

Kvalitativna studija odnosa korištenja pornografije i seksualnoga maštanja

Hana Mutka, Tanja Jurin i Maja Kolanović

Sveučilište u Zagrebu, Filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju, Zagreb, Hrvatska

Sažetak

Cilj je ovoga kvalitativnog istraživanja bio dobiti uvid u odnos pornografije i seksualnoga maštanja, odnosno saznati kako osobe percipiraju ta dva ponašanja zasebno te ovisno jedno o drugome, kao i kako su se ta dva ponašanja razvojno mijenjala. Također, pokušalo se ispitati kako je odabir formata u kojemu se pornografija koristi povezan sa seksualnim maštanjem. U istraživanju je sudjelovalo šest muških osoba u dobnome rasponu od 23 do 46 godina te osam ženskih osoba u dobnome rasponu od 19 do 31 godine, a podaci su prikupljeni dubinskim polustrukturiranim intervjuima. Rezultati ukazuju na prepoznate mnogobrojne pozitivne i negativne aspekte obaju ponašanja, pri čemu se pozitivni aspekti znatno preklapaju. Navedeno je brojceno više negativnih aspekata pornografije u odnosu na seksualno maštanje. Sudionici i sudionice percipiraju pornografiju i seksualno maštanje kao dva ponašanja koja se ponekad isprepliću, odnosno nadopunjuju se u obama smjerovima, a ponekad su potpuno odvojena i koriste se zasebno. Preferencija ponašanja ovisi o mnogim okolinskim i osobnim čimbenicima. Odnos tih dvaju seksualnih ponašanja pokazao se različitim u različitim razdobljima života, a dominacija jednoga od ponašanja u neke razdoblje mogla je interferirati s drugim ponašanjem, no nije značila njegov potpuni izostanak. Također, pokazalo se da nekim osobama odabir formata pornografije koji nije audiovizualni (npr. vizualni, auditivni ili tekstni) može pružiti više prostora za seksualno maštanje.

Ključne riječi: pornografija, seksualno maštanje, format pornografije, dobne razlike, kvalitativno istraživanje

Uvod

Seksualno je ponašanje jedna od osnovnih fizioloških potreba čovjeka. Njegova je evolucijska uloga reprodukcija i opstanak vrste, međutim, u kontekstu modernoga društva i stupnja kognitivne razvijenosti čovjeka ono znači mnogo više. Seksualnost je prepoznata kao važan čimbenik dobrog mentalnog zdravlja te može biti

Hana Mutka  0009-0009-1308-4550

Tanja Jurin  0000-0002-6913-562X

Maja Kolanović  0009-0000-8508-081X

✉ Maja Kolanović, Sveučilište u Zagrebu, Filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju, Ivana Lučića 3, 10 000 Zagreb, Hrvatska. E-adresa: maja.kolanovic98@gmail.com

odgovorna za mnogo ugodnih emocija i doživljaja, kognitivnu stimulaciju i socijalnu povezanost, no jednako tako može biti izvor frustracije i loših osjećaja. Na doživljaj vlastite seksualnosti i seksualnosti drugih znatno utječu osobni stavovi i mišljenja. Seksualna ponašanja možemo podijeliti na ona usmjerena prema sebi (masturbacija i, u fokusu ovoga rada, pornografija te seksualno maštanje) te ona usmjerena prema drugima. Važno ih je sagledavati kroz prizmu biopsihosocijalnoga modela seksualnosti koji naglašava jednaku važnost promatranja bioloških čimbenika, kao i psiholoških i društvenih utjecaja na ljudsko ponašanje. Novija istraživanja dodatno naglašavaju važnost uvođenja „digitalne komponente” u taj model, što je vidljivo u radu Ahmadvanda i suradnika (2018), u kojemu autori predlažu proširenje na biopsihosocijalno-digitalni pristup zdravlju i bolesti. Iako je digitalna dimenzija najčešće razmatrana u kontekstu općega zdravlja (primjerice, digitalnih rješenja u dijagnostici i terapiji), ideja proširenoga modela bitna je i za razumijevanje seksualnoga ponašanja. Sve veća dostupnost digitalnih pornografskih formata ne djeluje samo na razini ponašanja, nego i na razini mentalnih reprezentacija. Ponovljena izloženost takvim sadržajima potiče stvaranje i konsolidaciju kognitivnih shema (tj. skripti o „ispravnome” izgledu seksualnoga odnosa) kroz koje se kasnije opažaju i interpretiraju vlastiti podražaji i fantazije (Brotto, Attalah i sur., 2016). Što je format dostupniji, brži i vizualno eksplicitniji, to je veća vjerojatnost internalizacije specifičnoga seksualnog scenarija u mentalni repertoar. Stoga je, u skladu s biopsihosocijalno-digitalnim modelom, nužno uzeti u obzir ne samo biološke, psihološke i društvene čimbenike, već i način na koji digitalne tehnologije oblikuju seksualne prakse, stavove i potrebe pojedinaca.

Seksualno maštanje, koje podrazumijeva bilo kakvu mentalnu predodžbu koja je seksualno uzbudjuća nekomu pojedincu (Leitenberg i Henning, 1995), još je manje zastupljeno u istraživanjima. Postojeća istraživanja ukazuju upravo na veliku učestalost toga oblika seksualnog ponašanja u populaciji tijekom različitih seksualnih aktivnosti ili izvan njih (Joyal, 2017; Nimbi i sur., 2023). Joyal i suradnici (2014) među prvim su statistički operacionalizirali „normalnost” seksualnih fantazija. Ti su autori svaku fantaziju razvrstali u jedan od četiriju razreda: tipične ($\geq 84\%$), česte ($\geq 50\%$), neobične ($\leq 15.9\%$) i rijetke ($\leq 2.3\%$). Pokazalo se da su scenariji dominacije i submisije, koje klinički priručnici i dalje često svrstavaju među devijacije, zapravo česti i kod žena i kod muškaraca, dok su doista rijetke ostale samo zoofilne i pedofilne fantazije. U skladu s time autori zaključuju da se procjena fantazija treba temeljiti na njihovim funkcijama i posljedicama, a ne samo na njihovu sadržaju. Navedeno podupire funkcionalni pristup koji razvija Barker (2014), a koji fantazije vidi kao sredstvo pobuđivanja i upravljanja seksualnom željom, odnosno siguran emocionalni način isprobavanja različitih seksualnih scenarija. Takva se funkcionalna perspektiva nadovezuje na raniji model seksualnih skripti Simona i Gagnona (1986) koji fantaziju definira kao unutarnju probu za prilagodbu kulturnih seksualnih skripti osobnim željama i granicama. Seksualne skripte oblikuju i reguliraju seksualne želje te se tijekom života istodobno stabiliziraju i mijenjaju jer

promjena konteksta uvijek traži novo usklađivanje postojećih skripti (Simon i Gagnon, 1986).

Pornografija je definirana kao materijal seksualne prirode čija je svrha seksualno uzbuditi promatrača, a koji je izrađen i distribuiran uz pristanak svih osoba koje su u njega uključene (Ashton i sur., 2019). Cooper (1998, prema Ashton i sur., 2019) navodi da pornografiju digitalnoga doba karakteriziraju anonimnost, pristupačnost i dostupnost. Tehnološki napredak donio je mnoštvo promjena u prirodi pornografskoga sadržaja, omogućivši ne samo kvalitetnije izrađen sadržaj, već i personalizirano iskustvo konzumacije kroz medije koji nude visoku kvalitetu reprodukcije. Moderna srednjostrujaška (engl. *mainstream*) pornografija tema je prema kojoj je stav javnosti i dalje većinom negativan (Price i sur., 2015). Mnogo se kritika usmjerava na potencijalne štetne učinke konzumacije pornografije na mlade. Međutim, iako priznaju njihovo postojanje, istraživanja ističu da su ti negativni utjecaji ponekad prenaplašeni. Neki su od pozitivnih utjecaja koji se izdvajaju otvaranje društvenoga diskursa o seksualnosti i normalizacija različitih seksualnih ponašanja, gdje pornografija nudi mogućnost neovisnoga istraživanja vlastite seksualnosti na siguran način (McKeown i sur., 2018; Weinberg i sur., 2010) i razvijanja vještina komunikacije o seksu s partnerom (Döring, 2009). Istraživanja su pokazala da muškarci najčešće odabiru videopornografiju, dok žene češće biraju pornografiju u tekstnome obliku (Solano i sur., 2020). Vizualni se podražaj ubraja među najvažnije aktivatore seksualnoga interesa, želje i uzbuđenja, što ilustrira nalaz da vizualni podražaj ima jači utjecaj na emocionalno doživljavanje u odnosu na auditivni podražaj (Ramachandran, 2012).

U području seksualnosti uvelike nedostaje istraživanja o odnosu pornografije i seksualnoga maštanja. S obzirom na rastuću popularnost pornografije, važno je istražiti kako odrasli muškarci i žene doživljavaju pornografiju i seksualno maštanje kao dva zasebna ponašanja te kako doživljavaju njihov međusobni odnos. Također je važno ispitati kako su različiti formati pornografskoga sadržaja povezani sa seksualnim maštanjem, kao i kako se ta dva ponašanja razvojno mijenjaju. Spoznaje o odnosu tih dvaju konstrukata mogu biti važne za psihoterapijske intervencije u području seksualnih poteškoća, ali i za seksualnu edukaciju u svrhu promicanja zadovoljavajućega seksualnog života te prevencije potencijalnih kasnijih potreba za terapijskim intervencijama.

Cilj i istraživačka pitanja

Cilj je istraživanja bio dobiti uvid u doživljaj odnosa pornografije i seksualnoga maštanja te u procjenu toga kako su različiti formati u kojima se pornografija pojavljuje povezani sa seksualnim maštanjem. U tu svrhu ispitani su stavovi o pornografiji i seksualnome maštanju, o njihovoj važnosti i ulozi u životu sudionika te o njihovu odnosu.

S obzirom na spomenute ciljeve istraživanja, formulirana su sljedeća istraživačka pitanja:

1. Kakve stavove, vrijednosti i značenja odrasle osobe pripisuju pornografiji i seksualnome maštanju te kako ih i u koje svrhe oni osobno koriste?
2. Kako odrasle osobe doživljavaju odnos pornografije i seksualnoga maštanja?
3. Kakav je doživljaj odnosa pornografije i seksualnoga maštanja ovisno o formatu u kojemu se pornografija koristi (tekstni, vizualni, auditivni ili audiovizualni)?
4. O kakvim razvojnim promjenama navika korištenja pornografije i seksualnoga maštanja izvješćuju odrasle osobe?

Metoda

Sudionici

Prikupljanje sudionika i sudionica provedeno je prigodnim uzorkovanjem putem objave na osobnome profilu na društvenim mrežama (*Facebook* i *Instagram*), a objava je bila javno dostupna. Sadržavala je kratak opis teme istraživanja te nije naglašavala nikakvo posebno sociodemografsko ograničenje za sudjelovanje izuzev dobi (sudjelovati su mogle osobe starije od 18 godina). Također, očekivalo se da osobe koje sudjeluju imaju neko osobno seksualno iskustvo te iskustvo korištenja pornografije. Istraživanje je u objavi bilo predstavljeno kao sudjelovanje u intervjuima povezanim s područjem seksualnosti, a osobe koje su se prijavile bile su motivirane razgovarati o toj temi pa posebna naknada za poticanje sudjelovanja nije bila potrebna. Sveukupno su se za sudjelovanje privatnom porukom prijavile 23 osobe. Na sudjelovanje ih se pozivalo prema redoslijedu prijave te se prestalo regrutirati sudionike kada je došlo do tematskoga zasićenja. Zasićenje podataka prepoznato je u fazi kada se u intervjuima više nisu pojavljivali novi uvidi ili perspektive, a prikupljene informacije nisu dodatno doprinosile razvoju ili proširenju postojećih tematskih kategorija. Primjerice, dolazilo je do ponavljanja raznih motiva poput „pornografija kao poticaj za masturbaciju”, „negativan utjecaj pornografije na sliku tijela” i ostalih. Time se finalni uzorak sastojao od 14 osoba, od kojih je bilo osam žena i šest muškaraca, a oni su odabrani na temelju toga tko je prvi imao slobodnoga vremena za susret. Najmlađa sudionica imala je 19 godina, najstariji sudionik 46 godina, a prosječna je dob bila 27 godina. Detaljniji podaci o uzorku nalaze se u *Prilogu 1*.

Postupak i sadržaj polustrukturiranoga intervjua

S obzirom na nedostatak istraživanja odnosa pornografije i seksualnoga maštanja, za provedbu istraživanja odabran je kvalitativni pristup da bi se dobila općenitija slika o tome kako se te dvije pojave pojavljuju među ljudima te kakvo je njihovo viđenje toga odnosa. Kao tehnika prikupljanja podataka odabran je dubinski polustrukturirani intervju. Pitanja za intervju bila su podijeljena u tri općenite tematske cjeline proizišle iz problema istraživanja (skupina pitanja povezanih s pornografijom, skupina pitanja povezanih sa seksualnim maštanjem i maštanjem općenito te skupina pitanja o povezanosti pornografije i seksualnoga maštanja), a nalaze se u *Prilogu 2*. Istraživačica koja je provodila intervjue diplomantica je psihologije te se sve odvijalo pod nadzorom mentorice. Intervjuistica je tijekom cijeloga procesa održavala neutralnost iako je bila prisutna njezina motivacija za samospoznajom u području seksualnih fantazija i pornografije, uz određenu svijest o nekim negativnim društvenim stavovima o pornografiji koje je internalizirala. Intervjui su snimani diktafonom da bi se olakšala kasnija analiza podataka te da se ne bi izgubile važne informacije zbog nemogućnosti vođenja detaljnih bilješki tijekom intervjua.

Na početku intervjua osobama je bio objašnjen cilj istraživanja te je zatraženo odobrenje za snimanje, uz naglasak da će snimke biti transkribirane i nakon toga uništene. Intervjui su se provodili u razdoblju od 1. do 21. veljače 2021. godine. Od četrnaest provedenih intervjua jedanaest se intervjua odvijalo uživo, u prostorima koje su odabrali sudionici, a tri su intervjua provedena *online* putem aplikacije *Zoom*. Prosječno trajanje intervjua bilo je 47 minuta, s najkraćim intervjuom od 40 minuta, a najduljim od 65 minuta. Kao što je već ranije navedeno, provedba intervjua zaustavljena je kada su se odgovori počeli ponavljati i više se nisu pojavljivale nove relevantne informacije. Ova je studija poštivala etička načela provedbe istraživanja te je dobiveno odobrenje Etičkoga povjerenstva Odsjeka za psihologiju Filozofskoga fakulteta u Zagrebu (br. EPOP_2024_25_22).

Analiza podataka

Nakon provedbe intervjua audiosnimke su višekratno preslušavane, a intervjuistica ih je samostalno i doslovno transkribirala neposredno nakon svakoga intervjua. Kao metoda analize podataka odabrana je tematska analiza. Tematska je analiza metoda kojom se analiziraju i identificiraju obrasci unutar prikupljenih kvalitativnih podataka (Braun i Clarke, 2006). Braun i Clarke (2006) predložili su šest faza tematske analize: upoznavanje s podacima, početno generiranje kodova, traženje tema, revizija tema, definiranje i imenovanje tema te izrada izvješća. Kodiranje je provedeno tako da su istraživačice analizirale odgovore sudionika na pojedine kategorije pitanja i pratile koliko se puta pojavio koji od odgovora. Tako su identificirani dominantni sadržaji unutar tema koje su proučavane. Na temelju tako dobivenih kategorija definirani su kriteriji kodiranja pojedinih tema i motiva, a u

skladu s interpretacijom istraživačkoga tima. U toj su analizi korištene analitičke tablice koje su omogućile sistematizaciju i usporedbu ključnih varijabli, čime je olakšano prepoznavanje obrazaca i odnosa među relevantnim aspektima iskustava sudionika. Nakon toga svi su unosi dvaput pročitani i kodirani te je primijenjena istraživačka triangulacija, odnosno, dvije su istraživačice neovisno sudjelovale u kodiranju i interpretaciji. U slučaju nejasnoća o sadržajima se dodatno diskutiralo u suradnji s drugom ocjenjivačicom, sve dok nije postignut potpun dogovor oko kodiranja. Na temelju tih šest faza definirane su četiri tematske cjeline koje odražavaju probleme istraživanja: doživljaj pornografije i seksualnoga maštanja te njihova uloga u vlastitome životu, doživljaj odnosa pornografije i seksualnoga maštanja, doživljaj odnosa pornografije i seksualnoga maštanja ovisno o formatu u kojemu se pornografija koristi (tekstni, vizualni, auditivni ili audiovizualni) i razvojni pregled navika korištenja pornografije i seksualnoga maštanja. U prikazu rezultata korišteni su citati sudionika označeni rednim brojem i njihovom dobi radi očuvanja anonimnosti.

Rezultati

Slijede glavni nalazi istraživanja, podijeljeni u četiri tematske cjeline koje prate postavljena istraživačka pitanja.

Doživljaj pornografije i seksualnoga maštanja te njihova uloga u vlastitome životu

Prvi istraživački problem usmjeren je na to kakve stavove, vrijednosti i značenja odrasle osobe pripisuju pornografiji i seksualnome maštanju te kako ih i u koje svrhe osobno koriste. Kod svih se ispitanika prepoznaju i pozitivni i negativni aspekti, s time da se pojavilo manje negativnih utjecaja povezanih sa seksualnim maštanjem (samo jedan) nego s pornografijom (četiri).

Pozitivni aspekti pornografije

Najčešće se spominje da pornografija može biti koristan alat za istraživanje vlastite seksualnosti i za definiranje osobnih preferencija:

„Pomaže definitivno da izađeš iz svoje komfort zone jer, kao i stvari koje možda ne bi ovak’ direktno išao istraživat’ i upuštati se u njih, predstavlja neki prostor preko kojeg možeš jednostavno doživljavati neke stvari o kojima bi inače samo fantazirao, ali ih i pretvarati u konkretnije stvari.” (Sudionik 5, 27 godina)

„Mislim da je okej i u nekim odnosima da partneri zajedno gledaju pornografiju i da pričaju o tome, mislim da im to može pomoći u njihovom seksualnom životu...” (Sudionica 8, 28 godina)

„(...) definitivno mi je pomogla otkriti neke nove stvari, skužiti što volim, što ne, čak i bez samog upuštanja u seksualne radnje...” (Sudionik 5, 27 godina)

Nekoliko osoba naglašava da pornografija u nekim sredinama može djelovati kao zamjenski oblik seksualne edukacije:

„Pozitivne strane su zapravo malo tužne, ali čini mi se da u Hrvatskoj zato što nema nekog seksualnog odgoja, da puno ljudi uči od pornografije...” (Sudionica 10, 22 godine)

„(...) imam osjećaj k'o da neki dečkići prvo moraju to malo proučit' i pogledat' prije nego se bace na to zato što neki od njih nisu sigurni kako krenuti.” (Sudionica 4, 24 godine)

Nadalje, ističe se i normalizacija seksualnosti:

„Pozitivno je definitivno to što seksualnost prestaje biti nekakva zabranjena tema, što prestaje biti tabu...” (Sudionica 3, 30 godina)

„Pa neku slobodu možda, seksualnu slobodu, slobodu tijela. Mislim da kad promatramo druge ljude da nešto oni slobodnije rade, možda ćemo i mi onda krenut' za tim.” (Sudionica 6, 26 godina)

„Možda neke stvari su postale normalnije s tim, odnosno, možda se više ne gledaju kao neki teški tabu...” (Sudionica 7, 31 godina)

Za mnoge je ispitanike pornografija način zabave i opuštanja, a jedan je ispitanik vidi i kao „sigurnu zonu”:

„Ne pridajem tol'ku važnost, onako, to mi ne diktira život. Kad se desi i kad ju koristim, super, zabavno, odličan dir...” (Sudionica 1, 24 godine)

„Pornografija bi uvijek, kad bi bilo nešto loše, pornografija je bila tu. (...) Rek'o bi da mi je bila utočište u neakvim crnim danima...” (Sudionik 9, 27 godina)

Nekima pornografija olakšava masturbaciju kada nemaju inspiracije ili partnera:

„(...) al' pornografija je tu kad nemam volje za maštati i ništa, kad želim samo onako to riješiti...” (Sudionik 14, 23 godine)

„(...) bio sam dugo vremena osoba koja nikad nije imala vezu u životu i onda mi je to bio jedini prostor gdje sam mogao redovito imati neke seksualne podražaje...” (Sudionik 5, 27 godina)

„Imam ponekad i nakon seksualnih aktivnosti s nekom djevojkom i dalje potrebu masturbirati... I onda idem gledati neki pornografski sadržaj.” (Sudionik 9, 27 godina)

Pozitivni aspekti seksualnoga maštanja

Sudionici i sudionice smatraju da je seksualno maštanje prirodna i normalna pojava, jednako kao i pornografija, te ga koriste za opuštanje i zabavu:

„Mislim da je to sasvim normalna i okej stvar, mislim da je to vjerojatno najmanje invazivna stvar koju možeš raditi po seksualnom pitanju...” (Sudionica 1, 24 godine)

„Jednostavno, zabavno mi je to, vidiš nekog na ulici, nećeš ga više nikad vidjet', al' sjetiš se nekad te osobe i imaš tu priču..." (Sudionica 8, 28 godina)

„Nekako mi mami više osmijeha na licu. Osjećam se zadovoljnije, nisu mi dani suhoparni..." (Sudionik 13, 46 godina)

„I nekad isto kroz ta maštanja skužim što želim i što bi' voljela radit' i onda to mogu prenijet' svom partneru." (Sudionica 10, 22 godine)

Neki navode da im mašta pomaže u otpuštanju seksualne napetosti ili kao priprema za seksualne aktivnosti, doprinoseći dugoročnoj uzbudljivosti u odnosu:

„Imam novog partnera i, s obzirom da mi sad još ne spavamo, ja onda odlazim doma nervozna zato što imam tu cijelu seksualnu energiju u sebi pa moram ili otić' trenirat' ili moram maštati'..." (Sudionica 6, 26 godina)

„Smatram da je maštanje vrlo bitno i meni je uopće nezamislivo da stupim u seksualni odnos bez da ja prije bar nekakvu situaciju isfantaziram..." (Sudionik 5, 27 godina)

„Pa mislim da je važno fantazirat' zato što ti tak' uvijek ostane onaj mali dio koji još uvijek nisi napravio pa te to drži..." (Sudionica 7, 31 godina)

Nekoliko ih ističe da maštanje poboljšava komunikaciju s partnerom:

„Pa shvatiš što ti se sviđa, što ti se ne sviđa, možeš to prenijeti svom partneru i to olakša komunikaciju..." (Sudionica 1, 24 godine)

Nekima je ono izvor samopouzdanja:

„Do toga da ja stvarno znam kaj želim u seksu... Mašta mi je jako pomogla u samopouzdanju." (Sudionica 7, 26 godina)

Pojedine sudionice povezuju maštanje s kreativnim procesima:

„Na primjer, shvatila sam da svaki put kad sam kreativna i imam nagon za nečim, vrlo često mi se spoji sa seksualnom energijom..." (Sudionica 3, 30 godina)

Negativni aspekti pornografije

Najčešći je dojam da pornografski sadržaj može iskriviti sliku seksualnosti. Primjerice kroz nerealističan prikaz tijeka odnosa, tijela ili BDSM praksi (engl. *Bondage and Discipline, Dominance and Submission, Sadism and Masochism*), koje obuhvaćaju širok spektar dobrovoljnih erotskih praksi s elementima moći, kontrole i senzacija:

„Često mi se znalo desit' u vezi da mi je partner koji je gledao jako puno sadržaja, ali nije imao baš iskustva, mislio da bi seks trebao funkcionirati tako savršeno..." (Sudionica 3, 30 godina)

„Vjerujem da može ženama dati osjećaj nižeg samopouzdanja, samo zbog činjenice da su neke pornogлумice uvijek savršene, a i muški glumci s ogromnim penisima..." (Sudionica 7, 31 godina)

„(...) općenito sa svim prikazima BDSM odnosa, uvijek imam dojam kao da se pristanak malo prelako shvaća...” (Sudionica 1, 24 godine)

Neki su spomenuli i desenzitizaciju na sadržaj ili na stvarni seks:

„Imam osjećaj da su se moji fetiši i moje kategorije koje biram na pornografskim stranicama razvijali s vremenom...” (Sudionik 9, 27 godina)

„(...) imam osjećaj kao da mi je više ljudi reklo da im običan seks nije toliko intenzivan kad previše gledaju pornografiju.” (Sudionica 10, 22 godine)

Problematičnost se vidi i u lošim uvjetima rada u pornografskoj industriji i slabo kontroliranome sadržaju:

„A mislim, negativne strane su i ove moralne negativne strane... Puno pornouradaka nije dobiveno s pristankom svih aktera...” (Sudionica 10, 22 godine)

„Uznemirila me afera sa *Pornhubom*... Njihova politika objavljivanja videa je bila toliko slabo kontrolirana...” (Sudionica 7, 31 godina)

Negativni aspekti seksualnoga maštanja

Odnose se na moralnu upitnost sadržaja o kojemu se mašta (npr. ilegalne i opasne radnje) i mogućnost da netko pokuša realizirati takvu fantaziju:

„Ako pričamo o devijaciji i devijantnom seksualnom ponašanju, tu su te neke tanke granice... Netko može fantazirat' o stvarima koje su neprihvatljive ili čak ilegalne...” (Sudionica 7, 31 godina)

Doživljaj odnosa pornografije i seksualnoga maštanja

Drugo istraživačko pitanje odnosilo se na percepciju odnosa pornografije i seksualnoga maštanja. Za osmero sudionika postoje jasne poveznice između tih dvaju fenomena; sedmero to vidi kao pozitivno (pornografija može biti inspiracija za maštanje, i obratno):

„Pa to je jedan *perpetuum mobile*, zar ne, kao krug gdje se fantazija i pornografija međusobno hrane...” (Sudionica 1, 24 godine)

Jedan sudionik drži da su to potpuno odvojene pojave:

„Oooo, apsolutno su to dvije odvojene pojave! Fantaziranje je dublje, nevinije, a pornografija je pornografija...” (Sudionik 2, 25 godina)

Pozitivni utjecaji pornografije na maštanje

Sudionici uglavnom spominju proširivanje seksualnih interesa i olakšano kreiranje uzbuđujućih scenarija:

„Oni grade fantaziranje, kako ćeš maštati ako nisi vidio što ti se sviđa... To mi daje širinu.” (Sudionik 13, 46 godina)

„(...) ne mogu ja tol'ko izmaštati kol'ko opet mogu nešto vidjeti u porniću, npr. grupni seks ili situacije koje je teže sam osmisлити.” (Sudionik 12, 29 godina)

Negativni utjecaji pornografije na maštanje

Nekolicina ispitanika govori o „mentalnoj lijenosti” i otežanome održavanju vlastitih scenarija:

„Manji mentalni napor. Ono, ne želiš tad razmišljati. Napališ se, želiš doći do vrhunca i to je to...” (Sudionik 5, 27 godina)

„Otvorena sam prema tome, nemam predrasuda, ali isto tako me brine da li nakon dugotrajnog gledanja pornografije otežano stvaram prirodne misli, pa i prirodna uzbuđenja.” (Sudionica 3, 30 godina)

„Definitivno mislim da će video dominirati nad fantazijom, čisto zbog tog jačeg vizualnog stimulusa.” (Sudionica 6, 25 godina)

Dio sudionika smatra da pornografija smanjuje prostor za maštanje:

„(...) sad sam se sjetio još jedne stvari... da jako isključuje mogućnost neke mašte.” (Sudionik 2, 25 godina)

„Nekako u mom slučaju baš radi nekakav suprotan efekt, meni se smanji potreba za razvijanjem priče u glavi...” (Sudionica 4, 24 godine)

Prednosti seksualnoga maštanja u odnosu na pornografiju

Ispitanici naglašavaju veću kontrolu nad sadržajem, nepredvidljivost i spontanost. Za neke je maštanje intenzivnije i ostavlja dojam većega postignuća:

„Zato što znam što zamišljam, ja kontroliram u jednu ruku što ću zamišljati i biram što će se dogoditi.” (Sudionik 14, 23 godine)

„(...) zato što volim da ja budem akter svoje neke fantazije, dok u porniću to gledam na drugima.” (Sudionik 12, 29 godina)

„Možda kod videouratka mi je sve premehanizirano, a često mi to nije ni blizu pravom seksu...” (Sudionica 3, 30 godina)

„Tipa kad idem fantazirati, onda si baš moram odvojiti tih nekih 10 – 15 minuta i ne krenem se odmah dirati, nego prvo šaltam scenarije, zamišljam gdje smo, što smo, što radimo...” (Sudionica 10, 22 godine)

„Pa kad fantaziram mi je sigurno više intenzivno... Duži i uzbudljiviji proces.” (Sudionik 14, 23 godine)

Jedna sudionica smatra da maštanje razvija vokabular o seksualnosti više od samoga gledanja:

„(...) mislim da ako gledaš pornografiju kao vizualni videomaterijal, manje ćeš promišljati riječima i objašnjavati sam sebi što se dešava nego kad zamišljaš u glavi.” (Sudionica 1, 24 godine)

Dvoje sudionika napominje da maštanje isključuje objektivizaciju živih osoba:
„I onda dobijem nekakav loš osjećaj jer zapravo gledam živa bića... a većinu vremena ih ne doživljam kao prave ljude...” (Sudionica 3, 30 godina)

„(...) i kod fantazije, za razliku od pornografije, ne moraš se pitat' kome škodi jer nikome ne škodi.” (Sudionica 10, 22 godine)

Praktični su razlozi za prednost maštanja veća sigurnost i dulje trajanje seksualne aktivnosti (jer nema jakoga vizualnog podražaja):

„Prvo sam fantazirala jer sam se bojala da će mi roditelji vidjet' da gledam pornografiju...” (Sudionica 6, 26 godina)

„Jer ti ako imaš audiovizualni podražaj, ti si gotov vrlo brzo. Čim prepustiš nešto mašti, treba više vremena pa i dulje uživaš.” (Sudionik 2, 25 godina)

Doživljaj odnosa pornografije i seksualnoga maštanja ovisno o formatu u kojemu se pornografija koristi

Treće istraživačko pitanje odnosilo se na različite formate pornografskoga sadržaja (tekstni, vizualni, auditivni, audiovizualni) i njihov utjecaj na maštanje. Audiovizualni format daleko je najčešći izbor, uglavnom jer omogućuje brzo i jednostavno uzbuđenje:

„Mislim da video omogućuje da se priča odvija brže i da ti možeš više isključit' mozak. I jednostavno se prepustit' tom nagonu.” (Sudionica 8, 28 godina)

Nekoliko ispitanika napominje da tekstni formati (erotske priče, literatura) nude više prostora za maštanje:

„Mislim da nudi suptilniji način kako doseći nekakav stupanj uzbuđenja jer kod videa je sve predvidljivo, a ovdje možeš sam zamišljat' kontekst.” (Sudionica 3, 30 godina)

Jedan sudionik dodaje da opisi unutarnjih stanja aktera pojačavaju ukupni doživljaj:

„Nekako u porniću imaš samo taj čin seksa, a u priči dobiješ i to što netko misli i osjeća, što meni sve skupa čini taj seks puno zanimljivijim.” (Sudionik 12, 29 godina)

Neki su primijetili da su raniji formati (časopisi) poticali više mašte jer se promatrač morao sam „nadovezati” na jednu sliku:

„Pa prije je bila samo slika, dakle, ti moraš imat' maštu. Danas je puno lakše, samo upališ video i gledaš...” (Sudionica 6, 26 godina)

Razvojni pregled navika korištenja pornografije i seksualnoga maštanja

Četvrti istraživački problem usmjeren je na razvojne promjene i načine na koje su se ta ponašanja mijenjala tijekom života ispitanika. Većina ih je prvi put došla u kontakt s pornografijom slučajno, u osnovnoj školi, bez svjesne seksualne namjere:

„Prvi dodir sam imala u osnovnoj školi, što mi je više bilo kao nametnuto... Bila sam u društvu gdje su to pokazivali.” (Sudionica 4, 24 godine)

„Bilo ti je tipa na RTL-u ili tako nešto, kasno navečer, ali ono, *soft* verzija. I to se puštalo iza ponoći...” (Sudionica 7, 31 godina)

„Imam u sjećanju sliku, možda sam imala 8 ili 10 godina, vidjela sam na TV-u neku eksplicitnu scenu i samo sam stajala i nesvjesno se dirala dolje.” (Sudionica 6, 26 godina)

Nedugo potom slijede prvi samostalni pokušaji gledanja iz znatiželje ili zbog seksualnih osjećaja:

„Kasnije sam u nekim tinejdžerskim danima probala pogledat’ par videa, zanimalo me pa sam istraživala.” (Sudionica 4, 24 godine)

„Bio sam jako napaljen, a istovremeno bi mi bilo užasno neugodno da me netko uhvati jer sam to tada skrivao kao zmija noge.” (Sudionik 13, 46 godina)

Neki su na početku birali erotske priče ili manje eksplicitne GIF-ove:

„Mogla sam imat’ malo romantičniju sliku, mogla sam izbjegavat’ one eksplicitne dijelove i polako ispitivat’ što mi je okej, a što ne.” (Sudionica 11, 19 godina)

Dvije su osobe počele gledati pornografiju tek nakon što su već imale seksualne odnose:

„Ja sam postala jako rano seksualno aktivna, s 14 godina, pa mi pornografija u početku nije trebala. Tek kad sam prekinula, onda sam to počela gledat’.” (Sudionica 6, 26 godina)

Seksualno maštanje, s druge strane, kod većine se pojavilo ranije, često još u djetinjstvu, kada sadržaj fantazija nije bio eksplicitan:

„Vjerojatno nisam fantazirala o stvarima o kojima sad fantaziram nego sam zamišljala ljubljenje i grljenje...” (Sudionica 1, 24 godine)

„U djetinjstvu sam imala jednu fazu da bi’ ja i prijateljica pričale uzbudljive priče i uglavnom je bilo: ‘Otišli su zajedno u krevet i onda su imali djecu’...” (Sudionica 10, 22 godine)

„Meni je već fantazija sama po sebi bila da se to uopće događa, da je uopće nekakav seks u pitanju.” (Sudionica 7, 31 godina)

Kako su stjecali osobna iskustva i više konzumirali pornografiju, fantazije su postajale eksplicitnije:

„Postalo je jednostavno eksplicitnije, postepeno, na tom prijelaznom razdoblju, kraj osnovne škole, kad sam krenuo više videopornografije konzumirati.” (Sudionik 5, 27 godina)

„Pa ja zapravo mislim da su moja osobna iskustva utjecala na moje fantazije jer sam si nakon toga mogla dočarat’ osjećaj koji prije nisam znala.” (Sudionica 8, 28 godina)

Neki ispitanici kažu da su u razdoblju prije osobnih iskustava i prije pornografije više maštali o novim i neobičnim situacijama:

„Tad kad nisam imala iskustva, sam mogla izmišljat’. Sad to više ne radim jer mi je sve puno realnije i vođeno stvarnim iskustvima.” (Sudionica 7, 31 godina)

Rasprava

Cilj je ovoga kvalitativnog istraživanja bio steći uvid u to kako odrasli muškarci i žene doživljavaju pornografiju i seksualno maštanje kao dva zasebna ponašanja te kako doživljavaju njihov odnos, uz dodatno ispitivanje kako su različiti formati pornografskoga sadržaja povezani sa seksualnim maštanjem, kao i kako su se ta dva ponašanja razvojno mijenjala.

Povezanost sociodemografskih obilježja uzorka s nalazima

Veći udio žena u analiziranome uzorku vjerojatno je rezultirao većom zastupljenošću nekih od negativnih aspekata pornografije (npr. pitanje pristanka, slika o vlastitome tijelu, osjećaj objektivizacije), dok su muškarci češće isticali upotrebu pornografije kao alata za masturbaciju. Navedeno se poklapa s nalazima da su oni u prosjeku češći konzumenti audiovizualnoga sadržaja (Solano i sur., 2020). Razlike u dobi ukazuju na to da se u ranoj odrasloj dobi i adolescenciji brzo mijenjaju i konsolidiraju skripte povezane s pornografijom i maštanjem, dok stariji sudionici vide veće prednosti u spontanosti unutarnjih maštarija. Te je sociodemografske razlike važno uzeti u obzir pri tumačenju nalaza te pri kreiranju budućih, reprezentativnijih istraživanja.

Doživljaj pornografije i seksualnoga maštanja

Prvi se istraživački problem odnosio na pitanje kako odrasle osobe doživljavaju pornografiju i seksualno maštanje te kako ih i u koje svrhe koriste. Oba su ponašanja istaknuta kao dobar alat za istraživanje vlastite seksualnosti i preferencija te kao oblik zabave i opuštanja. Istraživanja pokazuju da pornografija zaista može biti dobar način širenja seksualnoga iskustva, u smislu da je povezana s češćim seksualnim aktivnostima kao što su masturbacija ili stupanje u seksualne odnose (Janghorbani i sur., 2003; Traeen i sur., 2004) te da pruža siguran prostor za istraživanje novih

oblika seksualnoga odnosa (Duncan i Donnelly, 1991; Duncan i Nicholson, 1991). Maštanje je također siguran prostor za eksperimentiranje s vlastitom seksualnošću i alat za otkrivanje seksualnih preferencija, koji istovremeno donosi ugodu i omogućuje otpuštanje napetosti.

Prema Simonu i Gagnonu (1986) seksualne se skripte sastoje od triju razina: kulturne, interpersonalne i intrapsihičke. Sudionici koji pornografiju opisuju kao „sigurnu zonu” ili „utočište u crnim danima” odražavaju proces internalizacije kulturne skripte o pornografiji kao sigurnome izvoru seksualnih iskustava. Takva je ideja onda ugrađena u njihovu intrapsihičku skriptu koja, primjerice, postaje aktivna u trenucima stresa. Interpersonalna razina skripti očituje se u opisima zajedničkoga gledanja i otvorenoga dijaloga koji onda služe kao način unaprjeđenja seksualne komunikacije. Kulturne skripte o pornografiji tako se manifestiraju kao konkretni obrasci ponašanja unutar dijada. Barker (2014) opisuje pet uloga seksualnih fantazija (kao svjesno naglašavanje želje, promatranje vlastitih reakcija, istraživanje mogućnosti, „posjet” carstvu želja i djelovanja, uvid u ono što bi moglo ili ne bi moglo biti), što se podudara s onime kako ih vide sudionici ovoga istraživanja. Zabava i opuštanje istaknute su i kao motivacije za korištenje pornografije (Paul i Shim, 2008), dok su novija istraživanja pokazala da korisnici pornografiju mogu koristiti i kao način bijega od anksioznosti i stresa (Böthe i sur., 2021; Burtäverde i sur., 2021). Istraživanje Coopera i suradnika (1999) pretpostavlja da su osobe koje pornografiju koriste kao način nošenja s depresivnim simptomima ili stresom sklonije razvoju kompulzivnih obrazaca ponašanja. Navedeno ukazuje na to da sudionici koriste seksualno maštanje kao način emocionalne regulacije. Iz iskaza nekih sudionika vidljivo je da nije riječ o pasivnim reakcijama na vanjski podražaj, već da je uključeno planiranje aktivnosti i samo biranje strategije gledanja pornografije ili maštanja za regulaciju svojih unutarnjih stanja (anksioznost, uzbuđenje). Takav obrazac pokazuje da seksualno maštanje i korištenje pornografije služe kao alati za emocionalnu samoregulaciju.

Nadalje, za mnoge je pornografija i način informiranja o seksu, što je potvrđeno i u dosadašnjim istraživanjima (Allen, 2006; Kubicek i sur., 2010; McKee, 2007). Ističe se važnost razvoja kritičkoga pogleda na pornografski sadržaj (Rothman i sur., 2019) i otvorenoga pružanja točnih informacija u obrazovnome sustavu da bi se smanjili potencijalni nepoželjni efekti (Wright i sur., 2019). Kao još jedan pozitivan aspekt pornografije navodi se njezino sudjelovanje u normalizaciji seksualnosti i različitih seksualnih ponašanja (McKeown i sur., 2018; Weinberg i sur., 2010). Ipak, isti mehanizam desenzitizacije na sadržaj može dovesti i do negativnih posljedica, primjerice, povećane tolerancije na nasilje (Guggisberg, 2020). U skladu s idejom da pornografija pruža mogućnost pronalaska inspiracije za vlastite fantazije (Paul i Shim, 2008; Weinberg i sur., 2010), relevantno je kakva ponašanja konzumirani sadržaj promovira, posebice s obzirom na nereprezentativan prikaz seksualnih odnosa i ljudskih tijela (Foubert i sur., 2019; Ybarra i Thompson, 2017). S druge strane, maštanje je u ovome istraživanju navedeno kao sredstvo povećavanja

samopouzdanja: pozitivna slika o vlastitome tijelu povezana je sa zadovoljavajućim seksualnim životom (Satinsky i sur., 2012), dok usmjeravanje pažnje na nedostatke vlastitoga izgleda može ometati seksualne odgovore (Meston, 2006; Silva i sur., 2016). Kritike seksualnoga maštanja bile su povezane s mogućnošću pokušaja prenošenja nemoralnih fantazija u stvarnost. Prema istraživanju Joyala (2017), intenzitet i nužnost maštanja važniji su za procjenu rizika od samoga sadržaja. Costa (2022) navodi da nametanje osjećaja krivnje i srama zbog seksualnih fantazija može dovesti do njihova izbjegavanja ili smanjene učestalosti, čime se potencijalno umanjuje i seksualni užitak.

Odnos pornografije i seksualnoga maštanja

Većina sudionika smatrala je da između pornografije i seksualnoga maštanja postoji povezanost, najčešće pozitivna – pornografija može biti poticaj za fantaziju, a fantazija inspiracija za pornografski sadržaj. Odabrani sadržaj može zrcaliti fantazije o seksualnim susretima koje u stvarnosti nisu izvedive ili koje osobe ne žele isprobati. Kombiniranje dvaju ponašanja omogućuje stjecanje novih informacija o tome što je uzbuđujuće, ali i odabir onoga što je prihvatljivo. Primjeri ispitanika koji naglašavaju da pornografija može poslužiti kao poticaj za maštanje, ali i obrnuto, mogu se promatrati u kontekstu biopsihosocijalno-digitalnoga pristupa (Ahmadvand i sur., 2018). Digitalna dimenzija dodatno posreduje psihološke i društvene aspekte seksualnosti, omogućujući brži pristup raznovrsnim sadržajima i potencijalno snažnije povezivanje pornografije s procesom seksualnoga maštanja. S druge strane, neki sudionici smatraju da pornografija smanjuje želju za maštanjem jer „nudi sve servirano” i ne zahtijeva mentalnu aktivnost. Opisana „mentalna lijenost” koju su naveli neki sudionici upućuje na proces habituacije. Preciznije, učestalo gledanje pornografskih videozapisa smanjuje potrebu za kognitivnim uključivanjem i seksualno se fantaziranje prebacuje u pasivnu ulogu konzumiranja audiovizualnoga sadržaja. Većina sudionika ipak u nekim drugim situacijama preferira maštanje pa se čini da ta dva ponašanja mogu međusobno interferirati, ali ne isključuju se trajno, nego njihov odabir ovisi o mnogim čimbenicima (raspoloženje, stupanj umora, dostupnost sadržaja).

Format pornografskoga materijala

Treći je problem istraživanja bio ispitati odnos pornografije i seksualnoga maštanja u kontekstu različitih formata. Kao i u prijašnjim istraživanjima (Solano i sur., 2020), audiovizualni se sadržaj pokazao dominantnim jer nudi brz i jednostavan pristup seksualno uzbuđujućemu materijalu. Međutim, sudionici smatraju da gotove slike (videozapisi) mogu otežati kreativnost i spontano kreiranje vlastitih scenarija. Neki naglašavaju prednosti tekstnoga ili audioformata zbog opisa unutarnjih stanja i veće mogućnosti maštanja (Meline, 1976; Valkenburg i van der Voort, 1994).

Razvojne promjene navika korištenja pornografije i seksualnoga maštanja

Posljednji je problem ovoga istraživanja bio zahvatiti razvojne promjene u navikama korištenja pornografije i seksualnoga maštanja. Rezultati pokazuju da su se oba ponašanja pojavljivala u različitim oblicima i intenzitetima, najčešće još u osnovnoškolskoj dobi, a bila su izraženija tijekom adolescencije. Većina ispitanika počela je koristiti pornografiju prije upuštanja u seksualne odnose, dok se seksualno maštanje u najvećemu broju slučajeva pojavilo još ranije te je u početku bilo manje eksplicitno. Općenito, oba su se ponašanja te njihov odnos s vremenom mijenjali, ovisno o različitim čimbenicima (dob, dostupnost sadržaja, raspoloženje). Dakle, i iz iskaza sudionika može se zaključiti da u razvojno osjetljivoj fazi adolescencije, odnosno predodraslosti (18 – 29 godina) mladi intenzivno „isprobavaju” svoj identitet u sferama ljubavnih odnosa i seksualnosti. Skripte koje se tada formiraju postaju temelj kasnijega seksualnog funkcioniranja, zadovoljstva ili poteškoća (Arnett i sur., 2014). Retrospektivna i longitudinalna istraživanja potvrđuju da afektivna obojenost prvih seksualnih iskustava, kao i dob u kojoj se ona odvijaju, predviđaju kasniju seksualnu prilagodbu (Brotto, Chivers i sur., 2016; Reissing i sur., 2010). Ovi nalazi upućuju na to da digitalni formati služe kao resurs iz kojega nastaju kognitivne sheme, dok je navedeno razvojno razdoblje period u kojemu se te kognitivne sheme najlakše utiskuju. Takav se razvojni tijek može dodatno razmotriti iz perspektive biopsihosocijalno-digitalnoga pristupa (Ahmadvand i sur., 2018) prema kojemu su tehnološki napredak i digitalni mediji još jedan važan sloj u oblikovanju seksualnih praksi i stavova. Važno je istaknuti prisutnost internetskih platformi i društvenih mreža koje mogu djelovati kao dodatni poticaj ili olakšati pristup različitim sadržajima. Time se produbljuju i mogućnosti interakcije s pornografijom, kao i nadopunjavanja vlastitih maštarija, što je u skladu s nalazima povezanim s razvojnim promjenama i sve većim učinkom kognitivnih te društvenih aspekata na seksualno ponašanje. Iako ovo istraživanje nije primarno ispitalo ulogu digitalnoga okruženja u razvojnim promjenama tih ponašanja, rezultati pokazuju da individualni obrasci korištenja pornografije i seksualnoga maštanja variraju ovisno o dostupnosti sadržaja i osobnim preferencijama. U skladu s biopsihosocijalno-digitalnim modelom (Ahmadvand i sur., 2018), digitalna komponenta može poslužiti kao kontekstualni okvir koji utječe na to kako pojedinci u različitim životnim fazama istražuju, interpretiraju i oblikuju svoja seksualna iskustva.

Metodološka ograničenja provedenoga istraživanja

Nedostaci ovoga kvalitativnog istraživanja povezani su s prigodnim uzorkom i dobrovoljnim sudjelovanjem, što otežava generalizaciju nalaza na širu populaciju. Budući da su sudionici odabrani na temelju svoje motivacije i samoinicijativne prijave za razgovor o seksualnosti, prisutna je samoseleksijska pristranost. Sudionici koji su se prijavili vjerojatno su otvoreniji i imaju pozitivniji stav o temama pornografije i seksualnoga maštanja. To može rezultirati otvorenijim i detaljnijim

dijeljenjem individualnih iskustava i stajališta nego što bi se to pokazalo u slučajnome uzorku. Uzorak nije obuhvatio sve dobne skupine, a izostavljene su i osobe koje nemaju iskustva s pornografijom, što može stvoriti pristranost prema pozitivnijim stavovima o njoj. Također, općeniti je nedostatak kvalitativnih istraživanja nemogućnost kvantifikacije i procjene stvarne zastupljenosti određenih stavova u populaciji.

Unatoč tim ograničenjima kvalitativni je pristup omogućio dublji uvid u individualna iskustva ispitanika, a ovo istraživanje može poslužiti kao polazište za buduća istraživanja pornografije i seksualnoga maštanja. Kvantitativni pristup (npr. longitudinalno praćenje) i metoda slučajnoga uzorkovanja (slučajan odabir iz opće populacije) mogli bi pružiti širu i reprezentativniju sliku o učestalosti i varijacijama tih ponašanja, dok bi edukacijski programi usmjereni na kritičko korištenje pornografije mogli smanjiti kasnije potrebe za terapijskim intervencijama i poboljšati seksualnu dobrobit. Neke su od mjera koje bi se mogle koristiti u budućim istraživanjima radi operacionalizacije i kvantifikacije ponašanja ispitivanih u ovoj studiji Upitnik seksualnih fantazija (SFQ; Wilson, 2010) koji putem 40 čestica omogućuje usporedbu tipičnih i specifičnih fantazija te kvantificira intenzitet maštanja, potom Skala seksualnoga traženja uzbuđenja (SSSS; Kalichman i Rompa, 1995) koja služi kao mjera sklonosti traženju novih ili riskantnih seksualnih podražaja, zatim Skala problematične upotrebe pornografije (PPCS; Bóthe i sur., 2018) koja mjeri štetne posljedice i razinu problema prilikom konzumiranja pornografskoga sadržaja te Mjera samoprocjene navika (SRHI; Verplanken i Orbell, 2003) koja može služiti kao mjera habituacije, odnosno kao procjena koliko su korištenje pornografije ili seksualno maštanje postali automatizirani.

Zaključak

Rezultati istraživanja ukazuju na različite pozitivne i negativne učinke korištenja pornografije i seksualnoga maštanja, a koji su međusobno u mnogim obilježjima, posebno onima pozitivnima, vrlo slični. Sudionici i sudionice preferiraju korištenje obaju ponašanja kao način zadovoljenja svojih seksualnih potreba, zasebno ili u kombinaciji, a za većinu su ona alat za istraživanje seksualnosti i način generiranja ugodnih emocija. Prepoznato je više negativnih aspekata pornografije nego onih seksualnoga maštanja. Većina osoba vidi njihov odnos kao pozitivno povezan te ga percipira vrlo promjenjivim i dinamičnim, odnosno često podložnim različitim vanjskim i unutarnjim čimbenicima kao što su npr. dostupnost sadržaja, percepcija sigurnosti njihova korištenja ili trenutno raspoloženje osobe. Neke su osobe izvijestile o doživljaju negativne povezanosti, odnosno, da kod njih pornografija inhibira sposobnost maštanja. Također, odnos pornografije i seksualnoga maštanja pokazao se različitim u različitim periodima života sudionika i sudionica tako što su u nekome periodu bili skloniji koristiti samo pornografiju, dok su u drugome periodu više seksualno maštali. Sudionici i sudionice prepoznali su da sadržaj pornografije može pozitivno oblikovati sadržaj seksualnoga maštanja tako da

omogućuje proširivanja seksualnih interesa i znanja o seksu te može olakšati stvaranje seksualno uzbuđujućih scenarija u vlastitoj fantaziji, a glavni negativni efekt koji pornografija ima na seksualno maštanje povezan je s nedostatkom motivacije i mogućnosti generiranja mentalno uzbuđujućega sadržaja zbog naviknutosti na vanjski audiovizualni podražaj. Međutim, pokazalo se i da to za njih ne znači da će seksualno maštanje kao ponašanje u potpunosti izostati i biti onemogućeno. Većina sudionika i sudionica vidi pozitivne načine na koje mogu kombinirati ta dva ponašanja za vlastiti užitek i ne smatraju da jedno isključuje drugo. Buduća istraživanja mogla bi se usmjeriti na bolju operacionalizaciju tih ponašanja i kvantitativnu analizu njihova odnosa.

Literatura

- Ahmadvand, A., Gatchel, R., Brownstein, J. i Nissen, L. (2018). The biopsychosocial-digital approach to health and disease: Call for a paradigm expansion. *Journal of Medical Internet Research*, 20(5), članak e189. <https://doi.org/10.2196/jmir.9732>
- Allen, L. (2006). „Looking at the real thing”: Young men, pornography, and sexuality education. *Discourse: Studies in the Cultural Politics of Education*, 27(1), 69–83. <https://doi.org/10.1080/01596300500510302>
- Arnett, J. J., Žukauskienė, R. i Sugimura, K. (2014). The new life stage of emerging adulthood at ages 18–29 years: Implications for mental health. *The Lancet Psychiatry*, 1(7), 569–576. [https://doi.org/10.1016/s2215-0366\(14\)00080-7](https://doi.org/10.1016/s2215-0366(14)00080-7)
- Ashton, S., McDonald, K. i Kirkman, M. (2019). What does ‘pornography’ mean in the digital age? Revisiting a definition for social science researchers. *Porn Studies*, 6(2), 144–168. <https://doi.org/10.1080/23268743.2018.1544096>
- Barker, M. (2014). The ‘problem’ of sexual fantasies. *Porn Studies*, 1(1–2), 143–160. <https://doi.org/10.1080/23268743.2013.863656>
- Bóthe, B., Tóth-Király, I., Zsila, Á., Griffiths, M. D., Demetrovics, Z. i Orosz, G. (2018). The development of the Problematic Pornography Consumption Scale (PPCS). *Journal of Sex Research*, 55(3), 395–406. <https://doi.org/10.1080/00224499.2017.1291798>
- Bóthe, B., Tóth-Király, I., Bella, N., Potenza, M. N., Demetrovics, Z. i Orosz, G. (2021). Why do people watch pornography? The motivational basis of pornography use. *Psychology of Addictive Behaviors*, 35(2), 172–186. <https://doi.org/10.1037/adb0000603>
- Braun, V. i Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Broto, L., Atallah, S., Johnson-Agbakwu, C., Rosenbaum, T., Abdo, C., Byers, E. S., Graham, C., Nobre, P. i Wylie, K. (2016). Psychological and interpersonal dimensions of sexual function and dysfunction. *The Journal of Sexual Medicine*, 13(4), 538–571. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2016.01.019>

- Brotto, L. A., Chivers, M. L., Millman, R. D. i Albert, A. (2016). Mindfulness-based sex therapy improves genital-subjective arousal concordance in women with sexual desire/arousal difficulties. *Archives of Sexual Behavior*, 45(8), 1907–1921. <https://doi.org/10.1007/s10508-015-0689-8>
- Burtăverde, V., Jonason, P. K., Giosan, C. i Ene, C. (2021). Why do people watch porn? An evolutionary perspective on the reasons for pornography consumption. *Evolutionary Psychology*, 19(2). <https://doi.org/10.1177/14747049211028798>
- Cooper, A., Putnam, D. E., Planchon, L. A. i Boies, S. C. (1999). Online sexual compulsivity: Getting tangled in the net. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 6(2), 79–104. <https://doi.org/10.1080/10720169908400182>
- Costa, R. M. (2022). Sexual Fantasies. *The Cambridge Handbook of Evolutionary Perspectives on Sexual Psychology*, 209–240. Cambridge: Cambridge University Press.
- Döring, N. M. (2009). The internet's impact on sexuality: A critical review of 15 years of research. *Computers in Human Behavior*, 25(5), 1089–1101. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2009.04.003>
- Duncan, D. F. i Donnelly, J. W. (1991). Pornography as a Source of Sex Information for Students at a Private Northeastern University. *Psychological Reports*, 68(3), članak 782. <https://doi.org/10.2466/pr0.1991.68.3.782>
- Duncan, D. F. i Nicholson, T. (1991). Pornography as a source of sex information for students at a Southeastern State University. *Psychological Reports*, 68(3), članak 802. <https://doi.org/10.2466/pr0.1991.68.3.802>
- Foubert, J. D., Blanchard, W., Houston, M. i Williams, R. R. (2019). Pornography and sexual violence. *Springer eBooks* (str. 109–127). https://doi.org/10.1007/978-3-030-23645-8_7
- Guggisberg, M. (2020). Sexually explicit video games and online pornography – The promotion of sexual violence: A critical commentary. *Aggression and Violent Behavior*, 53, članak 101432. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2020.101432>
- Janghorbani, M., Lam, T. H. i The Youth Sexuality Study Task Force. (2003). Sexual media use by young adults in Hong Kong: Prevalence and associated factors. *Archives of Sexual Behavior*, 32, 545–553. <https://doi.org/10.1023/A:1026089511526>
- Joyal, C. (2017). Sexual fantasy. U: T. Shackelford i V. Weekes-Shackelford (Ur.), *Encyclopedia of evolutionary psychological science* (str. 1–3). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-16999-6_3363-1
- Joyal, C. C., Cossette, A. i Lapierre, V. (2014). What exactly is an unusual sexual fantasy? *The Journal of Sexual Medicine*, 12(2), 328–340. <https://doi.org/10.1111/jsm.12734>
- Kalichman, S. C. i Rompa, D. (1995). Sexual sensation seeking and sexual compulsivity scales: Reliability, validity, and predicting HIV risk behavior. *Journal of Personality Assessment*, 65(3), 586–601. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6503_16
- Kubicek, K., Beyer, W. J., Weiss, G., Iverson, E. i Kipke, M. D. (2010). In the dark: Young men's stories of sexual initiation in the absence of relevant sexual health information. *Health Education & Behavior: The official publication of the Society for Public Health Education*, 37(2), 243–263. <https://doi.org/10.1177/1090198109339993>

- Leitenberg, H. i Henning, K. (1995). Sexual fantasy. *Psychological Bulletin*, 117(3), 469–496. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.469>
- McKee, A. (2007). „Saying you’ve been at dad’s porn book is part of growing up”: Youth, pornography and education. *Metro Magazine*, 155, 118–122. <https://search.informit.org/doi/10.3316/ielapa.998335373790602>
- McKeown, J. K. L., Parry, D. C. i Light, T. P. (2018). „My iPhone changed my life”: How digital technologies can enable women’s consumption of online sexually explicit materials. *Sexuality & Culture*, 22(2), 340–354. <https://doi.org/10.1007/s12119-017-9476-0>
- Meline, C. W. (1976). Does the medium matter? *Journal of Communication*, 26(3), 81–89. <https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.1976.tb01908.x>
- Meston, C. M. (2006). The effects of state and trait self-focused attention on sexual arousal in sexually functional and dysfunctional women. *Behaviour Research and Therapy*, 44(4), 515–532. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.03.009>
- Nimbi, F. M., Galizia, R., Limoncin, E., Levy, T., Jannini, E. A., Simonelli, C. i Tambelli, R. (2023). Sexual desire and erotic fantasies questionnaire: The development and validation of the Erotic Fantasy Use Scale (SDEF2) on experience, attitudes, and sharing issues. *Healthcare*, 11(8), članak 1159. <https://doi.org/10.3390/healthcare11081159>
- Paul, B. i Shim, J. W. (2008). Gender, sexual affect, and motivations for internet pornography use. *International Journal of Sexual Health*, 20(3), 187–199. <https://doi.org/10.1080/19317610802240154>
- Price, J., Patterson, R., Regnerus, M. i Walley, J. (2015). How much more XXX is Generation X consuming? Evidence of changing attitudes and behaviors related to pornography since 1973. *The Journal of Sex Research*, 53(1), 12–20. <https://doi.org/10.1080/00224499.2014.1003773>
- Ramachandran, V. S. (2012). *Encyclopedia of human behavior*. Academic Press.
- Reissing, E. D., Andruff, H. L. i Wentland, J. J. (2010). Looking back: The experience of first sexual intercourse and current sexual adjustment in young heterosexual adults. *The Journal of Sex Research*, 49(1), 27–35. <https://doi.org/10.1080/00224499.2010.538951>
- Rothman, E. F., Daley, N. i Alder, J. (2019). A pornography literacy program for adolescents. *American Journal of Public Health*, 110(2), 154–156. <https://doi.org/10.2105/ajph.2019.305468>
- Satinsky, S., Reece, M., Dennis, B., Sanders, S. i Bardzell, S. (2012). An assessment of body appreciation and its relationship to sexual function in women. *Body Image*, 9(1), 137–144. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2011.09.007>
- Simon, W. i Gagnon, J. H. (1986). Sexual scripts: Permanence and change. *Archives of Sexual Behavior*, 15(2), 97–120. <https://doi.org/10.1007/bf01542219>
- Silva, E., Pascoal, P. M. i Nobre, P. (2016). Beliefs about appearance, cognitive distraction and sexual functioning in men and women: A mediation model based on cognitive theory. *The Journal of Sexual Medicine*, 13(9), 1387–1394. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2016.06.005>

- Solano, I., Eaton, N. R. i O'Leary, K. D. (2020). Pornography consumption, modality and function in a large internet sample. *The Journal of Sex Research*, 57, 92–103. <https://doi.org/10.1080/00224499.2018.1532488>
- Traeen, B., Spitznogle, K. i Beverfjord, A. (2004). Attitudes and use of pornography in the Norwegian population 2002. *The Journal of Sex Research*, 41(2), 193–200. <https://doi.org/10.1080/00224490409552227>
- Valkenburg, P. M. i van der Voort, T. H. A. (1994). Influence of TV on daydreaming and creative imagination: A review of research. *Psychological Bulletin*, 116(2), 316–339. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.116.2.316>
- Verplanken, B. i Orbell, S. (2003). Reflections on past behavior: A self-report index of habit strength. *Journal of Applied Social Psychology*, 33(6), 1313–1330. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2003.tb01951.x>
- Weinberg, M. S., Williams, C. J., Kleiner, S. i Irizarry, Y. (2010). Pornography, normalization, and empowerment. *Archives of Sexual Behavior*, 39(6), 1389–1401. <https://doi.org/10.1007/s10508-009-9592-5>
- Wilson, G. D. (2010). *Wilson's Sex Fantasy Questionnaire (SFQ)*. Cymeon.
- Wright, P. J., Sun, C., Bridges, A., Johnson, J. A. i Ezzell, M. B. (2019). Condom use, pornography consumption, and perceptions of pornography as sexual information in a sample of adult U. S. males. *Journal of Health Communication*, 24(9), 693–699. <https://doi.org/10.1080/10810730.2019.1661552>
- Ybarra, M. L. i Thompson, R. E. (2017). Predicting the emergence of sexual violence in adolescence. *Prevention Science*, 19(4), 403–415. <https://doi.org/10.1007/s11121-017-0810-4>

Qualitative Study of the Relationship Between the Use of Pornography and Sexual Fantasy

Abstract

The aim of this qualitative research study was to gain further insight into the relationship between pornography and sexual fantasy by exploring perception of these two behaviors separately and in relation to each other, with a special focus on how they change throughout the lifespan. Furthermore, the role of the format in which participants consume pornography was examined in relation to sexual fantasy. There were six male participants between the ages of 23 and 46 and eight female participants between the ages of 19 and 31. Data was collected through semi-structured in-depth interviews. Results suggest that participants recognized both positive as well as negative aspects of pornography and sexual fantasy, with many similarities in the positive aspects. The number of negative aspects was greater for pornography than for sexual fantasy. Participants perceive these two behaviors as sometimes intertwined, meaning they can complement each other. However, they can also be separate and used for different purposes, depending on various internal and external factors. Moreover, their relationship varied during different periods of the participant's lifespan. A higher frequency of one behavior sometimes interfered with the other, but never to the

point of complete termination. In addition, it has been shown that for some participants, the choice of a non-audiovisual pornography gave them more room to create sexual fantasies.

Keywords: pornography, sexual fantasy, pornography format, age differences, qualitative research

Primljeno: 12. 3. 2025.

Prilog 1.

Sociodemografska obilježja uzorka

	Spol	Dob	Zanimanje	Područje djelovanja
Sudionik 1	Ž	24	studentica	humanističke znanosti
Sudionik 2	M	25	samozaposlen	umjetnost
Sudionik 3	Ž	30	samozaposlena	pseudoznanost
Sudionik 4	Ž	24	studentica	društvene znanosti
Sudionik 5	M	27	student/zaposlen	društvene znanosti
Sudionik 6	Ž	26	studentica/zaposlena	humanističke znanosti
Sudionik 7	Ž	31	zaposlena	društvene znanosti
Sudionik 8	Ž	28	studentica	humanističke znanosti
Sudionik 9	M	27	zaposlen	biotehničke znanosti
Sudionik 10	Ž	22	studentica	humanističke znanosti
Sudionik 11	Ž	19	studentica	društvene znanosti
Sudionik 12	M	29	zaposlen	humanističke znanosti
Sudionik 13	M	46	nezaposlen	tehničke znanosti
Sudionik 14	M	23	zaposlen	tehničke znanosti

Prilog 2.

Vodič za intervju

Sociodemografska pitanja

Koliko godina imate? Jeste li trenutno zaposleni / studirate li? U kojemu području djelujete?

Pornografija

Kakav je vaš stav o pornografiji, vaše mišljenje o njoj, doživljaj te pojave?

Kakva je važnost pornografije u vašemu životu?

Kakav je razvojni tijek vašega odnosa s pornografijom tijekom života? Pod kakvim se utjecajima taj odnos mijenjao?

Što mislite, postoji li važnost korištenja pornografije općenito? Što pozitivno, a što negativno ona može donijeti u seksualni život?

Što mislite o pornografiji u doba novih tehnologija? Mislite li da su se način njezina korištenja i utjecaj mijenjali s dolaskom digitalnoga doba? Na koji način, što je po vašemu mišljenju drugačije?

Seksualno maštanje

Kakvi su vaš stav i mišljenje o seksualnome maštanju, vaš doživljaj te pojave?

Kakva je važnost seksualnoga maštanja u vašemu životu?

Kako se kroz vrijeme mijenjalo vaše iskustvo seksualnoga maštanja? Pod kojim se utjecajima ono mijenjalo?

Što mislite, koja je važnost seksualnoga maštanja? Što pozitivno, a što negativno ono može donijeti u seksualni život?

Što mislite, postoji li važnost maštanja općenito? Zašto bi bilo važno maštati?

Povezanost pornografije i seksualnoga maštanja

Kako vi vidite odnos pornografije i seksualnoga maštanja?

Mislite li da je moguće da pornografija, onako kako se danas u najvećemu opsegu konzumira (*mainstream* pornografija), može smanjiti sposobnost maštanja, odnosno generiranja vlastitih seksualno uzbuđujućih scenarija ili barem sposobnost da se takvi scenariji održe u glavi dovoljno dugo da izazovu uzbuđenje?

Mislite li da je lakše posegnuti za pornografijom kada se želite seksualno uzbuditi u odnosu na uključivanje u seksualno maštanje i smišljanje vlastitoga uzbuđujućeg scenarija?