grundvallar virðing fyrir brotápóla.
- ★ Til að taka vel á kynferðisofbeldi innan skólans þarf að ríkja meðvitund um að báðir aðilar eru (oft) nemendur skólans og þurfa líklega báðir á stuðningi og úrræðum að halda. Hér mætti gera ráð fyrir að höfundar vilji minna á að gerandi þurfi líka stuðning ... en merkilegt nokk virðist mun algengara í málum innan skóla að brotapolinn gleymist. Enda afar algengt að brotapolí flosni upp úr námi og hætti þannig að vera „vandamál skólans“. Fórnnum aldrei brotapóla í viðleitni við að styðja ungan geranda!
- ★ Gerandi þarf að vita að ofbeldið þarf ekki að skilgreina hver hann er, hann er ekki bara ofbeldið sem hann hefur beitt. Það er hægt að breytast og hann hefur valkosti. Ofbeldi er lærd hegðun og ekki nauðsynleg. Ávarpaðu þann hluta í honum sem vill ekki beita ofbeldi.

**Andstæðan við gerendameðvirkni þarf ekki að vera
útilokun á geranda sem okkur þykir vænt um. Hjálpum ungum gerendum
að taka ábyrgð, viðurkenna gjörðir sínar og læra betri leiðir.**



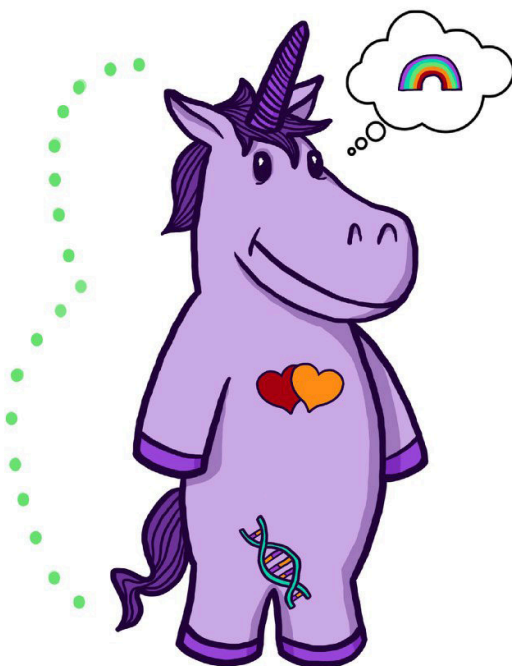
Grundvöllur þess að hvers kyns aðgerðir skóla gegn kynferðisofbeldi skili sér á gagnlegan hátt til nemenda er þekking starfsfólksins á umfangi, afleiðingum, eðli og ólíkum birtingarmyndum kynbundins ofbeldis.

Samfélagið, kyn og kynlíf

Erfitt væri að fjalla um kynferðisofbeldi án þess að kynna grunnhugtök kynjafræðanna, enda er kyn lykildreyta í kynbundnu ofbeldi. Yfirgnæfandi meirihluti gerenda kynferðisofbeldis eru karlar og flestir brotáþolar konur. Þetta er ekki tilviljun, né sönnun á illsku karlkynsins, heldur á sér skýringar í valdamisvægi kynjanna og ríkjandi samfélagsviðhorfum. Kynferðisofbeldi verður ekki til í tómarúmi og þarf að skoða í stóra samhenginu; menningu og samfélagi. Ljóst er þó að karlmenn verða einnig fyrir slíku ofbeldi og konur færar um að beita því, þótt karlkyns brotáþolar verði oftast líka fyrir ofbeldi af höndum karla. Auðvitað eru öll ofbeldisbrot alvarleg, skaðleg og ólíðandi – hvort sem þau fylgja hefðbundnu mynstri þegar kemur að kyni eða ekki. Eins er mikilvægt að muna að þótt meirihluti þeirra sem nauðga séu karlar, er það aðeins minnihluti allra karlmanna sem nauðga. Nauðgunarmenning samfélagsins er þó raunverulegt vandamál sem mun fleiri viðhalda en einungis kynferðisbrotamenn og verður fjallað um aftar í handbókinni.

Kynhyrningurinn

Graphic by:
TSER
Trans Student Educational Resources



Kynvitund



Kyntjáning



Kyn úthlutað við fæðingu



Laðast líkamlega að



Laðast tilfinningalega að



To learn more, go to:
www.transstudent.org/gender

Hannað af Landyn Pan og Anna Moore
Íslenskað af Þóru Geirlaugu Bjartmarsdóttur

Kyn

Kyn er regnhlífarhugtak sem nær yfir líffræðileg kyneinkenni, kynvitund og kyntjáningu. Ríkjandi hugfar er að þessir þrjú þættir kyns passi saman á hefðbundinn hátt en það er ekki alltaf raunin. *Líffræðileg kyneinkenni* vísa m.a. til kynfæra og hefur þótt hin hefðbundna skilgreining á kyni. Barni er úthlutað kyni við fæðingu eftir líffræðilegum kyneinkennum – strákur eða stelpa. Sú nálgun tekur þó aðeins tillit til síðs fólks og er útlökandi fyrir trans fólk, þar kemur kynvitundin til sögunnar.

Kynvitund er hugtak sem vísar til upplifunar manneskju á kyni sínu. Síðs manneskja er með kynvitund sem passar við líffræðileg kyneinkenni. Ef manneskjan upplifir sig ekki í takt við þann skilning fellur hún undir *trans* regnhlífina. Hin kynjaða félagsmótun þrengir að öllum en er sérstaklega flókin trans fólk. Ef trans einstaklingur er með kynvitund sem fellur ekki að hefðbundnum skilningi um tvíhyggjuna karl/kona er viðkomandi *kynsegin*. Kynsegin einstaklingar nota stundum persónufornafnið *hán* frekar en hann eða hún. Kynvitund manneskju er oft sýnileg í gegnum *kyntjáningu* viðkomandi, sem er persónuleg tjáning á eigin kyni og snertir t.d. klæðaburð og útlit. Sum eru með kvenlega kyntjáningu, sum með karllæga, og sum eru með flæðandi eða hlutlausu kyntjáningu.

Intersex einstaklingar eru síðan þau sem fæðast með ódæmigerð líffræðileg kyneinkenni og í raun ekki hægt að úthluta þeim karl- eða kvenkyni við fæðingu. Samt sem áður er sterk tilhneiging til þess að vilja aðlagða líkama þeirra að þessari hefðbundinni flokkun og úthluta þeim annaðhvort kyninu strákur eða stelpa. Þörfin til kynjaflokkunar er vægast sagt sterk.

Hinsegin

Trans og intersex fólk fellur undir heildarhópinn *hinsegin* sem er regnhlífarhugtak yfir allt það fólk sem ekki fellur að hefðbundnum viðmiðum þegar kemur að kyni, kynímynd eða kynhneigð. Sá hópur á í strangri baráttu því kynjakerfið getur birst í takmarkaðri virðingu gagnvart þeim sem skera sig frá norminu. Hinsegin fólk á enn undir högg að sækja þegar kemur að frelsi til að þroskast og dafna sem kynverur á eigin forsendum. *Kynferðiseinelti* er ein birtingarmynd þess og er fjallað um aftar í handbókinni. *Gagnkynhneigð* er enn hið almenna viðmið um æskilegt lífarni og fléttast saman við ríkjandi hugmyndir um karlmennsku og kvenleika. Hvað varðar lagaleg réttindi, sýnileika og samfélagsviðhorf hefur barátta *samkynhneigðra* miklu skilað á síðustu áratugum en er þó hvergi lokið. Nýrri er barátta trans og intersex fólks og mun skemur á veg komin.

Í umræðu og fræðslu um kynlíf er sérlega mikilvægt að gleyma ekki hinsegin samfélaginu, svo sem flestir nemendur geti persónulega tengt við umræðuna. Mundu að kynhneigð flokkast ekki einungis í gagnkynhneigð og samkynhneigð, heldur er flóran mun fjölbreyttari og t.d. er til fólk sem engan áhuga hefur á kynlífi. Í fræðslu um kynferðisofbeldi og ofbeldi í nánnum samböndum skal hafa í huga að ofbeldi gagnvart hinsegin brotapolum getur átt sérstakar birtingarmyndir.



Forréttindi

Forréttindi er orð sem lýsir stöðu manneskju í samfélaginu og því forskoti sem hún hefur umfram aðra. Í stuttu máli tengjast forréttindi kyni fólks, kynhneigð, kynvitund, stétt, aldri, líkamlegri og andlegri getu, trú, lífsskoðunum, félagslegri og fjárhagslegri stöðu, uppruna, þjóðerni, litarhafti, líkamsgerð o.s.frv. Skortur á forréttindum jaðarsetur fólk í *minnihlutahópa* sem upplifa oft *mismunun* og *fordóma* því samfélagið gerir síður ráð fyrir þörfum þess fólks í daglegu lífi. *Margþætt mismunun* vísar til þess að fólk býr við fjölbreyttan veruleika og tilheyrir oft fleiri en einum minnihlutahópi. Sjónarhorn forréttindahóps er iðulega upphafið á kostnað annarra hópa og verður ráðandi í samfélaginu. Gjarnan telja meðlimir forréttindahópa forskotið eðlilegt og sanngjarnt eða þæla einfaldlega ekkert í því. Slík *forréttindablinda* er skiljanleg því það er í eðli forréttinda að sjá síður ójafna stöðu ef hún bitnar ekki á okkur sjálfum. Öll berum við þó ábyrgð á að kafa ofan í okkar eigin forréttindi.

Misvægi í forréttindum tengist sterklega kynbundnu ofbeldi því í miklum meirihluta mála hefur gerandinn samfélagslega valdastöðu gagnvart brotaþola. Fyrir utan hinn áberandi fjölda kvenkyns brotaþola koma hér inn breytur á borð við aldur, kynverund, litarhaft, fötlun og fátækt. Því fleiri frávik frá samfélagsnorminu, því útsettari er manneskja fyrir ofbeldi.

FORRÉTTINDI

FORRÉTTINDI

**Þegar kemur að ofbeldisfræðslu er nauðsynlegt að vita
að minnihlutahópar eiga í sérstakri hættu á að verða fyrir
kynbundnu ofbeldi og að það ofbeldi á sér gjarnan
sérstakar birtingarmyndir.**

Kynjakerfið

Kynjakerfið er samfélagsgerð sem skilgreinir einstaklinga fyrirfram út frá kyni og mismunar þeim á grundvelli þeirrar flokkunar. Kerfið inniber allar þær skráðu og óskráðu reglur sem segja til um hvernig fólki er ætlað að haga sér og hugsa út frá kyni. Slíkar *staðalmyndir* eru fyrirfram ákveðnar hugmyndir um útlit og/eða eiginleika fólks sem tilheyrir ákveðnum hópum. Börn læra snemma að til séu tvö kyn sem feli í sér andstæða eiginleika því samfélagið rammar fólk inn í tvö aðgreind hólf karlmennsku og kvenleika. Þessi *tvíhyggja* er ákaflega þröngur rammi og er á ólíkan hátt skaðleg öllum – þeim konum og körlum sem falla inn í rammann, konum og körlum sem ekki falla inn í rammann og allra helst þeim sem ekki tilheyra kynjaflokkun tvíhyggjunnar. Í þessari aðgreiningu tveggja andstæðra póla má líka sjá ójafnt verðleikamat, þar sem hið karlmannlega fær kerfisbundið meiri virðingu en hið kvenlega og fólk utan tvíhyggjunnar verður oft fyrir mestri mismunun. Kynjakerfið hefur áhrif á viðhorf til fólks og viðmótið sem það fær frá öðrum. Ef manneskja passar ekki inn í kynjakerfið, setur sig upp á móti því eða brýtur reglur þess á einhvern hátt, kallar það oft fram neikvæð viðbrögð.



Hugtakið kynhlutverk vísar í hefðbundnar hugmyndir um ólík hlutverk kvenna og karla, sem er viðhaldið eða breytast með menningunni. Gagnkynja sambandsform felur iðulega í sér skýra kynjaða verkaskiptingu þótt samfélagið hafi hratt þróast í jafnréttisátt. Langt er þó í land með að hafa náð fullkomnu jafnrétti og t.d. fylgir kynlíf gagnkynhneigðra mjög gjarnan hefðbundnu handriti í tengslum við ævagamlar hugmyndir um ólíkar skyldur og þarfir kvenna og karla. Kynlífsmenning er hugtak sem nær utan um þær hefðir, gildi, skoðanir og hegðunarmynstur sem eru ráðandi um kynlíf. Kynlífsmenning er því breytileg milli ólíkra tímasteiða og samfélaga. Hugmyndir um ólík hlutverka kynjanna í kynlífi eiga sinn þátt í kynbundnu kynferðisofbeldi.

Kennarar þurfa að vera meðvitaðir um algenga frasa og klisjur sem þjóna nauðgunarmenningunni. Bæði til þess að forðast sjálfir þau orð og til þess að geta bent nemendum á hvernig slík orð geta verið heftandi fyrir umræðuna. Kynferðisofbeldi er á alla kanta viðkvæmt mál en hægt er (og mikilvægt) að ræða það á annan hátt en að vinna gegn samfélagsbyltingum síðustu ára, þar sem brotapolar taka sér loks pláss og skila skömminni.

Kynlífshandrit

Til að ná betur utan um hugmyndina um kynlífsmenningu hafa margir nýtt sér hugtakið *kynlífshandrit*. Það vísar til þess að í kynlífsmenningu á hverjum stað og hverjum tíma sé ríkjandi forskrift að því hvernig fólk skuli haga sér í kringum kynlíf. Þetta eru ráðandi væntingar um hvað leiðir að kynlífi, hvað er gert á meðan á kynlífi stendur og eftir að kynlífi lýkur. Handritið hefur viðmið um hver gegnir hvaða hlutverki, hver má gera hvað, hvernig og með hverjum, auk hugmynda um æskilegt útlit. Handritið er ekki fastmótað og sama handrit á ekki við um alla. Viðmiðin geta m.a. verið ólík fyrir konur, karla og kvára; hinsegin fólk og sískynja gagnkynhneigt fólk; ófatlaða og fatlaða; eldri einstaklinga og yngri; sem og aðra hópa innan samfélagsins. Kynlífshandritið er því á sama tíma persónulegt og afurð menningar sem einstaklingur elst upp í.

Ráðandi kynlífshandrit endurspeglar staðalmyndir kynjanna og heftir þannig kynfrelsi á ýmsa vegu. Lífseigar væntingar innan handritsins eru t.d. þær að konur hafi síður áhuga á kynlífi og eigi ekki að hafa frumkvæði en karlmenn eigi alltaf að vera til í tuskið og séu stöðugt að hugsa um kynlíf. Í samfélaginu leynast ýmis skilaboð sem hvetja karla til að vera virkir kynferðislega en gera ráð fyrir að konur séu það ekki. Þessar fyrirframgefnu hugmyndir samfélagsins setja pressu á fólk um að haga sér í kynlífi samkvæmt kyni en ekki persónulegum áhuga. Samkvæmt íslenskri rannsókn frá 2018, á ríkjandi kynlífshandriti fyrir ungmenni sem stunda gagnkynhneigt kynlíf, er gjarnan sú krafa að strákar eigi að sækjast eftir kynlífi en hlutverk stelpna sé að samþykkja eða afþakka kynlífið. Strákar hafa frekar leyfi til að prófa sig áfram og eiga marga bólfélaga, án þess að það bitni á orðspori þeirra því það þykir karlmannlegt að hafa mikla reynslu á kynlífssviðinu. Stelpur verða hinsvegar frekar fyrir druslustimplun ef þær eiga marga bólfélaga og halda sig ekki innan hins kvenlega ramma.

Bæði stelpur og strákar finna beinan og óbeinan þrýsting um að byrja að stunda kynlíf og um að prófa nýjungar í kynlífi. Þrýstingurinn kemur frá orðræðunni og dægurmenningunni en ekki síst frá strákum. Bæði stelpur og strákar finna fyrir pressu til að standa sig gagnvart strákahópnum. Strákar upplifa pressu um að missa sveindóminn og deila reynslu sinni, þeir sækjast meðvitað og ómeðvitað eftir viðurkenningu frá hópnum. Stelpurnar upplifa þrýsting frá strákum og í gegnum samfélagsmiðla og „sexting“, þær sækjast eftir viðurkenningu með því að þóknast strákunum. Þegar kemur að umræðu um kynlíf eða ef farið er í kynlífsleiki kemur í ljós að strákarnir hreykja sér fremur af mikilli eða fjölbreyttri kynlífsreynslu en stelpurnar leitast við að draga úr þegar þær segja frá. Bæði kynin reyna að uppfylla væntingar samfélagsins, með að gangast upp í þeirri forskrift sem er ríkjandi hverju sinni um „eðlilega“ kynlífshegðun.

Íslenskar rannsóknir benda til þess að kynferðiseinelti sé ekki mætt af sömu festu meðal kennara og aðrar tegundir eineltis. Þvert á móti sé það iðulega hunsað, afsakað eða útskýrt með hormónaflæði unglingsáranna og teljist eðlilegur hluti af samskiptum ungmenna. Ekki aðeins kvarta þolendur undan aðgerðaleysi skólastarfsfólks, heldur segja það sumt jafnvel taka þátt í eineltinu með niðrandi athugasemdum.

Skaðlegum karlmennskuímyndum

fylgja oft alvarlegar ranghugmyndir

um kynlíf og kynferðisofbeldi.



Karlmennskan getur verið skaðleg

Gagnkynhneigðir sís karlar eru í miklum meirihluta gerenda kynferðisofbeldis. Ætla má að skýringuna sé að mestu leyti að finna í forréttindastöðu þess hóps. Hugtakið *karlmennska* nær yfir margar ólíkar hugmyndir sem eiga að lýsa einkennum, hegðun og venjum karla fremur en kvenna – um hvernig þeir eigi að líta út, haga sér, hugsa og líða, ef þeir ætla sér að uppfylla væntingar samfélagsins til karla. Slíkar staðalmyndir um hinn „eðlilega karlmann“ eru alltumlykjandi í t.d. fjölmiðlum, bókmenntum og bíómyndum.

Þegar fyrstu karlafræðingarnir skoðuðu karlmennsku á gagnrýninn hátt var það fyrsta sem þeir sáu að hún tengdist oft valdníðslu, væri eyðandi og ofbeldisfull. Í þeirri umræðu er mikilvægt að muna að ekki er verið að kalla karlmenn sem hóp eittraða eða skaðlega, heldur þær ímyndir sem þeim er gert að gangast inn í. Þessar karlmenskuvæntingar til karla geta orðið mjög varasamar og skaðað bæði karla og önnur kyn. Krafa um að vera alltaf harður af sér, sterkur, valdamikill og ráðandi (og megi því ekki gráta, tjá tilfinningar eða ræða um vandamál sín) getur leitt til tilfinningavanda á borð við þunglyndi og sjálfskaðandi hegðun og hefur þá verið talað um *gjald karlmenskunnar*.

Skaðlegum karlmennskuímyndum fylgja oft alvarlegar ranghugmyndir um kynlíf og kynferðisofbeldi. „Alvöru karlmaður“ á að vera ráðandi í kynlífi, alltaf að vera til í tuskið og álíta alla kynferðislega athygli og reynslu jákvæða. Kynlíf eru sigrar frekar en tenging við aðra manneskju. Þessi skilaboð geta gert það að verkum að sumir strákar og karlar upplifa sig eiga tilkall til kynlífs og þá alfarið á sínum forsendum. Skaðlegar karlmennskuímyndir á borð við að karlar eigi alltaf að geta varið sig eða að þeir eigi alltaf að taka kynferðislegum áhuga fagnandi, hafa sömuleiðis neikvæð áhrif á stöðu hinsegin karla og karlkyns brotþola kynferðisofbeldis (sem getur leitt til þess að þeir leita sér síður hjálpar).

Kvenleikinn er tvíeggja sverð

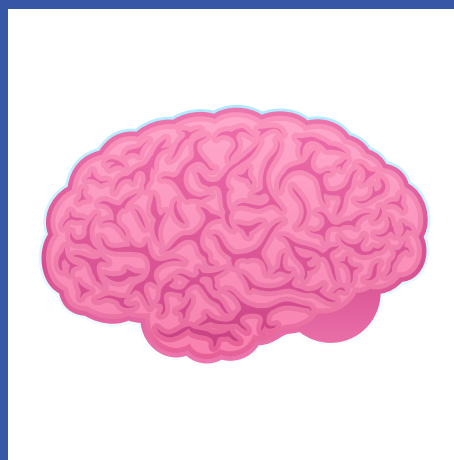
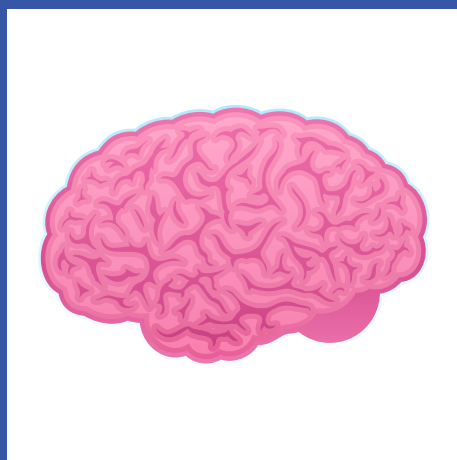
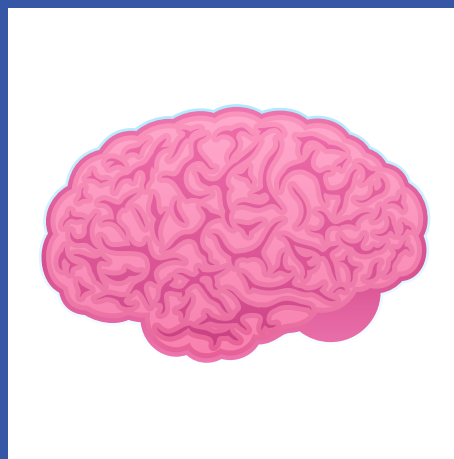
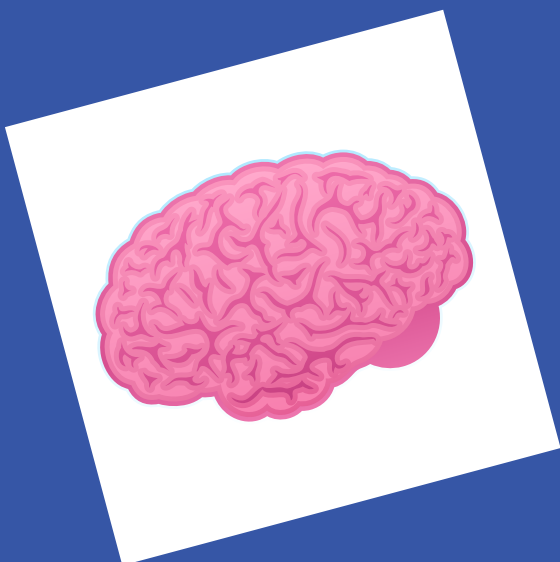
Konum er þröngur stakkur sniðinn því í almennum hugmyndum um æskilegan kvenleika birtist þversagnarkennt viðhorf, sem sprettur úr því sem kallast *hið karllæga sjónarhorn* samfélagsins. Það felur í sér að konur eru sífelld metnar út frá því hvernig þær falla að hugmyndum karla um einhverskonar úrvalskonu, frekar en að vera metnar á eigin verðleikum. Í þessu sjónarhorni er konum ætlað að vera kynþokkafullar og kynferðislega þjónandi en eru þó niðurlægðar eða jafnvel útskúfað ef þær þykja á einhvern hátt *of* kynferðislegar. Stúlkur fá linnulaus skilaboð um að vera kynferðislega aðlaðandi en eiga á sama tíma í hættu á að vera fordæmdar og stimplaðar druslur ef þær eru kynverur á eigin forsendum. Þær sem hafa síðan ekki sýnilegan áhuga á kynlífi eiga á hættu að vera stimplaðar kynkaldar með tilheyrandi hæðni og lítillækkun. Enska orðatiltækið *damned if you do, damned if you don't* á vel við þennan þrönga ramma kvenleikans.

Vegna þessara tvöföldu skilaboða getur ákveðin togstreita fylgt því að verða fyrir kynferðislegri áreitni eða umtali. Í slíkri „athygli“ er fólgin ákveðin staða eða virðing fyrir stúlku – þ.e. að þykja kynferðislega aðlaðandi eða reynd. Unglingsstúlkur geta því tekið áreitninni sem merki um vinsældir og jafnvel gengist upp í ímyndinni en á sama tíma veldur það skömm og niðurlægingu. Að feta hinn þrönga veg ásættanlegs kvenleika er því krefjandi línudans fyrir ungar stúlkur, í að finna jafnvægi á milli tveggja óæskilegra ímynda; ósexý konunnar og lauslátu druslunnar.

Jaðarhópar

Í vinnu með ungu fólki þarf auðvitað alltaf að taka tillit til fjölbreytileikans, að gæta hagsmuna hvers nemanda er ein af skyldum kennara. En þegar kemur að ofbeldisfræðslu er nauðsynlegt að vita að minnihlutahópar eiga í sérstakri hættu á að verða fyrir kynbundnu ofbeldi og að það ofbeldi á sér gjarnan sérstakar birtingarmyndir. Þrátt fyrir þetta sýnir ný doktorsrannsókn á íslenskum ofbeldisforvörnum mikinn skort á fræðslufni sem fjallar um minnihlutahópa. Hinseginleikinn hefur orðið meira áberandi í fræðslu á síðustu árum en aðrir jaðarhópar búa flestir við að aðeins sé ýjað að tilvist þeirra með myndefni. Kynbundið ofbeldi tengist mjög ójöfnuði í forréttindum og völdum svo mikil þörf er á vönduðu fræðslufni um kynbundið ofbeldi gagnvart t.d. fötluðum og fólki af erlendum uppruna. Þetta gerir enn mikilvægara að hlusta eftir reynslusögum jaðarhópa af ofbeldi og nýta í fræðslu til nemenda þá brotþola sem tjá sig á t.d. samskiptamiðlum eða við fjölmiðla. Sem dæmi má nefna „Anti-rasistana“ á Instagram en þær ungu konur tala af eigin reynslu um rasískt kynferðisofbeldi og áreitni.





Til að unglíngar geti tekið upplýsta ákvörðun um **klámáhorf** þurfa þeir að vita hvaða áhrif og afleiðingar það kann að hafa í för með sér.

Unglíngar þurfa að vita að **klám er ávanabindandi**, gefur óraunsæja mynd af kynlífi, samskiptum og líkómum og ruglar með mörkin á milli kynlífs og ofbeldis.

Klám



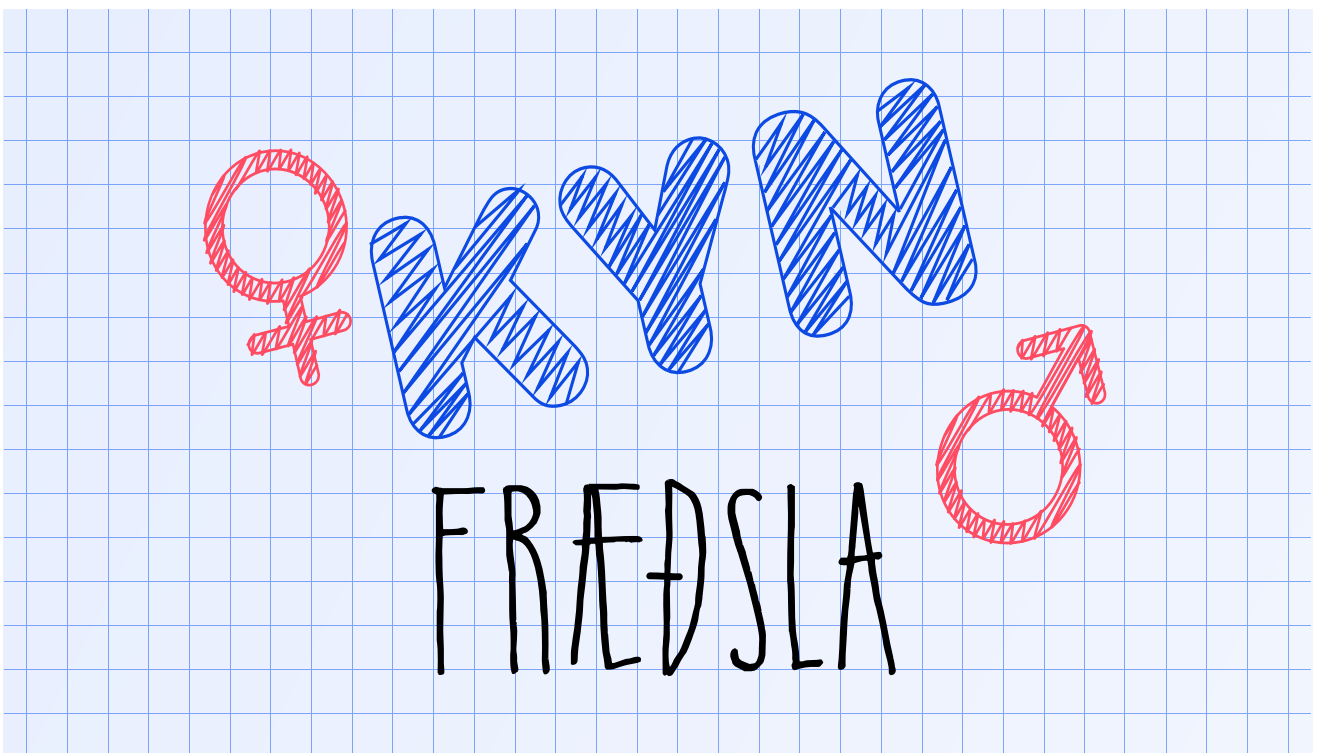
Íslenskir drengir eiga Norðurlandamet í klámneyslu en mælingar hafa ítrekað sýnt fram á mun meiri neyslu þeirra en jafnaldra þeirra á hinum Norðurlöndunum. Þeir byrja líka margir snemma, allt niður í 6 ára gamlir. Ungmennirnir sækja í klám vegna líkamlegrar örvunar en einnig af forvitni og í leit að hugmyndum og fræðslu. Klám er hins vegar ekki kynfræðsla, enda fylgir það engri námskrá eða jafnréttissjónarmiðum. Þvert á móti eru ríkjandi þemu í algengu og aðgengilegu klámi; valdniðsla, sífjaspell, niðurlæging, kvenfyrirlitning, kynþáttafordómar og annað ofbeldi. Þetta sendir afar skökk og hættuleg skilaboð til þeirra áhorfenda sem líta á klám sem uppsprettu þekkingar um kynlíf. Þannig ógnar klámið kynheilbrigði unglunga sem eru rétt að feta sín fyrstu skref í kynlífi og á vafalítið sinn þátt í kynferðisofbeldi meðal þeirra. Starfsfólk í umhverfi barna og unglunga sér margt áþreifanleg áhrif kláms á samskipti þeirra, ekki síst þegar kemur að kynferðislegri áreitni í snertingu og tali og frásagnir ungra brotþola kynferðisofbeldis minna oft á vinsælar klámsenur.

Í dag er staðan sú að næstum helmingur drengja í 10. bekk horfir á klám mjög reglulega (frá vikulega upp í oft á dag). Sú upplýsingagjöf er því margföld – þúsundföld – á við almenna kynfræðslu til ungmenna þar sem áhersla er lögð á samskipti og samþykki í kynlífi, öryggi og vellíðan. Mikilvægur þáttur í ofbeldisfræðslu til ungmenna er að kenna þeim að gagnrýna efni sem fléttar saman kynlíf og valdniðslu. Líklegt er að slík klámfræðsla virki fyrirbyggjandi þegar kemur að mögulegum kynferðisbrotum. Ungir karlmenn og strákar eru stærsti hópur gerenda slíkra brota en ekki þarf alltaf að vera um einbeittan brotavilja að ræða, heldur pílta sem mataðir hafa verið á skaðlegu efni og hafa því arfaslaka þekkingu á raunverulegu kynlífi og lítinn skilning á mikilvægi skýrra samskipta. Lögum þessa skekkju með fræðslu.

Hvað er klám?

Engin einhlít skilgreining er til á klámi og fólk leggur mismunandi skilning í hugtakið. „I know it when I see it“ eru fræg orð bandarísks dómara um hvernig hann skilgreindi klám. Þar sem engin ein ákveðin skilgreining er til á klámi snýst umræðan mikið um persónulegt mat hvers og eins – sem flækir samtalið. Í kynjafræði er algengt að ganga út frá skilgreiningu Diönu Russell sem gerir greinarmun á erótík og klámi. Hún skilgreinir *klám* sem kynferðislegar athafnir og berskjöldun á kynfærum fólks, þar sem misnotkun og niðurlæging á sér stað þannig að hvatt sé til hennar eða hún látin óátalin. *Erótík* sé hins vegar kynferðislega örvandi efni þar sem ekki er gert út á fordóma eða misnotkun, virðing borin fyrir öllu fólki og dýrum og hið kynferðislega efni byggt á samþykki og jafnræði þeirra sem eiga í hlut.

Þvert á það sem margt fólk heldur er slíkt erótískt efni algjör undantekning og alls ekki það sem krakkarnir neyta. Að búa til vandað samþykkismiðað örvandi efni kostar tíma og peninga, og því erfitt og dýrt að nálgast það sem neytandi. Meginstraumsklámið, sem er aðeins einum smelli á snjallsíma frá hverju barni, er allt annars eðlis. Klám sýnir sjaldan samræður um mörk og samþykki, sem eru algjör lykilatriði og það sem aðgreinir kynlíf frá kynferðisofbeldi. Enn síður sýnir klám forleik, nánd og væntumþykju, sem alla jafna tengist raunverulegu kynlífi. Mun fremur fléttar klámið kynlífsathafnir saman við valdniðslu og niðurlægingu og gerir mörkin á milli kynlífs og ofbeldis ógreinilegri.



Klámfræðsla er mjög mikilvæg **forvörn** í baráttunni gegn kynferðisofbeldi og **óheilbrigðum samskiptum**.

Áhrif kláms á kynlífshandrit ungmenna

Rannsóknir sýna að klámáhorf getur haft mikil áhrif á kynverund áhorfandans og viðhorf til kynlífs og kvenna. Klám er eitt af því sem færir til mörkin um hvað telst vera ásættanleg kynlífshegðun og hefur mikil áhrif á þróun kynlífshandritsins. Klámneysla er mjög kynbundin. Strákar horfa miklu frekar á klám en stelpur og hafa mun oftár jákvæð viðhorf til kláms en þær. Strákar horfa oftast á klám í einrúmi en stelpur oftast með kærasta eða vinum. Kynlífsmenning íslenskra unglunga er afar lituð af varasömum skilaboðum úr klámi. Mörg ungmenni hafa hreinlega ekki hugmynd um hvernig kynlíf getur litið út öðruvísi en í kláminu, svo kynfræðsla nútímans þarf að leggja áherslu á að kynna allt sem þar vantar – samtal, hlýju, virðingu, samþykki o.s.frv.

Mestmegnis hefur klámneyslan áhrif á þann veg að strákarnir fá hugmyndir úr klámi, sem hafa bein áhrif á hegðun þeirra í kynlífi. Strákarnir vilja geta sagt vinalögnum frá því að þeir hafi prófað vissar athafnir úr kláminu og ætlast til eða óska eftir því að stelpurnar leiki með þeim klámsenur. Jafnvel athafnir sem geta valdið stúlkunum sársauka og niðurlægingu en þær telja sig ekki vera í aðstöðu til að neita. Þær vilja fremur taka þátt en missa frá sér strákinn eða vera stimplaðar kynkaldar og valdið liggur því hjá strákunum. Strákar læra að verða neytendur kláms en stelpur að líkami þeirra er það sem skilgreinir þær. Þær læra að þjóna klámvæðingunni, oft þvert á eigin langanir, sjálfsvirðingu og öryggi.

Hver er vandinn við klám?

Segja má að klám skaði bæða heila, hjarta og samfélag. *Heilann* að því leyti að klám er ávanabindandi efni og plantar skakkri mynd af kynlífi í huga neytandans. *Hjartað* því klám hefur sterk áhrif á upplifun neytenda af kynlífi og öðrum nánnum samskiptum og auðveldara verður jafnvel að eiga nán tengsl við skjá en aðra manneskju. Og loks *samfélagið* því klám hefur áþreifanleg áhrif á kynferðisofbeldi og samfélagsviðhorf til kynlífs, kvenna og minnihlutahópa. Eins er klámbransinn afar dökkur heimur, nátengdur mansali og öðru ofbeldi.

Áhrif kláms á heilann

Sjálfsfróun og fantasíur eru sannarlega af því góða, m.a. því að þekkja sjálfan sig sem kynveru gerir einstakling betur í stakk búinn til að tengjast annarri manneskju kynferðislega. Það er mikilvægt fyrir allar kynverur að fá að vega og meta hvað er örvandi og hvað fráhrindandi og eins að upplifa hvernig líkaminn bregst við því sem á sér stað í huganum. En heili unglunga er ekki fullmótaður. Sá hluti heilans sem stjórnar skynsemi og rökhugsun þróast oft hægar en sá hluti sem stjórnar tilfinningum og hvatvísi og fær því sá síðarnefndi oftár að ráða viðbrögðum unglings. Þegar ungmenni horfa á klám verður oförvun í umbunarstöð heilans og mikil dópamínframléiðsla á sér stað. Ef það er tengt við sjálfsfróun með enn frekari boðefnalosun er boðið upp á höfugan kokteil sem er sérlega ávanabindandi. Kynferðislega örvunin verður mjög mikil og hröð, með nánast engri fyrirhöfn. Heilinn fer fljótlega að kalla eftir því að upplifa aftur þessa sterku örvun.



Eins og við fræðum nemendur um skaðsemi áfengis og annarra vímuefna er brýnt að fræða þá um skaðsemi kláms. Því yngri sem börn eru þegar þau hefja reglulegt klámáhorf, þeim mun meiri líkur eru á að þau ánetjist efninu. Dæmi eru um að kornungir karlmenn þurfi að nota stinningarlyf til að halda reisu vegna klámnotkunar. Því oftast sem unglingar láta það eftir sér að horfa á klám, þeim meiri líkur eru á að þeir myndi sterkari kynferðislega tengingu við skjá en við annað fólk og fáí jafnvel ekki fullnægingu í kynlífi með hægri kynferðislegri örvun sem byggist upp með orðum, kossu og gælum. Klám virkar á sama hátt og annað ávanabindandi efni, það sem er á skjánum venst hratt og til að upplifa sömu spennuna aftur þarf fljótlega að skoða eitthvað nýtt og jafnvel harðara efni. Þetta vita klámframleiðendur og passa að halda í neytendur með að bjóða sífellt upp á grófara klám. Sumir upplifa sig óvænt farna að horfa á mun ofbeldisfyllra efni en þeir í raun hafa áhuga á og upplifa því skömm, doða og ónotatilfinningu eftir áhorfið.

Áhrif kláms á hjartað

Klámið býr til viðmið um það hvernig við eigum að líta út, haga okkur og finnst gott í kynlífi (kynlífshandritið). Mörg ungmenni upplifa þrýsting um að leika eftir klámatriðum og óttast að fá annars á sig stimpil þess efnis að þau séu teprur, skræfur eða lélegir bólfélagar. En skilaboð úr kláminu fela í sér óraunhæfar væntingar til útlits, getu, athafna og frammistöðu í kynlífi og sýna sjaldnast fjölbreytileika fólks. Unglingar sem líta á klám sem kennslustund um kynlíf fara á mis við margt mikilvægt; s.s. forleik og gælur, nánd og virðingu og mikilvægar venjur varðandi öryggi eða hreinlæti. Að fíkra sig áfram í róleghæitum er mikilvægur hluti þess að þróast sem kynvera. En með hinu galopna aðgengi að klámi má segja að mörgum ungmönnum hafi verið harkalega skellt upp á mótorhjól þegar kemur að kynlífi en hafi misst af undirbúningsþjálfuninni sem fylgir því að læra á þríhjól og reiðhjól í byrjun.

Klámhandritið fylgir afar þröngum ramma en í raunveruleikanum erum við alls konar og kynlíf oftast öðruvísi en klámið sýnir. Kynferðisleg viðbrögð og líkamleg frammistaða er mjög ýkt í klámi. Útlit fólks er gjarnan einsleitt og ýkt, typpi og brjóst eru vel yfir meðalstærð og þíkur nánast allar eins. Í raunveruleikanum eru kynfæri og líkamar fjölbreyttir og kynferðisleg frammistaða takmörkunum háð. Í klámi er ekkert rætt um hvað fólkinu þykir gott eða ekki, skilaboðin eru að öllum þyki allt gott. Margar stellingar eru líkamlega óþægilegar og jafnvel nánast óframkvæmanlegar – enda ætlaðar fyrir sjónarhorn myndavélar en ekki nautn viðkomandi. Klámframleiðendur vinna jú ekki út frá jafnréttishugsjón eða mannréttindasjónarmiðum, þeirra hagsmunir eru peningar. Klám er söluvara og búið til fyrir áhorfendur en ekki fyrir ánægju leikaranna, markaðurinn stjórnar kynlífsathöfninni sem mynduð er.



Áhrif kláms á samfélagið

Vá-viðvörðun Hér á eftir verða lýsingar á grófum klámatriðum, svo lesendur þessarar handbókar sjái ljóslega af hverju nauðsynlegt er að fjalla um klámneyslu ungmenna í samhengi við kynferðisofbeldi.



Ofbeldi í klámi

Klámbransinn gætir þess að bjóða upp á nýjabrumið sem viðheldur áhuga og jafnvel fíkn neytandans, með bæði nýju (kvenmanns)holdi og með því að ganga sífelld nær takmörkum þess holds. Markaðurinn er risastór og framleiðendur, sem keppast um neytendur, ganga æ lengra í að sýna sífelld grófara efni. Ýmislegt sem nú tilheyrir almennu klámi, tilheyrði áður jaðarklámi sem fæstir í klámiðnaðinum vildu bendla sig við. Fólk sem vildi sjá slíkt klám þurfti að hafa þó nokkuð fyrir því að nálgast það eftir bakdyraleiðum en í langan tíma hafa slíkar tegundir kláms verið það fyrsta sem kemur upp í leitarniðurstöðum á netinu. Við sem eldri erum stöndum gjarnan í þeirri trú að klámið sé léttblátt líkt og áður fyrr en því fer fjarri.

Fordómar, blætisvæðing og valdniðsla á manneskjum út frá kyni, kynhneigð, kynþætti og aldri er algengt í klámi. Áberandi þema í miklum meirihluta klámefnis eru niðrandi og niðurlægjandi orð og ofbeldisfull eða lítilsvirðandi hegðun (iðulega karlmanns gagnvart stúlku). Forsíða vinsælustu klámveitunnar býður t.d. í dag upp á atriði þar sem grímuklæddur maður heldur tveimur ungum konum hlekkjuðum í kjallara og brýtur á þeim. Hryllingsmynd í hugum flestra – en „kynfræðsla“ barnanna okkar. „Teens“ er eitt alvinsælasta leitarorðið í tengslum við klám. Ólöglegt er að notast við leikara sem eru undir 18 ára en þá er oft reynt að fá 18-20 ára leikkonur sem líta út fyrir að vera mun yngri og þær sýndar á sem barnalegastan máta.

Hvers kyns sífjaspellsatriði eru með þeim vinsælustu í klámi um þessar mundir. Gjarnan merkt sem stjúp fjölskyldur til að brjóta ekki lög eða þess gætt að „fjölskyldumeðlimirnir“ stundi ekki kynlíf saman þótt persónurnar tilheyri sama atriði. Svo sem önnur sena á klámforsíðu dagsins – þar sem tvær ungar vinkonur fagna útskriftardeginum sínum með því að skiptast á feðrum; hvor þabinn stundar kynlíf með ungri dóttur hins, hlið við hlið á sama sófa. Þegar kemur að vinsælu teiknuðu klámi – Anime – eru oft engar reglur um efnistökin þar sem enginn lifandi leikari getur skaðast, lagaramminn er misjafn eftir löndum framleiðslunnar (munum að netið á sér engin landamæri). En skilaboðin um að barnaníð, dýraníð, hópnauðgun o.s.frv. sé eðlilegt og spennandi kynlíf eru neytandanum jafn skýr, þótt efnið sé teiknað (oft tölvugert og mjög raunverulegt).

Klámbransinn

Ljóst er að mansal, ofbeldi og önnur ósiðleg og ólögleg iðja fylgir klámbransanum, enda eru netheimar gríðarstórir og mikið til óritskoðaðir. Síðustu árin hefur ítrekað verið bent á að mörg myndskreið á vinsælum efnisveitum sýni stúlkur undir lögdri, upptökur af nauðgunum, stafrænt kynferðisofbeldi, þolendur mansals o.s.frv. Klámveiturnar hafa löngum fullyrt að ekki sé gerlegt að greina glæpsamlegt og ofbeldisfullt efni frá annars konar klámefni og því eru litlar sem engar síur á slíkum síðum.

Ásakanir um að konur sé neyddar eða plataðar til að leika í klámmyndum hafa lengi verið viðloðandi klámframleiðslu og algengt að leikkonurnar upplifi pressu um að taka þátt í ýmsum athöfnum. Örfáar leikkonur ná að öðlast einhvern frama í þessum geira en meirihluti þeirra gengur hratt frá honum með óbragð í munni. Laun klámmyndaleikkvonna hækka eftir því hversu mikil niðurlægning felst í verknaðinum (sem er m.a. ástæðan fyrir því að karlar hafa almennt lægri laun fyrir klámmyndaleik – en þessu er gjarnan kastað fram sem sönnun fyrir því að klám sé ekki kvenfjandsamlegt).

Fyrir notandann er engin leið að vita hvort klámið er í raun leikið og með sönnu samþykki allra aðilanna eða hvort hann er að búa til efnahagslegan hvata fyrir kynferðisglæpi (þótt hann hafi jafnvel engan áhuga á því). Kennum ungmennum að vera meðvitaðir neytendur sem leggja sig fram um að styðja ekki við skaðlega framleiðslu af nokkru tagi.

Áhrif klámneyslu á kynferðisofbeldi

Setjum þetta allt loks í samhengi við opið aðgengi að klámi, hversu ung börn eru þegar þau komast í það og hversu mikil neyslan er meðal íslenskra drengja. Klám sýnir sjaldnast samræður um mörk og samþykki, virðingu eða jafnræði – alla nauðsynlegu fylgifiska heilbrigðs kynlífs. Þátttakendur gera oftast það sem þeir vilja við hinn aðilann án umræðu og þannig stuðlar klám að ranghugmyndum um kynlíf og samskipti. Klámefni, sem er aðgengilegt öllum á netinu, er í langflestum tilfellum ofbeldisfullt á einhvern máta. Klámið sýnir ekki kynferðisofbeldi eins og það er í raunveruleikanum með ótta, niðurlægingu, sársauka og afleiðingum fyrir brotapolann, heldur er það fléttað saman við kynferðisleg viðbrögð.

Rannsóknir hafa sýnt að reglulegir neytendur kláms eru líklegri til að finnast spennandi að sýna valda-ójafnvægi í kynlífi; svo sem að rífa í hár, rassskella, þröngva andliti harkalega að kynfærum, slá eða kyrkja bólfélaganna sinn. Við klámneyslu verða mörk óljós, samskiptin óskýr og líkurnar á kynferðisofbeldi aukast. Ef nemendur mótmæla því að klámáhorf geti haft slík áhrif á persónulega hegðun, mætti spyrja út í hugmyndir þeirra um rómantik, stefnumót og ástarsambönd. Lýsa þau flest sama þemanu? Handritinu að flestum rómantískum Hollywood-myndum kannski? Fjölmiðlar og allt efni sem við neytum hefur svo sannarlega áhrif á huga okkar. Kenna þarf nemendum að líta gagnrýnið á öll utanaðkomandi skilaboð um kynlíf en kafa frekar inn á við í leit að sínum raunverulegu löngunum og taka opinska samtöl við rekkjunauta um mörk og samþykki.



Klámvæðing samfélagsins

Klámið tók stakkaskiptum með tilkomu internetsins og þegar talað er um *klámvæðingu* er vísað til þess hversu útbreitt klám er í samfélaginu og hversu sýnileg áhrif þess eru á hið daglega líf. Myndmál, táknmyndir og orðfæri úr klámi birtast okkur sem venjulegt, samþykkt og jafnvel upphafið menningarlegt fyrirbæri – í t.d. auglýsingum, tísku, tónlistarmyndböndum og skólablöðum. *Hlutgerving* kvenna og minnihlutahópa er þrástef í klámi og klámvæðingu en hlutgerving er fyrsta skrefið í hvers kyns ofbeldi. Þá er lifandi manneskja (oftast kona) meðhöndluð sem hlutur, því ef manneskjan er ekki alvöru manneskja hlýtur að vera mun auðveldara að niðurlægja hana og/eða brjóta á henni. Konan er smættuð niður í líkama eða jafnvel afmarkaða líkamsparta; hulstur án innihalds. Afleiðing þess er vanvirðing fyrir konum, skert tilfinning fyrir því að inni í líkómum þeirra séu raunverulegar manneskjur.

Hvernig best er að tala um klám við nemendur

Fræðsla um klám getur verið viðkvæm, því mörg ungmenni nota klám og fræðslan snýst ekki um að valda þeim skömm. Til að unglingar geti tekið upplýsta ákvörðun um klámáhorf þurfa þeir hins vegar að vita hvaða áhrif og afleiðingar það kann að hafa í för með sér. Unglingar þurfa að vita að klám er ávanabindandi, gefur óraunsæja mynd af kynlífi, samskiptum og líkómum og ruglar með mörkin á milli kynlífs og ofbeldis. Að klám sé ekki fræðsluefni og gefi því ekki gagnleg svör við þælingum um kynlíf.

Fjölbreytni nemendahópsins

Í fræðslunni skal hafa í huga aldur hópsins og ólíka stöðu nemenda gagnvart viðfangsefninu. Sumir þeirra hafa fengið hugmyndir sínar um kynlíf í gegnum margra ára klámnotkun, á meðan önnur hafa enga reynslu af klámi. Þessir hópar hafa líklega gjörólíkar hugmyndir um „hlutverk, réttindi og skyldur“ kynjanna í kynlífi en engu að síður endurspeglar hugmyndir beggja hópa oftast en ekki valdamisvægi kynjanna í samfélaginu. Báðir hópar þurfa að vita að klámneysla geri fólk ekki vont en líka að það sé alls ekkert náttúrulögmál að horfa á klám og mjög margt fólk hafi engan áhuga á því. Að líða illa nálægt slíku efni sé eðlileg tilfinning og eins að upplifa kynferðislega örvun og spennu.

Höfum hemil á tilfinningum

Marga kennara óar við að taka á þessu efni og þykir tilhugsunin ógnvekjandi eða vandræðaleg, en klámfræðsla er mjög mikilvæg forvörn í baráttunni gegn kynferðisofbeldi og óheilbrigðum samskiptum. Líkt og með nemendur, er öruggt að kennarar hafi ólíka reynslu, skoðanir og tilfinningar til kláms Málefnið getur því verið eldfimt en forðumst þó dómhörku, ásakanir og gagnrýni og gætum þess að umræðan sé fræðandi en þróist ekki út í skoðanaskipti. Sýnum unglöngunum samkennd því þeirra heimur er öðruvísi en okkar var á sama aldri. Klám er mun aðgengilegra og efnislega mikið breytt á örfáum áratugum.

**Klám vinnur gegn kynfrelsi með að kenna ungu fólk
til hvers er ætlast af þeim á kynferðislega sviðinu.**

Klám er ekki kynlíf

Þess þarf að gæta að gagnrýnin snúi að sjálfu kláminu en ekki ungmendum sem hafa neytt þess. Áhugi á kynlífi er auðvitað heilbrigður og eðlilegur og skiljanlegt að ungt fólk leiti í hið aðgengilega klám til að svara forvitni sinni. Jafnréttisbaráttan er sannarlega ekki á móti kynlífi, þvert á móti er baráttan fyrir kynfrelsi mikilvægur hluti hennar en í því felst frelsi hvernar manneskju til að skilgreina kynverund sína á eigin forsendum, þekkingu og hafa vald yfir eigin líkama. Klámið vinnur í raun gegn því frelsi með að kenna ungu fólk til hvers er ætlast af þeim á kynferðislega sviðinu. Ungmennni eiga skilið að fá að uppgötva sína raunverulegu kynverund en festast ekki í ramma þess sem klámið segir þeim að sé eina leiðin. Þau þurfa að skilja að jafnvel þegar klámefni er framleitt án ofbeldis og valdníðslu, er efnið leikið og skapað fyrir ókunnuga neytendur en snýst ekki um sjálft fólk. Klámsenur fara oftast fram í aðstæðum þar sem þátttakendur þekkjast lítið og sjaldan er spurt hvað þeim líður vel með að gera og hvað þeir vilji ekki gera. Á meðan raunverulegt og gott kynlíf byggist á heilbrigðum samskiptum, trausti og virðingu.

Samþykki er að mörgu leyti erfitt hugtak en þó lykilatriði í umræðunni um kynferðisofbeldi.



Þjóðum vandaða kynfræðslu

Fléttum því klámfræðsluna saman við góða kynfræðslu. Hornsteinn kynfrelsis er að hafa aðgengi að uppbyggilegum og góðum upplýsingum um kynlíf. Því miður hefur slík fræðsla oft verið talin vandræðaleg, skammarleg eða óviðeigandi. Auðvelt er að gagnrýna hefðbundna kynfræðslu ungmenna sem oft er takmörkuð og fyrst og fremst líffræðileg. Hugmyndir um hvað sé æskileg eða viðtekin hegðun í kynlífi eru hinsvegar sjaldan ræddar. Klámið verður því iðulega staðgengill kynfræðslu, með sínar ranghugmyndir um kynlíf og neikvæðu áhrif á kynheilbrigði og samskipti. Góð samskipti, skýr mörk og einlægt samþykki eru lykilatriði í heilbrigðu kynlífi. Þetta eru þeir hlutir sem nær alltaf skortir í klámi og þess vegna verða unglingarnir að fá góða kynfræðslu um þessi atriði til að veða á móti skaðlegum skilaboðum klámsins. Ógagnlegt er að einblína alfarið á skaðleg skilaboð, fræðum ungmennin að sama skapi um jákvæða hluta kynlífs. Mikilvægustu skilaboð kynfræðslu eru kannski einfaldlega þau að kynlíf eigi að vera gott og skemmtilegt fyrir alla aðila en ekki kalla fram neikvæðar tilfinningar, þá sé eitthvað skakkt í gangi. Kynlíf sé ekki eitthvað sem við skuldum öðru fólki eða þurfum á nokkurn hátt að stunda, heldur skuli nálgast á eigin forsendum – byrja að stunda það þegar við erum sjálf tilbúin, með þeim sem við kjósum, eingöngu þegar okkur langar og á þann hátt sem okkur langar. Annað er brot á kynfrelsi og stundum kynferðisofbeldi.

**Fræðslu um ofbeldi, jafnrétti, samskipti,
kynlíf, mörk og samþykki verður að flétta
formlega inn í kennslu, félagslíf, forvarnir
og menningu hvers skóla.**



Stafrænt kynferðisofbeldi hefur orðið áhrifamikið vopn til að þagga niður í stúlkum og konum. Vegna ógnarinnar sem sífellt vofir yfir verða stelpur hræddari við að tjá sig eða gefa færi á sér, svo kynbundið stafrænt ofbeldi vinnur gegn samfélagsþátttöku ungra kvenna.

Kynbundið ofbeldi

Kynbundið ofbeldi verður ekki til í tómarúmi heldur tengist sterklega ríkjandi menningu, s.s. valdamismun, skaðlegum karlmennskuímyndum og hugmyndum um eðli og hlutverk kynjanna. Kynbundið ofbeldi er rótgróið í kynjakerfinu en karlar eru almennt í forréttindastöðu gagnvart börnum, konum og fólki af öðrum kynjum. Ofbeldið er birtingarmynd þess valdamisvægis, og einnig spila inn ýmiss konar breytur sem jaðarsetja fólk og gera það enn útsettara. Kynbundið ofbeldi á sér fjölbreyttar birtingarmyndir og getur t.d. verið kynferðislegt, andlegt, stafrænt, fjárhagslegt eða líkamlegt; og getur m.a. birst sem ofbeldi í nánu sambandi, einelti, mansal eða morð. Þessi kafli leggur áherslu á kynferðisofbeldi og kynferðiseinelti eins og það birtist iðulega í skólamenningu og samskiptum ungmenna.

Minnihluti fólks beitir kynferðisofbeldi en mun stærri hópur heldur uppi skaðlegum viðhorfum um ofbeldið. Við tölum hreinlega um að nauðgunarmenning ríki í samfélagi. Þess vegna hefst kaflinn á umfjöllun um ríkjandi samfélagsviðhorf. Nauðgunarmýtur (sem ekki eiga við rök að styðjast) og viðhorf gagnvart kynferðislegu ofbeldi og áreitni hafa mikið um það að segja hvernig brotapolum er mætt og er eitt af því sem fælir þolendur frá því að opna sig um ofbeldið og leita aðstoðar. Eins hræðist samfélagið mjög að taka á ofbeldinu með því að kalla gerendur til ábyrgðar og kenna þeim betri leiðir en öðruvísi verður kynbundið ofbeldi aldrei upprætt. Fræðslan um kynferðisofbeldi þarf því ekki síður að fjalla um nauðgunarmenningu, gerendameðvirkni og þolendaskömmun.



Nauðgunarmenning

Nauðgunarmenning er félags- og menningarlegt fyrirbæri þar sem árásargjörn hegðun karla í garð kvenna í kynferðismálum er talin eðlilegur hluti af samskiptum kynjanna. Slík menning umber og viðheldur ofbeldinu með því að loka augunum fyrir því, gera lítið úr því, afsaka það eða réttlæta. Nauðgunarmenningin hefur áhrif á samskipti fólks, hvaða brandarar teljast fyndnir, hvernig snerting er talin við hæfi, hvaða ummæli og viðhorf eru álitin eðlileg og þar fram eftir götunum. Þetta merkir ekki að öllum í samfélaginu þyki kynferðisofbeldi í lagi, heldur er ástandið þannig að ógnin af kynferðisofbeldi hefur áhrif á flestar konur. Í íslenskri rannsókn frá 2014 koma fram vísbendingar um að nauðgunarmenning sé rótgróið fyrirbæri í íslensku samfélagi og að ótti við nauðganir hafi mikil áhrif á daglegt líf flestra kvenna, þær stýri hegðun sinni til þess að minnka líkurnar á því að verða fyrir slíku ofbeldi. Þetta er nauðgunarmenning í kjarna sínum – að kyn manneskju ráði áhættunni á því að verða fyrir nauðgun.

Hér er upplagt að taka umræðu með nemendum um hvað hugtakið *menning* þýðir. Sum þeirra sjá orðið eingöngu í jákvæðu ljósi, tengja það við bókmenntir og sífóníuna, og hrökkva því við það að orðið sé tengt við ofbeldi. En menning er einfaldlega allt félagslegt sem umlykur okkur – siðir, venjur, viðhorf og reglur sem ríkja í umhverfinu. Allt sem er algengt og viðurkennt.

Nauðgunarmenning er til dæmis:

- Brandarar, auglýsingar, tískuljósmyndir, lagatextar, tónlistarmyndbönd o.s.frv. sem gera lítið úr kynferðislegu ofbeldi. Nauðgun er iðulega gerð fyndin og flott.
- Kynferðisleg áreitni er útbreidd og þykir jafnvel sjálfsagður partur af samskiptum kynjanna, eitthvað sem konur eiga að sættast á en vera ekki viðkvæmar yfir.
- Kynferðisofbeldi er talið óumflýjanlegt og visst umburðarlyndi ríkir gagnvart því.
- Gerendur eru afsakaðir (gerendameðvirkni) og ábyrgð sett yfir á brotþola (þolendaskömmun). Dæmi eru um brot þar sem heilu skólasamfélögin og bæjarfélögin taka afstöðu með gerendum, jafnvel með undirskriftarlistum.
- „Slaufunarmenning“ varð fyrst hugtak þegar brotþolar hófu að opna sig um kynferðisofbeldi og kalla gerendur til ábyrgðar. Orðið hefur aldrei verið notað yfir þann mikla fjölda brotþola sem flýr heimili sitt, fjölskyldu, vinnustað, skóla, bæjarfélag, land eða jafnvel jarðvistina eftir að hafa orðið fyrir ofbeldi eða opnað sig um það.
- Forvarnir sem beinast að því að segja konum og börnum að passa sig – á því hvernig þau hegða sér, klæða sig og hverja þau umgangast. Þetta gefur til kynna að stelpur geti sjálfar stýrt því hvort aðrir beiti þær ofbeldi. Jafnvel yfirmaður kynferðisbrotadeildar íslensku lögreglunnar hefur haldið því fram að nauðgun sé á ábyrgð brotþola sem drekka of mikið.
- Langflestir brotþolar kynferðisofbeldis telja sig bera í það minnsta hluta af ábyrgðinni, og upplifa djúpa skömm og sektarkennd.
- Fæst kynferðisbrot eru kærð og þau mál sem eru kærð eru langflest felld niður. Þrátt fyrir að fjórða hver kona á landinu verði fyrir nauðgun eða nauðgunartilraun, falla aðeins örfáir nauðgunardómar á ári hverju.
- Þrátt fyrir þennan mikla fjölda brotþola tala fjölmiðlar um: Meinta þolendur, meinta gerendur og meintar nauðganir.
- Gerendameðvirkni, þolendaskömmun og nauðgunarmýtur.

**Nauðgunarmenning samfélagsins
er raunverulegt vandamál sem mun fleiri viðhalda
en einungis kynferðisbrotamenn.**

Nauðgunarmýtur

Nauðgunarmýtur fela í sér lífseigar ranghugmyndir um nauðganir og eru ein leið til þess að viðhalda kynferðisofbeldi og réttlæta það. Þrátt fyrir að meirihluti nauðgana falli ekki að algengum nauðgunarmýtum hafa þær engu að síður áhrif á brotþola nauðgana, þar sem þolendur spegla sig í mýtunum og þurfa að meta hvort brotið var „nógu mikil nauðgun“ til að gera mál úr því.

Nauðgunarmýturnar eru til dæmis:

- Sífell er logið til um nauðganir.
- Brotþoli getur kallað yfir sig kynferðisofbeldi á einhvern hátt og ber þannig ábyrgð á stöðunni.
- Eingöngu konum er nauðgað.
- Eingöngu ákveðinni týpu af konu er nauðgað.
- Ofbeldi er aðeins raunverulegt ef brotþoli berst um og öskrar nei.
- Nauðgun felur oftast í sér vopn eða lyfjabyrlun.
- Kynferðisofbeldi er aðeins alvarlegt ef það er líkamlegt.
- Kynferðisleg áreitni er ekki alvarleg.
- Ofbeldismaðurinn er oftast ókunnugur.
- Ekki er gerlegt að nauðga maka sínum.
- Gerendur kynferðisofbeldis eru siðblind skrímsli, varla manneskjur.
- Ofbeldið á sér helst stað úti á götu, á djamminu og aðallega á útihátíðum.
- Eingöngu ákveðin týpa af mönnum nauðga.
- Góðir strákar nauðga alls ekki.
- Konur nauðga ekki síður en karlar.
- Aðeins dómur segir til um hvort kynferðisofbeldi hafi átt sér stað – saklaus uns sekt er sönnuð.
- Kærur og tilkynningar til lögreglu gefa góða mynd af raunverulegum fjölda kynferðisbrota.

Kennarar þurfa að vera meðvitaðir um algenga frasa og klisjur sem þjóna nauðgunarmeningunni. Bæði til þess að forðast sjálfir þau orð og til þess að geta bent nemendum á hvernig slík orð geta verið heftandi fyrir umræðuna. Kynferðisofbeldi er á alla kanta viðkvæmt mál en hægt er (og mikilvægt) að ræða það á annan hátt en að vinna gegn samfélagsbyltingum síðustu ára, þar sem brotþolar taka sér loks pláss og skila skömminni.



Áberandi dæmi um nauðgunarmenningu er þegar konum er bent á að til að forðast nauðgun verði þær einfaldlega að klæða sig á ákveðinn hátt, drekka lítið, vera ekki einar á ferð og vera stöðugt meðvitaðar um umhverfi sitt. Þolendaskömmun sendir þau skilaboð að þolendur beri ábyrgð á að vera ekki nauðgað, í stað þess að gerendur beri augljóslega þá ábyrgð að nauðga ekki. Viðhorf sem þessi hafa alvarlegar afleiðingar og smitast út í allt samfélagið, hvort sem er í daglegu tali eða innan réttarvörslukerfisins, þar sem atriði eins og klæðaburður brotþola voru lengi vel talin skipta máli við rannsókn nauðgunarmála og fyrir dómstólum. Enn þá er gengið út frá því að brotþoli hafi líklega ekki sýnt nógu greinilega að ofbeldið væri sér á móti skapi.

Þolendaskömmun er algeng þegar kemur að kynferðisofbeldi en sjaldan varðandi aðra glæpi. Seint myndi heyrast: „Var brotist inn hjá þér? Tja, þú hefðir nú ekki átt að eiga svona flott hús ... hefðir ekki átt að staðsetja þetta dýra sjónvarp þar sem það sést inn um gluggann – svoleiðis býður nú bara upp á að láta brjótast inn ... þú hefðir auðvitað átt að vera með öryggiskerfi ... þú hefðir bara ekkert átt að fara upp í bústað heila helgi og skilja húsið eftir mannlaust ...“ Þolendaskömmun er einfaldlega ekki raunhæf hugmynd. Brotþoli getur aldrei borið ábyrgð á glæp sem annar aðili ákveður að fremja, auðvitað ekki í kynferðisbrotamálum frekar en nokkrum öðrum glæpum.

Í dag er þolendaskömmun mest áberandi í tengslum við stafrænt ofbeldi. Líkt og íslenskur geðlæknir skrifaði: „Konurnar eru að senda af sér nektarmyndir af brjóstum eða kynfærum til einhvers sem þær treysta – einhver elskhugi sem tekur myndina og svo þegar sambandið súrnar þá náttúrulega setur hann myndina á netið og þá er konan allt í einu orðin ægilegt fórnarlamb, hefur verið svikin og þvíumlíkt. En hún getur engum um kennt nema sjálfri sér því það bera allir ábyrgð á því sem þeir setja á netið sjálfir.“ Nánar verður fjallað um stafrænt kynferðisofbeldi hér á eftir en strax skal tekið fram að slík brot eru ólögleg og mjög alvarleg. Þau geta haft jafn alvarlegar afleiðingar og líkamlegt kynferðisofbeldi og þolendaskömmun á sér ekki meiri rétt hér en við önnur kynferðisbrot.

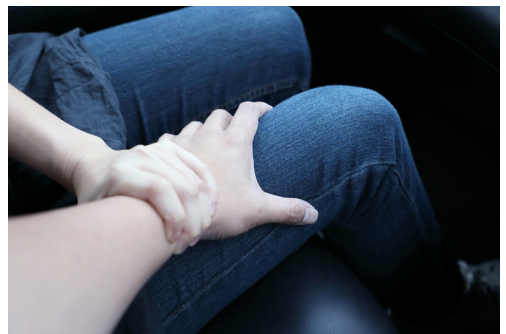
Skrímslavæðing

Ein helsta mýtan snýr að því að gerendur kynferðisofbeldis séu siðblindar skepnur sem stökkvi fram úr húsasundi og ráðist á grandalausar ókunnugar manneskjur. Sannarlega ekki fólk sem við þekkjum, hvað þá dáum eða elskum. Mýtan er lífseig ásamt hugmyndum um útlit, stétt, litarhaft, fjárhag og aðra stöðu ofbeldismanna. Þetta kallast *skrímslavæðing*. Það að lýsa gerendum sem ofbeldisfullum skrímslum, varla mennskum, er að jaðarsetja hina fjölmörgu gerendur og aðgreina þá frá öðrum meðlimum samfélagsins. Mýtan er fólgin í því að gerendur kynferðisbrota koma úr öllum stéttum og stöðum, og „góðir strákar“ nauðga líka. Oftast þekkjast brotamaður og brotapolí. Iðulega eiga kynferðisbrot sér stað innan ástarsambands, og þegar brotið er á börnum er gerandi iðulega fjölskyldumeðlimur. Gerandi er sem sagt sjaldnast skrímsli í útjaðri mannlegs samfélags heldur einhver sem við þekkjum, þykir vænt um, treystum og trúum. Einhver sem við kjósum að stunda kynlíf með eða einhver sem við kjósum til að stýra samfélaginu.

Skrímslavæðingin er skiljanleg út frá tilfinningalegu sjónarhorni. Það er mjög mannlegt að eiga erfitt með að horfast í augu við að einhver sem við þekkjum, lítum upp til og/eða okkur þykir vænt um, hafi beitt ofbeldi. Fæst viljum við umgangast nauðgara. En ef marka má hinn mikla fjölda brotþola sem leitar aðstoðar í kjölfar kynferðisofbeldis, er ljóst að líklega þekkjum við öll kynferðisbrotamann. Skrímslavæðing leyfir samfélaginu að komast undan því að takast á við staðreyndir og það hversu víðtækt kynferðisofbeldi er. Á fyrstu 32 starfsárum Stígamóta, leituðu þangað yfir 10.000 brotþolar og lýstu ofbeldi af höndum rúmlega 14.000 gerenda. Einhvers staðar eru allir þessir gerendur.

Til að skilja ofbeldið og vinna gegn því er nauðsynlegt að skoða samfélagið sem gerendur spretta úr, því er afar mikilvægt að afmennska þá ekki. Mýtan um skrímslin er skaðleg á alla kanta því hún kemur í veg fyrir að:

- 1) brotþolar átti sig á eigin reynslu og geti skilgreint ofbeldið,
- 2) samfélagið taki ofbeldið alvarlega eða taki brotþola trúanlega,
- 3) gerendur átti sig á eigin hegðun eða gangist við brotinu.



Ef við hugsum um alla ofbeldismenn sem skrímsli sem eiga ekkert sameiginlegt með okkur hinum, verður ómögulegt að ímynda sér að venjulegt fólk, sem við þekkjum og okkur líkar við, geti beitt ofbeldi. En þegar þetta er einmitt staðreyndin – verður til nauðgunarmenning. Þar sem stelpum er kennt að vara sig á hinu mjög svo líklega kynferðisofbeldi en hljóti þó að vera ljúga til um nauðgun því gerendurnir finnast hvergi.

Gerandi er sjaldnast skrímsli í útjaðri mannlegs samfélags heldur einhver sem við þekkjum, þykir vænt um, treystum og trúum. Einhver sem við kjósum að stunda kynlíf með eða einhver sem við kjósum til að stýra samfélaginu.

Gerendameðvirkni

Að afneita tilvist gerenda í hinum algengu kynferðisbrotamálum er dæmi um gerendameðvirkni en þá er átt við þá ríku tilhneigingu samfélagsins til að réttlæta, afsaka og draga úr því ofbeldi sem einhver hefur beitt. Gerendameðvirknin kemur til vegna skrímslavæðingarinnar, við getum illa samþykkt að einhver sem við þekkjum, jafnvel aðeins af góðu, sé „skrímsli“. En kynferðisofbeldi er gríðarlega algengt í heiminum og þá gefur að skilja að gerendur hljóta að vera stór hópur alls konar manna. Hetjudýrkun er þegar einstaklingum sem hafa náð langt í sínu fagi er haldið upp á stalli og gert lítið úr neikvæðri hegðun þeirra, jafnvel haldið hlífðarskyldi yfir eða hegðunin þöggud. Að undanfögnu höfum við mýmörg dæmi þess að þekktir einstaklingar eru ásakaðir um að hafa beitt aðra manneskju ofbeldi en vegna stöðu sinnar fá þeir meiri samúð, fólk stendur með þeim, og afsakar eða afneitar tiltekinni hegðun. Höfum í huga að munur er á iðrun og afsökun. Í því að taka ábyrgð á að hafa brotið á annarri manneskju felst heilt bataferli og mikil sjálfsskoðun, ekki aðeins að segja: „Afsakið, ef ég fór yfir mörk“.

Andstæðan við gerendameðvirkni þarf ekki að vera útilokun á geranda sem okkur þykir vænt um. Sannarlega er hægt að fordæma hegðun án þess að fordæma manneskju. Hjálpum frekar viðkomandi að taka ábyrgð, viðurkenna gjörðir sínar og læra betri leiðir. Sér í lagi þá fjölmörgu sem enn eru ungir. Upplifun tveggja aðila af kynferðisofbeldi getur verið gjörólík en þrátt fyrir að gerandi hafi alls ekki alltaf einbeittan brotavilja, situr ávallt eftir brotapolí með afleiðingar. Að meðhöndla atvikið út frá upplifun brotþola felur ekki í sér afstöðu um ásetning eða persónu gerandans, heldur er grundvallar virðing fyrir brotþola og fyrir mennsku gerandans. Brotamaðurinn þarf að vita að ofbeldið þarf ekki að skilgreina hver hann er, hann er ekki bara ofbeldið sem hann hefur beitt. Það er hægt að breytast og hann hefur valkosti. Ofbeldi er lærð hegðun og er ekki nauðsynleg hegðun. Slíkur stuðningur er það sem helst gagnast gerenda – ekki síður en brotþola og samfélaginu öllu.

Að afneita tilvist gerenda í kynferðisbrotamálum er dæmi um gerendameðvirkni en þá er átt við þá ríku tilhneigingu samfélagsins til að réttlæta, afsaka og draga úr því ofbeldi sem einhver hefur beitt.

Gerendameðvirkni

„En hann er svo næs gaur“



Kynferðisofbeldi

Afleiðingar kynbundins ofbeldis

Afleiðingar sem margir brotaþolar lifa með í kjölfar kynbundins ofbeldis eru alvarlegar, skaðlegar og langvarandi. Afleiðingar kynferðisofbeldis hafa oft víðtækari áhrif á líf brotaþola en þau gera sér grein fyrir og geta haft mikil áhrif á sjálfsmynd, tengsl við aðra og virkni í daglegu lífi. Þolendur eru gjarnir á að einangra sig; takmarka samskipti við vini og fjölskyldu, eiga erfitt með sambönd og kynlíf og flosna upp úr námi, vinnu og áhugamálum. Algengustu afleiðingarnar eru skömm og sektarkennd; sú tilfinning að vera óhrein og einskis virði og bera sjálf ábyrgðina á því sem henti þau. Lífshættulegustu afleiðingarnar eru t.d. misnotkun vímugjafa, átaskanir og önnur sjálfskaðandi hegðun. 20-30% fólksins sem leitar til Stígamóta hefur gert tilraun til sjálfsvígs og af þeim sem urðu fyrir kynferðisbroti fyrir 18 ára aldur berjast 50% við sjálfsvígshugsanir. Munum að þessar tölur eiga eingöngu við þau sem lifðu nógu lengi til að leita til Stígamóta.

Ljóst er því mikilvægi þess að starfsfólk skóla þekki þessar afleiðingar og hvernig hegðun nemanda getur breyst í kjölfar ofbeldis. Þegar litið er til þess hve fáir ungir brotaþolar opna sig við skólann sinn (eða nokkurn), ætti hverjum skólastarfsmanni að vera bæði ljúft og skylt að hafa augun hjá sér þegar nemandi mætir illa, lokar á félagstengsl, lækkar í einkunnum, eða sýnir aðra áhyggjuvaldandi hegðun. Hér getur skóli gripið inn í og aðstoðað ungan brotaþola í átt að betri líðan.

Ofbeldi í nánum samböndum

Ungmenni sem eru að stíga sín fyrstu skref í rómantískum samskiptum tengja oft illa við hugtakið heimilisofbeldi enda eru þau sjaldnast í sambúð en ofbeldi í nánum samböndum unglinga er til staðar í sama mæli, ef ekki meira, og hjá fullorðnum. Sambúð er alls ekki skilyrði fyrir slíku ofbeldi og notum við því hugtakið ofbeldi í nánum samböndum. Andlegt ofbeldi í sambandi er oft óljósara en líkamlegt en er ekki síður alvarlegt og þróast iðulega út í annað ofbeldi. Í samböndum þar sem um líkamlegt og/ eða andlegt ofbeldi er að ræða, er nánast alltaf kynferðislegt ofbeldi fyrir hendi líka.

Kynferðisofbeldi er þess eðlis að eiga sér oft stað innan ástarsambanda. Gjarnan beitir gerandinn þrýstingi til að knýja fram „samþykki“ brotaþola fyrir kynlífi – s.s. með hótun um að slíta annars sambandinu, leita á önnur mið eða deila viðkvæmum myndum eða öðrum persónulegum upplýsingum. Eða með því suða um kynlíf þar til brotaþolandi gefst upp og lætur undan til að fá frið, saka brotaþolandann um að elska ekki viðkomandi nema kynlífið eigi sér stað eða uppnefna makann kynkaldan og leiðinlegan. Líkt og áður kom fram er þrýstingur um að leika eftir grófar athafnir úr klámi orðinn stór partur af því kynferðisofbeldi sem ungmenni beita.

Oft getur verið erfitt fyrir brotaþola að átta sig á að ofbeldi sé, eða hafi verið, hluti af ástarsambandinu. Taugakerfið er ekki forritað þannig að það þurfi sífellt að meta hvort hætta sé innan náinna tengsla – þar búumst við einmitt við hvíld og stuðningi. Vel þekkt mynstur innan ofbeldissambanda er að brotaþolinn upplifir sig ábyrgan fyrir hegðun gerandans, felur ofbeldið fyrir öðrum, efast um eigin upplifun, óttast hefnd gerandans ef sagt er frá eða sambandinu slitið, eða hangir sífellt í voninni um að hegðunin breytist. Þessi mynstur sjást skýrt í samböndum kornungra unglinga, þar sem brotaþoli upplifir sig

rígfastan í ofbeldissambandinu þrátt fyrir að búa enn í foreldrahúsum og deila ekki eignum eða börnum með makanum. Allt er þetta partur af ofbeldinu svo „af hverju hættirðu ekki bara í sambandinu?“ er bæði óraunhæf krafa á brotþola ofbeldis og skaðleg þolendaskömmun. Ungmenni í slíkri stöðu gæti einmitt þurft mikinn stuðning við að skilja eigin reynslu, setja orð á ofbeldið og vinna gegn sjálfsásökun og skömm.

Ásetningur og brotavilji

Sú staðreynd að gerendur kynferðisofbeldis eru svo oft ástvinir getur verið erfitt að kyngja. Hrottalegur glæpur af þessu tagi hlýtur að vera framinn af siðblindum skrímslum, ekki þeim sem við þekkjum og treystum, elskum jafnvel og kjósum að stunda kynlíf með. En málið er að línan á milli kynlífs og kynferðisofbeldis getur verið afar fín. Einlægt samþykki er sú lína. Kynferðisofbeldi er ekki skilgreint af tengslum á milli fólksins eða líkamlegri valdbeitingu, heldur hvort „kynlífið“ var eitthvað sem báða aðila langar að taka þátt í.

Ásetningur gerandans er ekki það sem skilgreinir brotið heldur upplifun brotþolans. Upplifun tveggja aðila af sama atburði getur verið gjörólík og ekki þarf að vera að um einbeittan brotavilja gerandans hafi verið að ræða en það þurrkar þó ekki út upplifun brotþolans og afleiðingar reynslunnar. Egg er jafn brotið hvort sem því er viljandi grýtt í gólfið eða misst af slysi. Að meðhöndla atvikið út frá upplifun brotþola felur ekki í sér afstöðu um ásetning eða persónu gerandans, heldur er einfaldlega grundvallar virðing fyrir brotþola. Auðvitað er eðlismunur á aðila sem nýtur þess að skaða annað fólk og aðila með skakka mynd af kynlífi, ástarsamböndum, samskiptum og eigin forréttindastöðu. Sá eðlismunur birtist í hæfni geranda til að taka ábyrgð á eigin gjörðum, læra af mistökum sínum og þjálf sig til betri vegar; og í möguleikum samfélagsins á að stýra viðkomandi frá frekari skaðlegri hegðun. En frá sjónarhóli brotþola skiptir ásetningur gerandans sjaldnast miklu.

Mörk og samþykki

Mörk eru nokkurs konar leiðbeiningar um hvernig við viljum láta koma fram við okkur. Þau eru auðvitað misjöfn eftir því hvers konar sambönd eða samskipti er um að ræða en eiga við í öllum aðstæðum og geta þróast með aukinni reynslu og sjálfsþekkingu. Mörk eru virt með að vera alltaf viss um samþykki annars fólks fyrir hvers kyns samskiptum. Þetta er sérlega mikilvægt í kynlífi, því að vaða yfir kynferðisleg mörk annarrar manneskju er kynferðisofbeldi.

Samþykki er að mörgu leyti erfitt hugtak en þó lykilatriði í umræðunni um kynferðisofbeldi. Mikilvægt er að útskýra fyrir nemendum hvað raunverulegt samþykki þýðir – það að báða eða alla aðila langi til að taka þátt í kynlífinu. Samþykki snýst ekki bara um orðin „já“ eða „nei“, því þau orð eru viss einföldun í svo flóknum og viðkvæmum samskiptum. Nei þýðir nei, það vitum við öll og á svo sannarlega við í kynlífi líkt og öllum aðstæðum. En frasinn gefur ekki heildarmynd af því sem samþykki felur í sér. Setning á borð við „hún sagði aldrei nei“ beinir sjónum að því sem manneskja vill ekki en kynlíf í eðli sínu eru samskipti sem ganga út frá sameiginlegum vilja og löngun. Neitun er heldur ekki endilega orðuð heldur gjarnan tjáð á líkamlegan hátt – með að gefa ekkert til baka. Kennum ungmennum að kynlíf séu ekki einstefnusamskipti, þá þurfi að stoppa og skoða stöðuna.

Þvingað samþykki

Samþykki er ekki heldur bara eitt einfalt „já“ því játun getur verið þvinguð þvert á vilja viðkomandi. Samþykki snýst ekki að „fá leyfi“ – þá erum við komin í einstefnusamskiptin sem eru andstæðan við heilbriggt kynlíf. Að suða um kynlíf eða þvinga fram „já-ið“ með einhverjum hætti er einna algengasta form kynferðisofbeldis meðal ungmenna. Samþykkið verður að vera einlægt og byggt á raunverulegum áhuga viðkomandi, þvingað samþykki er ekki raunverulegt samþykki. Að þrýsta á bólfélaga um að fara yfir eigin mörk er ekki í lagi. Kynlífsmenning ungmenna, lituð af ofbeldisfullu klámi, sem gefur stúlkum þau skilaboð að kynlíf feli í sér að ganga á eigin mörk – er heldur ekki í lagi.

Að stunda kynlíf með öðrum felur í sér ábyrgð, kynferðisleg samskipti krefjast þroska og jafnvel gagnrýnins sjónarhorns á skilaboð úr umhverfinu. Kennum unglingum hispurslaust um muninn á kynlífi og kynferðisofbeldi, sem er þeim alls ekki alltaf skýr. Kennum þeim að samþykki sem er gefið í upphafi megi draga til baka á hvaða tímapunkti sem er, hvort sem það sé tjáð með orðum eða líkamstjáníngu. Samþykki fyrir einu skrefi sé ekki sjálfkrafa samþykki fyrir því næsta, samþykki sé ekki inneignarnóta. Raunverulegt samþykki sé til staðar þegar báðir eða allir aðilar eru augljóslega til í tuskið og líði vel í aðstæðunum. Enginn skuldi annarri manneskju kynlíf, nokkurn tímann.

Hér er mynd sem freistar þess að einfalda málið fyrir ungmönnum:

SAMPYKKISTAFLAN

S-aman <ul style="list-style-type: none">Kynlíf er ekki eitthvað sem við gerum VIÐ aðra manneskju, heldur gerum við það saman. Grundvöllur kynlífs er að báða aðila langi.Nánd og áhugi eru lykilatriði.	Y-tra samtal <ul style="list-style-type: none">Tölum saman svo mörkin séu á hreinu, svo allir viti hvað hitt langar og langar ekki. Enginn þrýstingur, ekkert suð heldur jafningjasamtal.Samskipti og traust eru lykilatriði.
A-llir <ul style="list-style-type: none">Allir viðstaddir skipta jafn miklu máli og eru að skemmta sér vel. Ef einhver hefur ekki gaman er eitthvað annað en kynlíf í gangi.Jöfnuður og virðing eru lykilatriði.	K-anna stöðuna <ul style="list-style-type: none">Sumt tjáum við öðruvísi en í orðum. Verum því alltaf vakandi og fylgjumst með líkamlegri tjáníngu, stoppum og spyrjum ef við erum ekki alveg klár á stöðunni.Meðvitund og ánægja BEGGJA er lykilatriði.
M-á ég? <ul style="list-style-type: none">Er ekki endilega góð setning í kynlífi, því samþykki snýst ekki um að „fá leyfi“ til að gera eitthvað við aðra manneskju.„Eigum við?“ / „Langar þig“ eru lykilsetningar.	K-ynlíf er ekki kynferðisofbeldi <ul style="list-style-type: none">Stundum er línan þar á milli mjög fín, verum 100% viss.Raunverulegt samþykki er lykilatriði.
D-rá <ul style="list-style-type: none">Samþykki snýst um að hafa á hreinu að báða aðila langar í kynlífið.Gredda/ löngun/ losti BEGGJA er lykilatriði.	I-nnra samtal <ul style="list-style-type: none">Við þurfum líka að þekkja okkar eigin mörk. Spáum í hvað okkur langar og hvað ekki og þjálfum okkur í að tala skýrt um mörkin okkar.Sjálfsvirðing er lykilatriði.

Stafrænt kynferðisofbeldi

Mörk og samþykki eiga við í öllum samskiptum og ekki er síður mikilvægt að fjalla um þau stafrænu við ungmenni. Samskiptamiðlar og snjallsímar eru stór hluti af lífi og samskiptum flestra en enn þá flækist fyrir mörgum að samskiptareglur á netinu eru þær sömu og í raunheimum. Ofbeldi og áreitni í gegnum samskiptamiðla, eða á annan rafrænan hátt, hefur farið hratt vaxandi samhliða tækniþróun og auknu aðgengi að neti og myndavélum. Ofbeldi af þessu tagi er alls ekki nýtt af nálinni en hefur verið til frá því fyrstu myndavélarnar komu á markað. Umfang þess og eðli hefur þó breyst og aukist mjög með tilkomu internetsins og benda nýjar alþjóðlegar tölur til þess að yfir 70% allra kvenna hafi orðið fyrir stafrænu ofbeldi.

Dæmi um *stafrænt kynferðisofbeldi* eru:

- Að dreifa kynferðislegum myndum án leyfis manneskjunnar sem um ræðir.
- Að hóta að dreifa slíkum myndum og nota þá ógn sem kúgunartæki.
- Að senda kynferðislegar myndir til einhvers sem hefur ekki samþykkt það.
- Að krefja aðra manneskju með einhverjum hætti um að senda kynferðislega mynd.
- Athugið að þótt myndsendingar séu algengastar á þetta ofbeldi jafnt við um t.d. myndbönd, hljóðskjöl og skrifaðan texta.
- Og margt fleira! Stafrænar leiðir til kynbundins ofbeldis eru fjölmargar.

Stafrænt kynferðisofbeldi er kynbundið þar sem meirihluti þolenda er kvenkyns og gerenda karlkyns en íslensk rannsókn sýndi að 99% stafræns kynferðisofbeldis beindist gegn konum og stúlkum. Líkt og með annað kynbundið ofbeldi aukast líkurnar ef viðkomandi er t.d. fötluð, hinsegin eða dökk á hörund. Íðulega eru brotapolar stúlkur undir lögdri, jafnvel kornungar. Strax í 8. bekk hefur nær helmingur íslenskra stúlkna verið beðinn um að senda af sér nektarmynd, hlutfallið fer svo yfir 70% þegar 17-18 ára stúlkur eru spurðar. Verra er að fjórðungur 15-17 ára stúlkna á Íslandi hefur með einhverjum hætti verið þvingaður til að senda slíkar myndir, t.d. með hótunum. Ekki eru til tölur um hinar algengu óumbeðnu „typpamyndir“ sem algengast er að fullorðnir karlmenn sendi ókunnugum ungum stelpum.



Þá er ótalinn hinn mikli fjöldi viðkvæmra mynda sem fer í leyfisleysi á flakk, sem er afar gróft brot og líklega alvarlegasta birtingarmynd slíks ofbeldis. Engu máli skiptir hvernig myndin kom til manns í upp-

hafi, slíku má aldrei deila áfram til annarra. Kenna þarf hverju ungmenni að vera aðilinn sem stoppar rafrænar keðjur ofbeldis. Sumum myndum er hlaðið upp á spjallþræði þar sem karlmenn kalla eftir myndum af nafngreindum stelpum og skrifa kvenfjandsamlegar og niðurlægjandi athugasemdir við þær myndir sem eru á síðunni. Gjarnan fylgja með sem mestar persónuupplýsingar um viðkomandi stúlku til að hámarka skaðann. Stór hluti þessara brotþola eru börn. Slíkar síður eru gjarnan kallaðar hrelliklámssíður en athugið að „hrelliklám“ og „hefnarklám“ eru af ýmsum ástæðum úrelt hugtök, við tölum í dag um stafrænt kynferðisofbeldi.

Þolendaskömmun varðandi stafrænt kynferðisofbeldi

Gjarnan ríkir misskilningur um bæði eðli og alvarleika stafræns ofbeldis. Líkt og í öðrum kynferðislegum samskiptum er það ekki athöfnin sjálf heldur *skortur á samþykki* sem skilgreinir ofbeldið. Grundvallar-munur er á kynferðislegu efni sem gengur á milli tengdra aðila með samþykki og efni sem fer í dreifingu án samþykkis (eða er aflað með hótunum). „Ekki senda svona myndir“ er því ekki raunhæf forvarnafræðsla hvað stafrænt ofbeldi varðar, ekki frekar en „ekki vera full eða ögrandi klædd“ er forvörn gegn því að verða fyrir líkamlegu kynferðisofbeldi. Ef brotið er á manneskju með þessum hætti er brotþoli aldrei ábyrgur, frekar en brotþolar annars kynferðisofbeldis og ungmenni í slíkri stöðu verða að geta treyst á stuðning en ekki ásakanir. Að einblína á hegðun brotþola er þolendaskömmun og gerenda-meðvirkni – sama hvernig kynferðisbrot sem um ræðir. Íslenskur geðlæknir sagði eitt sinn opinberlega:

*„Það sem einkennir konur í samskipti við netið er þessi trúgirni... konurnar eru að senda af sér nektarmyndir af brjóstum eða kynfærum til einhvers sem þær treysta - einhver elskhugi sem tekur myndina og svo þegar sambandið súrnar þá **náttúrulega** setur hann myndina á netið og þá er konan allt í einu orðin ægilegt fórnarlamb, hefur verið svikin og þvíumlíkt. En hún getur engum um kennt nema sjálfri sér því það bera allir ábyrgð á því sem þeir setja á netið sjálfir.“*

Stafræn samskipti eru orðin sjálfsagður hluti af tilhugalífi ungs fólks; leið þeirra til að tjá og kanna eigin kynverund og eiga í kynferðislegum samskiptum án hættunnar á getnaði eða kynsjúkdómasmiti. Þótt myndsending eða önnur rafræn samskipti séu samþykkt á milli tveggja aðila, gefur það alls ekki leyfi til að deila því með óviðkomandi fólki. Ekki frekar en að búast megi við að allur vinaláttur rekkjunautar mæti til að taka þátt í kynlífi sem tvær manneskjur hafa ákveðið að stunda saman. Engin manneskja á að þurfa að ganga út frá því í nánnum samskiptum að friðhelgi og trúnaður verði líklega brotinn, traust og virðing er grunnur nánna samskipta. Enginn er bara **náttúrulega** ofbeldismaður sem vanvirðir mörk og samþykki og annað fólk verði einfaldlega að gæta sín á viðkomandi. Kenna þarf hverju ungmenni – fyrst og fremst hópnum sem helst eru gerendur kynbundins ofbeldis – að bera ábyrgð og beita ekki ofbeldishegðun af nokkru tagi.

Til viðbótar er málið alls ekki svo einfalt að slíkt ofbeldi byggi ávallt á mynd sem brotþoli sendi sjálfur á aðra manneskju í góðri trú á viðtakandanum. Stundum eru myndir teknar í óleyfi, t.d. af sofandi eða rænulausri manneskju (oft kallað „up-skirting“). Myndum er einnig stolið úr einkaeign, t.d. af síma, eða brotist er inn í vefmyndavél með rafrænu hakki. Stundum eru myndir falsaðar í myndvinnsluforriti, höfuð manneskju t.d. skeytt við líkama úr klámmynd („deep fake“). Allt eru þetta alvarleg brot. Jafnvel fölsuð nektarmynd sem er búin til sem lélegt grín getur haft alvarlegar afleiðingar. Fari slík mynd á netið er ekki víst að aðrir átti sig á því að myndin sé fölsuð og afleiðingarnar geta orðið þær sömu og ef manneskjan væri í rauninni á myndinni.

Lög um kynferðislega friðhelgi

Kannski er ekki skýtið að yngsta fólkið vandræðist með þennan samskiptamáta þegar sjálfur löggjafinn kvað ekki á um stafrænt ofbeldi fyrr en árið 2021 þegar lagagrein um „kynferðislega friðhelgi“ bættist við almenn hegningarlög. Þar segir:

Hver sem í heimildarleysi útbýr, aflar sér, dreifir eða birtir ljósmynd, kvikmynd, texta eða sambærilegt efni af eða um nekt eða kynferðislega háttsemi annars skal sæta sektum eða fangelsi allt að 2 árum, en 4 árum sé brotið stórfellt. Einnig er óheimilt að hóta slíkri birtingu eða dreifingu. Þá varðar það einnig sektum eða allt að eins árs fangelsi að dreifa, afrita, sýna eða hnýsast í gögn um einkamálefni annars.

Internetið gerir þetta þó allt erfiðara. Ef nektarmynd ratar á netið eru miklar líkur á að hún dreifist á t.d. klámsíður og spjallborð og þá er ekki lengur hægt að eyða myndinni. Reynst getur ógerningur fyrir lögreglu að finna hvar slíkar síður eru hýstar og hvaða aðilar standa fyrir þeim. Þá njóta notendur nafnleyndar á þessum síðum. Netheimar hafa engin landamæri, þótt ýmis ríki hafi sett löggjöf til að stemma stigu við stafrænu ofbeldi er auðvelt að dreifa efni nafnlaust á netinu og þá jafnvel á síður þar sem lög í eigin landi gilda ekki. Samskiptamiðlar, leitarsíður, netþjónar og vefsíður eru sjaldan lagalega skyldug.

Fræðsla hefur því mun meira að segja en löggjöf og í grunninn er þetta ósköp einfalt: Öll ráðum við sjálf yfir eigin líkama og stjórnnum því með hverjum við deilum honum, jafnt á netinu sem og annars staðar. Mörk fólks þarf að virða alls staðar og samþykki að vera á hreinu í öllum samskiptum. Stafrænt ofbeldi og áreitni er mjög alvarlegt, skaðlegt og ólöglegt.

Afleiðingar stafræns kynferðisofbeldis

Ekki allir átta sig á því hversu alvarlegt og skaðlegt stafrænt kynferðisofbeldi er „... því það sé nú ekki eins og viðkomandi hafi verið nauðgað“ en brotið er hrottaleg aðför að einkalífi og friðhelgi brotapolans og afleiðingar þess svipaðar og af líkamlegu kynferðisofbeldi. Til viðbótar má segja að stafrænu ofbeldi ljúki aldrei, því næsta ómögulegt er að stöðva dreifingu efnis um netheima. Jafnvel eru slíkar myndir merktar persónuupplýsingum brotapolans svo hver sem er getur hnotið um myndirnar um ókomna tíð, svo sem tilvonandi atvinnurekendur í leit að upplýsingum um umsækjandann eða nýja tengdafjölskyldan að forvitnast. Því ber að taka mjög alvarlega ef nemandi upplýsir um slíkt brot – sem brotþoli, gerandi eða vitni.



Auk persónulegra afleiðinga fyrir hvern brotþola hefur stafrænt kynferðisofbeldi orðið áhrifamikið vopn til að þagga niður í stúlkum og konum. Vegna ógnarinnar sem sífellt vofir yfir verða stelpur hræddari við að tjá sig eða gefa færi á sér, svo kynbundið stafrænt ofbeldi vinnur gegn samfélagsþátttöku ungra kvenna og þarf að taka afar föstum tókum.

Kynferðiseinelti

Kynferðiseinelti er enn önnur birtingarmynd kynbundins ofbeldis, en það er regnhlífarhugtak sem nær yfir einelti og hópáreitni sem beinist að kyni, kyngervi, kynvitund og/eða kynhneigð þeirra sem fyrir því verða. Rætur slíks eineltis liggja í virðingarmati samfélagsins og kynjuðu valdamisræmi, og það þrífst í ríkjandi staðalmyndum og skaðlegum viðhorfum um kvenleika, karlmennsku og kynhlutverk. Eineltið birtist m.a. í formi stríðni, niðurlægingar og útilokunar; í niðrandi orðum, hegðun og andrúmslofti.



Í þessum kafla verður sérstaklega fjallað um kynferðislega áreitni, druslustimplun og hinsegineinelti en þær birtingarmyndir kynferðiseineltis eru algeng í skólamenningu.

Stafrænt kynferðisofbeldi er hrottaleg aðför að einkalífi og friðhelgi brotapolans, og afleiðingar þess svipaðar og af líkamlegu kynferðisofbeldi. Til viðbótar má segja að stafrænu ofbeldi ljúki aldrei, því næsta ómögulegt er að stöðva dreifingu efnis um netheima.

Því miður benda íslenskar rannsóknir til þess að kynferðiseinelti sé ekki mætt af sömu festu meðal kennara og aðrar tegundir eineltis. Þvert á móti sé það iðulega hunsað, afsakað eða útskýrt með hormónaflæði unglingsáranna og teljist eðlilegur hluti af samskiptum ungmenna. Ekki aðeins kvarta þolendur undan aðgerðaleyfi skólastarfsfólks, heldur segja það sumt jafnvel taka þátt í eineltinu með niðrandi athugasemdum. Stelpur og hinsegin unglingar hafa þannig þurft að þola slíkt andlegt ofbeldi án þess að umhverfi þeirra takist á við alvarleika málsins en afleiðingum kynferðiseineltis svipar til afleiðinga kynferðisofbeldis. Reynsla af kynferðiseinelti á unglingsárum getur verið mjög mótandi, valdið djúpstæðri skömm og laskað sjálfsmynd brotapolans til langs tíma. Reynsla af kynferðiseinelti á unglingsárum getur jafnvel gert brotapolann berskjaldaðri fyrir öðru kynbundnu ofbeldi á lífsleiðinni. Slík reynsla getur hæglega skekkt hugmyndir brotapola um kynlíf og eigin kynverund og átt þátt í að brjóta niður mörk, traust, sjálfsöryggi og sjálfsvirðingu viðkomandi.

Kynferðisleg áreitni

Kynferðisleg áreitni er hvers kyns ósamþykkt kynferðisleg hegðun; ýmist orðbundin, líkamleg eða tákna-
ræn. Kynferðiseinelti gagnvart líkamlegum kyneinkennum er áberandi í skólum á kynþroskaskeiðinu.
Einkenni kynþroskans verða þá á einhvern hátt á milli tannanna á kennurum og/eða nemendum og
eiga stelpur sérstaklega undir högg að sækja. Sem dæmi má nefna óvelkomnar snertingar, skoðanir
og athugasemdir um líkama þeirra, þrýsting um að sýna líkamshluta, klámtal, klámáhorf og annars
konar menning í hópnum sem ýtir undir hlutgervingu stúlkanna. T.d. ítrekaðar athugasemdir um stór
eða lítil brjóst og hvort þau séu sýnileg eða falin. Áreitni af þessu tagi smættar manneskjuna niður í
líkamann og brýtur á friðhelgi hennar og kynfrelsi.



Klám ógnar kynheilbrigði unglunga og á vafalítið sinn þátt
í kynferðisofbeldi meðal þeirra. Starfsfólk í umhverfi barna og unglunga
sér margt ápreifanleg áhrif kláms á samskipti þeirra, ekki síst þegar kemur
að kynferðislegri áreitni í snertingu og tali.

Druslustimplun

Druslustimplun (slut shaming) er áfellis-dómur hópsins yfir stelpu, sem byggir á því að viðkomandi falli á einhvern máta ekki undir væntingar samfélagsins til kyn-eða kynlífshegðunar kvenna; hugmyndir og viðhorf í skólamenningunni um kvenleika og það sem er talið viðeigandi og ekki viðeigandi fyrir stúlkur. Stelpur sem þykja of kynferðislegar á einhvern hátt eru niðurlægðar eða þeim jafnvel útskúfað. Brotþola er gert að skammast sín fyrir kynverund sína, en í raun hefur druslustimplun lítið að gera með kynlíf heldur valdatengsl og misrétti. Stúlka getur orðið fyrir druslustimplun vegna fjölda bólfélaga eða áhuga sínum á kynlífi en einnig ef gert er ráð fyrir að hún sé „lauslát“. Til dæmis út frá klæðnaði hennar eða einfaldlega af því hún verður snemma líkamlega kynþroska. Stúlka sem hefur orðið fyrir kynferðisofbeldi á í sérlegri hættu á



að verða fyrir druslustimplun, vegna lífseigra viðhorfa um að brotþolar kalli ofbeldið yfir sig með einhverjum hætti. Stundum hefur druslustimplun ekki minnstu tengsl við kynferðislega hegðun heldur er einfaldlega hentugt vopn í einelti gegn stúlku sem á einhvern hátt passar ekki í hópinn, tekur sér pláss eða ógnar valdastöðu annarra. Eineltið tengist einnig stéttskiptingu þar sem stelpur í efri stéttum eiga í minni hættu að vera stimplaðar sem druslur í skólanum, þrátt fyrir að hafa átt marga bólfélaga. En druslustimpla jafnvel sjálfar stúlkur í lægri stéttum fyrir minniháttar atvik.

Í raun eiga allar stelpur í hættu á að verða fyrir slíku einelti, druslustimplun ógnar því almennt velferð stúlkna og ógnin er enn meiri með tilkomu internetins. Eineltið er oft nýtt sem vopn gegn konum sem trufla kynjakerfið, svo sem með að berjast fyrir jafnrétti eða taka sér rými í opinberri umræðu en slík dæmi má finna jafnt í dag og á öldum áður. Einelti, sem breytir kynverund kvenna í vopn gegn þeim, byggir á samfélagslegu kynjakerfi tvöfalds siðgæðis. Konur lækka iðulega í virðingarstigunum fyrir að sofa hjá mörgum og fela því oft kynlífsreynslu sína til að fá ekki á sig druslustimpil. Öfugt við karlmenn sem eru líklegri til að hljóta virðingu og viðurkenningu fyrir marga rekkjunauta. Druslustimplun virkar því vel til að ráðast að stelpu eða halda henni niðri á einhvern hátt og á þannig þátt í að viðhalda kynjamisrétti. Stelpur eru þó ekki síður líklegar til að druslustimpla kynsystur sínar og taka þannig þátt í að viðhalda menningu sem bitnar á þeim sjálfum. Kynferðiseinelti af þessu tagi getur haft sömu og jafn alvarlegar afleiðingar fyrir brotþola og af því að verða fyrir öðru kynferðisofbeldi. Rannsóknir hafa sýnt að þegar stelpur byrja að stunda kynlíf óttast þær mun frekar að verða fyrir druslusmánun en að fá kynsjúkdóm.

Hinsegin einelti

Líkt og með allt kynbundið ofbeldi og áreitni, eiga minnihlutahópar í sérstakri hættu á að vera beittir kynferðiseinelti. Má þar nefna hunsun á kynverund og kynhneigð fatlaðra ungmenna og rasískt kynferðisáreitni gegn stúlkum af erlendum uppruna en hinsegin ungmenni eru sérstaklega líkleg til að verða fyrir slíku. *Hinsegin einelti* er kynferðiseinelti sem hefur kynhneigð og kyntjáningu brotaþola sem útgangspunkt og beinist t.d. að klæðaburði eða hegðun þeirra sem gangast ekki upp í hugmyndum annarra um eðlilega hegðun út frá kyni. Slíkt einelti virðist gjarnan venjuvætt í unglingamenningu, sem sést til að mynda í því að hómófóbísk uppnefni eru oft algeng og viðtekin í skólum – jafnvel meðal starfsfólksins. Íslensk könnun á líðan hinsegin ungmenna frá 2020 sýndi að 28% hinsegin nemenda hefðu heyrt fordómafullar athugasemdir frá starfsfólki sinna.



Einelti gegn samkynheigðum ungmönnum er rótgróið og eins er sterk tilhneiging til þess að draga ályktanir um samkynkynhneigð manneskju sem tjáir sig með óhefðbundnum hætti, án upplýsinga frá henni sjálfri. Ályktunin er svo nýtt til að hæðast að viðkomandi, jaðarsetja eða niðurlægja. Trans og kynsegin fólk á sérstaklega undir högg að sækja um þessar mundir. Kynferðiseinelti gegn þeim ungmönnum birtist meðal annars í því að kynvitund þeirra er ekki virt, t.d. þegar kennarar og skólafélagar nota rangt persónufornafn eða nafn. Mikilvægt er að kennari leggi sig fram um að gæta orða sinna gagnvart trans ungmönnum og virða kynvitund þeirra, sem þó flest skilja og fyrirgefa mistök þegar þau eiga sér stað í flýti eða af gömlum vana. Að viljandi ávarpa eða flokka manneskju í röngu kyni er önnur saga og dæmi um kynferðiseinelti af hálfu kennara.

Trans og kynsegin fólk á sérstaklega undir högg að sækja um þessar mundir. Kynferðiseinelti gegn þeim ungmönnum birtist meðal annars í því að kynvitund þeirra er ekki virt, t.d. þegar kennarar nota yfirvegað rangt persónufornafn eða nafn.

Þöglu þolendurnir

Í raun höfum við litla hugmynd um raunverulegt umfang kynferðisofbeldis í íslensku samfélagi en ljóst er að það er mun útbreiddara en flest fólk gerir sér grein fyrir. Dómar, kærur og tilkynningar til lögreglu gefa alls ekki rétta mynd af fjölda kynferðisbrota því aðeins lítið hlutfall málanna endar á borði lögreglu, tölur frá stuðningsúrræðum fyrir brotþola eru margfalt hærri. Líkt og fram hefur komið sýna gögn Stígamóta að 70% brotþola sem þangað leita urðu fyrir broti á barnsaldri en fæst barnanna sögðu frá ofbeldinu á þeim tíma. Einnig er víst að sumir brotþolar leita sér aldrei hjálpar og segja engum frá reynslu sinni.



Af hverju segja þau ekki frá?

Ástæður þess að ungur brotþoli kynferðisofbeldis (og raunar á öllum aldri) er ólíklegur til að tilkynna brotið eru margvíslegar. Brotþolar eiga oft erfitt með að skilgreina kynferðislegt og annað kynbundið ofbeldi, í það minnsta þegar um ræðir þeirra eigin reynslu. Vegna reynsluleysis hafa ungir brotþolar oft takmarkaða þekkingu og skilning á því hvað sé eðlilegt í samböndum og í kynlífi og hvað sé ofbeldi. Að segja frá ofbeldisreynslu er flókið skref þegar viðkomandi er alls ekki viss um hvort um ofbeldi hafi í raun verið að ræða, sér í lagi þegar við bætist sjálfsásökun. Algengustu afleiðingar af því að verða fyrir kynferðisofbeldi eru skömm og sektarkennd og þessar tilfinningar brotþolans geta gert óyfirstíganlegt að opna sig um reynsluna. Nauðgunarmýturnar fyrrnefndu hamla mörgum brotþolum að sjá ofbeldið í réttu ljósi, því oft passar reynslan illa við samfélagsmýtuna um „ekta“ nauðgun.

Stundum finnst brotþola atvikið ekki geta hafa verið ofbeldi vegna eigin viðbragða en viðbrögð brotþola eru alls konar og öll eðlileg. Það er ekki gerlegt að bregðast rangt við því að verða fyrir kynferðisofbeldi. Algengt er að líkaminn frjósi og stundum er brotþoli ekki í aðstöðu til að gefa samþykki, t.d. vegna ölvunar eða svefndruna. Ýmiss konar kringumstæður geta einnig valdið því að fólk upplifir sig ekki öruggt til að segja nei, eða finnst aðstæður og/eða tengsl við gerandann ekki leyfa það. Sú sára

staðreynd að gerandinn er oftast nákominn brotþola stangast harkalega á við nauðgunarmýtuna um „skrímslið“. Slík staða bæði torveldir brotþola að skilgreina reynslu sína (heilinn ræður illa við að flétta saman hlýjar tilfinningar og ofbeldi) og flækir það að opinbera ofbeldismanninn, náin tengsl við gerandann geta gert óhugsandi að segja frá. Loks óttast margir brotþolar viðbrögð umhverfisins ef þau segja frá ofbeldinu. Óttast að vera ekki trúað, vera kennt um ofbeldið eða fá á sig stimpil. Óttast að þeim verði á einhvern hátt refsað fyrir að segja frá, gerandinn hefni sín eða ástvinir snúi baki við þeim. Óttast að valda foreldrum sínum sársauka eða vonbrigðum. Margir brotþolar sem segja frá ofbeldinu mæta enda vissulega þolendaskömmun umhverfisins; sem lýsir sér m.a. í því að draga orð brotþola í efa eða draga úr alvarleika ofbeldisins, máttleysi í viðbrögðum og því að draga gerendur til ábyrgðar.

Hvað er hægt að gera?

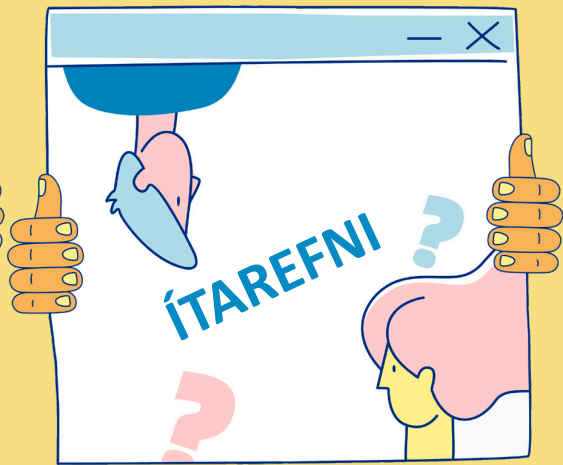
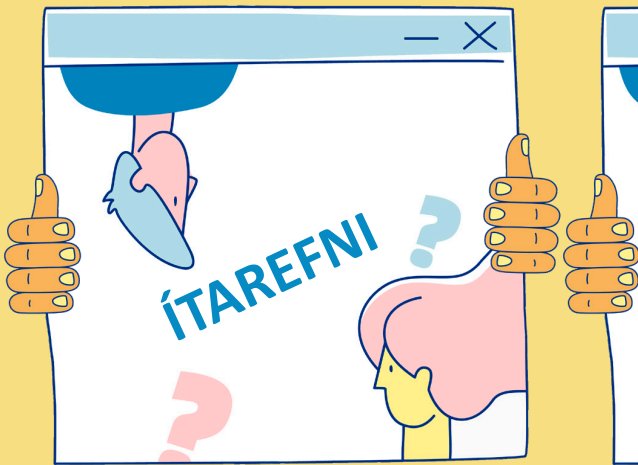
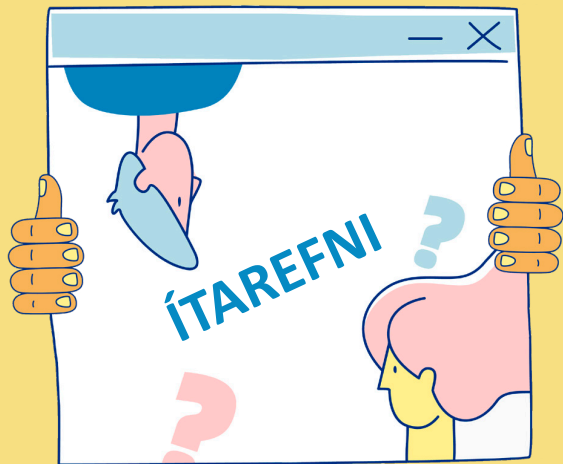
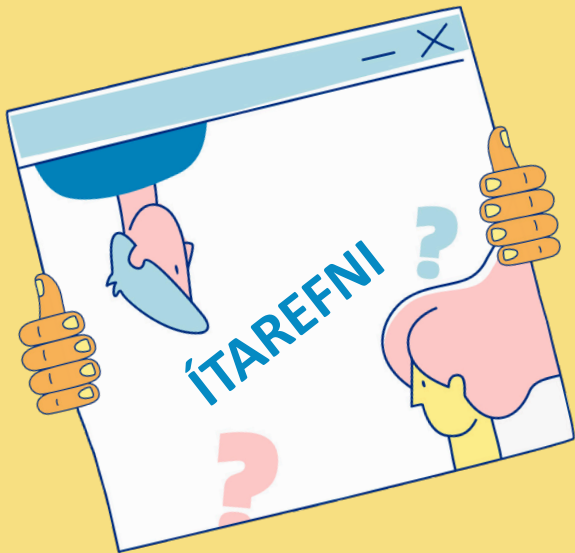
Ítarleg og sífelld fræðsla er lykilatriði. Ungmenni þurfa vandaðar upplýsingar og skýrar skilgreiningar á kynbundnu ofbeldi; hjálp við að skilja eigin reynslu sem brotþolar; eigin gjörðir sem gerendur og eigin ábyrgð sem aðstandendur. Allt umhverfi ungmenna þarf einnig að fræða sig um eðli og afleiðingar kynferðisofbeldis og vinna gegn skaðlegri umræðu og viðhorfum. Skólinn þarf að vera öruggur staður fyrir ungmenni að leita til, brotþolar verða að geta treyst því að starfsfólk skólanna muni hlusta, virða og styðja – en ekki detta í þolendaskömmun og útúrsnúninga. Sem svo gjarnan eru ómeðvituð viðbrögð, þekking og þjálfun skipta miklu við að tileinka sér þolendavæn og áfallamiðuð viðbrögð. Skólakerfið getur ekki gert þá kröfu til barna og unglinga sem upplifað hafa ofbeldi að þau beri sjálf ábyrgðina á að vera hjálpað. Skóli þarf að þekkja ofangreindar ástæður þess að ungir brotþolar segja ekki frá ofbeldinu og leita leiða til að ná til þessara þöglu þolenda.



Kynbundið ofbeldi **verður ekki til í tómarúmi**
heldur á rætur í **valdatengslum**
og **ríkjandi samfélagsviðhorfum.**

Tölum frekar um **ábyrgðarmenningu**
en slaufunarmenningu – þá kröfu samfélagsins að
gerendur kynferðisofbeldis
séu kallaðir **til ábyrgðar**
(sú ábyrgð á sér ýmsar birtingarmyndir).

Ekki er nóg að skella **hugtökum** og **skilgreiningum**
fyrir framan nemendur heldur
þarf **kennari** að hafa kafað í efnið,
skoðað sín eigin viðhorf og vera viðbúinn
ýmiskonar erfiðum umræðum
og upptökum í kennslustundinni.



Ítarefni

Hér er bent á gagnlegt efni um kynbundið ofbeldi til að nýta sér í umræðu með nemendum. Athugið að listinn er langt í frá tæmandi, þetta er aðeins það fræðsluefni sem höfundar handbókarinnar hafa helst nýtt í sinni kennslu. Í tengslum við fræðsluefnið eru nokkrar hugmyndir að nemendaverkefnum. Verkefni eru merkt þrepi, tímalengd og tengdum hugtökum; en auðvitað getur hver kennari útfært verkefni eftir eigin höfði og sínum nemendahópi.

Fyrir alla fræðslu, umræðu og verkefnavinnu skal gefa nemendum vá-viðvörðun og útskýra hvað verður fjallað um í kennslustundinni. Minna skal á örugga kennslustofu – trúnað og virðingu. Vera má að nemendur í hópnum hafi erfiða reynslu af umfjöllunarefniinu og treysti sér illa í t.d. hópavinnu. Gott er því að veita nemendum sveigjanleika eftir þörfum (t.d. með heimild til þess að yfirgefa skólastofuna á meðan á áhorfi á átakanlegri kvikmynd stendur, leyfa nemendum að velja sig í hópa eða í versta falli gera verkefnið í einrúmi heima). Fyrir flesta brotþola er gagnlegt að fá fræðsluna og sjaldan sem þau vilja alls engan þátt taka en það getur veitt mikilvæga öryggistilfinningu að fá viðvörðun og vita af sveigjanleika og skilningi hjá kennaranum.

Sjúkást

- www.sjukast.is

Þessu forvarnaverkefni Stígamóta er ætlað að fræða ungmenni um ástarsambönd, kynlíf og ofbeldi. Á heimasíðunni má finna stutta og skýra texta, myndræna uppsetningu (róf sem sýna muninn á heilbrigðum og ofbeldisfullum samböndum og kynlífi), gagnvirka fræðslu í formi sjálfspófa og netspjalls og áhugaverð stutt myndbönd um t.d. kynferðislegt ofbeldi, andlegt ofbeldi, stafrænt ofbeldi, mörk og samþykki, klám og samskipti. Á síðunni eru sérstakar upplýsingar um hinsegin sambönd. Netsíðan er því fjársjóðskista fyrir fræðslu og forvarnir gegn kynbundnu ofbeldi. Á hverju ári útbúa Stígamót nýjan glærupakka og senda á starfsfólk félagsmiðstöðva en kennurum er líka velkomið að nýta glæurnar – hafið samband við Stígamót til að fá þær sendar. Hér má sjá verkefnahugmyndir upp úr heimasíðunni:

- [Sjúkást átakið](#)
- [Sjúkást – sambandsrófið](#)
- [Sjúkást – kynlíf](#)

Samþykki

Hér er samþykki í kynlífi útskýrt á einfaldan og sniðugan hátt í stuttum myndböndum:

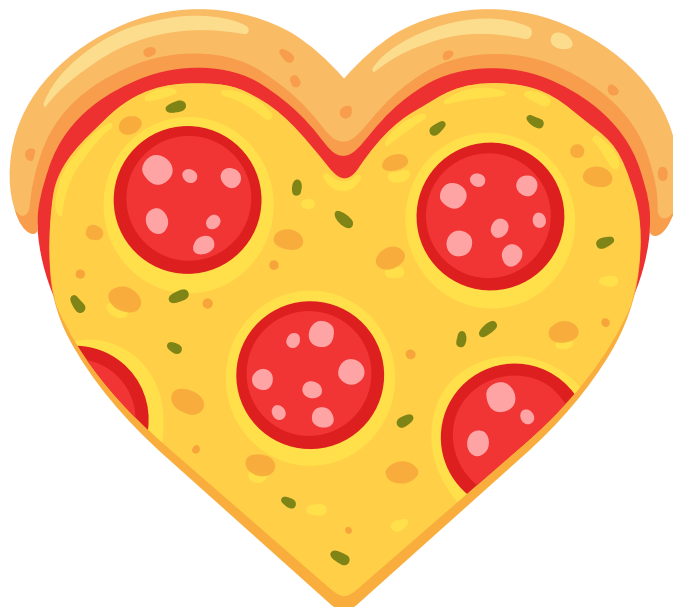
- [Tea Consent - Bing video](#)
- [Cycling Through Consent – YouTube](#)

Hér er tafla sem freistar þess að útskýra vel hugtakið samþykki fyrir nemendum:

- [Samþykkistaflan](#)

Og hér eru tvær útgáfur af skemmtilegu verkefni um samskipti og samþykki:

- [Panta pítsu nr. 1](#)
- [Panta pítsu nr. 2](#)



Vika 6

- www.reykjavik/vika6

Jafnréttisskóli Reykjavíkur stýrir þessu kynfræðsluverkefni en unglingar borgarinnar kjósa þema á hverju ári. Í 6. viku hvers árs er starfsfólk grunnskóla og félagsmiðstöðva borgarinnar hvatt til að setja kynheilbrigði í forgrunn og bjóða nemum upp á fjölbreytta kynfræðslu. Efnið er þó vel nýtanlegt fyrir yngstu nemendur framhaldsskóla. Á heimasíðunni er hægt að nálgast veggspjöld, fræðsluefni og verk-efnahugmyndir. Hér eru tvenns kyns einföld verkefni upp úr efninu:

- [Vika 6 – 2020](#)
- [Vika 6 – 2021](#)



Kynferðiseinelti

Hér *Kynferðiseinelti í íslenskri skólamenningu | Skemman* er að finna skýrslu um íslenska rannsókn um kynferðiseinelti og druslustimplun í skólum og hér er verkefni í tengslum við skýrsluna:

- [Druslustimplun](#)

Hér *Skolakonnun_GLSEN_FINAL.pdf (rocketcdn.me)* eru svo niðurstöður íslenskrar könnunar á líðan hinsegin ungmenna og hér verkefni um efnið:

- [Hinsegineinelti](#)



Forréttindi og misrétti

Líkt og fyrr segir er sorglega lítið til af fræðsluefni um kynbundið ofbeldi gegn jaðarhópum (nema þá helst hinsegin samfélagið). Stígamót hafa þó þýtt og talsett sænskar stuttmyndir um ofbeldi gegn fötl-uðum konum til að nýta í fræðslu:

- [Fyrir fatlað fólk | Stígamót \(stigamot.is\)](#)
- [Forréttindahjólíð](#) er verkefni sem þjálfar nemendur í að skoða eigin forréttindi út frá ýmsum samfélagsbreytum

Áhorfsefni

Til er fjöldi áhugaverðra heimildamynda til að nota í kennslu um kynbundið ofbeldi og nauðgunarmenningu. Til dæmis:

- *Mannasiðir* – [Verkefni eftir áhorf](#)
- *The Bystander moment* – [Verkefni eftir áhorf](#), og annað verkefni um [nauðgunarpíramídann](#) sem fjallað er um í myndinni
- *Stúlkurnar á Kleppjárnsreykjum*

Raunar er vel hægt að nota ýmsar kvikmyndir og sjónvarpsþætti framleidda sem afþreyingarefni í fræðslu um ofbeldi, ef efnið gefur góða sýn í upplifun þolenda. Hafið þó alltaf í huga aldur og þroska nemendahópsins, því afþreyingarefni getur verið grafískt og gróft. Til dæmis:

- Þættirnir *Maid* á Netflix
- Þættirnir *Unbelievable* á Netflix
- *Kvikmyndin The Magdalene Sisters*
- *Kvikmyndin The Accused*
- Þetta [greiningarverkefni](#) má nota um hvaða kvikmynd sem er.
- Og hér er annað eins verkefni um [auglýsingagreiningu](#) en auglýsingar gefa oft skýra mynd af kynjakerfinu og nauðgunarmenningu samfélagsins.
- Hér er svo langur [glærupakki](#) með alls kyns auglýsingum sem kynjafræðikennarar hafa safnað, sem fróðlegt er fyrir nemendur að sjá og ræða áður en þeir leggja sjálfir í að leita áhugaverðra auglýsinga. Athugið að glærupakkinn hleðst niður á tölvuna þín og þú finnur hann í niðurhalinu á tölvunni þinni.

Hvernig kynfræðslu fékkst þú?



Myndin sýnir hvaða kynfræðslu fullorðnir vildu óska þess að þau hefðu fengið. Myndin er á ensku en sýnir svo margt sem hefði mátt gera betur í kynfræðslu hér áður fyrr.



VERKEFNI



Að panta pítsu saman 1

Verkefni um samþykki og samræður í kynlífi (og lífinu almennt)

Prep:	Tímalengd:	Hugtök tengd verkefninu:
1. þrep	35–45 mín.	Samþykki, kynlífshandrit, kynheilbrigði, kynlíf

Þetta verkefni var búið til eftir áhorf á Ted-fyrirlestri kynfræðingsins Al Vernacchios frá 2012 um samlíkingamál í umræðum um kynlíf. Við hvetjum kennara að horfa á fyrirlesturinn hans hér: https://www.ted.com/talks/al_vernacchio_sex_needs_a_new_metaphor_here_s_one

Undirbúningur:

Nauðsynlegt er að hafa lesið kennarahandbókina og kynnt fyrir nemendum þau hugtök sem ákveðið er að taka fyrir í verkefninu. Prentið út og ljósritið nokkur eintök af seinustu síðunni sem nemendur vinna með í tíma.

Framkvæmd:

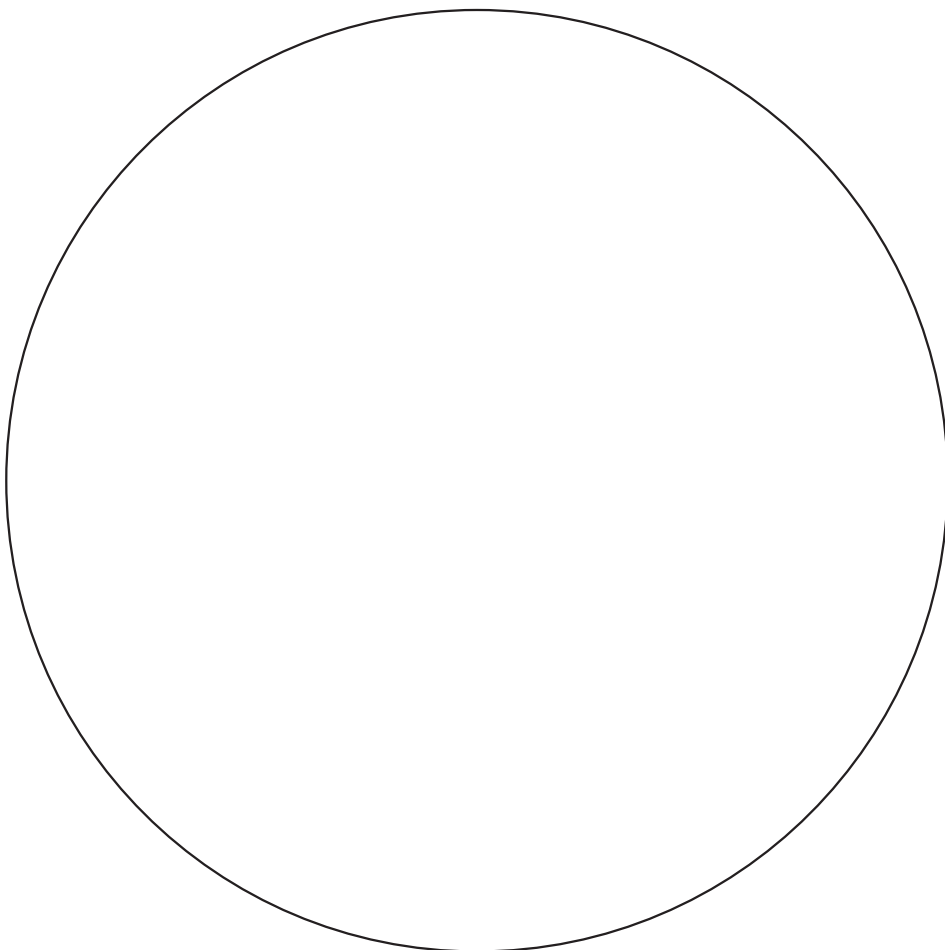
1. Nemendum er skipt í hópa (4 í hópi er besti fjöldinn). Dreifið útprenti af bls. 3 í verkefninu og tilkynnið nemendum að verkefnið sé að koma sér saman um hvernig pítsu þau vilji panta sér saman og setja það upp myndrænt.
2. Kennari gengur á milli nemendahópa og spyr spurninga eins og hvort þau séu sammála um hvaðan þau ætli að panta pítsuna, hvaða stærð, hvernig botn eigi að vera, hvort það sé einhver sem sé með ofnæmi fyrir einhverju, eða er vegan eða annað í sambandi við matinn. Tíminn sem er gefinn í þetta er misjafn, getur verið 5 mínútur og upp úr.
3. Kennari fær að heyra frá hverjum hópi hvað var ákveðið að panta og hvernig skiptingin fór fram og bekkurinn fær að sjá teikninguna af hverri pítsu. Spyrjið sérstaklega út í hvernig nemendur komust að niðurstöðu, hvort það hafi verið málamiðlun eða var ákveðið að sleppa einhverju til að koma til móts við einhvern og svo framvegis.
4. Í lokin tengir kennarinn þessi samskipti og ákvarðanatöku hópsins við samþykki og mörk og spyr hvers vegna er svona auðvelt að tala um hvað okkur langar þegar kemur að pítsum en ekki hvað okkur langar þegar kemur að kynlífi. Yfirleitt er hægt að yfirfæra mörg atriði í ákvarðanatöku hópsins yfir á kynlíf. Nokkrir punktar sem er ágætt að hafa í huga:
 - a. Til þess að öll séu sátta, finnist pítsan góð og fari fullmett frá borði þarf að taka tillit til langana og þarfa mismunandi einstaklinga. Sum eru ævintýragjörn, öðrum finnst margarita alltaf best á meðan önnur vilja jafnvel ekki pítsu, mesta lagi hvítlauksbrauð eða brauðstangir og það er allt í lagi.

- b. Þú átt bara að fá þér pítsu þegar löngunin er til staðar hjá þér.
- c. Ef þig langar til að fá þér pítsu en finnur engan til að panta pítsu með þér, er í lagi að borða bara pítsu í einrúmi.
- d. Það er ekki nauðsynlegt að klára pítsuna sem er búið að panta, stundum hverfur lystin og það er allt í lagi.
- e. Ekki búast við að pítsan verði þér að skapi ef þú lætur ekki vita hvað þú vilt.
- f. Mikilvægast af öllu er að muna að það er aldrei í lagi að neyða nokkra manneskju til að borða pítsu.

Nöfn: _____

Álegg: _____

Sýnið á myndinni hvernig þið ætlið að skipta pítsunni og teiknið áleggið inn á myndina.



Að panta pítsu saman 2:

Verkefni um samþykki og samræður í kynlífi (og lífinu almennt)

Prep:	Tímalengd:	Hugtök tengd verkefninu:
1. prep	35–45 mín.	Samþykki, kynlífshandrit, kynheilbrigði, kynlíf

Í þessari útgáfu pítsuverkefnisins er lögð meiri áhersla á hversu mikilvægt það er að eiga í samskiptum við bólfélaga í stað þess að framkvæma hluti sem þú kannt að halda að viðkomandi kunni að meta.

Undirbúningur:

Nauðsynlegt er að hafa lesið kennarahandbókina og kynnt fyrir nemendum þau hugtök sem ákveðið er að taka fyrir í verkefninu. Gott er að koma með blöð og auka skriffæri þannig að nemendur geti skráð niður *pöntunina* í verkefninu.

Framkvæmd:

Nemendahópnum er skipt í pör.

- 1) Þau fá þær leiðbeiningar að hvert og eitt þeirra eigi að panta pítsu, drykk og eftirrétt fyrir félagan sinn með því einu að horfa á viðkomandi og geta sér til um hvað þeim þykir gott. Það er alveg bannað að tala saman eða eiga í óyrtum samskiptum. Þegar hvort um sig hefur skrifað niður pöntunina fá þau að vita hvað var pantað fyrir hvert og eitt og kennari spyr hvernig þeim hafi líkað pöntunin.

Umræður fylgja um hvort þau skilji tenginguna við mikilvægi þess að tala saman í kynlífi. Hvernig áttu að vita hvað viðkomandi finnst gott ef þú spyrð ekki?

Hvernig geturðu fengið það sem þig langar í ef þú átt engin samskipti?

Tengja við staðalmyndir um t.d. kyn og kynhneigðir – fíla allir ljóshærðir pottþétt pepperoni?

- 2) Síðari hlutinn felst í því að þau eiga að panta sér pítsu, drykk og meðlæti saman en verða að segja hvað þau myndu helst vilja og koma sér svo saman um pöntun sem bæði eru sátt við – án þess að nokkur þurfi að borða eða drekka eitthvað sem þeim þykir vont. Hverju þarf að sleppa og hvað þykir báðum gott?

Umræður um verkefnið: Hvernig gekk? Eruð þið bæði södd og sátt? lét einhver sig hafa það að fá sér eitthvað sem viðkomandi þykir vont? Ef svo er, af hverju? Hvernig hefði verið hægt að koma í veg fyrir það? Þykir hinum aðilanum í lagi að félaginn hafi gert það?

Kynferðisofbeldi – píramídi nauðgunarmenningar

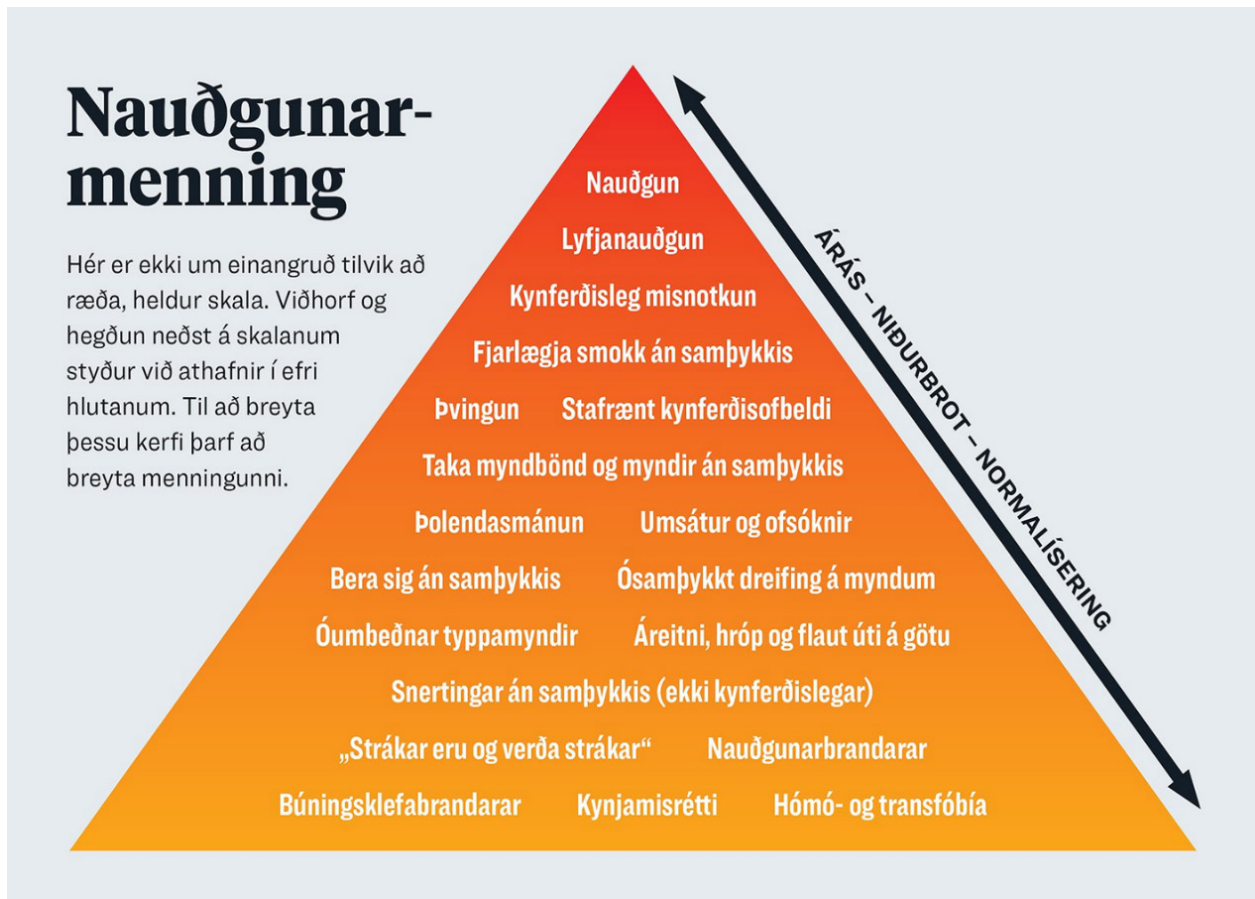
Þrep:	Tímalengd:	Hugtök tengd verkefninu:
1. þrep	30–60 mín.	Kynferðisofbeldi, nauðgunarmenning

Undirbúningur:

Nauðsynlegt er að hafa farið vel yfir kennarahandbókina, sér í lagi kafla um kynferðisofbeldi og nauðgunarmenningu. Prentið út spurningarnar eða setjið á kennsluvef, auk þess sem myndin af píramídanum þarf að fylgja með (á spurningablaðinu eða varpað á skjá í kennslustofu). Sniðugt er að sýna nemendum fyrst heimildarmyndina The bystander moment.

Framkvæmd:

Nemendur fá spurningablöð í hendur og svara eftir bestu getu spurningum um ofbeldi og hlutverk þeirra sem eru ekki þolendur eða gerendur – út frá framsetningu nauðgunarmenningar í píramídaformi. Hvort sem er einslega eða í hópum, jafnvel sem umræða alls hópsins og kennara.



Spurningar úr píramídanum:

1. Útskýrðu píramíða kynbundins ofbeldis. Hvað er á botni píramídans og hvað er á toppi hans? Hvers vegna er þetta sett fram á þennan máta?
2. Flest myndu stöðva ofbeldið sem sést á toppi píramídans, hvers vegna stígur fólk ekki meira inn í botn píramídans?
3. Píramídinn er upphaflega frá Bandaríkjunum. Hvað í myndinni finnst þér líka eiga við á Íslandi? Er eitthvað sem á alls ekki við á Íslandi?
4. Hvaða hlutverk finnst þér að vinir, skólafélagar og samstarfsfólk eigi að hafa þegar upp koma dæmi um kynferðisofbeldi í þeirra næsta umhverfi?
5. Hver eru viðhorf, upplifun og hegðun ykkar í aðstæðum þar sem einhver hefur drukkið of mikið, það er verið að gera grín að einhverjum á niðurlægjandi hátt, einhver er að áreita kynferðislega aðra manneskju, einhver segir rasískan eða hómófóbískan brandara?
6. Hafið þið lent í ofangreindum aðstæðum? Ef já, hversu oft og hvernig?
7. Hversu mikilvægt þykir ykkur að eitthvað sé gert í ofangreindum aðstæðum?
8. Hversu mikið þykir ykkur það á ykkar ábyrgð að eitthvað sé gert?
9. Hversu mörg ykkar hafa verið í aðstæðum þar sem þið hefðuð getað brugðist við en gerðu ekki og hugsuðuð eftir á „ef ég hefði bara sagt eitthvað, gert eitthvað, talað við einhvern ...?“ Fenguð þið samviskubit?
10. Hvernig skiljið þið þessa málsgrein: *Að átta sig ekki á krafti fjöldans – Einstaklingar forðast oft að taka á ofbeldislegri hegðun annarra vegna þess að þau telja að hegðunin sé samþykkt af jafningjahópnum. Þau vanmeta það hversu óþægileg öðrum kann að finnast hegðunin og forðast að tjá eigin vanlíðan. Reyndin er sú að þau eru líklegast í MEIRI-HLUTA. Þrátt fyrir að flest skynji líka að eitthvað sé að, kemur enginn til hjálpar vegna þess að enginn gerir/segir neitt. Hafið þið lent í því að upplifa að eitthvað væri að en þar sem enginn gerði neitt fannst ykkur eins og það væri þá sennilega ekkert vandamál og að tilfinning ykkar væri röng?*
11. Hafið þið hætt við að gera eða segja eitthvað til að verða ekki vandræðaleg eða skemma stemningu hópsins? Af hverju ætti það að vera vandræðalegt og hvað getið þið gert til að breyta því?
12. Hafið þið látið undan hópbrýstingi þó að þið sjáið að einhverjum líða illa vegna hegðunar hópsins? Ef svo er, sáuð þið svo eftir því? Hefði það breytt einhverju ef einhver hefði sagt eða gert eitthvað til að stoppa hópinn?
13. Haldið þið að það séu meiri líkur á að fólk hjálpi öðrum ef það eru engir aðrir nálægt? Af hverju/af hverju ekki?
14. Ef þið vitið ekki hvernig þið eigið að bregðast við þegar þið verðið vitni að eða vitið um manneskju sem verður fyrir einhverskonar ofbeldi, hvað gerið þið þá? Hvað er best að gera?

Sjúkást – átakið

Prep:	Tímalengd:	Hugtök tengd verkefninu:
2. þrep	100–200 mín.	Samþykki, mörk, kynlíf, ofbeldi í nánum samböndum, kynferðisofbeldi

Undirbúningur:

Kynntu þér heimasíðu forvarnaverkefnisins Sjúkást: www.sjukast.is og í það minnsta eitt af veggspjaldaforritunum hér fyrir neðan til að geta aðstoðað nemendur í neyð.

Framkvæmd:

Þetta verkefni er hugsað sem leið til þess að kynna fyrir nemendum það fræðsluefni sem er á vefnum frá Sjúkást áttakinu, en þar er fjallað um ólíkar birtingarmyndir kynferðislegs ofbeldis og merki um óheilbrigð og ofbeldisfull samskipti í nánum samböndum. Frá 2018 hefur árlega komið inn ný herferð og þannig er hægt að láta nemendur vinna með eldri herferðir, sem og þá nýjustu hverju sinni.

Verkefnið er í tveimur hlutum. Í fyrri hlutanum er leitast eftir að fá nemendur til þess að afla sér sjálf upplýsinga og leggja mat á efnið. Í seinni hlutanum vinna þau áfram með efnið og kynna það fyrir jafningjahópnum.

Tilkynnið nemendum að verkefnið sé í tveimur hlutum og fyrri hlutinn sé einstaklingsverkefni. Óþarfi er að láta nemendur vita strax hvað felst í seinni hluta verkefnisins.

1. hluti – einstaklingsverkefni: Fjallaðu um verkefnið #sjúkást

Skoðaðu heimasíðuna <https://www.sjukast.is> og svaraðu spurningunum:

1. Um hvað snýst verkefnið Sjúkást?
2. Hvað er Sjúkt spjall?
3. Fyrir hver er verkefnið?
4. Finnst þér áhugavert efni á síðunni? Af hverju/af hverju ekki?
5. Horfðu á a.m.k. tvö myndbönd og segðu stuttlega frá þeim hér, láttu hlekkinn á myndskreiðin fylgja.
6. Þitt mat: Finnst þér þessi þjónusta og fræðsla þurfa að vera til staðar? Af hverju/af hverju ekki? Þyrfti að auka hana? Minnka? Breyta á einhvern hátt?

2. hluti – einstaklings-, para- eða hópverkefni (mest 3 í hóp): Hannið veggspjald/poster

Nú gerið þið poster eða veggspjald tengt #sjúkást. Ímyndið ykkur að þið séuð að taka þátt í hugmynda-samkeppni um auglýsingaherferð sjúkást. Hannið veggspjaldið með það í huga að það nái til ykkar sjálfra og vina. Þið viljið að það nái til ungmenna og hafi raunveruleg áhrif.

Hægt er að gera frítt veggspjald á ýmsum síðum, oftast þarf svo að taka skjáskot (e. screenshot) til þess að geta vistað það í tölvuna.

Hér eru síður sem hægt er að nota:

www.canva.com

www.crello.com

www.venngage.com

www.postermaker.com

www.picmonkey.com

og fleiri og fleiri sem þið getið fundið á netinu.

Upplagt er að prenta út eða varpa á tjald þessum veggspjöldum og leyfa hópnum að sjá hvernig hin unnu verkefnið. Hægt er að prófa að halda kosningu um hvað þeim finnst vera „best heppnaða“ veggspjaldið. Sniðugt ef hver hópur kynnir sitt veggspjald með rökstuðningi um af hverju það var hannað á þennan hátt, hvaða atriði í fræðslunni hópurinn ákvað að leggja áherslu á og hvað í málaflokknum þeim finnst mikilvægast að skili sér til unglunga.

Sjúkást – sambandsrófið

Prep:	Tímalengd:	Hugtök tengd verkefninu:
1. prep	30–90 mín.	Samþykki, mörk, ofbeldi í nánnum samböndum, stafrænt ofbeldi

Undirbúningur:

Kynntu þér heimsíðu forvarnaverkefnis Stígamóta: www.sjukast.is, sérstaklega sambandsrófið (sem sýnir muninn á heilbrigðum, óheilbrigðum og ofbeldisfullum samböndum) og hin stuttu myndbönd undir herferðum árána 2018, 2021 og 2023.

Framkvæmd:

Kennari sýnir sambandsrófið uppi á töflu og fer yfir hvert hugtak svo tryggt sé að nemendur skilji þau öll. Myndbönd herferðanna 2018, 2021 og 2023 eru sýnd. Hópurinn tekur stutta umræðu saman og nemendum er svo skipt í 2-4 manna hópa (gott að huga að fjölbreyttri kynjasamsetningu).

Sambandsrófið má nýta á ólíka vegu, t.d.:

- Hóparnir ræða um heilbrigð og óheilbrigð sambönd og jafnvel hvernig þau sjá fyrir sér drauma-sambandið sitt. Síðan skrifa þau dæmisögu þar sem fram koma einkenni óheilbrigðra samskipta eða ofbeldis í sambandi. Að lokum lesa hópar upp sína dæmisögu og nemendur ræða saman um þær.
 - Komu sömu dæmin fram hjá mörgum hópum? Eitthvað sem var aldrei nefnt? Hvað finnst þeim augljóst ofbeldi og hvað er flóknara? Hvað finnst þeim alvarlegast?
 - Spurðu hvort þau telji sögurnar á heimasíðunni vera raunverulegar, hvort þau þekki jafnvel slík dæmi (gæta nafnleysis) og hvort þau haldi að ofbeldi sé algengt í samböndum hjá unglingum og hvers vegna þá.
- Hver hópur fær eina „sambandstegund“ til þess að vinna með (þar sem tegundirnar eru þrjár eru nokkrir hópar með sama viðfangsefnið).
 - Hver hópur fær það hlutverk að búa til örsögu með samskiptum þar sem einkenni sambandsins skv. sambandsrófinu koma fram. Kynning fer fram með lestri örsögunnar og rökstuðningi í kjölfarið á því hvernig einkennin koma fram.
 - Hver hópur fær það hlutverk að finna vinsæla kvikmynd þar sem bera má kennsl á einkenni sambandsins sem fjallað er um. Kynning fer fram með því að segja stuttlega frá kvikmyndinni (hægt er að sýna „trailer“ í leiðinni) og ræða dæmi úr myndinni sem sýna ákveðin einkenni úr sambandsrófinu.

- Hver hópur velur sér eða fær úthlutað einu af fjórum viðfangsefnum, ræðir og svarar spurningunum á blaði. Markmið verkefnisins er tvíþætt og beinist annars vegar að fræðslunni sjálfri og hins vegar að þjálfun nemenda í að ræða þessi mál með almennum hætti.

Viðfangsefni A

Heilbrigð sambönd

Undirkaflar: Heilbrigð sambönd, hinsegin sambönd

- Hvað felst í heilbrigðum samböndum?
- Til hvers þarf sérstaklega að líta í hinsegin samböndum?
- Hvað finnst ykkur mikilvægast?
- Hverju finnst ykkur erfiðast að fylgja eftir?

Viðfangsefni B

Heilbrigð sambönd

Undirkaflar: Mörk, traust, virðing, samskipti

- Hver er munurinn á tilfinningalegum, líkamlegum og stafrænum mörkum?
- Hvaða mörk finnst þér vera hvað oftast fótum troðin?
- Hvað felur traust í sér? Hvernig er það byggt upp?
- Hvernig heldur þú að leysa megí ágreining í samböndum með heilbrigðum hætti?

Viðfangsefni C

Óheilbrigð sambönd

- Hvað felst í tilfinningastjórnun?
- Hvernig getur afbrýðisemi orðið sambandinu skaðleg?
- Hvers þarf sérstaklega að líta til í hinsegin samböndum?
- Á hvaða hátt geta óheilbrigð samskipti birst í hinum stafræna heimi?

Viðfangsefni D

Ofbeldi og sambönd

- Ræðið mismunandi birtingarmyndir ofbeldis.
- Hver finnst ykkur vera algengust meðal unglinga?
- Af hverju beitir fólk ofbeldi?
- Af hverju fer fólk ekki úr ofbeldisfullum samböndum?
- Nemendum er vísað inn á TAKTU PRÓFIN á www.sjukast.is. Þau ráða hvort þau taka próf út frá eigin sambandi (tvö próf – spurt um bæði eigin hegðun og hegðun makans) eða taki almennt þekkingarpróf um samskipti í samböndum.

SAMBANDSRÓFIÐ

HEILBRIGT

Sambönd byggð á jafnrétti og virðingu.

Opin samskipti

Virðing

Traust

Hreinskilni

Virðing

ÓHEILBRIGT

Sambönd byggjast á því að annar aðilinn reynir að stjórna hinum.

Tillitsleysi

Valdabarátta

Öfgafull samskipti

Óheiðarleiki

Afbrýðisemi

OFBELDI

Sambönd sem byggð eru á valdbeitingu og stjórnun.

Ásakanir

Þvinganir

Einangrun

Niðurlæging

Stjórnun

Eignarhald

Misnotkun

Sjúkást – kynlíf / kynfræðsla

Prep:	Tímalengd:	Hugtök tengd verkefninu:
1. prep	30–90 mín.	Samþykki, kynlífshandrit, klám, mörk

Undirbúningur:

Kynntu þér heimsíðu forvarnaverkefni Stígamóta: [Heimasíðan Sjúk ást](#), sérstaklega [Kynlíf](#) og [Klám](#) og herferðina frá árinu 2020: [Herferð 2020](#).

Framkvæmd:

Kennari sýnir veggspjöldin „Já takk – Ahh, ekki alveg málið – Stopp, nei takk“ uppi á töflu og fer yfir hvert hugtak svo tryggt sé að nemendur skilji þau öll. Eins er sniðugt að gera verkefni úr því að nemendur skoði fræðslufnið á www.sjukast.is og útskýri þannig sjálfir hvert hugtak á þessu „kynlífs/kynferðisofbeldis-rófi“. Hópurinn horfir saman á myndböndin þrjú frá herferðinni 2020. Nemendum er svo skipt í 2-4 manna hópa (gott að huga að fjölbreyttri kynjasamsetningu).

- Hver hópur tekur umræðu um efnið:
 - o Telja þau sögurnar í myndböndunum vera raunverulegar? Þekkja þau jafnvel slík dæmi (gæta nafnleysis). Halda þau að svona hlutir geti vel gerst í kynlífi unglinga?
 - o Hvaða áhrif telja þau að klám geti haft á kynlíf og samskipti fólks?
 - o Stígamót lenti í vandræðum með að birta þessa kynfræðsluherferð á samskiptamiðlum því efnið var flaggað sem óviðeigandi efni sem ekki mætti sýna á netinu. Hvað finnst þeim um það? Er efnið klámfengið/dónalegt? Ætti kynfræðsla að vera einhvern veginn öðruvísi?
 - o Hvernig kynfræðslu hafa nemendur fengið, hvenær og hvar? Hefur hún verið góð? Oft? Hvernig hefðu þau viljað hafa hana öðruvísi? Sniðugt að varpa veggspjaldinu hér neðar upp á skjá.
- Hver hópur fær eitt veggspjald eða myndband úr herferðinni að vinna með og býr til örsögu með kynferðislegum samskiptum sem einkennir það þema sem hópurinn vinnur með (1) Já takk! 2) Ekki alveg málið ... eða 3) Stopp!)

Kynferðiseinelti – hinsegineinelti

Þrep:	Tímalengd:	Hugtök tengd verkefninu:
3. þrep	2–60 mín.	Einelti, kynferðiseinelti, hinsegineinelti

Undirbúningur:

Nauðsynlegt er að hafa lesið kennarahandbókina, sér í lagi um kynferðiseinelti og um viðbrögð ef nemandi opnar sig um erfiða reynslu, nemandi gæti vel skrifað viðkvæmar upplýsingar í síðasta svarinu.

Verkefnið hentar tveimur 60 mínútna kennslustundum. Nemendur fá það verkefni að lesa skýrslu um *Könnun á líðan hinsegin ungmenna í skólaumhverfi* og svara neðangreindum spurningum úr henni.

Framkvæmd:

Markmið verkefnisins er að nemendur vinni með textann um kynferðiseinelti sem má finna hér fyrir neðan og nái tókum á inntaki hans, auk þess að velta viðfangsefninu fyrir sér með sjálfstæðum hætti. Gott er að ljósrita eintök af textanum eða gera hann aðgengilegan á kennsluvef skólans.

Nemendur lesa skýrsluna: [Skolakonnun_GLSEN_FINAL.pdf \(rocketcdn.me\)](https://rocketcdn.me/Skolakonnun_GLSEN_FINAL.pdf) og svara eftirfarandi spurningum. Hæfilegur orðafjöldi alls er 600 orð.

1. Hvernig dæmi um hinsegineinelti koma fram í könnuninni?
2. Hverjar eru afleiðingarnar á þolendur þess?
3. Hvaða áhrif getur starfsfólk skóla haft á líðan hinsegin nemenda?
4. Hefur þú upplifað eða orðið vör/var/t við hinsegineinelti?
5. Hvernig finnst þér vera tekið á hinsegineinelti í skólakerfinu?

Kynferðiseinelti – druslustimplun

Prep:	Tímalengd:	Hugtök tengd verkefninu:
3. prep	2–60 mín.	Einelti, kynferðiseinelti, druslustimplun, kynferðisleg áreitni

Undirbúningur:

Nauðsynlegt er að hafa lesið kennarahandbókina, sér í lagi um kynferðiseinelti og um viðbrögð ef nemandi opnar sig um erfiða reynslu, nemandi gæti vel skrifað viðkvæmar upplýsingar í síðasta svarinu.

Verkefnið hentar tveimur 60 mínútna kennslustundum. Nemendur fá það verkefni að lesa rannsóknina *Kynferðiseinelti í íslenskri skólamenningu og mótun kvenleikans* og svara neðangreindum spurningum úr henni.

Framkvæmd:

Markmið verkefnisins er að nemendur vinni með textann um kynferðiseinelti sem má finna hér fyrir neðan og nái tökum á inntaki hans, auk þess að velta viðfangsefninu fyrir sér með sjálfstæðum hætti. Gott er að ljósrita eintök af textanum eða gera hann aðgengilegan á kennsluvef skólans.

Nemendur lesa ritgerðina: [Skýrsla: „Kynferðiseinelti í íslenskri skólamenningu“ | Skemman](#) og svara eftirfarandi spurningum. Hæfilegur orðafjöldi alls er 600 orð.

1. Hvað er kynferðiseinelti?
2. Með hvaða hætti er það hluti af íslenskri skólamenningu?
3. Með hvaða hætti á það þátt í mótun kvenleikans?
4. Hverjar eru afleiðingar kynferðiseineltis?
5. Hefur þú upplifað eða orðið vör/var/t við kynferðiseinelti?
6. Hvernig finnst þér vera tekið á kynferðiseinelti í skólakerfinu?

Kvikmyndir – greiningarverkefni

Þrep:	Tímalengd:	Hugtök tengd verkefninu:
1. þrep	30–60 mín.	Mörk, samþykki, kynlíf, kynlífshandrit, sambönd

Undirbúningur:

Nauðsynlegt er að hafa lesið kennarahandbókina og kynnt fyrir nemendum þau hugtök sem ákveðið er að taka fyrir í verkefninu.

Verkefnið getur hvort sem er verið einstaklings- eða hópverkefni. Hægt er að lengja það og dýpka, eða stytta að vild eftir aðstæðum.

Framkvæmd:

Nemendur greina klassíska „rómantíska gamanmynd“ – annaðhvort að eigin vali eða kennari velur nokkrar heppilegar og dreifir á hópa. Heppilegar myndir fyrir kennara að benda á: Love actually, Notebook, There´s something about Mary, The devil wears Prada, The breakup, You´ve got mail, Knocked up, Grease, Twilight og miklu fleiri.

Framkvæmd:

Nemendur skoða rómantísk/kynferðisleg samskipti í kvikmyndinni með tilliti til kyns, staðalmynda og valdamisvægis – en ekki síst út frá sambandsrófinu á www.sjukast.is. Myndi ástarsamband aðalpersónanna flokkast sem heilbrigt, óheilbrigt eða ofbeldisfullt samband? Svara eftirfarandi spurningum, rökstyðja með atriðum úr myndinni og hugtökum af sambandsrófinu.

- Virðir fólk mörk hins aðilans á allan hátt?
- Er skýrt samþykki í rómantískum og kynferðislegum samskiptum?
- Er dæmi um sjúklega afbrýðisemi? Stjórnunartilburðir?
- Að hlusta ekki á nei í einhverjum aðstæðum?
- Öfgafull samskipti á borð við Haltu mér/slepptu mér? eða „Make up sex“?
- Eru opin og virðingarrík samskipti? Eða óheiðarleiki?
- Þvingun af einhverju tagi?

The Bystander Moment – heimildarmynd

Prep:	Tímalengd:	Hugtök tengd verkefninu:
1. og 2. þrep	50 mín. í áhorf 20 mín. í að svara spurningum	Kynbundið og kynferðislegt ofbeldi, nauðgunarmenning, samfélagsviðhorf

Undirbúningur:

Verkefnið felst í að nemendur horfa á heimildarmyndina *The Bystander Moment* (2018) og svara spurningum út frá henni. Þar kynnir bandaríski fræðarinn Jackson Katz þá nálgun sem hann hefur beitt til þess að reyna að draga úr eða uppræta kynferðisofbeldi.

Nauðsynlegt er að hafa farið vel yfir kennarahandbókina, sér í lagi kafla um nauðgunarmenningu og samfélagsviðhorf.

Framkvæmd:

Prentið út spurningarnar og dreifið til nemenda. Látið nemendur horfa á myndina með spurningarnar í huga og eftir áhorfið eiga þau að svara þeim að bestu getu. Gott er að hafa umræður um efnið á eftir.

Spurningar um the Bystander Moment:

1. Skilgreindu hugtakið *bystander effect* eða *bystander* með eigin orðum.
2. Af hverju segir Jackson Katz að það myndist þögn í kringum þolendur og gerendur ofbeldis? Hvað á hann við þegar hann talar um *samseka þögn* (e. *complicit silence*)?
3. Útskýrðu píramída kynbundins ofbeldis sem Katz kynnir til sögunnar. Hvað er á botni píramídans og hvað er á toppi hans? Hvers vegna stígur fólk ekki meira inn í botn píramídans?
4. Heimildarmyndin er frá Bandaríkjunum, hvað í myndinni finnst þér líka eiga við á Íslandi? Er eitthvað sem á alls ekki við á Íslandi?
5. Hvaða hlutverk finnst þér að vinir, skólafélagar og samstarfsfólk eigi að hafa þegar upp kemst um kynferðisofbeldi í þeirra nánasta umhverfi?

Forréttindahjólíð

Prep:	Tímalengd:	Hugtök tengd verkefninu:
1–2. þrep	60 mín.	Forréttindi, mismunun, forréttindablinda

Undirbúningur:

Lestu vel kafla handbókarinnar um forréttindi og kynntu efnið fyrir nemendum. Gott er að birta forréttindahjólíð á skjá og kynna hvernig það virkar fyrir nemendum. Umræðan gagnast í allri jafnréttisfræðslu en hér verður einblínt á kynbundið ofbeldi í tengslum við forréttindi.

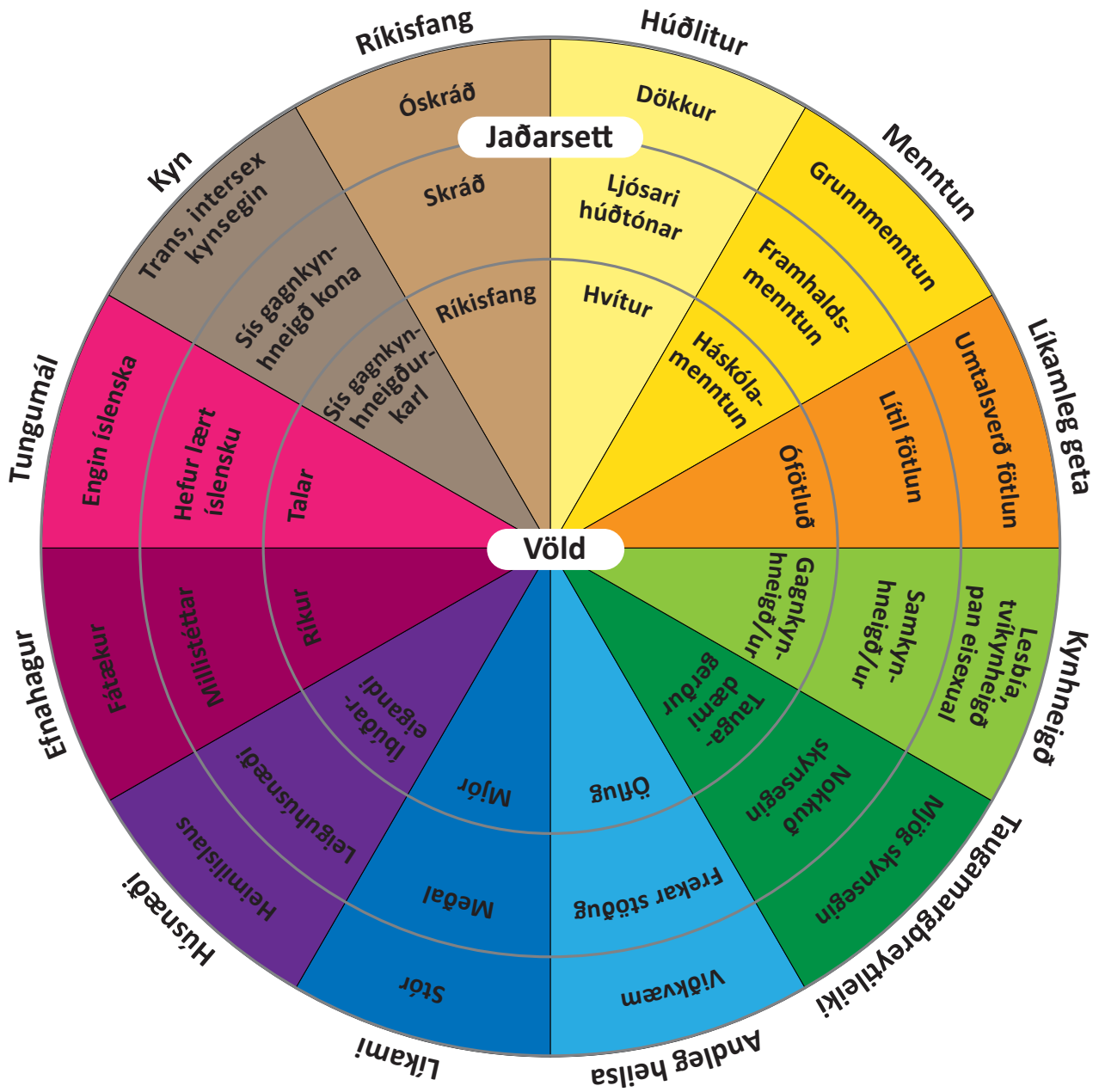
Framkvæmd:

Kennari útskýrir hugsunina á bak við verkefnið; hvaða áhrif forréttindablinda geti haft á jaðarsettari hópa og hvers vegna það sé mikilvægt að stoppa stundum og staðsetja sig á forréttindahjólínu.

Nemendur skoða forréttindahjólíð og svara eftirfarandi spurningum:

- Hvernig tengjast forréttindi ofbeldi, einelti og áreitni?
- Hvaða áhrif geta mikil forréttindi haft á kynferðislega hegðun fólks?
- En það að hafa lítil forréttindi?
- Hvaða hópar hafa minni forréttindi en ég?
- Hvaða máli skiptir að þekkja forréttindi sín? T.d. í tengslum við kynlíf og samskipti?

Forréttindahjólið



Auglýsingar – greiningarverkefni

Prep:	Tímalengd:	Hugtök tengd verkefninu:
1. prep	60–120 mín.	Nauðgunarmenning, klámvæðing, kynbundið ofbeldi, hlutgerving

Undirbúningur:

Nauðsynlegt er að hafa lesið kennarahandbókina og kynnt fyrir nemendum þau hugtök sem ákveðið er að taka fyrir í verkefninu. Sniðugt er að sýna glærupakkann með auglýsingum áður en nemendur vinna verkefnið.

Verkefnið getur hvort sem er verið einstaklings- eða hópverkefni. Hægt er að lengja það og dýpka, eða stytta að vild eftir aðstæðum.

Hægt er að nálgast glærुकyning með auglýsingum hér ef kennari óskar eftir að nýta sér hana.

Glærुकyning – auglýsingar.

Framkvæmd:

Nemendur velja sér nokkrar auglýsingar á netinu. Þær mega auglýsa hvaða vöru sem er, vera í formi kyrrmynda eða leikna auglýsinga – en verða að innihalda manneskjur. Nemendur greina hverja auglýsingu með annaðhvort nauðgunarmenningu eða klámvæðingu í huga, eða hvort tveggja. Skýrslu með niðurstöðum er skilað til kennara og/eða kynnt með glærusýningu fyrir bekknum (sem er alltaf skemmtileg kennslustund).

Að greina auglýsingu þýðir að leita dulinna skilaboða og tákna – hafið alltaf kyn fólksins í auglýsingunni í huga; staðalmyndir og valdamisvægi. Skoðið útlit fólksins, klæðnað og líkamsstöðu. Hvernig eru samskipti fólksins – s.s. snerting og augnaráð? Hvað með liti, tónlist, sviðsmynd, texta ... eitthvað þar til að skoða dýpra? Er kynferðislegur undirtónn? Sérðu hlutgervingu? Er hægt að greina klámvæðingu í auglýsingunni? Ef svo, hvernig finnst þér það eiga við vöruna sem verið er að auglýsa? Er hægt að greina nauðgunarmenningu/kynbundið ofbeldi í auglýsingunni? Ef svo, hver er að beita hvernig ofbeldi? Gera svona hlutir auglýsinguna betri? Langar okkur að kaupa vöru sem auglýst er með ofbeldi eða misrétti?

Vika sex – 2020

Prep:	Tímalengd:	Hugtök tengd verkefninu:
1. prep	45–60 mín.	Kynlíf, kynheilbrigði

Undirbúningur:

Árið 2020 voru gerð fimm stutt fræðslumyndbönd þar sem Kolbrún Hrund Sigurgeirsdóttir, eða Kolla eins og hún er öllu jafnan kölluð, fjallar um afmörkuð viðfangsefni sem tengjast kynheilbrigði ungmenna. Kennari horfir á myndböndin fyrir tímann til að geta svarað spurningum nemenda. Ef skjalið er prentað út fyrir nemendur þarf að stækka svarboxin.

„Vika sex“ frá 2020 má finna hér: <https://stoppofbeldi.namsefni.is/unglingastig/>

Framkvæmd:

Hægt er að sýna myndbrotin í kennslustund með stuttum hléum á milli. Einnig er hægt að biðja nemendur um að koma með heyrnartól í tíma og láta þau sjálf um áhorfið hvert í sínu tæki. Verkefnið er smíðað sem einstaklingsverkefni en hægt er að vinna það í pörum ef nemendurnir sjálfir vilja það.

Dragðu fram eitt til tvö atriði úr fræðslu Kolbrúnar sem þér finnst mikilvægt að til sé fræðsla um og útskýrðu ástæðu þess að þér finnst þau mikilvæg:

Aftan á blaðinu er tafla fyrir ykkur að vinna inn í.

Þættir:	Mikilvægir punktar:	Ástæða:
Samfélagsmiðlar 2:52 mín.		
Snípurinn 3:00 mín.		
Smokkurinn 4:36 mín.		
Samskipti í kynlífi 3:37 mín.		
Sjálfsfróun 3:31 mín.		

Samþykkistaflan

S-aman

- Kynlíf er ekki eitthvað sem við gerum VIÐ aðra manneskju, heldur gerum við það saman. Grundvöllur kynlífs er að báða aðila langi.
- Nánd og áhugi eru lykilatriði

Y-tra samtal

- Tölum saman svo mörkin séu á hreinu, svo allir viti hvað hitt langar og langar ekki. Enginn þrýstingur, ekkert suð heldur jafningjasamtal.
- Samskipti og traust eru lykilatriði.

A-llir

- Allir viðstaddir skipta jafn miklu máli og eru að skemmta sér vel. Ef einhver hefur ekki gaman er eitthvað annað en kynlíf í gangi.
- Jöfnuður og virðing eru lykilatriði.

K-anna stöðuna

- Sumt tjáum við öðruvísi en í orðum. Verum því alltaf vakandi og fylgjumst með líkamlegri tjáningu, stoppum og spyrjum ef við erum ekki alveg klár á stöðunni.
- Meðvitund og ánægja BEGGJA er lykilatriði.

M-á ég?

- Er ekki endilega góð setning í kynlífi, því samþykki snýst ekki um að „fá leyfi“ til að gera eitthvað við aðra manneskju.
- „Eigum við?“ / „Langar þig“ eru lykilsetningar.

K-ynlíf er ekki kynferðisofbeldi

- Stundum er línar þar á milli mjög fín, verum 100% viss.
- Raunverulegt samþykki er lykilatriði.

P-rá

- Samþykki snýst um að hafa á hreinu að báða aðila langar í kynlífið.
- Gredda/ löngun/ losti BEGGJA er lykilatriði.

I-nnra samtal

- Við þurfum líka að þekkja okkar eigin mörk. Spáum í hvað okkur langar og hvað ekki og þjálfum okkur í að tala skýrt um mörkin okkar.
- Sjálfsvirðing er lykilatriði.

Mannasiðir kvikmynd

Þrep:	Tímalengd:	Hugtök tengd verkefninu:
1. þrep	80–120 mín.	Samþykki, mörk, kynlífshandrit, kynferðisofbeldi

Undirbúningur:

Mikilvægt er að hafa kynnt sér kennsluhandbókina. Kynntu fyrir áhorfið þau hugtök sem unnið er með og settu vávörn (TW) fyrir áhorfið.

Framkvæmd:

Nemendur horfa á myndina [Mannasiðir](#) (oftast aðgengileg á RÚV – Sarpinum) og svara síðan spurningum í tengslum við myndina – sem tímaverkefni eða heimaverkefni. Hér neðar eru setningar úr myndinni sem gæti verið gagnlegt fyrir nemendur að nota til að stýra umræðu eða inntaki efnis í rétta átt.



Áhorfsspurningar:

1. Hvernig þekkjast Einar og Elín og hvernig karakterar eru þau?
2. Lýstu því sem við sjáum að gerist á milli þeirra kvöldið örlagaríka.
3. Lýstu viðbrögðum Elínar og hvaða áhrif þetta hefur á hana.
4. Lýstu viðbrögðum Einars og hvaða áhrif þetta hefur á hann.
5. Hvers vegna telur þú að Einar hlusti ekki á Elínu þetta kvöld? Hvernig hefði Einar getað brugðist öðruvísi við aðstæðum?
6. Dóra, mamma Einars, segir í lokin að með umfjöllun um þetta mál sé „verið að gera lítið úr raunverulegum fórnarlömbum“. Telur þú Elínu ekki vera raunverulegur þolandi? Rökstyddu svar þitt.
7. Hvernig hefði sagan verið öðruvísi hefðu Einar og foreldrar hans hlustað á Elínu þegar hún sagði frá?
8. Er líklegt að þetta geti gerst í raunveruleikanum?
9. Hvað getum við lært af þessari mynd? Hafa hugmyndir þínar um kynferðisofbeldi breyst eftir að þú horfðir á myndina og þá hvernig?
10. Hvað er þolendaskömmun og hvernig birtist hún í kvikmyndinni?
[Sjá umfjöllun um þolendaskömmun hér:](#)
11. Hvað er upplýst samþykki? [Sjá umfjöllun um samþykki hér:](#)
12. Hvernig geta mýtur um kynlíf verið skaðlegar? Skoðaðu [Mýtur og staðreyndir um kynlíf hér:](#) og mátaðu eina þeirra við söguþráð kvikmyndarinnar.

Hafið þessar setningar Elínar og Einars í huga:

Elín: *Ég bað hann um að hætta.*

Einar: *Hún vildi ekki að ég færi inn í sig.*

Elín: *Ég snéri mér frá honum – Einar: Ég hélt að hún vildi að aftan.*

Elín: *Ég sagði aldrei já!*

Einar: *Ég hlustaði ekki á hana.*

Elín: *Það skipti rosalega miklu máli að heyra hann viðurkenna þetta.*

Heimildaskrá

- Bls. 5.
Stígamót. (2022). [Árskýrsla Stígamóta](#) (2022). Kom út 11. júlí 2023. Bls. 15. Sótt 16. október 2023.
- Bls. 11.
Unnur Anna Valdimarsdóttir, prófessor, Læknadeild HÍ. (2019). [Áfallasaga kvenna](#). Vísindarannsókn á vegum Háskóla Íslands. Sótt á vefinn 16. október 2023.
- Bls. 23.
Kolbrún Hrund Sigurgeirsdóttir, Þórður Kristinsson og Þorgerður J. Einarsdóttir. (2019). [Kynlífsmenning framhaldsskólanema frá sjónarhorni ungra karla](#). Netla. Sótt á vefinn 16. október 2023.
- Bls. 25.
Benna Sörensen Valtýsdóttir. (2023, 10. mars). [Hvar er ég? Minnihlutahópar í kyn- og ofbeldisforvarnarfræðslu á Íslandi?](#) Kynbundið ofbeldi og ábyrgð skólans. Reykjavík. Sótt á vefinn 19. október 2023.
- Bls. 29.
Ástrós Erla Benediktsdóttir. (2016). [Kynhegðun, kynheilbrigði og klámáhorf framhaldsskólanema](#). Skemman. Sótt á vefinn 16. október 2023.
- Bls. 32.
Debby Herbenick, Elizabeth Bartelt, Tsung-Chieh (Jane) Fu, Bryant Paul, Ronna Gradus, Jill Bauer & Rashida Jones (2019) *Feeling Scared During Sex: Findings From a U.S. Probability Sample of Women and Men Ages 14 to 60*, Journal of Sex & Marital Therapy, 45:5, 424-439, DOI: 10.1080/0092623X.2018.1549634
- Bls. 32.
Diverse Sexual Behaviors and Pornography Use: Findings From a Nationally Representative Probability Survey of Americans Aged 18 to 60 Years Get access Arrow Debby Herbenick and others, The Journal of Sexual Medicine, Volume 17, Issue 4, April 2020, Pages 623–633
- Bls. 37.
Finnborg Salome Steinþórsdóttir og Gyða Margrét Pétursdóttir. (2014). [„Það er svo óþolandi að maður þurfi að sætta sig við það að maður þurfi í raun að gera ráð fyrir að þetta geti gerst!“](#) Þjóðarsepegillinn. Ráðstefna í félagsvísindum. Ágripabók. Bls. 22. Sótt á vefinn 16. október 2023.
- Bls. 40.
Einar Þór Sigurðsson. (2017. 22. febrúar). [Sagði konur geta sjálfum sér um kennt ef nektarmyndum af þeim er dreift á netið](#). Sótt á vef DV 16. október 2023.
- Bls. 46.
Kolbrún Gunnarsdóttir og Ragna Björnsdóttir. 2018. [Stafraent kynferðisofbeldi – Fræðileg samantekt](#). Skemman. Sótt 16. október 2023.
- Bls. 47.
Einar Þór Sigurðsson. (2017. 22. febrúar). [Sagði konur geta sjálfum sér um kennt ef nektarmyndum af þeim er dreift á netið](#). Sótt á vef DV 16. október 2023.
- Bls. 48.
Almenn hegningarlög, nr. 14/1940.
- Bls. 49.
Rannveig Ágústa Guðjónsdóttir. (2017). [Kynferðiseinelti í íslenskri skólamenningu](#). Skýrsla um rannsókn sem var unnin fyrir tilstuðlan styrktarsjóðs Margretar og Bents Schevings Thorsteinssonar við Háskóla Íslands. (kafli á bls. 14). Sótt 16. október 2023.
- Bls. 51.
Kolbrún Hrund Sigurgeirsdóttir og Þórður Kristinsson. (2018). [„Mér finnst það bara verða grófara og grófara“](#). Upplifun ungra karla á kynlífsmenningu framhaldsskólanema. (Bls. 9) Sótt á vefinn 17. október 2023.
- Bl 52.
Samtökin '78. (2020) [Könnun á líðan hinsegin ungmenna í skólaumhverfi](#). Byggt á GLSEN'S National School Climate Survey. Þýðing og staðfæring á könnun var í höndum Menntavísindasviðs HÍ, GLSEN og Samtökin '78. Sótt 16. október 2023.
- Bls. 53.
Stígamót (2022). [Árskýrsla Stígamóta 2022](#). Kom út 11. júlí 2023. Sótt 16. október 2023.
- Bls. 59.
Rannveig Ágústa Guðjónsdóttir. (2017). [Kynferðiseinelti í íslenskri skólamenningu](#). Skýrsla um rannsókn sem var unnin fyrir tilstuðlan styrktarsjóðs Margretar og Bents Schevings Thorsteinssonar við Háskóla Íslands. Sótt 16. október 2023.

