

Hem de parlar del porno

Guia per a famílies sobre el consum
de pornografia en l'adolescència



Save the Children

Aquesta guia ha estat elaborada per la Direcció de Polítiques d'Infància i Sensibilització de Save the Children sobre la base d'una guia de Daniel Santacruz, psicòleg i sexòleg.

Hem de parlar del porno

Coordinació:

Paloma García Berrocal

Il·lustracions:

Íñigo Navarro Dávila

Art i maquetació:

Óscar Naranjo Galván

Edita:

Save the Children
juny/2020





1.º

Introducció



L'adolescència és una etapa de la vida complexa per la quantitat de canvis físics, psicològics i socials que succeeixen i que també inclouen tots els relacionats amb la sexualitat.

El món actual on viuen els adolescents presenta diversos factors que defineixen el seu desenvolupament sexual, com l'avanç de les noves tecnologies, la falta d'educació sexual en el currículum educatiu, les desigualtats socials i la violència de gènere. En aquest marc apareix la «nova pornografia» accessible, il·limitada tant en quantitat com en continguts, anònima i interactiva. Es tracta d'una peça clau en el desenvolupament sexual adolescent que impacta en la seva manera d'entendre la sexualitat i en les seves relacions, i que pot desembocar en comportaments de risc.

L'adolescència consumeix pornografia? La prenen com a referència en les seves relacions? Els agrada el que veuen? Consideren que hi ha violència o desigualtat en el seu contingut? Per què la busquen? Com la descobreixen? Hi està representat el col·lectiu LGTBI? Hi ha diferències de gènere? L'educació sexual que reben els és suficient? Consideren que en necessiten saber més?

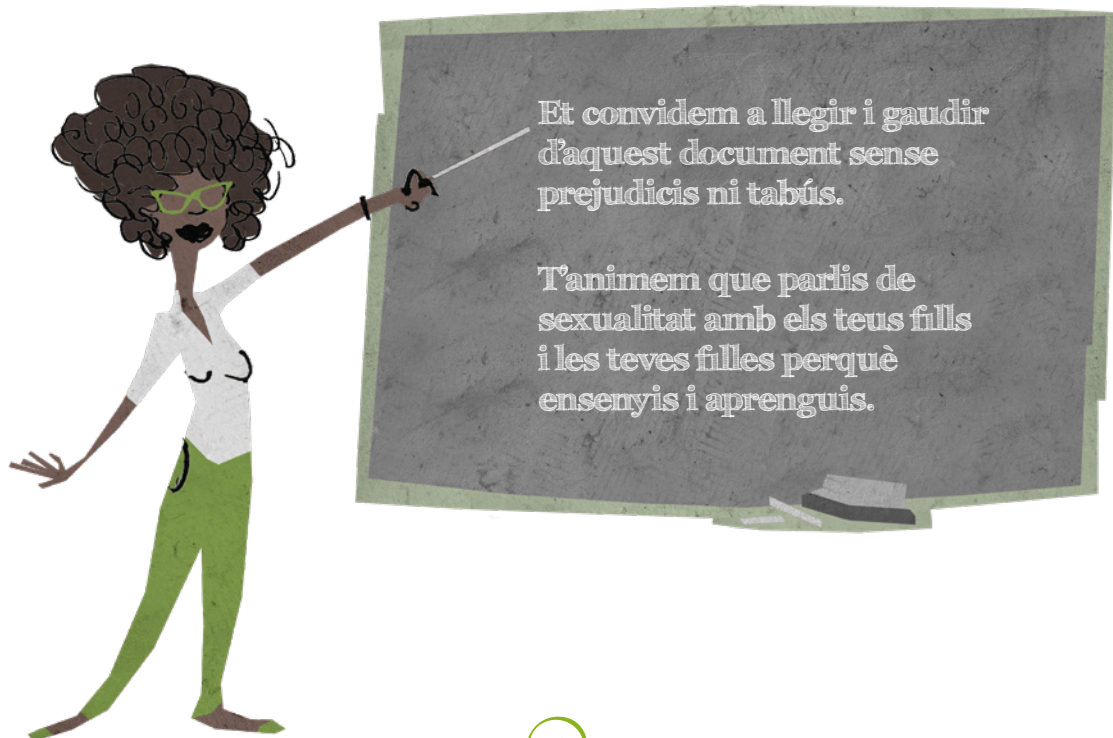
Aquestes són les preguntes que ens hem fet a Save the Children amb la finalitat d'afrontar aquesta realitat sense tabús, per poder oferir respostes ajustades a les necessitats de la infància i l'adolescència que garanteixin el seu benestar i el desenvolupament integral de la seva identitat. Com a resultat, hem elaborat **l'informe «(Des)informació sexual: pornografia i adolescència»** i aquesta guia per a famílies.

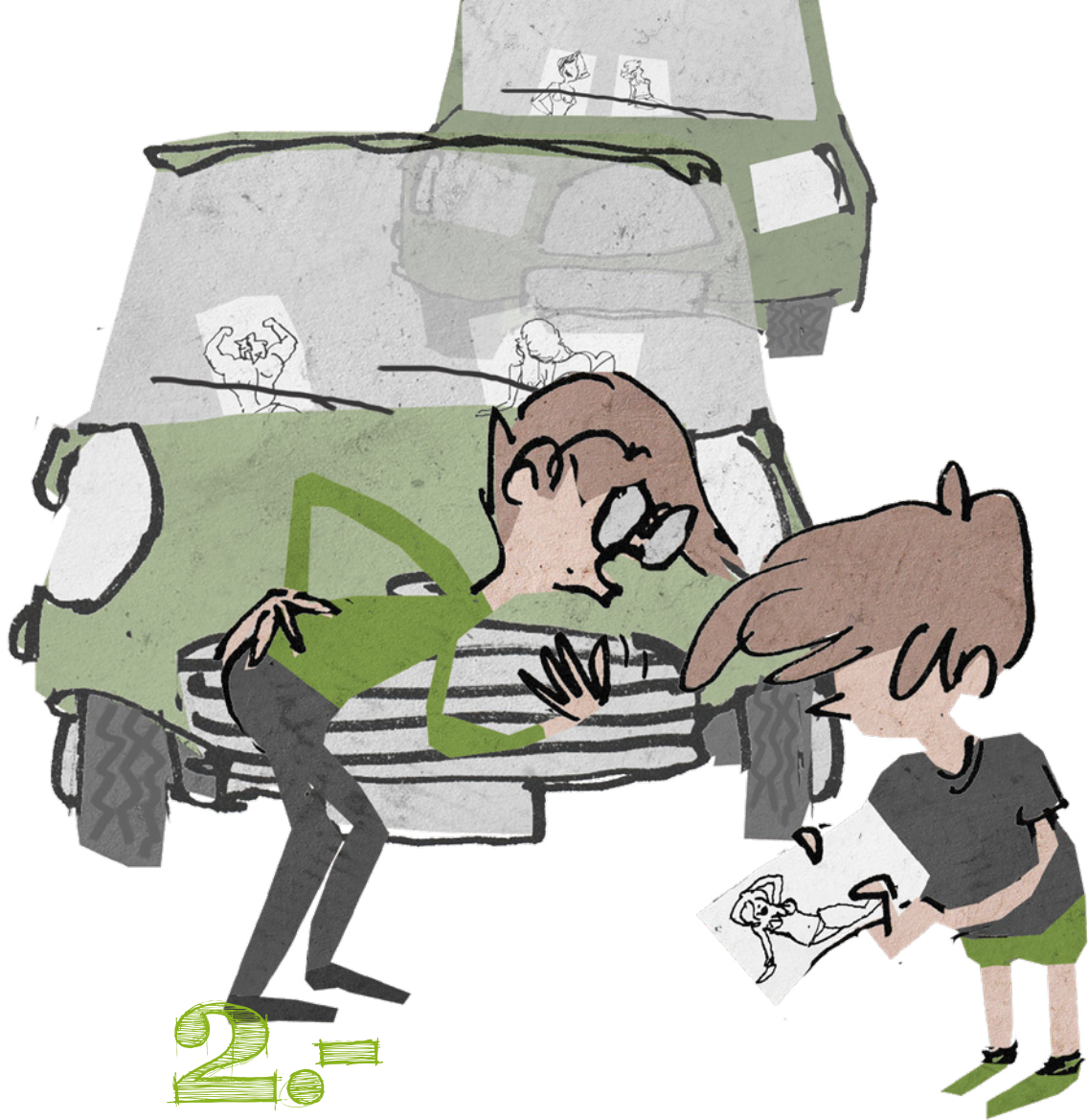
Amb aquesta guia pretenem aportar **claus perquè les famílies puguin ajudar les seves filles i els seus fills a formar-se una visió crítica i realista sobre la pornografia**. Per això has de tenir en compte que:

- Aquesta guia ofereix claus per parlar de pornografia, no respostes correctes ni receptes sobre com respondre-hi, ja que cada persona ha d'adaptar-les al seu estil particular d'educar els seus fills i les seves filles.
- Es tracta d'un complement a la nostra guia Respostes fàcils a preguntes difícils, una eina dirigida a facilitar a les famílies l'educació sexual de les seves filles i els seus fills. Parlar de sexualitat ens

sol costar, sobretot amb nens, nenes i adolescents, i amb aquest material proporcionem algunes claus vàlides per millorar la comunicació.

- Està dirigida a totes i tots, sense importar sexe, gènere, identitat, orientació, origen, capacitats, diferències, tipus de parella ni tipus de famílies. Així doncs, no se centra en cap col·lectiu en concret (de fet, s'usa el femení i el masculí genèric per facilitar la lectura, però és el nostre desig incloure totes les persones i totes les sexualitats).
- Els seus continguts estan basats en evidències, encara que és convenient assenyalar la necessitat d'una major tasca investigadora sobre el tema.
- No intenta solucionar els debats al voltant de la pornografia, però sí que tracta d'aportar coneixements perquè les famílies i els adolescents que la llegeixin puguin desenvolupar una visió crítica.





2.-

Dels 9 als 12 anys:
primera exposició
al porno
i curiositat

La major part de recerques, i també dels testimoniatges de moltes famílies, alerten que els primers contactes amb la pornografia comencen a ocórrer entorn dels 9 i 11 anys.

No solen tractar-se de cerques deliberades ni acostumen a tenir un component essencialment eròtic; és a dir, que no s'utilitzen per despertar o incrementar el desig com succeirà més endavant en l'adolescència, encara que és cert que també podria ocórrer.

En primer lloc, la major part d'estudis existents parlen d'«exposició» a la pornografia o a material sexualment explícit més que de «cerca» deliberada a aquestes edats; entenent, en general, que sexualment explícit es refereix a imatges de nus i genitals. Per exemple, a través de bàners i pop-ups (finestres emergents a Internet), vídeos que els mostren noies i nois grans, fullets de mà que troben al carrer, imatges en pel·lícules, sèries, anuncis o xarxes socials, etc.

D'altra banda, tant l'exposició com la cerca deliberada a aquestes edats poden no tenir els mateixos motius que els dels adults. Moltes vegades, les nenes i els nens només satisfan la seva curiositat sobre un tema que saben que és tabú, que desperta riures i pors al món dels adults, o que té un punt escatològic (és el «caca-cul-pet-pipí» dels nens de 4-5 anys adaptat a la preadolescència). Altres vegades, l'exposició a material pornogràfic respon a la pressió del grup, que pot provenir de nois i noies de la seva classe, del seu col·legi, del seu veïnat, etc.

A aquestes edats, **l'exposició i l'accés al porno no són recomanables.** Bàsicament perquè no és el moment evolutiu de satisfer el desig eròtic i perquè el seu desenvolupament cognitiu no els permet entendre plenament el que estan veient, igual que els pot succeir amb altres imatges pertorbadores, violentes o difícils d'assumir.

Quan els puc parlar de sexe?

Resposta dolenta: ja hauries d'haver començat. **Resposta bona: mai no és tard per fer-ho.**

No hi ha una edat adequada per parlar de sexe perquè parlem de sexe diàriament. Cada dia poden sorgir oportunitats perquè expliquis als teus fills i les teves filles diferents aspectes de la sexualitat (com d'on vénen els nens o per què hi ha diferències entre homes i dones). A més de satisfer la seva curiositat, estaràs ensenyant-los que poden parlar amb tu sense embuts sobre qualsevol tema.

Moltes vegades preferim no contestar a les seves preguntes perquè ens és més còmode, perquè no tenim recursos o perquè pensem que no ho entendran, però et sorprendrà el que pots arribar a explicar-los. Al cap i a la fi, el silenci davant els seus dubtes o preguntes també és educació sexual, però menys eficaç. I potser no és la que t'agradaria transmetre.

Al meu fill o a la meva filla li han ensenyat imatges pornogràfiques. L'he enxampat buscant porno.

Com sempre, el primer plantejament és **abordar la situació amb calma**. Comença recopilant més informació, preguntant-li què ha vist i en quines circumstàncies, sense ser exigent o inquisitiu/iva. Hi ha moltes explicacions per a un comportament.

Pots preguntar-li també si entén el que estava veient, què pensa del que estava veient o com l'ha fet sentir, per així tenir més informació i poder elaborar millor la teva resposta. Intenta no jutjar-lo ni culpar-lo pel que estava fent. Preguntes o comentaris del tipus «per què estaves veient això?», «com se t'ocorre veure això?» o «per a això vols l'ordinador?» no són recomanables, perquè solen generar una actitud defensiva, poden sentir-se culpables i no ajuden a crear el clima de confiança perquè t'ho expliqui i tu puguis guiar-lo.

Pots oferir-li alguna informació sobre la pornografia, com que és alguna cosa que fan servir els grans per gaudir o que no representa la forma en què els grans tenen relacions i pots afegir-hi que es tracta de ficció i no de la vida real. Pots recórrer al menjar com una bona analogia per expli-

car-ho. Li pots dir, per exemple, que hi ha aliments que els nens i les nenes no poden prendre, com el cafè o la cervesa, i que podran prendre, si volen, quan siguin grans; que hi ha aliments l'ús dels quals pot ser beneficiós i el seu abús perillós, com el sucre; o que algunes vegades la foto de l'aliment no s'assembla en res al que mengem després, per exemple.

Pot ser també un bon moment per explicar-li què són les relacions sexuals i quins són els seus ingredients principals, exposant elements imprescindibles com el consentiment, quan les persones hi estan d'acord i entenen el que està passant; la confiança, perquè totes dues persones se sentin lliures de canviar d'opinió quan desitgin, la comunicació i el respecte.

Pots preguntar-li si sap com fer-ho perquè altres persones no li ensenyin aquest tipus d'imatges i assajar amb ell o ella com fer-ho. També pots explicar-li que pot recórrer a tu si troba aquest tipus d'imatges a Internet, si les hi envia algú conegut, algú desconegut, etc.

Finalment, si ho consideres necessari, pots tractar de posar un límit a aquest comportament des de la teva posició com a adult: «això tu encara no ho pots veure», «això és per a grans», etc.

Haig d'advertir-lo d'algun perill?

Sí. Els estudis amb relació a l'ús d'Internet per al porno no només es refereixen a l'accés de menors a la pornografia o a l'exposició de material genital explícit a menors, sinó també a l'ús de les tecnologies per enviar i rebre imatges explícites pròpies o alienes (*sexting*). Per exemple, a través de mòbils i aplicacions de missatgeria, a través de fotografies i vídeos en xarxes socials o mitjançant l'ús de xats amb càmeres web per parlar per Internet amb persones desconegudes o poc conegudes (per exemple, jugadors d'un joc en línia).

És el moment que comencis a educar el teu fill o la teva filla en l'ús responsable de les tecnologies i en el seu dret a protegir les seves dades personals. Tots sabem fins a quin punt avui dia una imatge pot viralitzar-se; és a dir, acabar en qualsevol pantalla en qualsevol part del món, i especialment aquelles relacionades amb continguts explícits. Un altre risc és que els mateixos companys o coneguts utilitzin aquestes imatges per ferir o extorcionar. La imatge personal ha de ser cuidada i protegida i les teves filles i

els teus fills han de conèixer les eines necessàries per negar-se al fet que els facin fotos o els deixin gravar-se (saber com funcionen els mòbils i les càmeres, saber dir que no, saber denunciar el comportament, etc.).

En cas que els succeeixi un fet semblant, és necessari recórrer a una persona adulta de confiança (família o professors) o a les autoritats competents (Policia o Guàrdia Civil) perquè es prenguin les mesures necessàries.

Per saber més sobre aquest tema et recomanem la nostra guia **«Antivirus contra la violència»** en la qual aportem coneixements bàsics i eines que ajuden a educar i acompanyar els nens i les nenes en la utilització de les noves tecnologies d'informació i comunicació (TIC).

Haig de fer servir un control parental?

Els controls parentals són programes, aplicacions o cercadors que limiten l'accés de les nenes i els nens a certes pàgines. De nou, ningú no pot decidir per tu, però una característica d'Internet i les TIC és que és probable que els teus fills i les teves filles tinguin més coneixement que tu sobre el tema. És convenient conèixer com funcionen Internet, les xarxes socials o les apps per portar-los un cert avantatge.

L'ús de les aplicacions de control parental afavoreix que els nens i les nenes no es vegin exposats a continguts sexualment explícits a Internet, però tenen una durada determinada: tard o d'hora la teva filla o el teu fill buscarà deliberadament material eròtic o algú altre li ho ensenyarà. El seu ús ha de formar part d'una estratègia pedagògica; per tant, no hauria de partir d'una prohibició, sinó d'un límit explicat, acordat o negociat.

Els controls parentals et poden evitar el problema temporalment, però **en cap cas substitueixen una educació sexual integral** que ensenyarà a desenvolupar una actitud crítica que els acompanyarà tota la seva vida.



3.^o
Dels 12 als 16 anys:
cerca
deliberada

Una vegada entrada l'adolescència tenen lloc una sèrie de canvis que preparen els nens i les nenes per al món dels adults, inclosa la sexualitat. No només perquè apareix la capacitat reproductiva, sinó perquè comença tota una revolució emocional i hormonal que els fa començar a experimentar curiositat, atracció i desig eròtic, alguna cosa que abans generalment no experimentaven. Així mateix, el desenvolupament intel·lectual els permetrà assajar amb possibles situacions i imatges: podran imaginar el seu cos, les seves relacions i el seu món de les diferents formes que podrien ser i no només com són.

Això concerneix especialment tot el que fa referència a les relacions sexuals, que s'entenen com una possibilitat a dur a terme en diferents circumstàncies. Algunes noies i alguns nois desitjaran mantenir relacions; d'altres no se sentiran preparats; i fins i tot molts passaran completament del tema o se sentiran espantats.

No obstant això, el porno continua sent aquí, ara encara més disponible. **El 99 % dels i les adolescents majors de 14 anys tenen mòbil amb connexió a Internet** i, encara més significatiu, tothom en parla, els adults l'utilitzen, hi ha tota una indústria darrere, etc.

Què els explico sobre el porno?

La seva habilitat per comprendre en què consisteix la pornografia és major que abans, amb la qual cosa ja es poden oferir més informació i materials.

És hora d'apropar-los a la realitat i explicar-los que el porno és a les relacions sexuals el que el cinema a la vida: una representació fictícia de la realitat.

Se'ls pot explicar que els protagonistes són actors i actrius actuant, que segueixen un procés de càsting i entrenament fins a arribar aquí; que les relacions sexuals que es mostren als vídeos mostren únicament genitals i que en realitat ens estimulem i ens expressem amb tot el cos quan mantenim relacions; que el porno està pensat per mantenir-te enganxat a la pantalla durant hores quan les relacions sexuals solen ser més breus; que perpetuen estereotips desiguals de gènere; o que les persones ens comuniquem per expressar el que volem, el que ens agrada o si volem parar quan mantenim relacions, etc.

També és el moment de parlar-los de la relació entre porno i violència. Molts continguts del porno mostren homes implícitament o explícitament violents amb les seves companyes. Els comportaments misògins o racistes són freqüents en el porno i cal estar-hi preparats. Se'ls pot advertir directament d'aquesta mena de porno, animar-los que no vegin continguts que no els facin sentir bé, assenyalar-los els perills d'aquests comportaments, explicar-los que poden denunciar aquest tipus de continguts, i fins i tot facilitar-los fonts ètiques o alternatives de pornografia.

Què he de fer si l'enxampo veient porno?

El primer, conservar la calma. Recorda que, a certes edats, tant el despertar del desig eròtic com la maduresa sexual generen una sèrie de canvis i que les persones recorren al porno per satisfer la seva curiositat, per trobar plaer tots sols, en parella o en grup; per aprendre sobre erotisme i relacions, o per fer el mateix que fan la resta de noies i nois del seu entorn. I no passa res: totes elles es poden abordar.

No cal actuar de manera alarmant: de nou, no es tracta de jutjar o culpabilitzar la teva filla o el teu fill. De fet, una actitud alarmista no serà positiva per a la fi educativa que busquem perquè sol provocar reaccions agressives i defensives. Tampoc no es tracta de mantenir estereotips de gènere i proporcionar una resposta diferent a nois i noies; en general, l'accés a la pornografia es recrimina més en les dones i s'afavoreix o es permet més en els homes.

Es pot preguntar què estava fent o veient, si entenia el que passava, si vol parlar del que estava veient, etc. Fins i tot es poden negociar límits (per exemple, quins vídeos pot veure, quines altres alternatives existeixen, quant de temps hi pot dedicar o en quin context, etc.).

També es poden oferir alternatives al consum de porno massiu o *mainstream*, com el porno ètic; o alternatives a l'ús del porno, com l'entrenament de la fantasia o consultar altres fonts (relats, revistes, etc.).

Com puc abordar l'ús de les pantalles (mòbil, tablet, ordinador)?

Una vegada més, els problemes no només radiquen en l'ús del porno, sinó en l'ús de les tecnologies a mà per gravar o gravar-se i/o enviar materials. No és estrany que, a aquestes edats, ens trobem vídeos i imatges virals que passen de mòbil a mòbil, i es també en aquestes edats que es donen casos d'imatges gravades i robades, d'extorsions, de creació de perfils falsos, de suplantació de la identitat, etc. Moltes vegades les famílies no són conscients que donar a un nen o a una nena un mòbil amb connexió a Internet sense explicar, educar o posar límits és com donar-li un cotxe sense haver-se tret el carnet.

Els nens i les nenes han de conèixer els riscos associats a les imatges i aquesta tasca correspon a tots els agents educatius. L'escola la sol dur a terme (per exemple, a través de classes sobre assetjament i ciberassetjament), però la família ha d'exercir un important paper educatiu.

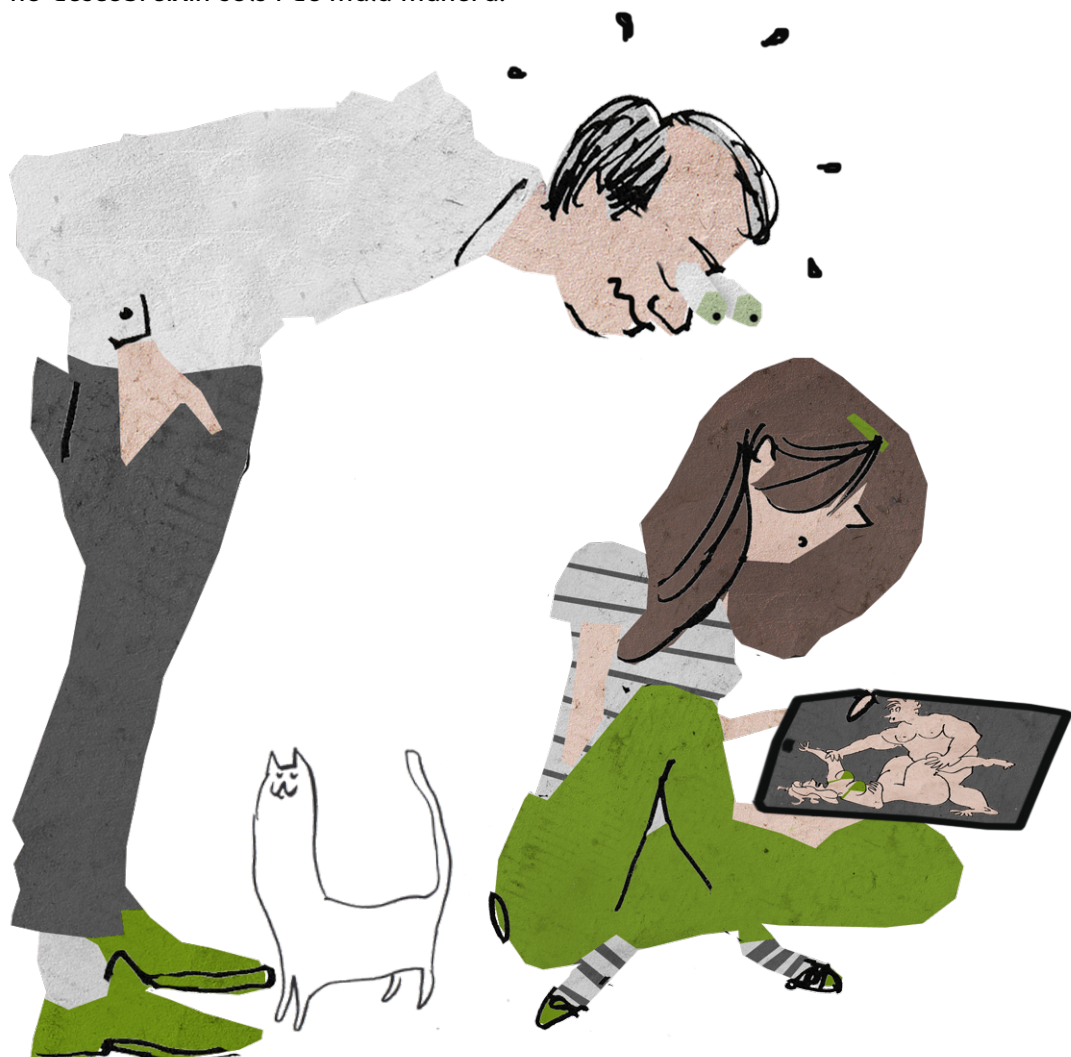
No es tracta de prohibir, sinó d'educar. Comportaments com enviar material sexualment explícit (*sexting*) a la teva parella, al teu «ligue» o a persones desconegudes (per exemple, amb les quals vols lligar) són bastant habituals entre els adults i els i les adolescents ja són joves adults i adultes. Per tant, caldrà educar-los i explicar-los que és un comportament de risc, sobretot quan la persona a l'altre costat del dispositiu és desconeguda i/o pot ser adulta (*grooming*), i com fer-los front.

És recomanable parlar-los de relacions de parella i que fins i tot les millors relacions no duren per sempre. De fet, és molt probable que les relacions durant l'adolescència no durin gaire temps, i que les ruptures a vegades acabin bé i d'altres no. Moltes vegades, les exparelles utilitzen vídeos explícits per danyar o venjar-se i això és una cosa que cal explicar-los perquè en valorin la possibilitat.

També és necessari advertir-los que si reben imatges comprometedores de persones conegudes i saben o sospiten que no hi ha consentiment d'aquesta persona, poden acudir als adults de referència o a la policia per denunciar i parar aquesta situació.

També cal explicar-los que, si planegen enviar una fotografia o un vídeo a algú en qui confien poc o no coneixen bé, siguin previnguts i que mai no enviïn res si no coneixen qui està al darrere, que estrenyin la seva relació personal, que no mostrin la seva cara o característiques corporals que els permetin ser reconeguts o que coneguin les aplicacions o les funcions de les aplicacions que permeten eliminar les fotos, mantenir-les un temps determinat operatives, etc.

Igualment, pot ser profitós preparar-los per al mal ús de la tecnologia per lligar (persones que menteixen, que es fan passar per altres, etc.). Actualment, moltes parelles es coneixen a través d'aplicacions per lligar i, per tant, és millor explicar als nois i les noies com han d'utilitzar-les abans que ho descobreixin sols i de mala manera.





4.-
A partir
dels 16 anys:
ús i fins i tot abús

L'arribada al món adult suposa una sèrie d'avantatges socials amb els seus pros i els seus contres. La gran majoria dels i les adolescents s'embarquen en les seves primeres relacions sexuals, les seves primeres relacions de parella, les seves primeres feines, etc. L'educació sexual no ha d'acabar en aquesta etapa. La família no passa a un segon pla, però sí que perd influència sobre les noies i els nois joves, en detriment dels seus iguals. Has de continuar sent un referent d'informació i confiança per a elles i ells.

A partir d'aquestes edats, es fa més freqüent l'ús i consum de pornografia d'una manera «més adulta». És a dir, ja no ho fan tant per pressió de grup o curiositat preadolescent, sinó que recorren a tota mena de porno com a eina principal per despertar o augmentar el seu desig, millorar el seu coneixement sobre la sexualitat i les trobades o masturbar-se.

De què puc parlar amb elles i ells sobre el porno?

Una vegada més, pot ser el moment d'explicar-los aspectes del porno que tal vegada desconeixen i fins i tot donar-los la teva pròpia opinió sobre l'ús del porno o sobre les diferents indústries que hi ha al darrere.

Pot ser un bon moment per recordar com són les relacions eròtiques «reals»; és a dir, les que majoritàriament s'ometen en el porno: consentiment, comunicació verbal i no verbal, confiança, respecte, cura i autocura, diversitat de cossos i de pràctiques, etc. Es pot debatre l'ús de certs col·lectius o particularitats com a objecte de fetitxes (per exemple, homes negres, persones transgènere, dones asiàtiques, etc.) que apareixen doblement mal representats en el porno.

És moment d'explicar-los que, en les relacions sexuals habituals, és normal fallar, no tenir-ne ganes, tenir-ne ganes, conversar amb la teva parella sobre quan i com fer-ho, provar coses noves i que t'agradi o no t'agradi; que preparar i planificar la trobada pot ser eròtic i sensual; la importància de l'ús d'anticonceptius, etc.

I si sospito que el meu fill o la meva filla té addicció al porno? S'ha enganxat al porno? Estic enganxat/ada al porno?

Encara que aquí parlem de paraules majors, **el porno té tots els ingredients per convertir-se en un element addictiu**. En línies generals, l'addicció no és una categoria; és a dir, no es tracta de si en sóc addicte o no, sinó de com consumeixo el porno.

Quan estem dubtant sobre l'ús que donen al porno, podem expressar-los els nostres dubtes o les nostres pors sobre el comportament. Ens sap greu, però «donar la tabarra» forma part de la teva responsabilitat com a mare o pare, com també plantejar-los la possibilitat de tenir comportaments alternatius, fonts d'estimulació diferents, etc.

És difícil diagnosticar una addicció, fins i tot per a les persones professionals, però certs símptomes indiquen que pot existir un problema en relació amb el porno. Per exemple, si cada vegada necessita més quantitat de porno; si el desig d'utilitzar-lo es torna molest i/o incontrolable; si experimenta malestar en no poder accedir al porno; si abandona altres activitats (amics, amigues, feina o estudis), o si apareix una insensibilitat al plaer eròtic en les relacions «reals».

En aquests casos, el més recomanable és acudir a un especialista en psicologia i/o sexologia per assessorar-lo i ajudar-lo, si fos necessari.



5.- Recursos per saber-ne més

Els llibres ***Sexo es una palabra divertida*** (Fiona Smyth i Cory Silverberg, 2019) o ***Explica-m'ho*** (Katharina von der Gathen i Anke Kuhl, 2016) aborden la sexualitat amb els més petits.

Les guies ***The porn talk*** d'Erika Lust tracten específicament de com parlar de porno als més petits i joves, les quals han servit de referència per a aquesta guia i estan disponibles al seu web.

Les sèries de televisió ***Sex Education*** (Laurie Nunn, 2019-) i ***Big Mouth*** (Nick Kroll, Andrew Goldberg, Jennifer Flackett i Mark Levin, 2017-) també proporcionen informació sobre sexualitat i temes dels quals es pot parlar amb adolescents, joves i preadolescents.

El vídeo curt ***Porn sex vs real sex: the differences explained with food*** ajuda a entendre les diferències entre les trobades «reals» i les fictícies del porno d'una forma amena i és apte per a preadolescents.

A més, pots consultar les nostres guies i la nostra escola de famílies:

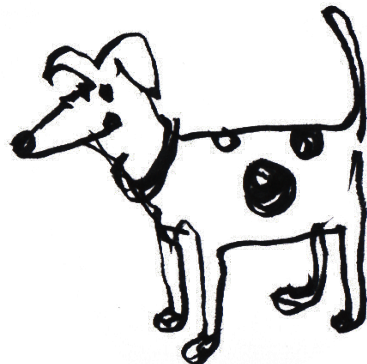
- Santacruz, D. (2017). ***Respuestas fáciles a preguntas difíciles***. Madrid: Save the Children.
- Bebea, I. (2019). ***Antivirus contra la violencia***. Madrid: Save the Children.
- Escola de pares i mares de Save the Children
<https://escuela.savethechildren.es/>

Finalment, pots consultar alguns articles o estudis interessants si vols saber més sobre el tema de la pornografia:

- Gabriel, K. (2017). ***El poder de las culturas del porno. Estado del poder.*** Disponible a: <https://www.fuhem.es/media/ecosocial/file/Estado-del-poder-2017/6.Culturas-del-porno-Estado-del-poder2017.pdf>
- Jaychandran, C. R. (2006). ***Porn rules net revenue charts. The Economic Times.***
- Ballester-Arnal, R., Castro-Calvo, J., Ruiz Palomino, E., Gil-Juliá, B. y Giménez-García, C. (2018). ***Sexo, mentiras e Internet.*** Revista INFAD de Psicología, 1.
- Horvath, M., Alys, L., Massey, K., Pina, A., Scally, M. y Adler, J. R. (2013). ***Basically... porn is everywhere. A rapid evidence assessment on the effects that access and exposure to pornography has on children and young people.*** Office of the Children's Commissioner for England, London (UK).
- Wilson, G. (s.d.). ***Start here: evolution has no prepared your brain for today's porn.*** Disponible a: <https://www.yourbrainonporn.com/miscellaneous-resources/start-here-evolution-has-not-prepared-your-brain-for-todays-porn/>

Índice

- 3 Introducció
- 6 Dels 9 als 12 anys:
primera exposició al porno
i curiositat
- 11 Dels 12 als 16 anys:
cerca deliberada
- 16 A partir dels 16 anys:
ús i fins i tot abús
- 19 Recursos per saber-ne més



Save the Children és l'organització líder en la defensa dels drets de la infància a tot el món. Treballa des de fa 100 anys per assegurar que tots els nens i nenes **sobreviuen, aprenen i estan protegits**. Actualment l'organització opera en més de 120 països.

Arreu de l'Estat, Save the Children treballa en programes d'atenció als nens i nenes més vulnerables, centrats en la infància en situació de risc de pobresa o exclusió social. L'organització atén, a més, la infància migrant i està centrada en protegir els menors davant la violència.

Save the Children vol que tots els nens i nenes, independentment de la seva condició o país d'origen, puguin gaudir plenament dels seus drets i assolir el màxim de les seves capacitats.



Save the Children



escuela.savethechildren.es