

تأثير إدمان المواد الإباحية عبر الأنترنت على الدماغ
The impact of internet pornography addiction on the brain

بوالديار يسمينة

مخبر القياس والدراسات النفسية

جامعة البليدة 2 لونيبي علي الجزائر

y.boudiar@univ-blida2.dz

تاريخ القبول : 2026-02-23

تاريخ الاستلام: 2025-09-17

ملخص:

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير المواد الإباحية عبر الأنترنت على الدماغ، باعتباره ظاهرة منتشرة لدى أفراد المجتمع خصوصاً المراهقين والشباب، وذلك ناتج عن التطور التكنولوجي مع الاستغلال السلبي للأنترنت خصوصاً مع توفر أوقات فراغ، مما يؤثر سلباً على حياتهم اليومية وعلى علاقاتهم بالآخرين في ظل الشعور بالوحدة النفسية والانعزال عن المجتمع، سنحاول من خلال هذه الدراسة التعرف على معنى الإباحية، المواقع الإباحية، الدماغ، خطوات السلوك الإدماني، مراحل الإدمان على المواقع الإباحية، معايير الإدمان على المواد الإباحية، مصادر المواد الإباحية، تصنيف المواد الإباحية، النمو العصبي للسلوك الإدماني، العوامل الرئيسية المساهمة في تطور السلوك الإدماني على المواقع الإباحية، انعكاسات المواد الإباحية على الفرد، وتأثير إدمان المواقع الإباحية عبر الأنترنت على الدماغ.

الكلمات المفتاحية: المواقع الإباحية؛ الدماغ؛ الأنترنت؛ الإدمان؛ التأثير.

Abstract:

This study aims to identify the impact of internet pornography addiction on the brain, as it is a widespread phenomenon among members of society, especially adolescents and young people. This is a result of technological development and the negative exploitation of the Internet especially with the availability of free time, which negatively affects their daily lives and their relationships with others, and the feeling of loneliness and isolation from society. Through this study, we will try to identify the meaning of pornography, pornographic sites, the brain, the steps of addictive behavior, the stages of addictive behaviour, the criteria for addiction to pornographic materials, the sources of pornographic materials, the classification of pornographic materials, the neurological development of addictive behavior, the main factors contributing to the development of addictive behavior to pornographic sites, the effects of pornographic materials on the individual, and the impact of internet pornography addiction on the brain.

Keywords : pornography; brain; internet; addiction; effects.

مقدمة:

تعتبر الأنترنت من بين وسائل التواصل بين الأفراد حيث جعلت العالم كقرية صغيرة، تمكن الفرد من الولوج إلى العالم الافتراضي، خصوصا مع تضاعف سرعتها وانتشار الهواتف الذكية الحديثة، كما أنها تتميز بإيجابيات وسلبيات وذلك على حسب طبيعة استعمال الفرد لها، ومن بين الاستعمالات السلبية الولوج إلى المواقع الإباحية، ويعتبر حب الفضول والاكتشاف من بين أهم الوسائل التي تؤدي إليها، وذلك لسهولة الحصول عليها، وتمكن الفرد من الوصول إلى النشوة الجنسية بدون ممارسة الجنس، مع توفر مشاهد جريئة ومثيرة، ومشاهدتها في سرية تامة دون أن يلاحظه أي أحد، تتحول إلى بديل عن الجنس الطبيعي لأنها زودته بصورة غير حقيقية عن طبيعة العلاقة الجنسية مع نقص الثقافة الجنسية، والتعود على رؤية هذه المشاهد قد يؤدي بالفرد إلى الإدمان عليها من خلال تحقيق النشوة الجنسية الناتجة عن مثيرات غير طبيعية، وهذا الإدمان يؤثر على الدماغ، وعلى بعض وظائفه، لأن تأثيرها عليه كنفس تأثير المواد المخدرة بالرغم من أنها لا تجري مجرى الدم.

1. إشكالية الدراسة:

يعتبر الإدمان على الإباحية عبر الأنترنت من بين الظواهر الأكثر إنشار في العصر الحالي من خلال التطور التكنولوجي وسهولة والوصول إلى المحتوى الإباحي، وهذا ما بينه شون (Shu، 2025) أن انتشار التكنولوجيا أدى إلى تغيرات في البيئة الاجتماعية وانتشار المحتوى الإباحي وخاصة الأفلام الإباحية وتزايدت مدة استخدامه بسرعة (Shu and all, 2025, 2) ويمكن أن يتطور إلى سلوك يشبه الإدمان حيث أصبح الأفراد يتمتعون بسهولة الوصول إلى المثيرات الجنسية للوصول إلى الإشباع الجنسي، وقد ارتبط استهلاكها بالعديد من النتائج السلبية. (Prantner and all, 2024, 2) خصوصا على بنية الدماغ ووظائفه، وعليه يمكن طرح التساؤل التالي:

. هل يؤثر الإدمان على الإباحية عبر الأنترنت على الدماغ.

. كيف يؤدي التعرض المتكرر للمحتوى الإباحي إلى النمو العصبي للسلوك الإدماني.

2. أهداف الدراسة:

. التعرف على معنى الإدمان المواقع الإباحية.

. التعرف على خطوات السلوك الإدماني

. التعرف على مراحل الإدمان على المواقع الإباحية

. التعرف على معايير الإدمان على المواقع الإباحية

. التعرف على مصادر المواد الإباحية

- . التعرف على النمو العصبي للسلوك الإدماني
- . التعرف على العوامل الرئيسية المساهمة في تطور السلوك الإدماني على المواقع الإباحية
- . التعرف على تأثير إدمان المواد الإباحية عبر الأنترنت على الدماغ
3. أهمية الدراسة:

تتمثل أهمية الدراسة في معالجتها لموضوع حديث ألا وهو الإدمان على المواد الإباحية عبر الأنترنت وتأثيره على الدماغ الذي أصبح واسع الانتشار نتيجة لسهولة الوصول إلى المحتوى الاباحي وغسل عقول الشباب والمراهقين بالعلاقات الجنسية الشاذة، من خلال توضيح كيف تؤدي مشاهدتها إلى التأثير على الدماغ ووظائفه مثل السلوكيات الادمانية الأخرى على الرغم من أنها لا تجري مجرى الدم، كما تساهم هذه الدراسة في محاولة الخروج بنتائج علمية وعملية يمكن الاستفادة منها في التخفيف من السلوك الادماني والتوعية بخطورتها على الفرد وعلى المجتمع.

4. تعريف المواقع الإباحية:

أ. تعريف الاباحية:

تعرف الإباحية (pornography) على أنها مشتقة من الكلمة اليونانية (porne)، والتي يمكن ترجمتها على أنها أنثى أسيرة أو عاهرة، غالبا ما تتم ترجمة الإباحية على أنها زنا أو انحراف جنسي. (Struthers, 2009)

ب. تعريف المواقع الاباحية:

تعرف بأنها المواقع التي تصف الأشخاص الذين يمارسون الجنس، أو إظهار صور واضحة للُعري، أو عرض فيلم أو صوت يصف الأشخاص الذين يمارسون الجنس. (Owens and all, 2012,) (103)

وعرفها مالموث Malamuth وهوبين Huppin بأنها مواد جنسية صريحة تهدف إلى إثارة المشاهد جنسيا، حيث تعرض صورا للُعري وللسلوكيات الجنسية بما في ذلك تصوير صريح للأعضاء التناسلية المثارة جنسيا، والإيلاج الفموي والمهبلي والشرجي (mattebo, 2014)، أي المواقع التي تعرض أشخاص، صور، فيديوهات لأشخاص يمارسون الجنس وقد لا تعبر هذه المواقع عن الصورة الفعلية للعلاقة الجنسية أو الأعضاء التناسلية.

5. تعريف مدمني المواد الإباحية على الأنترنت:

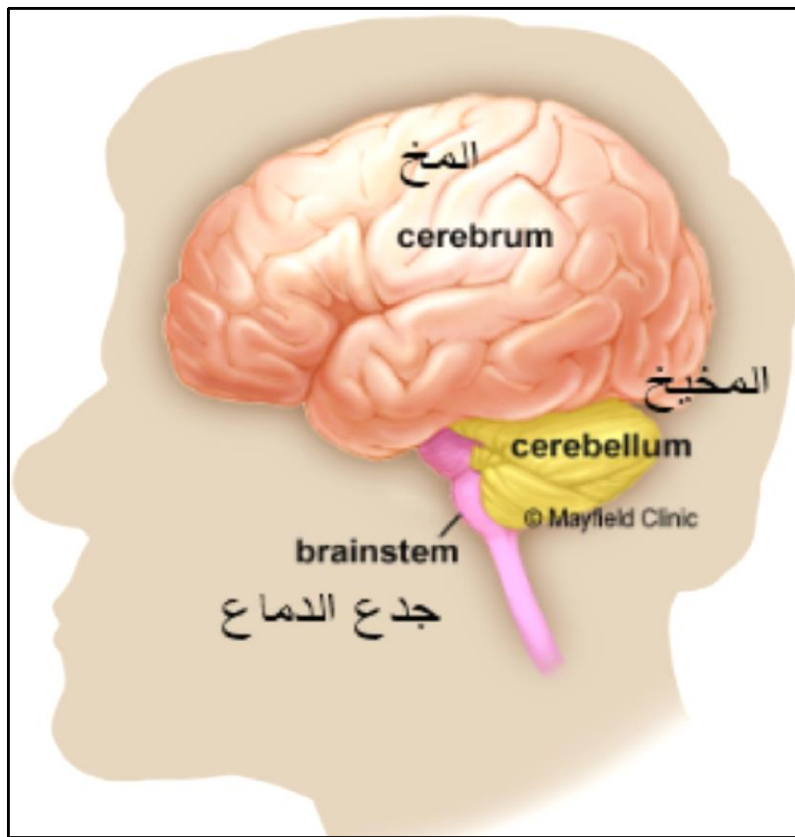
هم الأشخاص الذين لديهم ميل واتجاه لمشاهدة صور وفيديو إباحي بشكل متكرر ومنتظم ويعانون أيضا من الكرب عندما لا يسمح لهم بذلك (De Sousa, Lodha, 2017, 66)، لأن لديهم تبعية

لمشاهدة صور وفيديوهات إباحية بحيث أنهم لا يستطيعون الامتناع عنها ويشعرون بالقلق والتوتر عند عدم مشاهدتهم لها.

6. تعريف الدماغ:

يعتبر عضو مهم يتحكم في جميع وظائف الجسم، ويفسر المعلومات من العالم الخارجي، ويجسد جوهر العقل والروح، يجمع الرسائل بطريقة لها معنى بالنسبة لنا، ويمكنه تخزين هذه المعلومات في ذاكرتنا، يتكون الدماغ من ثلاثة أجزاء رئيسية: المخ والمخيخ وجذع الدماغ، وهي كالتالي:

الشكل 01: مكونات الدماغ



المصدر (Hines, 2018)

أ. **المخ (Cerebrum):** هو أكبر جزء من الدماغ ويتكون من نصفي الكرة المخية الأيمن والأيسر، يؤدي وظائف أعلى مثل تفسير اللمس والبصر والسمع، وكذلك الكلام والتفكير والعواطف والتعلم والتحكم الدقيق في الحركة.

ب. **المخيخ (Cerebellum):** يقع تحت المخ، وتتمثل وظيفته في تنسيق حركات العضلات والحفاظ على الوضعيات والتوازن.

ت . جذع الدماغ (Brainstem): يربط بين المخ والمخيخ بالحبل الشوكي، يقوم بالعديد من الوظائف التلقائية مثل التنفس ومعدل ضربات القلب ودرجة حرارة الجسم ودورة الاستيقاظ والنوم والهضم والعطس والسعال والقيء والبلع. (Hines, 2018)

فالدماغ هو عضو مهم لدى الانسان ويتحكم في جميع الوظائف الجسم المعرفية، السلوكية، الانفعالية والفيزيولوجية.

7. خطوات السلوك الادماني:

يمكن تحديد خمسة خطوات للسلوك الادماني على المراحل الجنسية، وتتمثل فيما يلي:

أ . التعرض: الخطوة الأولى ويقصد بها التعرض لسلوك أو مادة جنسية غير مناسبة خلال مرحلة الطفولة، حيث لا يعرف معناها كالتعرض لاعتداء جنسي أو مشاهدة صور، رسومات، فيديوهات تكون غير مناسبة لسنة.

ب . الإدمان: الخطوة الثانية هي التعرض المبكر وهو حدث مثير وصادم، لكن مع المشاهدة المزمنة تزداد الرغبة في العودة للتغلب على أي تحفظ قد يكون لدى المرء، يؤدي التعرض المتكرر إلى العادة، والتي تشكل أساس الإدمان الجنسي، الإدمان يتحكم في حياة المدمن، حيث تزداد رغبة الفرد في مشاهدة المواد مع عدم القدرة على الاستغناء عنها مهما بذل من جهود للتغلب عليها ويستغني عن التحفظات التي كان متمسكا بها

ت . التصاعد أو التقدم: في الخطوة الثالثة يبحث المدمن على المثيرات المتزايدة باستمرار، والصور الجنسية التي شوهدت بكثرة في الأسبوع لم تعد تعمل هذا الأسبوع. لأن رغبته تزايدت في البحث عن المواد الإباحية والصور والمشاهد التي شوهدت من قبل لم تعد فعالة ولا تؤثر عليه لذلك يبحث دائما عن الجديد.

ث . إزالة الحساسية: في الخطوة الرابعة ما كان مهيمنا في السابق أصبح الآن قديما، يستمر المدمن في البحث عن مثيرات كثيرة ولكنه لا يجدها أبدا، ومع ذلك فإن البحث يؤدي به إلى الانحراف، حيث يقنع المشاهد نفسه بأن المثيرات الجنسية أمر طبيعي فالجميع يفعل ذلك.

خ . التصرف دون تخيلات: في الخطوة الخامسة لم يعد المدمن الذي يتخيل الجنس يشبع نفسه عن طريق الخيال ولكنه يريد الشيء الحقيقي، الرجال أو النساء الذين يتغازلون في غرفة الدردشة الآن يبحثون عن الاتصال الشخصي، وليس كل مدمن ينتقل إلى الخطوة الخامسة، لكن الخطر حقيقي. (Paul Becker, 2015)، لأن الفرد استغنى على المشاهدة للصور والفيديوهات ويتوجه إلى الممارسة الفعلية للعلاقة الجنسية بطريقة منحرفة لإشباع رغباته الشاذة.

8 . مراحل الإدمان على المواقع الإباحية:

يمر الإدمان على المواقع الإباحية عبر ثلاث مراحل يمكن تلخيصها فيما يلي:

أ . المرحلة الأولى "التعاطي المفرط/التسمم the Binge/Intoxication stage": يفعل نظام المكافأة بوسائل مختلفة، إلا أن النتيجة العامة هي إفراز الدوبامين dopamine في مركز المكافأة، يؤدي هذا إلى تعزيز إيجابي شديد للسلوك الناتج عن كثرة الإفراز ، يؤدي هذا التعزيز الإيجابي في هذه المرحلة الاندفاعية إلى ارتباطات تعلم مرتبطة بالإدمان، تبدأ تغيرات اللدونة العصبية Neuroplastic بالحدوث، حيث يؤدي استمرار إفراز الدوبامين في مركز المكافأة إلى زيادة مستويات الدينورفين Dynorphin الذي يخفض من وظيفة الدوبامين لنظام المكافأة، مما يؤدي إلى انخفاض نسبة نظام المكافأة وزيادة في القدرة على التحمل.(Love and all, 2015, p:394)

ب . المرحلة الثانية الانسحاب/التأثير السلبي Withdrawal/Negative Affect Stage: يحدث تنشيط للوزة الدماغية التي تعتبر جد مهمة في معالجة الخوف والألم (Koob, Volkow, 2010, 223) تؤدي الحالة العاطفية السلبية إلى تنشيط أنظمة الضغط في الدماغ واختلال في أنظمة مقاومة الضغط. مما يؤدي إلى انخفاض الحساسية للمكافآت وزيادة في عتبة المكافأة، وهو ما يسمى بالتحمل، يتطور هذا إلى تعزيز سلبي حيث يستمر الفرد في المشاركة في السلوكيات الإدمانية لتجنب التأثير السلبي المرتبط بالانسحاب، حيث يتحول السلوك الاندفاعي إلى سلوك قهري، فالانسحاب لا يتعلق بالآثار الفسيولوجية لمادة معينة. بل بالتأثير السلبي مثل القلق والاكتئاب واضطراب المزاج والانفعال. التحمل.(Love and all, 2015, p:394 - 395)

ت . المرحلة الثالثة الانشغال/التوقع Preoccupation/Anticipation Stage : تحدث هذه المرحلة خلال فترات الامتناع عن التعاطي. وتختلف مدتها باختلاف شدة الإدمان. في حالات الإدمان الشديدة، قد لا تستمر هذه المرحلة سوى بضع ساعات، وتتميز هذه المرحلة بالانشغال دائم بمشاهدة الاباحية، يعرف باسم "الرغبة الشديدة". قشرة الفص الجبهي هي المنطقة الدماغية المسؤولة بشكل أساسي عن مرحلة الانشغال/التوقع وهي مسؤولة عن الوظائف التنفيذية، بما في ذلك القدرة على تخطيط الأحداث، وإدارة المهام، وتنظيم الأفكار والعواطف والدوافع، وترتبط الوظيفة التنفيذية بشكل مباشر بقرار الإدمان على الاباحية، ويمكنها أحيانا التغلب على الرغبات الشديدة في تعاطيها. (Semaan, Khan, 2023)

9 . معايير الإدمان على المواقع الإباحية:

تتمثل معايير الإدمان على المواقع الإباحية كما يلي:

- . الفشل المتكرر في مقاومة الدوافع لرؤية المواد الإباحية.
- . مشاهدة المواد الإباحية لفترة أطول مما هو متوقع.
- . جهود مستمرة، لكنها غير ناجحة، لوقف السلوك أو خفضه أو السيطرة عليه.
- . قضاء وقت مفرط في الحصول على المواد الإباحية، أو مشاهدة المواد الإباحية و / أو ممارسة الجنس، إما من خلال الاستمنا، مع شخص أو شيء آخر، أو التعافي من التجارب الجنسية.
- . الشعور بالانشغال بالخيال، الأفكار الجنسية و / أو الأنشطة التحضيرية.
- . تستغرق مشاهدة المواد الإباحية وقتاً طويلاً بعيداً عن الالتزامات: المهنية أو الأكاديمية أو المنزلية أو الاجتماعية.
- . استمرار السلوك بالرغم من نتائجه.
- . عدم التحمل: هناك حاجة إلى المزيد من المواد الإباحية المتكررة أو المكثفة، بمرور الوقت للحصول على النتيجة المرجوة.
- . الحد من الأنشطة الاجتماعية أو المهنية أو الترفيهية عن قصد لتخصيص الوقت للبحث على المواد الإباحية ومشاهدتها.
- . الكرب أو الأرق أو الاستثارة إذا تعذر عليه مشاهدة الإباحية (الانسحاب).
- أ . دوخة.
- ب . آلام الجسم.
- ت . الصداع.
- ث . الأرق
- ح . الارتباك.
- خ . القلق.
- ج . تقلب المزاج.
- د . الاكتئاب.

المعايير المذكورة أعلاه هي المؤشرات الأكثر شيوعاً التي يجب البحث عنها في فحص إدمان الإباحية. إذا كانت سلوكيات إدمان الإباحية متماثلة مع الإدمان الجنسي، فإن هناك حاجة إلى ما لا يقل عن ثلاثة من العشرة أعلاه لاعتبار إدمان المواد الإباحية موجوداً، وقد وجد الدكتور كارنس

(Carnes) أن معظم مدمني الجنس لديهم خمس مؤشرات، في حين أن أكثر من (50%) لديهم سبعة مؤشرات. (Skinner, 2005).

10 . مصادر المواد الاباحية:

تنوعت مصادر المواد الإباحية مما مكن الفرد من سهولة الحصول عليها بطرق متنوعة وفي أي مكان أو زمان يريدها، ويمكن تصنيفها كالتالي:

أ . الأدب والصور: كانت الرواية مع القصص والمشاهد الجنسية المثيرة، موجودة منذ القدم، أصبحت المجلات مثل playboy و prenthouse شائعة وعملت كمصدر للشروع في عالم الجنس للعديد من الأولاد.

ب . تبادل المواد الإباحية عبر الخط: يوفر البريد الإلكتروني والنشر على وسائل التواصل الاجتماعي وسيلة جديدة لمشاركة الصور الجنسية المثيرة، وكثيرا ما تحتوي الصحف على مقالات حول المراهقين الذين يستخدمون كاميرات الهاتف الخليوي للفيديو ومشاركة أفعالهم الجنسية. أصبحت المشاركة المقصودة نشاطا شائعا بين جيل الشباب.

ت . الفيلم و DVD والفيديو: خرجت المواد الإباحية من الصفحة المطبوعة إلى الفيلم وقدمت مشهدا جنسيا أكثر وضوحا، ومتاجر بيع الكتب الكبار حريصة على زيارة المشاركين الذين يجدون ذلك السفر بعيدا عن المنزل هو الوقت المناسب لشراء المتعة المستقبلية، اليوم الهواتف الذكية وأجهزة الكمبيوتر والتلفزيون هي طرق التوصيل المفضلة.

ث . التلفزيون والدفع مقابل المشاهدة: يحتوي المنزل الذي يشترك في مجموعة كاملة من القنوات التلفزيونية الفضائية عبر الكابل على المزيد من المواد الإباحية أكثر مما يمكن للمرء استيعابه، الصعوبة الوحيدة هي إيجاد وقت لعرض مواد X ولا يتم الامساك بهم.

ح . السينما: يعد الذهاب إلى دار سينما دون التعرض لمشاهد جنسية صريحة وعري تحديا، على الرغم من أنها مقبولة في المجتمع اليوم، إلا أنها يمكن أن تسبب الإدمان والمشاهدون بشكل عام يحتفظون بالصورة ويعالجونها في وقت لاحق، ومع ذلك فإن الأفلام الجنسية الصريحة أكثرسمية لمدمني الجنس ككل.

خ . الثياب غير المحتشمة: يمكن أن تكون ثياب وملابس النساء والرجال وكيفية ارتدائها مثيرة للانتباه، يمكن أن تكون كاشفة ومغرية للجنس، يبدو أن الشباب لا يدركون أن الملابس التي يرتدونها سوف تجعل الآخرين يشعرون بالإثارة الجنسية.

ج . الإنترنت والهواتف الذكية: تقدم الإنترنت والهواتف الذكية عروض أساسية للمواد الإباحية، على الرغم من أن العديد من المواقع الالكترونية تجعل المدمن يدفع المزيد من الأموال مقابل الصور الفاضحة، فإن المواد الإباحية متاحة مجاناً، إذا كان الاكتئاب مشابهاً لنزلات البرد الشائعة في القرون الماضية فإن المواد الإباحية على الإنترنت هي الالتهاب الرئوي في هذا القرن، وأكثر ما يثير القلق هو عدد الشباب والمراهقين الذين لديهم وصول بدون قيود إلى المواد الجنسية المثيرة (Paul Becker, 2015).

11 . النمو العصبي للسلوك الإدماني:

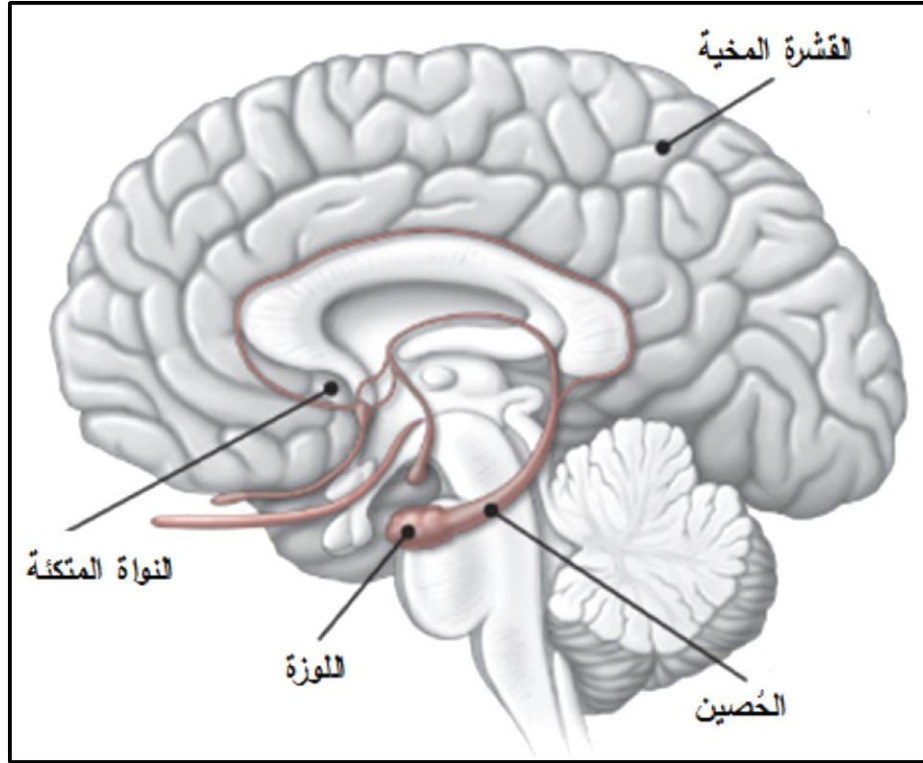
يشعر الدماغ بالمتعة من خلال الأنشطة التي نريد القيام بها في حياتنا، مثل تناول الحلوى، أو ممارسة الجنس، مشاهدة الإباحية، أو لعب ألعاب الفيديو وغيرها، وترسل إشارات هذه المتعة عبر إفراز الناقل العصبي الدوبامين neurotransmitter dopamine (ناقل كيميائي موجودة في مسارات الدماغ المتصلة) في النواة المتكئة the nucleus accumbens، وهي مركز المتعة في الدماغ، يعد هذا الأمر إيجابياً بشكل عام، إذ يضمن حصول الأفراد على المتعة من خلال القيام بالأشياء الضرورية للبقاء على قيد الحياة. (Recovery research institue, n.d).

تؤثر المشاهدة المفرطة للمواد الإباحية على مركز المكافأة، من خلال التجربة الممتعة عند مشاهدة المثيرات الجنسية البصرية، والتي قد تكون مصحوبة بردود فعل تناسلية. حيث أن نشاط الدماغ المرتبط بالمكافأة يرتبط بهذه المشاعر الممتعة استجابة للمثيرات الجنسية البصرية، ويكون الفرد دائماً مستعداً لبذل جهود لمشاهدتها ويتكيف مع الإشارات التنبؤية للمثيرات الجنسية البصرية. (De Sousa, 2023)

من المعروف أن جميع أشكال الإدمان السلبي تؤثر على مسار الدوبامين، الذي ينشأ من المنطقة السقيفية البطنية (ventral tegmental area) وتمتد إلى النواة المتكئة (the nucleus accumbens) التي تشكل دائرة المكافأة في الإدمان، وقد تؤدي هذه الدائرة إلى المتعة والتعزيز والتعلم والبحث عن المكافأة والاندفاع في الإدمان، يرتبط مسار الدوبامين بثلاث مناطق في الدماغ لتشكيل دوائر المكافأة الممتدة تسمى نظام المكافأة في الإدمان، المناطق المعنية هي اللوزة The amygdala التي ترمز للعواطف الإيجابية والسلبية والخوف والذاكرة العاطفية، وحصان البحر hippocampus الذي يهتم بمعالجة واسترجاع الذكريات طويلة المدى، والقشرة الجبهية the frontal cortex التي تنسق وتحدد سلوك الإدمان. إفراز الدوبامين في النواة المتكئة (مركز المكافأة). يؤدي إلى تعزيز إيجابي للسلوك الذي بدأ بالبروز والادمان المرتبط بالتعلم (De Sousa, Lodha, 2017, 66 - 67). ينظم نظام المكافأة والمناطق

المتصلة به المتعة، والمكافأة، والذاكرة، والانتباه، والدافعية (Love and all, 2015, p:394) كما هو موضح من خلال الشكل التالي:

الشكل 02: مركز المكافأة في الدماغ



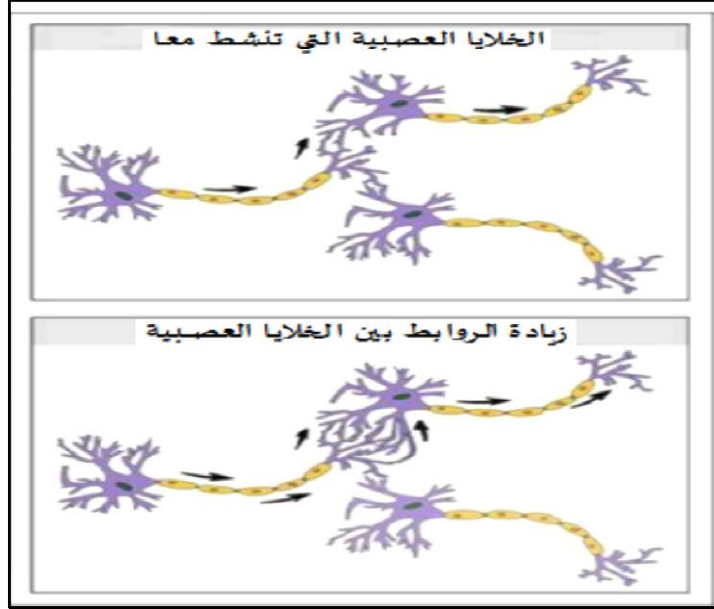
المصدر: (Recovery research institue, n.d)

في المرة الأولى التي يرى فيها الأشخاص المواد الإباحية، فإن عقولهم لا تفهم بالضرورة المثير الذي يثير الانفعالات والمشاعر القوية لكنهم يحبون هذا الشعور بشكل عام، وفي المرة الثانية التي يشاهدون فيها المواد الإباحية، لم يعد الأمر جديدا ويعرفون العواطف التي يواجهونها أثناء مشاهدة المواد الإباحية، بمرور الوقت يمكن للشخص أن يربط هذه المشاعر بإيجاد الراحة عندما يكون تحت الضغط أو وحيدا، يمكن أن توفر حلا سريعا عندما يبحث الشخص عن شيء يفعله عندما يشعر بالملل، وبالتالي فإن العقل البشري مع التعرض الزائد الذي يزيد الحاجة أو الطلب على مثل هذه المشاعر القوية، ويرافق هذه العواطف القوية إفراز مواد كيميائية داخل الدماغ، هذه المواد الكيميائية تسبب الإدمان (Skinner, 2005).

مهما كانت خياراتنا، فإن دماغنا مبرمج لتسجيل ما يثيرنا، تعتمد هذه الظاهرة على مبدأ عصبي أساسي: الخلايا العصبية التي تستثار معا تتصل ببعضها البعض، باختصار فإن الدماغ يربط بين الخلايا العصبية المسؤولة عن الإثارة الجنسية مع بعضها البعض (في دائرة المكافأة) التي تخزن ذكريات

الأحداث المرتبطة بالإثارة الجنسية، على سبيل المثال نوع موقعك الإباحي المفضل ينشط الخلايا العصبية التي تفرز في دائرة المكافأة الخاصة بك، ويؤدي إلى زيادة إفراز الدوبامين.

الشكل 03: نشاط الخلايا العصبية



المصدر: (wilson, 2014)

يمكن لكل من هذه الإشارات أو المثيرات أن تنشط دائرة المكافأة لديك مع وعد بممارسة الجنس رغم أنه ليس له علاقة بالممارسات الجنسية، وقد تعمل الخلايا العصبية على ترسيخ هذه الارتباطات مع الإثارة الجنسية عن طريق نمو خلايا عصبية جديدة لتقوية الروابط، كلما زاد استخدامك للإباحية أصبحت الاتصالات العصبية جد قوية، ونتيجة لذلك قد تحتاج في النهاية إلى أن تكون دور المشاهد، أو الحاجة إلى البحث عن مواد جديدة، أو الحاجة إلى الوصول إلى النشوة الجنسية من الإباحية قبل الخلود إلى النوم، أو الحاجة للبحث عن نهايات جنسية مثالية تنتهي فقط لتحقيق أهدافك. (wilson, 2014).

12. العوامل الرئيسية المساهمة في تطور السلوك الإدماني على المواقع الإباحية:

تشمل هذه العوامل: البدء في سن مبكرة، ووجود آباء مسيطرين أو غير متدخلين (مهملين)، والشعور بالوحدة النفسية والعزلة، ورؤية نماذج علاقات غير صحية، نظام اجتماعي سلبي، والتعرض لاعتداء جنسي في مرحلة الطفولة المبكرة، كما هو موضح فيما يلي:

أ. البدء في سن مبكرة Young age:

يبدأ أغلب المدمنين على الإباحية في سن مبكرة بين سن العاشرة والرابعة عشرة، حيث يواجه الأطفال والمراهقون قرارات جنسية قبل أن يفهموا عواقب سلوكياتهم الجنسية، فالمراهق الذي يشاهد المواد الإباحية عبر الإنترنت لا يدرك أن فضوله قد يؤدي إلى الإدمان، قال أحد الشباب: "في البداية كان فضولاً، ثم تحول إلى شيء كنت أفعله قبل أن أمارس العادة السرية، والآن أصبح هذا أمراً أتساءل إن كنت سأتمكن من التوقف عنه يوماً ما". للأسف لا يجد العديد من هؤلاء الأطفال والمراهقين من يعيدهم إلى الواقع، حتى في الحالات التي تكون فيها الأسرة سوية، لا يريد المراهقون والبالغون الاعتراف بوجود مشكلة، لأن الحديث عن الأمور الجنسية وخاصة المواد الإباحية أمراً محظوراً، لذلك يكتتم أغلب الأطفال والبالغين أسرارهم لسنوات ويصابون بهذا الإدمان، خوفاً من أن يكتشفها أحد ما، فيعاقبهم، أو يطردهم، أو يرفضهم، أو يسخرهم، أو يوبخهم. (Skinner, 2005).

ب. الآباء المسيطرون Controlling parents:

تعتبر الظروف الأسرية والاجتماعية للأطفال الصغار هي العوامل الرئيسية في وقوعهم ضحايا (Knudsen, 1988). حيث يعيش أغلبهم في منازل يكون فيها آباؤهم صارمين ومتشددين ومسيطرين، أو غير مهتمين أو منفصلين عن حياة أطفالهم، يظهر على شكل الشعور بالذنب، ويشار إليه أيضاً باسم خجل الطفل. يلجأ الأطفال الذين يشعرون بالخجل إلى سلوكيات يشعرون فيها بالراحة، إنهم يبحثون عن شيء يخفف من الرفض العاطفي الذي يشعرون به عندما يشعرون بالخجل، فالأطفال يطورون آليات تكيف غير صحية. وإذا تعرض الطفل للمواد الإباحية والسلوكيات الجنسية خلال هذه الفترة التي يتعلم فيها التعامل مع الوالدين المسيطرين، فمن المتوقع أن يلجأ إلى هذه الأشياء عندما يكون في ألم عاطفي (Skinner, 2005).

ت. الشعور بالوحدة النفسية والعزلة Loneliness and isolation:

تعتبر الوحدة مشكلة قد تدفع الأفراد إلى استخدام المواد الإباحية كاستراتيجية للتكيف، وقد يؤدي استخدامها إلى زيادة الشعور بالوحدة مما يؤدي إلى مشكلات علائقية (Vescan and all, 2024, 2). فالعزلة والوحدة مشاعر مدمرة لمدمني المواد الإباحية فبدون الدعم الاجتماعي، تؤدي عزلتهم إلى شعورهم بأن لا أحد يهتم بهم. ويبدأون بعزل أنفسهم عمداً بسبب الإحباط، والانتقام من الرفض الاجتماعي الذي يشعرون به. ويصبحون ضحايا للمشاعر التي تولدها في أذهانهم (Skinner, 2005).

ث . نموذج العلاقات غير الصحية Model of unhealthy relationships:

غالبا ما يكون مدمنو المواد الإباحية أفكارا غير صحية عن العلاقات، ينشأ العديد من مدمني المواد الإباحية في منازل تفتقر إلى قدوة حسنة لكيفية معاملة الأفراد لبعضهم البعض، يمكن للمواد الإباحية أن تغير وجهة نظر الفرد حول هدف العلاقة ووظيفتها

ج . النظام الاجتماعي السلبي Negative social system:

لا يمنع مجتمعنا الأطفال أو البالغين من مشاهدة المواد الإباحية، في الماضي كانت المواد الإباحية محرمة لأن لها تأثير قوي علينا، فإن ترك مجتمعنا دون مراقبة سينهار أمام أعيننا.

ح . التجارب الجنسية المبكرة Early sexual experiences:

يمر الطفل بتجارب جنسية مبكرة تبدأ بتجارب بسيطة ثم تتحول إلى ممارسات جنسية، وتؤدي هذه التجارب الجنسية المبكرة بالأطفال في وقت لاحق إلى مشاهدة المواد الإباحية (Skinner, 2005)، أي يدعم استخدام المواد الإباحية من خلال التعرض لاعتداء جنسي سابق. (children's commissioner, 2023)

13. انعكاسات إدمان المواد الإباحية على الفرد:

يؤدي إدمان المواد الإباحية إلى عدة انعكاسات سلبية على الفرد، وتمس الجانب النفسي والفيزيولوجي، ويمكن توضيح هذه الانعكاسات فيما يلي:

أ . مشكلات الصحة النفسية Mental Health Problems: إدمان المواد الإباحية يعني أنك أكثر عرضة للإصابة بالقلق والاكتئاب وغيرها من مشاكل الصحة النفسية، كما قد تعاني من الإحراج الناتج عن إدمانك، وتصبح مستاء عن خياراتك الحياتية.

ب . فقدان المتعة الحقيقية Missing Out on True Pleasure: غالبا ما يلجأ الفرد إلى مشاهدة المواد الإباحية للتغلب على التوتر عوض ممارسة أنشطة جد مفيدة كالتواصل مع الآخرين، أو ممارسة الهوايات، أو ممارسة الرياضة. ونتيجة لذلك يفقد السعادة الحقيقية والمتعة التي يستحقها.

ت . عدم الرضا الجنسي وضعف الانتصاب Sexual Dissatisfaction and Erectile Dysfunction: مع مرور الوقت يصبح دماغك ضعيف الاحساس نحو المواد الإباحية، عندما يحدث هذا قد تواجه صعوبة في الاستجابة لمثيرات مماثلة، مما يؤدي إلى ضعف الانتصاب، وصعوبة القذف، وفقدان الاهتمام بممارسة الجنس مع الشريك الفعلي، وفي النهاية حياة جنسية سيئة.

ث . **تحديات العلاقة Relationship Challenges**: إذا أعادت المواد الإباحية برمجة دماغك، فإنك تقضي الكثير من وقت فراغك في استهلاكها، ونتيجة لذلك قد ترفض الآخرين، أو تبدأ في تجاهل شريك الحياة، قد يشعر الشريك بألم صدمة الخيانة نتيجة إدمانك.

ج . **تقبل العنف كأمر طبيعي Accepting Violence as Typical**: عندما تتزايد مشاهدتك للمواد الإباحية، فأنت تتعرض بانتظام للعنف الجنسي الذي غالبا ما يتم تصويره في وسائل الإعلام الإباحية. قد يدفعك هذا إلى جعل العنف كسلوك سوي ومقبول في حياتك وعلاقاتك (Integrative Life Center, 2024)

14 . تأثير إدمان المواد الإباحية عبر الأنترنت على الدماغ:

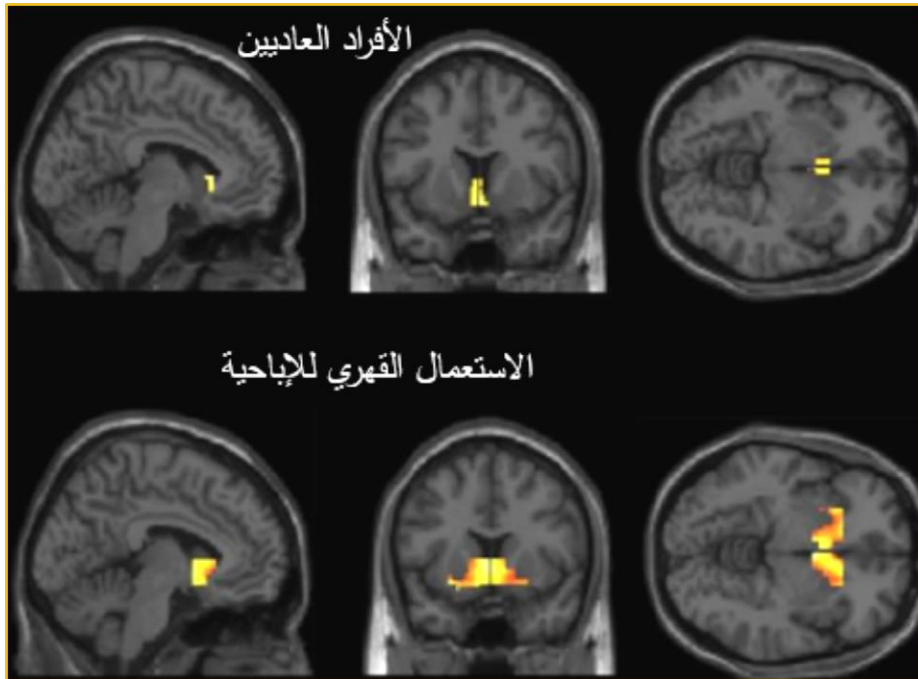
مع زيادة استخدام الأنترنت من المهم فهم تأثير التعرض للمثيرات الإباحية (Owens, 2012)، فالإدمان السلوكي للمواد الإباحية قد يكون إدمانا بنفس طريقة إدمان المواد المخدرة قد لا تدخل المادة جسديا إلى الجسم، ولكن وفقا لدراسات الدماغ، فإن لها تأثيرات مشابهة على قشرة الفص الجبهي لتناول الدواء، على سبيل المثال يمكن لمدمني الكوكايين تحقيق نفس الإثارة في الدماغ عن طريق عرض صور الكوكايين، وهذا ما يدعو الباحثين إلى التعمق في الإدمان السلوكي الناشئ عن الانخفاض في المادة الرمادية the gray matter بدلا من عزو الإدمان السلوكي إلى نقص الإرادة (Muller, 2018). وهذا ما وجدته دراسة يان زهوا وآخرون Yan Zhou أن هناك تشوهات مورفومترية لدى مدمنين الإباحية في مناطق المادة الرمادية من القشرة الحزامية الأمامية اليسرى the left anterior cingulate cortex، والقشرة الحزامية الخلفية اليسرى left posterior cingulate cortex، والجزيرة اليسرى left insula، والتلفيف اللساني الأيسر left lingulate gyrus (Zhou and all, 2011, 95)، ودراسة كوهن (Kuhn) التي وجدت أنه كلما زادت ساعات مشاهدة الأفلام الإباحية أسبوعيا وسنويا أدى ذلك إلى انخفاض المادة الرمادية في مخطط الدماغ (fight the new drug, 2015). ودراسة مولر Muller التي وجدت أن استعمال الإباحية يقلل من المادة الرمادية في قشرة الفص الجبهي، وهذا ما يقلل من اتخاذ القرار، والتأثير على القشرية المسؤولة عن اتخاذ القرار والتحكم في الذات قد يفسر سبب إدمان المواد الإباحية. (Muller, 2018).

أكد نورمان ديودج Norman doidge أن الإدمان على الإباحية عبر الإنترنت يؤدي إلى تغيير في مرونة خريطة الدماغ (doidge, 2007)، ووجدت دراسة بوشار Bocher وآخرين وجود أنماط محددة لتنشيط الدماغ تتعلق بالإثارة الجنسية التي أثارها مقطع إباحي (Bocher and all, 2001, 108)، ومن بين هذه المناطق قشرة الفص الجبهي التي تحتوي على العديد من المناطق المختلفة التي قد تلعب

دورا في إدمان المواد الإباحية، وقد ثبت أن التحكم الذاتي ينشأ من الجزء الظهري للقشرة الأمامية الجبهية والجانب البطني للقشرة الجبهية الأمامية، بمجرد أن يحفز الإدمان السلوكي على المواد الإباحية كل من الجزء الظهري للقشرة الأمامية الجبهية والجانب البطني للقشرة الجبهية الأمامية بشكل متكرر، يتم تنشيطهما من خلال عرض المواد الإباحية أكثر من الجماع الجنسي، فسبب الإدمان السلوكي لأن إدمان المواد الإباحية يرجع إلى مناطق قشرة الفص الجبهي مثل قشرة الفص الجبهي الظهرية، والجانب البطني للقشرة الجبهية الأمامية، وقشرة الفص الجبهي البطني. (Muller, 2018). يمكن أن تؤدي الآثار الضارة لمشاهدة المواد الإباحية إلى انخفاض تحكم الفص الجبهي وفقدان الوظائف المعرفية (Farhan Rasool, n.d)، ويمكن أن تؤدي أيضا إلى ضمور الدماغ (Press .brains shrinkage Trust of India, 2014)

إن الأشخاص الذين لديهم مشاهدة مفرطة للمواد الإباحية لديهم ضعفا في الأداء التنفيذي يعتقد أنه يشمل قشرة الفص الجبهي الظهري الجانبي (dorsolateral prefrontal cortex)، (De Sousa, Lodha, 2017, 68)، وأكدت كيندرا مولر أن سبب الإدمان السلوكي مثل إدمان المواد الإباحية يرجع إلى مناطق قشرة الفص الجبهي مثل قشرة الفص الجبهي الظهرية، والجانب البطني للقشرة الجبهية الأمامية، قشرة الفص الجبهي الباطنية، فمشاهدة الفرد لصور السلوك الجنسي تؤدي إلى زيادة نشاط قشرة الفص الجبهي الظهرية كما هو موضح في الشكل التالي :

شكل رقم (4) : النشاط المفرط لقشرة الفص الجبهي لدى مستعملي الإباحية



المصدر : (Kendra J. Muller, 2018)

إن الأشخاص الذين يستعملون الاباحية بصفة مفرطة يصبحون أقل قدرة على انتظار الاشباع من الأشخاص الذين يستخدمون مواد إباحية أقل، كما أن زيادة استعمال الاباحية يؤدي إلى بطء في الذاكرة قصيرة المدى (Foubert, n.d).

من بين المواد الكيميائية التي يفرزها الدماغ هي الإندورفين، وجد الباحثان هارفي ميلك مان Harvey B. Milkman وستانلي سندرويرث Stanley Sunderwirth أن الإندورفين endorphins (والجهاز الحوفي the limbic system) يجب أن يشترك في النشاط الجنسي sexual activity والنشوة الجنسية orgasm، عندما يطور العقل رغبة في هذه المواد الكيميائية القوية يدرك الجسم أنه يمكنه الاستفادة من هذا المصدر في أي وقت يريد، وهذا ما يمكن الفرد المدمن من أن يكون إندورفين عاليا في لحظة فقط. (Skinner, 2005).

بينت أفيناش دوسوزا Avinash De Sousa وبراغيا لودها Pragya Lodha تأثير مشاهدة المواد الإباحية على الوظائف المعرفية، حيث ربطوا التغيرات في البنية العصبية مثل القشرة الجبهية الحجاجية (the orbitofrontal cortex) والبنية تحت القشرية بالتغيرات الكيميائية العصبية في نسب السيروتونين والدوبامين، حيث أظهر الأشخاص الذين يعانون من مشاهدة المواد الإباحية المفرطة ضعفا في الأداء التنفيذي يعتقد أنه يشمل على قشرة الفص الجبهي الظهرية De (Sousa, Lodha, 2017, 68)، وبينت كيندرا مولر أن المثبرات المفرطة على المادة الرمادية في قشرة الفص الجبهي لدى مستخدمي المواد الإباحية تؤدي إلى فقدان الخلايا العصبية الصحية وهذا ما يشبه إدمان المواد (Muller, 2018).

خاتمة :

يعتبر الدماغ أهم عضو في الجهاز العصبي ومسؤول عن عدة وظائف، وهو أكثر تعقيدا، ويتأثر بالمحيط الخارجي، ومن بين المؤثرات السلوك الادماني، وهناك عدة أنواع للسلوك الادماني من بينها الادمان على المواقع الاباحية الذي شهد انتشارا واسعا بين الشباب والمراهقين لأنها زودتهم بمتعة بدون ثمن، مع توفر مشاهد جريئة للعلاقات الجنسية، فالمدمنين غير واعيين بهذه الآثار التي تمثلت في تشوهات مورفومترية في مناطق المادة الرمادية، بطئ في الذاكرة قصيرة المدى، ارتفاع إندورفين، حدوث تغيرات في البنية العصبية مثل القشرة الجبهية الحجاجية والبنية تحت القشرية بسبب التغيرات الكيميائية العصبية في نسب السيروتونين والدوبامين وضعفا في الأداء التنفيذي، وفقدان الخلايا العصبية.

المراجع :

1. Abdo Semaan; Mashal K. Khan (2023). Neurobiology of addiction, The National Center for Biotechnology medicine The National Center for Biotechnology Information, <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK597351/#article-159001.s3,00:10,08/09/2025>.
2. Becker Paul (2015), sexual addiction: understanding and treatment, textbook and reference, library of congress .
3. children's commissioner (2023). Evidence on pornography's influence on harmful sexual behaviour among children, <https://assets.childrenscommissioner.gov.uk/wpuploads/2023/05/Evidence-on-pornographys-influence-on-harmful-sexual-behaviour-among-children.pdf>.
4. Dean D. Knudsen. (1988). *Child sexual abuse and pornography: Is there a relationship?* *J Fam Viol* 3, 253 – 267. <https://doi.org/10.1007/BF00989976> .
5. Doidge Norman (2007). The brain that changes itself Stories of personal triumph from the frontiers of brain science, Penguin books.
6. De Sousa Avinash, Lodha Pragya (2017). Neurobiology of pornography addiction – a clinical review, *Telangana journal of psychiatry*, V : 3 (2), P:66 - 70 .
7. Avinash De Sousa (2023). Neurobiology of Pornography Addiction, *Indian Journal of Mental Health* 2023; 10(4), p : 217 – 220.
8. Eric W. Owens , Richard J. Behun , Jill C. Manning & Rory C. Reid (2012). The impact of internet pornography on adolescents: a review of the research, sexual addiction & compulsivity, *The journal of treatment & prevention*, 19:1 - 2, P: 99 - 122.
9. Farhan Rasool (n.d). Influence of Pornography Consumption on Brain Chemistry: Neuroscientific Insights, <https://scispace.com/pdf/influence-of-pornography-consumption-on-brain-chemistry-32qih3j1r.pdf>, / 23 / 08 / 2025, 23 :00
10. fight the new drug (2015). Harmful effects of pornography 2016 reference guide, Copyright fight the new drug, Inc.
11. Foubert John D. (n.d). The public health harms of pornography: the brain, erectile dysfunction, and sexual violence, National centre on sexuality exploitation, Oklahoma State University .
12. Integrative Life Center (2024). Understanding Porn Addiction: What Does Porn Do to Your Brain?, <https://integrativelifecenter.com/intimacy-disorders/what-does-porn-do-to-your-brain/>, 25/08/2025, 23 :50.
13. Gary wilson (2014). Your brain on porn internet pornography and the emerging science of addiction, Commonwealth Publishing .
14. Hines Tonya (2018). Anatomy of the Brain, Mayfield Brain & Spine, P : 1 – 7 .
15. Kendra J. Muller (2018). Pornography's effect on the brain: a review of modifications in the prefrontal cortex, *Intuition: The byu undergraduate journal in psychology*: Vol. 13 : Iss. 2, P : 1 _ 26.
16. Koob, George F; Volkow, Nora D . (2010). Neurocircuitry of addiction. *Neuropsychopharmacology*, 35(1), 217–238. doi:10.1038/npp.2009.110
17. Love, Todd; Laier, Christian; Brand, Matthias; Hatch, Linda; Hajela, Raju . (2015). Neuroscience of Internet Pornography Addiction: A Review and Update. *Behavioral Sciences*, 5(3), 388–433. doi:10.3390/bs5030388
18. Magdalena mattebo (2014) Use of pornography and its associations with sexual experiences, lifestyles and health among adolescents. Digital comprehensive summaries of uppsala dissertations from the faculty of medicine 974. 82 pp. Uppsala: Acta universitatis upsaliensis.
19. M. Bocher, R. Chisin, Y. Parag, N. Freedman, Y. Meir Weil, H. Lester, E. Mishani, O. Bonne. (2001). Cerebral Activation Associated with Sexual Arousal in Response to a Pornographic Clip: A 15O–H2O PET Study in Heterosexual Men. *NeuroImage*, 14(1), 105 – 117.
20. Maria Vescan, Mal Flack , Kim M Caudwell (2024). Loneliness and problematic pornography Use: What is the role of emotion regulation and interaction with content Creators?, *Addictive Behaviors Reports* 19, P : 1 – 6, <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2024.100550> .

21. Qicheng Shu, Shiyu Tang, Zhenhua Wu, Jiahuan Feng, Wenhao Lv, Min Huang, and Fan Xu (2025). The impact of internet pornography addiction on brain function: a functional near-infrared spectroscopy study, *Front. Hum. Neurosci.* 19, p : 1 – 19. doi: 10.3389/fnhum.2025.1477914.
22. Press Trust of India & Business Standard. (2014). Watching porn may be shrinking men's brains: study, https://www.business-standard.com/article/pti-stories/watching-porn-may-be-shrinking-men-s-brains-study-114053001472_1.html, 23 / 08 / 2025, 23 : 16.
23. Recovery research institute (n.d). The neuroscience of addiction recovery, <https://www.recoveryanswers.org/recovery-101/brain-in-recovery/>, 16 :51, 15/02/2025.
24. Sabine Prantner, Alejandro Espino-Paya, M.Carmen Pastor, Cristina Gimenez-García, Thomas Kroker, Rafael Ballester-Arnal, Markus Junghoefer (2024). Magnetoencephalographic correlates of pornography consumption: Associations with indicators of compulsive sexual behaviors, *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 24. 100524, P : 1 - 13, <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2024.100524>
25. Skinner Kevin B. (2005). Treating pornography addiction: The essential tools for recovery, Published by growth climate William M. Struthers (2009). *Wired for Intimacy: How Pornography Hijacks the Male Brain*, Inter varsity press.
26. zhou Yan, Fuchun Lin, Ya-song du, Ling-di qin, Zhi-min zhao, Jian-rong xu, Hao lei (2011). Gray matter abnormalities in Internet addiction: A voxel-based morphometry study. *European journal of radiology*, 79 (1), 92 – 95 .