Η καταστροφική επίσκεψη σε ακατάλληλες ιστοσελίδες (Παναγιώτα Χατζηγιαννάκη-Τσαγκαροπούλου, Ιατρός Πνευμονολόγος)

Categories : ΥΓΕΙΑ - ΔΙΑΤΡΟΦΗ

Date : 2 Δεκεμβρίου, 2019

Τα Αποτελέσματα της παρακολούθησης στα μεγάλα παιδιά και τους εφήβους μας

Τα παιδιά μας και ιδιαίτερα αυτά που βρίσκονται στην εφηβεία, εκτίθενται καθημερινά σε πορνογραφικό υλικό. **Πρόκειται για γραπτό ή οπτικοακουστικό υλικό που προορίζεται να προκαλέσει γενετήσια διέγερση και στο οποίο τα παιδιά έχουν πρόσβαση μέσα από το διαδίκτυο.** Το πρόβλημα μπορεί να γίνει ιδιαίτερα έντονο κατά τους καλοκαιρινούς μήνες κατά τους οποίους υπάρχει περισσότερος ελεύθερος χρόνος.

Η επαφή των νέων με το συγκεκριμένο υλικό έχει λάβει διαστάσεις επιδημίας. Το 2008 σε παγκόσμιο επίπεδο υπήρχαν 40.634 σχετικές ιστοσελίδες. Αν προσθέσουμε και τους αναρίθμητους λογιαριασμούς στο Facebook, Instagram, κτλ. όπου αναρτάται συνεχώς και σχολιάζεται τεράστιος όγκος υλικού, τότε αντιλαμβανόμαστε το μέγεθος του προβλήματος.

Ένα άρθρο του 2008 στο Journal of Adolescent Research έδειξε ότι το 67% των νέων ανδρών και το 49% των νέων γυναικών θεωρούν την πορνογραφία αποδεκτή. Σε έρευνα στην Αγγλία που αφορούσε μαθητές ηλικίας 14 έως 16 ετών το 2010, σχεδόν το ένα τρίτο υποστήριξε ότι **η πρώτη τους έκθεση στην πορνογραφία από το Διαδίκτυο ήταν σε ηλικία 10 ετών ή νεώτερη.** Σε άλλη έρευνα του 2011, το 31% των εφήβων αγοριών παραδέχθηκαν ότι επισκέπτονταν ιστοσελίδες που προορίζονταν μόνο για ενήλικες. Έρευνα για τους αμερικανούς νέους απεκάλυψε ότι το 51% των αγοριών και το 32% των κοριτσιών ισχυρίστηκαν ότι είχαν δει τέτοιο υλικό για πρώτη φορά πριν γίνουν 13 ετών, ενώ σε Αυστραλιανή μελέτη του 2012, οι άνδρες που ήταν εθισμένοι σε αυτό το υλικό, ανέφεραν ότι **η πρώτη τους έκθεση ήταν μεταξύ των ηλικιών 11 έως 13 ετών.** Παρόμοια ευρήματα καταγράφηκαν σε μια μελέτη του 2009 στο Journal of Adolescent Health που διεπίστωσε ότι το 85% των εφήβων αγοριών και το 50% των εφήβων κοριτσιών, είχαν εκτεθεί σε πορνογραφικό υλικό.

Ως προς την επίγνωση των γονέων, από μια μελέτη 1.300 κοριτσιών 8 έως 13

ετών διαπιστώθηκε ότι, μεταξύ εκείνων που είχαν εμπλακεί στο "cybersex", το 95% των γονέων **αγνοούσαν εντελώς τη συμμετοχή** των παιδιών τους. Σε σύγκριση με εφήβους που απέχουν από τις ανάλογες αναζητήσεις στο διαδίκτυο, **οι έφηβοι που αναζητούν online πορνογραφία έχουν τριπλάσια αναλογία γονέων που δεν παρακολουθούν καθόλου τη συμπεριφορά τους (ή πολύ λίγο), και είναι τρεις φορές πιο πιθανό να περιγράψουν ως κακή τη σχέση με τους γονείς τους.**

Η επαφή με το πορνογραφικό υλικό κατέστη εξαιρετικά διαδεδομένη λόγω του Ίντερνετ και της χρήσης των Smartphones και των μέσων κοινωνικής δικτύωσης από τα παιδιά. Το παιδί άνετα παρακολουθεί τέτοιο υλικό, ενεργοποιώντας τα δεδομένα του κινητού του ή με τη χρήση ενός Wi-Fi ακόμη και μέσα στη τάξη, στο λεωφορείο, στο δωμάτιό του κτλ.

Επίσημα στοιχεία για την ελληνική πραγματικότητα δεν υπάρχουν. Γνωρίζουμε όμως από την επικοινωνία με τους εφήβους μας πως εκτός από τα παιδιά που έχουν καλή επικοινωνία με τους γονείς τους, προσήλωση στις σπουδές τους και βαθειά θρησκευτική πίστη, όλα τα άλλα, σχεδόν το σύνολο των παιδιών, έχουν καθημερινή πρόσβαση σε τέτοιο υλικό, με ελαφρά υπεροχή των αγοριών.

> Το πρόβλημα είναι τόσο εκτεταμένο και χρόνιο, ώστε η έρευνα είναι σε θέση πλέον να περιγράψει τον αντίκτυπό της στα παιδιά, τους εφήβους και τους ενήλικες.

Αποτελέσματα της επαφής παιδιών με πορνογραφικό υλικό πριν την εφηβεία.

Τα παιδιά του δημοτικού συνήθως εκτίθενται σε πορνογραφικό υλικό κατά λάθος. Αυτό γίνεται είτε από το διαδίκτυο είτε εάν έλθουν σε επαφή με το υλικό ενός γονέα ή κοντινού συγγενούς ή από κακοποιά στοιχεία που έχουν σκοπό την σεξουαλική εκμετάλλευσή τους. **Η ανεπιθύμητη έκθεση σε πορνογραφία σε αυτές τις νεαρές ηλικίες οδηγεί συχνά το παιδί σε σοβαρά προβλήματα.** Τα παιδιά αναφέρουν αισθήματα αηδίας, σοκ, αμηχανία, θυμό, φόβο και θλίψη μετά από αυτή την εμπειρία. Μπορεί να υποφέρουν από συμπτώματα άγχους, κατάθλιψης. Μπορεί να αποκτήσουν εμμονές ώστε να έχουν αντίστοιχη δραστηριότητα ενηλίκου, μπορεί να επιτεθούν σεξουαλικά σε άλλα παιδιά, πράγμα που γίνεται πολύ ενοχλητικό και απωθητικό για τους συνομηλίκους τους που αντιλαμβάνονται αυτή τη συμπεριφορά ή ακόμη γίνονται θύματά της.

Συνοπτικά, τα άτομα παιδικής ηλικίας που εκτίθενται ακούσια σε πορνογραφικό υλικό διατρέχουν κίνδυνο για ένα ευρύ φάσμα δυσπροσαρμοστικών συμπεριφορών και ψυχοπαθολογίας.

Αποτελέσματα της επιθυμητής έκθεσης και χρήσης του πορνογραφικού υλικού από εφήβους.

Οι επιπτώσεις της έκθεσης στην πορνογραφία μεγαλύτερων εφήβων και νέων ενηλίκων καταγράφηκαν σε μια σειρά μελετών. Εξέχουσα θέση έχει εκείνη που διεξήχθη από τους Dolf Zillman και Jennings Bryant στη δεκαετία του 1980 σε νεαρούς ενήλικες (αγόρια και κορίτσια) που εκτέθηκαν σε πορνογραφικό υλικό και συγκρίθηκαν με ομάδα ελέγχου:

Τα αγόρια έδειχναν αυξημένη περιφρόνηση προς τις γυναίκες. Εκτιμούσαν το έγκλημα του βιασμού ως λιγότερο σοβαρό. Είχαν αυξημένη**ανεκτικότητα στην σεξουαλική δραστηριότητα εκτός γάμου και στις επαφές εκτός της γεννητικής οδού.** Έδειχναν ιδιαίτερο **ενδιαφέρον για όλο και πιο ακραίες και αποκλίνουσες μορφές πορνογραφίας.**

Δήλωναν σε αυξημένα ποσοστά ότι ήταν δυσαρεστημένα με τον (-την) , σεξουαλικό τους σύντροφο. **Δέχονταν περισσότερο την απιστία μέσα σε μια σχέση.**

Οι εκτεθειμένοι εκτιμούσαν λιγότερο τον γάμο και ήταν δύο φορές πιο πιθανό να πιστεύουν ότι ο γάμος είναι μια απηρχαιωμένη συνήθεια.

Οι άντρες είχαν **μειωμένη επιθυμία να κάνουν παιδιά,** ενώ οι γυναίκες είχαν μειωμένη επιθυμία να έχουν μια κόρη. Οι συμμετέχοντες έδειχναν **μεγαλύτερη αποδοχή της γυναικείας αταξίας.**

Ακολούθησαν πολλές άλλες μελέτες. Από αυτές προέκυψαν ισχυρές ενδείξεις ότι η έκθεση σε βίαιη πορνογραφία σχετίζεται **με σεξουαλικά επιθετικές συμπεριφορές τόσο από εφήβους, όσο και από άρρενες ενήλικες,** που παραδειγματίζονται και επιδεικνύουν δύσκολα περιγραφόμενες και υποβαθμισμένες συμπεριφορές στις γυναίκες. Οι έφηβοι επιχειρούν να μιμηθούν αυτές τις συμπεριφορές, (όπως και κάθε τι που παρακολουθούν στην οθόνη) και πριν ακόμη αρχίσουν την πραγματική επικοινωνία με το άλλο φύλο, **έχουν διαμορφώσει παθολογικά πρότυπα συμπεριφοράς** που φτάνουν στην κακοποίηση ή και τον φόνο του-της συντρόφου.

Τα κορίτσια πλήττονται ιδιαίτερα από την εξάπλωση της πορνογραφίας, διότι τα αγόρια επιδεικνύουν ευκολότερα βίαιη και επιθετική στάση απέναντί τους και απαιτούν από αυτά να ντύνονται και να συμπεριφέρονται σαν πρωταγωνίστριες σε χυδαίες ταινίες.

Οι άντρες που βλέπουν τέτοιο υλικό **είναι πιο πιθανό να αποδεχθούν το μύθο και την ιδεολογία του βιασμού,** δηλαδή **ότι οι γυναίκες τους προκαλούν ή τους επιθυμούν.**

Η επίσκεψη σε ανάλογες ιστοσελίδες αυξάνει την πιθανότητα **να έχουν περισσότερους από έναν σεξουαλικούς συντρόφους** σε σύντομο χρονικό διάστημα (αξιολογήθηκε το τρίμηνο) και η σεξουαλική δραστηριότητά τους να συνοδεύεται με **χρήση αλκοόλ και ναρκωτικών.**

Το πρόσφατο **φαινόμενο του sexting,** (της αποστολής προκλητικών φωτογραφιών, μηνυμάτων ή e-mails με σχετικό περιεχόμενο) είναι επίσης έκθεση σε ακατάλληλο υλικό. Οι γυναίκες που βλέπουν τέτοιο υλικό γίνονται συχνότερα **θύματα στη σεξουαλική χειραγώγηση από έναν άνδρα** και εξαναγκάζονται να **συμμετέχουν σε πράξεις στις οποίες αντιτίθενται.**

Οι έφηβοι αποκτούν μια **παραμορφωμένη άποψη της σεξουαλικότητας της δικής τους και των άλλων** και του ρόλου της στην διαμόρφωση υγιών διαπροσωπικών σχέσεων. Αυτές οι διαστρεβλωμένες αντιλήψεις περιλαμβάνουν **την εκτίμηση ότι όλοι στην κοινωνία ασχολούνται με τις γενετήσιες σχέσεις,** ότι **η ασύδοτη ελευθεριότητα είναι φυσιολογική,** ότι οι γενετήσιες σχέσεις με **διάφορο του φυσικού τρόπου είναι φυσιολογικές**, αποκτούν και μαθαίνουν **τις ομόφυλες εμπειρίες,** καθώς εθίζονται αναζητούν όλο και εντονότερες εμπειρίες, ενώ **η εγκράτεια και η αποχή θεωρούνται ανθυγιεινές.** Οι εμπειρίες τους αποπροσανατολίζονται τελείως, ψυχολογικά, κατά τη διάρκεια της κρίσιμης αναπτυξιακής φάσης της εφηβείας στην οποία **πρέπει να μάθουν πώς να χειριστούν υπεύθυνα τη δική τους σεξουαλικότητα.** Αυτό συμβαίνει ενώ συχνά είναι ακόμη ευάλωτοι και γεμάτοι αβεβαιότητα σχετικά με τη δική τους φυλετική ταυτότητα, τις αρχές και τις ηθικές τους αξίες.
Τελικό αποτέλεσμα είναι πως δυσκολεύονται να σχηματίσουν διαρκείς, σταθερές, αυθεντικές σχέσεις με το αντίθετο φύλο**. Και αυτό διότι οι προσδοκίες τους από τα κορίτσια και μέλλουσες συζύγους είναι διαστρεβλωμένες** , κινούνται σε φανταστικά-παθολογικά επίπεδα, και τελικά οδηγούνται σε απομόνωση γεμάτοι άγχος, κατάθλιψη, και συνολική αίσθηση αποτυχίας στη ζωή τους.

Η ενασχόληση με την πορνογραφία **αυξάνει τις εφηβικές εγκυμοσύνες,** τις προσωπικές σχέσεις στη βάση του **συμφέροντος,** την ζήτηση και **παροχή αναλόγων υπηρεσιών** από το διαδίκτυο και **την εκμετάλλευση των γυναικών**

και παιδιών που ενδίδουν.

Η παρακολούθηση τέτοιου υλικού, μπορεί και συχνά δημιουργεί αισθήματα ντροπής: Ωστόσο, σε μια μελέτη μαθητών γυμνασίου το 36% των αγοριών και το 26% των κοριτσιών δήλωσαν ότι δεν θα ντρέπονταν ποτέ από αυτή την πράξη τους και αυτό **δίνει κάποιο μέτρο για το επίπεδο απευαισθητοποίησης που έχει ήδη επιτευχθεί στην κοινωνία.**

Πρόσφατο ερευνητικό άρθρο στο JAMA Psychiatry, δείχνει ότι **η σχετική ενασχόληση του εγκεφάλου σχετίζεται με μειωμένη ενεργοποίηση και εγκεφαλικό όγκο στο ραβδωτό σώμα αμφοτερόπλευρα και μειωμένη λειτουργική συνδεσιμότητά του με τον προμετωπιαίο φλοιό.** Επίσης σχετίζεται με **μικρότερο όγκο φαιάς ουσίας,** και **δυσκολότερη ανταπόκριση του εγκεφάλου στην πρόκληση από το άλλο φύλο.**

Αυτές οι νευρικές αλλαγές στον εγκέφαλο των χρηστών πορνογραφίας δεν αποδεικνύουν κάτι συγκεκριμένο**, αλλά είναι παρόμοιες με τις αλλαγές που παρατηρούνται στους εγκεφάλους των ατόμων που είναι εξαρτημένα από την κοκαΐνη, το οινόπνευμα και τις μεθαμφεταμίνες και αυτός είναι ένας ακόμη λόγος που η χρήση αυτού του υλικού θεωρείται ανάλογη με τη χρήση εθιστικών ουσιών.**

Ο εθισμός υπάρχει. Ακόμη και εκείνοι που πιστεύουν πως δεν είναι εθισμένοι**, όταν σταματούν την δραστηριότητα αναπτύσσουν σύμφωνα με άλλη μελέτη συμπτώματα στέρησης.** Σε γενόμενη μελέτη, (Prevalence, Patterns and Self-Perceived Effects of Pornography Consumption in Polish University Students: A Cross-Sectional Study), το 51 % προσπάθησαν να σταματήσουν τουλάχιστον μία φορά, και από εκείνους το 72.2 %, βίωσαν ένα ή περισσότερα **συμπτώματα στέρησης** όπως μοναξιά, ελάττωση σεξουαλικής επιθυμίας, ευερεθιστότητα, διαταραχές μνήμης, άγχος, τρόμο, επιθετικότητα, διαταραχή προσοχής, ονειρικές φαντασιώσεις με σεξουαλικό περιεχόμενο κτλ.

Οι χρήστες έφτασαν ακόμη -σύμφωνα με αυστραλιανή έρευνα- **να προτιμούν τους ηλεκτρονικούς από τους πραγματικούς συντρόφους.** Είναι προφανής η σημασία αυτής της παρατήρησης **για τις συνέπειες στις σχέσεις των ανδρογύνων, στην οικογένεια και στην κοινωνία γενικότερα.**

Αλλά και ο αντίκτυπός της στον γάμο και στους συζύγους είναι αρνητικός. Τους καθιστά ευάλωτους στο διαζύγιο, με τελική ζημιά στα ίδια τα παιδιά τους. Συνήθως μέσα στο γάμο ευθύνεται ο σύζυγος**, Η σύζυγος συχνά το αγνοεί και όταν το μάθει αισθάνεται υποβαθμισμένη και προδομένη.** Συχνά πέφτει θύμα σωματικής βίας, ή απιστίας από τους εθισμένους σε αυτή

συζύγους, ενώ έχει βρεθεί ότι οι εθισμένοι **αποδέχονται ευκολότερα τη συζυγική απιστία και τη συγκατοίκηση έναντι του νόμιμου γάμου.**

Η ευθύνη είναι των γονέων

Οι γονείς πρέπει να κατανοήσουν πως έχουν την ευθύνη στο μεγαλύτερο μέρος για αυτή τη συμπεριφορά των παιδιών τους. Η έκθεση των παιδιών είναι καταστροφική σε οποιαδήποτε ηλικία και πρέπει οι ίδιοι να μεριμνήσουν για την αποφυγή της.

Η πορνογραφία δεν πρέπει ποτέ να θεωρηθεί ως εργαλείο για τη διδασκαλία της ανθρώπινης σεξουαλικότητας. Οι γονείς θα ενημερώσουν τα παιδιά για τις υγιείς σεξουαλικές σχέσεις και τις πνευματικές τους προϋποθέσεις, **ενώ οι ίδιοι οφείλουν να εφαρμόζουν πρώτοι** τα προτεινόμενα.

Το Διαδίκτυο είναι το πρωταρχικό μέσο για την έκθεση σε πορνογραφία **Οι γονείς να μην προμηθεύουν στα παιδιά τους smartphones αλλά συμβατικά κινητά,** να μην τους δίνουν δεδομένα για πρόσβαση στο διαδίκτυο. **Να μην ανοίγουν οι ίδιοι λογαριασμούς στα ανήλικα παιδιά τους στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης**, αλλά να αποθαρρύνουν τη χρήση τους. Οι υπολογιστές **των παιδιών να βρίσκονται σε ανοικτούς χώρους** και να είναι **εξοπλισμένοι με λογισμικό φιλτραρίσματος και παρακολούθησης.**

Τα παιδιά επιπρόσθετα **θα μάθουν πως υπάρχουν πράγματα που βλέπουμε και άλλα που δεν βλέπουμε.** Η απαγόρευση αυτή δεν είναι ιδιοτροπία ενός συντηρητικού γονέα, αλλά **έχει σκοπιμότητα που πρέπει να εξηγηθεί.**

Οι γονείς να αφιερώσουν χρόνο και ενδιαφέρον για τα αισθήματα, τα προβλήματα και τις δραστηριότητες των παιδιών τους. **Αν τα παιδιά δεν λάβουν αγάπη και ενδιαφέρον από αυτούς θα ψάξουν να τα βρουν από αλλού, αλλά δεν θα ευθύνονται τα ίδια.**

Σημαντικό είναι να εμπνεύσουν στα παιδιά από την παιδική ηλικία το σεβασμό στο ανθρώπινο σώμα και τα ανθρώπινα αισθήματα. **Στο ανθρώπινο σώμα αξίζει η τιμή, η προστασία, η διαφύλαξη της ακεραιότητας.**

Στις εφηβικές ή νεανικές ορμές η απάντηση δεν είναι η κατανάλωση του εύκολου σεξουαλικού προϊόντος, αλλά **η εγκράτεια και η αγνότητα του σώματος και του μυαλού. Η παραχώρηση του εαυτού τους θα γίνει μία φορά, ως**

ψυχοσωματικής ενότητας και μόνο, στον άνθρωπο που θα αποτελέσει τον μόνιμο σύντροφο της ζωής τους, και βέβαια μετά τον γάμο.

Πηγές *(στις οποίες υπάρχει και αντίστοιχη επιπλέον βιβλιογραφία):*

https://www.acpeds.org/the-college-speaks/position-statements/the-impact-of-pornography-on-children

http://marripedia.org/effects_of_pornography_on_adolescents

https://www.acpeds.org/protecting-your-kids-from-pornography

https://www.lifesitenews.com/blogs/13-year-old-boys-who-beat-raped-murdered-14-year-old-girl-consumed-violent-porn?utm_source=LifeSiteNews.com&utm_campaign=9d6d9dbf49-ProLife_6_25_2019&utm_medium=email&utm_term=0_12387f0e3e-9d6d9dbf49-404112777

https://www.lifesitenews.com/blogs/another-study-confirms-porn-functions-like-a-drug-and-its-destroying-teens

https://www.mdpi.com/1660-4601/16/10/1861/htm

https://www.culturereframed.org/teen-battlefield-school-porn-social-media/

http://youth-health.gr/thematikes-enotites/genika-gia-tin-efibeia/xrisi-pornografikou-ulikou-sto-diadiktuo

https://mumdadandkids.gr/oikogeneia/i-katastrofiki-episkepsi-se-akatalliles-istoselides