

U koktelu (bez) ljubavi: psihologija iza swingersa

Zoja Kondić

Filozofski fakultet u Zagrebu

Odsjek za psihologiju

ORCID: 0009-0009-3260-2851

Sažetak

Swinganje je nemonogamni oblik veze čije je glavno obilježje seksualna aktivnost s osobama izvan primarnog para. Važno je da osobe iz primarnog para imaju emocionalnu povezanost isključivo između sebe. Istraživanja pokazuju da je tranzicija na swingerski životni stil vrlo specifična te da je njezina ključna stavka komunikacija između partnera. Također, postoje i detaljni podaci o swingerskim aktivnostima i njihovom ciklusu odvijanja o kojima će se detaljnije raspravljati u ovome radu. U istraživanjima swingeri izvještavaju o većem samopoštovanju, zadovoljstvu veze i seksualnom zadovoljstvu. Pokazalo se i da postoji negativna percepcija swingersa u općoj populaciji. Bez obzira na spomenuta istraživanja, swinganje je vrlo neistražen i zapostavljen fenomen kojim bi se u budućnosti istraživači trebali više baviti. Uz to, postojeća istraživanja suočavaju se s mnogo metodoloških problema te daju rezultate koje je često nemoguće generalizirati na swingersku populaciju. Cilj je ovog rada pregled općih obilježja swingerske kulture te propitkivanje mogu li se ta obilježja uopće smatrati općima za swingersku populaciju.

Ključne riječi: komunikacija, primarni par, seksualna aktivnost, swinganje

Uvod i definiranje *swinganja*

Swinganje je koncept za koji se većinom čuje samo u filmovima i serijama, ljudi ne misle da bi ga mogle prakticirati tipične osobe, osobe bliske njima. Postoji generalna konfuzija oko samog poimanja ove pojave i psihologije pojedinaca koji se upuštaju u istu. Sam naziv nastao je nakon Drugog svjetskog rata (Kimberly i McGinley, 2018). Tako su oslovljavani američki piloti i njihove žene koji su skupa birali partnere izvan braka na način da su nasumično izabirali

ključeve kuća drugih ljudi na zabavi (Kimberly i McGinley, 2018). Na temelju dosadašnjih spoznaja iz istraživanja, čini se da ga većinom prakticiraju sredovječni bijelci i bjelkinje s iznadprosječnim obrazovanjem i prihodima (Kimberly i McGinley, 2018; Ruzansky i Harrison, 2018; Wilt i sur., 2018). Swinganje uključuje niz različitih seksualnih radnji koje se razlikuju po tome koliko su partneri intimni s osobama izvan veze tj. uključuje li to penetrativni seks ili ne (Bergstrand i Sinski, 2010, prema Wolkomir, 2020). Također, važno je napomenuti da se seksualne radnje najčešće odvijaju uz prisutnost obje osobe iz para i zahtijevaju pristanak svih uključenih (Kimberly i McGinley, 2018). Glavno je obilježje swingera isključiva rezerviranost emocionalne povezanosti i prisnosti za partnere unutar primarne veze (Bergstrand i Sinski, 2010). Drugim riječima, iako ne održavaju seksualnu vjernost, održavaju emocionalnu vjernost i emocionalnu intimnost s isključivo jednim primarnim partnerom (Wolkomir, 2020). Na tragu toga, neki parovi navode kako im je najvažniji dio iskustva zajedničko sudjelovanje u swingerskim aktivnostima, a ne sama seksualna aktivnost (Bentzen i Træen, 2013). Upravo je u tome glavna razlika između swingerskih i poligamnih veza.

U poligamnim vezama partneri si daju slobodu da s drugim pojedincima, osim seksualnih odnosa, prakticiraju i produbljujuće emocionalne odnose (Haritaworn i sur., 2006). Za razliku od njih, swingeri odvajaju ljubav i seks, tj. ne podrazumijevaju seksualnu ekskluzivnost kao dio ljubavne veze – seks nije vođenje ljubavi (Wolkomir, 2020). U kvalitativnim istraživanjima (Bentzen i Træen 2013; Wilt i sur., 2018; Viwatpanich, 2010), swingerski parovi često izvještavaju o povećanju zadovoljstva primarnom vezom, manjoj ljubomori, većem uzbuđenju te povećanom seksualnom zadovoljstvu. S druge strane, navode i negativne strane kao što su socijalna stigma i rizik od spolno prenosivih bolesti (Bentzen i Træen 2013; Wilt i sur., 2018; Viwatpanich, 2010). Ipak, ne postoje dokazi za ove promjene koji ne uključuju samoiskaze. Cilj je ovog rada pregled općih obilježja swingerske kulture te propitkivanje uopćavanja istih za swingersku populaciju.

Ulazak u swingerski stil života

Kao početak tranzicije u swingerski život kod većine se parova pojavljuje razgovor o seksualnim željama i fantazijama, posebno o seksualnom odnosu izvan veze (Kimberly i Hans,

2015; de Visser i McDonald, 2007). Sudionici istraživanja Bentzen i Træen (2013) navode da su im seksualne fantazije bile glavna motivacija za istraživanje swingerske zajednice. Zatim je nužno da svaki pojedinac iz para preispituje svoje samopoštovanje, tj. je li ono dovoljno visoko (Kimberly i Hans, 2015). U tom procesu pojedinac razmišlja o tome može li se upustiti u nemonogamno iskustvo bez pretjeranog osjećaja ranjivosti (Kimberly i Hans, 2015). Drugim riječima, partneri, međusobno i svatko za sebe, preispituju rizike i dobitke ispunjavanja svojih fantazija (Kimberly i Hans, 2015). Prije upuštanja u swingerske aktivnosti, većina se parova upušta u druga seksualna ponašanja kao što je voajerizam (promatranje drugih ljudi dok su goli ili tijekom seksualne aktivnosti) i sudjelovanje u nudističkim događajima tj. zabavama na kojima su ljudi neodjeveni (Kimberly i Hans, 2015).

U početku, parovi imaju problema s odvajanjem ljubavi i seksa (Wolkomir, 2020). Izjavljuju kako se na početku suočavaju s osjećajima ljubomore i nesigurnosti (de Visser i McDonald, 2007). Strategije koje koriste kako bi razriješili početne brige sastoje se od iskrene komunikacije i ustanovljenja pravila koja štite emocionalnu povezanost primarnog para (Wolkomir, 2020). Već prije prvog swingerskog iskustva, parovi formiraju pravila koja kasnije prilagođavaju prema potrebi (Kimberly i Hans, 2015). Pravila se često odnose na „čuvanje“ nekog oblika seksualnih aktivnosti isključivo za par (Kimberly i McGinley, 2018), reguliranje emocionalne povezanosti, održavanje privatnosti i slično (Kimberly i Hans, 2015). Njima se postiže i smanjenje vjerojatnosti pojavljivanja ljubomore (de Visser i McDonald, 2007). Tijekom tranzicije parovi se suočavaju s ljubomorom i postavljaju određena pravila u svrhu izbjegavanja iste. Spomenuto se prilagođavanje pravila događa kako bi parovi poboljšali iskustvo tijekom swingerskih aktivnosti. Prilagođavanje se primarno odvija razgovorom o prijašnjim iskustvima (Kimberly i Hans, 2015). Postavljanje konkretnih i strogih pravila i granica paru zapravo omogućuje veću slobodu u okviru dopuštenih aktivnosti (de Visser i McDonald, 2007).

Uspješna tranzicija donosi mnoge pozitivne posljedice. Parovi izvještavaju o otvorenijoj komunikaciji, većem broju prilika za istraživanje i ispunjavanju seksualnih želja i fantazija te povećanju razine povjerenja među primarnim partnerima (Kimberly i Hans, 2015). Važno je

napomenuti da se čini kako uspješnost tranzicije ne ovisi o karakternim crtama, već o uspješnosti komunikacije te postavljanja granica i pravila (Kimberly i Hans, 2015). Komunikacija među swingerskim parovima obilježena je empatijom i iskrenošću (Kimberly i Hans, 2015). Korištenje komunikacije, i verbalne i neverbalne, glavno je sredstvo za održavanje njihovog seksualnog i bračnog zadovoljstva (Kimberly i Hans, 2015). Pod verbalnu komunikaciju parovi navode, već spomenute, rasprave o prijašnjim iskustvima (Kimberly i Hans, 2015). Neverbalna se komunikacija koristi za iniciranje seksualnog kontakta s drugim parom, npr. fizički dodir (Bentzen i Træen, 2013) ili usuglašavanje primarnog para o tome sviđa li im se drugi par, npr. kimanje glavom (Kimberly i Hans, 2015). Takva obilježja smanjuju vjerojatnost pojavljivanja uspoređivanja s drugim pojedincima i vezama koja mogu dovesti do ljubomore (Kimberly i Hans, 2015). Procesom uspješne tranzicije, tj. postavljanjem jasnih pravila i granica, te otvorenim komuniciranjem, primarni par stvara zajednički identitet koji daje osjećaj sigurnosti (de Visser i McDonald, 2007). Samim time, par ima bolja iskustva te jaču i bolju vezu između sebe.

Važno je napomenuti da su nalazi predstavljeni u ovom ulomku rezultati kvalitativnih istraživanja temeljenih na intervjuima sa swingerskim parovima. Intervjui sadrže samoiskaze koji su problematični jer često prikazuju vjerovanja sudionika, a ne njihova stvarna iskustva (Lachman i sur., 2008). Kako bi se ovi nalazi potvrdili, potrebno je provesti kvantitativna istraživanja ili kvalitativna istraživanja s više sudionika. U oba slučaja izrazito je važno obuhvatiti swingere iz svih kulturalnih konteksta, tj. ne samo one iz zapadnih zemalja, te imati što veći i raznolikiji uzorak po godinama i obrazovnom i financijskom statusu. Kao što je već spomenuto, čini se da se swingerska populacija sastoji od međusobno sličnih ljudi po navedenim aspektima te se zato rezultati ovih istraživanja mogu interpretirati u ovu korist.

Swingerske aktivnosti

Viwatpanich (2010) je u svom je istraživanju iznio kako najčešće izgleda ciklus swingerskih aktivnosti. Predstavljeni nalazi odnose se isključivo na heteroseksualne parove.

Razlog je tomu što homoseksualni skriptovi swingerskog ponašanja nisu istraženi te se ne zna koliko se homoseksualnih parova upušta u swingerski životni stil. Nadalje, Viwatpanichevo (2010) istraživanje provedeno je na Tajlandu. Bez obzira na to, opis ciklusa swinganja i aktivnosti odgovara opisima drugih istraživanja provedenih u zapadnim zemljama (Bentzen i Træen, 2013; Kimberly i Hans, 2015; Wolkomir, 2020). Osim toga, tajlandski sudionici također su imali visoko obrazovanje i prihode te su jako cijenili privatnost (Viwatpanich, 2010). Uz to, pronađeno je da su tajlandski muškarci također prvi inicirali uključivanje u swingersku kulturu, što je tipično ponašanje i u zapadnim zemljama (Viwatpanich, 2010; Wilt i sur., 2018). Iz tih je razloga za opis aktivnosti korišteno Viwatpanichevo (2010) istraživanje te su njegove tvrdnje potkrepljene nalazima istraživanja zapadnih društava (Norveška i Sjedinjene Američke Države).

Prvi je korak odluka o swingerskom životnom stilu koja uključuje objavljivanje svojih karakteristika te seksualnih želja i preferencija na Internet stranice koje služe pronalasku partnera (Viwatpanich, 2010; Bentzen i Træen, 2013). Osim internetskih stranica, postoje i swingerski klubovi koji pružaju priliku za brzo i jednostavno uspostavljanje kontakta uz očuvanje privatnosti (Bentzen i Træen, 2013).

Idući je korak razmatranje i odabir partnera tj. izmjenjivanje raznih informacija, razgovor i slične aktivnosti koje služe za upoznavanje partnera (Viwatpanich, 2010). U toj je fazi za većinu parova tipično da žena ima odlučujuću riječ (Kimberly i Hans, 2015; Viwatpanich, 2010). Proces počinje s muškarcem koji promatra potencijalne partnere i partnerice te dijeli svoja zapažanja sa ženom koja donosi konačnu odluku o nastavku interakcije (Bentzen i Træen, 2013; Kimberly i Hans, 2015). To je tipični heteroseksualni skript swingerskog ponašanja (Bentzen i Træen, 2013). Taj skript odgovara tradicionalnom heteroseksualnom skriptu kojeg karakterizira muškarčeva inicijacija seksualnog ponašanja i ženino prihvatanje ili odbijanje (Gagnon i Simon, 2005, prema Bentzen i Træen, 2013). Drugim riječima, swingeri zadržavaju dio heteroseksualnih tipičnih ponašanja koja osiguravaju pridržavanje tipičnih rodni uloga u kojima je muškarac inicijator odnosa.

Potom dolazi do seksualne interakcije. Swinganje uključuje široki spektar seksualnih aktivnosti, od „soft swapova“, koji uključuju seksualnu igru s osobama izvan para, ali ne i penetrativni seks, do „hard swapova“ u kojem oba partnera mogu sudjelovati u penetrativnom seksu s ljudima izvan para (Bergstrand i Sinski, 2010). Diranje, ljubljenje i oralni seks karakteristični su za početnike (Viwatpanich, 2010). U takvim situacijama može biti prisutan i penetrativni seks, ali samo između primarnih partnera (Viwatpanich, 2010). Potpuna seksualna interakcija može se izvoditi na tri različita načina, u istom krevetu, u različitom krevetu i u različitim sobama (Viwatpanich, 2010). Seksualna interakcija u istom krevetu podrazumijeva oba para u krevetu te da sudjeluju u svim do sada navedenim vrstama seksa uz penetrativni seks između neprimarnih partnera (po jedna osoba iz različitog primarnog para). Interakcija u različitim krevetima, ali u istoj sobi, podrazumijeva da svaki neprimarni par ima svoj krevet u kojem izvode penetrativni seks i ostale vrste seksa. Seksualna interakcija u različitim sobama ista je kao i prethodna osim što su neprimarni parovi sami u sobi – najrjeđi je oblik jer se uspoređuje i izjednačava s prevarom (Viwatpanich, 2010). Ipak, važno je napomenuti da se do ovih podataka došlo kvalitativnim istraživanjem s malim uzorkom te je moguće da je stvarnost nešto drugačija.

Nakon seksualne aktivnosti, nastupa faza upravljanja emocijama i životom u kojoj par ponovno evaluira svoje osjećaje i zadovoljstvo (Viwatpanich, 2010). Par se tijekom te faze može ponašati posve uobičajeno, može doći do razvijanja samopouzdanja i želje za iskustvom s novim parom ili do saznanja o utjecajima swiganja na primarnu vezu, npr. osjećaj ljubomore ili seksualna strast (Viwatpanich, 2010). Konačno, dolazi do ponašajne reorijentacije tj. nastavljanja aktivnosti s istim parom ili traženje novog (Viwatpanich, 2010). Dosadašnja se istraživanja nisu fokusirala na duljinu swingerskih veza pa su podatci o trajanju istih oskudni. Neki parovi izjavljuju da su bili u dugotrajnim, isključivo seksualnim, vezama s drugim parovima koje su trajale u rasponu od jedne do osam godina (Kimberly i Hans, 2015). Većina swingerskih parova izjavljuje kako su otkrili nove seksualne želje nakon spolnog odnosa s osobama izvan primarnog para (Kimberly i Hans, 2015). Uz to, čini se da swingerska iskustva proširuju interese i na druga seksualna ponašanja, kao što su eng. *BDSM* koji uključuje

vezivanje i disciplinu, dominaciju i podređenost te sadizam i mazohizam, te istospolni i međurasni seksualni doživljaji (Kimberly i Hans, 2015).

Samopoštovanje i samopouzdanje u swingera

Samopoštovanje se definira kao čovjekova procjena vlastite vrijednosti (Aronson, 2005), a samopouzdanje podrazumijeva čovjekovu procjenu vlastitih sposobnosti (Lampert i Rosenberg, 1975). Budući da je većina istraživanja swingera kvalitativna^{ae}, njihovo samopoštovanje i samopouzdanje možemo procjenjivati samo na temelju kvalitativnih podataka (Ruzansky i Harrison, 2018). Muški sudionici kvalitativnog istraživanja Bentzen i Træen (2013) navode kako su im swingerske aktivnosti povećale samopouzdanje. Sukladno tome, prijašnji nalazi tvrde da postoji korelacija između visokog samopouzdanja u muškaraca i velikog broja seksualnih partnera, a swinganjem se broj seksualnih partnera zasigurno povećava (Walsh 1991, prema Bentzen i Træen 2013). Ipak, na temelju ovih nalaza ne možemo zaključivati o uzročno-posljedičnoj vezi između samopouzdanja i swinganja. Uz to, sudionici su izjavljivali i poboljšanje slike o sebi, aspekta povezanog sa samopoštovanjem (Bentzen i Træen, 2013). Ipak, uzorak ovog istraživanja vrlo je malen, ispitivalo se samo pet heteroseksualnih parova, jednog oženjenog muškarca i jednu neudanu ženu te su svi bili iz Norveške. Kimberly i Hans (2015) proveli su kvalitativno istraživanje sa 16 swingerskih heteroseksualnih parova. Kod sudionika su uočili promjene u samopouzdanju i samopoštovanju. Većina je sudionika izjavila kako je odlučivanje o tome hoće li se upustiti u swingerske aktivnosti ovisilo o ta dva aspekta. Žene su više spominjale probleme sa slikom o sebi, tj. s činjenicom da moraju biti gole pred nekim, dok su se muškarci više fokusirali na ljubomoru. Na tragu toga, neki smatraju da su se upustili u swinganje zbog već ostvarenog samopoštovanja i samopouzdanja. S druge strane, neki sudionici smatraju da im je swinganje povećalo navedene aspekte.

Iako ova dva kvalitativna istraživanja prikazuju zanimljive nalaze, postoji nekoliko problema. Za početak, oba imaju poprilično malen uzorak na temelju kojeg se ne mogu donositi opći zaključci za swingersku populaciju (Kimberly i Hans, 2015). Uz to, fokusiraju se na

parove iz zapadnih država (Norveška i SAD) te ne istražuju postojanje kulturalnih razlika, čime isključuju mogućnost prenošenja na druge kulturalne kontekste. Metoda korištena u oba istraživanja bila je polustrukturirani intervju, što olakšava repliciranje ovih istraživanja u drugim kulturalnim kontekstima jer nije potrebna nikakva prilagodba mjere. Nadalje, polustrukturirani intervjui zasigurno su omogućili detaljni uvid u swingerski život. U obzir se moraju uzeti i negativni aspekti ove mjere, tj. mogući utjecaj i subjektivnost ispitivača te nepovoljni temelji za generalizaciju. Nalazi se temelje na samoiskazima ljudi koji mogu biti netočno procijenjeni. Moguće je da sudionici ne znaju sami sebe dovoljno dobro ili da je došlo do pogrešaka u introspekciji ili pak da se zbilo socijalno poželjno odgovaranje. Suprotni nalazi ovih istraživanja prikazuju kako je teško dokučiti jesu li ljudi s višim samopouzdanjem i samopoštovanjem skloniji swingerskim aktivnostima ili one pozitivno utječu na spomenute aspekte (Ruzansky i Harrison, 2018). Uz to, u ovim radovima razlika između samopoštovanja i samopouzdanja nije jasno naznačena i nije do kraja jasno na što autori ciljaju kada raspravljaju o pojedinom aspektu. U svakom slučaju, kvantitativni podaci o promjenama samopouzdanja i samopoštovanja kod swingera prijeko su potrebni kako bi se provjerili nalazi ovih kvalitativnih istraživanja.

Jedno od takvih istraživanja proveli su Ruzansky i Harrison (2018) koji su htjeli provjeriti razlike u samopoštovanju kvantitativnom metodom. U sklopu samopoštovanja istraživali su dva aspekta, samosviđanje i samokompetentnost. Samosviđanje se bazira na procjeni vlastite vrijednosti na temelju socijalnih konstrukata (npr. fizička privlačnost), dok se samokompetentnost odnosi na percepciju vlastitih sposobnosti (Tafordi i Swann, 2001, prema Ruzansky i Harrison, 2018). Pronašli su da se swingeri muškarci razlikuju od muškaraca opće populacije u samopoštovanju te u oba njegova aspekta. Između žena iz te dvije grupe nisu pronađene značajne statističke razlike. Uz to, muški swingeri imaju veće samopoštovanje od ženskih swingerica. Gledajući subskele, statistički značajna razlika pronađena je samo kod aspekta samokompetencije, a na skali samosviđanja ne postoji spolna razlika. Za mjerenje oba konstrukta koristila se Rosenbergova skala samopoštovanja (Ruzansky i Harrison, 2018).

Korištenje spomenute skale predstavlja metodološki problem. Skala je podložna socijalno poželjnim odgovorima te je do ovih razlika moglo doći i zbog korištenja iste.

Iako razlike postoje, ne možemo zaključivati o uzročno-posljedičnim vezama swinganja na samopoštovanje. Razloga je za postojanje ovih razlika više. Za početak, muškarci češće imaju potrebu za seksom „na jednu noć“ i seksom općenito (Buss, 1994, prema Ruzansky i Harrison, 2018). Uz to, seksualna aktivnost ima veću ulogu u samopoštovanju muškaraca nego žena (Ruzansky i Harrison, 2018). Moguće je da zato swinganje više utječe na samopoštovanje muškaraca; swingerskim aktivnostima povećava se učestalost seksualne aktivnosti i spomenute su potrebe zadovoljenje. S druge strane, moguće je da se u swinganje upuštaju muškarci s višim samopoštovanjem od opće populacije (Ruzansky i Harrison, 2018). Nijedan od ovih zaključaka ne možemo potvrditi ovim istraživanjem. Jedan od dobrih načina za praćenje promjena samopoštovanja jesu longitudinalna istraživanja, ali naravno, ne može se predvidjeti koji će sudionici tijekom longitudinalnog istraživanja postati swingeri pa je istraživanje ove uzročno-posljedične veze vrlo kompleksno.

Razlike između swingerskih i monogamnih parova

Postoje različiti nalazi o razlikama između swingerskih i monogamnih parova. Nalazi se rijetko i teško repliciraju te postoje dokazi za postojanje, ali i za nepostojanje razlika. Uz to, velik je problem što se većina istraživanja temelji na razlikama između nemonogamnih i monogamnih parova, ne fokusirajući se samo na swingersku kulturu. Rubelova i Bogaertova (2014) jedna je od takvih meta-analiza, ali može se koristiti za neke važne aspekte swingera. Analizirajući mnoga istraživanja, spomenuta meta-analiza nije pronašla jasne razlike u psihološkoj dobrobiti i kvaliteti veze između monogamnih i nemonogamnih veza, tj. veličine učinka nisu bile velike ili statistički značajna razlika uopće nije postojala (Rubel i Bogaert, 2014). Moguće je da struktura veze ne može predvidjeti psihološku dobrobit partnera i njihovu kvalitetu veze (Rubel i Bogaert, 2014). Spomenute konstrukte vjerojatno predviđaju varijable (socijalne, psihološke itd.) koje nisu zahvaćene istraživanjima, a u budućim istraživanjima ove bi se koncepte trebalo dodatno ispitati.

Postoje razne predrasude o nemonogamnim oblicima veze. Cohenovo (2016) istraživanje prikazuje kako ljudi procjenjuju da su pojedinci u monogamnim vezama zadovoljniji svojom vezom nego oni u nemonogamnim vezama. Ipak, važno je napomenuti da je veličina učinka bila mala ($\eta^2 = .02$) (Cohen, 2016). Iz tog se razloga na temelju ovih podataka ne mogu donositi opći zaključci. Očito postoje druge varijable koje utječu na procjene zadovoljstva u vezi, a koje se ne tiču oblika veze. Istraživanje Matsicka i suradnika (2014) pokazuje kako se nemonogamni oblici veza percipiraju negativnije nego monogamne veze.

Od nemonogamnih oblika najnegativnije su percipirani swingerski parovi (Matsick i sur., 2014). Swingeri su procijenjeni kao više nastrani i manje odgovorni od pojedinaca u otvorenim i poligamnim vezama (Matsick i sur., 2014). Rezultati pokazuju da ljudi imaju pozitivniju percepciju (iako još uvijek negativnu) o nemonogamnim oblicima veze, tj. poligamnim i otvorenim vezama, koji prioritiziraju ljubav naspram seksa (Matsick i sur., 2014). Sukladno tome, vrlo se negativno percipiraju kratkotrajne veze koje izostavljaju romantiku i ljubav (Matsick i sur., 2014). Nadalje, istraživanja pokazuju da su ljudi tolerantniji prema pojedincima koji vole više od jedne osobe naspram pojedinaca koji imaju isključivo seksualne veze s više osoba (Cohen, 2016; Matsick i sur., 2014). Budući da su to glavna obilježja swingerske kulture, ti nalazi dodatno pojašnjavaju negativnu percepciju. Uz to, postoje nalazi da se swingeri negativno percipiraju i unutar nemonogamnih zajednica, npr. osobe koje prakticiraju poligamiju smatraju da je njihov životni stil „plitak“, tj. da je orijentiran isključivo na seksualno zadovoljstvo (Klesse, 2006).

Što se tiče učestalosti seksa, više swingerskih nego monogamnih parova izjavljuje da imaju učestale seksualne odnose (Conley i sur., 2018). Postoje naznake da swingeri doživljavaju više seksualno zadovoljstvo od monogamnih parova (Conley i sur., 2018; Kimberly i Hans, 2015). Potrebna su daljnja istraživanja kako bi se shvatio razlog ove razlike i postoji li ona uopće. Conley i suradnici (2018) pretpostavljaju da je pronađena razlika povezana s činjenicom da je swingerski životni stil usko povezan sa seksualnim zadovoljstvom. Swingeri posvećuju više vremena i truda seksualnom zadovoljstvu te imaju tendencije da socijalni život organiziraju oko seksa, npr. zabave na kojima se očekuje pronalazak partnera

(Conley i sur., 2018). Još su jedan mogući razlog dobro razvijene strategije komuniciranja. Pokazalo se da komunikacija predviđa seksualno zadovoljstvo (Litzinger i Gordon, 2005, prema de Visser i McDonald, 2007), na temelju čega se može pretpostaviti da dobra komunikacija između swingera dovodi i do višeg seksualnog zadovoljstva. Ta dva aspekta doprinose bračnom zadovoljstvu, što može objasniti i ranije navedene nalaze o povišenju zadovoljstva vezom tranzicijom na takav životni stil. Otkrića o pozitivnim posljedicama swingerskih strategija komuniciranja mogu pomoći monogamnim parovima u unaprjeđenju komunikacije te samim time u povišenju bračnog zadovoljstva (De Visser i McDonald, 2007).

Problem koji se javlja kod navedenih istraživanja jest da su provođena pomoću mjera samoprocjene. Sudionici sami procjenjuju svoje zadovoljstvo vezom, kvalitetu veze, seksualno zadovoljstvo i slično (Rubel i Bogaert, 2014). Rezultati temeljeni na mjerama samoprocjena problematični su jer često pokazuju vjerovanja sudionika, a ne njihova stvarna iskustva (Lachman i sur., 2008). Uz to, sudionici mogu osjećati potrebu za samounapređivanjem ili davanjem socijalno poželjnih odgovora (Steele i Aronson, 1995, prema Rubel i Bogaert, 2014).

Problemi istraživanja swingerske kulture

Suvremena istraživanja swingerske kulture prilično su rijetka te se suočavaju s mnogo različitih problema (Wilt i sur., 2018). Pronalazak i regrutiranje sudionika jedan je od glavnih problema: njihova kultura vrlo je privatna što regrutiranje čini težim (Wilt i sur., 2018). Česti su načini regrutacije preporuke, preporuke od drugih sudionika i reklamiranje putem organizacija (npr. swingerski klubovi) (Rubel i Bogaert, 2014). Tako dobiveni uzorci mogu biti homogeni, tj. moguće je da sudionici iz istih okruženja dijele slična vjerovanja, vrijednosti i demografske karakteristike (Rubel i Bogaert, 2014). Posljedično, dolazi do problema s generalizacijom dobivenih nalaza. Istraživanja se suočavaju i s problemom kauzalnosti zbog nemogućnosti slučajne dodjele uvjeta swinganja. Nemoguće je kontrolirati tko će biti u kojoj skupini. Skupine su već određene po uvjetima („swingeri“ i „neswingeri“) jer se pojedinca ne može natjerati da se identificira kao swinger. Samim time teško je odrediti uzročno-posljedične veze, tj. povezanost određenog faktora sa prakticiranjem swingerskih aktivnosti.

Što se tiče demografskih karakteristika, u mnogo su istraživanja swingeri sredovječni bijelci i bjelkinje s iznadprosječnim obrazovanjem i prihodima (Kimberly i McGinley, 2018; Ruzansky i Harrison, 2018; Wilt i sur., 2018). Uz to, muški swingeri većinom se identificiraju kao heteroseksualci, dok žene imaju raznolikije seksualne orijentacije, tj. često su biseksualne (Bentzen i Træen, 2013; Wilt i sur., 2018). Istraživači se nikako ne mogu složiti oko postotka populacije koji sudjeluje u swingerskim aktivnostima (Kimberly i McGinley, 2018). Problemi istraživanja sastoje se u malim rasnim razlikama među ispitanicima (većinom su bijelci) i malom mogućnošću replikacije (Kimberly i McGinley, 2018). Uz to, istraživanja su fokusirana isključivo na heteroseksualne parove te ne postoje nikakve spoznaje o parovima homoseksualne orijentacije. Zbog već spomenute tajnovitosti i privatnosti zajednice, moguće je da je pojedince strah javnog prozivanja i osuđivanja te da ne žele da itko zna da se upuštaju u takve aktivnosti pa se ne javljaju na istraživanja. S druge strane, oni koji sudjeluju u istraživanjima možda imaju povećanu ekstraverziju i otvorenost pa im je lakše razgovarati o tome ili čak to i žele. Uzimajući ovo u obzir, moguće je da sva istraživanja povezana sa swingerskom kulturom sadrže rezultate samo dijela swingerske populacije te samim time ne prikazuju njihove stvarne značajke i osobine.

Kimberly i McGinley (2018) u svom su istraživanju pronašli razlike između swingera u 1980-ima i 2010-ima. Važno je napomenuti kako su svi sudionici iz osamdesetih bili članovi swingerskih organizacija te su na taj način došli do upitnika, dok je recentnija grupa imala pristup preko online linka te je sve bilo potpuno anonimno (Kimberly i McGinley, 2018). Pronašli su da je grupa iz 2010-ih rasno raznolikija, starija te da ima više prihoda i obrazovanje (Kimberly i McGinley, 2018). Autori pretpostavljaju da je razlog tomu opće povećanje razine obrazovanja i prihoda (Kimberly i McGinley, 2018). Ipak, s obzirom na opću populaciju njihovog vremena, u obje grupe swingera bilo je više bijelaca te su obje grupe imale više prihoda i edukaciju (Kimberly i McGinley, 2018). Razlike su između swingera i opće populacije kroz godine ostale konstantne, bez obzira na razlike u metodologiji prikupljanja podataka. Ovo istraživanje može služiti kao jedan od dokaza da se na temelju swingerskih

uzoraka dosadašnjih istraživanja mogu donositi generalizirani zaključci. Kroz godine postoji trend, swingerska populacija dijeli slična ili ista obilježja.

Što se tiče kulturalnog konteksta, većina istraživanja provedena je na sudionicima iz zapadnih industrijaliziranih zemalja (Rubel i Bogaert, 2014). Viwatpanichevo (2010) kvalitativno istraživanje jedino je recentno istraživanje koje ispituje swingerske parove koji su sa Istoka, točnije s Tajlanda (Rubel i Bogaert, 2014). Kao što je već spomenuto, nalazi ovog istraživanja sugeriraju da kulturalne razlike nisu velike (Viwatpanich, 2010). Iako jedno istraživanje nije dovoljno za donošenje zaključaka, ovo je dobar početak za shvaćanje kulturalnog konteksta swinganja.

Zaključak

Istraživanja o seksualnosti i seksualnoj dobrobiti u svijetu postaju sve manje tabuizirana. Samim time sve više u fokus dolaze nemonogamni oblici veze i njihov utjecaj na pojedinca. Sudeći po istraživanjima obuhvaćenim u ovom radu, swinganje nema više negativnih posljedica na pojedinca u odnosu na monogamnu vezu. Ipak, swinganje je vrlo negativno percipirano, čak i od zajednica koje prakticiraju nemonogamne oblike veze. Svakako postoji premalo istraživanja koja se njime bave. Istraživanja koja postoje imaju mnogo metodoloških problema kao što je malen uzorak i mjere samoiskaza te ih je većina kvalitativna. Osim toga, postoji mnogo istraživanja koja se bave razlikama između monogamnih i nemonogamnih oblika veze u kojima su swingeri samo dio velike i raznolike populacije. Analizom nekoliko kvalitativnih istraživanja kroz ovaj rad može se primijetiti da su nalazi prilično slični. U budućnosti bi trebalo napraviti pregled svih ili većinu prikupljenih kvalitativnih podataka na ovu temu kako bi se mogli usporediti i statistički analizirati. Također, bilo bi korisno i edukativno prikupiti više nalaza iz transkulturalnih istraživanja te usporediti nalaze s onima iz zapadnjačkih kultura. Potrebno je provesti i kvantitativna istraživanja kako bi bolje razumjeli česte fenomene spominjane u kvalitativnim intervjuima kao što su smanjenje ljubomore i povećanje zadovoljstva vezom. Kvantitativnim istraživanjima moći će se bolje shvatiti razlike između swingera i opće populacije te njihove veličine.

Istraživanja bi se trebala više baviti otkrivanjem uzroka promjena, ako se utvrdi da one zaista i postoje – iz kojih razloga dolazi do višeg samopoštovanja, višeg seksualnog zadovoljstva i višeg zadovoljstva vezom? Ako promjene ne postoje, to također može biti zanimljiva perspektiva istraživanja – iz kojih razloga swingerski parovi misle da je do promjena došlo? Ovakvim istraživanjima bolje bi se razumjela, ne samo njihova kultura, već i općeniti odnosi između aspekata veze, bez obzira na njezinu strukturu. Vrlo je zanimljivo područje swingerskih odnosa komunikacija, tj. njezina otvorenost i iskrenost. Buduća istraživanja tih fenomena mogu pridonijeti odnosima monogamnih parova u vidu poboljšanja komunikacije. Istraživanjem swingera, kao skupine koja je natprosječno seksualno aktivna, može se doći do važnih nalaza o utjecaju seksualne aktivnosti na druge psihološke konstrukte kao što su samopoštovanje, zadovoljstvo životom, osobna dobrobit i slično.

Literatura

- Aronson, E., Wilson, T. D. i Akert, R. M. (2005). Socijalna psihologija. Mate.
- Bentzen, A.-S. i Træen, B. (2013). Swinging in Norway in the context of sexual health. *Sexuality & Culture*, 18(4), 739–753. <https://doi.org/10.1007/s12119-013-9181-6>
- Bergstrand, C. i Sinski, J. (2010). *Swinging in America: Love, Sex, and Marriage in the 21st Century*. Praeger.
- Cohen, M. T. (2016). The perceived satisfaction derived from various relationship configurations. *Journal of Relationships Research*, 7, e10. <https://doi.org/10.1017/jrr.2016.12>
- Conley, T. D., Piemonte, J. L., Gusakova, S. i Rubin, J. D. (2018). Sexual satisfaction among individuals in monogamous and consensually non-monogamous relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 35(4), 509–531. <https://doi.org/10.1177/0265407517743078>
- de Visser, R. i McDonald, D. (2007). Swings and roundabouts: Management of jealousy in heterosexual swinging couples. *British Journal of Social Psychology*, 46(2), 459–476. <https://doi.org/10.1348/014466606X143153>
- Gagnon, J. H. i Simon, W. (2005). *Sexual conduct: The social sources of human sex sexualit* (2. izdanje). Aldine Transaction.
- Haritaworn, J., Lin, C. i Klesse, C. (2006). Poly/logue: A critical introduction to polyamory. *Sexualities*, 9(5), 515–529. <https://doi.org/10.1177/1363460706069963>
- Kimberly, C. i Hans, J. D. (2017). From fantasy to reality: A grounded theory of experiences in the swinging lifestyle. *Archives of Sexual Behavior*, 46(3), 789–799. <https://doi.org/10.1007/s10508-015-0621-2>

- Kimberly, C. i McGinley, R. (2018). Changes in the swinging lifestyle: a US national and historical comparison. *Culture, Health & Sexuality*, 21(2), 219–232. <https://doi.org/10.1080/13691058.2018.1460692>
- Klesse, C. (2006). Polyamory and its ‘others’: Contesting the terms of non-monogamy. *Sexualities*, 9(5), 565–583. [10.1177/1363460706069986](https://doi.org/10.1177/1363460706069986)
- Lachman, M. E., Rocke, C., Rosnick, C., i Ryff, C. D. (2008). Realism and illusion in Americans’ temporal views of their life satisfaction the future. *Psychological Science*, 19, 889–897. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2008.02173.x>
- Lampert, S. I., i Rosenberg, L. J. (1975). Word of mouth activity as information search: A reappraisal. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 3(4), 337–354. <https://doi.org/10.1007/BF02729294>
- Litzinger, S., i Gordon, K. (2005). Exploring relationships among communication, sexual satisfaction, and marital satisfaction. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 31, 409–424. <https://doi.org/10.1080/00926230591006719>
- Matsick, J. L., Conley, T. D., Ziegler, A., Moors, A. C. i Rubin, J. D. (2014). Love and sex: Polyamorous relationships are perceived more favourably than swinging and open relationships. *Psychology & Sexuality*, 5(4), 339–348. <https://doi.org/10.1080/19419899.2013.832934>
- Rubel, A. N. i Bogaert, A. F. (2015). Consensual nonmonogamy: Psychological well-being and relationship quality correlates. *The Journal of Sex Research*, 52(9), 961–982. <https://doi.org/10.1080/00224499.2014.942722>
- Ruzansky, A. S. i Harrison, M. A. (2018). Swinging high or low? Measuring self-esteem in swingers. *The Social Science Journal*, 56(1), 30–37. <https://doi.org/10.1016/j.sosci.2018.10.006>
- Wilt, J., Harrison, M. A. i Michael, C. S. (2018). Attitudes and experiences of swinging couples. *Psychology & Sexuality*, 9(1), 38–53. <https://doi.org/10.1080/19419899.2017.1419984>
- Wolkomir, M. (2020). Swingers and polyamorists: A comparative analysis of gendered power dynamics. *Sexualities*, 23(7), 1060–1079. <https://doi.org/10.1177/1363460719876845>
- Viwatpanich, K. (2010). Swinging: Extramarital sexuality in Thai society. *Anthropological Notebooks*, 16 (2), 57–70.

Abstract

Swinging is a non-monogamous type of relationship primarily characterized by sexual activities with individuals outside the primary couple. It is essential that members of the primary couple maintain an exclusive emotional connection with each other. Research shows that the transition to the swinging lifestyle is highly specific and that communication is a key factor in this process. Additionally, detailed information about swinging activities and their cycle of occurrence will be discussed in greater detail in this paper. Studies show that, swingers report higher levels of self-esteem, relationship satisfaction, and sexual satisfaction. However, there is also a negative perception of swingers within the general population. Research on swingers faces numerous methodological challenges, often yielding results that cannot be generalized to the broader swinger community. Swinging remains a largely unexplored and overlooked phenomenon that future researchers should focus on more extensively. The aim of this paper is to review the general characteristics of swinger culture and to question whether these characteristics can be considered universal to the swinger community.

Keywords: communication, primary couple, sexual activity, swinging

