

Andrea Bakken Eide

Reaksjonenes betydning
**Det personlige nettverkets
påvirkning på utvikling av psykiske
plager**

The significance of the reactions
**The influence of the personal network on the
development of psychological complications**

Bacheloroppgave i Sosialt arbeid

Veileder: Celine Borge Larsen

Mai 2023

Andrea Bakken Eide

Reaksjonenes betydning

Det personlige nettverkets påvirkning på utvikling av psykiske plager

The significance of the reactions

**The influence of the personal network on the
development of psychological complications**

Bacheloroppgave i Sosialt arbeid

Veileder: Celine Borge Larsen

Mai 2023

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet

Fakultet for samfunns- og utdanningsvitenskap

Institutt for sosialt arbeid



Kunnskap for en bedre verden

Sammendrag

Det å bli utsatt for bildebaserte seksuelle overgrep kan ha negativ innvirkning på den psykiske helsen til ungdommer. Det å ha støttende reaksjoner fra nære relasjoner kan forebygge psykiske plager, og redusere følelsen av skyld og skam knyttet til slike overgrep. Det finnes lite forskningslitteratur på nettverkets påvirkning på psykisk helse, hos ungdom utsatt for bildebaserte seksuelle overgrep. Mitt mål med denne bacheloroppgaven er å belyse hvordan reaksjoner fra det nære nettverket påvirker utviklingen av psykiske plager hos ungdom.

Problemstillingen oppgaven skal svare på er;

«Hvordan kan reaksjoner fra det personlige nettverket påvirke risikoen for utvikling av psykiske plager hos unge utsatt for bildebaserte overgrep på nett?»

Bacheloroppgaven benytter teori om tilknytning, utvikling av psykiske plager, sosiale relasjoner, skam, skyld og beskyttelsesfaktorer, for å belyse ulike sider av oppgavens tematikk. Mye av ungdommers sosiale liv foregår på sosiale medier. Ungdommers seksuelle utforskning har også i større grad flyttet seg over til digitale arenaer. Manglende kunnskap blant ungdom om hva som er ulovlig, når det gjelder seksuell kommunikasjon på nett, kan gjøre terskelen for bildebaserte seksuelle overgrep lav. Ungdommer opplever ofte skyld og skam i etterkant av et bildebasert seksuelt overgrep. Opplevelse av skyld og skam er forbundet med forekomst av psykiske plager, redusert hjelpesøkende atferd og sosial distansering. Kunnskap om støttende reaksjoners betydning, for motvirking av psykiske plager, er derfor sentralt i forbindelse med forebygging av psykiske plager hos ungdom.

Abstract

Being exposed to image based sexual assault may have a negative effect on the mental health of young people. Receiving supportive reactions from close relations may prevent psychological complications and reduce the feeling of guilt and shame that is connected to the image based sexual assault. There are few scientific publications on the topic of how one's close network affects the mental health of adolescents that fall victim to this form of sexual misconduct. My aim in this bachelor's thesis is to shed light on how reactions from close relations affects the development of psychological complications in adolescents. The main question this thesis aims to answer is: *"In which ways does reactions from the personal network affect the risk of developing psychological complications with adolescents exposed to image based sexual assault online?"*

This bachelor's thesis applies the theoretical framework of connection, development of psychological complications, social relations, shame, guilt and protective factors to shed light upon the various aspects of this thesis' theme. The majority of young peoples' social lives are played out on social media. Their sexual exploration has entered online platforms as well. A lack of knowledge among youths regarding what is illegal in terms of sexual communication online may lower the threshold for image based sexual assaults. In the aftermath of an image based sexual assault, young people tend to experience guilt and shame. This is connected to the occurrence of psychological complications, reduced help-seeking behavior and social distancing. Knowledge of the significance of supportive reactions for development of psychological complications is therefore a central theme connected to the prevention of psychological complications within adolescents.

Innholdsfortegnelse

1.0 INNLEDNING.....	5
1.1 BAKGRUNN FOR VALG AV TEMA.....	5
1.2 PROBLEMSTILLING	6
1.3 OPPGAVENS AVGRENSNING OG BEGREPSFORKLARING	6
1.4 SOSIALFAGLIG RELEVANS	7
1.5 OPPGAVENS OPPBYGGING	8
2.0 FAG OG TEORI	9
2.1 UTVIKLINGSPSYKOPATOLOGISK FORSTÅELSE	9
2.2. TILKNYTNING.....	10
3.0 METODE	11
3.1 INNLEDENDE SØK	11
3.2 SYSTEMATISK SØK	12
3.3 SUPPLERENDE SØK	13
3.4 KILDEKRITIKK.....	13
4.0 HOVEDTREKK I VALGT LITTERATUR	15
4.1 NETT SOM ARENA FOR SEKSUELLE OVERGREP.....	15
4.1.1 <i>Ungdommens forhold til deling av seksualiserte bilder.....</i>	16
4.1.2 <i>Skadevirkning av bildebaserte seksuelle overgrep</i>	17
4.2 UTVIKLING AV PSYKISKE PLAGER	17
4.2.1 <i>Psykiske plager.....</i>	17
4.3 NETTVERKETS BETYDNING I ETTERKANT AV SEKSUELLE OVERGREP.....	18
4.3.1 <i>Å snakke om seksuelle overgrep</i>	18
4.3.2 <i>Relasjon mellom ungdom og forelder.....</i>	18
4.3.3 <i>Støttende og ikke-støttende reaksjoner</i>	19
4.4 SKYLD OG SKAM.....	21
5.0 DRØFTING.....	23
5.1 INVOLVERING AV NETTVERK.....	23
5.1.1 <i>tidspunkt for nettverksinkludering.....</i>	23
5.2 KVALITET PÅ OMSORG	24
5.3 FOREBYGGING VIA KUNNSKAP TIL UNGDOM	26
6.0 AVSLUTNING	29
7.0 REFERANSELISTE	31

1.0 Innledning

Internett har blitt en stor del av hverdagen til de fleste barn og unge. I 2021 foretok Norsk mediebarometer en undersøkelse av nordmenns tilgang på smarttelefon. Der kom det frem at 83 prosent av barn mellom 9 og 12 år, og 97 prosent av ungdommer mellom 13 og 15 hadde tilgang på smarttelefon (Medienorge, 2023). Denne tilgangen gjør internett meget tilgjengelig for barn og unge. Ifølge Kripos spiller denne enkle tilgangen på sosiale medier en stor rolle i utviklingen av seksuallovbrudd i dagens samfunn (KRIPOS, 2022). I perioden 2020-2022 har KRIPOS mottatt i underkant av 200 tips fra National Center of Missing and Exploited Children, vedrørende barn som har delt seksualiserte videoer av seg selv på internett.

Det finnes mange ulike forklaringer på hvorfor barn og unge velger å dele seksualiserte bilder og videoer av seg selv på nett (Berggrav, 2021). Desto eldre barna er, desto mer sannsynlig er det at bildedelingen har intenderte seksuelle hensikter. Seksualiserte bilder delt av yngre barn kan i større grad skyldes uvitenhet. Ungdom benytter internett som en arena for utforskning av egen seksualitet, som er en naturlig del av ungdomstiden. Likevel er det en arena som gjør det vanskelig for foreldre å beskytte barna mot ubehagelige opplevelser, som for eksempel bildebaserte seksuelle overgrep.

Det er en hårfin linje mellom sunn seksuell utforskning på nett og nettbaserte seksuelle overgrep og krenkelser (Frøyland et al., 2021). Forskjellene på digital seksuell utforskning og digitale seksuelle overgrep kan sees fra flere ulike perspektiver. Det ene perspektivet er juridisk perspektiv, som er knyttet til hva loven sier om seksuelle overgrep. Et annet perspektiv er det psykiske perspektivet som omhandler hvilken effekt det har på individets psykiske helse.

I 2021 ble det gjennomført en spørreundersøkelse knyttet til seksuelle krenkelser på nett blant unge i Oslo (Bakken & Osnes, 2021). Frøyland og Stefansen (2023) har skrevet en artikkel basert på resultatene fra denne undersøkelsen. Frøyland og Stefansen så en sammenheng mellom seksuelle krenkelser på nett og indikatorer på mistriivsel, helseutfordringer og deprimert stemningsleie.

1.1 Bakgrunn for valg av tema

Gjennom mine tre år som sosionomstudent har jeg tilegnet meg mye kunnskap knyttet til barns utvikling, psykiske plager og psykisk helses betydning for samfunnsdeltagelse. Jeg har opplevd både i praksis og i arbeidssituasjoner at sosiale problemer hos voksne mennesker ofte

er forbundet med vanskeligheter i oppveksten. Derfor engasjerer jeg meg i stor grad for arbeid med barn og unge. Jeg ser økt fokus på barn og unges psykiske helse som sentralt i forebyggende sosialt arbeid.

Jeg har i min praksis fått mulighet til å jobbe med barn og unge som på ulike måter har blitt utsatt for bildebaserte seksuelle overgrep. Til tross for at deres opplevelser var svært ulike, hadde alle jeg snakket med én ting til felles; de synes det var vanskelig å snakke om deres erfaringer med overgrepet. Studier viser at mennesker finner det lettere å snakke om seksuelle overgrep til mennesker i sitt nære nettverk enn til f.eks. en sosialarbeider (Østby & Stefansen, 2017). Jeg ønsker derfor å undersøke hvordan vi som sosialarbeidere kan jobbe med unges nære nettverk for å forebygge utvikling av psykiske plager.

Mitt tema er «reaksjoners påvirkning på utvikling av psykiske plager, hos barn og unge». Jeg har valgt dette temaet, fordi kunnskap om dette kan bidra til forebygging av psykiske plager hos ungdom som blir utsatt for bildebaserte seksuelle overgrep. Relasjon mellom ungdom og foreldre er et tema sosionomer med stor sannsynlighet vil møte på i sitt arbeidsliv.

1.2 Problemstilling

I oppgaven ser jeg nærmere på hvordan foreldres reaksjoner kan påvirke utvikling av psykiske plager hos ungdom. Jeg ønsker å se foreldrenes rolle i forebygging av psykiske plager i lys av en psykopatologisk forståelse og tilknytningsteorier. Min problemstilling for oppgaven er derfor;

«Hvordan kan reaksjoner fra det personlige nettverket påvirke risikoen for utvikling av psykiske plager hos unge utsatt for bildebaserte overgrep på nett?»

1.3 Oppgavens avgrensning og begrepsforklaring

Det finnes ulike former for bildebaserte seksuelle overgrep, som vil kunne få ulike konsekvenser for den psykiske helsen til den som blir utsatt (KRIPOS, 2022). I en rapport fra Redd Barna står det at én av ti ungdommer mellom tretten og seksten år har delt nakenbilder av seg selv til andre (Berggrav, 2021). Rapporten omhandler hvilket forhold ungdommer mellom 13-19 år har til å dele nakenbilder. I ungdomsalderen skjer det en endring i betydningen av nære relasjoner, som kan spille en rolle for hvem ungdommen oppsøker i vanskelige situasjoner (Tetzchner, 2020c). Jeg har derfor valgt å sette søkelys på ungdom fremfor yngre barn.

Jeg har valgt å fokusere på bildebaserte seksuelle overgrep i form av deling av overgrepsmateriale. I FNs barnekonvensjon artikkel 34 står det at alle barn har krav på beskyttelse mot alle former for seksuelle overgrep (Barne- og familiedepartementet, 1989). Dette vil altså si både fysiske og digitale overgrep. For å forstå hvordan bildebaserte seksuelle overgrep påvirker den psykiske helsen hos ungdom er det viktig å ha klart for seg hva et bildebasert seksuelt overgrep er.

Fremstilling av bilder og videoer som seksualiserer barn faller inn under Straffelovens paragraf 311, i kapittel 26, om seksuallovbrudd. I følge denne loven er alle personer under 18 år å regne som barn (Straffeloven, §311, 2005). Det at fremstillinger seksualiserer barn betyr at bildene inneholder nakne barn, barn som poserer i seksualiserte settinger eller tekst som seksualiserer barn (Frøyland et al., 2021). Hvis personen på bildet er under 16 år, er både anskaffelse, besittelse og deling av bildet ulovlig. Er derimot innehaveren av bildet mellom 16 og 18 år, vil det ikke være ulovlig å være i besittelse av et seksualisert bilde av en person i samme alder, så lenge personen på bildet har samtykket. Videre deling av et seksualisert bilde av en person under 18 år vil, uavhengig av samtykke, regnes som deling av overgrepsmateriale.

Redd Barna-rapporten viser til en uttalelse fra helsesykepleier Tale Krohn Engvik. Engvik fortalte at omgivelsenes reaksjon kan ha en avgjørende betydning for skamfølelsen knyttet til overgrepet. Derfor tar jeg utgangspunkt i positive og negative reaksjoner fra ungdommers personlige nettverk.

I følge Norsk Helseinformatikk (2022) er psykiske plager en belastende tilstand, hvor symptomtrykket ikke er stort nok til at det kan kalles en diagnose. Jeg har valgt å ta for meg psykiske plager fremfor psykiske lidelser, fordi psykiske plager omfatter en større gruppe. Jeg mener også at det er sentralt å ha et økt fokus på psykiske plager før det potensielt utvikler seg til en psykisk lidelse.

1.4 Sosialfaglig relevans

Det å få seksualiserte bilder og videoer spredt på nett er å regne som en seksuell krenkelse og kan derfor anses som et bildebasert seksuelt overgrep (KRIPOS, 2022). Det finnes lite forskning på hvordan barn og unge opplever bildebaserte seksuelle overgrep. Det finnes likevel studier knyttet til voksne menneskers opplevelser av bildebaserte seksuelle overgrep. I en britisk studie fra 2020, beskrives bildebaserte seksuelle overgrep som en krenkelse av

mental og fysisk integritet, verdighet, personvern og seksuelle uttrykk (McGlynn & Rackley, 2017). Krenkelsen kan føre til psykiske plager hos den som blir utsatt for det.

Psykiske plager kan føre til redusert livskvalitet og påvirke hverdagsfungering, atferd og væremåte (Helsedirektoratet, 2021). Psykiske plager er en sentral årsak til sykefravær og arbeidsledighet i Norge (Arbeidstilsynet, 2023). Det å stå utenfor arbeid kan ha negative konsekvenser både for individer og samfunnet (Guldbrandsen, 2023). Høy grad av arbeidsledighet er et samfunnsproblem, fordi det påvirker velferdsstatens bruk av ressurser (Hatland et al., 2011). Høy grad av arbeidsledighet betyr at velferdsstaten bruker mer ressurser på trygd og får mindre inntekt i form av skatt. Ny forskning fra Velferdsforskningsinstituttet NOVA viser at arbeidsledighet er forbundet med helseproblemer, som økt stressnivå, angst og depresjon (Heggebø, 2022). Ved å forebygge utvikling av psykiske plager hos barn og unge vil man kunne begrense arbeidsledigheten i fremtiden. Ettersom det er vanskelig å beskytte barn og unge på nett, er kunnskap om hvordan man kan forhindre utvikler psykiske plager i etterkant av ubehagelige hendelser på nett.

1.5 Oppgavens oppbygging

Videre vil denne oppgaven bestå av teori, metode, hovedtrekk fra valgt litteratur, drøfting og avslutning. I teoridelen vil jeg gjøre rede for teoriene oppgaven benytter. Disse teoriene vil være sentrale for senere drøfting av valgt litteratur. I metodedelen vil jeg gjøre rede for hvordan jeg har kommet frem til den utvalgte litteraturen og teorien, som er brukt. Jeg vil også forklare hvorfor jeg har valgt å bruke nettopp denne metoden. Kapittelet om hovedtrekk fra valgt litteratur vil bestå av funn fra forskningsartikler og annen litteratur. Sammen vil teorikapittelet og litteraturkapittelet danne grunnlaget for min drøfting. I drøftingsdelen vil jeg analysere og tolke funnene fra valgt litteratur knyttet til sammenhengen mellom reaksjoner hos foreldrene og utvikling av psykiske plager hos ungdommer. Dette vil drøftes i lyset av problemstillingen. Jeg vil avslutte teksten med en oppsummering av hva jeg har funnet ut samt en konklusjon. I utarbeiding av oppgavens oppbygging har jeg latt meg inspirere av kapittelet om bacheloroppgave i boken «Metode og oppgaveskriving» (Dalland, 2018a).

2.0 fag og teori

Man kan se både utvikling av psykiske plager og foreldres påvirkning på ungdom fra flere ulike perspektiver. I denne bacheloroppgaven har jeg valgt å se mine funn fra tidligere forskning i lyset av en psykopatologisk forståelse på utvikling av psykiske plager. Jeg har også valgt å benytte tilknytningsteori for å belyse forståelsen av relasjonen mellom foreldre og ungdom. Jeg vil nå gjøre rede for teori som er relevant for senere drøfting av mine funn.

2.1 Utviklingspsykopatologisk forståelse

Utviklingspsykopatologi er en psykologisk tradisjon innenfor utviklingspsykologi, som forsker med et mål om å avdekke hvilke prosesser som forårsaker ulike psykiske vansker (Tetzchner, 2020d). Fra et utviklingspsykopatologisk perspektiv ser man på oppvekstmiljøet som sentralt for utviklingen av psykiske plager. Ifølge disse teoriene er det viktig å forstå motstandsdyktighet, sårbarhet, risiko og beskyttelse som avgjørende for menneskers utvikling gjennom hele livet. En kan ut ifra en slik forståelse anta at støttende reaksjoner fra foreldrene i etterkant av et bildebasert seksuelt overgrep, gjør ungdom mer motstandsdyktig i møte med stresset som følger av overgrepet. Når det forskes på utvikling av psykiske plager vektlegger utviklingspsykopatologien forskning på selve utviklingsprosessen, fremfor forekomsten av bestemte gener eller avgrensede erfaringer (Tetzchner, 2020d). Det vil si at man ser forekomsten av psykiske plager i barndommen, som et resultat av manglende beskyttelsesfaktorer i oppvekstmiljøet og manglende motstandsdyktighet hos barnet. Dette ser jeg som nyttig teori å inkludere i min drøfting av foreldrenes påvirkning på utvikling av psykiske plager, ettersom dette kan bidra til å belyse sammenhengen mellom reaksjoner hos foreldre og psykiske plager hos ungdom.

Motstandsdyktighet er et begrep som kan anvendes om menneskers evne til positiv utvikling til tross for at de er sårbare og blir utsatt for hendelser som øker deres risiko for negativ utvikling (Tetzchner, 2020d). I tillegg til genetisk motstandsdyktighet hos ungdommen selv, kan egenskaper ved ungdommens omgivelser beskytte ungdommer mot utvikling av psykiske plager. Tilknytningsforskning viser at sosial støtte og trygghet fra nære omsorgspersoner styrker individets motstandsdyktighet, knyttet til håndtering av stress i belastende livssituasjoner (Brandtzæg et al., 2012b).

2.2. Tilknytning

Det finnes ulike forståelser av sammenheng mellom barns tilknytningsrelasjoner og senere utvikling av psykiske lidelser (Tetzchner, 2020b). Tilknytning omhandler barns dannelse av relasjoner og er et begrep som brukes om et barns relasjon til sine nære omsorgspersoner (Håkonsen, 2020a). Når barn opplever situasjoner der deres tilknytning blir aktivert skapes grunnlaget for deres følelser ovenfor nære tilknytningspersoner. Eksempel på en slik situasjon er når barnet gråter og blir trøstet.

Mary Ainsworths var en utviklingspsykolog som forsket på ulike teorier knyttet til barns tilknytning (Cherry, 2022). Hun mente at en trygg relasjon mellom tilknytningspersonen og barnet avhenger av omsorgspersonens tilgjengelighet, forutsigbarhet og pålitelighet. Innenfor tilknytningspsykologi brukes ordet «delight» om foreldres evne til å opptre med godhet og varme ovenfor sitt barn (Brandtzæg et al., 2012b). Det understrekes at denne godheten og varmen er viktig å bevare også i situasjoner som krever grensesetting. Det kan, ut ifra et tilknytningspsykologisk perspektiv, tenkes at «delight» hos foreldrene er viktig for å skape en trygg tilknytning mellom barn og forelder. For at en ungdom skal fortelle om digitale seksuelle overgrep til sin forelder, kan man fra et tilknytningspsykologisk perspektiv tenke at foreldrene må ha en varm tilknytning til sitt barn fra tidlig barndom av.

3.0 Metode

Metode kan beskrives som et virkemiddel som brukes til å komme frem til ny kunnskap og dermed løse diverse utfordringer. Metode brukes til å samle inn nødvendig data, som bidrar til kunnskapsutviklingen (Dalland, 2017b).

Jeg har basert denne litterære bacheloroppgaven på systematisk litteratursøk, for å besvare min problemstilling. Fordelene med å benytte systematiske litteratursøk er at jeg kan benytte en kombinasjon av tidligere kvalitative og kvantitative studier (Dalland, 2017c). Sånn sett vil jeg få et helhetlig bilde av både ungdom og fagpersoners syn på temaet jeg undersøker.

Systematiske litteratursøk baseres på bruk av allerede eksisterende kunnskap om det aktuelle temaet. Jeg har benyttet ulike databaser for å finne frem til eksisterende forskning og kunnskap om temaet jeg har valgt. Bruk av systematiske litteratursøk vil gi gode muligheter for å belyse temaet fra ulike teoretiske perspektiver. Hensikten med å se temaet i lyset av ulike teoretiske perspektiver er få et godt, beskrivende, bilde på dagens virkelighet (Dalland, 2017a).

Jeg har tatt i bruk varierende kildemateriell for å besvare oppgaven og gjort systematiske søk for å finne aktuelle fagartikler for å belyse problemstillingen. Litteraturlistene fra de aktuelle fagartiklene er brukt til å finne supplerende litteratur. Jeg har funnet en kombinasjon av kvalitative og kvantitative studier. Studier basert på kvalitative intervjuer er ansett som relevante fordi de kan si mer om nyanserte detaljer, som lett kan bli utelatt i kvantitative studier (Dalland, 2018d). Kvantitative studier er benyttet for å belyse statistisk informasjon knyttet til temaet. Dette er viktig for å forstå det større bildet av hvordan funnene utspiller seg i samfunnet (Dalland, 2018b).

3.1 Innledende søk

I startfasen gjorde jeg innledende søk for å se hvilken litteratur jeg kunne finne knyttet til barns sårbarhet på nett, seksuelle overgrep på nett og psykiske plager i etterkant av seksuelle overgrep. Dette gjorde jeg for å gjøre meg opp noen tanker om hvilke temaer jeg ønsker å inkludere i oppgaven. I de innledende søkene hadde jeg få avgrensninger og brukte søkemotoren Google, som åpner opp for mange treff. Grunnen til at jeg valgte å søke på en såpass åpen og ukritisk database var fordi jeg ønsket å finne aktuelle nettsteder som kunne gi meg mer informasjon. Jeg visste fra tidligere praksiserfaringer at aktuelle informasjonssider, som politiet.no, ikke ville dukke opp dersom jeg søkte i mer lukkede databaser, som Idunn

eller Oria. Jeg brukte søkeordene «seksuelle overgrep mot barn på nett», «barn som deler nakenbilder på nett» og «seksuelle overgrep via digitale medier». Tre rapporter fra det innledende søket er inkludert i oppgaven.

Den første rapporten er en kunnskapsoppsummering fra velferdsforskningsinstituttet NOVA, som handler om seksuelle overgrep mot barn og unge via digitale medier (Frøyland et al., 2021). Denne fant jeg via en link til Oslomet sitt åpne digitale arkiv. Den andre er en KRIPOS-rapport knyttet til seksuell utnyttelse av barn og unge over internett (KRIPOS, 2019). Denne fant jeg via en link til Politiets nettsider. Linken førte meg til Politiets egen informasjonsside om seksuell utnyttelse av barn på nett, hvor jeg fant KRIPOS-rapporten. Den siste er en rapport fra Redd Barna, om nakenbildedeling blant unge i Norge (Berggrav, 2018). Denne fant jeg via en link til Redd Barnas informasjonsside om deling av nakenbilder på nett. Jeg valgte å ta i bruk disse tre rapportene siden de er publisert av kjente og pålitelige organisasjoner, institutter og enheter.

3.2 Systematisk søk

I mitt systematiske søk har jeg hovedsakelig benyttet databasene Idunn og Oria. Grunnen til at jeg valgte å bruke Idunn er fordi jeg ønsket norske artikler, slik at artiklene i størst mulig grad var overførbare til en norsk kontekst. Dette kan på den ene siden gi gode funn, som representerer norsk kontekst. På den andre siden kan en stor mengde relevant litteratur bortfalle, ved å ikke inkludere søk i andre databaser. Det kan tenkes at mye litteratur fra andre land er overførbart til norsk kontekst, selv om den ikke er norsk. Oria er en database som viser til artikler publisert i andre databaser. Derfor var det relevant å bruke denne basen i tillegg til Idunn på de to siste søkene. Søkene i databasene var begrenset til forskningsartikler publisert etter 2010, for å forsikre meg om at de var dagsaktuelle og pålitelige (Dalland, 2017b).

Søkeordene jeg brukte var ulike sammensetninger av «barn», «sårbarhet», «internett», «overgrep», «seksuelle», «relasjoner», «psykisk» og «plager». Dersom de norske søkeordene ga få resultater, ville jeg benyttet engelske søkeord. Jeg fant overaskende mange resultater på norsk og valgte derfor å holde meg til norske søkeord.

Ettersom søkene ga mellom 50-200 treff gikk jeg gjennom alle titlene på resultatene som kom opp. Jeg valgte å beholde artiklene som ut ifra tittelen kunne fortelle meg at de enten handlet om digitale seksuelle overgrep og/eller handlet om psykiske plager i etterkant av overgrep. Jeg gikk gjennom sammendraget på totalt 17 artikler som, ut ifra tittelen, virket relevante. Dette resulterte i en utsilingsprosess. Jeg foretok en tematisk analyse for å finne ut hvilke

artikler som var mest aktuelle for min oppgave. Her valgte jeg bevisst å sile ut artiklene som omhandlet psykiske plager i forkant av overgrep, da jeg ønsket å undersøke forekomst av psykiske plager i etterkant av overgrep. Jeg valgte også å sile ut artikler som utelukkende omhandlet andre former for digitale seksuelle overgrep enn bildebaserte. Derav er oppgavens eksklusjonskriterier; litteratur som omhandler «psykiske plager i forkant av overgrep» og artikler som omhandler «andre former digitale seksuelle overgrep enn bildebaserte». Til slutt stod jeg igjen med 5 forskningsartikler, som alle tar for seg seksuelle overgrep mot barn på nett, nettverkets betydning og psykiske plager i etterkant av seksuelle overgrep. Jeg har valgt å ta i bruk alle disse fem når jeg besvarer min problemstilling.

3.3 Supplerende søk

Til tross for at søkene mine er begrenset til norske artikler, viser flere av de norske artiklene til utenlandske studier. Dette har ført til at jeg har gjort kjedesøk i artiklene og funnet frem til utenlandske og/eller eldre studier som jeg har valgt å inkludere. De utenlandske artiklene jeg har inkludert har vært basert på studier fra USA og England, som kulturelt sett kan sees å ha en viss overføringsverdi til norsk kontekst.

De utenlandske og eldre artiklene jeg har valgt å inkludere, har på hver sin måte tatt for seg temaer som i liten grad er kulturelt betinget, som traumereaksjoner og følelsesmessige reaksjoner på overgrep.

Ved å gå gjennom pensumlister for ulike fag jeg, har hatt kom jeg frem til 7 ulike pensumbøker, som jeg så på som mulig relevante for min besvarelse. Jeg foretok en tematisk analyse av disse bøkene, hvor jeg så etter hvilke bøker som tok for seg begrepene «ungdom», «relasjoner», «tilknytning», «psykiske plager» og «sårbarhet». 3 bøker innfridde mine krav og er derfor inkludert i oppgavebesvarelsen. Den første boken jeg valgte å inkludere, er boken Utviklingspsykologi (Tetzchner, 2020e). Den andre boken jeg fant relevant for min problemstilling var Psykologi og psykiske lidelser (Håkonsen, 2020c). Den siste boken jeg valgte å inkludere er Mikroseparasjoner (Brandtzæg et al., 2012a).

3.4 Kildekritikk

For å sørge for at oppgavens troverdighet og faglighet er ivaretatt, har jeg nøye utvalgt forskningsartikler som belyser temaet og problemstillingen fra flere ulike sider. Jeg har funnet en kombinasjon av kvalitative og kvantitative studier. På denne måten har jeg brukt statistikk

til å vurdere de kvalitative intervjuenes relevans. Funnene fra de kvalitative studiene jeg har tatt i bruk, har på denne måten blitt styrket av statistiske data knyttet til tilsvarende tema. Temaet er i stor grad knyttet til oppdragelsesstil og familiedynamikk. Dette er faktorer som vil kunne variere fra land til land og må derfor sees ut ifra en kulturell kontekst. Av denne grunnen har jeg derfor valgt å bruke forskningsartikler som er skrevet ut ifra en norsk kontekst, til tross for at en stor mengde relevant litteratur kan bortfalle.

Det å finne studier på nettverkets betydning i etterkant av bildebaserte seksuelle overgrep var ikke lett. Jeg tok derfor i bruk studier som ikke direkte omhandlet bildebaserte seksuelle overgrep, men som jeg av andre grunner fant relevante. Jeg valgte å ta i bruk Ullman (1999) og Østby & Stefansen (2017), fordi de tok for seg viktige momenter knyttet til nettverk og reaksjoner. For å belyse viktigheten av å prate om bildebaserte overgrep valgte jeg å inkludere Steine, Winje, Nordhus, Milde, Bjorvatn, Grønli og Pallesen(2016), i tillegg til Ahrens, Stansell og Jennings studie (C. Ahrens et al., 2010). Jeg fant også Rosenqvist (2010a) og Brumariu & Kerns (2010) studier relevante, da de tar for seg tilknytning og beskyttelsesfaktorer knyttet opp mot seksuelle overgrep.

4.0 Hovedtrekk i valgt litteratur

4.1 Nett som arena for seksuelle overgrep

Når man skal drøfte et tema knyttet til utvikling av psykiske plager i etterkant av bildebaserte seksuelle overgrep er det viktig å forstå hva som kjennetegner dette fenomenet. En må også ha kunnskap om hva som skiller dette fra naturlig seksuell utforskning på nett. I en rapport fra 2018, basert på samtaler med omlag 70 ungdommer, kartlegges det at Norske 13-16- åringer daglig sender mellom 100-600 meldinger via bildedelingsplattformen Snapchat (Berggrav, 2018). Med tanke på seksuell nysgjerrighet og utforskning som en naturlig del av ungdomstiden, kan man gå ut ifra at noe av denne kommunikasjonen vil være seksuelt rettet. Når man tidligere begynte å forske på digital seksuell kommunikasjon var det utelukkende omtalt som problematisk (Frøyland et al., 2021). Senere har man utviklet en bredere forståelse av seksuell kommunikasjon som et fenomen med både positive og negative sider.

I Berggravs (2018) rapport beskrives internett som en åpen arena hvor ungdom kan utforske sin seksualitet gjennom å oppsøke informasjon om sex, og utforske egne seksuelle grenser og fantasier. For enkelte kan det å dele nakenbilder med noen de liker og stoler på, være en positiv opplevelse og ha en positiv effekt på ungdommens identitetsutvikling. Likevel kan andre oppleve negative konsekvenser forbundet med slik bildedeling. Som for eksempel stor grad av skam og krenkelse av seksuell integritet. Ungdom bruker internett til alt fra skolearbeid, til daglige samtaler, underholdning og seksuell utforskning (Frøyland et al., 2021). Berggrav mener at det kan være vanskelig for ungdommen å skille mellom hva som er lovlig og ulovlig, når det gjelder seksuell utforskning og kommunikasjon.

Til tross for at internettet er en så stor del av ungdoms hverdag viser kvantitative undersøkelser fra Medietilsynet at mange foreldre har lite oversikt over barnas internettbruk (Medietilsynet, 2016). Ifølge Medietilsynets undersøkelse oppga 35 prosent av barn og unge, mellom 13 og 16 år, at deres foreldre viste interesse for hva de delte på sosiale medier. 32 prosent av utvalget mente at foreldrene interesserte seg for hva deres barn selv så på internett. I tillegg til at få foreldre viser interesse for å følge med på hva deres barn gjør på internett, kan terskelen være høy for at en ungdom selv forteller foreldrene om ubehagelige opplevelser på nett. Berggrav nevner skam og skyld knyttet til overgrepet i kombinasjon med frykt for reaksjoner, sanksjoner og manglende forståelse, som store hindringer i kommunikasjonen

mellom ungdommen deres foreldre (Berggrav, 2018) . Sammen kan disse faktorene hindre ungdommen fra å fortelle foreldrene om bildebaserte seksuelle overgrep.

4.1.1 Ungdommens forhold til deling av seksualiserte bilder

En kombinasjon av seksuell nysgjerrighet i ungdomsalderen og unges nettvvaner øker sannsynlighet for at unge tar seksualiserte bilder av seg selv og deler disse. I 2022 foretok Medietilsynet en undersøkelse av 3200 barn og unge, fra 9 til 18 år (Medietilsynet, 2016). De kartla at 43 prosent av ungdom mellom 13 og 18 år hadde fått forespørsel om å dele nakenbilder på nett, mens 12 prosent oppga å ha delt.

Ungdommene i Berggravs (2018) rapport fortalte om seksualiserte bilder og deling av disse som noe nærmest naturlig. Likevel viser Medietilsynets (2016) statistikk at de fleste ungdommer ikke har delt seksualiserte bilder av seg selv. Ettersom ungdommene Berggrav intervjuet var mellom 13-16 år gamle, er loven tydelig på at alle disse bildene, omtalt av ungdommene som «nudes», er å anse som overgrepsmateriale (Straffeloven, §311, 2005). Dermed er bildene ulovlig både å anskaffe, være i besittelse av og dele.

I tillegg til deling av overgrepsmateriale mellom enkeltpersoner, avslørte Berggravs (2018) rapport at ungdommene kjente til spredning av seksualiserte bilder på større offentlige plattformer. På bildedelingsplattformen Instagram kjente ungdommene til egne kontoer, som delte såkalte «hooke-bilder» av elever ved bestemte skoler. Bildene viste elever i intime settinger, som for eksempel ved klining. Elevene på bildet ble linket til bildet via såkalte «tags», slik at andre kunne gjenkjenne hvem som var avbildet. Personene på bildet hadde ikke samtykket til bildedelingen. Eieren av kontoen var ukjent for ungdommen og hvem som helst kunne sende bilder til kontoen for å få disse publisert. Ungdommen oppga at de ikke opplevde dette som noe ulovlig, da slike «hooke-kontoer» var noe de opplevde som vanlig iblant jevnaldrende. Det at ungdommen ikke opplever slik type bildedeling som ulovlig, forteller oss noe om ungdommens kunnskap og holdninger rundt deling av seksualiserte bilder på nett. I Berggravs (2018) intervjuer oppga flere av ungdommene som ble intervjuet, at de hadde lite kjennskap til hva som er ulovlig når det gjelder seksualiserte bilder og deling av disse. Ungdommene manglet forståelse av at samtykke er nødvendig i situasjoner hvor man sender seksualiserte bilder av seg selv, fotograferer andre i intime settinger, oppbevarer intime bilder man har fått videresendt, viser frem intime bilder av andre og når man deler intime bilder av andre.

4.1.2 Skadevirkning av bildebaserte seksuelle overgrep

Til forskjell fra et fysisk seksuelt overgrep har et seksuelt overgrep på nett nærmest en ubegrenset mengde publikum (Berggrav, 2018). KRIPOS (2022) beskriver bildebaserte seksuelle overgrep som langvarige, ettersom man ikke har forutsetning for å vite omfanget av bildespredningen, eller når man kan risikere å få bildet vist opp på ny.

I Berggravs studie kom hun frem til at ungdom som har blitt utsatt for bildebaserte seksuelle overgrep i stor grad blir utsatt for ryktespredning, hets, trakassering og påføring av skam (Berggrav, 2018). Omfanget av bildedelingen er umulig å få oversikt over. Berggrav forklarer at frykten for at familie, fremtidige partnere, arbeidsgivere og andre, skal se bildene kan følge i lang tid etter et bildebasert seksuelt overgrep. På den måten kan slike overgrep føre til stressreaksjoner for ungdommen også i lang tid etter det har skjedd. Berggrav mener en konstant frykt for at bildet kan dukke opp igjen kan hindre den overgrepsutsatte i å delta på sosiale arenaer også senere i livet. Slik type stress over lengre tid er forbundet med både psykiske og fysiske helseplager (Håkonsen, 2020b).

4.2 Utvikling av psykiske plager

Når en snakker om utvikling av psykiske plager og lidelser kan man ikke komme utenom temaet arv og miljø. En persons gener kan være avgjørende for hvilke forutsetninger vedkommende har for å utvikle psykiske plager og lidelser (Håkonsen, 2020a). Likevel vil utviklingen være avhengig av et samspill mellom arvelige genetiske faktorer og miljøet rundt personen.

4.2.1 Psykiske plager

Psykiske plager kan i stor grad gi mennesker vansker med å håndtere hverdagen, selv om symptomtrykket ikke er stort nok til å karakteriseres som en diagnose (Helsedirektoratet, 2021). I tillegg til sterke stressreaksjoner viser en studie fra 2010 at seksuelle krenkelser og overgrep, som er knyttet til utforskning, er forbundet med ulike psykiske plager og lidelser (Perren et al., 2010). Perren undersøkte sammenhengen mellom nettmobbing og symptomer på depresjon via en kvantitativ spørreundersøkelse. Han beskrev bildebaserte seksuelle overgrep på nett som en form for nettmobbing. Plagene som ble nevnt som resultat av seksuelle krenkelser og overgrep på nett var; dårlig selvbilde, søvnvansker, engstelighet, depresjonssymptomer, dårlig konsentrasjon, tillitsproblemer og dårlige prestasjoner på skolen.

Frøyland og Stefansens (2023) studie, om unges utsatthet for seksuelle krenkelser, viser tydelig sammenheng mellom det å være utsatt for bildebaserte seksuelle overgrep og indikatorer på psykiske plager. Studien så forekomsten av uønskede seksuelle hendelser opp mot mistriksel hos 13 til 19 år gamle elever, ved ulike skoler i Oslo. De psykiske plagene studien avslørte i sammenheng med uønskede seksuelle hendelser på nett, var mistriksel og depressivt stemningsleie. Det å få nakenbilder ufrivillig spredt på nett er, ifølge Frøyland og Stefansen, en belastning som fører med seg et betydelig stress for den som blir utsatt. En slik type belastende stress kan over tid sees i sammenheng med psykiske plager, angst og frykt (Håkonsen, 2020d).

4.3 Nettverkets betydning i etterkant av seksuelle overgrep

4.3.1 Å snakke om seksuelle overgrep

I 2017 intervjuet Østby og Stefansen ni overgrepsutsatte, om deres opplevelse av nettverkets reaksjoner i sin studie (Østby & Stefansen, 2017). Flere overgrepsutsatte forklarte at de ikke ønsket å fortelle det nære nettverket om overgrepet, fordi de ikke ønsket at det nære nettverket skulle kjenne på skyld og ansvar.

Steine et al (2016), forsket på tiden fra et barn blir utsatt for et seksuelt overgrep, til barnet velger å fortelle andre om overgrepet. I deres studier brukte de ordet «latenstid» om tiden fra et overgrep fant sted til personen valgte å fortelle om overgrepet. Studien viste at de som hadde lang latenstid ofte hadde symptomer på psykiske helseplager. Gjennomsnittlig latens hos studiens deltagere var 17,2 år. Studien viser at det er mer vanlig å fortelle om seksuelle overgrep til noen i det nære, uformelle nettverket, enn f.eks. et helsepersonell.

4.3.2 Relasjon mellom ungdom og forelder

Ungdomstiden er en fase i livet hvor relasjoner i miljøet kan møte utfordringer (Tetzchner, 2020c). I ungdomstiden begynner vennerelasjoner å konkurrere med foreldrerelasjoner, og løsrivelsen fra foreldrene begynner. Dette gjør at mange ungdommer bruker mindre tid med sine foreldre. Denne løsrivelsen kan føre til konflikter i relasjonen mellom ungdom og forelder. Til tross for denne løsrivelsen er foreldrene en del av det vi regner som det nærmeste miljøet rundt ungdom (Østby & Stefansen, 2017).

I 2023 ble det publisert en studie basert på kvantitativ undersøkelse fra 2018, som omhandler forekomsten av bildebaserte overgrep blant norske ungdommer på ungdomsskoler og videregående skoler i Oslo (Pedersen et al., 2023). Studien viste at lav grad av

foreldreoversikt og mindre nær relasjon til foreldrene er faktorer som er forbundet både med bildebaserte seksuelle overgrep, men også tradisjonelle seksuelle overgrep.

Psykiatrispesialist, Randi Rosenqvist (2010b), har skrevet en artikkel om dokumentasjon av psykiske skader etter seksuelle overgrep. Hun skriver at barn utsatt for seksuelle overgrep, har større sannsynlighet for å utvikle psykiske lidelser, dersom de manglet åpenhet og støtte fra foreldrene. Rosenqvist mente at grunnen til dette var manglende beskyttelsesfaktorer i barnets omgivelser.

I følge Brumariu og Kerns viser generelle gjennomganger av ulike studier, at barn med en usikker tilknytning noe oftere utvikler psykiske lidelser enn barn med trygg tilknytning (Brumariu & Kerns, 2010).

Tale Krohn Engevik er en helsesykepleier som har tatt til sosiale medier, under navnet «Helsesista», for å nå ut til barn og unge (Buer, 2018). Gjennom den sosiale medieplattformen Snapchat kommuniserer hun med over 200 000 barn og unge. I forbindelse med Berggravs studie intervjues Engevik om hvordan hun opplever at foreldres reaksjoner påvirker barn og unge (Berggrav, 2018). Engevik forteller at reaksjonen ungdommen møter når de opplever at nakenbildet deres er spredt, har stor effekt for deres evne til å håndtere livet i etterkant. Hun opplyser at mange av ungdommene får konsentrasjonsvansker som resultat av at de føler stor grad av skyld og skam i etterkant av overgrepet. Hun forteller videre at noen ungdommer tyr til destruktive måter å håndtere skamfølelsen, som selvskading eller rus. Engevik mener en åpen og trygg relasjon mellom foreldre og barn kan være grunnleggende for at unge håndterer det å få nakenbilder delt på en god måte, og dermed også livreddende.

4.3.3 Støttende og ikke-støttende reaksjoner

I 1999 skrev Sarah Ullman en artikkel, om sosial støtte i etterkant av seksuelle overgrep, basert på en vurdering av empiriske studier (Ullman, 1999). I artikkelen deles nettverkets reaksjoner inn i kategoriene støttende og ikke-støttende reaksjoner. Disse kategoriene deles igjen inn i underkategorier. Under støttende reaksjoner finner vi underkategoriene emosjonell støtte, instrumentell støtte og informativ støtte. Under ikke-støttende reaksjoner finner vi kategoriene umyndiggjøring, påføring av skam, stigmatisering, distrahering og egosentrisk atferd. Ikke-støttende atferd kan bidra til at den utsatte legger skyld på seg selv for overgrepet. Det å fortelle om seksuelle overgrep og møte ikke-støttende reaksjoner er assosiert med flere psykiske helseproblemer enn om man mottar støttende reaksjoner (C. Ahrens et al., 2010).

I 2007 gjennomførte Ullman, Filipas, Townsend og Starzynski en longitudinell studie på kvinner utsatt for seksuelle overgrep (Ullman et al., 2007). Her avslørte de en forbindelse mellom ikke-støttende reaksjoner fra nære relasjoner og en mindre grad av hjelpesøkende atferd hos den som er utsatt for overgrep.

Flere studier har dokumentert at de mest vanlige ikke-støttende reaksjonene overgrepsutsatte møter hos familiemedlemmer er stigmatisering og skyld- og skampåføring (Østby & Stefansen, 2017). Ifølge Østby og Stefansen er hvilken type støtte man får, og hvordan man opplever denne, sentralt for utviklingen av psykiske plager.

Østby og Stefansen (2017) viser til en tidligere studie fra 2009. Studien fra 2009 forsket på hvordan det å snakke om overgrepet påvirket overgrepsutsattes mulighet til å komme seg videre i livet. I studien ble det dokumentert at mennesker som opplevde stor grad av informativ støtte, men liten grad av emosjonell støtte, ikke opplevde reaksjonen som støttende (C. E. Ahrens et al., 2009). De opplevde manglende forståelse, som overskygget den informative støtten. Østby og Stefansen beskriver det å få beskjed av det nære nettverket om at man ikke skal fortelle noen om overgrepet, som et eksempel på en ikke-støttende reaksjon. De forklarer at en slik ikke-støttende reaksjon kan påføre den utsatte ytterligere skyld og ansvar for overgrepet.

Østby og Stefansen skiller mellom de ikke-støttende reaksjonene, som er intenderte negative reaksjoner og de som er ikke-støttende anerkjennelse (Østby & Stefansen, 2017). Ved intenderte negative reaksjoner påføres den utsatte skyld og skam ved at han/hennes opplevelse ikke blir anerkjent. Ikke-støttende anerkjennelse er ofte godt ment, men oppleves likevel ikke som støttende fordi den overgrepsutsatte ikke føler seg sett og hørt.

Østby og Stefansen (2017) intervjuet 13 fagpersoner, om involvering av nettverk i etterkant av seksuelle overgrep. Gruppen fagpersoner var en sammensetning av psykologer, sykepleiere, sosionomer, advokater og leger. Flere av fagpersonene ytret bekymring knyttet til involveringen. Bekymringen baserte seg på frykt for negative reaksjoner fra overgrepsutsattes nettverk. Fagpersonene var opptatt av at mer informasjon til nettverket om seksuelle overgrep var nødvendig for å sikre støttende reaksjoner i etterkant av overgrepet.

I en Redd Barna-rapport fra 2018 kartlegges ungdoms eget forhold til deling av nakenbilder, gjennom intervjuer av 70 ungdommer (Berggrav, 2018). Ungdommen fortalte at foreldrene

må vise støttende reaksjoner, i form av forståelse for ungdommens uoverveide valg og seksuelle utforsking, for å fjerne skam knyttet til temaet bildebaserte seksuelle overgrep. I Østby og Stefansens intervjuer av overgrepsutsatte, oppga de utsatte emosjonell støtte som den viktigste formen for støttende reaksjon fra det nære nettverket (Østby & Stefansen, 2017). Emosjonell støtte i etterkant av et overgrep handler, ifølge Østby og Stefansen, om å bekrefte og akseptere den utsattes opplevelse. De utsatte opplevde denne formen for støttende reaksjon i større grad fra venner enn fra foreldre. Studien avslørte at flere overgrepsutsatte opplevde støttende reaksjoner fra nettverket som en viktig del av å «komme seg videre» etter å ha blitt utsatt for et seksuelt overgrep. I resultatene av Østby og Stefansens studie konkluderer de med at nettverksintervensjoner vil kunne føre til bedre psykisk helsearbeid for overgrepsutsatte.

4.4 skyld og skam

I en studie basert på intervjuundersøkelse fra 2015 ble det kartlagt at ca. to tredjedeler av barn som blir utsatt for seksuelle overgrep har fortalt det til noen i sitt nære, uformelle, nettverk (Myhre et al., 2015). Studien undersøkte 16- og 17-åringer utsatt for vold og fysiske overgrep. I studien drøftes sammenhengen mellom fysiske overgrep og psykisk helse. Resultater fra studien viste en tydelig sammenheng mellom psykiske helseplager og opplevelse av skyld og skam hos ungdommen. I studien forklares det at skyldfølelse i forbindelse med overgrepet øker sannsynligheten for grubling og repeterende tanker. Skam beskrives som en faktor som fører til sosial distansering, manglende hjelpesøkende atferd og redusert følelse av sosial tilhørighet.

5.0 Drøfting

Min problemstilling er, som nevnt innledningsvis:

«Hvordan kan reaksjoner fra det personlige nettverket påvirke risikoen for utvikling av psykiske plager hos unge utsatt for bildebaserte overgrep på nett?»

Jeg vil derfor nå drøfte mine funn opp mot denne problemstillingen i lyset av teorien jeg har presentert i teorikapittelet.

5.1 Involvering av nettverk

Flere av mine funn viser at ulike former for negative reaksjoner fra det nære nettverket, i etterkant av seksuelle overgrep, kan ha sammenheng med utvikling av psykiske plager. Kripos omtalte bildebaserte seksuelle overgrep som mer langvarige, enn fysiske overgrep, ettersom videredelingen er vanskelig å kontrollere og bildene kan dukke opp på senere tidspunkt (KRIPOS, 2022). Østby og Stefansens studie oppga støttende reaksjoner som en viktig faktor for å «komme seg videre» i etterkant av seksuelle overgrep. Med tanke på det ubegrensede omfanget av bildebaserte seksuelle overgrep, kan det argumenteres for at støttende reaksjoner er svært viktig. Støttende reaksjoner kan bidra til å fjerne skam knyttet til overgrepet og dermed også gjøre ungdommen bedre rustet for å takle en eventuell situasjon hvor bildet dukker opp.

Enkelte av funnene viser at positive reaksjoner er forbundet med økt grad av hjelpesøkende atferd hos den overgrepsutsatte. En kan ut ifra dette anta at det vil være en fordel å inkludere det nære nettverket i etterkant av et bildebasert seksuelt overgrep.

Det å involvere nettverket i etterkant av seksuelle overgrep trenger ikke være utelukkende positivt, men må forstås fra flere ulike perspektiver. Ved å involvere det nære nettverket i etterkant av et bildebasert seksuelt overgrep burde man være klar over risikoen for at det kan ha uheldig effekt på ungdommens psykiske helse.

5.1.1 tidspunkt for nettverksinkludering

Når man velger å fortelle om et bildebasert seksuelt overgrep til sine foreldre, er risikoen for overveldende følelsesuttrykk stor (Terr, 1991). Det å få vite at sitt barn har blitt utsatt for et slik overgrep, kan forstås som en traumatisk opplevelse for foreldre. Slike traumatiske opplevelser kan fremprovosere sterke spontane følelsesuttrykk. Disse kan oppleves som negative reaksjoner og forsterke følelsen av skam og skyld hos den overgrepsutsatte, selv om reaksjonen bunner i f.eks frykt eller bekymring (Østby & Stefansen, 2017). Med utgangspunkt

i Myhre, Hjemdal og Thoresens forskning, på sammenheng mellom psykiske plager og opplevelse av skyld og skam, kan det tenkes at inkludering av nært nettverk kort tid etter bildebasert seksuelt overgrep øker sannsynligheten for psykiske plager hos ungdommen (Myhre et al., 2015). Fra et utviklingspatologisk perspektiv kan dette knyttes opp mot omgivelsenes påvirkning på utvikling av psykiske helseutfordringer (Tetzchner, 2020d). En kan derfor tenke at en ungdom er mer sårbar for utvikling av psykiske plager dersom foreldrenes umiddelbare reaksjon i etterkant av et bildebasert seksuelt overgrep ikke oppleves støttende.

Det å fortelle om å bli utsatt for et bildebasert seksuelt overgrep trenger ikke være så svarthvitt at man enten forteller eller ikke forteller. En kan skille mellom det å inkludere det nære nettverket med en gang overgrepet har skjedd, eller å vente til det har gått lengre tid fra overgrepet har funnet sted med å fortelle det. Når man skal sammenligne det å inkludere nettverket kort tid etter overgrepet har funnet sted, med utsettelse av inkluderingen, er det viktig å forstå konsekvenser av å utsette inkluderingen. En kan forstå dilemmaet, knyttet til om man skal fortelle foreldrene sine om et bildebasert seksuelt overgrep, som en indre konflikt hos den overgrepsutsatte (Håkonsen, 2020b). En vanlig reaksjon på en slik indre konflikt er å trekke seg tilbake og forsøke å ignorere situasjonen. Steine, Winje, Nordhus, Milde, Bjorvatn, Grønli og Pallesen (2016) beskriver i sin studie lang latenstid som tett forbundet med økte symptomer på psykiske helseplager. Hvis man trekker paralleller fra denne studien, til Håkonsens teori om tilbaketrekkende reaksjon kan det tenkes at lang latenstid, grunnet tilbaketrekkende reaksjon på indre konflikt, øker risikoen for utvikling av psykiske helseplager. En må derfor se belastningen av negative reaksjoner fra det nære nettverket opp mot belastningen av å ikke fortelle om overgrepet.

5.2 Kvalitet på omsorg

Mine funn tyder på at en nær og trygg relasjon mellom ungdom og forelder kan øke sannsynligheten for at ungdommen velger å fortelle om det bildebaserte seksuelle overgrepet de er utsatt for. Flere funn tyder også på at trygg tilknytning gjør ungdom mindre utsatt for psykiske plager. I forbindelse med Østby og Stefansens (2017) studie, mente fagpersoner at det var behov for mer informasjon om seksuelle overgrep til det nære nettverket. Med utgangspunkt i Mary Ainsworths tilknytningsteori, kan en likevel stille seg spørsmål ved om

det vil være til noen hjelp å informere foreldrene om hvordan de skal snakke med ungdommen om bildebaserte seksuelle overgrep (Ainsworth & Bell, 1970).

I følge Ainsworths tilknytningsteori vil man kunne gå ut ifra at ungdom, med genetisk sårbarhet for utvikling av depresjon, vil ha økt risiko for utvikling av depresjon dersom vedkommende i tillegg har utrygg tilknytning til sine omsorgspersoner (Ainsworth & Bell, 1970). Ainsworth mente at en trygg og nær tilknytning måtte bygges opp allerede fra tidlig barndom av. Vi har ingen garanti for at ungdommens oppvekst har vært preget av god omsorg og trygg tilknytning. Statistikk fra Statistisk sentralbyrå viser at det i 2021 var 8731 barn som hadde omsorgstiltak via barnevernet (SSB, 2021). Dette blir bare et tall for å gi eksempel på hvor mange barn og unge som lever i redusert omsorgssituasjon. Vi vet at det også er mange barn som lever med dårlig omsorg, som ikke nødvendigvis har tiltak via barnevernet (Ringereide, 2020). Man trenger heller ikke leve under omsorgssvikt selv om man har en utrygg tilknytning til sine foreldre. Ut ifra mine funn vet vi at lav grad av foreldreoversikt er forbundet med forekomst av bildebaserte seksuelle overgrep (Pedersen et al., 2023). Med utgangspunkt i Ainsworths tilknytningsteori, kan det tenkes at informasjon om hvordan man snakker om bildebaserte seksuelle overgrep til foreldre, ikke vil forebygge forekomst av psykiske plager hos ungdom.

Ut ifra Ainsworths tilknytningsteori kan man si at trygg tilknytning er nødvendig for at ungdommen skal kunne føle seg trygg nok på sine foreldre til å snakke om bildebaserte seksuelle overgrep. Dersom trygg tilknytning ikke er etablert, kan man basert på denne teorien tenke at det å informere foreldre om viktigheten av støttende reaksjoner, ikke vil redusere ungdommers terskel for å fortelle om slike overgrep. Det vil derfor kunne anses som for optimistisk å gi foreldrene det fulle ansvar for å forebygge forekomsten av psykiske plager hos deres ungdom. Det å informere foreldrene om hvordan de skal snakke med ungdommen kan forstås som hensiktsmessig i de tilfeller hvor foreldre og ungdom har en grunnleggende trygg tilknytning. Tallene fra Myhre, Hjemdal og Thoresens (2015) forskning viser likevel at én tredjedel av seksten- og sottenåringer, som er utsatt for en form for seksuelt overgrep, ikke har fortalt om det til noen. Derfor er det sentralt å undersøke hvilke andre faktorer enn tilknytning som kan redusere ungdommens barriere for å fortelle om bildebaserte seksuelle overgrep.

5.3 Forebygging via kunnskap til ungdom

Undersøkelser av ungdoms forhold til bildebaserte seksuelle overgrep avslørte at ungdom hadde lite kunnskap om ulovligheten av dette (Berggrav, 2018). Myhre, Hjemdal og Thoresen (2015) forklarte skamfølelse som en årsak til sosial distansering og manglende hjelpesøkende atferd. Det kan tenkes at økt kunnskap om hvorvidt ungdommen er offer for en ulovlig handling, fremfor deltagende part i en ubehagelig opplevelse på nett, kan redusere skamfølelsen knyttet til overgrepet. Dersom ungdommen har kunnskap, som kan redusere deres følelse av skam, vil det kunne tenkes at ungdommen i større grad oppsøker hjelp i forbindelse med bildebaserte seksuelle overgrep.

I ungdomstiden begynner vennerelasjoner å konkurrere med foreldrerelasjonen i større grad enn i barndommen (Tetzchner, 2020c). Som ungdom jobber man med å utvikle en identitet som er adskilt fra sine foreldre. Med utgangspunkt i utviklingsteorier og en psykopatologisk forståelse av psykiske plager, kan man derfor ikke overse betydningen av støttende reaksjoner fra nære vennerelasjoner. Derfor er det sentralt å drøfte hvorvidt støttende reaksjoner fra vennerelasjoner kan veie opp for manglende støtte fra foreldre.

Tetzchner beskriver deling av følelser, hemmeligheter og emosjonell støtte som omfattende deler av vennerelasjoner i ungdomsalderen (Tetzchner, 2020a). Vennskapsrelasjoner er de viktigste relasjonene i ungdomsårene og aksept fra venner er viktigere enn aksept fra foreldre. Tetzchner beskriver det å avsløre seg og sine følelser gjennom samtale som selvavsløringer. For ungdom er det viktig å kunne formidle selvavsløringer uten å møte skampåførende reaksjoner. I Berggravs studie fortalte ungdommen at forståelse var viktig for å fjerne skam knyttet til bildebaserte seksuelle overgrep (Berggrav, 2018). Berggrav opplevde at ungdommene fortalte om bildebaserte overgrep som noe normalisert. Det kan tenkes at det vil være enklere for ungdom å møte forståelse hos noen som del av samme ungdomskultur, siden bildebaserte seksuelle overgrep er mer normalisert blant ungdom enn foreldregenerasjonen.

Undersøkelsene fra medietilsynet viste at foreldre i liten grad har oversikt og viser interesse for hva deres barn gjør på nett (Medietilsynet, 2016). Pedersen, Bakken, Stefansen og Von Soests (2023) studie viste sammenheng mellom en lav grad av foreldreoversikt og forekomst av bildebaserte seksuelle overgrep. Det at foreldrene har lite oversikt over hva ungdommen gjør på nett kan påvirke deres forutsetning for å vise forståelse for omfanget av delingen.

Sånn sett kan det også tenkes at det er både enklere og viktigere for ungdom å få støttende reaksjoner fra sine venner enn fra foreldre i etterkant av bildebaserte seksuelle overgrep. Med utgangspunkt i mine funn, knyttet til emosjonell støtte som den viktigste formen for støttende reaksjon, kan man derfor tenke at støttende reaksjoner fra venner vil kunne veie opp for manglende støtte fra foreldre.

Det å gi ungdom kunnskap om bildebaserte seksuelle overgrep, kan gjøre dem til bedre støttespillere ovenfor hverandre. I tillegg kan det tenkes at informasjon om hvorvidt bildebaserte seksuelle overgrep er ulovlig, kan øke ungdommens terskel for å utføre denne typen overgrep på hverandre.

6.0 Avslutning

Det å ha informasjon, om hvordan foreldres reaksjoner påvirker utvikling av psykiske plager i etterkant av bildebaserte seksuelle overgrep, er viktig. På denne måten kan man som sosialarbeider både forstå forekomsten av psykiske plager hos unge, men også vite hvordan man aktivt kan bruke ungdommens nære nettverk til å forebygge forekomst av psykiske plager. I denne bacheloroppgaven har jeg sett nærmere på sammenhengen mellom reaksjoner hos foreldre og utvikling av psykiske plager hos ungdom, i etterkant av bildebaserte seksuelle overgrep. Jeg har drøftet mine funn i lyset av Mary Ainsworths tilknytningsteori og psykopatologisk forståelse av psykiske plager.

Ut ifra drøftingen av funnene i denne bacheloroppgaven kan jeg konkludere med at reaksjoner fra det nære nettverket har en påvirkning på utvikling av psykiske plager. Mine funn viser at større eller mindre grad av skam og skyld har en sammenheng med psykiske plager hos ungdom. Skam og skyld er temaer som er gjennomgående i mine funn og kan dermed sees som sentrale årsaker til psykiske plager i etterkant av bildebaserte seksuelle overgrep. Funnene tyder på at ungdommer kan oppleve støttende reaksjoner fra vennerelasjoner som like viktig, om ikke viktigere enn, støttende reaksjoner fra foreldrene. Påvirkningskraften av foreldrenes reaksjoner kan derfor forstås ut ifra hva den enkelte ungdommen anser som sine nærmeste relasjoner. En trygg tilknytning mellom ungdom og forelder kan være avgjørende for om ungdommen velger å fortelle om det bildebaserte seksuelle overgrepet. Sånn sett vil en trygg tilknytning kunne være avgjørende for om foreldrenes reaksjoner påvirker den psykiske helsen i etterkant av bildebaserte seksuelle overgrep.

Underveis i oppgaven har jeg møtt på flere temaer som hadde vært relevante å drøfte. Det hadde for eksempel vært interessant å se nærmere på utvikling av emosjonshåndtering og verdien av emosjonsdeling opp mot problemstillingen. Det hadde også vært interessant å se nærmere på verdien av støttende reaksjoner fra andre betydningsfulle voksne i ungdommens liv.

Personlig mener jeg at bildebaserte seksuelle overgrep blant unge og psykisk helse i forbindelse med dette er et tema som burde forskes mer på og informeres mer om. Ungdom er i stor grad aktive på sosiale medier og foreldre har liten mulighet til å beskytte dem mot ubehagelige hendelser. Derfor må både foreldre og ungdom informeres om viktigheten av

støttende reaksjoner i etterkant av bildebaserte seksuelle overgrep og ulovligheten av slike typer overgrep.

7.0 Referanseliste

- Ahrens, C. E., Cabral, G., & Abeling, S. (2009). Healing or hurtful: Sexual assault survivors' interpretations of social reactions from support providers. *Psychology of Women Quarterly*, 33, 81–94. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2008.01476.x>
- Ahrens, C., Stansell, J., & Jennings, A. (2010). To Tell or Not to Tell: The Impact of Disclosure on Sexual Assault Survivors' Recovery. *Violence and victims*, 25, 631–648. <https://doi.org/10.1891/0886-6708.25.5.631>
- Ainsworth, M. D. S., & Bell, S. M. (1970). Attachment, Exploration, and Separation: Illustrated by the Behavior of One-Year-Olds in a Strange Situation. *Child Development*, 41(1), 49–67. <https://doi.org/10.2307/1127388>
- Arbeidstilsynet. (2023). *Arbeidsrelaterte psykiske plager*. Arbeidstilsynet. <https://www.arbeidstilsynet.no/tema/arbeidsrelaterte-psykiske-plager/>
- Bakken, A., & Osnes, S. M. (2021). *Ung i Oslo 2021*. Velferdsforskningsinstituttet NOVA. <file:///Users/andreabeide/Downloads/NOVA-rapport-9-21.pdf>
- Barne- og familiedepartementet. (1989). *FNs konvensjon om Barns rettigheter*. FN. https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/kilde/bfd/bro/2004/0004/ddd/pdfv/178931-fns_barnekonvensjon.pdf
- Berggrav, S. (2018). *Hvis du liker meg meg må du dele et bilde*. Redd Barna. <https://www.reddbarna.no/content/uploads/2020/12/Hvis-du-liket-meg-m%C3%A5-du-dele-et-bilde.pdf>
- Berggrav, S. (2021). *Snakk med oss -Håndbok om hvordan samtale med barn og unge om kroppspress, nakenbilder og pornografi på internett*. Redd Barna. <https://www.reddbarna.no/content/uploads/2021/01/Snakk-med-oss-November-2021.pdf>
- Brandtzæg, I., Smith, L., & Torsteinson, S. (2012a). *Mikroseparasjoner*. Fagbokforlaget.

- Brandtzæg, I., Smith, L., & Torsteinson, S. (2012b). Tilknytningsteori i samfunnet. I *Mikroseparasjoner* (s. 251). Fagbokforlaget.
- Brumariu, L. E., & Kerns, K. A. (2010). Parent-child attachment and internalizing symptoms in childhood and adolescence: A review of empirical findings and future directions. I *PubMed* (22. utg., ss. 177–203). National Library of Medicine.
<https://doi.org/10.1017/S0954579409990344>
- Buer, L. (2018, april 23). *Kyss, snap og klem* | *Magasinet Psykisk helse*. Rådet for psykisk helse. <https://psykiskhelse.no/magasinet/kyss-snap-og-klem/>
- Cherry, K. (2022, april 21). *How Mary Ainsworth Influenced Psychology*. Verywell Mind.
<https://www.verywellmind.com/mary-ainsworth-biography-2795501>
- Dalland, O. (2017a). Den undersøkende oppgaven. I *Metode og oppgaveskriving* (6., s. 223). Gyldendal Akademisk.
- Dalland, O. (2017b). Hva er metode? I *Metode og oppgaveskriving* (6., s. 52). Gyldendal Akademisk.
- Dalland, O. (2018a). Bacheloroppgaven. I *Metode og oppgaveskriving* (6., ss. 191–201). Gyldendal.
- Dalland, O. (2018b). Bruk av statistikk. I *Metode og oppgaveskriving* (6., s. 138). Gyldendal.
- Dalland, O. (2018c). Den litterære oppgaven. I *Metode og oppgaveskriving* (6., s. 211). Gyldendal.
- Dalland, O. (2018d). Intervju. I *Metode og oppgaveskriving* (6., s. 68). Gyldendal.
- Frøyland, L. R., Solstad, G. M., Andersen, P. L., Tveito, S. B., Folstad, S. H., & Skilbrei, M.-L. (2021). *Seksuelle overgrep mot barn og unge via digitale medier*. Velferdsforskningsinstituttet NOVA.
- Frøyland, L. R., & Stefansen, K. (2023). Unges utsatthet for digitale seksuelle krenkelser. I *Nordisk tidsskrift for ungdomsforskning*. Universitetsforlaget.

- Guldbrandsen, C. (2023, januar 17). *Arbeidsledighet er helseskadelig – spesielt for menn*. Oslomet. <https://www.oslomet.no/forskning/forskningsnyheter/arbeidsledighet-helseskadelig-spesielt-for-menn>
- Hatland, A., Kuhnle, S., & Romøren, T. I. (2011). Trygd og arbeid. I *Den Norske Velferdsstaten* (4., s. 112). Gyldendal.
- Heggebø, K. (2022). Gendered health consequences of unemployment in Norway 2000–2017: A register-based study of hospital admissions, health-related benefit utilisation, and mortality. *BMC Public Health*, 22(1), 2447. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-14899-8>
- Helsedirektoratet. (2021, mai 19). *Begreper om psykiske helseplager*. Helsedirektoratet. <https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/psykisk-helsearbeid-for-barn-og-unge/begreper-om-psykiske-helseplager>
- Håkonsen, K. M. (2020a). Fra vugge til grav. I *Psykologi og psykiske lidelser* (5., s. 40). Gyldendal Akademisk.
- Håkonsen, K. M. (2020b). Kriser og mestring. I *Psykologi og psykiske lidelser* (5., s. 252). Gyldendal.
- Håkonsen, K. M. (2020c). *Psykologi og psykiske lidelser* (5.). Gyldendal Akademisk.
- Håkonsen, K. M. (2020d). Stress og helse. I *Psykologi og psykiske lidelser* (5., s. 236). Gyldendal Akademisk.
- KRIPOS. (2019). *Seksuell utnyttelse av barn og unge over internett*. Politiet.
- KRIPOS. (2022). *Barn under 13 år som deler seksualiserte videoer*. KRIPOS. <https://www.politiet.no/globalassets/dokumenter/kripos/seksuelle-overgrep/barn-under-13-ar-som-deler-seksualiserte-videoer.pdf>
- McGlynn, C., & Rackley, E. (2017). Image-Based Sexual Abuse. *Oxford Journal of Legal Studies*, 37(3), 534–561. <https://doi.org/10.1093/ojls/gqw033>

- Medienorge. (2023). *Andel med tilgang til smarttelefon*. medienorge.
<https://medienorge.uib.no?cat=statistikk&aspekt=tilgang-og-bruk&queryID=388>
- Medietilsynet. (2016). *Barn og medier*. Medietilsynet.
https://www.medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/2016_barnogmedier.pdf
- Medietilsynet. (2023, januar 11). *Halvparten av jentene på 13–14 år er blitt spurt om å dele nakenbilder på nett*. Medietilsynet.
<https://www.medietilsynet.no/nyheter/aktuelt/halvparten-av-jentene-pa-1314-ar-er-blitt-spurt-om-a-dele-nakenbilder-pa-nett/>
- Myhre, M., Hjemdal, O. K., & Thoresen, S. (2015). *Vold og voldtekt i oppveksten: En nasjonal intervjuundersøkelse av 16- og 17-åringer*. NKVTS.
<https://www.nkvts.no/rapport/vold-og-voldtekt-i-oppveksten-en-nasjonal-intervjuundersokelse-av-16-og-17-aringer/>
- Norsk Helseinformatikk. (2022). *Psykiske helseproblemer*. NHI.no.
<https://nhi.no/symptomer/psyke-og-sinn/psykiske-helseproblemer/>
- Pedersen, W., Bakken, A., Stefansen, K., & von Soest, T. (2023). Sexual Victimization in the Digital Age: A Population-Based Study of Physical and Image-Based Sexual Abuse Among Adolescents. *Archives of Sexual Behavior*, 52(1), 399–410.
<https://doi.org/10.1007/s10508-021-02200-8>
- Perren, S., Dooley, J., Shaw, T., & Cross, D. (2010). Bullying in school and cyberspace: Associations with depressive symptoms in Swiss and Australian adolescents. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 4. <https://doi.org/10.1186/1753-2000-4-28>
- Ringereide, R. A. (2020, november 16). *Konsekvenser av omsorgssvikt—Yrkesliv i barne- og ungdomsarbeiderfag (HS-BUA vg2)—NDLA*. ndla.no.

- <https://ndla.no/nb/subject:1:03e810db-3560-47b5-a5f6-e7afe1d0a2d6/topic:1:283ddec5-923c-412c-b880-cf71f42516d2/topic:1:849a9da8-1553-412b-b0ec-afc5424fecba/resource:14d5a889-889d-48f6-9c35-d559ecaf2b79>
- Rosenqvist, R. (2010a). Dokumentasjon av psykisk skade etter seksuelle overgrep. *Lov og Rett*, 49(4), 210–222. <https://doi.org/10.18261/ISSN1504-3061-2010-04-04>
- Rosenqvist, R. (2010b). Dokumentasjon av psykisk skade etter seksuelle overgrep. *Lov og Rett*, 49(4), 210–222. <https://doi.org/10.18261/ISSN1504-3061-2010-04-04>
- SSB. (2021). *Barnevern*. SSB. <https://www.ssb.no/sosiale-forhold-og-kriminalitet/barne-og-familievern/statistikk/barnevern>
- Steine, I. M., Winje, D., Nordhus, I. H., Milde, A. M., Bjorvatn, B., Grønli, J., & Pallesen, S. (2016). Langvarig taushet om seksuelle overgrep. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 53(11). <https://psykologtidsskriftet.no/vitenskapelig-artikkel/2016/11/langvarig-taushet-om-seksuelle-overgrep>
- Straffeloven. (2005). *Lov om straff* (§311). Lovdata. <https://lovdata.no/lov/2005-05-20-28/311>
- Terr, L. C. (1991). Childhood traumas: An outline and overview. *The American Journal of Psychiatry*, 148(1), 10–20. <https://doi.org/10.1176/ajp.148.1.10>
- Tetzchner, S. (2020a). Relasjoner mellom barn. I *Utviklingspsykologi* (2., ss. 590–593). Gyldendal.
- Tetzchner, S. (2020b). Tidlige sosiale relasjoner. I *Utviklingspsykologi* (2., s. 558). Gyldendal Akademisk.
- Tetzchner, S. (2020c). Ungdomsalderen. I *Utviklingspsykologi* (2., s. 689). Gyldendal.
- Tetzchner, S. (2020d). Utvikling. I *Utviklingspsykologi* (2., ss. 36–39). Gyldendal.
- Tetzchner, S. (2020e). *Utviklingspsykologi* (2.). Gyldendal Akademisk.

- Ullman, S. E. (1999). Social support and recovery from sexual assault: A review. *Aggression and Violent Behavior, 4*(3), 343–358. [https://doi.org/10.1016/S1359-1789\(98\)00006-8](https://doi.org/10.1016/S1359-1789(98)00006-8)
- Ullman, S. E., Filipas, H. H., Townsend, S. M., & Starzynski, L. L. (2007). Psychosocial correlates of PTSD symptom severity in sexual assault survivors. *Journal of Traumatic Stress, 20*(5), 821–831. <https://doi.org/10.1002/jts.20290>
- Østby, L., & Stefansen, K. (2017). Nettverkets betydning etter seksuelle overgrep. I *Tidsskrift for psykisk helsearbeid* (Bd. 14, ss. 210–220). Universitetsforlaget. <https://www.idunn.no/doi/10.18261/issn.1504-3010-2017-03-02>

