

Revenge sex: slatka osveta ili gorka zabluda?

Talia Babić

Hrvatsko katoličko sveučilište

Odsjek za psihologiju

ORCID: 0009-0003-2630-394X

Sažetak

Nakon prekida ili nevjere ljudi mogu koristiti seksualne odnose za pomoć u nošenju sa svojim osjećajima uznemirenosti i da prebole svoje partnere ili im se osvete. Seks iz osvete poznat je kao seksualna aktivnost koju ljudi prakticiraju kako bi uzvratili bivšem ili trenutnom partneru. Iako seks iz osvete može pružiti privremeno olakšanje ili osjećaj kontrole, često vodi do dodatne emocionalne boli i komplikacija. Umjesto da pomogne u procesu ozdravljenja, kod određenih osoba može produbiti rane i otežati emocionalni oporavak. U ovom radu razmotrit će se okidači koji prethode seksu iz osvete, s naglaskom na prekid romantičnog odnosa i nevjeru partnera. Navest će se dosadašnja istraživanja o korištenju seksualnih odnosa za instrumentalne razloge poput osvete, kao i preporuke za buduća istraživanja. Nastojat će se dati odgovor na ključno pitanje: je li seks iz osvete slatka osveta ili gorka zabluda? S obzirom na neznatan broj istraživanja, postoji mnogo mjesta za nove spoznaje koje bi dovele do cjelovite slike o efektu seksa iz osvete.

Ključne riječi: osveta, motivi za seks, nevjera, povratni seks, seks iz osvete, suočavanje s prekidom

Uvod

Osveta se definira kao radnja reagiranja na neku uočenu štetu ili pogrešno postupanje druge osobe, s namjerom nanošenja štete, ozljede, nelagode ili kazne osobi koja se smatra odgovornom (Aquino i sur., 2001). Osobe se upuštaju u osvetu kako bi uravnotežile dobitke i gubitke uzrokovane napadom, *izjednačile rezultat*, vratile dostojanstvo i kontrolu nad situacijom (Fitness, 2001). Osveta, posebno u romantičnim odnosima, popularna je tema mnogih filmova, serija i pjesama. Pritom postoje razne vrste osvete, od fizičke do osvete opisane sljedećim stihovima:

„Dobro došao u klub, sjedi, udobno se smjesti / Prevarenih ima svud, zar to nisu dobre vijesti? / Mene ti, a tebe ja - ama svima to se desi / Dobro došao u klub, oko za oko, zub za zub” (Vučković, 2013). Pjesma *Dobrodošao u klub* hrvatske pjevačice Severine spominje jednu specifičnu vrstu osvete – seks iz osvete (engl. *revenge sex*). Seks iz osvete definira se kao upuštanje u seksualnu aktivnost s trećom stranom s ciljem nanošenja boli i patnje trenutnom ili bivšem partneru (Jefferson i sur., 2024). Odnosno, osoba stupa u seksualnu aktivnost kako bi uzvratila partneru ili ga učinila ljubomornim. No osoba se može upustiti u seks iz osvete i kako bi podsjetila bivšeg partnera što propušta, izrazila ljutnju ili iskoristila nekog drugog jer se osjeća poniženo (Barber i Cooper, 2013).

Seks iz osvete javlja se kao posljedica gubitka romantičnog partnera, odnosno kao reakcija na prekid ili nevjeru voljene osobe. Ovakav gubitak prati povećan osjećaj uznemirenosti, ljutnje te smanjenog samopoštovanja (Barber i Cooper, 2013). Upravo je ljutnja jedna od najčešćih emocija koju su povrijeđene osobe sklone izraziti nanošenjem emocionalne ili fizičke boli osobi za koju vjeruju da je kriva za njihovu patnju (Jefferson i sur., 2024). Sklonost ovakvoj seksualnoj aktivnosti smatra se uobičajenom kod ljudi koji su bili ostavljeni ili koji su izašli iz predane, kvalitetne ili dugotrajne veze. Razlog tomu krije se u doživljaju većeg stresa i nižeg samopoštovanja nakon prekida, za razliku od onih koji su ostavljajući ili su izašli iz manje predane, kvalitetne ili kraće veze. Konkretno, pretpostavlja se da prekid više utječe na *ostavljene*, dijelom zato što nisu predvidjeli ili odabrali prekid, dok je *ostavljatelj* imao tu spoznaju i bio na to spreman (Davis i sur., 2003).

Kao bilo koja druga osveta, ovakav čin u romantičnim odnosima često je poput dvosjeklog mača – s jedne strane uključuje užitak, a s druge produbljuje bol i ostavlja posljedice koje je teško prevladati. Seks iz osvete smatra se problematičnim ili neprilagodljivim oblikom seksualnog ponašanja koje se javlja nakon prekida ljubavne veze zbog povezanosti s neugodnim emocijama poput ljutnje i povrijeđenosti te izbjegavajućim načinom suočavanja s prekidom (Barber i Cooper, 2013). Ipak, u telefonskoj anketi koju je proveo ABC News (2004) na nasumičnom uzorku od 1501 odrasle osobe iz SAD-a, 10 % ispitanika izvijestilo je o sudjelovanju u osvetničkom seksu (seksualni odnos s nekim samo da bi se osvetili drugoj osobi), a stope su bile još više među mladim odraslim osobama u dobi od 18 do 29 godina (16 % za osvetnički seks). Postavlja se pitanje je li seks iz osvete samo gorka zabluda koja čini stvari gorima ili slatka osveta koja ima određene prednosti za pojedinca? Ovaj je rad usmjeren na dobivanje odgovora na navedeno pitanje kroz

prikaz seksa iz osвете kao seksualnog motiva nakon prevare i prekida te njegovih karakteristika i posljedica.

Prethodnice

Prekid odnosa. Mnogi na prekid odnosa gledaju kao razoran i stresan životni događaj koji zahtijeva suočavanje i oporavak (Machia i sur., 2022). Dvije dominantne psihološke reakcije koje slijede gubitak ljubavne veze su pojačani negativni afekt, uključujući osjećaje tuge, ljutnje, mržnje, ogorčenosti, usamljenosti, krivnje, frustracije, ljubomore i povrijeđenosti, te smanjeni osjećaj vlastite vrijednosti (Davis i sur., 2003). Iako postoji neznatan broj istraživanja tijekom vremena, ona ukazuju kako se pojedinci nakon mjesec dana više ne osjećaju uznemireno zbog prekida, dok osjećaji ljutnje mogu trajati dulje (Barber i Cooper, 2013; Sbarra i Emery, 2005; Sbarra, 2006). Međutim, predanost, trajanje i kvaliteta veze, ali i uloga u prekidu, povezani su s doživljajem više uznemirenosti odmah nakon prekida i tijekom sljedećih šest mjeseci (Sprecher i sur., 1998). Odnosno, u slučaju prekida, osobe koje su izašle iz predanijih ili kvalitetnijih i dugotrajnijih ljubavnih veza, kao i oni koji su bili ostavljeni, imaju veću vjerojatnost doživjeti više razine uznemirenosti (Sprecher i sur., 1998). Nadalje, osobe koje su prekinule vezu češće su prijavljivale pozitivne ishode (olakšanje, sreća, sloboda), a rjeđe negativne (tuga, depresija, nesanicu, gubitak apetita, socijalno povlačenje, ljubomora, gubitak samopoštovanja, osjećaj neuspjeha i beznađa), dok su osobe koje su odlučile imati zajednički prekid bile između dvije krajnosti i za pozitivne i za negativne ishode (olakšanje s jedne strane i tuga s druge strane) te osjećale manje ogorčenosti oko prekida (Carter i sur., 2018).

Nakon prekida veze neke se osobe upuštaju u seksualne odnose s nepoznatim ljudima kako bi se nosile s neugodnim emocijama i podigle svoje samopoštovanje. Barber i Cooper (2013) ispitali su put oporavka nakon prekida romantične veze koja je trajala dulje od osam mjeseci, pri čemu su promatrali obrasce promjene u negativnom afektu, samopoštovanju, broju seksualnih partnera i motivima za seksualne odnose. Proveli su istraživanje u trajanju od 12 tjedana, pri čemu su studenti jednom tjedno putem ankete izvještavali o svom nedavnom raspoloženju, samopoštovanju i seksualnom iskustvu. Oni koji su imali seksualne odnose u proteklom tjednu ispunili su pitanja o svojim seksualnim iskustvima s najviše dvama različitim partnerima i o

motivima u podlozi tih iskustava, dok su sudionici koji ih nisu imali ispunili alternativni niz pitanja (seksualna želja, samozadovoljavanje itd.) Također, ispitali su prediktivnu ulogu karakteristika veze i njezinog prekida u obrascima oporavka te psihološke i motivacijske prediktore upuštanja u seksualne odnose nakon prekida (Barber i Cooper, 2013). Utvrdili su kako je jedna četvrtina do jedne trećine studenata, od ukupno 170, izjavila da su imali seksualne odnose unutar četiri tjedna od prekida kako bi se osvetili ili preboljeli bivšeg partnera. Zatim je uslijedio značajan pad u učestalosti seksualnih odnosa zbog osvete ili preboljenja bivšeg partnera tijekom vremena od 12 tjedana. Pojedinci čiji su partneri inicirali prekid prijavili su jače osjećaje uznemirenosti i veću ljutnju četiri tjedna nakon prekida te su izvijestili o značajno višim razinama motiva suočavanja i samopotvrđivanja (o kojima će biti više riječi kasnije), povratnog seksa i seksa iz osvete (Barber i Cooper, 2013). Slični rezultati utvrđeni su i za pojedince iz dugotrajnih veza koji su prijavili povišene razine seksa iz osvete neposredno nakon prekida; te su razine zatim naglo pale i ujednačile se oko 13 tjedana nakon prekida (Barber i Cooper, 2013). Osobe koje su izvještavale o motivima povratnog seksa, seksa iz osvete, suočavanja i afirmacije imale su značajno veću vjerojatnost za odnose sa strancem do četiri tjedna nakon prekida nego oni s niskim razinama tih motiva (Barber i Cooper, 2013). Ovi nalazi sugeriraju kako osobe koje koriste povratni seks ili seks iz osvete kao strategiju oporavka od prekida i nošenja s osjećajima uznemirenosti i ljutnje imaju veće poteškoće pri prelasku na novo i stabilno partnerstvo. Odnosno, za određene pojedince upuštanje u povratni seks ili seks iz osvete kako bi se nosili s prekidom doprinosi sporijem oporavku od prekida te upuštanju u rizičnija ponašanja poput učestalih promjena seksualnog partnera (Barber i Cooper, 2013). Međutim, potrebno je ove rezultate uzeti s dozom opreza jer se radi o istraživanju na uzorku sastavljenom prvenstveno od studenata na prvoj godini fakulteta. Dovodi se u pitanje u kojoj su mjeri uočene promjene posljedica samog prelaska na fakultet, a u kojoj oporavka od prekida veze. Također, samo je mali broj sudionika prekinuo vezu u razdoblju od tri tjedna prije istraživanja što je uvelo nesigurnost u procjenu učinaka tijekom prvih nekoliko tjedana. Utvrđeno je kako ostavljeni studenti doživljavaju veću uznemirenost nakon prekida, a (2)upravo kroz taj put uznemirenosti (1)postoji veća vjerojatnost da će (3)imati seksualne odnose kako bi preboljeli bivšeg partnera (Barber i Cooper, 2013). Ključ oporavka nalazi se u suočavanju s osjećajima uznemirenosti i ljutnje koji duže traju i vjerojatno koče osobu u nastavku sa životom.

Nevjera. Nevjera ili preljub definira se kao seksualni i/ili emocionalni čin osobe koja je u predanoj vezi, pri čemu se taj čin događa izvan primarne veze i predstavlja povredu povjerenja i/ili

kršenje pravila dogovorenih između para (Moller i Vossler, 2014). Razlozi za upuštanje u čin nevjere su razni, a najistaknutiji su nezadovoljstvo bračnim odnosom i/ili partnerom, potraga za novim seksualnim iskustvima, seksualno nezadovoljstvo s partnerom, želja za slobodom i odvajanje od rutine (Scheeren i sur., 2018). Nadalje, utvrđene su i spolne i rodne razlike u razlozima varanja, pri čemu su muškarci iznosili više seksualnih opravdanja, dok su razlozi žena bili vezani uz emocionalnu intimnost (Glass i Wright, 1992, prema Scheeren i sur., 2018; Drigostas i sur., 1999, prema Scheeren i sur., 2018). Navedene razlike vidljive su i u istraživanju Goldenberga (2011, prema Scheeren i sur., 2018) koji navodi fizičku privlačnost, želju, strast, priliku, zavođenje, mušku prirodu i instinkt kao glavne razloge za nevjeru u muškaraca. S druge strane, istaknuti razlozi za nevjeru kod žena bili su nezadovoljstvo partnerom, nedostatak ljubavi, povećanje samopoštovanja, osvetoljubivost i nepoželjnost kod partnera. Pronađena je poveznica nevjere s vlastitim anksioznim stilom privrženosti, ljutnjom, seksualnom željom te niskim samopoštovanjem (Weiser i sur., 2023). Također, karakteristike odnosa, kao što su manja predanost, ljubav prema partneru, kvaliteta veze i zadovoljstvo vezom, povezane su s nevjerom (Weiser i sur., 2023). U usporedbi s drugim prijestupima (aktivna i pasivna disocijacija, kriticism i obmana), nevjera je ocijenjena najozbiljnijom u smislu osjećaja povrijeđenosti, destruktivnog ponašanja žrtve i dugoročnih učinaka na dobrobit svake osobe i veze (Feeney, 2004). Samo iskustvo nevjere, i počinjene i doživljene, prati negativnije ponašanje u vezi, niže seksualno zadovoljstvo, psihološka uznemirenost i ponašanja koja ugrožavaju zdravlje kod obaju partnera u odnosu (Weiser i sur., 2023). Međutim, već i sama sumnja na nevjeru povezana je s lošom relacijskom, fizičkom i emocionalnom dobrobiti. Naime, studenti koji su sumnjali na nevjeru izvijestili su o većoj uznemirenosti, depresiji, fizičkim zdravstvenim problemima i rizičnim ponašanjima (Weigel i Shrout, 2021). Vjerojatnost za sumnju posebno je izražena kod osoba kojima se lagalo u prethodnim vezama ili su sumnjali da je njihov prvi partner nevjeran (Knopp i sur., 2017). Sumnja na nevjeru također je bila pozitivno povezana s negativnim ponašanjem vezanim uz zadržavanje partnera (emocionalna manipulacija, prijetnje, restrikcije društvenih interakcija partnera) i ponašanjima koja izazivaju ljubomoru (Weiser i sur., 2023). Upravo kako bi se žrtve nevjere nosile s osjećajima ljutnje, izdaje i bijesa, sudjeluju u neprijateljskim, štetnim ili na drugi način destruktivnim ponašanjima prema nevjernom partneru.

Na spoznaju ili sumnju u partnerovu seksualnu nevjeru ljudi mogu sudjelovati u činu uzvratne nevjere (engl. *retaliatory infidelity*), pri čemu odgovaraju na partnerovu seksualnu izdaju

istom mjerom (Warach i Josephs, 2019). Iako slična seksu iz osвете, uzvratna nevjera javlja se kao odgovor na preljub partnera tijekom odnosa. Učestalost ovakve reakcije je mala, ali je ipak vrijedna spomena. O rijetkosti uzvratne nevjere studenata (Meston i Buss, 2007) i odraslih žena (Armstrong i Reissing, 2015; Wood i sur., 2014) govore tri istraživanja koja su koristila YSEX? upitnik. Osvetoljubivi razlozi za seksualne odnose (npr. „Želio sam se osvetiti svom partneru što me prevario“ i „Želio sam postići jednak rezultat s partnerom koji vara“) bili su najmanje učestali razlozi za prakticiranje istih. U jednom istraživanju bračne nevjere (Scheeren i sur., 2018) koje je uključivalo 237 odraslih Brazilaca u izvanbračnoj zajednici ili u braku, autori su ispitali iskustvo počinjene nevjere s obzirom na učestalost, vrste ponašanja i razloge za traženje veze izvan primarne veze. Samo 2,6 % sudionika, od čega 3,4 % žena i 1,5 % muškarca, kao uzrok nevjere istaknulo je osvetu, ljutnju ili neprijateljstvo (Scheeren i sur., 2018). Nadalje, longitudinalna istraživanja pokazuju da sumnja na seksualnu nevjeru romantičnog partnera i/ili znanje o takvoj nevjeri tumače nevjeru kao osvetu (Madox Shaw i sur., 2013). Iako se kao vodeći prediktor nevjere spominje manjak predanosti, utvrđeno je kako je namjera sudjelovanja u seksu iz osвете u slučaju percepcije nevjere partnera jednako dobar prediktor kao i predanost u pogledu predviđanja vjerojatnosti počinjene nevjere (Jefferson i sur., 2024). Postoje i implicitna društvena očekivanja da je osvetnička nevjera opravdana (Warach i Josephs, 2019). Svakako su stvarne stope incidencije uzvratne nevjere još uvijek nepoznanica, što je indikator za potrebu novih istraživanja kako bi se bolje razumjela razlika između uzvratne nevjere i seksa iz osвете, kao i povezanost seksa iz osвете s nevjerom, a posljedično i učinak takve osвете na osobu koja je doživjela nevjeru od strane partnera.

Seks iz osвете naspram povratnog seksa

Seks iz osвете često se poistovjećuje s povratnim seksom (engl. *rebound sex*). Iako imaju neke sličnosti, to su dva različita pojma. Prema uvriježenom vjerovanju, ljudi koji se oporavljaju od prekida emocionalno su ranjivi i smanjenog samopoštovanja, što obično prati gubitak partnera u vezi, te su izloženi povećanom riziku od upuštanja u vezu s neprikladnim partnerom ili donošenja loših odnosno rizičnih seksualnih odluka nakon prekida (Davis i sur., 2003). Posljedično mogu imati seks kako bi podigli samopoštovanje, ublažili bol i usamljenost ili preboljeli prekid. Seksualna aktivnost s nekim kao sredstvo ublažavanja osjećaja prema osobi s kojom je odnos

završio prekidom naziva se povratni seks (Jefferson i sur., 2024). Za razliku od seksa iz osvete, gdje su glavni motivi ljutnja i želja da se povrijedi bivši partner, povratni seks ima svrhu ublažiti bol od gubitka i zaboraviti ili preboljeti bivšeg partnera. No stvarne pojave povratnog seksa čine se relativno rijetkima. U telefonskoj anketi koju je proveo ABC News (2004) oko 20 % ispitanika izvijestilo je o sudjelovanju u povratnom seksu (definirano kao seksualni odnos s nekim samo da pojedincu pomogne preboljeti propalu vezu). Međutim, ova dva pojma dijele mnoge zajedničke karakteristike. Prvenstveno, postoji implicitna pretpostavka da je izgubljena veza bila smisljena i barem donekle ozbiljna. I seks iz osvete i povratni seks povezani su s povišenim razinama negativnog afekta i povećanog stanja potrebe prije upuštanja u seksualni odnos, čime se povećava vjerojatnost da će osobe koje se oporavljaju ući u novi odnos (Barber i Cooper, 2013). No, budući da se odnos događa zbog neprilagođenih ili patogenih razloga, ta iskustva vjerojatno neće dovesti do pozitivnih ishoda ili zdravoj i trajnoj vezi s novim seksualnim partnerom (Cooper i sur., 1998).

Barber i Cooper (2013) u svom su istraživanju koristile longitudinalnu metodu *online* dnevnika za ispitivanje tijeka psihološkog oporavka i seksualnog iskustva nakon prekida romantične veze kod 170 studenata. U skladu s društvenim očekivanjima, upuštanje u seksualni odnos kako bi se prebolio partner (povratni seks) ili kako bi se osvetilo bivšem partneru (seks iz osvete) češće je odmah nakon prekida, a zatim je s vremenom sve rjeđe, kao i vjerojatnost seksualnih odnosa s novim partnerom. Vjerojatnost sudjelovanja u povratnom seksu ili seksu iz osvete veća je kod osoba koje su ostavljene, pri čemu su tijekom oporavka zadržali veću količinu ljutnje. Također, sudionici koji su koristili seksualne odnose za podizanje vlastitog samopoštovanja, kako bi se suočili s uznemirenosti, preboljeli bivšeg partnera ili mu se osvetili, imali su značajno veću vjerojatnost za seksualni odnos sa strancem četiri tjedna nakon raskida nego njihovi kolege kojima to nisu bili glavni razlozi za seksualne odnose nakon raskida (Barber i Cooper, 2013). Pri tome, oni kojima je razlog upuštanja u seksualne odnose bio preboljeti bivšeg partnera (povratni seks) nastavili su imati seksualne odnose s novim partnerima u jednakoj ili većoj mjeri, što upućuje na poteškoće u prijelazu na stabilan novi odnos (Barber i Cooper, 2013). Upravo navedeno istraživanje pokazuje postojanje obaju motiva, seksa iz osvete i povratnog seksa, te radi distinkciju između njih. To su dva različita motiva koja imaju svoje sličnosti, ali i iza kojih se krije drugačija namjera, što je vidljivo i iz rezultata istraživanja koja pokazuju razliku u prilagodbi i prelasku na novi odnos, pri čemu je utvrđeno kako osobe koje sudjeluju u seksu kako bi preboljele partnere imaju veće poteškoće s prelaskom na stabilno novo partnerstvo (Barber i Cooper, 2013).

Svakako, potrebna su daljnja istraživanja ovih dvaju pojmova kako bi se utvrdile dodatne razlike i posljedice svakog od motiva.

Seks iz osвете kao seksualni motiv

Koji su uopće motivi za upuštanje u seksualne odnose i je li seks iz osвете jedan od njih? U početku su Cooper i njezini kolege (1998) identificirali šest psiholoških motiva koji se mogu razumjeti pomoću dvaju motivacijskih sustava: približavanje i izbjegavanje. Motivi poboljšanja (npr. seksualni odnosi zbog uzbuđenja) i intimnosti (npr. seksualni odnosi radi bliskosti s drugom osobom) smatraju se motivima približavanja jer uključuju traženje pozitivnih nagrada. Oba motiva pozitivno su povezana sa seksualnim zadovoljstvom i učestalosti seksualnih odnosa, pri čemu poboljšanje prvenstveno služi kao čimbenik promicanja rizika (npr. mnogo seksualnih partnera), dok intimnost potiče manji broj partnera i dublju povezanost (Cooper i sur., 1998). S druge strane, u motive izbjegavanja spadaju motivi suočavanja (npr. seks radi suočavanja s negativnim osjećajima), samopotvrđivanja (npr. seksualni odnosi za podizanje samopoštovanja), odobravanja partnera (npr. seksualni odnosi zbog izbjegavanja odbijanja od partnera) i odobravanja vršnjaka (npr. seksualni odnosi kako bi se uklopio u svoju grupu vršnjaka) (Cooper i sur., 1998). Pritom, motivi izbjegavanja rjeđe se navode nego motivi približavanja. Iako nisu posebno identificirali motive seksa iz osвете i povratnog seksa, oni bi se vjerojatno smatrali motivima za izbjegavanje jer su potaknuti potrebom za izbjegavanje neugodnih emocija (Barber i Cooper, 2013).

Osim upitnika seksualnih motiva Cooper i suradnika (1998), za procjenu motivacije za seksualne odnose napravljen je YSEX? upitnik (Meston i Buss, 2007) koji sadrži osvetu kao motiv. Upitnik sadrži četiri faktora višeg reda (tjelesni razlozi, postizanje cilja, emocionalni razlozi i nesigurnost) i 13 faktora nižeg reda. Pod *tjelesne razloge* ubrajaju se smanjenje stresa, zadovoljstvo, tjelesna poželjnost i traženje novih seksualnih iskustva. *Postizanje cilja* uključuje resurse, društveni status, osvetu i utilitarnost. *Emocionalni faktori* nižeg reda su ljubav i predanost te ekspresija, dok *nesigurnost* uključuje podizanje samopoštovanja, dužnost/pritisak i čuvanje partnera. No, od svih motiva, postizanje cilja i njegovi podtipovi, u koje se ubraja i osвета, najmanje su motivirali i na povremene seksualne odnose i na seksualne odnose u posvećenoj vezi, bez obzira na seksualnu privlačnost ili spol seksualnog partnera (Armstrong i Reissing, 2015). Iz

navedenog je vidljivo da, iako nije učestala, osveta je prepoznati motiv za upuštanje u seksualne odnose.

Po pitanju nevjere, razlozi koji navode ljude da se upuste u odnos s nekim izvan veze su različiti. U jednom od prvih znanstvenih istraživanja ove teme Glass i Wright (1992, prema Scheeren i sur., 2018) naveli su četiri opravdanja: seksualno opravdanje, romantična ljubav, emocionalna intimnost i vanjska motivacija koja uključuje osjećaj osвете za pretrpljenu izdaju. Nadalje, Drigotas i suradnici (1999, prema Scheeren i sur., 2018) predstavili su pet kategorija za općenito opravdavanje nevjere: seksualno zadovoljstvo, emocionalno zadovoljstvo, društveni kontekst, pravila i stavovi te osveta/neprijateljstvo povezano sa željom za osvetom za pretrpljenu izdaju. Osveta kao razlog nevjere spomenuta je i u drugim, novijim istraživanjima, bilo kao osveta ili u obliku ljutnje, želje za kažnjavanjem partnera ili legitimiteta (Scheeren i sur., 2018). U nedavnom narativnom istraživanju (Varma i sur., 2023) 40 odraslih heteroseksualnih sudionika kao glavne razloge spomenuli su brojne motivacijske čimbenike koji pridonose nevjeri u odnosima, a koji su podijeljeni u četiri čimbenika: osobni čimbenici (potreba za istraživanjem, nesigurnost oko *prave osobe*, manjak kontrole), čimbenici veze (nezadovoljstvo, seksualno nezadovoljstvo, nezdrav odnos, fizička udaljenost, zanemarivanje, nekompatibilnost, osveta), treća strana (ljubav, validacija vlastite vrijednosti, zbližavanje, privlačnost) i situacijski čimbenici (životni događaji, okidači, prilika). No dominantni razlozi nevjere uglavnom se odnose na nezadovoljstvo bračnim odnosom i/ili partnerom ili na traženje romantične ljubav, a ne toliko na osvetu (Varma i sur., 2023). Stoga, može se zaključiti kako je osveta kao motiv za upuštanje u seksualne odnose prepoznata i prisutna u mnogim istraživanjima, pogotovo kada se radi o nevjeri i uzvratnoj nevjeri, ali nije uobičajena i normativna.

Slatka osveta ili gorka zabluda?

Oko za oko, zub za zub. Poslovica koju su čule mnoge generacije, a označava želju za osvetom kao odgovor na izdaju. Dakle, želja za osvetom nesumnjivo je snažna, a hoće li doći do osвете ovisi o individualnim karakteristikama same osobe, poput samokontrole. Naime, osveta može uzrokovati probleme, osobito kada sam čin osвете predstavlja izdaju u odnosu koja potiče daljnju osvetu u ciklusu *milo za drago* (Fitness, 2001). U odnosima ovaj ciklus predstavlja

fenomen uzajamne nevjere koja na kraju dovodi do prekida veze. No osveta se može dogoditi kada veza završi, a jedan od partnera ne oprostí drugome percipirano poniženje, poput nevjere ili prekida.

Slatka osveta. Za neke osobe osveta je praćena osjećajem zadovoljstva i može se koristiti za popravak raspoloženja (Chester i DeWall, 2017). Brumbaugh i Fraley (2014) nastojali su istražiti fenomen *povratne veze* (engl. *rebound relationship*), a pritom su promatrali učinke ulaska u novu vezu i vremena proteklog od prekida do nove veze na osobnu dobrobit studenata i njihovu novu ljubavnu vezu. Povratna veza definira se kao odnos koji je započeo nedugo nakon završetka značajne romantične veze, a prije nego što su osjećaji o bivšoj vezi u potpunosti razriješeni (Brumbaugh i Fraley, 2014). Sudionici su morali ispuniti upitnik koji uključuje pitanja o stilu privrženosti, dobrobiti, samopoštovanju te osjećajima vezanim uz sebe, bivšeg i novog partnera. Rezultati sugeriraju da su osobe koje su brzo sklopile novi odnos doživjele neke osobno korisne ishode, kao što je visoko samopoštovanje, pri čemu im je stupanje u novi odnos pomoglo da prestanu biti romantično vezani uz svoje bivše partnere. Drugim riječima, imati novog partnera može biti učinkovito jer omogućava osobama brže preboljeti bivšeg partnera, čak ako je do prekida došlo nedavno i postojala je želja za osvetom na početku nove veze (Brumbaugh i Fraley, 2014). Također, u istraživanju Clementea i Espinosae (2021) pronađena je pozitivna povezanost osvete s emocionalnim olakšanjem ili zadovoljstvom, pri čemu je to olakšanje dvostruko u slučaju nevjere partnera kao glavnog konflikta. Naime, 2142 odrasle osobe ispunile su upitnik koji su razvili autori kako bi procijenili vrstu reakcije sudionika nakon što su sebe percipirali kao žrtve prijestupa koji je počinio njihov partner, a koji je doveo do prekida para (Clemente i Espinosa, 2021). Polovica ljudi koja se osjećala kao žrtva partnerskog prijestupa pokazala je osvetničke reakcije koje su više emocionalne nego racionalne (razmišljanje o osveti, razmišljanje o ozljeđivanju drugih), a povezane su s emocionalnim olakšanjem, posebno u slučaju nevjere partnera (Clemente i Espinosa, 2021). Upravo Eadeh i suradnici (2017) razvili su *gorke-slatki model* koji objašnjava dvije afektivne reakcije osvetničkog ponašanja: pozitivnu, odnosno slatku reakciju i negativnu, odnosno goru reakciju. Prema tom modelu, upravo osjećaj zadovoljstva za ostvarenu pravdu (uzvratna nevjera) označava pozitivnu (*slatku*) afektivnu reakciju. Nadalje, već spomenuto istraživanje Barber i Cooper (2013) pokazalo je kako su odmah nakon prekida ljudi motivirani na seksualne odnose kako bi se nosili s osjećajima uznemirenosti, preboljeli svoje bivše partnere ili im uzvratili. S obzirom na to da se ti motivi s vremenom smanjuju, rezultati istraživanja podupiru

ideju da barem neki ljudi koriste seksualne odnose kao kratkoročnu strategiju suočavanja neposredno nakon gubitka veze (Barber i Cooper, 2013). Stoga, upuštanje u seks iz osвете može igrati ulogu u procesu zacijeljenja te biti zdrav i neophodan dio nastavka života osoba nakon raskida odnosa.

Gorka zablude. Osveta se općenito smatra nezdravom, ali zapravo se sama po sebi ne može klasificirati kao zdravi ili patološki fenomen (Jacoby, 1983, prema Fitness, 2001). Ona je važno stanje uma koje ima potencijal biti destruktivno za one koji ruminiraju o njoj i imaju određenu dimenziju ličnosti (Grobbink i sur., 2014). Konkretnije, kod osoba koje imaju izraženije osobine mračne trijade, osobito psihopatije i makijavelizma, postoji veća vjerojatnost osвете romantičnom partneru nakon nevjere jer je mračna trijada povezana s povećanjem percepcije učinkovitosti osвете i podržavanjem ciljeva moći i pravde (Clemente i Espinosa, 2021). Osvetnički čin također ih tjera da više razmišljaju o interpersonalnom prijestupu koji je uopće motivirao osvetu, a prema *gorko-slatkom modelu* (Eadeh i sur., 2017) to označava negativni (*gorak*) afektivni odgovor. S obzirom na to da su negativni psihološki ishodi povezani s prekidom odnosa, smatra se da su pojedinci emocionalno ranjivi nakon prekida te skloniji donošenju loših odluka ili rizičnom ponašanju. Naime, vjerojatnost za pronalazak novog seksualnog partnera bila je povećana neposredno nakon prekida (Barber i Cooper, 2011). Pojedinci koji su nedavno prekinuli vezu izvijestili su o češćoj mjesečnoj promjeni seksualnih partnera u prošloj godini u usporedbi s onima koji su prekinuli prije dužeg vremena (Wade i DeLamater, 2002). Cooper i suradnici (1998) razlikuju šest seksualnih motiva: poboljšanje, intimnost, suočavanje, samopotvrđivanje, odobravanje partnera i odobravanje vršnjaka. Pritom, ispitali su na adolescentima i studentima ulogu seksualnih motiva u predviđanju različitih obrazaca preuzimanja seksualnog rizika i poprečno i longitudinalno. Seksualni odnos radi suočavanja s negativnim učinkom prekida povezan je s nizom negativnih ishoda kao što su ležerniji i rizičniji seksualni partneri (Cooper i sur., 1998). No kao veliko ograničenje mora se uzeti starost istraživanja i ograničenost broja seksualnih motiva.

Nadalje, seksualni odnosi kojima je svrha nositi se s gubitkom veze mogu predstavljati kočnicu u prebolijevanju prekida. U longitudinalnom istraživanju o motivima za seksualne odnose nakon prekida kod studenata Barber i Cooper (2011) otkrili su da su seksualni motivi povratnog seksa i seksa iz osвете pozitivno povezani s neugodnim emocijama doživljenim nakon prekida

veze. Pojedinci koji su prijavili korištenje seksualnih odnosa kako bi se nosili s gubitkom veze nastavili su ih imati s novim partnerima čak i nakon osam mjeseci. Njihovo otkriće upućuje na to da seksualni odnosi iz ovih razloga mogu biti potaknuti željom za izbjegavanjem ili suočavanjem s negativnim učincima, ljutnjom i ljubomorom prema bivšem partneru, kao i gubitkom, usamljenošću ili niskim samopoštovanjem nakon prekida. S obzirom na povezanost motiva povratnog seksa i seksa iz osвете s izbjegavajućim razlozima (Barber i Cooper, 2011) koji su dosljedno povezani s lošom prilagodbom, može se argumentirati da je seksualni odnos iz ovih razloga neprilagodljiv ili nezdrav (Cooper i sur., 1998). Ovi nalazi sugeriraju da ovakvo ponašanje označava nedostatak oporavka i nesposobnost za prelazak u novu vezu. Odnosno, seks iz osвете ne doprinosi zdravom suočavanju s prekidom ili nevjerom, već održava negativne obrasce ponašanja i osjećaj uznemirenosti što može otežati emocionalni oporavak.

Buduća istraživanja

Istraživanja koja uključuju seks iz osвете su malobrojna. Uglavnom se odnose na seksualne motive i ponašanja uslijed prekida odnosa ili nevjere partnera, kao i na razne oblike osвете nakon preljuba. U većini istraživanja (Armstrong i Reissing, 2015; Barber i Cooper, 2011; Cooper i sur., 1998) glavni su sudionici studenti koji su prekinuli s partnerom najmanje tri tjedna prije provedbe istraživanja. Korištene su retrospektivne metode te metoda dnevnika. Buduća istraživanja trebala bi se osvrnuti na individualne karakteristike osoba sklonih seksu iz osвете poput osobina mračne trijade koje su se pokazale značajnim prediktorima osvetničkih misli, emocija i radnji, pri čemu je psihopatija bila najjači prediktor (Clemente i Espinosa, 2021). Pitanje promjene želje za seksom iz osвете s obzirom na dob neistraženo je područje. Razlozi za upuštanje u seksualni odnos nedvojbeno se razlikuju prema dobnoj skupini i razini spolnog funkcioniranja i za očekivati je da će se mijenjati tijekom vremena (Meston i Buss, 2007). Osim individualnih karakteristika, bilo bi korisno ispitati odnosa i njihovu prediktivnu ulogu u upuštanju u seks iz osвете. Osobe iz kraćih veza prijavile su znatno rjeđe upuštanje u seks iz osвете neposredno nakon prekida, za razliku od osoba iz dužih veza kod kojih je seks iz osвете češći (Barber i Cooper, 2013). Stoga, bilo bi dobro istražiti povezanost karakteristika odnosa poput komunikacije, emocionalne povezanosti i zadovoljstva odnosom sa seksom iz osвете. Tu se dovodi u pitanje i vrsta odnosa te moguće razlike u upuštanju u seks iz osвете između osoba koje su u bračnoj i vanbračnoj vezi.

Budući da na određene pojedince upuštanje u seksualne odnose nakon prekida može pozitivno djelovati na preboljene bivšeg partnera, a na druge ne, bilo bi korisno ispitati kojim osobama ili u kojim okolnostima seks iz osвете pomaže, a u kojima odmaže u oporavku od gubitka veze. Također, kao nepoznanice se javljaju kratkoročne i dugoročne posljedice seksa iz osвете na psihičko zdravlje i dobrobit osobe, kao i vremenski razmak između upuštanja u seks iz osвете i događaja koji je prethodio (prekid ili nevjera). U većini se društva na seks iz osвете gleda u negativnom svjetlu, ali postoje određene zemlje koje podržavaju čin osвете više nego druge (Fitness, 2001). Stoga, iduća bi istraživanja trebala uzeti u obzir i kulturu te njezine norme, odnosno kako neka kultura percipira i prakticira seks iz osвете. Prilikom interpretacije rezultata važno je biti na oprezu jer se do sada radilo o korelacijskim istraživanjima. Za bolje razumijevanje seksa iz osвете poželjne su uzročno-posljedične veze, no dovodi se u pitanje etičnost i izvedivost eksperimenta s obzirom na to da se radi o intimnom činu. U ovom trenutku još uvijek je nedovoljno istražen fenomen da bismo govorili o njegovoj prirodi i utjecaju na pojedinca sa sigurnošću. No, uzimajući u obzir dosadašnje nalaze, oni su dobar temelj za iduća istraživanja osвете kao seksualnog motiva. Daljnja istraživanja mogu doprinijeti boljem razumijevanju ovog fenomena, njegovih posljedica, kao i uloge seksualnih motiva i ponašanja u oporavku od romantičnoga gubitka.

Zaključak

Osveta je čin kojim osoba nastoji ostvariti jednakost, a koji postoji već generacijama. Specifična vrsta osвете u kojoj se osoba upušta u seksualnu aktivnost s trećom stranom kao sredstvo za nanošenje boli i patnje svom partneru naziva se seks iz osвете. Javlja se kao posljedica gubitka romantičnog partnera, odnosno kao reakcija na prekid ili nevjeru voljene osobe. Ovakav gubitak prati povećani osjećaj uznemirenosti i ljutnje te smanjeno samopoštovanje. U slučaju spoznaje ili sumnje u partnerovu seksualnu nevjeru, određene osobe sudjeluju u činu uzvratne nevjere, pri čemu odgovaraju na partnerovu seksualnu izdaju istom mjerom. Sklonost ovakvoj seksualnoj aktivnosti smatra se vjerojatnijom kod ljudi koji su bili ostavljeni ili u predanijoj, kvalitetnijoj ili dugotrajnijoj vezi. Budući da osobe bježe od bolnog iskustva prekida odnosa ili nevjere, seks iz osвете smatra se motivom izbjegavanja. Ovakav čin u romantičnim odnosima često je poput dvosjeklog mača. S jedne strane, povezan je s emocionalnim olakšanjem ili zadovoljstvom

te određenim pojedincima djeluje kao kratkoročna strategija nošenja s osjećajima uznemirenosti. S druge strane, osobe odgađaju suočavanje sa samim gubitkom odnosa upuštajući se u nove seksualno rizičnije aktivnosti, pri čemu nastoje izbaciti ljutnju i uzvratiti bivšem partneru. U vidu rezultata dosadašnjih istraživanja seks iz osvete smatra se problematičnim oblikom seksualnog ponašanja zbog povezanosti s lošom prilagodbom. Međutim, istraživanja na ovu temu su oskudna, a točan efekt seksa iz osvete te okolnosti ili karakteristike pojedinaca kojima seks iz osvete pomaže, a kojima odmaže u oporavku od gubitka veze, ostaju nepoznanica. U ovom trenutku još uvijek je nedovoljno istražen fenomen da bismo govorili o njenoj prirodi i utjecaju na pojedinca sa sigurnošću. Svakako, produženi osjećaj bijesa povezan s prekidom i/ili nevjerom te upuštanje u rizične seksualne aktivnosti kod osoba s visokom motivacijom za seks iz osvete glavni su nalazi koji ukazuju na potencijalne štetne učinke za pojedinca. Stoga, može se zaključiti da seks iz osvete prije predstavlja gorku zabludu koja koči prebolijevanje prekida nego slatku osvetu.

Literatura

- ABC News. (2004). *The American sex survey: A peek beneath the sheets*. <https://abcnews.go.com/images/Politics/959a1AmericanSexSurvey.pdf>
- Aquino, K., Tripp, T. M. i Bies, R. J. (2001). How employees respond to personal offense: The effects of blame attribution, victim status, and offender status on revenge and reconciliation in the workplace. *Journal of Applied Psychology*, 86(1), 52–59. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.86.1.52>
- Armstrong, H. L. i Reissing, E. D. (2015). Women's motivations to have sex in casual and committed relationships with male and female partners. *Archives of Sexual Behavior*, 44(4), 921–934. <https://doi.org/10.1007/s10508-014-0462-4>
- Barber, L. L. i Cooper, M. L. (2011). *On the rebound: Getting over the loss of a romantic relationship* [Doktorski rad, University of Missouri].
- Barber, L. L. i Cooper, M. L. (2013). Rebound sex: Sexual motives and behaviors following a relationship breakup. *Archives of Sexual Behavior*, 43(2), 251–265. <https://doi.org/10.1007/s10508-013-0200-3>
- Brumbaugh, C. C. i Fraley, R. C. (2014). Too fast, too soon? An empirical investigation into rebound relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 32(1), 99–118. <https://doi.org/10.1177/0265407514525086>
- Carter, K. R., Knox, D. i Hall, S. S. (2018). Romantic breakup: Difficult loss for some but not for others. *Journal of Loss and Trauma*, 23(8), 698–714. <https://doi.org/10.1080/15325024.2018.1502523>
- Chester, D. S., i DeWall, C. N. (2017). Combating the sting of rejection with the pleasure of revenge: A new look at how emotion shapes aggression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 112(3), 413–430. <https://doi.org/10.1037/pspi0000080>
- Clemente, M. i Espinosa, P. (2021). Revenge in couple relationships and their relation to the dark triad. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(14), 7653. <https://doi.org/10.3390/ijerph18147653>

- Cooper, M. L., Shapiro, C. M. i Powers, A. M. (1998). Motivations for sex and risky sexual behavior among adolescents and young adults: A functional perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(6), 1528–1558. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.6.1528>
- Davis, D., Shaver, P. R. i Vernon, M. L. (2003). Physical, emotional, and behavioral reactions to breaking up: The roles of gender, age, emotional involvement, and attachment style. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(7), 871–884. <https://doi.org/10.1177/0146167203029007006>
- Eadeh, F. R., Peak, S. A. i Lambert, A. J. (2017). The bittersweet taste of revenge: On the negative and positive consequences of retaliation. *Journal of Experimental Social Psychology*, 68, 27–39. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2016.04.007>
- Feeney, J. A. (2004). Hurt feelings in couple relationships: Towards integrative models of the negative effects of hurtful events. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21(4), 487–508. <https://doi.org/10.1177/0265407504044844>
- Fitness, J. (2001). Betrayal, rejection, revenge, and forgiveness: An interpersonal script approach. U M. Leary (Ur.), *Interpersonal rejection* (str. 73-103). Oxford University Press. [10.1093/acprof:oso/9780195130157.003.0004](https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195130157.003.0004)
- Grobbink, L. H., Derksen, J. J. L. i van Marle, H. J. C. (2014). Revenge. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 59(8), 892–907. <https://doi.org/10.1177/0306624x13519963>
- Jefferson, S. G., Padilla Vega, M. i Newsom, K. (2024). Revenge sex: Weaponizing infidelity. *Deviant Behavior*, 46(3), 365–375. <https://doi.org/10.1080/01639625.2024.2346823>
- Knopp, K., Scott, S., Ritchie, L., Rhoades, G. K., Markman, H. J. i Stanley, S. M. (2017). Once a cheater, always a cheater? Serial infidelity across subsequent relationships. *Archives of Sexual Behavior*, 46(8), 2301–2311. <https://doi.org/10.1007/s10508-017-1018-1>
- Machia, L. V., Niehuis, S. i Joel, S. (2022). Breaking-up is hard to study: A review of two decades of dissolution research. *Personal Relationships*, 30(1), 113-143. <https://doi.org/10.1111/per.12437>
- Maddox Shaw, A. M., Rhoades, G. K., Allen, E. S., Stanley, S. M. i Markman, H. J. (2013). Predictors of extradyadic sexual involvement in unmarried opposite-sex relationships. *Journal of Sex Research*, 50(6), 598–610. <https://doi.org/10.1080/00224499.2012.666816>
- Meston, C. M. i Buss, D. M. (2007). Why humans have sex. *Archives of Sexual Behavior*, 36(4), 477–507. <https://doi.org/10.1007/s10508-007-9175-2>
- Moller, N. P. i Vossler, A. (2014). Defining infidelity in research and couple counseling: A qualitative study. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 41(5), 487–497. <https://doi.org/10.1080/0092623x.2014.931314>
- Sbarra, D. A. (2006). Predicting the onset of emotional recovery following nonmarital relationship dissolution: Survival analyses of sadness and anger. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(3), 298–312. <https://doi.org/10.1177/0146167205280913>
- Sbarra, D. A. i Emery, R. E. (2005). The emotional sequelae of nonmarital relationship dissolution: Analysis of change and intraindividual variability over time. *Personal Relationships*, 12(2), 213–232. <https://doi.org/10.1111/j.1350-4126.2005.00112.x>
- Scheeren, P. A., Apellániz, I. A. M. i Wagner, A. (2018). Marital infidelity: The experience of men and women. *Temas Em Psicologia*, 26(1), 371–385. <https://doi.org/10.9788/tp2018.1-14en>
- Sprecher, S., Felmlee, D., Metts, S., Fehr, B. i Vanni, D. (1998). Factors associated with distress following the breakup of a close relationship. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(6), 791–809. <https://doi.org/10.1177/0265407598156005>
- Varma, P., Jeshmeen Deb Barman i Maheshwari, S. (2023). Why did i cheat on my partner? Mapping the motives of infidelity in dating relationships through the perpetrators. *The Family Journal*, 0(0), 1-11. <https://doi.org/10.1177/10664807231201629>
- Vučković, S. (2013). Dobrodošao u klub [Pjesma]. Na *Dobrodošao u klub* [Album]. Dallas Records.
- Wade, L. D. i DeLamater, J. D. (2002). Relationship dissolution as a life stage transition: Effects on sexual attitudes and behaviors. *Journal of Marriage and Family*, 64(4), 898–914. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2002.00898.x>

- Warach, B. i Josephs, L. (2019). The aftershocks of infidelity: A review of infidelity-based attachment trauma. *Sexual and Relationship Therapy*, 36(1), 1–23. <https://doi.org/10.1080/14681994.2019.1577961>
- Weigel, D. J. i Shrout, M. R. (2021). Suspicious minds: The psychological, physical and behavioral consequences of suspecting a partner's infidelity. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(3), 865–887. <https://doi.org/10.1177/0265407520975851>
- Weiser, D. A., Shrout, M. R., Thomas, A. V., Edwards, A. L. i Pickens, J. C. (2023). “I’ve been cheated, been mistreated, when will I be loved”: Two decades of infidelity research through an intersectional lens. *Journal of Social and Personal Relationships*, 40(3), 856-898 <https://doi.org/10.1177/02654075221113032>
- Wood, J. R., Milhausen, R. R. i Jeffrey, N. K. (2014). Why have sex? Reasons for having sex among lesbian, bisexual, queer, and questioning women in romantic relationships. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 23(2), 75–88. <https://doi.org/10.3138/cjhs.2592>

Abstract

After a breakup or infidelity, people sometimes use sex to help them deal with their feelings of distress and to get over or get revenge on their partners. Revenge sex is known as sexual activity to make a former partner jealous. While it may provide temporary relief or control over feelings, it often leads to additional emotional pain and complications. Instead of helping the healing process, it can deepen wounds and make emotional recovery difficult. This paper will examine the triggers that precede revenge sex, with an emphasis on the breakup of a romantic relationship and the infidelity of a partner. It will present previous research on the use of sexual relations for instrumental reasons such as revenge, as well as recommendations for future research. It will attempt to answer the key question: *Is revenge sex sweet revenge or bitter delusion?* Since there is a small amount of research, there is room for new insights that would lead to a complete picture of revenge sex.

Keywords: coping with breakup, infidelity, motives for sex, rebound sex, revenge, revenge sex