

# ポルノやAVを避けた方が良い理由

## 健全な脳機能の維持

科学的研究により、ポルノを見ると脳機能に影響を与えると示されました。脳内で気持ちを高揚させる化学物質が分泌され、新たな神経経路が生まれます。これにより、脳は快樂に対する反応が弱まり、活動が鈍り、脳の発達すら抑えられるとの研究結果があります。



1

2



## ポルノは教科書じゃない

将来の夫や妻とすばらしいセックスがしたいですか？実はポルノはあなたの性生活を混乱させます。それは実際の人ではなく、仮想イメージに対して性的な想いを抱くように脳が訓練されるからです。男性は勃起しなくなり、女性は不感症になるかもしれません。将来の相手と本物の愛情関係を持つためにも、今からポルノを断つ賢い選択をしてください。

## 中毒にならないために

人はあまりにも簡単にポルノを目にして依存してしまいます。これはアルコール中毒に似ているとの研究があります。ポルノ中毒になると、さらに刺激の強いものでしか満足を得られなくなります。一度見てしまったポルノ映像や画像が、あなたの心に罫を仕掛けます。その罫にかからないように気を付けてください。



3

4



## 正しいセルフイメージを持つために

ポルノは毒のように、あなたに悪影響を及ぼします。ポルノを見ると自分を恥じ、孤独で鬱っぽくなり、劣等感を持ちやすくなる可能性があります。あなたは特別で、価値があり、目的を持った存在です。ポルノによって間違ったセルフイメージが植え付けられてしまうので気を付けましょう。

## 人身取引を支援しないために

ポルノを見ると性的虐待に鈍感になり、性的搾取に巻き込まれやすくなり、時には他人に性的虐待をする加害者になる可能性があります。ポルノ「出演者」のなかには虐待され、騙され、強制的に出演させられている人がいます。これは人身取引です。あなたがポルノを見ることで人身取引という犯罪に加担し、支援してしまっているのです。



5