



الإدمان



الإدمان هو النوع الثاني من التأقلم الدماغي الذي ينتج عن الإفراط في مشاهدة المرئيات الجنسية.

« أظهرت تجارب مخبرية أجريت على الفئران مؤخرًا نتائج مثيرة للدهشة، أظهرت التجارب أن مادتي الميثامفيتامين والكوكايين^(١) تحتطفان العصبونات ذاتها في جهاز المكافأة التي تختص بوظيفة التكيف الجنسي^[٣٥].

« ودراسة أخرى أجراها بعض الباحثين من نفس فريق البحث وجدت أن التهيج الجنسي مع القذف يتسبب في ضمور العصبونات التي تفرز الدوبامين في الدائرة العصبية للمكافأة لمدة أسبوع على الأقل، وتضمّر هذه العصبونات ذاتها -التي تفرز الدوبامين- في حالات الإدمان على الهيروين^[٣٦].

(١) الميثامفيتامين (أو الميث) والكوكايين هي أنواع من المخدرات المحظورة التي يتعاطاها بعض الناس وتسبب الإدمان.



يمكن أن نلخص هذه النتائج بشكل مبسط:

المخدرات التي تسبب الإدمان مثل الميث والهروين، تسبب الإدمان -وبكل بساطة- تحتطف الآلية نفسها في الدماغ التي خلقت لتجعل الجنس مغرياً ومرغوباً^[٣٧].

متع الحياة الأخرى تحفز وتثير العصبونات في جهاز المكافأة أيضاً، ولكنها لا تثير نفس العصبونات التي تستثار بسبب شهوة الجنس، كما أن التوافق بين أثر هذه المتع وأثر المخدرات ليس توافقاً تاماً كما هو الحال مع الشهوة الجنسية، وبالتالي فإن المتع الأخرى:

- تبدو مختلفة في طبيعتها.
- وأقل جاذبية من متعة الجنس.

وكلنا يعرف الفرق بين أكل شرائح البطاطا المقلية وبين الشعور برعشة الجماع.

وكما أن المخدرات بإمكانها أن تحفز وتثير الخلايا المختصة بالتهيج الجنسي، وتؤجج الشعور بالنشوة دون ممارسة حقيقية للجنس، فإن مشاهدة المزيكات الجنسية على الإنترنت يمكن أن تعطي نفس الأثر. بينما المتع الأخرى مثل لعب الجولف، ومشاهدة منظر الغروب، والضحك والفكاهة لا يمكنها ذلك، ولا حتى الاستماع إلى موسيقى الروك المحبوبة. فكون الشيء ممتعاً



ومرغوباً لا يكفي لأن يجعله مادة عرضة للإدمان، الشهوة الجنسية تتصدر قائمة أولوياتنا بالفطرة، وتتسبب في ارتفاع مستوى الدوبامين أكثر من أي محفز طبيعي آخر.

يعلم الباحثون أن الزيادة المزمنة في إفراز الدوبامين التي تحدث في كل أنواع الإدمان -رغم الاختلافات بينها- تتسبب في قلب الموازين الكيميائية العصبية في الدماغ، مما يؤدي إلى مجموعة من التغيرات الجذرية في عمق بنيتها^[٣٨]، وتظهر آثار هذه التغيرات على شكل علامات وأعراض مرضية وسلوكيات محددة، وهي التي يتم اختبارها في الفحص المعتمد لتقييم حالات الإدمان، والمعروفة بالأعراض الثلاثة الرئيسة^[٣٩]:

١. التوق الشديد إلى تعاطي المخدر أو الانخراط في السلوك المرضي، والانشغال الدائم بالسعي للحصول عليه، والتفاعل معه، أو التعافي من أثره.

٢. فقدان السيطرة على السلوك، سواء أكان عادة تعاطي مادة مخدرة أو الانخراط في سلوك معين، فيستمر في السلوك لفترات أطول، أو بوتيرة أعلى، أو بكميات أكبر، أو بشدة أعلى، أو بزيادة الكمية التي يتعاطاها من المخدر إلى درجة خطيرة، وكل ذلك فقط من أجل الحصول على التأثير المرغوب.



٣. ظهور النتائج السلبية للسلوك، والأضرار الواضحة على الصحة البدنية، والحياة الاجتماعية، وجميع مناحي الحياة العملية والمادية والنفسية.

ما حجم خطر الإدمان على مشاهدة المثيرات الجنسية؟

من المعروف أن المواد التي تسبب زيادة في إفراز الدوبامين مثل الخمر والكوكايين يمكن أن تسبب الإدمان، ورغم ذلك فإن ١٠-١٥٪ فقط من الناس (أو الفئران في مختبرات التجارب) الذين يتعاطون المخدرات يصلون إلى مرحلة الإدمان، باستثناء النيكوتين^(١).

فهل يعني ذلك أن الباقين آمنون من خطر الإدمان؟

عندما نتحدث عن تعاطي المخدرات، فالإجابة قد تكون (نعم)، ولكن عندما نتحدث عن المحفزات الخارقة للطبيعة، والمتوفرة دون قيود -مثل الوجبات السريعة مثلاً^[٤٠]-، فالإجابة غالباً (لا)^[٤١]، حتى ولو لم نكن عرضة للإدمان على المواد الضارة الأخرى. السبب الذي يجعل كلاً من الوجبات السريعة^[٤٢] والإثارة الجنسية تأسرنا بشكل أكبر من غيرها من المحفزات، هو أن الدائرة العصبية للمكافأة خلقت لتقودنا إلى السعي لتأمين الغذاء^[٤٣] والتكاثر، وليس المخدرات والخمر. والدليل على ذلك،

(١) النيكوتين: هي المادة الموجودة في سجائر التبغ ويعتقد أنها تسبب الإدمان أيضاً.



أن الوجبات السريعة الغنية بالدهون^[٤٤] والسكريات^[٤٥] أوقعت في شراكها عددًا كبيرًا من الناس، وساقطتهم إلى أنماط هدامة من السلوك، أكثر بكثير مما سببته المخدرات المحظورة، فسبعون بالمائة من الأمريكيين البالغين يعانون من الوزن الزائد، وسبعة وثلاثون بالمائة منهم يعانون من السمنة المفرطة^[٤٦].

لا نعرف بالضبط عدد الناس الذين تأثروا سلبًا بسبب مشاهدة المزيئات الجنسية على الإنترنت نظرًا للسرية التي يحاط بها هذا السلوك، ولأن هؤلاء الأشخاص قلما يربطون بين الأعراض التي يعانون منها وارتداد المواقع الإباحية. إلا أن استفتاء أجري عام ٢٠١٤م، وشارك فيه ألف شخص بالغ في الولايات المتحدة الأمريكية، أظهر أن ٣٣٪ من الرجال في سن ١٨-٣٠ عامًا يشكون بأنهم مدمنون على مشاهدة المزيئات الجنسية، أو يعتقدون أنهم مدمنون بالفعل. وبفارق واضح، فإن ٥٪ فقط من الرجال في سن ٥٠-٦٨ عامًا يشكون أنهم مدمنون على مشاهدة المزيئات الجنسية أو يعتقدون أنهم مدمنون بالفعل.

المحفزات الخارقة للطبيعة - كما ذكرنا آنفًا - هي نسخ مبالغ فيها من المحفزات الطبيعية، ولها القدرة على تجاوز آلية الشعور بالاكتهاف في الدماغ، وهي الآلية الطبيعية التي تخبرنا بأن علينا أن نتوقف^[٤٧]. وليس مفاجئًا بالطبع أن الإغراءات المتجددة دون حدود يمكن أن تجذب فئات عديدة من



الناس، وذلك يشمل أناسًا لا يعتبرون عرضة للإدمان على تعاطي المخدرات أو المواد الضارة الأخرى، كما صرح بعض أعضاء منتديات الإنترنت:

«لم أعانِ من الإدمان أبدًا، عدا الإدمان على مشاهدة المرئيات الجنسية. لقد نشأت وأنا أظن أن مشاهدة المرئيات الجنسية شيء عادي، وأن الكل يفعل ذلك، حتى أي حسبت أنها من الممكن أن تكون مفيدة لي».

«لقد قارعت الإدمان على مشاهدة المرئيات الجنسية لسنوات، بينما كان قراري بالإقلاع عن التدخين قرارًا واحدًا، ولم أرجع فيه أبدًا. الإدمان على الإباحية الجنسية يختلف عن تدخين سجائر التبغ، لأنه مرتبط برغبة بيولوجية ملحة، تندمج مع الإدمان وتجعل كل شيء أكثر صعوبة».

