VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

ADDICTION À LA PORNOGRAPHIE

Par Profil supprimé Postée le 22/11/2011 06:26

Bonjour, je suis addict à la pornographie via internet depuis 2001.C'est très difficile à vivre et je veux en finir.Je précise que j'ai été violé à l'age de cinq ans et qu'a priori, cela fait parti des nombreuses séquelles.Soit mais comment les autres en sortent.Peut-être que ce n'est pas une histoire de volonté mais tout simplement comme un fruit mur tombe d'un arbre.Quand c'est mur, c'est mur et le fruit se détache tout seul comme l'addiction tombe quand on est mur (prêt à ce qu'elle tombe).Car qui en dehors de moi-même peut m'aider à sortir de ça.Je précise que quand je n'ai pas internet, je n'ai aucun problème, je peux rester des mois sans que cela me travail mais dès que j'ai internet, la tentation est là.Et le sexe, façon virtuel, je n'en ai pas peur puisque je contrôle, de plus comme j'ai à faire à des images de femmes, elles ne me désirent pas et cela m'arrange bien.Le désir étant source de problème puisque considéré comme sale.Que vous inspire mon témoignage.Merci.

Cordialement,

Mise en ligne le 22/11/2011

Bonjour,

De même que dans votre question précédente, vous semblez avoir déjà beaucoup réfléchi à la question et de façon tout à fait pertinente.

En effet, décider d'arrêter un comportement addictif ne relève pas uniquement de la volonté. Il s'agit avant tout de motivation, c'est-à-dire des raisons que vous avez de vouloir arrêter.
Vous semblez comprendre ce qui se joue pour vous dans cette addiction à la pornographie. Vous comprenez donc que pour arrêter, il faut tout d'abord être prêt à renoncer à ce que cela vous apporte.

Il serait certainement intéressant d'en parler en psychothérapie, afin de poursuivre votre cheminement, que cela concerne cette addiction, vos angoisses d'empoisonnement et votre agression, tout cela étant sans doute lié.

Cordialement.