

„Þetta er ekkert flókið“ Smokkanotkun ungra karlmannna

ÚTDRÁTTUR

Tilgangur

Klamydía er algengur kynsjúkdómur meðal ungs fólks. Helsta forvörnin felst í smokkanotkun en lítið er vitað um hana meðal ungra karlmannna hérlendis. Tilgangur rannsóknarinnar er að skoða hvaða þættir skipta máli við smokkanotkun ungra karlmannna, bæði hvetjandi og letjandi þættir.

Aðferð

Rannsóknin grundvallast á eigindlegri aðferð, rýnihóparannsókn. Þátttakendur voru valdir í rannsóknina með tilgangs- og snjóbolta-úrtaksaðferð. Þeir voru nemendur í tveimur framhaldsskólum, annar í Reykjavík og hinn á Akureyri. Tekin voru viðtöl við sex rýnihópa. Viðtölin voru skráð frá orði til orðs og greind í þemu með rammaaðferð.

Niðurstöður

Alls tóku 36 ungir karlmenn, á aldrinum 18-23 ára, þátt í rannsókninni. Niðurstöður leiddu í ljós fjögur þemu, sem voru *grín og sprell*, *þægilegra án smokks*, *skrítið augnaráð* og *eyðileggur „momentið“*. Í gegnum þemun eru lýsingar á letjandi og hvetjandi þáttum. Fram kom að það helsta sem hindraði notkun smokka var takmörkuð fræðsla, neikvæð viðhorf, erfiðleikar við að kaupa smokka og notkun þeirra. Það sem einkum hvatti til smokkanotkunar voru mögulegar neikvæðar afleiðingar áhættu-hegðunar, jákvæð viðhorf til smokka og notkunar þeirra sem gaf til kynna sjálfsöryggi þátttakenda.

Ályktun

Ungum karlmönnum finnst lítið vera rætt við þá um smokkanotkun, þá skortir fræðslu um smokka og fyrirmyndir um notkunina. Kennarar og skólahjúkrunarfræðingar í grunn- og framhaldsskólum landsins þurfa að fá menntun og þjálfun til að koma kynfræðslu um smokka betur áleiðis til ungra karlmannna. Jafnframt þarf að styrkja foreldra í uppeldishlutverki sínu varðandi kynheilbrigðismál. Bæta þarf sýnileika og aðgengi að smokkum.

Lykilorð:

Ungir karlmenn, smokkanotkun, kynheilbrigði, letjandi þættir, hvetjandi þættir.

HAGNÝTING RANNSÓKNARNIÐURSTAÐNA

„Hvers vegna ættir þú að lesa þessa grein?“

Nýjungar: Gefin er innsýn í hvetjandi og letjandi þætti smokkanotkunar ungra karlmannna sem getur gefið leiðarljós fyrir inngrip á þessu sviði.

Hagnýting: Það er mikilvægt að útbúa fræðslu efni um smokkanotkun en samhliða að mennta og þjálfa kennara og skólahjúkrunarfræðinga til að þeir geti betur staðið að fræðslu og samtali um þessi mál.

Þekking: Það er ákveðinn hópur ungra íslenskra karlmannna sem hefur ekki næga vitneskju um smokka og notkun þeirra, hefur ýmiss neikvæð viðhorf til smokkanotkunar, þessa menn skortir færni til að tjá sig um smokkanotkun og standa frammi fyrir ýmsum erfiðleikum við smokkanotkun.

Áhrif á störf hjúkrunarfræðinga:

Skólahjúkrunarfræðingar í grunn- og framhaldsskólum þurfa að hafa vitneskju um hvetjandi og letjandi þætti smokkanotkunar meðal ungra karlmannna til að geta stuðlað að kynheilbrigði þeirra og fyrirbyggja kynsjúkdóma.

Höfundar

SÓLEY S. BENDER

prófessor
Hjúkrunarfræðideild Háskóla Íslands
og Kvenna- og barnasvið Landspítala

SNÆFRÍÐUR JÓHANNESDÓTTIR

hjúkrunarfræðingur

Landspítali

SIGURBJÖRG LIND ELLERTSDÓTTIR

hjúkrunarfræðingur

Sjúkrahúsið á Akureyri

„Þetta er ekkert flókið“ Smokkanotkun ungra karlmanna

INNGANGUR

Klamydía hefur verið mjög algengur kynsjúkdómur hér á landi undanfarna tvo áratugi einkum í aldurshópnum 15-25 ára og er nýgengi klamydíusýkingar á Íslandi með því hæsta sem þekktist í heiminum (Þórólfur Guðnason, o.fl., 2018). Lítið er vitað um smokkanotkun meðal ungra karlmanna hér á landi. Helstu upplýsingar um þá notkun er um hlutfall þeirra sem nota smokka. Í íslenskrum landskönnun Bender og Kosunen (2005) meðal 17-20 ára ungmenna kom fram að 80% ungra karlmanna sögðust hafa notað smokk við fyrstu samfarir. Samkvæmt evrópsku HBSC-rannsókninni sem gerð var 2017 og 2018 kom fram að smokkanotkun 15 ára íslenskra unglingspíla við síðustu samfarir var 65% og hafði lækkað um 7% frá árinu 2014. Þegar smokkanotkun íslenskra unglingspíla er borin saman við önnur Evrópulönd þá er hlutfallið hærra (>65%) í 20 löndum (Inchley o.fl., 2020). Bæði foreldrar og jafningjar geta mögulega haft áhrif á smokkanotkun. Fram kom í rannsókn Hadley og féлага (2009) að unglingar sem höfðu rætt við foreldra um smokka voru líklegri til að nota þá. Nýlega hefur komið í ljós að þegar áttu sér stað miklar samræður unglinga við foreldra um kynheilbrigðismál þá var klámáhorf þeirra ekki tengt við litla smokkanotkun. Hins vegar reyndist vera samband á milli klámáhorfs og lítillar smokkanotkunar ef þessar samræður voru af skornum skammti (Wright o.fl., 2020). Í safngreiningu Tokunga og féлага (2020) kom einnig fram að töluvert klámáhorf tengdist meiri líkum á því að nota ekki smokk við kynmök en þar er ekki tekið mið af samræðum við foreldra. Þegar kemur að áhrifum vina geta þau verið í báðar áttir, fyrirbyggjandi eða ekki. Fram kom í rannsókn Henry og féлага (2007) að unglingar notuðu síður smokkinn ef vinir þeirra notuðu hann ekki. Margir aðrir þættir geta haft áhrif á það að smokkurinn er ekki notaður í kynlífi. Má þar nefna takmarkaða þekkingu, skert eða erfitt aðgengi, neikvæð viðhorf til smokksins og takmörkuð tjáskipti um notkun hans. Lítið er til af nýjum rannsóknum í vestrænum heimi á þekkingu ungra manna á smokkum og notkun þeirra. Rannsókn Crosby og Yarber (2001) meðal 16.677 ungmenna á aldrinum 15-21 árs sýndi að þekkingarskortur var til staðar um hversu þétt mætti setja smokkinn á getnaðarlim og töldu 40,2% ungra manna sem höfðu reynslu af smokkanotkun að það ætti ekki að vera neitt rými fremst. Auk þess töldu 33,5% þeirra að það væri í lagi að nota vaselín með smokk. Eins hefur komið fram í rannsóknum að aðgengi að smokkum getur verið miserfitt. Í eigindlegri rannsókn Breny og Lombardi (2017) sem gerð var í Bandaríkjunum meðal framhaldsskólanema kom í ljós að þátttakendur töldu aðgengi í búðum vera hindrandi þegar smokkar eru staðsettir nálægt kvenkyns vörum og þungunarprófum í matvörubúðum og apótekum. Í sömu rannsókn komu fram þau viðhorf að margir ungir menn telja að smokknum fylgi margir ókostir svo sem minni gæði kynlífs og minni ánægju sem þeir fá út úr kynlífinu. Önnur rannsókn meðal háskólanema var með svipaðar niðurstöður þar sem þátttakendur lýstu síðustu kynmökum miklu frekar ánægjulegum ef smokkar voru ekki notaðir (Millhausen o.fl., 2018). Að auki hafa rannsóknir sýnt að samræður um smokkanotkun skipti miklu máli við notkunina. Þátttakendur í rannsókn Breny og Lombardi (2017) greindu frá því að þeim fannst vandræðalegt að ræða smokkinn í hita leiksins. Í safngreiningu Noar, Carlyle og Cole (2006) kom fram að tjáskipti um smokkanotkun hafði sterk tengsl við smokkanotkun. Einnig virðast sérstakar samningaleiðir vera mikilvægar. Það sýndi sig í rannsókn French og Holland (2013) að þær samningaleiðir við smokkanotkun sem skiptu mestu máli fólust í því að neita að hafa kynmök nema smokkur væri notaður og þegar stuðst var við bein tjáskipti. Síðan þegar kom að því að nota smokkinn þá gátu ungir karlmenn haft áhyggjur af smokkanotkun því hún gæti eyðilagt „momentið“. Þessu er til dæmis lýst í rannsókn Chernick og féлага (2019) sem gera grein fyrir aðstæðum þar sem viðkomandi vill ekki skemma stemninguna undir þeim kringumstæðum þegar stelpan er hrifandi fögur og þegar farið er of geyst í hlutina.

Fyrri rannsóknir hafa einnig sýnt að ýmsir þættir geta hvatt til smokkanotkunar. Í rannsókn Chernick o.fl. (2019) kom meðal annars fram að það sem helst hvatti til smokkanotkunar var mikilvægi þess að fyrirbyggja þungun, kynfræðsla í skólum og skilaboð um að það væri eðlilegt að nota smokkinn. Þá kom einnig fram í rannsókn Breny og Lombardi (2017) mikilvægi þess að nota smokka til að fyrirbyggja þungun. Að auki er mikilvægt að einstaklingurinn hafi jákvæð viðhorf til smokkanotkunar og nægjanlegt sjálfsöryggi þegar kemur að notkun hans en í rannsókn Black og félaga (2011) kom fram sterk fylgni á milli sjálfstrúar varðandi smokkanotkun (e. self-efficacy) og smokkanotkunar við síðustu samfarir. Það er sérstök ástæða til að skoða smokkanotkun meðal ungra karlmanna hér á landi þar sem hún er minni nú en áður. Tilgangur þessarar rýnihóparannsóknar var að skoða hvaða þættir skipta máli varðandi smokkanotkun, bæði hvetjandi og letjandi þættir.

AÐFERÐ

Þessi rannsókn er hluti af stærra rannsóknarverkefni. Um er að ræða tvær rannsóknir sem byggjast báðar á eigindlegri aðferð. Annars vegar er rætt við unga karlmenn í rýnihópum um smokka og notkun þeirra og hins vegar eru tekin einstaklingsviðtöl við unga karlmenn um sama efni. Hér er gerð grein fyrir rýnihóparannsókninni.

Rannsóknarsnið

Í þessari rannsókn var stuðst við eigindlegt rannsóknarsnið og byggðist hún á viðtölum við rýnihópa. Rýnihópar (e. focus groups) er eigindleg aðferð sem notuð er til þess að öðlast betri skilning á þeirri reynslu og viðhorfum sem hópurinn býr yfir á viðfangsefninu. Rýni (e. focus) er hugtak sem á við um markvissa athugun (Sóley S. Bender, 2013). Aðferðin byggir á félagslegum samskiptum innan hóps þar sem hlustað er á fólk ræða saman og rannsakendur læra af því (Madriz, 2000). Markmiðið með rýnihóparannsóknum, líkt og þessari, er að hóparnir endurspegli vissa breidd í viðhorfum og fái nýja innsýn í það hvernig einstaklingar upplifa aðstæður (Casey og Krueger, 1994). Í þessari rannsókn um smokkanotkun meðal ungra karlmanna þótti mikilvægt að geta rýnt í þetta efni því nauðsynlegt er að skilja betur viðhorf þeirra til þessa málaflokks og hvernig ungir menn ræða um það sín á milli. Við leit að rannsóknnum um smokka og notkun þeirra virðist mun algengara að þær byggist á meginlegu fremur en eigindlegu rannsóknarsniði. Slík aðferð gefur yfirsýn yfir málefnið en nær ekki að fara á meiri dýpt um efnið. Þörf er á því að skoða þetta málefni af meiri dýpt og varð því rýnihóparannsókn fyrir valinu (Sóley S. Bender, 2013).

Þátttakendur

Í rannsóknina voru valdir einstaklingar með tilgangsrúttaki sem höfðu sameiginleg grundvallareinkenni er laut að kyni, aldri og menntun (Sóley S. Bender, 2013). Eins mátti gera ráð fyrir að þeir hefðu vissa reynslu af efninu. Að auki voru þátttakendur valdir með snjóboltaaðferð þar sem þátttakendur bentu á aðra mögulega þátttakendur. Valdir voru tveir framhaldsskólar, annar í Reykjavík og hinn á Akureyri, til

að fá þátttakendur og voru kennarar beðnir um að aðstoða við val á nemendum.

Síðfræðilegir þættir rannsókna

Vísindasiðanefnd veitti leyfi fyrir rannsókninni, VSNb2017110012/03.01. Jafnframt veittu skólastjórnendur í tveimur framhaldsskólum leyfi, annar í Reykjavík og hinn á Akureyri. Allir þátttakendur fengu bréf um rannsóknina áður en viðtölin hófust sem útskýrði tilgang hennar, í hverju þátttökan fælist, tímalengd viðtalsins og rétt þátttakenda.

Framkvæmd

Gagnasöfnun fór fram í mars 2018. Farið var í tvo framhaldsskóla og tekin viðtöl við þrjá hópa í hvorum skóla, alls sex rýnihópa. Viðtölin byggðu á ákveðnum spurningaramma. Fyrst var spurt almennra spurninga, annars vegar um hvers vegna væri mikilvægt að nota smokka og hins vegar hvort væru einhver skilaboð, frá samfélaginu, foreldrum og vinum, sem ungir piltar fengu um smokkanotkun. Í framhaldi af því var spurt um hvers vegna smokkar væru ekki notaðir og það rætt út frá margvíslegum þáttum (s.s. kaup á smokk, kostnaði, notkun hans, áfengi o.fl.). Síðan var grennslast fyrir um þá þætti sem gætu hvatt unga karlmenn til að nota smokka (s.s. ákveðni, aðgengi, framtíðaráætlanir o.fl.). Unnið var út frá svörum viðmælenda hverju sinni en þess gætt að halda umræðum innan ramma rannsóknarspurningarinnar. Hvert viðtal var hljóðritað.

Gagnagreining

Viðtölin voru skráð frá orði til orðs. Við gagnagreiningu var byggt á rammaaðferð (e. framework method) Gale og félaga (2013). Aðferðin er gagnleg til þess að draga saman gögn og flokka textann í þemu á þann hátt að það sé hægt að svara rannsóknarspurningunni. Aðferðin er byggð á sjö stigum og hefur þeim ítarlega verið lýst í BS-verkefni Sigurbjargar Lindar Ellertsdóttur og Snæfríðar Jóhannesdóttur (2018). Til að lýsa aðferðinni í mjög stuttu máli þá voru snemma í ferlinu ákveðin viðtöl kóðuð og þessir kóðar síðan flokkaðir saman. Að lokum var efnið sett fram sem þemu. Áður en greiningarammi lá fyrir hafði aðalrannsakandi og nemendur greint tvö viðtöl. Bárum við saman greiningu okkar og fundum lausn á því sem reyndist vera ólíkt. Það fólst m.a. í því hvernig kóðuð gögn voru flokkuð saman. Endurskoðaður greiningarammi var síðan notaður við greiningu hinna viðtalanna.

NIDURSTÖÐUR

Alls tóku 36 piltar þátt í rannsókninni og voru þeir úr tveimur framhaldsskólum á landinu. Það voru 17 ungir karlmenn af höfuðborgarsvæðinu á aldrinum 18-23 ára og 19 þátttakendur frá Akureyri á aldrinum 18-19 ára. Fjöldinn í rýnihópnum var á bilinu 4-7, meðalfjöldi 6 þátttakendur. Aðeins einn hópur var með 4 einstaklingum. Ungu mennirnir voru almennt sammála um að aðgengi að smokknum væri gott og auðvelt væri að nálgast þá í helstu verslunum landsins. Hins vegar væri ýmislegt sem hindraði þá sjálfa við kaup á smokkum og óttuðust umir viðhorf afgreiðslufólks. Almennt fannst þeim að smokkar þyrftu að vera sýnilegir allt árið um kring

en ekki bara í tengslum við útihátíðir. Þeim fannst mikilvægt að nota meira samfélagsmiðla til að auglýsa smokka. Fram komu ýmis jákvæð viðhorf til smokksins en þeir töldu að helsta ástæðan fyrir lélegri notkun hans væri sú að kynlífið væri betra án hans. Við gagnagreiningu komu fram ólík viðhorf til smokkanotkunar meðal ungra karlmanna á höfuðborgarsvæðinu borið saman við þá sem voru á Akureyri. Þátttakendur á höfuðborgarsvæðinu litu léttvægari augum á kynsjúkdómasmit en þeir sem voru á Akureyri. Það væri eins og að fá kvef og það þyrfti bara að taka nokkrar pillur til að meðhöndla kynsjúkdóminn. Hins vegar fannst þeim mikilvægt að koma í veg fyrir óráðgerða þungun sem var þeim hvati til smokkanotkunar. Fyrir Akureyringana var aðalhvatin til smokkanotkunar að fyrirbyggja kynsjúkdómasmit.

Greind voru fjögur þemu. Þau eru *Grín og sprell*, *Þægilegra án smokks*, *Skrítið augnaráð* og *Eyðileggur „momentið“*.

Grín og sprell

Í þessu þema er umfjöllun um þekkingu og þekkingarleysi unglingspilta á smokkum, hverjir veita fræðsluna, hvernig hún er sett fram og hvaða fyrirmyndir þeir hafa. Ungu karlmennirnir voru almennt sammála um að þeir hafi fengið ákveðna kynfræðslu í skólum en hún mætti vera meiri og betri. Fáir könnuðust við að hafa fengið fræðsluefni um það hvernig skyldi nota smokkinn frá upphafi til enda, fyrirmyndir um smokkanotkun væru fáar og þeir þyrftu að fá sýnikennslu um smokkanotkun. Sumir bjuggu yfir þekkingu eins og að vita um mismunandi gerðir af smokkum og hvers vegna hann getur rifnað. Fram komu sterkar skoðanir á skilaboðum kláms og nefndu þátttakendur að þeir hefðu lært í skólanum að klám væri alls ekki raunverulegt kynlíf. Þó kom fram hjá einum: „... ég er nýlega farinn að velta því fyrir mér að ég geri hluti í kynlífi bara af því að ég sá það í klámi ...“.

Innan veggja heimilanna var mismunandi hvort þeir höfðu fengið einhverja fræðslu. Ef um einhverja fræðslu og eða umræður við ungu mennina var að ræða þá var það einkum móðirin sem sá um hana. Fram kom að óformleg fræðsla gat hentað betur eins og einn greindi frá: „... þegar maður var að fara út á lífið ... heyrðu, ef þú ætlar að stunda samfarir mundu að nota smokk bara“.

Í umræðum um vinina kom fram: „... síðan er líka hvað vinir manns segja og aðrir“. Margir nefndu að umfjöllun um smokka væri lítil meðal vina en ef hún væri þá væri hún mest sett fram í gríni og það væru heldur ekki svo margir að nota smokkinn eins og fram kom í þessari frásögn:

... en mér finnst það kannski líka vera skilaboðin frá jafningjum, það eru ekki allir, alls ekki meirihlutinn sem er að nota verjur sko ... ég held að kannski að ... í mínum jafningjahóp þá eru flestir sem nota þetta ekki.

Þeir sögðust ekki hafa séð smokkanotkun í bíómyndum eða í klámi. Einn nefndi: „Í rauninni þá er þetta bara notað sem eitthvað svona grín og sprell, eitthvað svona með smokkinn til að mynda einhverja vandræðalega stemningu og eitthvað svona. Aldrei í hefðbundinni rómantískri mynd og svona“. Þeir nefndu einnig að í tónlist eins og rapplögum þá væri fjallað um það að nota ekki smokkinn eða bara að hann væri tekinn af í miðjum klíðum og því lögð áhersla á að nota ekki smokkinn.

Þægilegra án smokks

Alls kyns viðhorf bæði neikvæð og jákvæð komu fram hjá þátttakendum um smokkanotkun. Fyrst er fjallað um neikvæðu viðhorfin og síðan um þau jákvæðu. Í ljós kom að smokkurinn væri óþægilegur og drægi úr tilfinningu og ánægju kynlífsins sem hélst í hendur við áhættusama kynhegðun. Í sambandi við óþægindin þá lýsti einn þeim svo: „... Ég held það séu bara flestir á því að þetta sé þægilegra án smokks ...“. Sá sami áttaði sig á því að slíkt viðhorf gæti haft afleiðingar og hann sagði jafnframt: „En þá ertu líka að spila í lotteríinu ef þú ert ekki með aðrar getnaðarvarnir“. Ýmsar aðrar frásagnir voru af óþægindum þess að nota smokkinn: „Þetta er þínu eins og að fara í fótabað í stígvélum“. Í tengslum við kynferðislega ánægju þá nefndu þeir til dæmis að smokkurinn væri of þykkur og því ekki þægilegur. Þegar það var útskýrt að til væru margar tegundir þá kom fram vantraust gagnvart þynnri smokkum. Það kom fyrir að í frásögn sama einstaklings komu fram bæði jákvæð og neikvæð viðhorf til smokkanotkunar eins og þetta dæmi sýnir: „Þetta er ekkert flókið að nota. Það er kannski bara þægilegra að vera ekki með smokk, skilurðu, eins og að þurfa ekki að sofa í öllum fötunum, þú klæðir þig úr því það er þægilegra“. Fleiri lýsingar á óþægindunum fólust til dæmis í eftirfarandi: „Ímyndaðu þér að borða uppáhaldsmatinn þinn með plastpoka yfir tungunni á þér“.

Ýmis jákvæð viðhorf komu fram eins og neikvæðar afleiðingar þess að nota ekki smokkinn sérstaklega varðandi mögulega þungun. Virtist það vera mikill hvati til smokkanotkunar eins og eftirfarandi tilvísun gefur til kynna: „... það er örugglega minna óþægilegt að fara út í búð að kaupa smokka heldur en að labba um bæinn 14-15 ára gamall með kærustunni ... því hún er bara eitthvað komin þrjá mánuði á leið“. Fleiri jákvæð viðhorf til smokkanotkunar komu fram eins og: „Minna vesni í lífinu“. Að auki voru látin í ljós viðhorf gagnvart þeim sem ekki nota smokk: „... hann sé hálfviti að gera það ekki“.

Skrítið augnaráð

Þetta þema fjallar um aðgengi að smokkum, kostnað og kaup á smokkum. Flestum fannst smokkar vera aðgengilegir í búðum en það gat verið feimnismál og vandræðalegt að kaupa hann: „Þetta er ekki eins og að kaupa sér mjólk“. Það gat skipt máli hvar smokkar voru staðsettir í búðum: „það er náttúrliga þægilegra þegar hann er beint við kassann. Þú getur bara kippt honum með þér“. Einnig skipti stærð bæjarsamfélagsins máli: „Erfitt á svona litlum stöðum eins og Akureyri þar sem allir þekkja alla“. Sumir upplifðu óþægilegt viðmót starfsfólks: „Ég lenti í því að ég var að kaupa smokk og gellan sagði: „Njóttu“ það var ekki þægilegt“. Annar greindi frekar frá óþægindum við kaup á smokk:

... svo er það kannski líka mismunandi hvert þú ferð ef þú ferð upp í, skilurðu, Súper [Krambúðin] eða eitthvað og það er kannski unglingur að vinna þá er mjög líklegt að þú fái eitthvað skrítið augnaráð og óþægilegt en það er þá bara því afgreiðslumaðurinn býr það eitthvað til og er eitthvað að reyna að vera eitthvað eðlilegur en tekst það ekki. En ef þú ferð í apótek og þá eru fagmenn og þú veist ef þú grípur einn smokkapakka þá er bara – er það eitthvað fleira?

Í þessari frásögn skiptir það miklu máli hver afgreiðir smokka í verslunum. Smokkakaupin reyndust auðveldari með aldrinum

og meiri reynslu eins og einn sagði: „Því oftast sem ég hef keypt smokka verður það bara þægilegra og þægilegra sko“. Til þess að hafa smokka aðgengilegrir þá vildu unglingspiltarnir gjarnan hafa sjálfসা í skólanum sem mundi auðvelda þeim aðgengið og væri þá afgreiðslumaðurinn ekki lengur hindrun. Sumir greindu frá því að móðir þeirra hefði keypt smokka: „... þegar ég var svona 15 ára þá gaf hún mér bara smokkapakka og sagði notaðu þetta ef þú ætlar að gera það [stunda kynlíf]“. Jafnframt kom fram að það væri þægilegt að þurfa ekki að biðja móður sína að kaupa smokka. Þegar rætt var um kostnað smokka þá fannst þeim smokkar vera mjög dýrir. Einn sagði: „Smokkar eru sjúklega dýrir“. Einnig kom fram sú skoðun að kostnaður við smokkakaup væri ekki sambærilegur við að eignast barn. Í viðtalinu voru þeir spurðir hversu mikið þeir væru tilbúnir að greiða fyrir smokka. Flestir voru sammála um hvað smokkurinn mætti kosta og fannst þeim að 100 krónur fyrir hvern smokk væri vel ásætlanlegt verð.

Eyðileggur „momentið“

Þegar þátttakendur lýstu sjálfri smokkanotkuninni þá komu bæði fram þættir sem hvöttu og löttu notkunina. Þeir sem ekki notuðu smokka greindu meðal annars frá áhættusækni, smokkurinn væri ekki til staðar, áfengisnotkun, samskiptaleysi og þeir óttuðust að eyðileggja „momentið“. Fram kom hjá þeim að þó að þeir gerðu sér grein fyrir því að þeir væru að taka áhættu með því að nota ekki smokk þá tóku sumir samt áhættuna eins og einn orðaði það: „... maður kannski spilar lotteríð bara upp á heppnina að verða ekki fyrir einhverju ...“. Margir nefndu að þeir væru kannski ekki með smokkinn á sér þegar tækifærið gæfist eins og þessi frásögn gaf til kynna: „... maður veit kannski ekki hvenær á stað og stund þetta gerist og ef maður er ekki með smokk á sér eða eitthvað þannig þá er maður ekki endilega að hætta við til þess geta gert það seinna ...“.

Fram kom hjá flestum að áfengisnotkun gat hindrað smokkanotkun. Undir þessum kringumstæðum kom fram að þeir mundu kannski ekki bregðast við ef smokkurinn rifnaði eða hann væri ekki til staðar þá væri meiri tilhneiging til að taka áhættu og sleppa smokkanotkuninni. Einnig kom fram að kyngeta þeirra gæti minnkað við áfengisneyslu og því gæti verið stressandi að setja smokkinn á við þær aðstæður: „Þau byrja kannski að nota smokk og síðan finnur hann að þetta gengur ekkert sérstaklega vel því hann er svo fullur og er ekki að finna fyrir neinu, ákveður að taka hann af“. Auk þess var nefnt að það gæti komið fyrir að fá það [fullnægingu] ekki með smokk og því gæti sú reynsla dregið úr möguleikum á smokkanotkun síðar meir.

Það sem jafnframt var að gera þeim aðstæðurnar við smokkanotkunina erfiðari var að tjá sig um hana: „Ef hún segist vera á pillunni og maður segir að maður vilji nota smokkinn þá gæti það alveg verið tekið sem móðgun til hennar að halda að hún sé með kynsjúkdóm“. Það gat því reynst flókið að ræða málin en mun auðveldara að sleppa því að nota smokkinn.

Þegar kom að því að setja smokkinn á þá gat viðkomandi óttast að eyðileggja „momentið“: „Svo getur það verið svolítið svona eyðileggur „momentið“ ...“. Önnur lýsing af sama toga: „Maður er byrjaður í ákafanum og svo stoppar það smástund“. Þannig verður minni hiti í leiknum. Var „momentinu“ lýst á eftirfarandi hátt: „... þú ert að ná í smokkinn, þú þarft að rífa

utan af honum og þú þarft að setja hann á þig“. Önnur lýsing á „momentinu“: „Ert eitthvað þarna í myrkrinu að finna hvernig hann snýr og vandræðaleg þögn“. Annar nefndi: „Það verður dauðþögn, skilurðu“. Til viðbótar kom fram: „... gæti tekið tíma að ná í hann, ein sekúnda ... er kannski ekki jafnlengi að líða í kannski vissum tilvikum [eins og í „momentinu“]“. Hér var í raun ein sekúnda sem heil eilífð. Því var lýst að feimni gæti skipt máli: „Ef maður er ... feiminn og þá getur það alveg verið smááskorun að taka time out og ná í smokkinn“. Að auki gat „momentið“ verið erfitt ef viðkomandi glímdi við risvandamál: „Það er kannski þessi bið ... meðan þú ert að leita að smokknum og ef þú ert með risvandamál þá kannski bara yfirgefur hann [getnaðarlimurinn] svæðið“. En það voru líka einstaklingar sem lýstu því að „momentið“ væri ekkert mál, sérstaklega ef viðkomandi þekkti manneskjuna. Hjá þeim sem voru ábyrgari í afstöðu sinni til smokkanotkunar kom meðal annars fram þetta viðhorf: „... þetta er bara eins og að vera í bílbelti í bíl, skilurðu þetta tekur enga eða litla stund að setja það á og það eru miklu minni líkur á því að þú deyrir í bílslysi“. Þeir sem virtust hafa meira sjálfsöryggi fannst samræður um smokkanotkun þyrftu alls ekki að eyðileggja stemninguna. Þeir voru með alls kyns hugmyndir um það hvernig væri hægt að ræða um notkun smokka á þægilegan máta. Dæmi um það var: „Ef þú ert í þessum aðstæðum getur þú alltaf spurt spurninguna: á ég að ná í smokkinn?“. Sumir töldu ónauðsynlegt að ræða smokkanotkun því hún væri svo sjálfsögð. Þá gætu þeir bara náð í smokkinn án nokkurra orða.

UMRÆÐA

Til þess að nota smokkinn þarf margt að vera til staðar eins og að hafa greitt aðgengi að honum, ungum mönnum þarf að finnast sjálfsagt að nota hann og þeir þurfa að hafa nægjanlegt sjálfsöryggi og þekkingu til að ráða við notkun hans. Það er ljóst af niðurstöðum rannsóknarinnar að ungir karlmenn geta staðið frammi fyrir mörgum hindrunum varðandi smokkanotkun. Þessar hindranir voru í formi þekkingarleysis, neikvæðra viðhorfa, erfiðleika að nálgast smokkinn og nota hann sem bendir meðal annars til skorts á sjálfstrausti. Hins vegar voru ýmsir þættir sem hvöttu til smokkanotkunar eins og jákvæð viðhorf til smokkanotkunar, þeim finnast mikilvægt að koma í veg fyrir afleiðingar þess að nota ekki smokkinn og almennt að standa með sjálfum sér þegar á hólminn er komið. Þessi ábyrga afstaða til smokkanotkunar vísar til ákveðins vitsmuna-, tilfinninga- og félagsþroska en jafnframt að hafa byggt upp traust og trú á sjálfum sér.

Letjandi þættir smokkanotkunar

Ýmsar niðurstöður þessarar rýnihóparannsóknar benda til þekkingarskorts meðal unglingspilta varðandi smokka sem haft getur áhrif á notkun þeirra. Greint er frá því að smokkar séu þykkir sem gefur til kynna að ungu mennirnir hafi lítt kynnt sér eða prófað mismunandi tegundir smokka með tilliti til þykktar. Einnig nefna þeir að þá vanti betri upplýsingar um heildarnotkun smokka. Það er því ekki nægjanlegt að kenna þeim hvernig smokkurinn þarf að snúa þegar honum er rúllað á getnaðarlim því fara þarf yfir öll skref notkunarinnar. Þessi

atriði sem hér hafa verið rakin sýna nauðsyn þess að fræðsla um smokka þurfi að fjalla um fleira en að þeir komi í veg fyrir kynsjúkdóma og þungun. Aðrar rannsóknir hér á landi og erlendis hafa einnig sýnt fram á að ungu fólki finnst það ekki fá næga kynfræðslu og að breyta megi áherslum hennar en þessar rannsóknir draga þó ekki sérstaklega fram skort á þekkingu varðandi smokkanotkun (Cense o.fl., 2020; Kolbrún Sigurgeirsdóttir o.fl., 2019; Lóa Guðrún Gísladóttir o.fl., 2020; McCormack, 2015).

Í þessari rýnihóparannsókn komu fram neikvæð viðhorf til smokkanotkunar, það væri óþægilegt að nota þá og notkunin dragi úr ánægju kynlífsins. Eigindleg rannsókn Smith og féлага (2012) meðal ungra manna sýndi einnig fram á svipaða niðurstöðu varðandi minni ánægju af kynlífi við smokkanotkun. Önnur eigindleg rannsókn Davis og féлага (2014) meðal ungra karlmanna (21-35 ára) gaf góða lýsingu á því hvernig þeir fóru að því að sannfæra ungar konur um það að kynmök án smokka væru miklu betri og ánægjulegri. Slíkar aðferðir komu ekki fram í þessari rýnihóparannsókn. En rýnihóparannsóknin leiddi einnig í ljós að það voru til staðar ýmsir erfiðleikar við að nálgast smokkinn og þeir töldu smokkinn vera mjög dýran. Síðan þessi rannsókn fór fram þá hafa smokkasjálfsalar verið settir í alla framhaldsskóla. Var sú aðgerð á vegum Embættis landlæknis. Hefur hún væntanlega auðveldað ungum mönnum aðgengi að smokkum. Jafnframt er nú komin sjálfsafgreiðsla í stórmörkuðum. Annað sem ætti að vera einfalt að framkvæma er að foreldrar geri smokkinn aðgengilegan á sínum eigin heimilum og því þurfi ekki að reyna á erfið kaup á smokkum. Jafnframt telja ungu mennirnir að smokkar séu mjög dýrir en í viðræðum við þá kom fram að þeim fannst ekki dýrt ef hver smokkur kostaði 100 krónur. Það verð er hærra en raunverð smokka er til dæmis í Bónus þar sem stykkið er á 55-69 krónur. Í þessari rýnihóparannsókn kom einnig fram að sumir ungir karlmenn virtust eiga í erfiðleikum með að tjá sig við kynlífsféлага um smokkanotkun. Það bendir til þess að þá skorti þjálfun í að tjá sig þegar á hólminn er komið. Í rannsókn McCormick (2015) kom fram að þeir sem voru í föstum samböndum áttu yfirleitt auðvelt með að ræða um smokkinn en oft reyndust þessar samræður erfiðari þegar um skyndikynni eða nýja kynlífsféлага var að ræða. Í rannsókn Tschann og féлага (2010) meðal ungs fólks var greint frá mismunandi tjáningaleiðum til að nota smokkinn. Að ræða mögulega áhættu og koma skilaboðum skýrt áleiðis með eða án orða voru árangursríkar leiðir til smokkanotkunar.

Hvetjandi þættir smokkanotkunar

Niðurstöður rannsóknarinnar benda til þess að þeir ungu karlmenn sem virtust vera öruggari með sjálfan sig reyndust ekki vera í miklum vanda með smokkanotkun. Þeir virtust gera sér grein fyrir þeim mögulegu afleiðingum þess að nota ekki smokk, lýstu jákvæðum viðhorfum til smokkanotkunar og notkunin sjálf virtist ekki vefjast fyrir þeim. Fram komu þau viðhorf hjá ungum karlmönnum í Reykjavík að þeim fannst mikilvægara að koma í veg fyrir óráðgerða þungun en kynsjúkdóma. Þetta viðhorf til varnar þungun kom einnig fram í eigindlegum rannsóknnum Breny og Lombardi (2017) og Smith og féлага (2012) meðal ungra karlmanna. Sýnt hefur verið fram á að sjálfstrú skipti miklu máli varðandi smokkanotkun og að kunna að beita samningaleiðum við smokkanotkun spáir hvað mest fyrir um smokkanotkunina (French og Holland, 2013). Þannig geti tjáskiptin verið lykillinn að öruggu kynlífi.

Niðurstöður þessarar rýnihóparannsóknar benda til þess að ef ungir karlmenn hér á landi eigi að öðlast færni í að nota smokka markvisst þurfi að huga að mörgum þáttum. Leita þarf leiða við að byggja upp sjálfstraust einstaklingsins með aukinni þekkingu og færni, til dæmis í tjáskiptum. Fjalla þarf um smokkinn frá upphafi notkunar og þar til hann er fjarlægður auk þess að hafa sýnikennslu í smokkanotkun. Fara þarf í þekkingarleg atriði um smokkinn (tegundir, þykkt, kostnað ...). Taka þarf fyrir neikvæð viðhorf og byggja upp jákvæðni til smokkanotkunar. Leiðrétta þarf þá mýtu að smokkar séu allt of dýrir. Hvetja þarf til þess að einstaklingurinn æfi sjálfur smokkanotkun. Jafnframt þarf að fara í alls kyns aðstæður sem geta komið upp og hvernig skuli vinna með þær. Fara þarf í fjölbreyttar æfingar til að byggja upp færni til að tjá sig við kynlífsféлага á þægilegan hátt. Til að stuðla að kynheilbrigði ungs fólks er að jafnaði lögð áhersla annars vegar á kynfræðslu og hins vegar kynheilbrigðisþjónustu. Í framkvæmdaráætlun Alþjóðaheilbrigðisstofnunarinnar fyrir Evrópu kemur fram að það eigi að efla notkun getnaðarvarna meðal ungs fólks með góðu aðgengi að þeim, dreifingu smokka og bjóða þeim gæðakynheilbrigðisþjónustu (WHO, 2016). Hins vegar stendur Ísland ekki nægilega vel þegar kemur að kynheilbrigðisþjónstu fyrir ungt fólk samanborið við önnur lönd sem náð hafa góðum árangri (Haldre o.fl., 2012). Stefnumótun hér á landi í kynheilbrigðismálum ungs fólks er nauðsynleg til að stuðla að kynheilbrigði þess (Sóley S. Bender, 2009, 2016a, 2016b).

Styrkleikar og takmarkanir rannsóknarinnar

Helstu styrkleikar rannsóknarinnar felast í því að stjórnandi rýnihópaviðtalanna er reyndur rannsakandi með mikla þekkingu á viðfangsefninu og rýnihópaaðferð (Sóley S. Bender, 2013). Leitaði stjórnandinn margra leiða til að fá fram innihaldsríkar lýsingar og ólík sjónarmið þátttakenda. Í úrtakinu voru ungir karlmenn af höfuðborgarsvæðinu en einnig af landsbyggðinni (Casey og Krugerr, 1994). Stærð rýnihópanna (meðaltal 6 í hóp) var mjög góð að því leyti að auðveldar var að fá alla þátttakendur til að tjá sig um efnið (Dilorio o.fl., 1994). Við gagnagreiningu komu bæði aðalrannsakandi og nemendur að kóðun og flokkun tveggja viðtala til að útbúa greiningaramma (Carter o.fl., 2014). Helstu takmarkanir rýnihóparannsóknarinnar, eins og í öðrum slíkum rannsóknum, fólust í því að við gagnagreiningu reyndist stundum erfitt að greina orðaskil og því var möguleiki að missa af mikilvægu samhengi í orðræðunni. Eins er ekki unnt að alhæfa niðurstöður yfir á unga karlmenn almennt (Leung, 2015).

Ályktanir

Það er margt sem bendir til þess að sjálfsmýnd (s.s. sjálfstrú og sjálfsvirðing) ungra karlmanna skipti miklu máli í tengslum við smokkanotkun. Það er því mjög mikilvægt að byggja upp sterka sjálfsmýnd þeirra með fræðslu og færniþjálfun um smokkanotkun. Niðurstöður rannsóknarinnar kalla því á nauðsyn þess að mennta og þjálfara kennara og skólahjúkrunarfræðinga til að standa betur að fræðslu um smokka. Jafnframt er mikil þörf á því að styðja við foreldra í uppeldishlutverki sínu á sviði kynheilbrigðismála.

ENGLISH SUMMARY

„It is not complicated“ Condom use of young men

Bender, S.S., Johannesdottir, S., Ellertsdottir, S.L.

Aim

Chlamydia is prevalent among young people in Iceland. The main prevention is condom use but limited knowledge is available about this use among Icelandic young men. The purpose of this study is to explore important factors regarding condom use, both facilitators and barriers.

Method

The study is qualitative and is based on focus groups. Purposeful and snow-ball sample methods were used to recruit participants. They were students in two secondary schools, one in Reykjavík and another one in Akureyri. Six focus groups were interviewed. The interviews were typed verbatim and thematically analysed by using the framework analysis method.

Results

Totally 36 young men, in the age group 18-23, participated in the study. The results revealed four themes which were *Fun and prank*, *More comfortable without the condom*, *Strange look and Spoiling the moment*. Through the themes there are descriptions of barriers and facilitators. What mostly hindered condom use was limited knowledge, negative attitudes, difficulties buying and using condoms.

What mostly encouraged condom use were the possible negative consequences of risk behavior, positive attitudes towards condoms and their use which indicated self confidence of participants.

Conclusion

Young men experienced limited discussion about condom use, they lacked information about condoms and role models regarding the use. Teachers and school health nurses in primary and secondary schools in the country need education and training in order to boost young men with better information. Also, parents need support in their child-rearing role regarding sexual- and reproductive health. Improved visibility and accessibility of condoms is needed.

Keywords

Young men, condom use, sexual- and reproductive health, barriers, facilitators.

Correspondent:
ssb@hi.is

HEIMILDIR

- Bender, S.S. og Kosunen, E. (2005). Teenage contraceptive use in Iceland: A gender perspective. *Public Health Nursing*, 22(1), 17-26. doi:10.1111/j.0737-1209.2005.22104.x
- Black, D.S., Sun, P., Rohrbach, L.A. og Sussman, S. (2011). Decision-making style and gender moderation of the self-efficacy-condom use link among adolescents and young adults. *Archives of Pediatric Adolescent Medicine*, 165(4), 320-325. doi:10.1001/archpediatrics.2011.17.
- Breny, J. M., og Lombardi, D. C. (2017). 'I don't want to be that guy walking in the feminine product aisle': a photovoice exploration of college men's perceptions of safer sex responsibility. *Global Health Promotion*, 1-9. doi:10.1177/1757975916679362
- Carter, N., Bryant-Lukosius, D., DiCenso, A., Blythe, J. og Neville, A.J. (2014). The use of triangulation in qualitative research. *Oncology Nursing Forum*, 41(5), 545-547. doi: 10.1188/14.ONF.545-547
- Casey, M. A. og Krueger, R. A. (1994). Focus group interviewing. Í H. J. H. MacFie og D. M. H. Thomson (ritstj.), *In Measurement of food preferences* (bls. 77-96). Springer, Boston, MA.
- Cense, M., de Grauw, S. og Vermeulen, M. (2020). 'Sex is not just about ovaries'. Youth participatory research on sexuality education in the Netherlands. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, 8587. doi:10.3390/ijerph17228587
- Chernick, L.S., Siden, J.Y. og Dayan, P.S. (2019). A qualitative assessment to understand the barriers and enablers affecting contraceptive use among adolescent male emergency department patients. *American Journal of Men's Health*, 13(2), 1-11. doi: 10.1177/1557988319825919
- Crosby, R. og Yarber, W.L. (2001). Perceived versus actual knowledge about correct condom use among U.S. adolescents: results from a national study. *Journal of Adolescent Health*, 28, 415-420. doi: 10.1016/s1054-139x(00)00213-5
- Davis, K.C., Schraufnagel, T.J., Kajumulo, K.F., Gillmore, A.K., Norris, J. og George, W.H. (2014). A qualitative examination of men's condom use attitudes and resistance: „It's just part of the game“. *Archives of Sexual Behavior*, 43, 631-643. doi 10.1007/s10508-013-0150-9
- Dilorio, C., Hockenberry-Eaton, M., Maibach, E. og Rivero, T. (1994). Focus groups: An interview method for nursing research. *Journal of Neuroscience Nursing*, 26(3), 175-180. doi: 10.1097/01376517-199406000-00013
- French, S.E. og Holland, K.J. (2013). Condom negotiation strategies as a mediator of the relationship between self-efficacy and condom use. *Journal of Sex Research*, 50(1), 48-59. doi:10.1080/00224499.2011.62697
- Gale, N. K., Heath, G., Cameron, E., Rashid, S. og Redwood, S. (2013). Using the framework method for the analysis of qualitative data in multi-disciplinary health research. *BMC Medical Research Methodology*, 13(1), 117. doi.org/10.1186/1471-2288-13-117
- Hadley, W., Brown, L.K., Lescano, C.M., Kell, H., Spalding, K., DiClemente, R., Doneneberg, G., Project STYLE Study Group. (2009). Parent-adolescent sexual communication: Associations of condom use with condom discussions. *AIDS Behaviour*, 13, 997-1004. doi 10.1007/s10461-008-9468-z
- Haldre, K., Part, K. og Ketting, E. (2012). Youth sexual health improvement in Estonia, 1990-2009: The role of sexuality education and youth-friendly services. *The European Journal of Contraception and Reproductive Health Care*, 17: 351-362. doi:10.3109/13625187.2012.696751
- Henry, D.B., Schoeny, M.E., Deptula, D.P. og Slavick, J.T. (2007). Peer selection and socialization effects on adolescent intercourse without a condom and attitudes about the costs of sex. *Child Development*, 78(3), 825-838. https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2007.01035.x
- Inchley, J., Currie, D., Budisavljevic, S., Torsheim, T., Jästad, A., Cosma, A. ... Samdal, O. (ritstj.). (2020). Spotlight on adolescent health and well-being. Findings from the 2017/2018 Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) survey in Europe and Canada. *International Report*. Volume 2. Key data. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe. file:///C:/Users/USER/Downloads/9789289055017-eng%20(3).pdf
- Kolbrún Sigurgeirsdóttir, Þórður Kristinsson og Þorgerður Einarsdóttir (2019). Kynlífsmenning framhaldsskólanema frá sjónarhorni ungra karla. *Netla – veltimarit um uppeldi og menntun*. doi:10.24270/netla.2019.9
- Leung, L. (2015). Validity, reliability and generalizability in qualitative research. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 483, 324-327. doi: 10.4103/2249-4863.161306
- Lóa Guðrún Gísladóttir, Ragný Þóra Guðjohansen og Sóley S. Bender (2020). „Stelpan er einhver veginn hlutur, hún á að ... gegna okkur“. Sýn ungra karlmanna á kynheilbrigði og #MeToo byltinguna. Í Elin Björk Jóhannsdóttir, Kristín I. Pálsdóttir og Þorgerður H. Þorvaldsdóttir (ritstj.). *FlétturV* (bls. 153-177). Reykjavík: RIKK-Rannsóknastofnun í jafnréttisfræðum og Háskólaútgáfan.
- Madriz, E. (2000). Focus groups in feminist research. Í N.K. Denzin og Y.S. Lincoln (ritstj.), *Handbook of qualitative research* (2. útg.) (bls. 835-850). London: Sage.
- McCormack, M. (2015). 'Young people's attitudes toward and discussion of safe sex and condom use.' *Project Report*. Durham University. DOI: 10.13140/RG.2.1.2002.6962
- Millhausen, R.R., McKay, A., Graham, C.A., Sanders, S.A., Crosby, R.A., Yarber, W.L. og Wood, J. (2018). Do associations between pleasure ratings and condom use during penile-vaginal intercourse vary by relationship type? A study of Canadian university students. *The Journal of Sex Research*, 55(1), 21-30. https://doi.org/10.1080/00224499.2017.1298713k
- Noar, S.M., Carlyle, K. og Cole, C. (2006). Why communication is crucial: meta-analysis of the relationship between safer sexual communication and condom use. *Journal of Health Communications*, 11(4), 365-390. doi 10.1080/10810730600671862
- Sigurbjörg Lind Ellertsdóttir og Snæfríður Jóhannsdóttir (2018). „Petta er þínu eins og að fara í fótabað í stígvélum“. Rýnihóparannsókn á viðhorfum unglingspíla til smokkanotkunar. Óbirt BS-ritgerð: Háskóli Íslands, Hjúkrunarfræðideild.
- Smith, J., Jennifer, F., Skinner, S. R., Hallett, J., Merriman, G. og Marshall, L. (2012). Sex, condoms and sexually transmissible infections: A qualitative study of sexual health in young Australian men. *Archives of Sexual Behavior*, 41, 487-495. doi:10.1007/s10508-010-9664-6
- Sóley S. Bender. (2009). Nýjar áherslur í ráðgjöf um getnaðarvarnir, ungt fólk þarf breytta þjónustu. *Tímarit hjúkrunarfræðinga*, 85(1), 44-47. https://www.hirsla.is/handle/2336/52474?locale-attribute=is
- Sóley S. Bender. (2013). Samræður í rýnihópum. Í Sigríður Halldórsdóttir (ritstjóri), *Handbók í aðferðafræði rannsókna* (99-312). Akureyri: Áspret Still ehf.
- Sóley S. Bender (2016a). Kynheilbrigði unglinga- Ábyrgt kynlíf. Í Guðrún Kristjánsdóttir, Sigrún Aðalbjarnardóttir og Sóley S. Bender (ritstjórar). *Ungt fólk- Tekist á við tilveruna*. Reykjavík: Hið íslenska bókmenntafélag.
- Sóley S. Bender (2016b). Kynhegðun unglinga- snemma byrjað að stunda kynlíf. Í Guðrún Kristjánsdóttir, Sigrún Aðalbjarnardóttir og Sóley S. Bender (ritstjórar). *Ungt fólk- Tekist á við tilveruna*. Reykjavík: Hið íslenska bókmenntafélag.
- Tokunga, R.S., Wright, P.J. og Vangeel, L. (2020). Is pornography consumption a risk factor for condomless sex? *Human Communication Research*, 46, 273-299. doi:10.1093/hcr/hqaa005
- Tschann, J.M., Flores, E. de Groat, C.L., Deardorff, J. og Wibbelsman, C.J. (2010). Condom negotiation strategies and actual condom use among latiano youth. *Journal of Adolescent Health*, 47, 254-262. doi:10.1016/j.jadohealth.2010.01.018
- WHO (World Health Organization). (2016). *Action plan for sexual and reproductive health*. Kaupmannahöfn: WHO, Evrópa. https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0003/322275/Action-plan-sexual-reproductive-health.pdf
- Wright, P.J., Herbernick, D. og Pau, B. (2020). Adolescent condom use, parent-adolescent sexual health communication and pornography: Findings from a U.S. probability sample. *Health Communication*, 35(13), 1576-1582. doi:10.1080/10410236.2019.1652392
- Þórólfur Guðnason, Már Kristjánsson, Baldur Tumi Baldursson, Elisabet Reykdal Jóhannsdóttir og Ragnhildur Sif Hafstein. (2018). *Kynsjúkdómar á Íslandi – greinagerð og tillögur um aðgerðir*. Reykjavík: Velferðarráðuneytið.