

Michał Bebrysz

*Uniwersytet Kardynała Stefana Wyszyńskiego  
w Warszawie*

## **ROZWÓJ CHŁOPCÓW W OKRESIE DORASTANIA A UZALEŻNIENIE OD PORNOGRAFII**

Erik H. Erikson (2004) w swojej książce „Tożsamość a cykl życia” napisał, że człowiek w okresie dorastania znajduje się pomiędzy anarchią popędów a autokracją sumienia i jedynie dojrzała tożsamość może zapewnić mu wewnętrzną równowagę. Niewątpliwie uzależnienie od oglądania materiałów pornograficznych jest jakąś formą „anarchii popędów” w psychice jednostki, ponieważ powoduje wiele subiektywnie odczuwanego cierpienia (Wilson, 2012).

W poniższym artykule podjęto problem uzależnienia od pornografii w kontekście specyfiki okresu dorastania u chłopców. Jak pokazują bowiem badania amerykańskie, 11 milionów nastolatków regularnie ogląda materiały pornograficzne w internecie (za: PinkCrossFoundation, 2013), co niektórzy naukowcy próbują tłumaczyć jako zrozumiałe w odniesieniu do biologicznych i psychologicznych zmian zachodzących w dorastającej jednostce (por. np. Jaczewski, Grodzki, Izdebski, 1994), a co jednak nie jest ani naturalne, ani też nieszkodliwe.

### **1. Oglądanie pornografii - naturalne czy nie?**

Twierdzenie, że oglądanie pornografii jest nienaturalne, wobec nurtów podkreślających zrozumiałość takiego zachowania w odniesieniu do biologicznych uwarunkowań dorastającego mężczyzny, może wydawać się pewną sprzecznością i wymaga wyjaśnienia.

Warto zauważyć w tym miejscu, że oglądanie materiałów pornograficznych jest nowością w historii ludzkości, z którą nasi przodkowie nie mieli do czynienia (Wilson, 2012). Internet daje w tym względzie ogromne możliwości: osoba, która chce przeglądać strony pornograficzne, może wybierać spośród tysięcy kobiet w przeróżnych filmikach. Co więcej, jak zauważył Gary Wilson filmy pornograficzne w naszych czasach stają się coraz bardziej absorbujące uwagę i uzależniające (tamże).

## PROBLEMATYKA MĘSKOŚCI

---

Sytuacja ta nie jest naturalna. Mężczyzna czy chłopak przeglądający takie strony znajduje się w środowisku bodźców w jakimi żaden z jego przodków nigdy się nie znajdował (osoba taka w ciągu jednego dnia może zobaczyć więcej kobiet w sytuacjach seksualnych, niż ludzie żyjący dawniej przez całe życie, nie nawiązując jednocześnie żadnych relacji interpersonalnych (tamże).

Zdaniem wielu badaczy taka nienaturalna sytuacja odbija się szkodliwie na funkcjonowaniu mózgu człowieka (szczególnie nastolatka). Szkodliwość takiego oddziaływania polega na tym, że jest ono uzależniające przy jednoczesnym obniżaniu stopnia odczuwanej satysfakcji z oglądania takich materiałów. Jak w każdym innym uzależnieniu podobnie i w tym następuje postępujące zmniejszenie wrażliwości na czynnik wywołujący pierwotnie odczucie dużej przyjemności (przykładowo analogicznie do alkoholu) (za: tamże).

Powstaje więc pytanie, dlaczego ludzie oglądają materiały pornograficzne i z jakiego powodu są one tak uzależniające? Aby na nie odpowiedzieć, należy przede wszystkim zauważyć, że pornografię oglądają głównie mężczyźni (por. np. Jaczewski, Grodzki, Izdebski, 1994; Wilson, 2012). Dzieje się tak dlatego, że są oni szczególnie wrażliwi na bodźce wzrokowe w procesie powstawania pobudzenia seksualnego. Dla kobiet natomiast szczególnie stymulującymi w tym zakresie są bodźce związane z dotykiem i słuchem (Jaczewski, Grodzki, Izdebski, 1994). Niemniej jednak, gdyby każdy z mężczyzn mógł oglądać materiały pornograficzne jedynie z jedną i tą samą aktorką, czy modelką wówczas szybko by porzucił tą aktywność i nigdy nie stałaby się ona uzależniająca<sup>1</sup>.

W mózgu mężczyzny oglądającego materiały pornograficzne w Internecie za każdym „kliknięciem” na kolejny filmik lub zdjęcie przedstawiające inną kobietę w sytuacji seksualnej, wzrasta poziom dopaminy stymulującej w mózgu układ nagrody (Wilson, 2012), który reaguje jakby właśnie został osiągnięty biologicznie ważny cel. Mechanizm ten ponadto, kierując się ukształtowaną w toku ewolucji zasadą działania, aby mieć jak największą ilość potomstwa, każe mężczyźnie nie przestawać (nawet pomimo tego, że osoba zaczyna na poziomie świadomym

---

<sup>1</sup> Zjawisko to wyjaśnia efekt Coolidge’a (za: Wilson, 2012), zgodnie z którym zauważono, że libido samców różnych gatunków zwiększa się, jeżeli mają oni dostęp seksualny do wielu partnerek. Innymi słowy samiec może odbyć więcej stosunków w krótkim okresie czasu z wieloma partnerkami, niż z jedną i tą samą partnerką w tym samym okresie czasu. Opisane zjawisko dotyczy także człowieka. Zgodnie z teorią ewolucji mechanizm biologiczny za nie odpowiedzialny został wykształcony w procesie doboru naturalnego w celu zapewnienia jak największej liczby potomstwa.

## PROBLEMATYKA MĘSKOŚCI

---

dostrzegać złe skutki takiego zachowania, czy też jest to sprzeczne z wyznawanymi normami moralnymi) (tamże).

Po pewnym czasie mózg staje się mniej wrażliwy na produkowane neuroprzekaźniki stymulujące układ nagrody, przez co przyjemność z oglądania pornografii (oraz przyjemność ze współżycia seksualnego) znacznie maleje, co wcale jednak nie zmniejsza częstotliwości zachowań związanych z oglądaniem materiałów pornograficznych (tamże). Co więcej, jak wykazały badania neuroobrazowania mózgu, jego ośrodki odpowiedzialne za przyjemność są w ogóle mniej aktywne u osób uzależnionych od alkoholu, narkotyków i gier wideo. Powyższe dane można odnieść także do uzależnienia od pornografii, ponieważ niezależnie od rodzaju uzależnienia, jego biologiczny mechanizm jest zawsze taki sam (za: tamże).

Fakt, że pomimo to uzależnienie pozostaje, można tłumaczyć działaniem ewolucyjnie wykształconych mechanizmów, nieumiejętnością radzenia sobie z przykrymi przeżyciami, takimi jak: znudzenie, poczucie samotności, złość, zestresowanie, zmęczenie, czy też wyuczonym sposobem reagowania (Bruin, 2009).

Nie sposób nie odnieść wrażenia, że opisany wyżej mechanizm uzależnienia bazuje na pewnego rodzaju „oszustwie” w stosunku do systemu biologicznego.

Jaczewski, Grodzki, Izdebski (1994) stwierdzają, że wyznacznikami zachowania seksualnego człowieka są rozładowanie napięcia seksualnego oraz potrzeba więzi emocjonalnej. Pobudzenie seksualne następuje na skutek odbioru specyficznych bodźców, natomiast potrzeba więzi emocjonalnej, to „uczucie, które przejawia się objawianym przywiązaniem, chęcią bycia w pobliżu osoby kochanej oraz podejmowaniem czynności zmierzających do wywołania wzajemności” (tamże).

Rozładowanie napięcia seksualnego poprzez oglądanie materiałów pornograficznych (czemu często towarzyszy masturbacja - Bruin, 2009), niewątpliwie jest pozbawione tego drugiego komponentu. W sytuacji naturalnej seks wiąże się z relacjami interpersonalnymi, zalotami, przywiązaniem, miłością itp. (Wilson, 2012).

Tymczasem przeżywanie seksualności w sposób nieintegralny, odłączony od miłości, łączy się z lękiem, gniewem, agresją, a nawet wręcz nienawiścią (Augustyn, 2009).

System biologiczny zostaje w pewnym sensie oszukany, ponieważ funkcjonuje tak, jakby „obiecano” mu spełnienie w wyniku oglądania pornografii, a wiadomo, że takie spełnienie z wyżej opisanych powodów nie jest możliwe.

Grupą osób, która najbardziej jest narażona na tego rodzaju „oszustwa”, to chłopcy w okresie dorastania. Dojrzewanie seksualne wiąże się z najwyższym poziomem napięcia seksualnego w ciągu życia, powstającego pod wpływem gwałtownego wzrostu produkcji hormonów płciowych (Jaczewski, Grodzki, Izdebski, 1994). Seksualizm w wieku 14 – 15 lat ma ponadto charakter podkorowy, co oznacza, że hamujące działanie bodźców korowych jest jeszcze niedostatecznie wykształcone. Świadczy o tym zjawisko częstych reakcji wzwodami w ciągu dnia (tamże). W kontekście tej wiedzy tłumaczony jest fakt sięgania dorastających chłopców po pornografię (ThePinkCrossFoundation, 2013).

Nie tylko jednak pod względem biologicznym okres dorastania jest czasem sprzyjającym takim zachowaniom. Z psychologicznego punktu widzenia nastolatek znajduje się w okresie, kiedy obraz samego siebie nie jest stabilny, co wiąże się z wyjątkowo silną zależnością od opinii innych oraz epizodami obniżonego poczucia własnej wartości i smutku (Kępiński, 2003). Osoba taka pragnie ponadto stać się dorosłą, wyzwolić się z dziecięcej zależności od swoich rodziców, mimo, że obawia się tego. Stąd też częste eksperymentowanie ze swoim zachowaniem w roli dorosłego, robienie rzeczy zarezerwowanych „tylko dla dorosłych” (np. picie alkoholu) (tamże). Trudne przeżycia, zmiany nastroju, konflikty, mogą prowadzić do poszukiwania ucieczki, poszukiwania czegoś co pozwoli poradzić sobie z trudnymi emocjami. Pornografia, podobnie jak alkohol, czy narkotyki spełniają te kryteria (Wilson, 2012).

Autoerotyzm związany z pornografią wiąże się z kolei z potępieniem społecznym (Kępiński, 2003), co może być szczególnie bolesne dla osoby z nieustabilizowanym obrazem siebie, szczególnie wrażliwej na punkcie swojej męskości (Eldredge, 2003). Z kolei sprawdzanie siebie w roli dorosłego w kulturze, w której pornografia jest obecna, a ojcowie często nie wprowadzają synów w świat dorosłości (Eldredge, 2003), może odbić się z mniejszym lub większym udziałem pornografii. Niestety jednak takie zachowania są uzależniające, szczególnie dla mózgu dorastającej osoby, w którym przebiegają szczególnie intensywne procesy rozwojowe (Wilson, 2012).

### **2. Problem osób występujących w filmach pornograficznych**

Pornografia jest nie tylko oszustwem systemu biologicznego, co samo w sobie jest pewną metaforą, lecz także oszustwem *par excellence*. W ostatnim dziesięcioleciu w Stanach Zjednoczonych powstała fundacja Różowego Krzyża (Pink Cross Foundation), która zajmuje się niesieniem

pomocy aktorkom występującym w filmach pornograficznych i osobom uzależnionym od oglądania takich filmów. Jej założycielka, Shelley Lubben, przez pewien okres swojego życia, zmuszona przez trudną sytuację materialną, występowała w filmach pornograficznych, gdzie doświadczyła zła, jakie jest z tym związane. Obecnie jako założycielka fundacji pomaga osobom uwikłanym w przemysł pornograficzny oraz demaskuje jego kłamstwa. Jednym z naczelnych kłamstw pornografii<sup>2</sup>, jak mówi Shelley Lubben, jest to, że aktorki występujące w takich filmach lubią to, co robią i przeżywają przyjemność podczas kręcenia scen. Ona sama nie poznała żadnej dziewczyny, do której powyższe słowa można byłoby odnieść. Prawdą jest natomiast, że osoby występujące w filmach pornograficznych są uzależnione od narkotyków i alkoholu, aby móc znieść traumę psychiczną i fizyczną związaną z kręceniem takich filmów. Zdarza się, że dziewczyny są zmuszane do zachowań niszczących w wyjątkowy sposób ich godność, na które zgodziły się tylko poprzez szantażowanie ich, że się im nie zapłaci. Wiele z nich umiera w wyniku chorób wenerycznych, lub przedawkowania narkotyków, albo też popełnia samobójstwa (dotyczy to także aktorów grających w filmach pornograficznych). Z reguły są to osoby chore i nieszczęśliwe, ale doskonale udają, że uwielbiają to co robią – bo tego ich uczą – mówi Shelley, która podkreśla jednocześnie, że wszystko to jest robione tylko dla pieniędzy, a aktorki w rzeczywistości czują nienawiść do mężczyzn. Z historii własnego życia ujawnionych przez różne aktorki filmów pornograficznych, często można wyczytać, że pochodzą one z patologicznych rodzin, czy też były w dzieciństwie wykorzystywane seksualnie. Shelley Lubben zwraca się więc do osób oglądających filmy pornograficzne, żeby oglądając je zadały sobie pytania: „kim jest ta dziewczyna?”, „kto jest jej ojcem?”, „jaką miała matkę?” oraz uświadamia wszystkim, że oglądając takie filmy, kupując pornografię dokładamy swoje przysłowiowe „trzy grosze” do nieszczęścia tych dziewczyn.

### **3. Potrzeba dojrzałej tożsamości**

Niewątpliwie pornografia jest problemem współczesnej kultury, elementem cywilizacji śmierci, gdzie człowiek przestaje być traktowany z godnością należną mu jako osobie, stworzonej na obraz i podobieństwo Bóże.

---

<sup>2</sup> Podane przez fundację informacje na temat pornografii, można znaleźć na stronie internetowej: [www.thepinkcros.org](http://www.thepinkcros.org)

## PROBLEMATYKA MĘSKOŚCI

---

Powracając do rozważań Eriksona (2004), należy jednak wskazać, że nie tylko „anarchia popędów” jest czymś zgubnym, lecz także „autokracja sumienia”. Innymi słowy prawdą jest, jak wynika z doświadczenia tego psychoanalityka, że także sumienie potrafi być „straszny tyranem”. Osoba szukająca rozwiązania problemu uzależnienia od pornografii, często powtarza sobie (szczególnie po spowiedzi) „ja już nigdy więcej tego nie zrobię”, lecz niestety jej wysiłki często nie dają dobrego rezultatu (Bruin, 2009), bo znowu popada w swój nałóg. To z kolei powoduje jeszcze większe wyrzuty sumienia.

Nie sposób zaprzeczyć, że taka osoba znajduje się pod władzą „dwóch tyranów” – nieopanowanych popędów i potępiającego sumienia, będącego źródłem lęku, wstydu i winy (Augustyn, 2009). Zdaniem ojca Józefa Augustyna konieczne jest znalezienie „złotego środka” w zainteresowaniu seksualnością. Taki „złoty środek” przekracza zarówno lęk, chory wstyd i chore poczucie winy, natomiast z drugiej strony przekracza nieustanne szukanie podniecenia seksualnego.

Erikson (2004) twierdzi, że pokój między tymi dwiema skrajnościami, może zapewnić dojrzała tożsamość. Jej ukształtowanie wymaga szczerego i powtarzającego się potwierdzenia przez innych, że jednostka osiągnęła coś co ma znaczenie w kulturze, w której się wychowała oraz wiąże się z całokształtem jej dotychczasowego życia, czyli jej dzieciństwa. Słowa te wskazują na obecność pewnego zagubienia w świecie, obniżoną samoocenę oraz istnienie głębszych problemów (pochodzących jeszcze z okresu dzieciństwa) leżących u podłoża zaburzenia harmonii popędy-sumienie.

Na szczęście we współczesnym świecie problem zgubnego wpływu oglądania materiałów pornograficznych na psychikę człowieka, zdaje się być coraz bardziej dostrzegany. Świadczą o tym między innymi badania psychologiczne (Wilson, 2012) coraz większa liczba forów internetowych, gdzie to zagadnienie jest poruszane, powstające ośrodki pomocy i grupy wsparcia dla osób dotkniętych tym uzależnieniem.

Zmiany w mózgu, które zaszły w wyniku oglądania pornografii są odwracalne, jak wskazują badania, a jakość życia osób, które przestały oglądać takie materiały często ulega znacznej poprawie (tamże). Osoby uzależnione od pornografii nie powinny więc tracić nadziei, gdyż zmiany zarówno w sensie wyzwolenia z nałogu, jak kształtowanie dojrzałej tożsamości są możliwe.

### **Bibliografia:**

Augustyn J. (2009), *Integracja seksualna: przewodnik w poznawaniu i kształtowaniu własnej seksualności*, Kraków: Wydawnictwo WAM.

# PROBLEMATYKA MĘSKOŚCI

---

- Bruin Gordon S., *Pornography Addiction and the Two-part Brain*, 10 kwietnia 2009 [dostęp: 1 lutego 2013], <<http://onанизm.pl/index.php?/topic/9829-umys-uzalenionego-od-porno-i-masturbacji/>>.
- Eldredge J. (2003), *Dziki serce: tęsknoty męskiej duszy*, Poznań: Wydawnictwo Polskiej Prowincji Dominikanów W drodze
- Erikson E.H. (2004), *Tożsamość a cykl życia*, Poznań: Zysk i S-ka Wydawnictwo.
- Jaczewski A., Grodzki A., Izdebski Z. (1994), *Przemiany obyczajowości seksualnej młodzieży*, Warszawa: Spółka Wydawnicza TERRA.
- Kępiński A. (2003), *Poznaj siebie: samotność, lęk, depresja. Poradnik według Antoniego Kępińskiego*, Kraków: Wydawnictwo Literackie.
- Kępiński A. (2003), *Z psychopatologii życia seksualnego*, Kraków: Wydawnictwo Literackie
- Pink Cross Foundation, *Porn Industry Statistics*, [dostęp: 1 lutego 2013], <[https://www.thepinkcross.org/porn\\_stats\\_view?page=1](https://www.thepinkcross.org/porn_stats_view?page=1)>.
- Wilson Gary, *The Great Porn Experiment: Gary Wilson at TEDxGlasgow*, 16 maja 2012 [dostęp: 1 lutego 2013], <[http://www.youtube.com/watch?feature=player\\_embedded&v=wSF82AwSDiU](http://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=wSF82AwSDiU)>.