

LAPSET JA PORNO

Seksi- ja pornoriippuvuuden merkittävät riskitekijät ovat varhainen altistuminen ja saatavuus

Seksi- ja pornoriippuvuuden ennaltaehkäisyn näkökulmasta on ensiarvoisen tärkeää katsoa, millaisessa mediaympäristössä lapset ja nuoret nykyään kasvavat. Kaikkien riippuvuuksien merkittävä riskitekijä on saatavuus eli tarjonta. Saatavuuden lisäksi seksi- ja pornoriippuvuuden kehittymiseen voi vaikuttaa suuresti varhainen altistuminen seksuaaliselle materiaalille ja toiminnalle. Monet seksi- ja pornoaddiktit raportoivat altistuneensa jo nuorena pornografiselle kuvastolle ja jääneensä koukkuun vuosikymmeniksi.

Pornoa on saatavilla runsaasti. Satoja tuhansia sivustoja on vain parin klikkauksen päässä lapsista ja nuorista. Lapsilla ja nuorilla on vapaa pääsy kaikille porno- ja aikuisviihdesivustoille, elleivät vanhemmat ole laittaneet estoja lasten puhelimiin, läppäreihin ja tabletteihin. Monet näppärät nuoret osaavat myös kiertää nämä estot. Vaikka omissa laitteissa onkin estoja, lapsen altistuminen voi joka tapauksessa tapahtua sen kaverin puhelimesta, jolle ei ole laitettu mitään aikuisviihde-estoja. Jääkö vanhempien osaksi vain todeta, että mitään ei ole tehtävissä? Tarkastellaanpa asiaa hieman.

Ammattilaisten ja aikuisten suhtautuminen

Monet nuorten kanssa työtä tekevät aikuiset näyttävät suhtautuvan viileän rauhallisesti siihen, että nuoret hakevat seksuaalikasvatuksensa ja -oppinsa pornosivuilta. He sanovat, että nuorille pitää vain selittää pornon olevan näyteltä aikuisten fantasiaa ja poikkeavan oikeasta ihmisten välisestä seksistä. Samalla he antavat kuitenkin luvan katsoa pornoa sanomalla, että siinä ei ole mitään väärää tai pahaa. Kuulemani mukaan myös jotkut vanhemmat voivat suhtautua välinpitämättömästi lastensa pornon kulutukseen.

On tärkeää, että nuorten ja lastenkin kanssa puhutaan pornosta ikätason mukaisesti. En ole kuitenkaan vakuuttunut siitä, että selittämisen jälkeen voi huoletta antaa lasten ja nuorten katsoa pornoa.

Turun yliopistossa valmistui syksyllä 2019 Sanna Spisakin väitöstutkimus, jossa hän selvitti, miten suomalaisnuoret tulkitsevat pornografisia kuvastoja. Yksi tutkimuksen tulos oli se, että nuoret kokevat aikuisten huoli- ja riskipuheen haitallisemmaksi kuin itse pornon sisällön.

<https://mediakasvatus.fi/uutinen/2019/11/kolme-kysymysta-sanna-spisak/>. Lisäksi Spisak toteaa, että aikuisten tai mediassa kuullut haittapuheet eivät perustu mihinkään tutkimuksiin. Tästä olen eri mieltä. Tutkimuksia haitoista löytyy kyllä.

Spisakin tutkimuksessa nuoria itseään on kuultu, mikä on hyvä asia. Pohdin kuitenkin, missä määrin nuoret osaavat nähdä niitä kauaskantoisia vaikutuksia, joita esimerkiksi runsaalla pornon katsomisella voi olla aivojen kehitykselle, mieltymysten muokkaantumiseksi, seksuaaliselle halulle ja kyvyille tai parisuhteen solmimiselle? Suomesta löytyy verrattain vähän kannanottoja pornon haitoista, mutta yksi artikkeli löytyy väitöstutkija ja psykiatri Jani Kajanojalta aikakauskirja Duodecimista:

https://www.terveyskirjasto.fi/terveysportti/uutismaailma.duodecimapi.uutisarkisto?p_arkisto=1&p_artikkeli=uux21428&p_palsta=32

Haittoja löytyy todistetusti

Kajanojan (2017) artikkelissa on maininta ns. supernormaalin ärsykkeen käsitteestä, joka on peräisin lintutieteilijä Nikolaas Tindenbergiltä. Teorian mukaan porno on voimakkuudessaan ylivertainen mielihyvää tuottava palkinto, joka päihittää luonnollisen vastineen eli seksin kumppanin kanssa. Lisäksi voimakkaat visuaaliset ärsykkeet ja loputon vaihtelu aiheuttavat neuroplastisia muutoksia aivojen palkitsemisradoissa, mikä johtaa riippuvuuteen.

Vajaa 90 % nuorista miehistä kertoo katsovansa pornoa. Noin 10 % kaikista pornoa käyttävistä nuorista miehistä raportoi käyttävänsä pornoa yli 10 tuntia viikossa. He myös kertovat monista subjektiivisista haitoista, joita ovat mm. itsetunnon heikkeneminen, häpeän ja riittämättömyyden tunteet, seksuaaliset pakkoajatukset ja keskittymisongelmat. 9-15 % vastaajista koki pornon vievän liikaa aikaa sekä haittaavan muita elämäna alueita, kuten parisuhdetta ja työtä. He kokivat lisäksi, että katselun määrää on vaikeaa pitää hallinnassa. Pornon suurkulutus on yhdistetty myös erektio-ongelmiin sekä vaikeuksiin kiihottua ja saada orgasmiä.

Kajanoja pitää pornon kieltämistä naiivina ajatuksena, mutta toteaa myös: ”Olemassa olevan tutkimuksen valossa olisi kuitenkin yhtä naiivia suhtautua pornoon täysin harmittomana ilmiönä.”

Aiheesta nuoret ja porno on Amsterdamin yliopistossa tehty systemaattinen kirjallisuuskatsaus, jossa koottiin vertaisarvioitua tutkimusta englanninkielisistä julkaisuista vuosilta 1995-2015 eli 20 vuoden ajalta. Tutkimuksen tiivistelmässä todetaan: *“Pornography use was associated with more permissive sexual attitudes and tended to be linked with stronger gender-stereotypical sexual beliefs. It also seemed to be related to the occurrence of sexual intercourse, greater experience with casual sex behavior, and more sexual aggression, both in terms of perpetration and victimization.”* Eli nuorten pornon käyttö oli yhteydessä sallivimpiin asenteisiin, vahvempiin sukupuolistereotyyppeihin uskomuksiin, suurempiin yhdyntöjen määriin ja satunnaisiin seksikumppaneihin. Vaikka edellä listatut eivät aiheuttaisikaan kulmien kohottelua, pitäisi tutkimustuloksen **“enemmän seksuaalista aggressiota niin tekijänä kuin uhrina”** herättää pohtimaan asioita tänä ME TOO-aikana. (Adolescents and Pornography: A Review of 20 Years of Research THE JOURNAL OF SEX RESEARCH, 53(4-5), 509–531, 2016)

<https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/00224499.2016.1143441?needAccess=true>

Lisää tutkimusten tuloksia pornon haitoista voi lukea sivuilta:

<https://fightthenewdrug.org/>

<https://www.culturereframed.org/>

<https://endsexualexploitation.org/>

K-18 ei ole sattumalta

Ei ole sattumaa, että aikuisviihdesivuilla on K-18 merkki, joka on lakiin kirjattu. Suomen rikoslaisissa pornografisen materiaalin näyttäminen alaikäiselle on lapsen seksuaalista hyväksikäyttöä. Tämä on

täysin kiistatonta ja tästä haluan aikuisia ja ammattilaisia muistuttaa.

Muualla maailmassa on jo havahduttu pornon haitallisiin seurauksiin ja halutaan suojella lapsia siltä. Englannissa on muutaman vuoden ajan ollut pyrkimys saada voimaan laki, jossa pornosivuille menemiselle vaadittaisiin iän todentaminen. Lain piti tulla voimaan vuonna 2019. Nähtävästi aikuisten oikeuksia ajavat tahot ovat onnistuneet estämään kehityksen. Lain tarkoituksena olisi ollut varjella lapsia ja nuoria liian varhaiselta altistumiselta pornografialle. Jotain samantyyppistä on vireillä nyt myös Australiassa.

Kaupallinen valtavirtaporno on muuttunut yhä väkivaltaisemmaksi. Erään tutkimuksen mukaan jopa 88 % suosituimpien pornoelokuvien kohtauksista sisälsi fyysistä väkivaltaa naista kohtaan. Verbaalista väkivaltaa oli noin 50%:ssa kohtauksista. Ei voida puhua kahden aikuisen ihmisen välisestä kauniista rakastelusta, vaan aivan jostain muusta. Aikuisviihde on AIKUISviihdettä eli tarkoitettu vain aikuisille, jotka haluavat stimulaatiota ja kiihoitusta sitä kautta etsiä.

Kehittyvät aivot jäävät herkästi koukuun

Koska seksuaalisuus on ydinosa ihmistä, on lapsella luonnostaan kiinnostus seksiin ja alastomuuteen. Kun lapsi törmää syystä tai toisesta pornosivustoihin, voi reaktiona olla inhon ja ällötyksen lisäksi kiinnostus. Lapsi voi kokea häpeää, pelästymistä ja kiihoittumista yhtä aikaa. Pornon aiheuttamat voimakkaat tunnereaktiot ja monikanavainen ärsyketulva (visuaalinen kuva, äänet ja seksuaalinen kiihottuminen) on kombinaatio, joka jää vahvana muistijälkenä kehittyviin aivoihin ja kehoon. Koukuttuminen tapahtuu helposti tämän vuoksi. Jos lapsella ei ole lupaa tai mahdollisuutta puhua asiasta kenenkään aikuisen kanssa, tuntemusten ristiriita palauttaa hänet uudestaan katsomaan pornoa.

On kysymys aivan eriasteisesta stimulaatiosta kuin vuosikymmenten takaiset Jallut ja Kallet. Tämän päivän pornomateriaalia ei voi mitenkään verrata ”kiltteihin” pornolehtiin vuosien takaa. Lapsilla on esteettä pääsy mm.väkivaltateemaisiin videoihin ja raiskauspornoon.

Faktat asiassa lapset ja porno

- Älä ole naiivi ja luule, etteikö sinun lapsesi joko etsi pornoa netistä tai ole törmännyt siihen muuta kautta, esim. ystävän näyttämänä, sosiaalisen median kautta tai pop-up mainosten kautta.
- Jo ala-asteikäiset katsovat pornoa tai ovat vähintään törmänneet siihen.
- Kaikki ihmiset, myös lapset, ovat biologisesti viritettyjä olemaan kiinnostuneita alastomista ihmisistä. Porno kuitenkin aiheuttaa alle murrosikäisissä lapsissa liian aikaisin seksuaalisia tuntemuksia ja liian voimakasta stimulaatiota. Pornon katsominen vapauttaa aivoissa vahvoja välittäjäaineita ja erityisesti dopamiinia. Viimeaikaisin tutkimus osoittaa, että dopamiini aiheuttaa ihmisessä etsimiskäyttäytymistä ja tarpeen haluta, kaivata.

- Pornografiset kuvastot aiheuttavat lapsissa voimakkaita vastakkaisia tunteita kuten inhoa, pelkoa, häpeää, hämmennystä, kiinnostusta ja kiihoittumista. Näiden tunteiden ristiriita ja dopamiinin vapautuminen vetää lapsen takaisin katsomaan pornoa, ellei ole kanavaa purkaa tunteiden aiheuttamaa hämmennystä jonkun turvallisen aikuisen kanssa.
- Riippuvuuksien merkittävä riskitekijä on saatavuus eli tarjonta. Porno on tarjolla runsaasti, satoja tuhansia sivustoja, ja kaikki ovat lasten ja nuorten saatavilla vain parin klikkauksen päässä.

Voimme opettaa lapsia torjumaan pornon

Tällä hetkellä monissa perheissä käydään keskustelua internetin vaaroista ja varjopuolista sekä siellä tapahtuvasta groomingista eli lasten houkuttelusta seksuaalisessa mielessä. Samoihin keskusteluihin on hyvä liittää porno ja sen haitallisuus lapselle. On lapsen etu voida keskustella vanhempiensa kanssa ja näin saada valmiuksia siltä varalta, että törmää pornoon. Vanhempi voi lieventää häpeän ja järkytyksen luomaa tarvetta palata pornon pariin. Häpeä ja shokkiefekti ovat osa pornon addiktoivaa luonnetta. Tässä joitakin asioita, joita voit keskustelussa sanoa lapselle:

- Kerro, että lapsen kiinnostus alastomuutta, seksiä ja pornoa kohtaan on luonnollista eikä kiinnostusta tarvitse hävetä.
 - Sano, että jos lapsi törmää pornoon jossakin, hän ei joudu vaikeuksiin siitä, että tulee kertomaan asiasta vanhemmilleen. Anna lapselle lupa tulla kertomaan ja keskustelemaan näkemästään.
 - Anna lupa puhua tunteista, joita materiaali voi aiheuttaa: hämmennystä, häpeää, inhoa, mutta myös kiinnostusta ja kiihotusta.
 - Kerro, että porno aiheuttaa helposti riippuvuutta erityisesti kasvavan ja kehittyvän lapsen aivoissa.
 - Kerro, mitä porno on eli avaa termi: kuvia, videoita, kertomuksia, joissa on alastomuutta ja seksiä
 - Opeta lapselle molempien sukupuolien kehonosien oikeat nimet. Tämä vähentää häpeää, joka liittyy sukupuolielimiin sekä antaa sanat kertoa mahdollisesta hyväksikäytöstä.
 - Kerro, että porno antaa väärän kuvan siitä, mitä seksiin tulisi kuulua eli molempien suostumus, hellyys, läheisyys jne.
 - Kerro lapselle sekin, että porno on laissa kielletty alle 18-vuotiailta samalla lailla kuin alkoholi ja tupakkatuotteet ovat.
 - Opetä lasta toimimaan tilanteessa, jossa hän itse törmää pornoon tai joku näyttää tai lähettää kuvia tai videoita: Sanomaan EI, lähtemään pois tilanteesta, sulkemaan sivun ja tulemaan kertomaan vanhemmalle
- (Protect Young Minds: The Quick Start Guide for Proactive Parents)

