

Debate: Πορνογραφία και Σεξουαλική λειτουργία: «Κατά»



DR. ΘΑΝΟΣ Ε. ΑΣΚΗΤΗΣ
ΨΥΧΙΑΤΡΟΣ - ΣΕΞΟΛΟΓΟΣ
ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΗΣ ΕΥΣ
ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟΥ
ΨΥΧΙΚΗΣ ΚΑΙ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ
ΜΕΛΟΣ ΕΨΕ, ΑΡΑ/USA, ISSM/ESSM

4ο ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΔΙΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΣΕΞΟΛΟΓΙΑΣ

*Η Σεξουαλική Υγεία σε μια Κοινωνία
Αλλαγών και Διαφορετικότητας*



17-19 Μαρτίου 2023
Αμφιθέατρο ΕΠΙΨΥ

Σωρανού του Εφρείου 2, Παπάγου, Αθήνα

Επιπολασμός

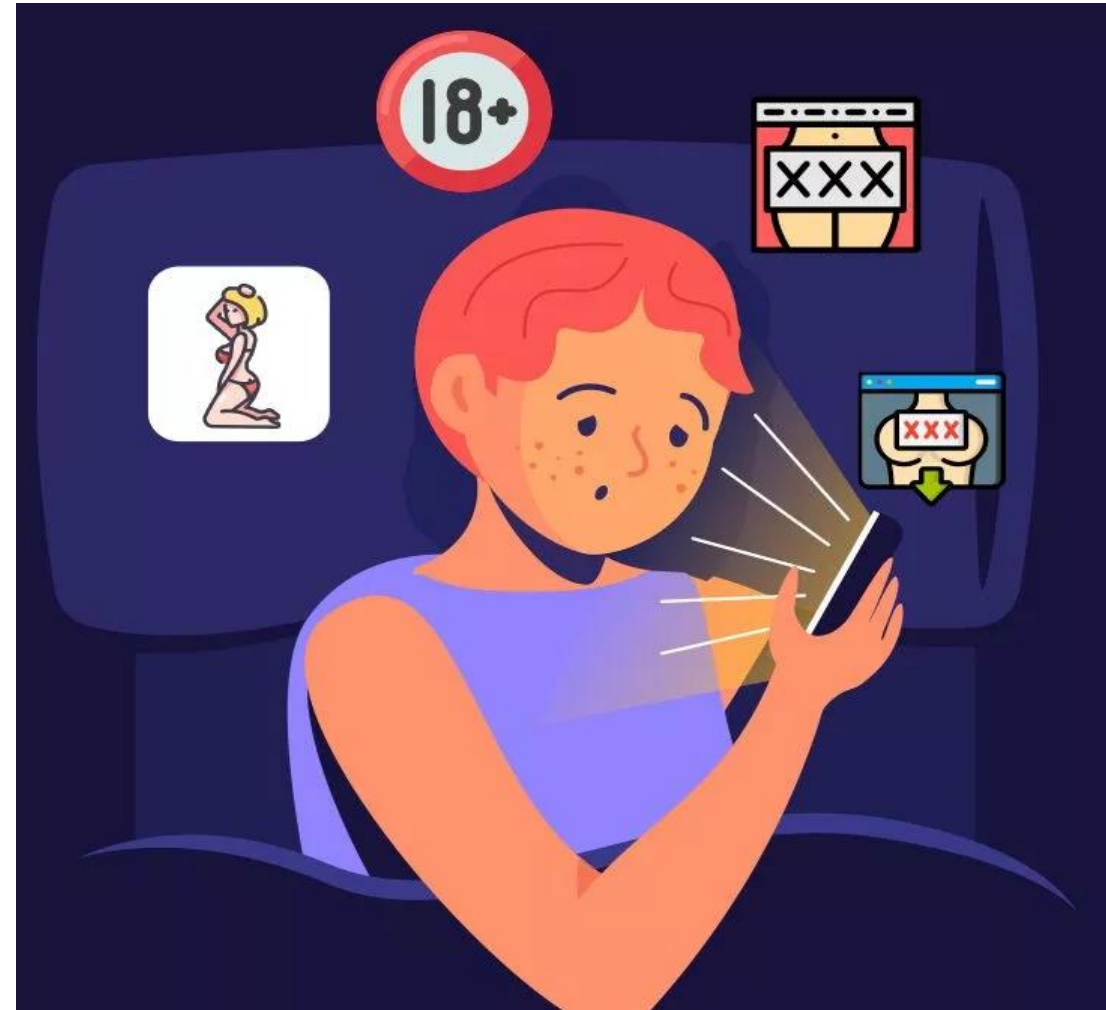
Παρακολούθηση πορνογραφικού υλικού:

- 76% των ανδρών
- 41% των γυναικών



Εθισμός στο πορνογραφικό υλικό:

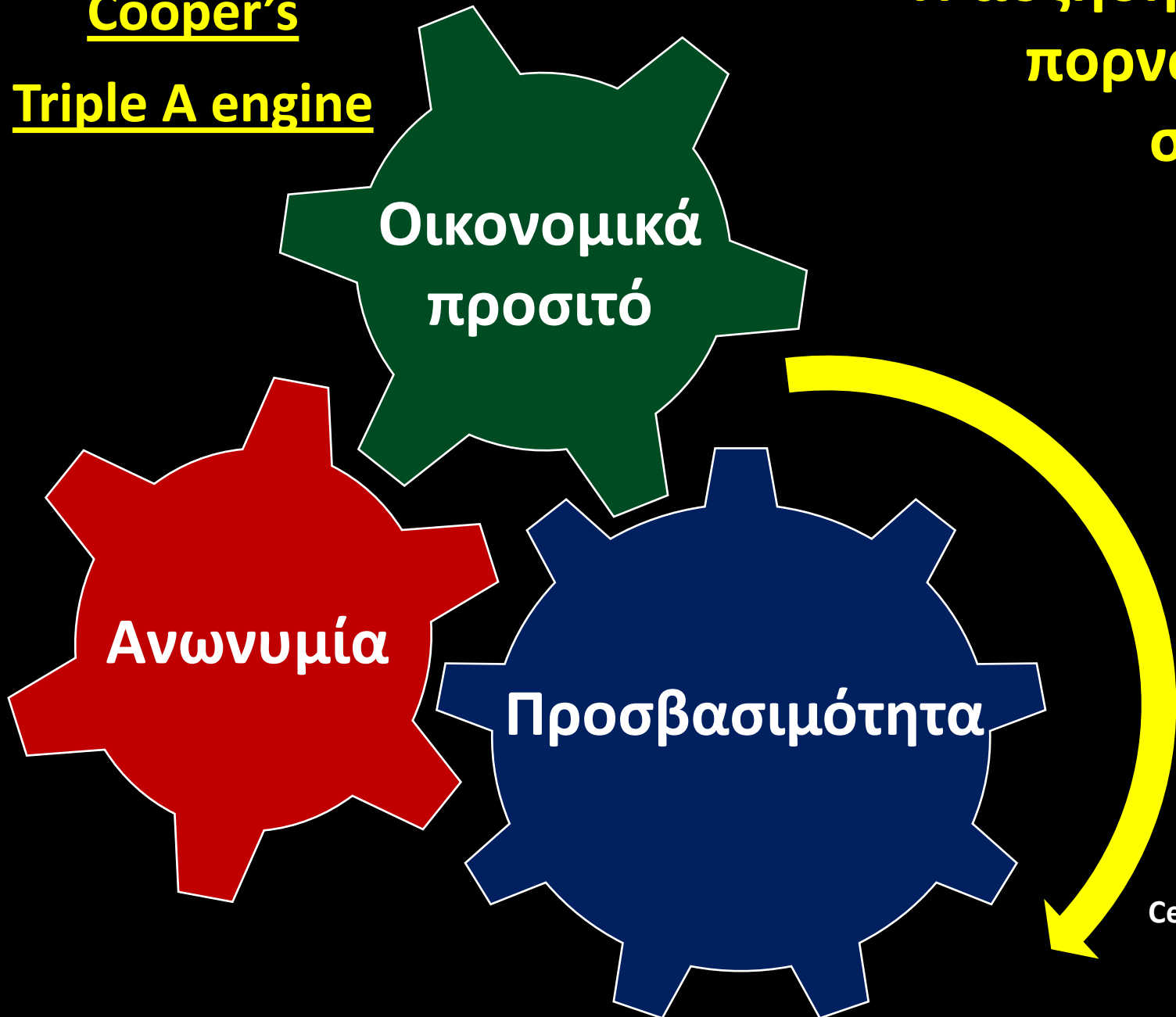
- 4–6% των ανδρών
- 1–2% των γυναικών



Kirby, M. (2021). Pornography and its impact on the sexual health of men. *Trends in Urology & Men's Health*, 12(2), 6-10.

Hatch, S. G., et al.,(2023). Web-Based Relationship Education and Pornography-Related Behaviors: A Single-Group Design During the COVID-19 Pandemic. *Archives of Sexual Behavior*, 1-13.

Cooper's
Triple A engine



Η αύξηση της παρακολούθησης πορνογραφικού υλικού στην πανδημία

**Μάρτιος-Ιούνιος
Pornhub**

2019: 9.8%

2020: 22.8%

Awan HA et al. (2021). Internet and pornography use during the COVID-19 pandemic: Presumed impact and what can be done. Front Psychiatry.

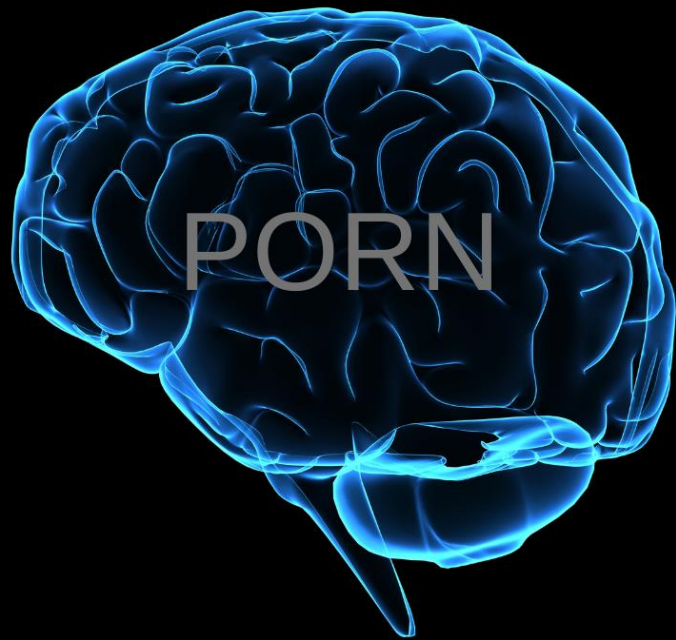
Cerdán Martínez V, Villa-Gracia D, Deza N.(2021). Pornhub searches during the Covid-19 pandemic. Porn stud.

Παράγοντες που αύξησαν το πορνό στην πανδημία

- Τηλεργασία-παραμέληση εικόνας εαυτού
- Φόβος μόλυνσης
- Οικονομική ανασφάλεια
- «Κρυφτήκαμε» πίσω από τις μάσκες
- Διαπροσωπική απομόνωση με την ψηφιακή τεχνολογία
- Η καραντίνα «έριξε» το σεξ...



Ο ανθρώπινος εγκέφαλος μπροστά στην πορνογραφία



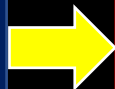
Με το πορνό
η σεξουαλική κορύφωση
έρχεται χωρίς
να απαιτείται φλερτ
(άμεση επιβράβευση)



Ενεργοποιείται
το σύστημα ανταμοιβής
του εγκεφάλου
(κοιλιακό ραβδωτό σώμα +
κογχομετωπιαίος φλοιός)



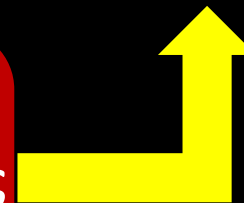
Ρύθμιση από την έκκριση
ντοπαμίνης
(υπεύθυνη για τη μάθηση
που βασίζεται
στην ανταμοιβή)



Το άτομο γίνεται
περισσότερο
σεξουαλικά
παρορμητικό!



Στο πέρασμα του χρόνου
το σύστημα της ντοπαμίνης
χάνει την ισχύ του
(απευαισθητοποίηση)



Απαιτείται
περισσότερη διέγερση
για να ικανοποιηθεί
η επιθυμία!



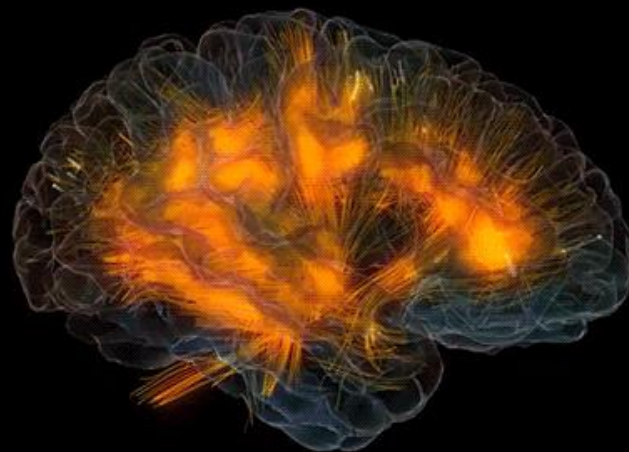
Αναζήτηση νέου,
πιο ευτελιστικού πορνό
(degrading porn)



Αύξηση της
ηδονιστικής
αναζήτησης



Συσχέτιση
με περισσότερο
άγχος επίδοσης,
φοβία μεγέθους πέους



Πορνογραφία και εθιστικές ουσίες



Ενεργοποίηση των ίδιων νευρώνων στις ίδιες εγκεφαλικές δομές του συστήματος ανταμοιβής:

- **Πρόσθιος φλοιός του προσαγωγίου** (anterior cingulate area)
- **Επικλινής πυρήνας** (nucleus accumbens)
- **Βασοπλευρική αμυγδαλή** (basolateral amygdala)

Το προφίλ του χρήστη πορνό

- Χαμηλή σεξουαλική αυτοεκτίμηση
- Δυσκολία συναισθηματικής διαχείρισης
- Μειωμένες δεξιότητες επικοινωνίας
- Δειλία-φοβικότητα
- Αγχώδεις εκδηλώσεις
- Κοινωνική απομόνωση

Ι.Ψ.Σ.Υ., 2022



Επιπτώσεις της προβληματικής χρήσης πορνό (Problematic Pornography Use)

- Μη ρεαλιστικά πρότυπα για το σώμα
- Αυξημένες προσδοκίες σεξουαλικής επίδοσης
- Διαστρεβλωμένα πρότυπα σεξουαλικού ρόλου
- Επιθετική συμπεριφορά
- Υιοθέτηση επικίνδυνων σεξουαλικών συμπεριφορών (αποφυγή χρήσης προφυλακτικού ή άλλων μεθόδων αντισύλληψης)
- Καταναγκαστική χρήση πορνό – εθισμός



Kirby, M. (2021). Pornography and its impact on the sexual health of men.
Trends in Urology & Men's Health

**Το πορνό «στεγνώνει»
τις φαντασιώσεις μας;**

SAMSUNG



Σεξουαλικές δυσλειτουργίες και χρήση πορνογραφίας

N = 2.737 άνδρες (18-40 ετών)
52% συστηματική χρήση
(several times /week)

- **14,2%-28,3% στυτική δυσλειτουργία**
- **16,3%-37,4% μειωμένη σεξουαλική επιθυμία**
- **6,2%-19,9% ανεσταλμένη εκσπερμάτιση**



George, M., Maheshwari, S., Chandran, S., & Rao, T. S. (2019). Psychosocial aspects of pornography. *Journal of Psychosexual Health*, 1(1), 44-47.

**Πώς επιδρά ο αυνανισμός με πορνογραφικό υλικό
στη ζωή του ζευγαριού;**



Το πορνό εκφράζει την παθολογία της σχέσης!



**«Ευτυχώς που η γυναίκα μου κοιμάται και έτσι έχω ησυχία...
να εργαστώ στο κομπιούτερ μου!»**

Το πορνό στη σχέση

Αρνητικές συνέπειες:

Πριν την αποκάλυψη:

- Απομάκρυνση
- Ψυχρότητα
- Μείωση της οικειότητας

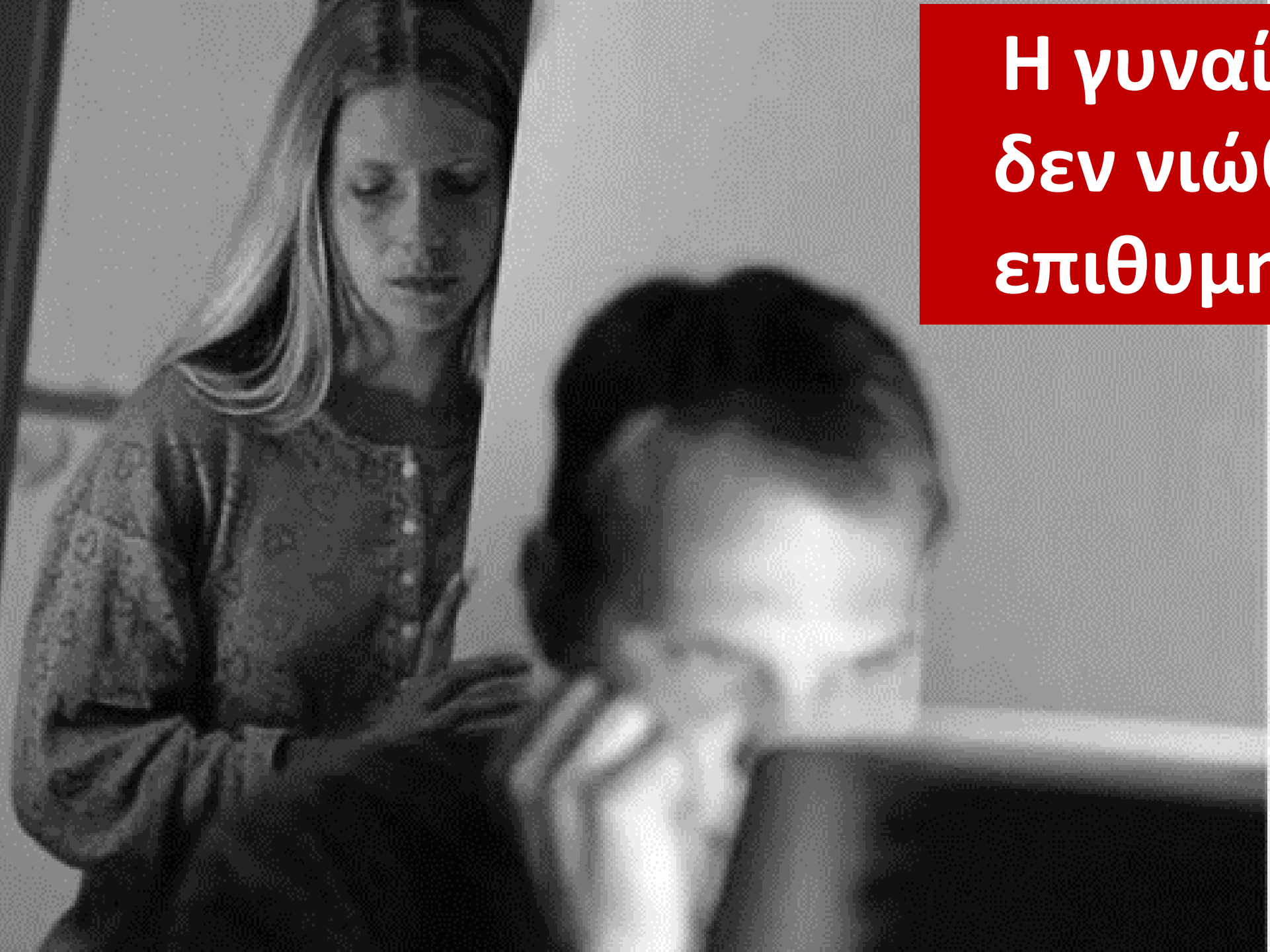
Στην αποκάλυψη:

- Μηδενισμός της εμπιστοσύνης
- Τραυματισμός του δεσμού

Μετά την αποκάλυψη:

- Προδοσία
- Αίσθηση απιστίας του συντρόφου

**Η γυναίκα
δεν νιώθει
επιθυμητή**









Αδειάσαμε...

Χωρίσαμε...

Πορνό και μειωμένη σεξουαλική αυτεπάρκεια

N= 105.453

61,45% άνδρες, 38,55% γυναίκες

Μ. Ο. Ηλ.: 21 έτη

Για τους άνδρες, η χρήση πορνό σχετίζεται με χαμηλότερη σεξουαλική απόδοση:

- 1. Αίσθημα μειωμένης σεξουαλικής λειτουργικότητας (sexual self-competence)**
- 2. Ελαττωμένη σεξουαλική ικανοποίηση που αναφέρεται από τον σύντροφο**



Sommet, N., & Berent, J. (2022). Porn use and men's and women's sexual performance: evidence from a large longitudinal sample. *Psychological Medicine*, 1-10.

N=150 ζευγάρια Μ.Ο. ηλικίας: 38 έτη
Αυνανισμός: 80% άνδρες, 25% γυναίκες

Αποτελέσματα:

- 69% μειωμένη ικανοποίηση από σεξουαλική ζωή
- 64% μειωμένη συχνότητα σεξουαλικών επαφών
- 45% μέτρια-κακή ποιότητα σχέσης

Ι.Ψ.Σ.Υ., 2022-2023



Συμπεράσματα



Η καταχρηστική πορνογραφία επέφερε:

- Καταναγκαστικές και επικίνδυνες σεξουαλικές συμπεριφορές.
- Αυξημένα ποσοστά σεξουαλικών δυσλειτουργιών στον άνδρα.
- Μειωμένη σχεσιακή ικανοποίηση.
- Χαμηλή σεξουαλική αυτοεκτίμηση.
- Ελαττωμένη σεξουαλική ικανοποίηση του συντρόφου.

A middle-aged man with glasses, wearing a dark suit, white shirt, and a striped tie, is seated at a desk. He is looking slightly to his right with a neutral expression. In the background, there is a lamp with a red shade and a wooden desk. The overall lighting is warm and professional.

«Περισσότερο
πορνό...
λιγότερο σεξ»

Σας ευχαριστώ πολύ!



"Το σεξ είναι ζωή
και
ο έρωτας δικαίωμα"

Θάνος Ασκητής, 1987



Κάλεσε στη

Συμβουλευτική Γραμμή Σεξουαλικής Υγείας

210 - 7.79.79.79

Δευτέρα έως Παρασκευή

11:00-14:00 & 16:00-17:00

Μίλα για το πρόβλημα σου ...

Μάθε πως μπορείς να βρεις λύση και

διεκδίκησέ την τώρα...

