



Pornografia internetowa jako istotny czynnik degradujący harmonijny rozwój dzieci i młodzieży

LESZEK PUTYŃSKI

Nieograniczony obecnie dostęp do technologii informatycznych (w tym przede wszystkim do wszechobecnych smartfonów) oraz postępująca seksualizacja przestrzeni publicznej powodują, że obok klasycznych już zachowań ryzykownych podejmowanych przez dzieci i młodzież spotykamy się z nowymi zagrożeniami związanymi z destruktywnym korzystaniem z Internetu.

Szczególnie ważkim problemem, powodującym poważne zagrożenie dla prawidłowego rozwoju psychospołecznego i grożącym uzależnieniem, jest korzystanie z pornografii internetowej w tej grupie wiekowej.

Już samo zjawisko pornografii budzi wiele kontrowersji, poczynając od aspektów prawnoprawno-definicyjnych, a na skutkach korzystania z niej kończąc.

Mimo że już w roku 1924 na konferencji zorganizowanej pod patronatem Ligi Narodów w Genewie próbowano zdefiniować pojęcie pornografii, to jednak do chwili obecnej nie udało się sformułować

uniwersalnej, powszechnie akceptowanej definicji¹. Trudność ta wynika m.in. z przeobrażeń, jakim podlega samo zjawisko pornografii na przestrzeni czasu, jak również zmieniającego się kontekstu społeczno-kulturowego.

Dla potrzeb niniejszej pracy za pornografię uznaje się takie materiały wizualne oraz słowne, które przedstawiają anatomię i/lub aktywność seksualną w sposób odbiegający od przyjętych powszechnie norm społecznych, dehumanizując relacje międzyludzkie, a podstawową intencją twórców jest wywołanie podniecenia seksualnego u odbiorcy².

Oczywiście przyjęcie takiego stanowiska jest związane z pewną trudnością w ocenie, czy dany wytwór jest pornografią czy też erotografią albo wręcz dziełem sztuki. Biorąc pod uwagę intencję twórcy, w przypadku przynajmniej pornografii

¹ M. Filar, *Pornografia. Studium z dziedziny polityki kryminalnej*, Wydawnictwo UMK, Toruń 1977, s. 30-57.

² Z. Lew-Starowicz, *Seksuologia sądowa*, PZWL, Warszawa 2000, s. 407-410.

PORNOGRAFIA INTERNETOWA JAKO ISTOTNY CZYNNIK DEGRADUJĄCY HARMONIJNY ROZWÓJ DZIECI I MŁODZIEŻY

internetowej, sprawa okazuje się bardziej oczywista. Twórcy pornografii internetowej jednoznacznie nastawieni są właśnie na wywołanie podniecenia seksualnego. Związane to jest przede wszystkim z chęcią uzyskania korzyści materialnych, bezpośrednich i pośrednich. Początkowo niewinne i darmowe korzystanie z pornografii może z czasem doprowadzić do wydawania znaczących środków finansowych na zapewnienie sobie dostępu do bardziej ekscytujących materiałów pornograficznych, dostępnych już tylko na płatnych serwisach³. Poza tym szacuje się, że – przynajmniej w Stanach Zjednoczonych – ponad 50% sieci internetowych jest potoczonych ze stronami zawierającymi materiały o treści erotycznej lub pornograficznej, co bezpośrednio zachęca do ich odwiedzenia⁴. Uważa się, że przemysł pornograficzny w skali globalnej wart jest więcej niż wiele korporacji razem wziętych; już w roku 2006 szacowano jego wartość na 96 miliardów dolarów, a więc więcej niż zysk ze wszystkich studiów Hollywood⁵.

Równie wiele kontrowersji budzą ewentualne skutki korzystania z pornografii. Zwolennicy pornografii podnoszą jej wymiar edukacyjny, mówią o możliwości rozładowania w sposób społecznie nieszkodliwy napięcia seksualnego u osób ze skłonnościami do zachowań seksualnych niezgodnych z normą społeczną, podniesieniu jakości życia⁶. Przeciwnicy pornografii z kolei donoszą o niebezpieczeństwach korzystania z niej dla zdrowia psychicznego, możliwości uzależnienia się od niej, wcielania w życie zachowań odbiegających znacznie od przyjętych wzorców, a zaczerpniętych właśnie z materiałów pornograficznych⁷.

Wraz z rozwojem Internetu i pojawieniem się urządzeń bardziej mobilnych od komputera stacjonarnego, takich jak laptopy, tablety, a przede wszystkim smartfony, zrodziła się nowa, jakościowo odmienna forma pornografii, jaką jest pornografia internetowa. Tak jak dostęp do Internetu jest już powszechny (korzysta z niego obecnie prawie trzy i pół miliarda osób), tak i liczba osób korzystających z pornografii internetowej wyraźnie wzrasta. W Stanach Zjednoczonych regularny kontakt z pornografią internetową deklaruje przeszło 87% młodych mężczyzn⁸. Nowym zjawiskiem jest regularne korzystanie z internetowej pornografii przez młode kobiety; w USA 34% z nich czyni to regularnie⁹.

PORNOGRAFIA INTERNETOWA – CHARAKTERYSTYKA ZJAWISKA

Pornografia internetowa pod wieloma aspektami różni się od pornografii klasycznej, umiejscowionej w czasopiśmie, filmach DVD czy TV, co czyni ją znacznie bardziej atrakcyjną dla potencjalnego odbiorcy.

Dostęp do klasycznej pornografii jest limitowany z jednej strony wiekiem odbiorcy (osoba musi legitymować się pełnoletnością), łatwym do zweryfikowania przez sprzedawcę w kiosku, wypożyczalni DVD, trafice czy na stacji benzynowej (jedno z najczęstszych miejsc zaopatrywania się w materiały pornograficzne), z drugiej strony porą nadawania tychże w telewizji (zgodnie z prawem – po godzinie 23). Zaopatrzenie się w materiały pornograficzne związane jest z koniecznością udania się do miejsca ich zakupu. Tutaj związane jest to z obciążeniem finansowym oraz możliwym zażenowaniem i wstydem z racji bezpośredniego kontaktu ze sprzedawcą lub innymi klientami. Ograniczona jest również możliwość wyboru treści kupowanych czy wypożyczanych materiałów. Korzystać z niej można tylko w ograniczonych miejscach, w zaciszu domowym, natomiast na pewno nie w przestrzeni publicznej,

³ I.P. Schwartz, *The Pornography Industry vs. Digital Pirates*, „New York Times” February 8/2004.

⁴ B. McNair, *Review of „striptease culture”: Sex, media and the democratisation of desire*, „Sexualities” nr 5(4)/ 2002, s. 503-505.

⁵ G. Dines, *Pornoland. Jak skradziono naszą seksualność*, Wydawnictwo W drodze, Poznań 2012, s. 105.

⁶ Zob. przegląd badań [w:] M. Gryfiths, *Sex on the Internet: Observations and implications for Internet sex addiction*, „Journal of Sex Research” nr 38/2001, s. 333-342.

⁷ Omówienie tegoż znajduje się [w:] N. Prause, J. Pfaus, *Viewing sexual stimuli associated with greater sexual responsiveness, not erectile dysfunction*, „Sexual Medicine” nr 3/2015, s. 90-98.

⁸ J. Carroll, L. Padilla-Walker, L. Nelson, C. Olson, C. Barry, D. Madsen, *Generation XXX: Pornography acceptance and use among emerging adults*, „Journal of Adolescent Research” nr 23/2008, s. 6-30.

⁹ P.J. Wright, *U.S. males and pornography, 1973-2010: Consumption, predictors, correlates*, „Journal of Sex Research” nr 50/2013, s. 60-71.

LESZEK PUTYŃSKI

w miejscu pracy, szkole itp. Poza tym posiłkowanie się znanymi już wcześniej treściami dla wywołania podniecenia powoduje coraz słabszy efekt podniecający i rodzi potrzebę zaopatrywania się w nowe materiały, a to związane jest z trudnościami w szybkim dotarciu do nich.

Pornografia internetowa jest wolna od tych ograniczeń. Nierzadko określa się ją jako „maszynę potrójnego A”, od angielskiego *Triple A Engine – Anonymity, Accessibility, Affordability* (anonimowość, dostępność i przystępność)¹⁰. W przeciwieństwie do klasycznej pornografii, osoba korzystająca z pornografii internetowej pozostaje całkowicie anonimowa, korzystanie z pornografii internetowej może skutecznie ukryć przed otoczeniem, najbliższymi. Nie ma bezpośredniego kontaktu z jej dostawcą. Jest dostępna 24 godziny na dobę i dla posiadaczy tabletów lub smartfonów w każdym miejscu i w niesamowitej obfitości. Szacuje się, że ponad 4 miliony stron internetowych zawiera treści pornograficzne¹¹. Brak jest skutecznej kontroli wieku jej odbiorców. Powoduje to, że do treści nieadekwatnych do poziomu rozwoju psychoseksualnego dostęp mają dzieci i młodzież. Istotna różnica między klasyczną a internetową pornografią wiąże się również z tym, iż ruchomy obraz działa bardziej podniecająco niż statyczny. Oczywiście klasyczna pornografia to również filmy DVD czy prezentowane w TV. Ale oglądanie tych samych filmów czy przeglądanie starych numerów czasopism pornograficznych ma coraz mniejszą siłę podniecającą. Zaczyna działać tzw. efekt Coolidge’a polegający na tym, że nowy bodziec erotyczny ma dużo silniejszą moc podniecającą niż bodziec znany¹². Tylko pornografia internetowa daje możliwość za pomocą kilku kliknięć wzmacniać podniecenie, dostarczając natychmiast nowych bodźców erotycznych, i to w nieograniczonej ilości. Przy używaniu substancji

psychoaktywnych eskalacja przyjemności wiąże się ze zwiększeniem konsumpcji i ryzykiem skończenia się dostępu do niej. W przypadku pornografii internetowej to ryzyko nie istnieje – dostęp jest nieograniczony i – jeśli korzysta się ze smartfona – zawsze w zasięgu ręki. I ostatnia sprawa: pornografia internetowa nie daje bezpośrednio widocznych i jednoznacznych skutków, w przeciwieństwie do alkoholu czy narkotyków.

Już ta krótka analiza wskazuje na to, iż pornografia internetowa jawi się jako jeden z najbardziej egalitarnych, atrakcyjnych i ekscytujących produktów: powszechnie dostępna, łatwa do wykorzystania, nie wymaga ponoszenia konsekwencji finansowych, z nieograniczonym dostępem w dowolnym czasie i miejscu¹³.

Jak wygląda zatem oferta pornografii internetowej? Okazuje się, że wraz z jej pojawieniem się skończyły się czasy pornografii klasycznej. Jak wykazują badania przeprowadzone między innymi przez Gail Dines z Uniwersytetu w Bostonie, dominujący nurt pornografii internetowej to tzw. ostre porno, przesyczone agresją i wulgarnością¹⁴. Analiza treści pornografii internetowej wskazuje, iż w ocenianym przez jej zespół materiale pornograficznym w 88,2% scen pojawiała się agresja fizyczna, z czego w zdecydowanej większości przypadków jej sprawcą jest mężczyzna (w 87%) kierujący zachowaniem agresywnym w stronę kobiety (w 87%); w 48,7% scen pojawia się również agresja słowna. Oprócz przemocy i wulgarności bardzo duży procent scen prezentuje seks nietypowy, zachowania autoerotyczne z użyciem przeróżnych gadżetów niemających nic wspólnego z realizacją potrzeby seksualnej, zachowania sadomasochistyczne, seks grupowy. Szacuje się, że tylko mniej niż 10% scen porno zawiera takie elementy, jak pieszczota, pocałunek czy obdarzenie partnera uśmiechem. Wyraźnie więc widać, że w pornografii internetowej seks został oddzielony od miłości, więzi, czułości.

¹⁰ A. Cooper, D.L. Delmonico, R. Burg, *Cybersex users, abusers, and compulsives: New findings and implications*, „Sexual Addiction and Compulsivity” nr 7(1-2)/2000, s. 5-29.

¹¹ M.B. Short, L. Black, A. Smith, Ch. Wetterneck, D. Wells, *A review of Internet Pornography Use Research: Methodology and Content from the Past 10 Years*, „Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking” nr 15(1)/2012, s. 13-23.

¹² J. Beck, J. Godlewski, *Etologiczne aspekty seksuologii* [w:] K. Imieliński [red.] *Seksuologia biologiczna*, PWN, Warszawa 1980, s. 352-462.

¹³ J. Suler, *Computer and cyberspace addiction*, „International Journal of Applied Psychoanalytic Studies” nr 1/2004, s. 359-362.

¹⁴ Por. G. Dines, op. cit.

PORNOGRAFIA INTERNETOWA JAKO ISTOTNY CZYNNIK DEGRADUJĄCY HARMONIJNY ROZWÓJ DZIECI I MŁODZIEŻY

Nie pozostaje to, jak się okaże, bez wpływu na odbiorcę. Szczególnie jeśli jest nim młody człowiek.

PORNOGRAFIA INTERNETOWA A MŁODZIEŻ

Analizując zjawisko korzystania z pornografii internetowej przez młodzież, trzeba odpowiedzieć na trzy podstawowe pytania. Po pierwsze, czy młodzież ma kontakt z pornografią internetową, a jeśli tak, to jaka jest skala zjawiska i czy w związku z tym warto się tą problematyką zajmować? Po drugie, dlaczego młodzież sięga po pornografię internetową? Wreszcie, jakie są konsekwencje korzystania z tego rodzaju materiałów?

Najnowsze badania z 2025 roku, przeprowadzone przez Państwowy Instytut Badawczy NASK, wskazują, że celowy codzienny kontakt z pornografią internetową deklaruje 20% chłopców i 8% dziewcząt. Raz lub kilka razy w tygodniu kontakt z pornografią deklaruje 25% chłopców i 9% dziewcząt¹⁵. Wyraźnie mu obniżeniu uległ również wiek pierwszego kontaktu z pornografią i wynosi on 11 lat i 3 miesiące¹⁶. Dane powyższe (dość zatrważające), dotyczące częstotliwości i pierwszego kontaktu z pornografią, wskazują, że polska młodzież niestety nie odbiega od „standardów”, choćby amerykańskich, gdzie uzyskano podobne wyniki co do liczby młodych ludzi korzystających z pornografii¹⁷ oraz wieku inicjacji z tymi treściami¹⁸.

Przytoczone wyniki polskich badań uzasadniają szukanie odpowiedzi na drugie pytanie: dlaczego młodzież sięga po pornografię i to szczególnie internetową? Odpowiedzi znaleźć można zarówno w uwarunkowaniach rozwoju psychoseksualnego dzieci i młodzieży, jak i w nowych zjawiskach socjokulturowych związanych z samą istotą Internetu

i nowych mediów informatycznych oraz telekomunikacyjnych, jak również z postępującym procesem seksualizacji dzieci i młodzieży w przestrzeni publicznej.

Przyjrzyjmy się prawidłom rozwojowym. W okresie dojrzewania podniecenie seksualne, początkowo nieukierunkowane, związane z odczuciem silnego napięcia, podlega tzw. mentalizacji – młody człowiek zaczyna zdawać sobie sprawę, co jest przedmiotem tego napięcia i jakie są sposoby jego rozładowania. Tutaj znajduje się w sytuacji odbierania sprzecznych przekazów: z jednej strony podlega hamującym wpływom domu rodzinnego, szkoły, religii, z drugiej strony otrzymuje przekazy erotyzujące – od rówieśników, ze strony mass mediów, reklam i oczywiście Internetu. Do tego ciąży nad nim społeczny zakaz podejmowania kontaktów seksualnych. Dorosli bowiem, i słusznie, uważają, że wiek kilkunastu lat to nie czas na inicjację seksualną. W tej sytuacji drogą indywidualnego doświadczenia młody człowiek znajduje sposób rozładowania napięcia seksualnego niełamący społecznego zakazu dla kontaktów seksualnych – metodą masturbacji. Badania, zarówno polskie, jak i z innych krajów mówią, że w okresie dorastania masturbuje się przeszło 90% chłopców i przeszło 40% dziewcząt¹⁹. Ale w przeciwieństwie do tzw. masturbacji wczesnodziecięcej, masturbacja młodzieńcza, jak również i okresu dorosłości, połączona jest z fantazją erotyczną. Młody człowiek, niemający bezpośrednich doświadczeń seksualnych, może czerpać fantazje właśnie z pornografii. I tu w sukurs przychodzi mu Internet jako najłatwiejszy, najszybszy, darmowy, wszechobecny dostawca materiału tej treści.

W tym miejscu trzeba wspomnieć o bardzo ważnym prawidle rozwojowym sfery psychoseksualnej, polegającym na tym, że w okresie dojrzewania – kiedy to konkretyzują się potrzeby seksualne – dochodzi do stosunkowo silnego utrwalania się często powtarzających się bodźców wyobrażeniowych i somatycznych o charakterze seksualnym z później

¹⁵ A. Ładna [red.] *Nastolatki. Raport z ogólnopolskiego badania uczniów i rodziców – raport badawczy*, NASK – Państwowy Instytut Badawczy, Warszawa 2025.

¹⁶ Ibidem.

¹⁷ J.D. Brown, K.L. L'Engle, *X-rated: Sexual attitudes and behaviors associated with U.S. early adolescents' exposure to sexually explicit media*, „Communication Research” nr 36/2009, s. 129-151.

¹⁸ C. Sabina, J. Wolak, D. Finkelhor, *The nature and dynamics of Internet pornography exposure for youth*, „Cyber Psychology and Behavior” nr 11/2008, s. 691-693.

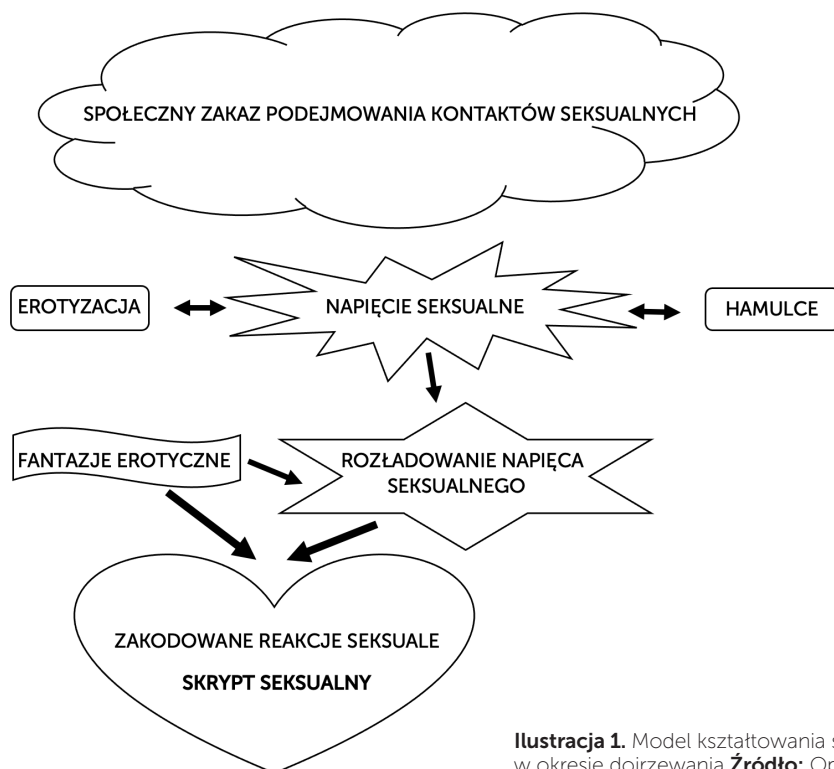
¹⁹ M. Beisert, *Rozwojowa norma seksuologiczna jako kryterium oceny zachowań seksualnych dzieci i młodzieży*, „Dziecko Krzywdzone” nr 16/2016, s. 1-15.

LESZEK PUTYŃSKI

już odruchowo warunkowanymi wzorcami reakcji seksualnej. Zasada ta nosi nazwę zespołu zakodowanych reakcji seksualnych²⁰. Mówi ona, że jakość późniejszego życia seksualnego w dużej mierze zależna jest od tego, jakiego rodzaju fantazje seksualne zostały wdrukowane w psychikę w okresie dojrzewania. W konsekwencji rodzi to tzw. skrypt seksualny, czyli wyuczony schemat zachowań seksualnych, względnie utrwalonych, budzących szczególnie silne podniecenie i mających tendencję do ich powtarzania. Już twórcy tego pojęcia, Gagnon i Simon²¹, stwierdzili, że najważniejszym okresem kształtowania się indywidualnych skryptów seksualnych jest właśnie okres dojrzewania. Przedstawione wyżej zależności zobrazowano na ilustracji 1.

Ten ukształtowany pod wpływem pornografii skrypt może poważnie determinować późniejszą jakość życia seksualnego, indywidualnego i społecznego. Pornografia traktowana jest wręcz jako istota socjalizacji seksualnej i zrodzony pod jej wpływem skrypt seksualny to w przypadku młodzieży wręcz odpowiedź na pytanie „opowiedz nam, jak osiąść seksualność”²².

Kolejny powód sięgania przez młodzież po pornografię internetową związany jest z samym charakterem medium, jakim jest Internet, i sposobem korzystania z technik teleinformacyjnych umożliwiających bycie na dobrą sprawę cały czas w zasięgu sieci. Zdecydowana większość młodzieży w Polsce



Ilustracja 1. Model kształtowania się skryptu seksualnego w okresie dojrzewania **Źródło:** Opracowanie własne

²⁰ K. Imieliński, *Zarys seksuologii i seksjatrii*, PZWL, Warszawa 1982, s. 173.

²¹ J.H. Gagnon, W. Simon, *Sexual Conduct: The Social Sources of Human Sexuality*, IL Aldine Press, Chicago 1974.

²² W. Simon, J.H. Gagnon, *Sexual scripts: Permanence and change*, „Archives of Sexual Behavior” nr 15/1986, s. 97-120.

PORNOGRAFIA INTERNETOWA JAKO ISTOTNY CZYNNIK DEGRADUJĄCY HARMONIJNY ROZWÓJ DZIECI I MŁODZIEŻY

ma dostęp do Internetu, z czego 66% korzysta z niego codziennie, głównie (79%) poprzez telefonię komórkową. Przy czym średni czas korzystania z Internetu to aż 2-4 godzinny dziennie. Młodzież używa Internetu głównie w celach rozrywkowych (filmy, muzyka), do komunikowania się poprzez portale społecznościowe oraz w celu poszukiwania informacji²³.

Badacze podkreślają, że wielu młodych ludzi w pornografii internetowej upatruje źródło wiedzy związanej z edukacją seksualną lub – szukając informacji dotyczących zdrowia seksualnego – natyka się na nią²⁴. Pornografia internetowa może również rozszerzać repertuar zachowań seksualnych, jednocześnie zmniejszając poczucie wstydu w trakcie ich realizacji zgodnie z zasadą, że co jest w Internecie, to jest powszechne i akceptowalne²⁵.

Analizując problem sięgania przez młodzież po pornografię internetową, nie można również zapomnieć o istotnym czynniku psychologicznym, jakim jest podatność osobowości adolescencyjnej na wpływy rówieśnicze i powielanie zachowań zaobserwowanych u innych. Jeśli jedna z młodych osób reprezentuje jakies patologiczne zachowanie, to rychło może dochodzić do zarażenia się tym zachowaniem przez pozostałych członków grupy rówieśniczej czy szkolnej. Zjawisko to dotyczy zaburzeń obrazu ciała i odżywiania się, a także innych ryzykownych zachowań wieku dorastania²⁶.

Sięganie po pornografię internetową związane jest również z nadużywaniem Internetu. Im więcej czasu młody człowiek spędza w sieci, tym większe prawdopodobieństwo, że korzystanie z niej wymknie mu się spod kontroli, pojawi się przymus korzystania z Internetu, w tym także z materiałów

pornograficznych, na które jest przecież wyjątkowo łatwo trafić. A problem dysfunkcyjnego korzystania z Internetu dotyczyć ma, jak pokazują badania, 36% polskich nastolatków²⁷.

Zjawisko korzystania przez młodzież z pornografii internetowej związane jest również z procesem seksualizacji, zarówno przestrzeni publicznej, jak i samej młodzieży. Seksualizacja jest zjawiskiem związanym z kulturą masową, w której wartość osoby sprowadzona zostaje do obiektu seksualnego, jeśli chodzi o jej wygląd i zachowanie oraz sposób traktowania. Zjawisko to związane jest również z epatowaniem treściami seksualnymi w sposób nieadekwatny do sytuacji i wieku odbiorcy treści²⁸. Proces ten zachodzi na trzech płaszczyznach. Na płaszczyźnie społecznej, co widać w mass mediach („męski” sposób percepcji seksualności), Internecie (dawanie mocno seksualnego wizerunku swej osoby na portalach społecznościowych, łatwość dostępu do stron pornograficznych), reklamie (w dzisiejszych czasach chyba nie ma towaru i usługi, która nie byłaby reklamowana przy wykorzystywaniu erotyki czy seksu). Wreszcie na trzeciej płaszczyźnie rodzi się zjawisko samoseksualizacji, polegające na internalizowaniu norm zgodnych ze społecznym i interpersonalnym oczekiwaniem²⁹.

Z jednej strony seksualizacja sprzyja czerpaniu wzorców zachowań seksualnych z pornografii, z drugiej strony, jak pokazują badania Instytutu Profilaktyki Zintegrowanej, im wcześniejszy i częstszy kontakt ma młody człowiek z pornografią, tym silniej podlega procesowi seksualizacji³⁰. Bardzo ciekawym wnioskiem z tychże badań jest wykazanie, że proces seksualizacji jest najistotniejszym predyktorem nie tylko korzystania z pornografii internetowej, ale również innych zachowań ryzykownych młodzieży, takich jak używanie substancji

²³ *Badania nadużywania Internetu przez młodzież w Polsce*, Fundacja Dzieci Niczyje, Warszawa 2012.

²⁴ E.R. Buhı, E.M. Daley, H.J. Fuhrmann, S.A. Smith, *An observational study of how young people search for online sexual health information*, „Journal of American College Health” nr 58/2009, s. 101-111.

²⁵ A. McKee, *Saying you've been at dad's porn book is part of growing up: Youth, pornography, and education*, „Metro Magazine” nr 155/2007, s. 118-122.

²⁶ S.J. Paxton, H. Schultz, E.H. Wertheim, S.L. Muir, *Friendship clique and peer influences on body image concerns, dietary restraint, external weight-loss behaviours and binge eating in adolescent girls*, „Journal of Abnormal Psychology” nr 108/1999, s. 255-266.

²⁷ A. Ładna, op. cit.

²⁸ Patrz: Raport Amerykańskiego Towarzystwa Psychologicznego na temat seksualizacji dziewcząt pod red. E. Zurbriggen. Polskie opracowanie: *Odebrana niewinność. O seksualizacji kobiet i dziewcząt we współczesnej kulturze*, Stowarzyszenie Twoja Sprawa 2013. Przypisy źródłowy w piśmiennictwie.

²⁹ *Ibidem*, s. 13 i następne.

³⁰ Sz. Grzelak [red.] *Vademecum skutecznej profilaktyki problemów młodzieży*, ORE, Warszawa 2015, s. 91-92.

LESZEK PUTYŃSKI

psychoaktywnych, podejmowanie prób samobójczych, zaburzenia odżywiania³¹. Jest to istotny wniosek do nowego spojrzenia na istotę i sposób oddziaływań profilaktycznych.

KONSEKWENCJE PSYCHOSPOŁECZNE KORZYSTANIA Z PORNOGRAFII INTERNETOWEJ

Biorąc pod uwagę wcześniej przedstawione ustalenia, łatwo skonstatować, że pornografia internetowa ma negatywny wpływ na rozwój emocjonalny, osobowościowy i społeczny. Młodzi ludzie korzystający z pornografii częściej niż niekorzystający przeżywają negatywne emocje związane z niepokojem, wewnętrznym rozdrażnieniem, poczuciem winy³². Stwierdzono również u nich podwyższony poziom lęku i skłonność do zaburzeń depresyjnych oraz zachowań obsesyjno-kompulsywnych³³. Kompulsywne korzystanie z pornografii związane jest także z poczuciem osamotnienia i izolacji społecznej³⁴. Czasami próby identyfikacji z oglądanym w materiale porno ciałem i intensywnością zachowań i doznań seksualnych prowadzą do pojawienia się kompleksów, u chłopców co do wydolności seksualnej, zaś u dziewcząt nierealistyczny, wyidealizowany wizerunek ciała z materiału pornograficznego prowadzi do braku akceptacji własnego ciała³⁵, nie rzadko owocując próbami poprawy swego wyglądu i wdrukowaniem sobie zaburzeń w odżywianiu³⁶.

Stwierdzono również, że częste korzystanie z pornografii wiąże się u młodzieży z wcześniejszą inicjacją seksualną³⁷ i większą liczbą partnerów seksualnych, także przypadkowych³⁸.

Z punktu widzenia późniejszych relacji partnerskich i małżeńskich korzystanie z przekazu pornograficznego może zaburzać relację psychiczną i seksualną między mężczyzną a kobietą, związaną z nierealnymi oczekiwaniami co do zachowań czy wyglądu partnera³⁹. Poza tym zaburzają się proporcje między pełnieniem ról seksualnych a pełnieniem innych ról związanych z prawidłowym funkcjonowaniem małżeństwa i rodziny⁴⁰. Kobiety, których partnerzy korzystają z pornografii internetowej, charakteryzują się niższym poziomem samooceny, przeżywają mniejszy poziom satysfakcji seksualnej w związku⁴¹. Pornografia rodzi potrzebę poszukiwania coraz silniejszych doznań seksualnych, łącznie z nietypowymi czy wręcz patologicznymi⁴².

Korzystanie z pornografii, szczególnie internetowej, może rodzić uzależnienie od niej. Victor Cline z Uniwersytetu w Utah opisał cztery etapy uzależniania się od pornografii. Mówi o efekcie uzależnienia, kiedy to korzystanie z pornografii zaczyna być preferowaną formą rozładowania seksualnego zamiast kontaktu seksualnego albo wręcz pornografia warunkuje seksualne podniecenie. Następny to efekt eskalacji związany z tendencją do poszukiwania materiałów coraz to drastyczniejszych, by utrzymać podniecenie. Dalej efekt tracenia

³¹ Ibidem, s. 92-94.

³² M. Brand, C. Laier, M. Pawlikowski, U. Schachtel, *Watching pornographic pictures on the internet: role of sexual arousal ratings and psychological-psychiatric symptoms for using internet sex sites excessively*, „Cyberpsychology, Behavior And Social Networking” nr 14(6)/2011, s. 371-377.

³³ K.S. Young, *Internet sex addiction risk factors, stages of development and treatment*, „American Behavioral Scientist” nr 51(1)/2008, s. 21-37.

³⁴ V.C. Yoder, T.B. Cirden, K.A. Amin, *Internet pornography and loneliness: An association?* „Sexual Addiction and Compulsivity” nr 12(1)/2005, s. 19-44.

³⁵ L. Lofgren-Martenson, S.A. Mansson, *Lust, love, and life: A qualitative study of Swedish adolescents' perceptions and experiences with pornography*, „Journal of Sex Research” nr 47/2010, s. 568-579.

³⁶ Å. Gåti, T. Tényi, F. Túry, M. Wildmann, *Anorexia nervosa following sexual harassment on the Internet: a case report*, „International Journal of Eating Disorders” nr 31(4)/2002, s. 474-477.

³⁷ R.L. Collins, M.N. Elliott, S.H. Berry, D.E. Kanouse, *Watching sex on television predict adolescent initiation of sexual behavior*, „Pediatrics” nr 114(3)/2004, s. 280-289.

³⁸ P.J. Wright, A.K. Randall, *Internet pornography exposure and risky sexual behavior among adult males in the United States*, „Computers in Human Behavior” nr 28/2012, s. 14-40.

³⁹ E. Haggstrom-Nordin, T. Tyden, U. Hanson, *Experiences of and attitudes toward pornography among a group of Swedish high school students*, „European Journal of Contraception and Reproductive Health Care” nr 14/2009, s. 277-284.

⁴⁰ A. Tsitsika, E. Critselis, G. Kormas, E. Konstantoulaki, *Adolescent pornographic internet site use: A multivariate regression analysis of the predictive factors of use and psychosocial implications*, „Cyber Psychology and Behavior” nr 12/2009, s. 545-550.

⁴¹ D.N. Stewart, D.M. Szymanski, *Young Adult Women's Reports of Their Male Romantic Partner's Pornography Use as a Correlate of Their Self-Esteem, Relationship Quality, and Sexual Satisfaction*, „Sex Roles” nr 67(5)/2012, s. 257-271.

⁴² S. Leiblum, *Sex and the net: Clinical implications*, „Journal of Sex Education and Therapy” nr 22(1)/1997, s. 21-27.

PORNOGRAFIA INTERNETOWA JAKO ISTOTNY CZYNNIK DEGRADUJĄCY HARMONIJNY ROZWÓJ DZIECI I MŁODZIEŻY

wrażliwości – materiał wcześniej oceniany przez odbiorcę jako szokujący, prezentujący zachowania wcześniej oceniane jako nie do przyjęcia, zaczyna być odbierany jako zwyczajny i akceptowalny. Wreszcie ostatni etap związany jest z tendencją do wcielania w życie zachowań zinternalizowanych z twardej pornografii z łamaniem norm etycznych, a nawet prawnych⁴³.

UZALEŻNIENIE OD PORNOGRAFII INTERNETOWEJ – PODEJŚCIE PSYCHOFIZJOLOGICZNE

Jak wykazują współczesne badania, uzależnienie od pornografii internetowej to nie tylko zmiany w funkcjonowaniu psychicznym, indywidualnym i społecznym, ale również zmiany mózgowe na poziomie biochemicznym i strukturalnym. Mózgowe mechanizmy uzależnienia od pornografii są na dobrą sprawę takie same jak w przypadku uzależnienia od substancji psychoaktywnych czy uzależnień behawioralnych⁴⁴. W rozwój uzależnienia zaangażowane są trzy układy ludzkiego mózgu: nagrody, motywacji i pamięci. Na poziomie biochemicznym w trakcie podniecania się pornografią dochodzi do zwiększonego wydzielania się dopaminy w jądrze półtężącym mózgu, co daje odczucie przyjemności. Badania wykazują, że poziom wyrzutu dopaminy jest różny w zależności od medium uzależniającego. W przypadku nikotyny jest to wzrost o 200%, kokainy o prawie 350%, a w przypadku pornografii o 250% i to w czasie dużo krótszym niż w przypadku tych pierwszych (obraz dociera do mózgu drogą wzrokową w przeciągu milisekund, substancja psychoaktywna dociera przez krwiobieg – to zajmuje znacznie więcej czasu). Poza tym stężenie dopaminy w przypadku substancji psychoaktywnych stosunkowo szybko spada – metabolizują się one lub po orgazmie dochodzi do fazy odprężenia. Obraz w mózgu jest obecny cały czas. Tak jak w przypadku kokainy czy nikotyny poziom dopaminy spada do wyjściowego już po około 3-4 godzinach, tak

⁴³ V.B. Cline, *Pornography's effects on adult and children*, Morality in Media, New York 2001, s. 3-5.

⁴⁴ ASAM Public Policy Statement: Definition of Addiction. Opublikowane 15 sierpnia 2011. Strona internetowa: <http://www.asam.org/DefinitionofAddiction-LongVersion.html>.

Pornografia internetowa ma negatywny wpływ na rozwój emocjonalny, osobowościowy i społeczny. Młodzi ludzie korzystający z pornografii częściej niż niekorzystający przeżywają negatywne emocje związane z niepokojem, wewnętrznym rozdrażnieniem, poczuciem winy.

w przypadku pornografii internetowej jeszcze po pięciu godzinach utrzymuje się na takim samym wysokim poziomie⁴⁵. Z czasem mózg zaczyna bronić się przed za dużymi dla niego dawkami dopaminy poprzez zmniejszenie ilości dopaminowych receptorów. Odbierane jest to przez osobę jako zmniejszenie przyjemności z kontaktu z pornografią. Aby więc uzyskać ten sam efekt dopaminowy, osoba zaczyna sięgać po pornografię coraz częściej i coraz bardziej wyrafinowaną. Duży zalew dopaminy powoduje, że w mózgu powstają trwałe szlaki dopaminowe nastawione na określony tylko bodziec, w tym przypadku obraz pornograficzny. W proces ten angażują się również płaty czołowe w mózgu – struktura myśląca i oceniająca bodziec powodujący przyjemność. Płaty czołowe są strukturą mózgu, która zamyka swoje kształtowanie dopiero około 23 roku życia. Bodźce wywołujące podniecenie podlegają więc jeszcze nie w pełni krytycznej ocenie⁴⁶. Istotną rolę w uruchamianiu mechanizmu ciągu odgrywa również białko deltaFosB, które udrażnia kanały dopaminowe. Działanie tego białka powoduje, że

⁴⁵ Podano za: R. Dindinger, *Pornography Addiction Breaking the Chains: A Workbook of Essential Tools for Recovery*. Bez daty wydania, s. 4.

⁴⁶ D. Hilton, C. Watts, *Pornography addiction: A neuroscience perspective*, „Surgical Neurology International” nr 2/2011, s. 19.

LESZEK PUTYŃSKI

nawet w sytuacji znużenia osoba pragnie coraz dłużej i częściej stykać się z materiałem pornograficznym. Stwierdzono, że u młodzieży indukcja białka deltaFosB jest znacznie silniejsza niż u osób dorosłych⁴⁷. W mózgach osób uzależnionych od pornografii stwierdzono także zmiany anatomiczne, polegające na zmniejszonej ilości szarej substancji w korze mózgowej i mózdzku oraz mniejszy rozmiar prąkowia. W konsekwencji powoduje to, że u osób uzależnionych od pornografii internetowej zaburzony jest przebieg niektórych procesów poznawczych, charakteryzujący się mniejszą wydolnością pamięci operacyjnej, trudnościami w podejmowaniu decyzji i rozwiązywaniu problemów oraz trudnościami w uczeniu się⁴⁸.

Oczywiście nie każda osoba mająca kontakt z pornografią wpada w pułapkę uzależnienia. Wiele osób okazjonalnie korzystających z pornografii doświadcza jedynie silnego podniecenia z potrzebą natychmiastowego jego rozładowania lub traktuje ją jako metodę relaksu i nie zostaje przekraczana granica między niegroźnym w tym wypadku kontaktem z pornografią a uzależnieniem od niej. U młodzieży proces uzależnienia następuje jednak znacznie szybciej i niesie trudniejsze do zniwelowania konsekwencje psychologiczne, fizjologiczne, anatomiczne i społeczne.

PODSUMOWANIE

Powyższy artykuł opiera się na obiektywnych i rzetelnych badaniach naukowych. Abstrahuje od jakichkolwiek konotacji politycznych, religijnych czy światopoglądowych.

Wobec klasycznej pornografii uzasadnione były dyskusje definicyjne i refleksja nad skutkami korzystania z pornografii, zarówno negatywnymi, jak i potencjalnie korzystnymi. Wiadomo było, że

pornografia ma silne działanie uzależniające, ale nieznane były konsekwencje tego rodzaju uzależnienia. W przypadku pornografii internetowej sprawa staje się oczywista. Ewidentnie jest ona nastawiona na wywołanie podniecenia seksualnego. Przedstawia zachowania seksualne w sposób daleko odbiegający od przyjętych standardów społecznych. Szczególnie silnie kształtuje skrypt seksualny młodego człowieka. Prowadzi szybko do uzależnienia wiążącego się z poważnymi, trudno odwracalnymi konsekwencjami zdrowotnymi.

Wprawdzie polskie prawo daje obywatelowi pełnoletniemu prawo do indywidualnego korzystania z pornografii, ale daje mu również prawo do niebycia narażonym na niechciany kontakt z pornografią. Rzeczywistość jest jednak inna. Brak właściwych regulacji prawnych powoduje, że w Polsce dzieci i młodzież mają stosunkowo swobodny dostęp do pornografii internetowej, a nawet są narażone na przypadkowy, niechciany z nią kontakt. Taka sytuacja – i społeczna, i prawna – wymaga podjęcia stosownych działań zaradczych, jak to ma już miejsce w takich krajach, jak chociażby Anglia czy Australia, gdzie udało się wprowadzić powszechne regulacje prawne blokujące dostęp do pornografii dzieciom i młodzieży. ●

dr nauk. med. Leszek Putyński

Psycholog kliniczny. Wieloletni pracownik Zakładu Psychopatologii i Psychologii Klinicznej Instytutu Psychologii Uniwersytetu Łódzkiego. Przedmiotem jego szczególnych zainteresowań naukowych i zawodowych są pociowość i seksuologia, zaburzenia w odżywianiu oraz psychosomatyka ginekologiczna i położnicza. Jest autorem kilkudziesięciu artykułów naukowych, publikowanych głównie w czasopiśmie medycznych o zasięgu krajowym i międzynarodowym. Pracę naukowo-dydaktyczną łączy z praktycznym wykonywaniem zawodu psychologa klinicznego.

⁴⁷ M.E. Ehrlich, J. Sommer, E. Canas, E.M. Unterwald, *Periadolescent Mice Show Enhanced deltaFosB Upregulation in Response to Cocaine and Amphetamine*, „Journal of Neuroscience” nr 22(21)/2002, s. 9155-9159.

⁴⁸ S. Kuchn, J. Gallinat, *Brain Structure and Functional Connectivity Associated With Pornography Consumption. The Brain on Porn*, „JAMA Psychiatry” nr 71(7)/2014, s. 827-834.