



izv. prof. dr. sc. Goran Arbanas

DR. GORAN ARBANAS, PSIHIJATAR ZA SEKSUALNO ZDRAVLJE:

„Ako se bojite za svoje kćeri, onda pripazite na svog partnera, a ne na imigrante!“ (<https://promise.hr/ako-se-bojite-za-svoje-kceri-onda-pripazite-na-svog-partnera-a-ne-na-imigrante/>)

OBITELJ ([HTTPS://PROMISE.HR/CATEGORY/OBITELJ/](https://promise.hr/category/obitelj/)) ZDRAVLJE ([HTTPS://PROMISE.HR/CATEGORY/OBITELJ/ZDRAVLJE/](https://promise.hr/category/obitelj/zdravlje/))

IZDVOJENO ([HTTPS://PROMISE.HR/CATEGORY/IZDVOJENO/](https://promise.hr/category/izdvojeno/)) 3. studenoga 2025. | Promise.hr ()

Sviđa mi se Podijeli 17 ljudi se ovo sviđa. Budite prvi među svojim prijateljima.

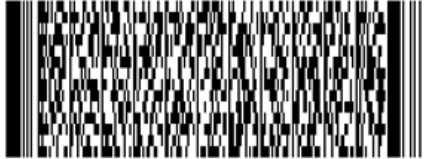
„Statistički podaci u Hrvatskoj ne govore da su imigranti rizik za počinjenje seksualnih kaznenih djela, ali kod djela ljudi postoji strah od njih koji je potpuno neopravdan. Mi na vještačenju seksualnih delikata nismo imali ni jednog imigranata. Počinitelji seksualnih kaznenih djela su kad je žena žrtva uglavnom njihovi sadašnji ili bivši partneri, a spram djeteta je to njemu netko blizak – djed, stric, ujak, otac, učitelj, svećenik, liječnik, obiteljski prijatelj“, ističe dr. Arbanas

Razgovarala: Romana Eibl

(<https://promise.hr/wp-content/uploads/2025/10/01.jpg>) U trenutku kad Hrvatska bilježi povijesno najveći broj stranih radnika (<https://promise.hr/najskrivljeniji-aspekt-migracije-intimne-ispovijesti-stranih-radnika-o-zivotu-bez-partnerica/>) – muškaraca koji u izolaciji žive i rade tisućama kilometara daleko od svojih obitelji – pitanje seksualne deprivacije postaje mnogo više od intimne teme. Riječ je o složenom javnozdravstvenom, psihološkom i društvenom fenomenu o kojem se gotovo nitko ne usudi javno govoriti.

Upravo zato, razgovarali smo s prof. dr. **Goranom Arbanasom**, psihijatrom, forenzičkim psihijatrom, psihoterapeutom i jednim od vodećih hrvatskih stručnjaka za seksualnu medicinu. Profesor Arbanas zaposlen je u **Klinici za psihijatriju Vrapče**, na Zavodu za

SKENIRAJ KOD I PODRŽI NAS SVOJOM DONACIJOM



Pokreni svoju mBanking aplikaciju, otvori opciju skeniraj i plati, zatim skeniraj ovaj barkod. Preostaje samo izmijeniti željeni iznos donacije.

NAJNOVIJE



Sveti Nikola na Jarunu: djeca dobivaju poklone; glazba, predstave i čarolija za cijelu obitelj



Uhićenje Mikulića eksplodiralo kao signal: Zeleni odred: 'Opasni otpad nam preuzima državu!'



„Prestanimo govoriti o demografiji samo kao o brojkama, riječ je o budućnosti naroda!“



„Posao je lagan, ali osjećaji su teški“
(<https://promise.hr/posao-je-lagan-ali-osjecaji-su-teski/>)



forenzičku psihijatriju, gdje se svakodnevno susreće s najrazličitijim oblicima ljudske seksualnosti – od njezinih zdravih izraza do patoloških oblika i poremećaja.

Otvora tabu temu

Autor je prvog hrvatskog udžbenika iz seksualne medicine i seksualne terapije, prevoditelj i urednik hrvatskog izdanja DSM-5, te profesor na sveučilištima u Zagrebu i Rijeci.

Kao bivši predsjednik Hrvatskog društva za seksualnu terapiju i tajnik Europske seksološke federacije, dr. Arbanas ima rijetku širinu – on o seksualnosti govori istodobno znanstveno, klinički i društveno odgovorno.

U razgovoru za naš serijal otvara tabu temu o kojoj hrvatsko društvo još šuti: što znači dugotrajno živjeti bez seksualnih odnosa, može li seksualna apstinencija postati rizik za mentalno zdravlje, i kakvu odgovornost ima društvo prema tisućama migranata čiji su život, tijelo i emocije često izvan svakog sustava.

Većina ne apstinira

Što se događa s psicom muškarca koji dulje vrijeme živi u potpunoj seksualnoj apstinenciji, daleko od obitelji i emocionalne bliskosti? Može li takva dugotrajna apstinencija dovesti do promjena u ponašanju, raspoloženju ili mentalnom zdravlju?

Prvo, mi ne znamo ništa o seksualnom životu imigranata u našoj zemlji jer, koliko je meni poznato, nije provedeno niti jedno istraživanje seksualnog života imigranata u Hrvatskoj. Tako da sve što ću reći je samo pretpostavka jer nemamo stvarnih podataka. Zašto vi mislite da oni apstiniraju? Uzmemo li istraživanja iz nekih drugih zemalja, možemo zaključiti da velika većina muškaraca, neovisno o religijskoj pripadnosti, masturbira, što znači da velika većina muškaraca neće apsolutno apstinirati čak i ako se nalazi negdje na privremenom radu u drugoj državi. Možda će apstinirati od partnerskog seksa, ali ne znači da će apstinirati od solidarnog seksa. Drugo, radi se uglavnom o mlađim ljudima, a za pretpostaviti je da se mlađi ljudi služe modernim tehnologijama. Danas puno ljudi ima veze na daljinu, pri čemu se koriste različitim metodama, pa i seksa, dakle ako i to uzmemo u obzir još ćemo smanjiti broj onih koji apsolutno apstiniraju.

Psihičke smetnje nisu povezane s apstinencijom

Međutim, ako i apstiniraju, apstinencija nema sama po sebi ni negativnih niti pozitivnih psiholoških posljedica. Recimo, imamo neke skupine ljudi koji apstiniraju, na primjer katolički svećenici, pa nemaju zbog toga veći broj duševnih smetnji ili poremećaja. Za imigrante mi znamo, nemamo doduše istraživanja u Hrvatskoj o tome, ali inače znamo da ljudi koji



MINISTAR O POVRATKU MLADIH: 'Nitko tko se želi vratiti ne smije biti prepušten sam sebi!'

NAJČITANIJE



Uhićenje Mikulića eksplodiralo kao signal: Zeleni odred: 'Opasni otpad nam preuzima državu!'



ODLETIO DIREKTOR koji se protivio muljanju i UHLJEBNICA je postala voditeljica službe u Plinari!



'Svi likovi u filmu 260 days, koji tumače one koji su silovali i tukli u Dalju, nosit će imena stvarnih zločinaca'



'Po genijalnom Tim Rothu pamtit će se '260 DAYS'; rasplakao je cijeli set kada je odglumio nešto svoje'



Ana Maria Braim dva je tjedna u ISTRAŽNOM ZATVORU; prisilno su je liječili, a POSVE JE PRISEBNA!

promjene sredinu u kojoj žive, odnosno dođu kao emigracija u neku drugu zemlju, imaju veću učestalost anksioznih i depresivnih poremećaja. Međutim, to vjerojatno nije posljedica seksualne apstinencije nego je vjerojatno posljedica dva faktora. Jedan je da ljudi koji odlaze nisu isti onima koji ostaju. Neka istraživanja iz Švedske su pokazala da će ljudi s psihičkim smetnjama prije napustiti domicilnu zemlju. Dakle, već time imamo povećani broj ljudi koji imaju neke psihičke smetnje. A onda s druge strane, kad mi dođemo u tuđu zemlju, mi smo manjina, postoji nešto što se zove manjinski stres. Naravno da su imigranti izloženi većoj količini stresa nego domicilno stanovništvo, pa su posljedično skloni anksioznim i depresivnim smetnjama, ali ja ne bih rekao da je to zbog seksualne apstinencije. Kao prvo, seksualna apstinencija uopće ne mora postojati, a drugo, ako i postoji, nema dokaza da ona djeluje tako da uzrokuje neke psihičke tegobe.

Veća je supresija ženske seksualnosti

Postoji li razlika između „zdrave“ i „prisilne“ apstinencije? Gdje je granica između samokontrole i potiskivanja prirodnih potreba i kakve budu reperkusije ako se dugo potiskuje seksualni nagon?

A što bi bilo prisilno?

Moralna prisila?

Ono što mi znamo iz istraživanja, ljudi koji su visoko religiozni, govorim o muškarcima, jer kod žena postoje neke razlike, i religiozni i nereligiozni, svi oni masturbiraju, s time da nije velika razlika u učestalosti masturbacije nego u stavu prema njoj. Dakle, oni koji nemaju moralnu ogradu, manje će se oko toga mučiti, ali zapravo i jedni i drugi će to raditi. Kod žena je jači utjecaj religioznosti. Kod muškaraca nema razlike učestalosti seksualnih smetnji kod religioznih i nereligioznih muškaraca, a kod žena ima. Žene koje su visoko religiozne, koje su preuzele religiozna shvaćanja i vjeruju, one imaju češće seksualne smetnje od žena koje nemaju čvrsta religiozna stajališta. No, vjeruje se da je to zbog toga što čak i u jako religioznim kulturama seksualnost je nešto što je više zabranjeno ženama nego muškarcima. Krenimo od naše kulture, ako uzmete ljude koji su jako religiozni vidjet ćete da će osude muškarca koji učini preljub biti manje nego ako preljub napravi žena. Ili, ako muškarac kaže da je imao sedam partnerica neće biti ista reakcija ako isto to kaže žena. U svim svjetskim religijama postoji puno veća supresija ženske seksualnosti nego muške, pa se vjeruje da je to razlog zašto su posljedice veće po žene nego po muškarce.

Osjećaj bliskosti možemo imati i na daljinu

Koliko je za psihičku stabilnost važan osjećaj intimnosti, a ne samo seksualni čin?

Osjećaj intimnosti mi i dalje možemo imati, jer osjećaj intimnosti ne ovisi o seksu. Intimnost je osjećaj bliskosti s drugom osobom. Mi možemo biti na velikoj udaljenosti, ali posebice danas sa suvremenim tehnologijama možemo biti u svakodnevnom kontaktu s nama bliskim osobama. Putem Vibera, Skypa, Whatsappa i sličnih platformi održavamo kontakt s osobom koja nam puno znači i čuvamo međusobnu bliskost. Takvo što nije bilo zamislivo, jer tehnički nije bilo moguće, šezdesetih i sedamdesetih godina prošlog stoljeća kad su naši ljudi odlazili na rad u inozemstvo. Oni praktički nisu mogli ni telefonirati, jer je telefon bio preskup da bi se svakodnevno čuli sa svojimima. Nazvali bi ih tek s vremena na vrijeme. Danas imate mogućnost, ako imate wifi, da ste svakodnevno besplatno u kontaktu s bliskom osobom udaljenom tisuće kilometara od vas te tako negujete i razvijate intimnost unatoč fizičkoj udaljenosti.

Imate li spoznaja kako naši ljudi doživljavaju imigrante, pogotovo muške? Neke skupine ljudi, osobito roditelji ženske djece, doživljavaju ih kao seksualnu prijetnju?

Ja bih rekao da je to predrasuda. Zašto? Imamo li mi ikakvih podataka koji nekoga iz te skupine ljudi inkriminiraju. Dakle, mi znamo tko su počinitelji seksualnih kaznenih djela, znamo čak i tko su optuženi. Mi u toj sferi delikata nemamo imigrante kao počinitelje.

Djecu zlostavljaju najčešće članovi obitelji

Vi imate dobar uvid s obzirom da ste i forenzički psihijatar za seksualne delikte.

Tako je. I ako gledamo što znamo, tko su najčešće počinitelji seksualnih kaznenih djela prema odraslima i prema djeci? Ako gledamo prema odraslima, a uglavnom su žene žrtve, najčešće su počinitelji sadašnji ili bivši partner, a ne neka nepoznata strana osoba. Ako gledamo seksualna kaznena djela prema djeci, najčešći je počinitelj član obitelji, djed, ujak, stric, otac, obiteljski prijatelj, ili možda učitelj, liječnik, svećenik, netko tko je djetetu blizak. Mi nismo imali na vještačenju seksualnih delikata imigranata. Ali, imamo, sad ću biti malo grub, Hrvate katolike uglavnom. A, koga drugog, nego onog čega je najviše... Statistički podaci nam, dakle, ne govore da su imigranti rizik za počinjenje seksualnih kaznenih djela, ali kod djela ljudi postoji taj strah od njih koji je potpuno neopravdan. I u ovom bih razgovoru stavio naglasak na destigmatizaciju: migranti nisu ništa opasniji od naših ljudi. Ako se bojite za svoje kćeri, onda pripazite na svog partnera, a ne na imigrante!

Mornari prenose spolne bolesti

Znam za slučaj kad je jedan od šefova jednog velikog gradilišta u Zagrebu na kojem rade uglavnom Nepalci i Filipinci, koji kući ženama odlaze jednom godišnje, neki i rjeđe, na njihov vapaj u trenutku opuštenosti „šefe mi bi ševili!“, odlučio ispuniti želju svojim radnicima i pomoći im da se spoje s prostitutkama. Što mislite o djelomičnoj liberalizaciji seksualnog tržišta s obzirom da će prema nekim procjenama do 2030. u Hrvatskoj biti oko pola milijuna stranih radnika, većinskim dijelom iz zemalja jugoistočne Azije, većinom muškaraca koji će dolaziti, kao i do sada, bez partnerica?

Vaš primjer nije ništa novo u svijetu migrantskoga rada ili dugotrajnog rada daleko od kuće. Evo, recimo, zna se da su naše ljude koji su radili na naftnim platformama u Siriji, poslodavci s vremena na vrijeme vodili u neko selo na obali da pronađu društvo. Ili, priče o mornarima koji u svakoj luci imaju svoju „luku“, a nisu na preookeanskim brodovima duže od mjesec dana. Poznato je da mornari prenose spolno prenosive bolesti po svijetu. Vjeruje se da do otkrića Amerike nije bilo sifilisa u Europi, govorimo o kraju 15. stoljeća. U to je vrijeme ona šačica mornara što su plovili u Ameriku donijela sifilis u Europu i proširila ga po cijelom kontinentu.

Češće se javljaju naši nego imigranti

Što bi hrvatski zdravstveni sustav mogao učiniti da migranti imaju pristup diskretnoj psihološkoj i seksualnoj podršci bez straha od stigme? (<https://promise.hr/wp->



[content/uploads/2025/10/ruke.jpg](https://promise.hr/wp-content/uploads/2025/10/ruke.jpg))

Mi, koliko ja znam, a mogu govoriti iz perspektive ambulante za seksualne smetnje, nismo dosad imali imigrante kao pacijente. Imamo pojedinačne slučajeve da nam se jave ljudi koji već godinama žive u Hrvatskoj da im se pomogne, ali ne u nekom većem broju nego što se javljaju naši ljudi. Dapače, naši se javljaju češće i lakše, vjerojatno i zbog jezične barijere. Znamo da terapeute možemo naći i online, tako da ne mogu govoriti o imigrantima u

Hrvatskoj, ali mogu govoriti o hrvatskim imigrantima u druge zemlje da često ne traže pomoć u zemlji u koju su otišli zbog jezika. Recimo, ljudi odu u Njemačku, ali ne govore njemački jezik dovoljno dobro da mogu objasniti svoje tegobe. I što onda najčešće rade?

Svi muškarci imaju iste probleme

Nađu online terapeuta iz Hrvatske ili koji govori hrvatski. Dakle, i eventualni podaci koje bi vam mogao dati HZZO su ograničeni, jer nitko ne zna koliko je ljudi možda potražilo online pomoć od svojeg matičnog liječnika, a to se kroz naš sustav ne registrira. No, ono što znam, ne mogu govoriti za Nepal i Bangladeš, ali mogu za Indiju i neke arapske zemlje, u seksualne ambulante muškarci dolaze zbog istih problema kao i u Hrvatskoj. Najčešći razlozi su erektilna disfunkcija i prijevremena ejakulacija. I to je jednako i u Hrvatskoj, Indiji, Iraku, Iranu, Egiptu i Americi i bilo gdje. Kod žena postoje neke razlike, ali kod muškaraca su minimalne.

Tema je vrijedna pažnje

Je li vas možda malo zatekla ova tema o delikatnom području ljudske intime imigranata u koju sam se upustila?

Nije, i u svakom je slučaju vrijedna pažnje. Ja sam, među ostalim, tajnik Europske seksološke federacije koja je dobila upit ruskih državljana koji su emigrirali iz Rusije, a među njima ima mnogo raznovrsnih stručnjaka, koji bi se željeli educirati iz seksualne terapije. Zašto? Zato jer im se mnogi njihovi državljani javljaju za pomoć jer ne znaju jezik zemlje u kojoj borave, pa bi htjeli terapiju na ruskom. Taj primjer samo potvrđuje ono što znam od našim emigranata – ljudi traže terapiju na materinjem jeziku.

FOTO: Screenshot videosnimke; ilustracija Pixabay

**Tekst je objavljen uz financijsku potporu Agencije za elektroničke medije iz Programa poticanja novinarske izvrsnosti*

Najskrivljeniji aspekt migracije: Intimne ispovijesti stranih radnika o životu bez partnerica (<https://promise.hr/najskrivljeniji-aspekt-migracije-intimne-ispovijesti-stranih-radnika-o-zivotu-bez-partnerica/>)

0 komentar

Sortiranje prema

Komentirajte...

[Facebookov dodatak za komentare](#)


0 komentar

Sortiranje prema



Komentirajte...

[Facebookov dodatak za komentare](#)


 [imigranti](https://promise.hr/tag/imigranti/) 1 (<https://promise.hr/tag/imigranti/>) [apstinencija](https://promise.hr/tag/apstinencija/) 1 (<https://promise.hr/tag/apstinencija/>)
[seksualna](https://promise.hr/tag/seksualna/) 1 (<https://promise.hr/tag/seksualna/>)
[dr. Goran Arbanas](https://promise.hr/tag/dr-goran-arbanas/) 1 (<https://promise.hr/tag/dr-goran-arbanas/>)

katolički svećenici 1 (<https://promise.hr/tag/katolicki-svecenici/>)

nagon 1 (<https://promise.hr/tag/nagon/>) prostitutke 2 (<https://promise.hr/tag/prostitutke/>)

© Promise.hr

[Naslovnica \(https://promise.hr/\)](https://promise.hr/) • [O nama \(https://promise.hr/o-nama/\)](https://promise.hr/o-nama/) • [Impressum \(https://promise.hr/impressum/\)](https://promise.hr/impressum/) • [Uvjeti korištenja \(https://promise.hr/uvjeti-koristenja/\)](https://promise.hr/uvjeti-koristenja/) •

 (<https://www.facebook.com/portal.promise>)