

MARLENA STRADOMSKA

Maria Curie-Skłodowska University  
in Lublin, Poland

*stradomskamarlena@onet.pl*

MARTYNA NAWROCKA

Adam Mickiewicz University, Poznań, Poland

*martyna.k.nawrocka@gmail.com*

JOURNAL OF MODERN SCIENCE

TOM 1/48/2022 str. 541-556

[www.jomswsge.com](http://www.jomswsge.com)

DOI: <https://doi.org/10.13166/jms/149868>

## **NEGATIVE IMPLICATIONS OF INTERNET PORNOGRAPHY USE EXEMPLIFIED BY THE HELPLINE EXPERIENCE**

### **NEGATYWNE IMPLIKACJE KORZYSTANIA Z PORNOGRAFII INTERNETOWEJ NA PRZYKŁADZIE DOŚWIADCZEŃ Z TELEFONU POMOCOWEGO**

#### **ABSTRACT**

This article is an attempt to summarize the risks associated with phenomenon of pornography. The work has a theoretical and practical dimension, because in addition to the theoretical part and a review of the available literature, the aspects related to the presentation of selected examples of case studies from the authors' psychological practice regarding the activity on the help telephone of Maria Skłodowska-Curie University in Lublin were dealt with. This initiative started in March 2020 when he started working remotely due to the coronavirus. The phone was intended mainly for UMCS students. The aim of this study is to present selected threats related to the use of pornographic websites in the conditions of popularization of the Internet. The

paper presents an example of a case study of a 29-year-old woman in the aspect of psychological difficulties after using a pornographic film without her consent. An additional example will be the question of the addiction of a 31-year-old man to pornography and the reduction of reproductive possibilities.

### STRESZCZENIE

Niniejszy artykuł stanowi próbę podsumowania zagrożeń związanych ze zjawiskiem, jakim jest pornografia. Praca ma wymiar teoretyczno-praktyczny. W pierwszej kolejności zostanie przedstawiona część teoretyczna oraz wnioski płynące z przeglądu dostępnej literatury. Następnie zaprezentowane zostaną wybrane przykłady case study zaczerpnięte z praktyki psychologicznej odnoszącej się do działalności w telefonie pomocowym UMCS w Lublinie. Inicjatywa ta miała początek w marcu 2020 w chwili rozpoczęcia pracy zdalnej z powodu pandemii Covid-19. Linia była uruchomiona głównie dla studentów UMCSi. Celem niniejszej pracy jest ukazanie wybranych zagrożeń związanych z korzystaniem ze stron pornograficznych w dobie postępującej cyfryzacji. Przytoczony został przypadek (case study) trudności psychologicznych 29-letniej kobiety, doznanych po publikacji materiału pornograficznego bez jej zgody. Dodatkowym przykładem jest także charakterystyka trudności prokreacyjnych, jakich doświadczył 31-letni mężczyzna uzależniony od materiałów o charakterze erotycznym.

**KEYWORDS:** internet, pornography, helpline

**SŁOWA KLUCZOWE:** *internet, pornografia, telefon pomocowy*

### WSTĘP

Według niektórych badaczy pornografia traktowana jako jedna z wiodących rozrywek dla dorosłych. Zwolennicy tej teorii uważają, że może ona przynieść pozytywne skutki – dla przykładu w postaci lepszego poznania własnej seksualności, urozmaicenia życia intymnego, przeciwdziałania monotonii w długoletnich związkach partnerskich, przełamania lęków czy barier (McCormack, Wignall, 2021).

Szkodliwość pornografii jest tematem sporu w dziedzinach badań zarówno społecznych jak i medycznych. Część badaczy utrzymuje stanowisko, że wywołuje ona szereg dysfunkcji seksualnych i doprowadza do uzależnienia (Brand,

Blycker, Potenza, 2019). Wskazuje się także na negatywny wpływ pornografii na moralność, trwałość związków, satysfakcję seksualną czy ogólny dobrostan emocjonalny (Camilleri, Perry, Sammut, 2021). Z drugiej strony, w szeregu wykonanych badań nie udało się jednoznacznie potwierdzić tych zarzutów. Wynika to w dużej mierze z niedoskonałości metod, jakimi w tym momencie dysponują badacze<sup>11</sup>.

W ostatnich latach podejście antropologów, psychologów i psychiatrów do pornografii stawało się coraz bardziej liberalne. Pornografia w wielu przypadkach traktowana jest jako towar, bez spostrzegania go w kategoriach etycznych. Takie podejście wraz z rewolucją telekomunikacyjną, w społeczeństwach zachodnich stworzyło przestrzeń do rozwoju nowych kanałów masowej dystrybucji materiałów pornograficznych. Powstała tak zwana „pornografia 2.0”, a wraz z nią nowe problemy i wyzwania.

## WYBRANE ZAGADNIENIA DOTYCZĄCE PORNOGRAFII

Choć od lat siedemdziesiątych prowadzi się liczne badania nad pornografią, między jej używaniem a negatywnymi zjawiskami w sferze seksualnej, udało się potwierdzić jedynie częściową korelację. W przeprowadzonym w 2019 roku przeglądzie dostępnych badań (21), w których osobami badanymi byli przestępcy seksualni, autorom nie udało się znaleźć związku między używaniem pornografii a popełnianiem przestępstw, ich charakterem czy recydywą (Mellor, Duff, 2019). Jako główne czynniki uniemożliwiające jednoznaczną odpowiedź na pytanie o wpływ pornografii na umysł potencjalnego przestępcy, autorzy wskazali niejednorodność badanej grupy i różnice w definiowaniu. Inne badanie, przeprowadzone na grupie 15 161 osób obu płci, wykazało, że tzw. problemowe użycie pornografii dotyczy jedynie 3 do 8% wszystkich użytkowników (Bóthe et al., 2020). Starsze badania wykazały nawet negatywną korelację między dostępem do brutalnej pornografii a ilością przestępstw popełnianych na tle seksualnym, co doprowadziło niektórych badaczy do śmiałej tezy, że potencjalni przestępcy seksualni mogą korzystać z materiałów wizualnych i nie czuć potrzeby realizowania swoich fantazji seksualnych

w prawdziwym życiu (Diamond, Uchiyama, 1999). Temat ten nie został jednak podjęty przez innych badaczy.

Z kolei w meta-analizie opublikowanej w roku 2015 przeanalizowano 22 badania z 7 różnych krajów, gdzie wykazano związek między oglądaniem pornografii a werbalną i fizyczną agresją, tak u kobiet, jak i u mężczyzn. Nie udało się udowodnić, że pornografia stanowiła przyczynę zachowań agresywnych, choć ogólny wzorzec wyników sugerował, że może je jednak zaostrzać (Wright, Tokunaga, Kraus, 2015).

Kolejnym problemem w badaniu pornografii jest samoocena osób badanych, która wpływa znacząco na odpowiedzi udzielane badaczowi. Korzystanie z pornografii jest potępiane przez większość religii, w wielu środowiskach uważane za niemoralne lub względnie moralnie, zwłaszcza jeśli dana osoba jest w związku partnerskim. W konsekwencji osoby, które odczuwają wstyd czy wyrzuty sumienia z powodu korzystania z pornografii, mogą wyolbrzymiać jej negatywny wpływ na swoje życie. Temat uznawania siebie za osobę uzależnioną bez obiektywnych wskaźników ku temu, został podjęty w artykule *Predicting pornography use over time: Does self-reported addiction matter?* Według tych badaczy, niewielki, ale znaczący odsetek badanych błędnie postrzega siebie jako osoby uzależnione, a swoje korzystanie z pornografii jako kompulsywne (Grubbs et al. 2018).

Wraz ze wzrostem dostępu do Internetu pornografia stała się bardziej powszechna, tania i różnorodna. Korzystanie z pornografii deklarowało niemal 9 na 10 mężczyzn i 1 na 3 kobiety w wieku 18–26 lat (Carroll, 2008). W innych badaniach deklaracje Polaków uplasowały się na poziomie 70%–85% (Lewczuk et al., 2020).

## **PORNOGRAFIA 2.0–PORNOGRAFIA TWORZONA PRZEZ UŻYTKOWNIKÓW**

Nazwa „pornografia 2.0” odwołuje się do pojęcia „web 2.0”, czyli zjawiska polegającego na współuczestniczeniu użytkowników sieci Internetu w tworzeniu jej zawartości. Serwisy oparte o *user-generated content* (UGC, zawartość generowana przez użytkowników) to między innymi Youtube, Facebook,

Instagram, Twitter czy Wikipedia. Warto zaznaczyć, że web 2.0 to środowisko dynamiczne, w którym większość użytkowników jest jednocześnie nadawcami treści. W wielu kontekstach zjawisko UGC jest bardzo pozytywne – przykładem mogą być popularyzujące naukę, różnego rodzaju pasje czy kulturę kanały na YouTube prowadzone przez pasjonatów danej dziedziny. Każdy, kto dysponuje smartphonem, nawet z podstawowymi funkcjami, może nagrać film, aby dzielić się danym wytworem z innymi.

W przypadku pornografii zaszło analogiczne zjawisko, ale jego charakter nie jest już tak jednoznacznie pozytywny. Pornografię publikują dziś już nie tylko wytwórnie filmowe specjalizujące się w tego typu produkcjach, ale sami użytkownicy, własnym sumptem. Każda osoba może nakręcić pornograficzne treści, często za pomocą telefonu komórkowego czy kamerek internetowych. Powstały liczne „niezależne wytwórnie” czy „grupy hobbystyczne”, które bez rejestrowania tego typu działalności, bez ujawniania swojej tożsamości, mogą nakręcić dowolny, amatorski materiał pornograficzny, a następnie umieścić go na jednym z licznych portali internetowych analogicznych do serwisów takich jak YouTube.

Dla przykładu kanadyjska firma Mindgeek jest właścicielem ponad 100 stron pornograficznych oraz kilku wytwórni filmowych. Do najpopularniejszych serwisów można zaliczyć m.in. Redtube, Youporn, XTube, SpankWire, ExtremeTube, Men.com, My Dirty Hobby, Thumbzilla, PornMD, GayTube, WhyNotBi.com i inne. Jednak najbardziej popularnym pod względem oglądalności i ilości materiałów jest inny produkt Mindgeek – działający od 2007 roku serwis Pornhub.com.

Ten serwis internetowy umożliwia publikację i oglądanie amatorskich bądź profesjonalnych filmów pornograficznych, zarabiając na kontach premium (umożliwiających oglądanie filmów w większej rozdzielczości) oraz reklamach. Korzystając z postępującej liberalizacji podejścia do pornografii, właściciele firmy konsekwentnie kreowali serwis jako rozrywkę dla odpowiedzialnych dorosłych. Pornhub przez ostatnich kilka lat był stale obecny w mediach, jako twórca dowcipnych kampanii reklamowych i społecznych. Na przykład, w 2014 w ramach kampanii „Pornhub gives America wood” („Pornhub zapewnia Ameryce drewno”, słowo „wood” jest po angielsku slangowym określeniem erekcji) (Visser 2014) serwis zasadził blisko 15 tysięcy drzew.

W innej kampanii, zatytułowanej „The dirtiest porn ever” („Najbrudniejsze porno świata”) widzowie proszeni byli o kliknięcie w film, którego akcja toczyła się na zaśmieconej plaży. Dochód z kampanii przekazano organizacji zajmującej się oczyszczaniem oceanów z plastiku Curtis (Silver, 2019). Tego typu kampanie są obecne w przestrzeni publicznej i komentowane przez liczne niemające związku z pornografią media. W 2017 portal uruchomił także podstronę Pornhub Sexual Health Center, na której publikowane mają być treści dotyczące bezpiecznego seksu, chorób przenoszonych drogą płciową czy choćby infekcji pochwy.

Każdy użytkownik może swobodnie dodawać do portalu treści pornograficzne. Regulamin serwisu informuje o zakazie publikowania treści nielegalnych, takich jak pornografia dziecięca czy zoofilia. Zaznaczono aby nie udostępniać materiałów, do których publikujący nie posiada praw autorskich, jednakże to zagadnienie jest wciąż problematyczne. Ostatnie śledztwo dziennikarskie przeprowadzone przez dziennikarza New York Times’a Nicolasa Kristofa wykazało, że na portalach publikowane są różnorodne treści – sceny gwałtów, nagrania z kamer ukrytych w szatniach i łazienkach czy stosunki z nieprzytomnymi kobietami (Kristof, 2020).

Natomiast w artykule *The Children of Pornhub* opublikowanym w 2020 roku, Kristof podał, że według jego informatorów, serwis zatrudniał jedynie 80 moderatorów, co przy 6,3 miliarda filmów (Pornhub, 2020) przesłanych na serwery Pornhub’a w roku 2019 jest liczbą dalece niewystarczającą. Dla porównania, Facebook zatrudnia 15 000 moderatorów (Kristof, 2020). Internet Watch Foundation, brytyjska organizacja działająca na rzecz zapobiegania wykorzystywaniu seksualnemu, podaje, że moderatorzy Facebooka w ciągu trzech miesięcy usuwają ponad 12 milionów obrazów, filmów i zdjęć powiązanych z wykorzystywaniem dzieci. Natomiast Twitter zamknął z analogicznych powodów 264 000 kont użytkowników w przeciągu pół roku. Pornhub zaś zaraportował jedyne 118 przypadków wykorzystywania nieletnich w przeciągu 3 lat (2017–2019) (Kristof, 2020).

Można uznać, że skutki wspomnianych zaniedbań nie są możliwe do opisania i zweryfikowania. Na ten moment wiadomo o kilkunastu osobach, które znalazły w serwisie nagrania z gwałtów, których były ofiarami. Kolejnych kilka (ujawnionych) przypadków dotyczy nastolatków, które za namową partnerów

nagrały się w intymnych okolicznościach i których nagrania bez ich zgody, mimo upływu lat wciąż są dostępne w sieci. Materiały pornograficzne z wykorzystaniem wizerunku byłych partnerów/ek są publikowane często w ramach zemsty. Znanych jest w tej chwili kilkadziesiąt młodych, pełnoletnich kobiet, które nie wyraziły zgody na opublikowanie na Pornhub pornografii ze swoim udziałem. Konsekwencje są drastyczne dla przykładu jedna z ofiar została zamordowana. Sam Kristof rozmawiał podczas tworzenia artykułu z młodymi kobietami, które chciały odebrać sobie życie i doświadczyły licznych trudności życiowych ze względu na treści pornograficzne. Jego reportaż osnuty jest wokół osoby Sereny Fleites, która jako czternastolatka została namówiona przez chłopaka na nagranie intymnego filmu. Dziś 19-letnia kobieta dalej zмага się z trudnościami natury psychologicznej czy społecznej – jest po próbie samobójczej, była uzależniona od narkotyków w wyniku społecznego ostracyzmu. Warto rozważyć wymienione sytuacje jednostkowo z uwzględnieniem różnic indywidualnych oraz konkretnych uwarunkowań danego człowieka.

Mimo ingerencji prawnych, w tym organów ścigania usuwane filmy często wracają do sieci. Wynika to z faktu, że Pornhub, w przeciwieństwie do choćby Youtube, znacząco ułatwiał użytkownikom pobieranie filmów na dysk. Czas między zgłoszeniem filmu do usunięcia a reakcją jednego z nielicznych moderatorów zazwyczaj jest na tyle długi, by przynajmniej kilku użytkowników mogło pobrać film, a następnie zamieścić go ponownie. Ponowne pojawienie się filmu jest bardzo prawdopodobne na portalu, z którego został usunięty lub na jednym z setek innych, które w przeciwieństwie do samego Pornhub często nie mają żadnej moderacji i działają częściowo lub całkowicie nielegalnie.

Po publikacji Kristofa Pornhub usunął dziewięć z 13 milionów filmów, pozostawiając jedynie te od tzn. *zweryfikowanych dostawców*. Zlikwidował też możliwość pobierania filmów ze strony. Jednakże nadal jest to możliwe z użyciem odpowiedniego oprogramowania, na to jednak serwis nie ma wpływu. Serwis zwiększył także liczbę moderatorów, jednakże ze względu na ilość treści publikowanych każdego dnia te działania mogą być dalej niewystarczające.

## METODOLOGIA BADAŃ WŁASNYCH

W związku z sytuacją dotyczącą pandemii Covid-19 wiele uczelni wyższych zdecydowało się na to, aby realizować wsparcie psychologiczne dla osób, które w danej sytuacji przeżywają trudności adaptacyjne, psychiczne i inne, w związku z konsekwencjami nowej sytuacji. W niniejszej pracy pojawiły się wybrane przykłady case study z pracy w telefonie pomocowym UMCS. Na stronie internetowej Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie pojawiła się informacja dotycząca niniejszej inicjatywy:

*W związku z ogłoszonym stanem epidemii Instytut Psychologii UMCS oferuje bezpłatne wsparcie psychologiczne ze strony wybitnych specjalistów, pracowników Instytutu. Adresowane jest ono do osób które, odczuwają lęki i poczucie zagrożenia związane z obecną sytuacją pandemii, mają obniżony nastrój, poczucie izolacji i wyobcowania. Bezpłatna pomoc jest udzielana za pomocą komunikatorów – Facebooka i Skype, a także telefonicznie.<sup>111</sup>*

Przykłady zostały wybrane losowo z odpowiedniej dla artykułu kategorii. Zaliczyć można do nich aspekty związane z psychopatologią, rozwojem osobistym, trudnościami edukacyjnymi, konfliktem rodzinnym czy seksualnością. W tym aspekcie grupy są równoliczne. Przykłady wymienione w tym artykule to te, które zgłaszały się na konsultacje i należały do kategorii – zagadnienie dotyczące seksualności. W ramach działalności w telefonie pomocowym UMCS wykonano ponad 165 konsultacji z osobami poszukującymi wsparcia psychologicznego. Podana ilość konsultacji odnosi się do okresu od marca 2020 roku do lipca 2021 roku. Ponadto zadania te są wciąż kontynuowane w 2022 roku. Działania skierowane są głównie do studentów Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, ale także do absolwentów, pracowników administracji czy innych osób związanych z uczelnią np. rodziców studentów. Takie rozmowy przeprowadzane są co najmniej kilkukrotnie z jedną osobą i trwają zazwyczaj od godziny do dwóch. Rozmowy przeprowadzane były przez pracowników Instytutu Psychologii UMCS. Praca stanowi kolejną z szeregu publikacji dotyczących zdrowia psychicznego w czasie trwania pandemii. Osoby badane zgodziły się na wykorzystanie ich przykładów do celów naukowych. W pracy nie przedstawiono danych, które mogłyby pozwolić na identyfikację osób.



Wybrane przypadki case study dotyczące negatywnych implikacji korzystania z pornografii internetowej na przykładzie doświadczeń z telefonu pomocowego:

## STUDIUM PRZYPADKU (1)

Osoba poproszona o pomoc w celu przeprowadzenia rozmowy telefonicznej z zakresu pomocy psychologicznej w dniu 20.06.2021 r. o godz. 18.00 oraz 01.07.2021 r. o godz. 19.00 05.07.2021 r. o godz. 14.00. Osoba dowiedziała się o możliwości przeprowadzenia rozmowy telefonicznej ze strony internetowej Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie. Wybrała terapeutę/psychologa/pracownika ze względu na zakres zainteresowań naukowych dostępnych na stronie UMCS.

**Płeć: kobieta**

**Wiek: 29**

**Diagnoza:** F34 – Uporczywe zaburzenia nastroju (afektywne)

**Powód zgłoszenia:** uczucie niepokoju, trudności z zasypianiem, koszmary senne. Badana zauważyła, że jej stan pogorszył się w ciągu ostatnich sześciu miesięcy. Kobieta często doświadczała problemów natury psychologicznej: „[...] nie wiem, od czego mogłabym zacząć, ale od zawsze miałam trudności związane z szeroko pojętą seksualnością. W przeszłości molestowanie przez wujka, później problemy związane z zajściem w ciążę, a w ostatnim czasie wypłynął film, który został nagrany przez byłego męża. Mąż był moim jedynym oparciem, mimo, że kontakty seksualne sprawiały mi zawsze ból, bo ciągle przypominam sobie, co miało miejsce w przeszłości”.

**Próby samobójcze w przeszłości:** w przeszłości trzy próby samobójcze skutkujące hospitalizacją. Kobieta pierwszą próbę samobójczą podjęła w wieku 15 lat (uznała, że przyczyną było zdanie sobie sprawę z kwestii molestowania seksualnego). Kolejna próba miała miejsce kiedy osoba badana była w wieku 27 lat (uznała, że główną przyczyną wówczas było brak możliwości zajścia w ciążę, po 6 lat starań, straciła nadzieję na rodzicielstwo). Ostatnia próba samobójcza miała miejsce w czerwcu 2021 roku (uznała, że przyczyną była sytuacja związana z rozwodem i wypłynięciu na platformy nagrań ze stosunków z mężem). Jak wspomina „[...] temat seksualności od wielu lat mnie

prześladuje. Molestowanie, brak możliwości posiadania potomstwa, in vitro i inne działania. Teraz rozstanie z mężem i jego złość na mnie, która przejawiała się w tym, że zaczął publikować nasze filmy. Trafiły one do mojej firmy i mocno wpłynęły na kolejne kroki – szykanowanie, brak akceptacji i złe traktowanie przez szefostwo”.

**Stosunek do życia:** brak chęci do życia – często powtarzana fraza „nic mnie już nie cieszy”.

**Czynniki ryzyka:** główne aspekty związane z czynnikami ryzyka to problemy natury psychicznej, brak wsparcia, trudności w zaakceptowaniu siebie, trudności rodzinne, nawracająca depresja i brak wsparcia ze strony bliskich, trudności związane z prokreacją „[...] Od pewnego czasu odczuwam bardzo negatywne emocje. Czuje, że jest coraz gorzej. Nigdy nie spodziewałabym się, że te kwestie związane z seksualnością mogą mi przysporzyć tyle problemów. Wiele koleżanek mówi, daj spokój to tylko film, ale jednak na moim przykładzie pracując w zawodzie zaufania społecznego, istnieje prawdopodobieństwo, że nie będę mogła dłużej już w nim pracować. Te filmy były dość specyficzne. Ja zawsze miałam trudności z podejmowaniem aktywności seksualnej – sprawiały mi one zawsze ból i ogólne cierpienie. To, co zrobił były mąż, to była największa kara, jaka mogła mieć dla mnie miejsce”.

**Czynniki ochronne:** poszukiwanie możliwości poprawy zdrowia, otwartość na nowe doświadczenia, brak sztywności myślenia, chęć wyjścia ze strefy komfortu, chęć posiadania własnych pieniędzy i uzyskania niezależności finansowej.

**Plany na przyszłość:** zakończenie hospitalizacji, rozpoczęcie terapii własnej. Kobieta dopowiada „mam nadzieję, że wyjście z traumy z przeszłości pozwoli mi na realizowanie siebie jako mamy. Wielu lekarzy mówi, że moje problemy z płodnością mogą być związane z tym, że mam do czynienia z mocno stresującym otoczeniem – tak w sumie może być”.

**Rekomendacje:** rekomendowane jest podjęcie terapii zgodnie z uwarunkowaniami osoby badanej, właściwa mogłaby być okazać się terapia psychodynamiczna.

W niniejszym przypadku sytuacja związana z konfliktem z mężem okazała się destrukcyjna dla funkcjonowania kobiety oraz jej sytuacji psychicznej, co jest spójne z tematem podejmowanym w tym opracowaniu.

## STUDIUM PRZYPADKU (2)

Osoba poproszona o pomoc w celu przeprowadzenia rozmowy telefonicznej z zakresu pomocy psychologicznej w dniu 30.06.2021 r. o godz. 15.00 oraz 02.07.2021 r. o godz. 15.00 06.07.2021 r. o godz. 15.00. Osoba dowiedziała się o możliwości przeprowadzenia rozmowy telefonicznej ze strony internetowej Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie. Wybrała terapeutę/psychologa/pracownika ze względu na zakres zainteresowań naukowych dostępnych na stronie UMCS.

**Płeć:** męczyzna

**Wiek:** 31

**Diagnoza:** F33 – Zaburzenia depresyjne nawracające (zaburzenie afektywne jednobiegunowe)

**Powód zgłoszenia:** koszmary senne, ogólny zły stan psychiczny, skłonność do uzależnień behawioralnych (hazard, pornografia). Badany zauważył, że w ostatnim czasie stan jego zdrowia się pogorszył. Kwestia dotyczy zdrowia psychicznego oraz fizycznego. Leczenie psychiatryczne podejmuje od 2014 roku. Badany stwierdza, że „[...] chyba od zawsze wiedziałem, że są takie rzeczy od których się uzależniam. Od najmłodszych lat był to hazard. Teraz w tym życiu dorosłym jest to pornografia. Nie ma dnia, żebym nie oglądał pornografii. Myślę jednak, że to nie jest najgorszy problem. Ten najbardziej trudny, który zabiera mi radość z życia to jest to, że zniszczyłem życie moje i mojej żony (...). Jeśli chodzi o pornografię to było to na początku około 4 filmów dziennie zakończonych wytryskiem po każdym filmie. Później było to ok. 7, 10 i na końcu już nie uczyłem się, nie pracowałem dodatkowo tylko oglądałem. Moja żona chciałaby mieć dzieci, ja zresztą też, ale przez to uzależnienie brakuje mi chęci do takiego realnego zbliżenia. Żona nie lubi takich rzeczy, które ja oglądam, i które przy tym sprawiają mi radość. Ona mówi, że czuje się wdową za życia, nie może zrozumieć jak seks z Internetu może być lepszy od tego, co może być w realu”.

**Próby samobójcze w przeszłości:** w przeszłości 2 próby samobójcze skutkujące hospitalizacją. Pierwsza próba samobójcza w wieku 21 lat związana była m.in. z ogromnymi długami (hazard). Ostatnia próba samobójcza miała miejsce w czerwcu 2021 roku. Badany uważa „[...] ta próba była

spowodowana tym, że nasze życie małżeńskie jest beznadziejne. Żona chce mieć dzieci, a ja nie jestem w stanie sprostać najprostszym rzeczom łóżkowym. Jest to dla mnie ogromna porażka. Jesteśmy młodym małżeństwem, bo z 3 – letnim stażem. Nie wiedziałem, że nawet po ślubie nie będę w stanie realizować takich podstaw (...). Jak Pani pyta, jak się czuję w skali od 1 do 10, to czuje się o wiele gorzej niż 1. Jest strasznie”.

**Stosunek do życia:** osobę badaną charakteryzuje duża ambiwalencja “[...] od momentu, kiedy żona powiedziała mi, że się ze mną rozwiedzie, bo nie mogę jej dać dzieci, bo nawet nie dochodzi do stosunku, czuje się okropnie. Nigdy bym nie pomyślał, że tak bardzo się uzależnienie od pornografii”

**Czynniki ryzyka:** główne aspekty związane z czynnikami ryzyka to problemy natury psychicznej, brak wsparcia, trudności w zaakceptowaniu siebie, trudności rodzinne, nawracająca depresja i brak wsparcia ze strony bliskich, trudności związane z seksualnością, uzależnienie od pornografii, ogólna skłonność do uzależnień „[...] nie mam wsparcia ze strony najbliższych. Boję się, że specjaliści mi nie pomogą. W pracy dodatkowej też okropnie. Na wykładach na studiach mam ochotę tylko włączyć film pornograficzny. Inne rzeczy mnie nudzą. Zapomniałem wspomnieć, w pewnym momencie brałem kredyty w parabankach, żeby kupować konta premium, bo w pewnym momencie wszystko, co było dostępne za darmo, mnie nie zaspokajało lub nie chciałem już tego oglądać drugi raz, bo nie było tej ekscytacji. Kiedyś wydałem 10 tys. złotych w tydzień, gdyż jeszcze korzystałem z usług internetowych w tym zakresie. Mój przychód miesięczny to niekiedy 1000 zł na wszystko”.

**Czynniki ochronne:** poszukiwanie możliwości poprawy zdrowia, otwartość na nowe doświadczenia, brak sztywności myślenia, chęć wyjścia ze strefy komfortu, chęć poprawy swojej sytuacji rodzinnej, próba podejmowania leczenia uzależnienia.

**Plany na przyszłość:** zakończenie hospitalizacji, rozpoczęcie terapii własnej, prowadzenie dziennika uczuć. Mężczyzna uznaje „[...] chciałbym, abyśmy nie mieli tych problemów prokreacyjnych. Zdaje sobie sprawę z tego, że moja żona jest przeze mnie nieszczęśliwa, bo marzy o dzieciach. Dla mnie też to jest ważne. Chciałbym się bardziej cieszyć realnym życiem niż tym związanym z cyberświatem”.

**Rekomendacje:** rekomendowane jest podjęcie terapii zgodnie z uwarunkowaniami osoby badanej. Właściwa mogłaby okazać się terapia uzależnień, terapia poznawczo-behawioralna.

W niniejszym przypadku sytuacja związana z uzależnieniem od oglądania pornografii okazała się destrukcyjna dla funkcjonowania mężczyzny, przekładających się na szereg aspektów w jego życiu, co jest spójne z tematem podejmowanym w tym opracowaniu.

## PODSUMOWANIE

Zagadnienia związane z seksualnością, a także pornografią stanowią inspirację do wielu badań społecznych czy psychologicznych. Niewątpliwie jest to jednak temat, który wymaga od badaczy oraz użytkowników Internetu poszerzania swojej świadomości. Istotne jest zauważanie pewnych kwestii dotyczących sposobów nagrywania filmów pornograficznych, aktorów, w tym ich wieku oraz ewentualnych zgód na wykorzystywanie nagrań na większą niż własną skalę. Okazuje się, że niektóre strony dostępne w Internecie pozwalają każdemu użytkownikowi nie tylko oglądać pornografię, ale też publikować dowolne treści związane z niniejszym tematem. Zagrożenia wynikające z tego stanu rzeczy są oczywiście – w praktyce niezmiernie trudne lub niemożliwe jest sprawdzenie, czy osoby występujące w danym materiale są pełnoletnie i czy te czynności wykonują dobrowolnie.

W świetle przytoczonych danych teoretycznych widoczne jest to, jak bardzo kwestia pornografii czy innych sytuacji patologicznych może wpływać na rozwój zaburzeń i problemów natury psychicznej np. zaniżenie samooceny, depresyjność, mniejsze poczucie własnej wartości itd.

W niektórych przypadkach taki kryzys może być związany z pojawieniem się myśli i tendencji samobójczych. Niewątpliwie seksualność stanowi ważny aspekt ludzkiego życia, natomiast brak pomocy, wstyd czy deficyt środków finansowych do realizowania konkretnych zamierzeń może doprowadzić do negatywnych konsekwencji w życiu nie tylko jednostki, ale i systemu rodzinnego, zawodowego i innych.

Istotnym zagadnieniem jest to, że artykuł poza przeglądem wybranej literatury zawiera spostrzeżenia i konkretne obserwacje z telefonicznych konsultacji pomocowych. Na podstawie szeregu działań i rozmów pomocowych wyszczególniono kilka pozycji implikacji praktycznych. Na uwagę zasługuje konieczność modyfikacji profilaktyk dotyczących aspektów związanych z seksualnością, prokreacją i trudnościami obserwowanymi w tych obszarach. Elementem istotnym jest także zwiększenie dostępu do specjalistów zajmujących się tematyką seksualności, prokreacji czy zaburzeń związanych z niniejszymi aspektami. Z doświadczeń telefonu pomocowego Uniwersytetu Marii Skłodowskiej-Curie wynika, że istnieje potrzeba zwiększenia możliwości odbywania darmowej lub niskopłatnej terapii psychologicznej i psychoterapeutycznej w celu poprawienia ogólnej sytuacji życiowej pacjentów m.in. w ramach Narodowego Funduszu Zdrowia (aktualnie okres oczekiwania w kolejce to kilka miesięcy). Do ważnych wniosków można zaliczyć konieczność zapewnienia ogólnodostępnych materiałów w celu poszerzenia swojej wiedzy o kwestie psychologiczne i psychiatryczne czy zachęcenia do stosowania możliwości autoterapeutycznych w celu systematycznej pracy nad poczuciem własnej wartości, samokontroli czy analizy swoich mocnych i słabych stron. Dodatkowym elementem powinna być refleksja nad kontrolą rodzicielską w sytuacji działania z dziećmi i młodzieżą – być może jest to zagadnienie, które powinno być częściej analizowane.

Praca stanowi jedną z wielu publikacji skupiających się na zagadnieniach związanych z realizacją działań telefonu pomocowego działającego w trakcie trwania pandemii. Okazuje się, że istnieje szereg negatywnych implikacji dotyczących korzystania z pornografii internetowej. W tym opracowaniu skupiono się na wybranych aspektach, które powinny być poddane dalszym opracowaniom w kolejnych publikacjach naukowych. Celem niniejszego jest poszerzenie wiedzy praktycznej oraz zwiększenie świadomości społecznej względem możliwych konsekwencji wynikających z ignorowania prezentowanej problematyki. Artykuł ten jest kolejnym, z szeregu publikacji naukowych opisujących działalność pomocową w sytuacji kryzysowej jaką jest niewątpliwie pandemia Covid-19.

## REFERENCES

- Bezpłatne wsparcie psychologiczne, <https://www.umcs.pl/pl/aktualnosci,59,bezp-latne-wsparcie-psychologiczne,89242.chtm> [data dostępu: 08.07.2021].
- Bóthe, B., Tóth-Király, I., Orosz, G., Potenza, M. N., Demetrovics, Z. (2020). High-frequency pornography use may not always be problematic, *Journal of Sexual Medicine*, 17(4), 793–811.
- Brand, M., Blycker, G. R., & Potenza, M. (2019). When pornography becomes a problem: Clinical insights. *Psychiatric Times*, Vol 36, Issue 12, <https://www.psychiatristtimes.com/cme/when-pornography-becomes-problem-clinical-insights> [data dostępu: 08.07.2021].
- Camilleri, C., Perry, J. T., Sammut, S. (2021). Compulsive Internet Pornography Use and Mental Health: A Cross-Sectional Study in a Sample of University Students in the United States. *Frontiers in psychology*, 11:613244.
- Carroll, J.S., Padilla-Walker, L.M., Nelson, L. J., Olson, C. D., McNamara, Barry, C., Madsen S. D. (2008). Generation XXX: Pornography Acceptance and Use Among Emerging Adults. *Journal of Adolescent Research*. 23(1), 6-30.
- Diamond, M., Uchiyama, A. (1999). Pornography, Rape and Sex Crimes in Japan, *International Journal of Law and Psychiatry* 22(1): 1-22.
- Gola, M., Wordecha, M., Sescousse, G., Lew-Starowicz, M., Kossowski, B., Wypych, M., et al. (2017). Can pornography be addictive? An fMRI study of men seeking treatment for problematic pornography use. *Neuropsychopharmacology*, 42(10), 2021–2031.
- Grubbs, J. B., Wilt, J. A., Exline, J. J., & Pargament, K. I. (2018). Predicting pornography use over time: Does self-reported “addiction” matter? *Addictive Behaviors*, 82, 57–64.
- Hald, G., Malamuth, N. (2008). Self-Perceived Effects of Pornography Consumption. *Archives of sexual behavior*, vol 37. 614-25.
- Kohut, T., Štulhofer, A. (2018). Is pornography use a risk for adolescent well-being? An examination of temporal relationships in two independent panel samples. *PLoS ONE* 13(8): e0202048. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0202048>.
- Kristof, N., The children of Pornhub (2020), <https://www.nytimes.com/2020/12/04/opinion/sunday/pornhub-rape-trafficking.html>, [data dostępu: 08.07.2021].
- Lewczuk, K., Glica, A., Nowakowska, I., Gola, M., Grubbs, J. B. (2020). Evaluating Pornography Problems Due to Moral Incongruence Model, *Sex Medicine*, vol 17(2), 300-311.
- McCormack, M., Wignall, L. (2017). Enjoyment, Exploration and Education: Understanding the Consumption of Pornography among Young Men with Non-Exclusive Sexual Orientations. *Sociology*. vol. 51(5), 975-991.

- Mellor, E., Duff, S. (2019). The use of pornography and the relationship between pornography exposure and sexual offending in males: A systematic review, *Aggression and Violent Behavior*. vol 46, 116-126.
- Pornhub, 2019 year in review, <https://www.pornhub.com/insights/2019-year-in-review#2019> [data dostępu: 08.07.2021].
- Silver, C. (2019). Pornhub's Dirtiest Porn Ever Campaign Seeks To Clean Up Our Nasty Beaches, <https://www.forbes.com/sites/curtissilver/2019/08/27/pornhubs-dirtiest-porn-ever-campaign-seeks-to-clean-up-our-nasty-beaches/?sh=79d1ff1c765e> [data dostępu: 08.07.2021].
- Visser, N. (2014). Pornhub Wants To 'Give America Wood,' Literally, [https://www.huffpost.com/entry/pornhub-planting-trees\\_n\\_5240803](https://www.huffpost.com/entry/pornhub-planting-trees_n_5240803) [data dostępu: 08.07.2021].

## ENDNOTES

- <sup>I</sup> <https://www.umcs.pl/pl/aktualnosci,59,bezpлатne-wsparcie-psychologiczne,89242.chtm> (dostęp: 9.07.2021)
- <sup>II</sup> Wiele badań wskazujących na związek między pornografią a dysfunkcjami seksualnymi ogranicza się do stwierdzenia korelacji. Trudno jednak udowodnić związek przyczynowy między oglądaniem pornografii a pojawieniem się dysfunkcji. Problemem jest także dobór prób badawczych oraz fakt, że badania opierają się na autoanalizie badanych (por. Grubbs et al., 2019).
- <sup>III</sup> Bezpлатne wsparcie psychologiczne, <https://www.umcs.pl/pl/aktualnosci,59,bezpлатne-wsparcie-psychologiczne,89242.chtm> (dostęp: 29.03.2022).