

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ВОЛИНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ЛЕСІ УКРАЇНКИ
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ
Кафедра практичної психології та психодіагностики

На правах рукопису

СЕМЕНЧУК ТЕТЯНИ ВОЛОДИМИРІВНИ
ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ СЕКСУАЛЬНИХ
ВЗАЄМИН У МОЛОДОМУ ШЛЮБІ:
ГЕНДЕРНИЙ АСПЕКТ

Спеціальність: 053 «Психологія»
Освітньо-професійна програма «Практична
психологія» Робота на здобуття освітнього
ступеня «Бакалавр»

Науковий керівник:
ФЕДОРЕНКО РАЇСА ПЕТРІВНА,
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної
психології та психодіагностики

РЕКОМЕНДОВАНО ДО ЗАХИСТУ
Протокол №
засідання кафедри практичної психології та
психодіагностики від 2024 р.
Завідувач кафедри
Прізвище, ініціали

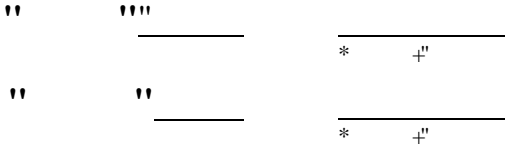
(підпис)

ЛУЦЬК – 2024

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПСИХОСЕКСУАЛЬНИХ ОСНОВ ГАРМОНІЇ В МОЛОДОМУ ШЛЮБІ.....	6
1.1. Особливості функціонування молодої сім'ї.....	6
1.2. Психологічні особливості чоловічої та жіночої сексуальності.....	14
1.3. Вплив гендерно-рольових стереотипів на сексуальну поведінку.....	24
Висновки до розділу 1.....	33
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОСЕКСУАЛЬНИХ ВЗАЄМИН У МОЛОДОМУ ШЛЮБІ.....	35
2.1. Характеристика вибірки дослідження.....	35
2.2. Аналіз та обробка отриманих результатів.....	39
2.3. Рекомендації щодо психосексуальної гармонізації взаємин у молодому шлюбі.....	46
Висновки до розділу 2.....	52
ВИСНОВКИ.....	54
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	57
ДОДАТКИ.....	62

" 1 "	" " " "	" "	" "
3"	" " " " 0' "	230204245"	
4"	" " " " 0' " ø "	490204245"	
5"	" " " " 0' 0'	3302304246"	
6"	" " " " 0' "	4602304246"	
7"	" " " " "	34024042460'	
8"	" " " " 0' "	2602504246"	
9"	" " " " " " " " 0' "	4402604246"	
:"	" " " " 0' "	2302704246"	
;"	" " " " " "	4402704246"	
32"	" " " " 0'	4502704246"	
33"	" " " " " 0'	4902704246"	



" 0 0

" 0 0

CPPQVCVQP "

Vgkpc "Ugo gpej w0'Ruf ej qm kecn'cpcn'uku"qh'ugzwn't grvqpu"kp" c" {qwp " o cttkci g<i gpf gt 'cur gev0/'S wrkktecvqp"t gugctej 'r cr gt "qp"o cpwuetkrv't ki j u0'

I tcfwcvqp" swrkktecvqp" y qtm' hqt " qdvkpkpi " vj g" Dcej grqt au" f gi tgg" kp" ur gekn' "275"ëRuf ej qm {i "/"Nguf c "Wnt ckpnc "Xqrp" Pcvkpcn'Wpkxgt ukv. "Nwum" 42460'

Vj g"vj gqtgkecn'cpf "o gvj qf qm kecn'hqwpf cvkpu"qh'r u{ej qugzwn'hcevqtu"qh" j cto qpkqwu'tgrvqpuij kr u"kp" c" {qwp "o cttkci g"ctg"eqpukf gtgf. "vj g"r gewkctkku"qh" vj g'hwpevqpkpi "qh" c" {qwp "hco kn' ctg'f gvgto kpgf. "i gpf gt/tqrg'uvgtgqv' r gu'cpf "vj gk" kphwpgpeg"qp'ugzwn'dgj cxkqwt'ctg'cpcn' | gf 0'

Cp"go r kkecn'uwf { "qh'r u{ej qugzwn'tgrvqpuij kr u"kp" c" {qwp "o cttkci g"y cu" ecttkgf "qww"vj g'tguwmu"qh'y j lej "o cf g'k'r quukdg'v' ukpi ng"qww'vj g"o ckp'hcevqtu'vj cv" r r { "c"uki pkktecpv'tqrg"kp"ucvuhcevqp"y kj "dqj "ugzwn'cpf "o ctkcn'tgrvqpuij kr u"kp" i gpgtcr0'Vj g'hgcwt gu"qh'i gpf gt'f khtgpegu"kp"cvkwf gu'vqy ctf u'ugzwn'tgrvqpu"qh" {qwp "eqw ngu'ctg'kf gpvkhgf "cpf "f guetkdgf 0'

Tgeqo o gpf cvkpu"ht"vj g"r u{ej qm kecn'j cto qpk cvkqp"qh"vj g"tgrvqpuij kr u" qh" vj g" {qwp " eqw ng" ctg" qhhtgf. " kp" r ctvewxt. " vj g" gucdkuj o gpv' qh' ugzwn' eqo o wplecvqp'ku"qh'i tgcv'ko r qtwpeg0'

Vj g"r tcevekn'uki pkktepeg"qh"vj g"qdvkpgf "tugctej "tguwmu"ku"vj cv'ku"o ckp" r tqxkukpu"cpf "eqpenwukpu"ecp"dg"uweeguuhwn' "wugf "kp"vj g'cevkkku"qh'r tcevekn' r u{ej qm ku'kp"vj g'eqwtug"qh'eqwpugrpi "o cttkgf "eqw ngu0'

Mgf "y qtfu<"hco kn' "hwpevqpkpi. "ugzwn'tgrvqpu. "r u{ej qm kecn'y gm/dgkpi. " i gpf gt'tqrgu. "ugzwn'r tqhng. "f kuj cto qp { "qh'ugzwn'tgrvqpu0'

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сьогодні, в умовах кризи воєнного стану, соціальний рівень життя громадян нашої країни знижується. У таких ситуаціях людина стикається з важкими психологічними переживаннями, які зазвичай позначаються на його соціально-психологічних і життєвих здібностях в цілому. Отже, це позначається на сімейних відносинах і їх якості. Значно порушується взаєморозуміння в сім'ї, взаємодія чоловіка і дружини, розвиток сім'ї. Актуальною проблемою є пошук і виявлення форм сімейних відносин, здатних захистити людину від емоційних потрясінь і переживань, які можуть бути викликані соціальними, економічними та іншими факторами.

Сім'я як мала соціальна група, подружня взаємодія, сімейні комунікативні та перцептивні процеси є однією з головних проблем сучасної соціальної психології. Проблема соціально-психологічного вивчення взаємодії в молодих сім'ях полягає у обмеженості типологій сімейних стосунків, їх особливостей, психологічних чинників, які впливають на специфіку взаємин подружжя.

Водночас недостатньо розробленою залишається типологія подружньої взаємодії в молодих сім'ях, зміст психологічних чинників, що впливають на характер міжособистісних стосунків у сімейній парі.

Зважаючи на те, що проблема психологічних аспектів сексуальних взаємин у молодому шлюбі є недостатньо вивченою, нами була обрана тема дослідження: *«Психологічні особливості сексуальних взаємин у молодому шлюбі»*.

Об'єктом дослідження виступають сексуальні взаємини.

Предметом дослідження є психологічні особливості сексуальних стосунків у молодому шлюбі.

Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні проблеми психологічних аспектів сексуальних взаємин у молодому шлюбі та їх емпіричній верифікації.

Окреслена мета дослідження потребує вирішення низки **завдань**:

1. Здійснити теоретико-методологічний аналіз проблеми психологічних аспектів сексуальних взаємин у психологічній літературі.
2. На підставі літературних джерел визначити особливості функціонування молодого подружжя.
3. Визначити психологічні чинники та характер міжособистісних стосунків у подружній парі.
4. На підставі емпіричного дослідження виділити основні психологічні аспекти сексуальних взаємин у молодому подружжі.

Теоретико-методологічна основа дослідження. Тематика сім'ї відображена в численних дослідженнях вітчизняних та зарубіжних науковців. Проблеми спілкування та взаєморозуміння в малих групах розглядали І. Ващенко, А. Коваленко, Н. Хазратова. Питання подружньої сумісності, задоволеності шлюбом, стабільності сімейних стосунків, рольового розподілу обов'язків у сім'ї, готовності до сімейного життя піднімали такі вітчизняні автори, як Н. Максимова, М. Мушкевич, В. Радчук, Т. Титаренко, Р. Федоренко. Особливості психотерапевтичної та консультативної роботи із сім'ями, характеристики інтимної сторони сімейного життя, питання емоційного зв'язку та психологічної інтимності в міжособистісних стосунках висвітлено в працях П. Горностая, М. Жидко, С. Кочаряна, О. Кочаряна, В. Сисенко, В. Чугунова. Е. Ейдемільер, В. Юстіцкіс вивчають сімейну взаємодію в межах системної теорії. розглядає сімейну систему на трьох рівнях – соціальному, емоційному та інтимному. К. Вітакер, К. Роджерс, В. Сатір та інші є яскравими представниками консультативно-корекційної роботи із сімейними парами в гуманістичному напрямі.

Для реалізації поставлених завдань було проведено комплекс психодіагностичних методів та методик: Методика задоволеності стосунками Hendrick S. (RELATIONSHIP ASSESSMENT SCALE), опитувальник «Рольові очікування і домагання у шлюбі» (РОП) А. Н. Волкової, Т. Трапезнікової, Методика визначення особливостей сексуальних стосунків партнерів «Сексуальний профіль» (Моріс Яффе, Елізабет Фенвік), чоловічий та жіночий варіант, опитувальник «Сексуальна самооцінка» Катрин Майяр, опитувальник

для дослідження рівня соціально-психологічної та сексуально-поведінкової адаптації подружньої пари Д. Буртянского та В. Кришталя.

Загальна кількість вибірки складає 50 подружніх пар, що перебувають у шлюбі. Віковий показник досліджуваних – від 20 до 40 років. Усі подружні пари перебувають у першому шлюбі, стаж подружнього життя від одного до семи років. Досліджувані вибірки є жителями м. Луцька та Волинської області. Дослідження проводилося упродовж 2023-24 років на базі «Психологічного консультативного центру», що функціонує при кафедрі практичної психології та психодіагностики ВНУ імені Лесі Українки.

Елементи наукової новизни одержаних результатів полягають в подальшому розвитку теоретичних засад психологічних аспектів сексуальних взаємин, з'ясуванні психологічних особливостей сексуальних стосунків молодого подружжя з різними установками на них.

Практична значущість дослідження полягає в тому, що отримані результати можуть успішно використовуватись практичними психологами в роботі з сім'ями, у яких є порушення сексуальних взаємин.

Апробація результатів. Зміст основних положень і результатів дослідження доповідались і обговорювались на XVI Міжнародній науково-практичній конференції «Психологічні основи здоров'я, освіти, науки та самореалізації особистості», 28-29 березня 2024 р., м. Луцьк, опубліковані у тезах «Психологічні особливості сексуальних взаємин на ранній стадії функціонування сім'ї»: Збірник «Психологічні основи здоров'я, освіти, науки та самореалізації особистості» (м. Луцьк, 28-29 березня 2024 р.) / ВНУ імені Лесі Українки; кафедра практичної психології та психодіагностики, за заг. ред. Л. І. Магдисюк. Луцьк : Вежа-Друк, 2024. С. 142-145.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПСИХОСЕКСУАЛЬНИХ ОСНОВ ГАРМОНІЇ В МОЛОДОМУ ШЛЮБИ

1.1. Особливості функціонування молодої сім'ї

Сім'я – це особливий світ, однозначно пов'язаний з усіма проблемами суспільства, найближчим і віддаленим соціальним оточенням. Але цінність, значущість, сила і самобутність цього світу визначаються його внутрішніми зв'язками, потребами, прагненнями, цінністю кожної сім'ї для всіх її членів і цінністю кожної окремої сім'ї окремо. Адже сім'я створена для задоволення психологічних, моральних і соціальних потреб її членів, потреби в спілкуванні з іншими людьми, безпеки, захисту, морально-психологічному комфорту. Сім'я створює новий рівень можливостей для подальшого розвитку особистості.

Гарний шлюб – не тільки любов, але й організоване й налагоджене зусиллями шлюбних пар різноманітніше спілкування. Задоволеність шлюбом більше залежить від такого спілкування, ніж тільки від почуття любові. Любов – основа шлюбу, але вона не забезпечує його стабільність і міцність. Основою задоволеності, а, отже, стабільності шлюбу й сприятливих взаємин є те, що можна сформулювати коротко як «потреба в сталості приємної розмаїтості» або «бажання високої ймовірності приємних несподіванок».

Розвиток сім'ї має бути постійним-без цього подружні стосунки будуть нестабільними, а задоволеність шлюбом знизиться.

Дослідження показали, що постійний розвиток і задоволеність шлюбом забезпечується особливостями благополучної сім'ї, а також відносинами, які в них складаються. Сімейна роль пари узгоджена, вони задоволені своєю роллю. Виконання домашніх обов'язків не викликає конфліктів. Емоційна складова і емоційна чуйність добре виражені в спілкуванні між парами. Очікування явно виправдані-чоловіки і жінки знають один одного і знають, чого чекати один від одного; чоловіки і жінки не забувають про дрібниці, які прикрашають стосунки, спілкування та розмову. Чоловіки і жінки, перш за все, прагнуть зробити це

більш важливим і цікавим для свого партнера. Спілкування між подружніми парами характеризується високою культурою і надійністю. Чоловіки і жінки взаємно вдячні і підтримують один одного.

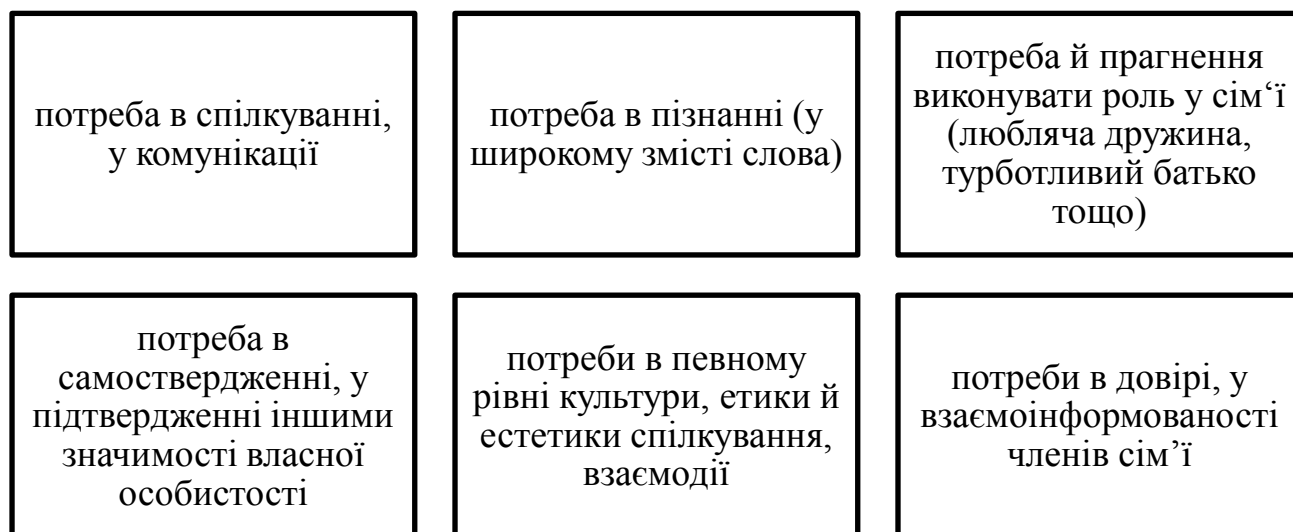


Рис. 1.1. Психологічні потреби, що безпосередньо впливають на взаємини членів родин

Благополучна або щаслива пара, як правило, характеризується високим рівнем взаємин, розвитком у високому ступені особистісних якостей.

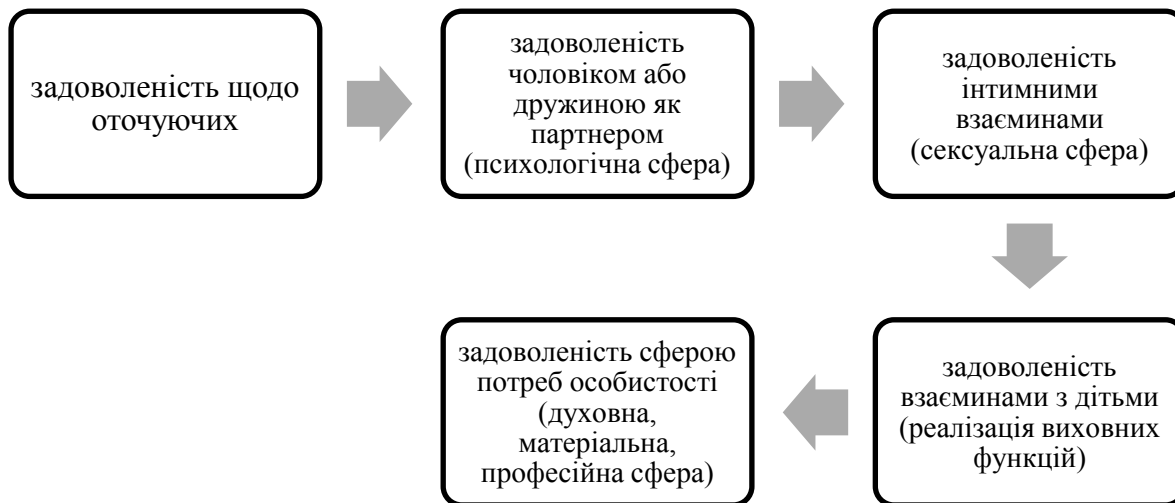


Рис. 1.2. Задоволеність шлюбом

Отже, задоволеність шлюбом можна визначити як ставлення людини до своїх власних шлюбних стосунків. Розуміння задоволеності шлюбом має велике значення для дослідників, які вивчають стосунки, і прагматичні наслідки для подружніх пар і професіоналів, які з ними працюють. Серед багатьох факторів, що сприяють задоволенню шлюбом, є три основні аспекти: те, як

шлюб зазвичай просувається протягом життєвого циклу стосунків і, як наслідок, коливання задоволеності; введення у дію рутинної поведінки щодо підтримки відносин; і роль стилів конфлікту як факторів, що сприяють загальному задоволенню шлюбом.



Рис. 1.3. Рівні, що визначають задоволеність шлюбом за К. Вітакер

Для дуже молодого шлюбу характерні наступні моменти, що впливають на задоволеність пари: входження в світ один одного, поділ праці і обов'язків в сім'ї, входження в роль чоловіка і дружини, процес придбання життєвого досвіду. Цей період подружнього життя є складним з точки зору стабільності сім'ї.

Молодий шлюб характеризується напруженістю в тимчасовому бюджеті, пов'язаної з народженням і вихованням дітей, різким обмеженням часу на відпочинок, дозвілля, підвищенням фізичної і нервової втоми. Все це призводить до зниження задоволеності шлюбом.

Інтимне спілкування партнерів займає центральне місце в подружньому спілкуванні, включаючи не тільки сексуальні відносини і статевий акт, а й саме відкрите і інтимне, душевно сімейне спілкування. Інтимність в психології розуміється як таке спілкування, при якому людина постає перед іншою людиною не тільки як носій соціальних ролей, але саме як «одинак», як

унікальна і неповторна людина, яка відкрито розкриває свій внутрішній світ, всі свої особливості.

Інтимне спілкування може сприйматися не тільки як бажане, але і як небезпечне. Воно задовольняє потребу в розумінні і співчутті, підтримці і взаєморозумінні, але також може означати певні небезпеки, тому деякі люди не хочуть офіційного спілкування.

Із цим пов'язані побоювання «бути покинутим», страх «серйозних докорів», страх власних деструктивних, руйнівних імпульсів тощо. Адже в інтимному спілкуванні ми в найменшій мірі пов'язані соціальними нормами поведінки, соціальними заборонами, і тому стосовно найближчої людини ми можемо поводитися так, як ніколи не змогли б вести стосовно людини менш близької. І, нарешті, від інтимності може стримувати страх втратити власну індивідуальність – через надмірне злиття з індивідуальністю іншого, «розчинення» у цьому іншому. Тому «перш ніж об'єднатися й для того щоб об'єднатися, треба остаточно розмежуватися», зміцнити свою особистість, індивідуальність.

Зокрема, якщо ці позиції гармоніюють, узгоджуються, наприклад, хтось проявляє «батьківський» стиль стосовно партнера, а той із задоволенням демонструє «дитину» – це добре. Якщо зустрічаються дві «дорослих» позиції – теж позитивно. Але коли в сім'ї зіштовхуються два «батьки» – неминучі конфліктна ситуація й напруженість у спілкуванні.

Так, П. Горностай відзначає, що спілкування починається насамперед зі сприйняття людини людиною, з попередньої оцінки його, що нормує емоційно-інтелектуальне ставлення до неї []. У цьому процесі відіграють роль й отримані про людину відомості й життєвий досвід, і інші ще невідомі фактори, що породжують безпосереднє емоційне відношення – симпатію або антипатію.

Як показують дослідження відомого грузинського психолога Д. Узнадзе, сприйняття людиною всього суцього відбувається через установки.

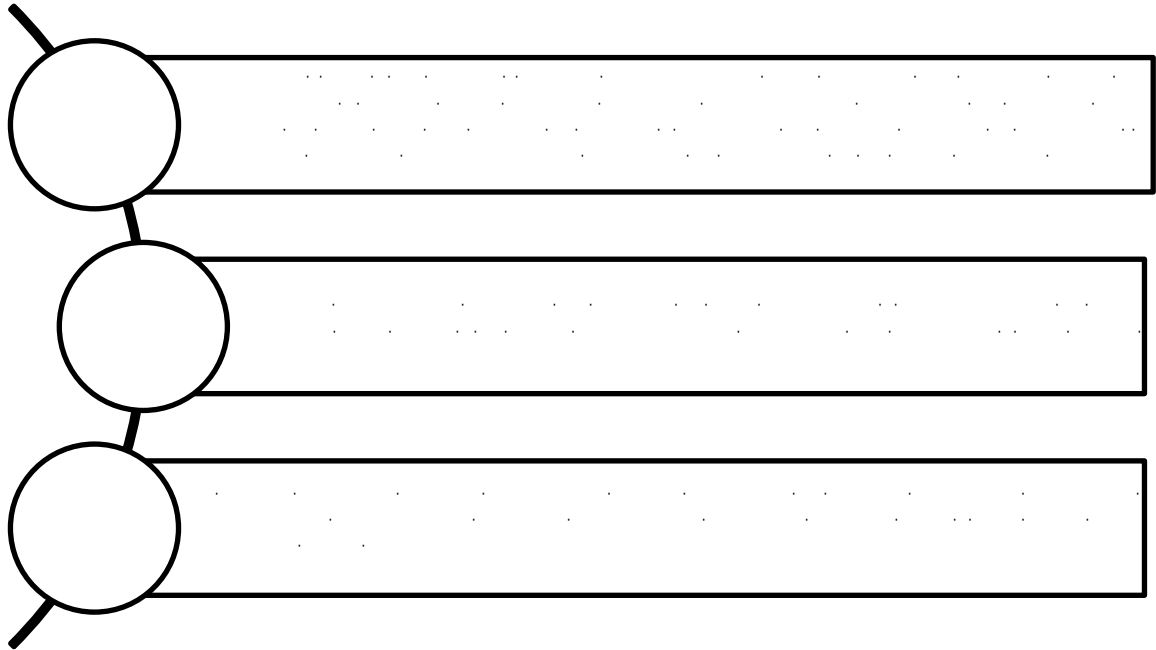


Рис. 1.4. Основа транзакційного аналізу з комунікативної позиції спілкування за Е. Берн

Установка – це своєрідний попередній настрій, схильність організму на сприйняття того або іншого предмета з певних позицій. Це неусвідомлена упередженість при сприйнятті, яку можна порівняти її зі своєрідною призмою, через яку людина бачить предмети зовнішнього світу, і яка визначає характер його вражень [20].

Кожен такий стан характеризується пануванням тієї або іншої установки при сприйнятті людини, що певним чином замальовує, «ретушує» її. Так, у стані закоханості, пристрасті, сильного емоційного потягу подружжя повністю перебуває під впливом у край позитивної установки. У цих умовах поведінки партнера, його слова, жести, учинки, часом навіть досить образливі з погляду стороннього спостерігача, розглядаються гранично доброзичливо й поблажливо.

У міру спаду цього сильного емоційного потягу, дія позитивної установки поступово зменшується, припиняється. Сприйняття подружжя спочатку стає «нормальним», правильним, адекватним, а потім усе більше підпадає під вплив негативної установки. У цьому випадку зароджується й зростає готовність в негативному змісті, з негативних позицій витлумачити будь-яке зауваження, репліку, жест, учинок, дрібні образи, що постійно накопичуються, можуть у

певних умовах створювати «вибухонебезпечну» обстановку.

М. Земська відзначає, що вміння чоловіка або дружини приймати свого партнера з усіма його особливостями, сприймати його як особистість є доказом любові. Особистісний розвиток людини багато в чому залежить від неї самої, але дружину або чоловіка можуть успішно стимулювати прагнення до розвитку й збагачення особистості партнера. Чоловік і жінка можуть допомагати один одному в розвитку тим більше, чим більшою є спільність їхнього світу духовних цінностей. Але навіть певні розбіжності в ієрархії цінностей можуть не руйнувати їхньої внутрішньої співдружності, якщо обоє подружжя ставляться з повагою до індивідуальності один одного [19].

Е. Ейдеміллер, В. Юстицкіс вважають, що усвідомлення себе через іншого включає дві сторони: ідентифікацію (уподібнення себе іншому) і рефлексію (усвідомлення людиною того, як вона сприймається партнером по впливу). Що стосується механізму ідентифікації, то можна сказати, що надлишкова егоцентричність, недостатня кількість емпатії найчастіше блокують правильне сприйняття людини. А це значить, що й перцептивна сторона спілкування (а отже, і його успішність у цілому) також ґрунтується на нормальному характері міжособистісних взаємин. Якщо говорити про рефлексію, то можна відзначити, що нормальні відносини не можуть бути побудовані без врахування того, якими нас бачать інші, і, на жаль, саме через відмову від сприйняття свого образу очима іншого взаємини шлюбних пар часто порушуються.

Протилежністю концепції задоволеності шлюбом є незадоволеність шлюбом. Незадоволеність членами подружньої пари є результатом незадоволеності потреб сім'ї: незадоволеності сексуальними потребами, незадоволеності цінністю і значимістю свого «Я», незадоволеності потребою в позитивних емоціях, фінансових розбіжностях, різних інтересах у дозвіллі.

Очевидно, що задоволеність шлюбом в основному базується на задоволеності шлюбним партнером. Буває, що одна особа чоловіка заважає задоволенню потреб, інтересів і намірів другого з подружжя. У такій ситуації подружжя стає вже не союзниками і партнерами, а суперниками, і їх

задоволеність шлюбом різко падає.

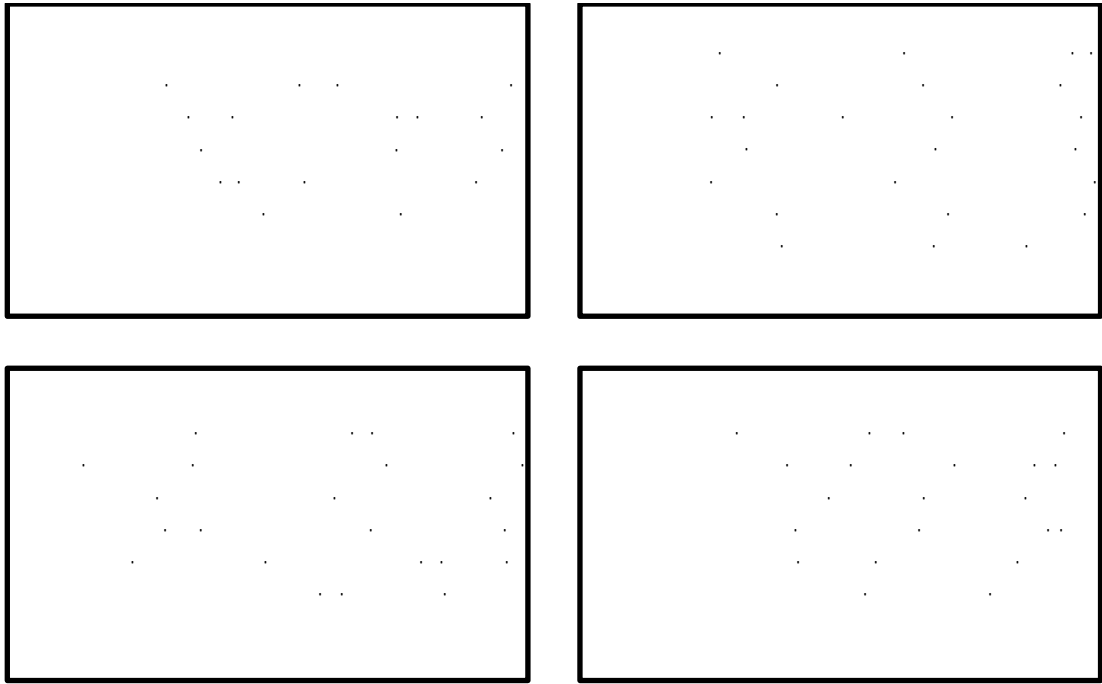


Рис. 1.5. Основні психологічні аспекти, що впливають на задоволеність шлюбом

Вітчизняними вченими встановлено гендерні відмінності в оцінці подружжям задоволеності шлюбом. Тому чоловіки вважають найбільш важливими такі фактори, як наявність власного житла, матеріальний достаток і сексуальне задоволення. Жінки вважають за краще заводити дітей, обговорювати сімейні проблеми і справедливо розподіляти обов'язки. Загалом рейтинг чинників успішного шлюбу у баченні українців виглядає так, як зазначено у таблиці 1.1.

Таблиця 1.1.

Чинники успішності шлюбу

Назва чинника	Рейтинговий відсоток	Гендерні переваги
Повага, підтримка подружжя	89	-
Подружня вірність	88	-
Матеріальний достаток	80	чоловіки
Власне житло	78	чоловіки
Сексуальне задоволення	78	чоловіки

Обговорення сімейних проблем	75	жінки
Наявність дітей	70	жінки
Спільне проведення часу	57	жінки
Адекватний розподіл обов'язків	56	жінки
Близьке походження подружжя	28	жінки

Тому представники обох статей вважають, що найважливішим для успіху шлюбу є психологічні фактори, такі як повага та підтримка пари та збереження подружньої вірності.

Більшість сучасних дорослих українців визнають пріоритет сім'ї як джерела забезпечення своїх потреб. Крім традиційних потреб, його забезпечення підтримує здорове функціонування людського організму, але сім'я покликана виконувати головну функцію – визначати емоційний фон подружніх відносин. Зокрема, це створює позитивний мікроклімат, підтримує дружні стосунки з родичами та сприяє соціальному самовдосконаленню.

Крім взаємної прихильності і поваги подружжя, до інших факторів, що стабілізують сімейні відносини, відносяться постійне прагнення партнера зберегти сім'ю, бажання і здатність партнера координувати дії на благо сім'ї, ініціатива кожного члена сім'ї у вирішенні сімейних проблем і їх взаємовигідне співробітництво. реальний внесок у спільну справу, різні особисті цілі та потреби, а також справи та потреби всієї родини. Включає в себе прагнення до раціонального поєднання, емоційної єдності у важкі часи. Здатність емоційно зігрівати партнера по шлюбу діє таким чином, що створює атмосферу довіри, невимушеності і чесності.

Важливий вплив на емоційні відносини в шлюбі надає культура спілкування і дозвілля, спільне прийняття подружжям рішень, спільне сімейне і домашнє самообслуговування в сім'ї, створення сімейних субкультур. Стабілізація емоційних відносин залежить від рівності подружжя, індивідуальних потреб, які в цілому задовольняються шлюбом і сімейним життям. Особистісні особливості чоловіка в значній мірі сприяють

розвитку відносин.

Є причини для негативного ставлення до себе і життя членів сім'ї, які є «руйнівниками» емоційних відносин.

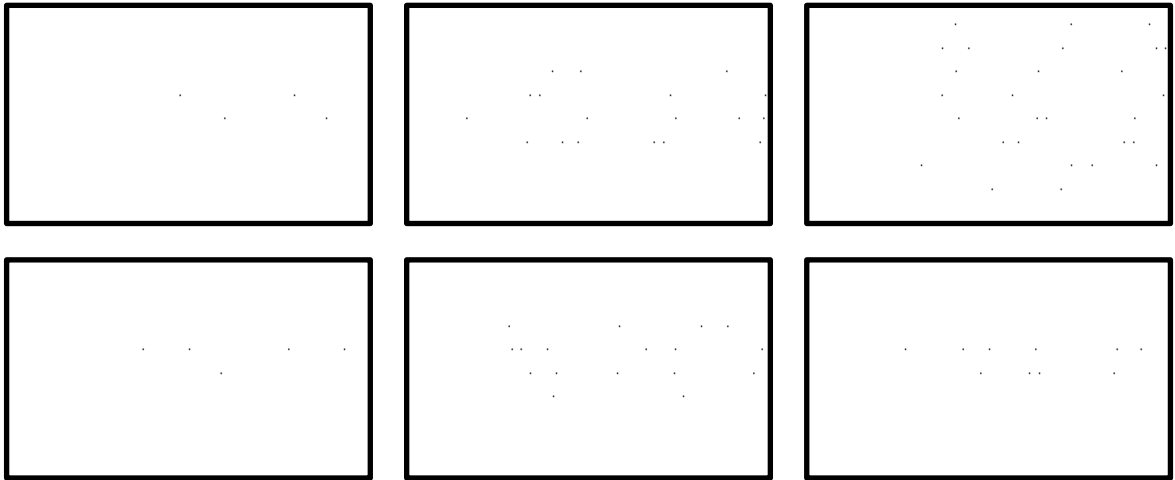


Рис. 1.6. Причини негативного ставлення до себе і життя членів подружжя за Д. Бернсом

Таким чином, у результаті, якщо члени подружньої пари постійно вивчають психологію один одного, проявляють терпіння, вміють розпізнавати і враховувати бажання і потреби партнера по парі, у них більше шансів зберегти позитивну емоційну складову сімейних відносин і зберегти сприятливий розвиток шлюбу.

1.2. Психологічні особливості чоловічої та жіночої сексуальності

Щоб зрозуміти типову (наприклад, когнітивну, соціальну психологію, психологію розвитку) і нетипову клінічна психологія та ін.) поведінку людини, незалежно від статі, гендерної приналежності і сексуальної орієнтації, важливо більш ретельно вивчати гендер, гендерну приналежність і сексуальну орієнтацію в психологічних дослідженнях.

Сексуальність людини залежить від 3 взаємопов'язаних факторів: сексуальної ідентифікації людини (самоідентифікації), його гендерної ідентифікації та сексуальної поведінки. Сексуальна ідентифікація пов'язана з біологічними особливостями, такими як хромосоми, зовнішні та внутрішні статеві органи, гормональний статус, статеві залози та вторинні статеві ознаки. Гендерна ідентичність корелює з особистісним змістом приналежності до чоловічої і жіночої статі. Сексуальна поведінка і почуття людей впливають з норм і цінностей певного суспільства або культури і не можуть бути зрозумілі окремо від них [41].

Однією з функцій подружнього життя є репродукція, тобто відтворення потомства. Вона багато в чому визначає потребу членів чоловіка в сексуальних відносинах. Але інтимні стосунки не тільки не призводять до такого бажаного результату, але і перешкоджають йому в більшості випадків. Сексуальні стосунки пари набувають нового характеру після вступу в шлюб. Під час адаптації першої пари інтимні стосунки подружжя врівноважуються турботами інших сімей. Не перетворюючи сексуальні відносини в основу сімейного благополуччя, необхідно визнавати різноманітність функцій подружжя, як позитивних, так і негативних відтінків.

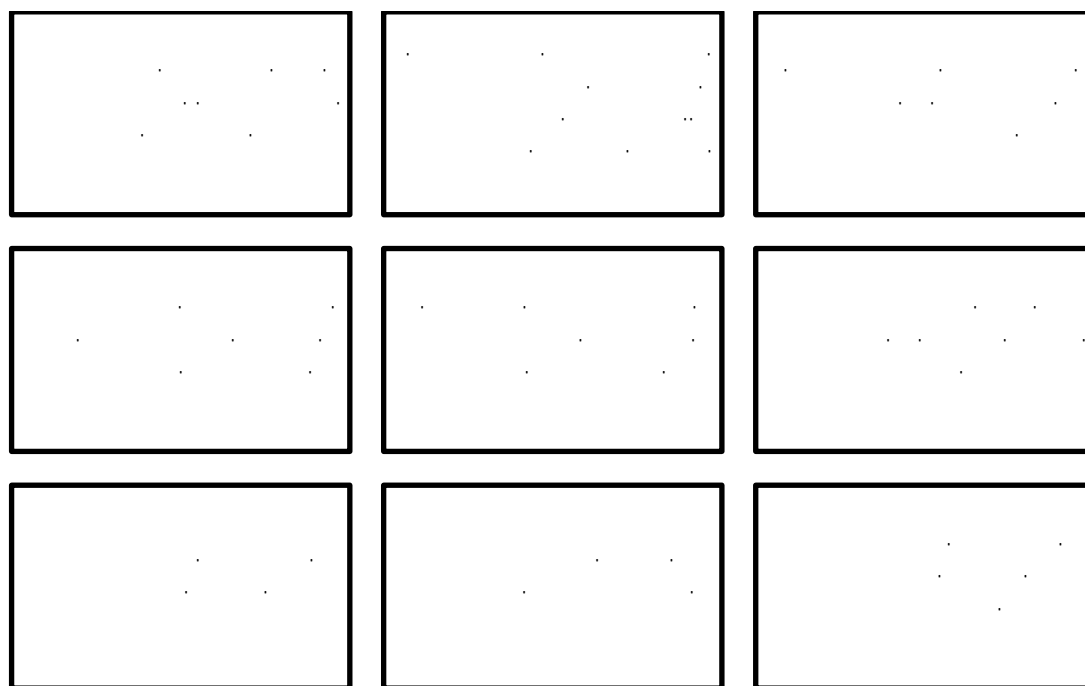


Рис. 1.7. Чинники успішності подружньої сексуальної адаптації

Практика показує незначне зниження сексуальної активності подружжя після вступу в шлюб, але кількісні характеристики інтимного життя подружнього партнера можна пояснити зниженням якості і чуттєвості, взаємних сексуальних потреб.

У перші роки подружнього життя важливим для гармонії інтимних відносин між подружжям стає період первинної сексуальної адаптації, протягом якого відкриваються нові можливості для сексуальних подружніх контактів, долаються забобони і перешкоди в інтимному житті.

На стадії сексуальної стабільності, яка розвивається в основному на 2-му році шлюбу, подружжя встановлюють стабільний сексуальний ритм з повним взаємним задоволенням і реалізацією репродуктивних функцій. На цьому етапі емоційна і чуттєва сторона любові партнерів по шлюбу гармонізується, і їх сексуальність набуває багатогранний характер. Гострота любові, її пристрасність можуть швидко пройти, будні будуть супроводжуватися проблемами як побутового, так і сексуального характеру.

С. Діденко і О. Козлова зазначає, що гармонія сексуального життя пари не завжди супроводжується сімейним щастям. Комфортна сексуальна близькість може посилюватися сидячим способом життя та міжособистісними конфліктами [20]. У свою чергу, незадовільна сексуальне життя викликає проблеми в подружніх відносинах. Ці факти вказують на важливість сексуальної функції для успіху подружнього життя в цілому.

Подружні стосунки між чоловіками і жінками засновані як на подібних або доповнюють один одного рисах, так і на відмінностях. Такі відмінності включають стать та гендерні характеристики. В цілому, у відносинах між чоловіком і жінкою присутній гендерний мотив. Не можна не враховувати їх роль в подружніх відносинах – різниця між статтю і статевою приналежністю визначає специфіку чоловічої і жіночої сексуальності. Це проявляється в 2 взаємопов'язаних аспектах: психологічному і фізіологічному.

Сексуальність – важлива сторона подружніх відносин, що грає зміцнювальну, стабілізуючу роль у шлюбі [40].

Чоловіча сексуальність, як правило, більш прямолінійна, спрямована на

кінцевий результат; попередня, романтична стадія відносин для чоловіка набагато менш важлива, чим для жінки. Чоловіки звичайно мають більшу сексуальну збудливість, тобто сильніше жінок реагують на будь-які еротичні стимули. Чоловіки часто бувають нестримані і важко зберігають самоконтроль у ситуаціях, що передвіщають можливість статевої близькості [].

Сексуальні реакції жінок набагато більш вибіркові, залежні від ставлення до конкретного чоловіка, а не продиктовані сексуальною потребою взагалі. У самій фізичній близькості жінок більше залучений її емоційний аспект, ніжність і пестощі, прагнення до взаєморозуміння; вони повільніше чоловіків проявляють готовність до безпосереднього зближення [40].

Вважається, що пік чоловічої сексуальності припадає приблизно на вік 20-25 років, а жіночої – на 27-33 роки.

Сексуальний потяг чоловіка набагато більш стабільний, менше залежить від відносин з партнеркою й ситуації спілкування. Жіноча ж сексуальність – як у частині еротичного потягу, так і безпосередньо при фізичній близькості – набагато більше рухлива, уразлива, залежить від безлічі приватних обставин, зокрема від загального фізичного, і емоційного стану жінки [40].

На сексуальну здатність чоловіка впливають в основному дві жінки: його мати (або старша сестра), що заохочувала або пригнічувала його мужність і сексуальність у період, коли він ріс; і його партнерка, у владі якої – надихати й збуджувати, або гнітити й забороняти, – залежно від її поведінки. Чим старший чоловік, тим він більше чутливий до партнерки.

Для сексуальності жінки дуже істотним є психологічний зміст спілкування, емоційний стан, ставлення до особистості чоловіка, нарешті, настрої під час статевого акту. У жінок зберігається значно більше виражена, ніж у чоловіків, потреба в духовному й еротичному спілкуванні, у пестощах, що випереджають статевий акт і завершують його.

Варто згадати, у добавок до всього вище сказаного, що психологічні типи сексуальності нормуються в дитинстві й ставляться до набутих якостей, і є результатом сімейного суспільного виховання.

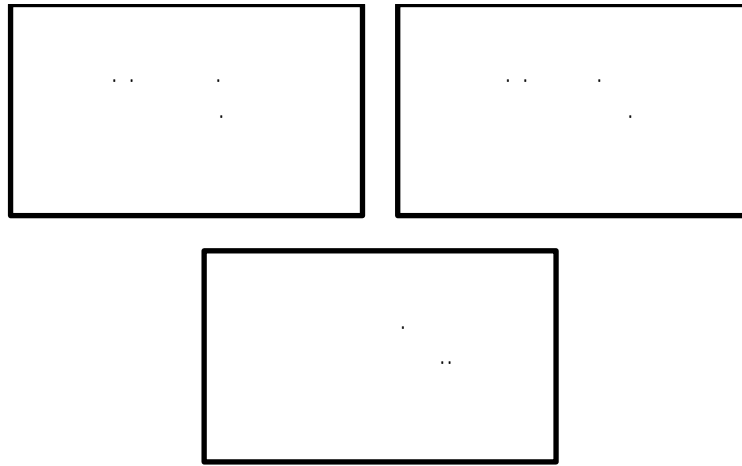


Рис.1.8.Три основних типи сексуально-еротичної чутливості [33]

Вразливі дівчатка й хлопчики, копіюючи своїх батьків, найчастіше засвоюють три варіанти сексуальної поведінки: наприклад, жінка – дочка (чоловік-син) люблять бути обласканими. Жінка-мати сама любить проявляти турботу по типу материнської. Жінка-жінка поводиться стихійно. То вона любить грубе ставлення й уступає чоловічій силі (брутальність сприймається як сила), то вимагає вишуканих форм ніжності по певному сценарію.

Розглянемо деякі періоди статевого розвитку в психологічному плані, а також зупинимося на стадіях формування сексуальності.

По стану статевих функцій людини виділяють вісім вікових періодів, які в чоловіків і жінок не співпадають: статеве дозрівання й затухання в жінок настає раніше, причому із все більшим розривом. Зупинимося на деяких психологічних моментах юнацького періоду [22].

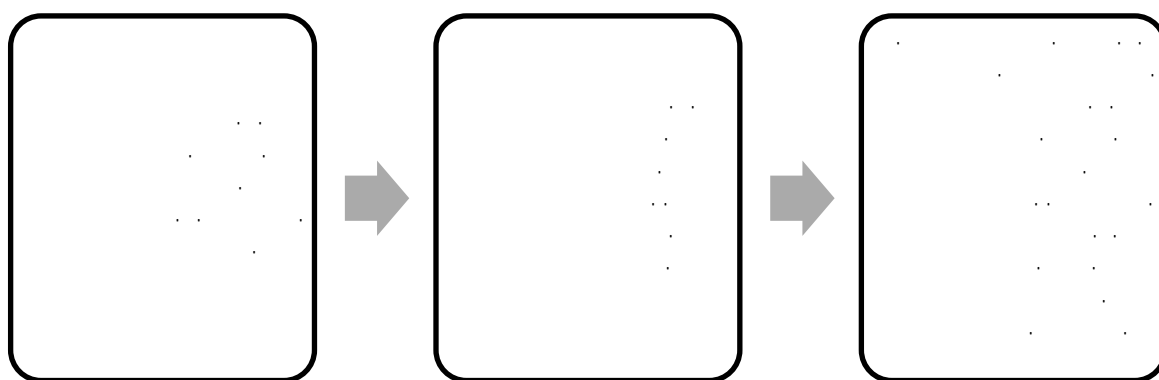
Юнацький період характеризується остаточним формуванням статевої системи. У парубка з'являються зрілість суджень, прагнення до самостійного вирішення особистих проблем. Статеве почуття проявляється влюбливістю, прагненням до залицяння й статевою близькістю. Дівчатам цього віку властиве прагнення до дружби з юнаками, влюбливість. Це період фізіологічної статевої зрілості. Однак статеве утримання у цьому віці не тільки нешкідливо, але й корисно, тому що в психологічному плані сприяє вихованню вольових якостей. Випадкові дошлюбні зв'язки можуть шкідливо позначитися на психоемоційній сфері, внести дисонанс в особисте життя дівчини [26].

У період статевої зрілості в організмі не відбувається істотних змін, але чоловік знаходить, поряд з фізіологічною зрілістю, психологічну цілісність характеру. Він соціально підготовлений до створення сім'ї, його трудова діяльність не тільки приносить йому моральне задоволення, але й відповідає матеріальним запитам сім'ї. Саме в цей період чоловік може стати чоловіком і батьком. Фізично сформована дівчина в цей період психологічно й у більшості випадків соціально також підготовлена до створення сім'ї. Із вступом у шлюб починається сімейне життя, радість материнства [26].

Потім впливають періоди статевого спаду, що супроводжуються зменшенням працездатності, творчої ініціативи й ін.

Прийнято розрізняти вісім основних стадій формування й прояву сексуальності. Ми зупинимося на одній з них – прояв еротичного потягу (erotичний компонент лібідо, erotичне фантазування).

Прояв сексуального потягу в юнацькому віці збігається з фізіологічною статевою зрілістю. Ріст організму й усіх його систем завершений. У дівчин сформувалася жіночність, у юнаків з'явилися риси мужності. Структура статевої любові в дівчат і юнаків трохи розрізняється: дівчатам більше подобається духовне спілкування, психологічна близькість, а юнаки прагнуть до сексуального контакту.



*Рис. 1.9. Визначальні моменти поняття сексуальності людини за І. Юнда
й Л. Юнда*

Все сказане вище про розходження чоловічої й жіночої сексуальності знаходить своє вираження при безпосередній фізичній близькості.

Дуже важливо згадати також і про відмінності статево-рольових стереотипів на сексуальному рівні в чоловіків і жінок.

І. Горпинченко висуває трохи спрощену версію про відмінності статево-рольових стереотипів на сексуальному рівні. Для статевого збудження чоловіка, думає він, потрібно небагато часу за спрощеною схемою: побачив – виникло бажання, разом з ним ерекція, і чоловік готовий до статевих відносин [1].

Жінка ж ніколи швидко не збуджується, якщо в неї немає психологічних або сексуальних відхилень від норми. У нормальної жінки є статеві потреби, але збуджуватися вона може тільки в тому випадку, якщо цю потребу підкріплювати, з одного боку, психологічною настроєністю, а, з іншого, - еротичним збудженням.

Груба наполегливість, як і занадто невпевнена поведінка, можуть остудити жінку: у неї сильно розвинене почуття міри й часу, тому поведінка чоловіка – наполягати або терпіти, вимагати або просити, брати або дозволяти дарувати себе – залежить від того, наскільки глибоко він відчуває бажання коханої людини [13].

Сексуальне збудження досягає кульмінації при оргазмі. З позиції фізіології й психології мета статевих відносин полягає в тому, щоб викликати оргазм. Фрідріх В. висуває на перший план «переживання оргазму», його психічна якість, соціальні й психічні детермінанти й взаємозв'язки, та досліджує оргазм в обох статях роздільно.

Чоловік переживає вершину своєї сексуальної насолоди при еякуляції – фізіологічному процесі, що він сам добре відчуває. У ході сексуального збудження в чоловіка незадовго до початку еякуляції почуття насолоди досягає вищої міри. Після цього інтенсивність збудження швидко спадає й поступається місцем почуттю глибокого задоволення й розрядки [23].

Оргазм у жінки виникає теж завдяки характерним фізіологічним процесам, які, коли переборений поріг збудження, починають функціонувати мимоволі рефлекторно. Однак цей фізіологічний механізм не є (на відміну від чоловіків) безпосереднім результатом біологічної статевої зрілості жінки й не починає функціонувати автоматично.

Здатність жінки до оргазму залежить від багатьох психічних і соціальних умов життя.

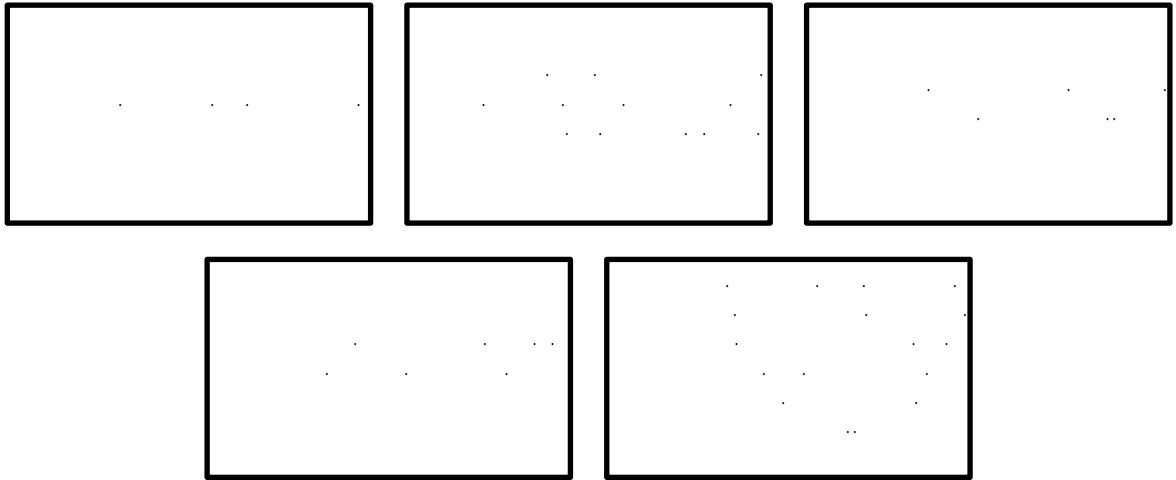


Рис. 1.10. Соціальні і психічні умови, необхідні для досягнення оргазму за В. Фрідріхом [17]

I. Кон відзначає й той факт, що жінка здатна до багаторазового оргазму, тобто відразу після одного оргазму вона може досягти іншого, тоді як чоловік, за рідкими винятками, після еякуляції якийсь час не реагує на сексуальне стимулювання [53].

На думку Юнда І. й Юнда Л. тривалість і форми прояву оргазму в чоловіків і жінок різні. У чоловіків оргазм швидкоплинний, у більшості випадків однотипний, пікоподібний. У жінок по тривалості оргазм може бути короткочасним або затягнутим [1].

Психоемоційні переживання оргазму в чоловіків досить різні - від сильного збудження до відносно спокійної, майже непомітної оргазмічної розрядки. У жінок діапазон переживань під час оргазму більш широкий. У ряді випадків жінка на короткий час губить орієнтацію й контроль над своєю поведінкою. На противагу цьому ряд жінок взагалі не відчують оргазму [63].

Існують індивідуальні особливості прояву оргазму, які важко передбачити. Вони залежать від фізичного й нервово-психічного стану, темпераменту, віку, ступеня потягу до партнера й багатьох інших факторів.

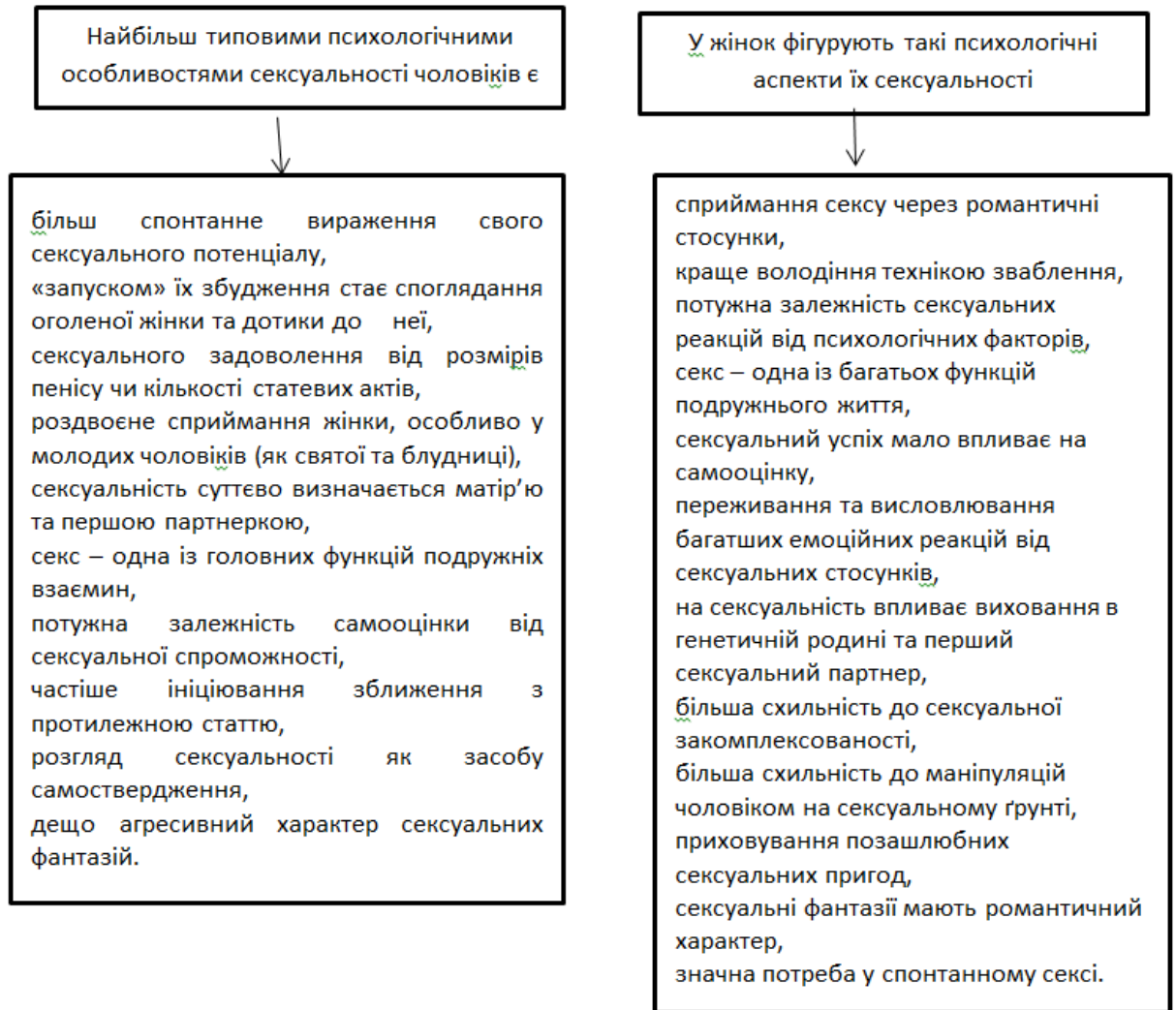


Рис.1.11. Психологічні аспекти жіночої та чоловічої сексуальності

Зазвичай вважається, що чоловіки більше зацікавлені в сексі, ніж жінки. Це переконання є обґрунтованим, оскільки сексуальне бажання має гормональну основу. Бажання як у чоловіків, так і у жінок в основному підживлюється гормоном тестостероном, якого чоловіки виробляють у 10-20 разів більше, ніж жінки.

Жінки починають із сексуальної нейтральності, але, відчуючи бажання свого партнера та пов'язану з цим можливість отримати потенційні переваги від сексу, які є для неї важливими, і стосунків, таких як емоційна близькість, вона може вибрати відхід від сексуальної нейтральності до пошуку чуттєвого контакту та стимуляції. Вона починає відчувати збудження, і це приносить їй відчуття фізичного благополуччя з додатковим задоволенням від побічних

ефектів, таких як зв'язок, любов і прихильність.

У цій моделі жінки мають нижчий біологічний потяг до зняття сексуальної напруги, ніж чоловіки. Натомість жіноча мотивація займатися сексом виникає через низку потенційних здобутків, які не є суто сексуальними, а є доповненнями до фізичного задоволення.

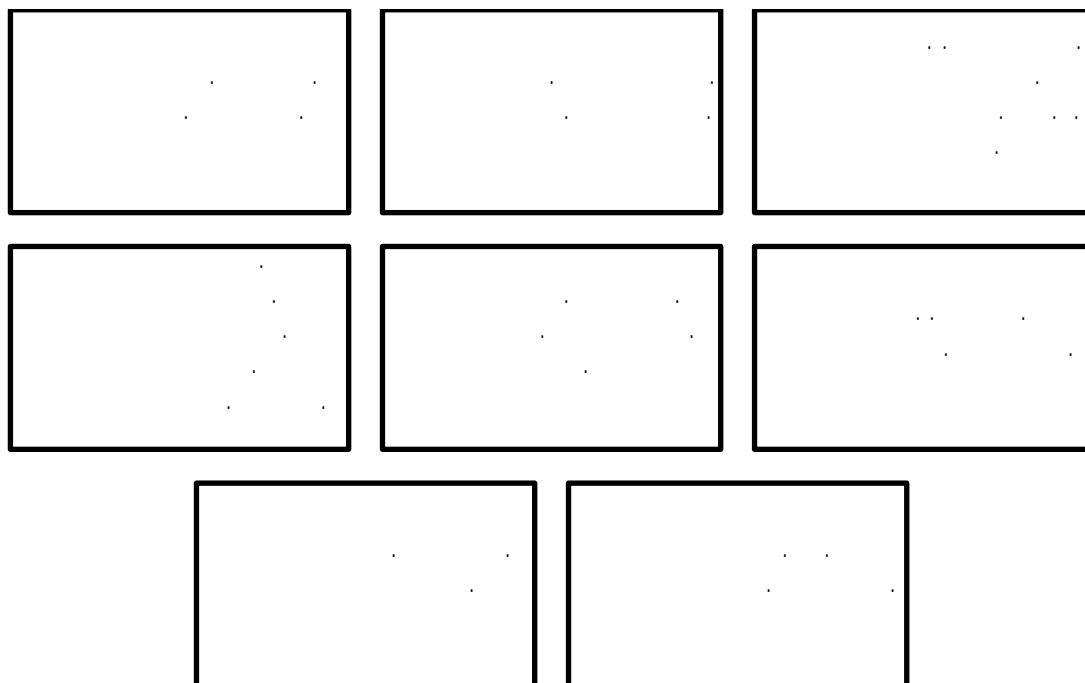


Рис. 1. 12. Психологічні та фізіологічні аспекти жіночої сексуальності

Коротше кажучи, сексуальне бажання жінок часто є реакцією, а не спонтанною подією. Розвивається після первинного чуттєвого контакту. Тоді як сексуальне бажання чоловіка може посилюватися фізичним потягом, зазвичай сексуальне бажання жінки розвивається з її сприйнятливості до ніжних, розслаблених чуттєвих дотиків.

Як на психологічному, так і на фізіологічному рівні існують значні відмінності в чоловічій і жіночій сексуальності, тому для того, щоб в першу чергу досягти гармонії в інтимному житті пари, чоловік і дружина повинні успішно розвивати сексуальну сумісність.

У той же час сексуальні проблеми в шлюбі можуть мати різну, часто комбіновану причинно-наслідковий зв'язок. Спектр причин сексуальної дисгармонії між подружніми парами можна умовно розділити на 2 групи в залежності від їх походження – біологічні та психологічні. До першої групи

належать соматичні захворювання, патологічні симптоми і рідкісні протиріччя з боку статевих органів партнера.

Вживання певних лікарських засобів (транквілізаторів, антидепресантів, гормональних препаратів та ін.). Це також може спричинити ослаблення сексуального потягу. Неправильний спосіб життя і шкідливі звички (стресові перевантаження, емоційне вигорання на роботі, перевантаженість домашніми справами, алкоголізм, наркоманія, куріння сигарет) можуть привести до сексуальних проблем між парами.

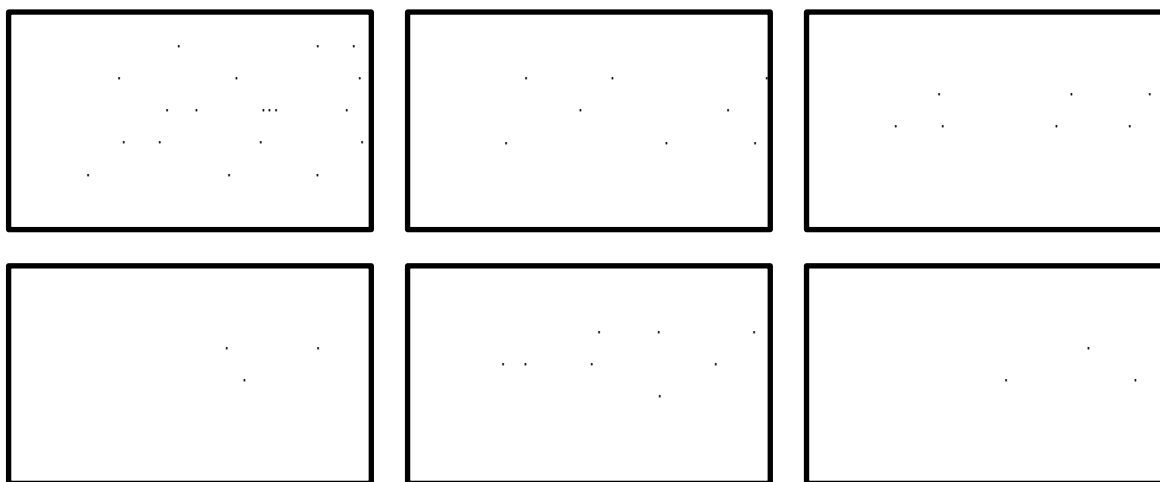


Рис.1.14 Найбільш типові психологічні причини порушень подружнього сексуального життя

Отже, можна стверджувати, що значна роль у прояві подружніх сексуальних порушень належить саме психологічним чинникам, особливо характеру взаємин подружжя. Тому профілактика та корекція проблем шлюбного інтимного життя обов'язково охоплює гармонізацію спілкування та взаємин партнерів.

1.3. Вплив гендерно-рольових стереотипів на сексуальну поведінку

Істотний вплив на поведінку і спілкування жінок і чоловіків надають 2 фактори: психофізіологічні особливості та гендерні стереотипи (механізми, що забезпечують інтеграцію і передачу гендерних ролей від покоління до

покоління).

Слід зазначити, що у формуванні чоловічого і жіночого стилів спілкування важливу роль відіграє свідомість людей, схильних до впливу гендерних стереотипів – культурно і соціально обумовлених, поглядів на якості, атрибути і норми поведінки представників 2-х статей. З самого народження, у процесі взаємодії зі своїм оточенням, дитина змушена освоювати роль чоловіка або жінки. Дівчата та хлопчики ростуть у різних світах і грають у різні ігри: групові розваги хлопчиків мають чітку ієрархію, виховання чоловіків через конфлікти та бійки в основному спрямоване на формування таких якостей, як сила, витривалість, обов'язковість, наполегливість та почуття обов'язку. Мужність повинна проявлятися у чоловіків у всіх формах поведінки, включаючи спілкування [5].

Але людина не завжди може стати носієм тільки жіночих або чоловічих якостей, завжди відповідають критеріям штучного статі. Тому для людини цілком природно виявляти поведінкові особливості, які не відповідають гендерним стереотипам. Одна і та ж людина демонструє різну мовленнєву поведінку в різних ситуаціях спілкування, а гармонійне поєднання його чоловічих і жіночих рис робить спілкування багатшим і успішнішим. Цей факт ще раз підкреслює, що мужність і жіночність – не протилежності, а взаємопов'язані категорії, тому межі чоловічої і жіночої поведінки умовні і легко долаються.

Як відзначає А. Юрченко, розходження психіки статей можуть слугувати причинами сімейних непорозумінь і сварок. Жінка зосереджує свою увагу на конкретному, навколишньому світі; її сприйнятливість здатна охопити найрізноманітніші враження й забезпечує живу участь у всьому, що відбувається навколо неї [10].

Жінка більше живе дійсним моментом і менш чоловіка цікавиться абстрактним майбутнім. Чоловік же часто приносить конкретну дійсність «у жертву» своїм широким планам.

Чоловік любить трохи абстрактно. Жінка любить конкретно, її любов нормується на сильно розвинутій потребі в ніжності, турботі про себе,

підтвердження своєї привабливості й жіночності, близького контакту. Усе, що впливає на її зір, слух, дотик, може впливати на її настрій. Чоловіку часто досить, що він любить, а як проявляється його любов – це вже несуттєво. Дружина ж вимагає, і з повною на те підставою, щоб любов з боку чоловіка виражалася конкретно в кожному вчинку, у кожному слові, при кожній зустрічі.

Чоловік більшою мірою, ніж жінка, здатний захоплюватися позасімейними справами, надавати їм вирішальне значення. Тому жінкам може здаватися, що чоловіки їх люблять недостатньо, не палко, не самовіддано [32].

Так, Л. Ременник відзначає, що для чоловічого стилю поведінки звичайно характерна предметна, інструментальна орієнтація, тобто головним чином у житті чоловіка є діяльність, її зміст і результати. Чоловікам більше властива потреба в досягненні, змагальність й агресивність у переслідуванні своїх цілей.

Жіночий стиль життя характеризує виражений емоційно-експресивний початок; для жінки в цілому важливіше не предмет діяльності, а оточення, емоційна атмосфера, відносини з навколишніми. Так, вибираючи роботу, чоловік насамперед цікавиться її змістом і перспективами просування, а жінка більше стурбована тим, з ким разом вона буде працювати, наскільки їй симпатичні ці люди [39].

Зокрема, Т. Гурко вважає, що мимовільний акцент на поведінці жінок робиться зовсім не тому, що жінки більше схильні, ніж чоловіки, до перевиховання й критики чужих недоліків. По-перше, результати спеціальних досліджень свідчать про те, що чоловіки більш болісно переживають критику, оскільки рідко відразу ж переходять в оборону, а скоріше замикаються в собі.

Дж. Мак Кі та А.Шерифс дійшли висновку, що типово чоловічий образ – це сукупність характеристик, пов'язаних із соціально необмеженими моделями поведінки, раціональними здібностями, активністю та ефективністю.

Типово жіночий образ навпаки, включає комунікативні вміння, теплоту й емоційну підтримку. Ці розходження позначаються й на статево-рольових домаганнях партнерів у сім'ї.

У чоловіків на першому місці – прагнення до спокійної домашньої обстановки, до взаєморозуміння, бажання, щоб дружина розумно

господарювала. А жінкам не вистачає, головним чином, делікатності, уваги й ніжності партнера [9].

I. Ейбесфельдт застерігає від зневаги певними генетичними розходженнями між статями. «Жіночі й чоловічі» домагання, детермінованість вибору того або іншого партнера особами протилежної статі - теми багатьох досліджень [].

К. Ютарке, В. Фрідріх вважають, що тут беруть участь багато підсвідомих вражень, переживань, пристрасті й розчарування [36].

Але й тут позначається різниця між «чоловічим і жіночим» сприйняттям один одного. На противагу традиційній думці про те, що провідною є роль чоловіка, Рудольф Нойберт переконаний, що є серйозні підстави думати: жінка не тільки залежить від місячного ритму своїх статевих залоз, але й гостріше реагує на настрій, різні відхилення й фізичну напругу [56]. Якщо імпульс виходить від неї, то ймовірність взаємної насолоди шлюбних пар значно більша, ніж якщо він виходить від чоловіка. Якщо нервова система в жінки гостріше реагує на вплив зовнішнього світу, чим чоловіка, то, з іншого боку, вона більшою мірою спочиває в собі, повільніше збуджується й довше перебуває в стані такого збудження.

З погляду сексуальних відносин особливо важливо зрозуміти чоловічий і жіночий стиль спілкування. Чоловіче спілкування вирізняється емоційною стриманістю; відкрите вираження своїх переживань вважається не вартим чоловіка. Жінки набагато повніше й вільніше виражають свої почуття, у них більше розвинена здатність і бажання ділитися своїми емоціями й проблемами, включаючи самі інтимні, з іншими в той же час глибоко співпереживати близьким людям, розуміти їх почуття як свої власні (емпатія). До речі, не виключено, що стриманість чоловіків, їхнє прагнення не видавати своїх почуттів, позбавляє їх необхідної емоційної розрядки, веде до психічних перевантажень, вносить чималий вклад у їх більш високу, у порівнянні з жінками, смертність, зокрема, від серцево-судинних захворювань [32].

Звичайно, як вважає Л. Ременник, сказане відображає лише самі загальні закономірності, індивідуальні варіації тут можуть бути дуже великі: не всі

чоловіки суворі й замкнуті, як не всі жінки беззахисні й ніжні [23]. Про те, ці комунікативні якості знаходять свій яскравий прояв у сфері сексуальних відносин.

Отже, існує 2 основних стилі спілкування, пов'язаних з мовною поведінкою чоловіків або жінок – чоловічий і жіночий, і вибір 1 з них визначається не статтю, а гендерною ідентичністю індивіда. Тому в подальшому умовно використовуйте термін «чоловіче спілкування» (жіноче спілкування), пам'ятаючи, що з вищевказаних причин неможливо однозначно говорити про особливості чоловічого спілкування. Але це не означає, що немає специфічних відмінностей, властивих мовної поведінки чоловіків і жінок. Ці відмінності, перш за все, пов'язані із загальним комунікативним поведінкою, що виявляється у типових стратегіях і тактиках ведення бесід, темах спілкування і способах досягнення їх успіху, ступеня впевненості в собі, ввічливості і співпраці мови та ін. по-друге, відмінності спостерігаються на всіх рівнях мови: фонологічному, лексичному, граматичному [20].

Вчені вважають, що типовий чоловік агресивний, заповзятливий, незалежний, домінантний, володіє діловими якостями, полегшує прийняття рішень і приховує емоції. Спілкування для чоловіків-це засіб вирішення нових проблем, вони в основному використовують мову для отримання інформації та самоствердження. Для них головне – привернути до себе увагу і підтримувати його, демонструючи власні знання і обізнаність. Ці глибокі наміри рідко реалізуються, але позитивно впливають на сценарії поведінки чоловіків [39].

Концепція чоловічої розмови в основному стосується тих, що відображають гендерні уподобання. Чоловіки люблять поговорити між собою про прогрес технологій, навіть не маючи професійних відносин. Обговорення технологій з адресатом часто асоціюється зі світом хобі та захопленнями чоловіків. Автомобілі, мотоцикли, рибальські снасті, зброя, комп'ютерні ігри, музика, спорт – ось неповний перелік таких тем. Важливе місце в розмові чоловіків займають жіночі теми (в основному обговорюються їх зовнішність і поведінку) секс.

Частіше, ніж жінки, чоловіки в розмові звертаються до політики,

економічних умов, світових подій і наукових досягнень, але тема здоров'я потрапляє в категорію пріоритетних тільки з віком (улюблена тема жінок – власна зовнішність – чоловіки часто не схильні обговорювати) [4]. Представники сильної статі не люблять спілкуватися на побутові теми, тому що навіть чоловіки в хорошій родині вважають домашні справи другорядними, важкими, зайвими і не чоловічими, тому що про них не варто говорити.

Для чоловіків характерна 1 лінія спілкування і зосередженість на одній темі. Крім того, особливістю багатьох з них є так звана психологічна глухота: розмовляючи, людина не звертає уваги на те, що відбувається поруч і може не реагувати на слова, що не мають відношення до теми розмови. При цьому вони приділяють більше уваги суті розмови, не виявляють інтересу до деталей і не говорять більше, ніж необхідно для передачі основної інформації. Чоловіків часто дратує звичка жінок логічно прямо висловлювати свої думки і говорити натяками і другорядними речами.

Чоловіки, чия самооцінка пов'язана з почуттям компетентності і контролю над ситуацією, намагаються взяти верх і контролювати процес спілкування. Їх комунікативна поведінка характеризується використанням доміантних стратегій, які особливо яскраво виражені в спілкуванні з жінками. У більшості випадків чоловікам властива надмірність (вони говорять все більше і довше), контроль теми (уникають неприємних тем, не відхиляються від головної, ігнорують коментарі), перебивання співрозмовника, відсутність реакції на його мову або її неадекватність, мовчання та ін. [14]. Все це дозволяє маніпулювати оточуючими, заявляючи про свою незалежність і мужність, соціальний статус.

Цей фактор також обумовлений великою схильністю чоловіків до монологів, до «прислухатися до себе», до того, щоб їм подобалися думки і навіть настрої, щоб їх не турбував співрозмовник. Вони рішуче висловлюють свою думку, більш категоричні в формулюваннях, схильні заперечувати проти заяв партнера і висловлювати незгоду в діалозі. Чоловіки роблять все можливе, щоб продемонструвати свої здібності, довести свої претензії і дати пораду. Жінки в цьому плані більш люб'язні, для них головне – контакт зі

співрозмовником, який досягається в діалозі.

Узагальнюючи наукові дослідження вчених, можна виділити ряд фонетичних і фонологічних особливостей жіночої мови. Таким чином, типова чоловіча мова відрізняється більш низьким рівнем тембру, більш широким голосовим діапазоном, меншою здатністю вільно змінювати мовні реєстри, більшою силою голосу і використанням губ і носа [18]. Оскільки жіночий голос більш мелодійний і здатний передавати нюанси емоцій, жінки частіше використовують інтонацію для вираження емоцій (чоловіки віддають перевагу лексичним засобам). Чоловічий голос звучить важко і безапеляційно, завдяки своєму широкому діапазону і силі, але цьому в деякій мірі сприяють темп мови (більш повільний, ніж у жінок) і довгі паузи.

Основними синтаксичними особливостями чоловічої мови є розгорнуті висловлювання, складні синтаксичні цілі, основне використання повних пропозицій і активного складу, експліцитне вираження інструкцій (пор. (в одній і тій же ситуації спілкування: чоловіки «закрийте вікно», а жінки «я замерзла»). Чоловіки рідко запитують: «Ви так вважаєте?», «Ви згодні?», Тому що вони впевнені в собі і не турбуються про реакцію співрозмовника [42]. Репліки-реакції в чоловічій мові (так, ні, добре) рідко використовуються в якості засобів здійснення діалогу, запрошення до участі в бесідах.

Гендерні відмінності проявляються не тільки у вербальному спілкуванні, але і в невербальному. Жести, міміка, пози, рухи і пильний погляд важливі для соціальної взаємодії, особливо коли мова йде про передачу вашого ставлення, оцінок, емоцій та ін. іншим людям.

Чоловіки не схильні вільно висловлювати свої почуття, тому міміка у них не така багата, як у жінок. Спостерігаючи за спілкуванням людей різної статі, можна помітити, що міміка чоловіків практично не змінюється, тоді як у жінок вона може змінюватися кілька разів. Крім того, якщо чоловік висловлює емоції (страх, огиду, здивування, радість), його дуже важко розпізнати по виразній міміці.

Що стосується аспектів комунікації, пов'язаних з мовним кодом, дослідники відзначають, що в мові чоловіків присутня велика кількість

іменників і дієслів. Жінки віддають перевагу прикметники і прислівники.

Одним з найважливіших питань сучасної лінгвістики є вивчення комунікативної взаємодії індивідів (жінка-чоловік) стосовно параметрів мови [13]. Статева приналежність учасника спілкування впливає не тільки на стратегію і тактику мовного спілкування, а й на його тон, стиль і характер.

Невербальні сигнали, що надходять від представників різних статей. Дослідження в області гендерної комунікації поширюються і на невербальну комунікацію. Це включає нижчезазначені висновки.

Вирази обличчя. Чоловіки використовують тисячі виразів обличчя, які менш доступні жінкам.

Включає такі області, як тон, висота звуку та швидкість мовлення. Жінки використовують абзаци, щоб висловити набагато більше сенсу, ніж чоловіки [16].

Фізичний простір. Чоловіки вважають за краще розмовляти віч-на-віч і частіше звертаються до жінок, ніж до чоловіків. Жінкам також зручніше розмовляти пліч-о-пліч (наприклад, в машині) і перебувати в оточенні інших жінок.

Дотик. Жінки використовують дотик, щоб заспокоїтися або налагодити контакт, наприклад, торкаючись рук, щоб підтримати оратора. Чоловіки частіше використовують дотик для демонстрації домінування, наприклад, погладжування по спині або торкання плеча [34].

Зоровий контакт жінки використовують як спосіб встановити контакт зі співрозмовником і показати, що вони захоплені і слухають. Чоловіки можуть взагалі уникати цього або слухати із закритими очима, коли говорять інші.

Як бачимо, гендерні стереотипи також впливають на особливості невербальної поведінки жінок і чоловіків, які є складовими комунікативної поведінки. Тому мова чоловіків і жінок може істотно відрізнятись. Неможливість врахувати ці відмінності може призвести до непорозумінь у спілкуванні, невдач у спілкуванні та конфліктів.

Існують гендерні відмінності у виборі стилю поведінки в конфлікті. Чоловіки вибирають стратегії, засновані на прагненні знайти рішення

спільними зусиллями, більш-менш відповідають інтересам всіх сторін конфлікту (співпраця, компроміс) жінки вважають за краще стратегії активного відстоювання своїх позицій (конфронтація) або спроби уникнути конфлікту.

Вплив гендерних стереотипів проявляється більшою мірою щодо поведінки жінок під час конфлікту. Жінки відчувають роздратування, гнів і ненависть під час конфлікту. Депресія, занепад сил; деякі характеризують свій емоційний стан як нерозуміння, здивування і заклопотаність. Лише невелика частина жінок відчуває радість і емоційний підйом.

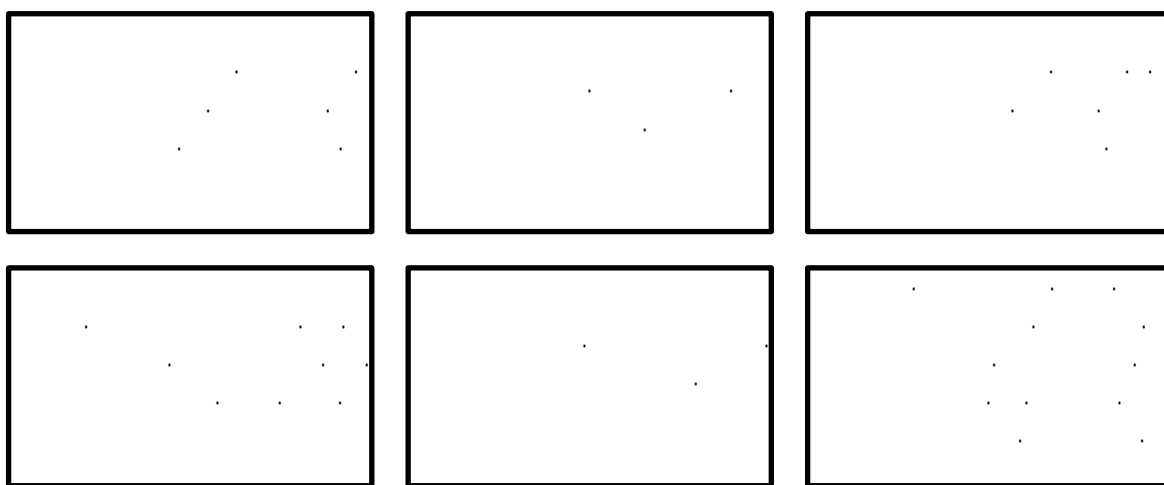


Рис. 1.12. Принципи взаємин між подружжям, для вирішення гендерних конфліктів на рівні сім'ї

На відміну від жінок, чоловіки найчастіше заявляють, що вони зберігають спокій і байдужість у конфлікті [48]. Деякі люди відчувають такі почуття, як роздратування, гнів і ненависть. У меншій мірі вони відчувають нерозуміння, збентеження і тривогу. Полярні емоційні стани «депресія, втома» і «радість, емоційний підйом» не користуються популярністю у чоловіків.

Результатом високих почуттів жінок є їх дії в конфлікті, дії і прийоми, які вони використовують у відношенні до своїх опонентів. Найчастіше вони плачуть від образи, переводять, кричать і лаються. Велика емоційна стійкість чоловіків призводить до того, що вони намагаються раціоналізувати свої дії

(перетворюють все на жарт, домовляються з іншою стороною, розповідають про проблему).

Гендерний підхід орієнтує людей на партнерську модель людських взаємин, незалежно від статі [51]. Особливостями такої моделі відносин є: це відносини між двома рівноправними суб'єктами, кожен з яких має свою цінність і готовий до взаємних поступок. Спілкування будується на рівних умовах, партнер слухає, не перебиваючи, його судження і дії не оцінюються передчасно і поспішно, а поради не на'язуються. У ситуаціях розбіжностей і конфронтації Партнерська модель взаємин передбачає переговорну стратегію дій. Багато психологів пов'язують майбутнє людини зі стилем партнерства у відносинах і взаємодіях.

У цілому спільне життя вимагає від подружжя готовності до компромісу, вміння враховувати потреби партнерів, діяти спільно і розвивати такі якості, як взаємна повага, довіра і взаєморозуміння [41].

Таким чином, відмінності в поведінці, потребах, цінностях та підходах до вирішення гендерних проблем призводять до міжособистісних гендерних конфліктів. Якщо гендерні відмінності пов'язані з відмінностями в очікуваному і фактичному поведінці подружжя, то це найбільш яскраво проявляється в подружніх конфліктах. Її дозвіл можливо при дотриманні особливих принципів або за допомогою посередників (медіація, сімейна терапія).

Висновки до першого розділу

Розвиток та удосконалення аспектів культури шлюбних взаємин та культури сексу відіграє значну роль у становленні кожної особистості та її самоактуалізаційних процесів реалізації у житті. Важливий вплив на відносини в шлюбі надає культура спілкування і дозвілля, спільне прийняття рішень подружжям, спільне сімейне і домашнє самообслуговування в сім'ї, створення сімейної субкультури. Стабілізація психоемоційних відносин залежить від рівноправності членів сім'ї, індивідуальних потреб, які в цілому задовольняються шлюбом і сімейним життям. Особистісні особливості подружжя роблять істотний вплив на розвиток відносин.

Якщо члени подружньої пари постійно вивчають психологію один одного, проявляють терпіння, вміють розпізнавати і враховувати бажання і потреби партнера по парі, то підвищується ймовірність збереження позитивної емоційної складової сімейних відносин і підтримки сприятливого розвитку шлюбу.

Сексуальну дисгармонію (дисгамію) можна охарактеризувати як порушення сексуальної взаємодії в парі, яка викликає невдоволення партнерів існуючими інтимними взаєминами. Виникає в результаті недостатньої психологічної сумісності або фізичної привабливості партнерів, а також відсутності взаємоприйнятного сексуально-поведінкового стереотипу, що забезпечує адекватне задоволення їх статевих потреб.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОСЕКСУАЛЬНИХ ВЗАЄМИН У МОЛОДОМУ ШЛЮБІ

2.1. Характеристика вибірки дослідження

Загальна кількість вибірки складає 50 подружніх пар, що перебувають у шлюбі. Віковий показник досліджуваних – від 20 до 40 років. Усі сімейні пари перебувають у першому шлюбі, стаж подружнього життя від одного до семи років. Досліджувані вибірки є жителями м. Луцька та Волинської області. Дослідження проводилося упродовж 2023-24 років на базі Психологічного консультативного центру, що функціонує при кафедрі практичної психології та психодіагностики ВНУ імені Лесі Українки.

Для реалізації поставлених завдань було проведено комплекс психодіагностичних методів та методик:

1. Методика задоволеності стосунками Hendrick S. (RELATIONSHIP ASSESSMENT SCALE) - використовувалась з метою визначення загального рівня задоволеності романтичними стосунками. Методика є коротким опитувальником якості партнерських романтичних взаємин, який складається із 7 запитань. Кожне твердження пропонується оцінити за шкалою від 1 до 5, де 1 – найменший, а 5 – найбільший ступінь згоди. Опитувальник містить два обернених твердження. Підрахунок результатів відбувається за допомогою додаванняю цифрового значення оцінки на кожен шкалу. Результат трактується наступним чином: чим вищий загальний бал, тим вищий показник задоволеності стосунками у респондентів (Додаток А).

2. Опитувальник «Рольові очікування і домагання у шлюбі» А. Волкової, Т. Трапезнікової, спрямований на уточнення уявлень подружжя про значущість у сімейному житті сексуальних відносин, особистої взаємопов'язаності чоловіка і дружини, батьківських обов'язків, професійних інтересів кожного з подружжя, господарсько-побутового обслуговування, моральної та емоційної підтримки, зовнішньої привабливості партнера. Ці

показники складають показник сімейної цінності (ШСЦ), що відображає основні функції сім'ї. Уточнення думок подружжя про бажаний розподіл ролей між чоловіком і дружиною при виконанні сімейних функцій, об'єднане шкалою рольових очікувань і домагань (ШРОП). Таким чином, результати даної методики дозволяють виявити ієрархію сімейних цінностей подружжя і зробити висновки про соціально-психологічної сумісності подружжя у сім'ї спрямований на з'ясування думок подружжя про важливість сексуальних відносин в сімейному житті, особистих взаєминах чоловіка і дружини, батьківських обов'язках, професійних інтересах кожного з подружжя, сімейних послуги, моральних і емоційна підтримка, зовнішня привабливість партнера.

Методика містить 36 пропозицій у довільній формі (чоловічого і жіночого роду) і складається з семи шкал:

1). Інтимно-сексуальна шкала – шкала важливості сексуальних відносин у чоловіка / дружини.

2). Шкала особистісної ідентифікації з чоловіком (дружиною) – це показник, що відображає ставлення чоловіка (дружини) до особистої ідентифікації з партнером подружньої пари: очікування щодо спільних інтересів, потреб, цінностей і того, як проводити час.

3). Господарсько-побутова шкала вимірює ставлення чоловіка / дружини до виконання домашніх функцій в сім'ї. Ця шкала, як і всі наступні, має 2 підшкали: «рольові очікування» (досліджує ступінь очікувань від партнерів активного вирішення повсякденних проблем) і «рольові вимоги» (відображає ставлення до власної активної участі у веденні домашнього господарства).

4). Батьківсько-виховна шкала дозволяє зробити висновки про ставлення чоловіка/дружини до батьківської відповідальності.

5). Шкала соціальної активності відображає ставлення до важливості зовнішньої соціальної діяльності (професійної, соціальної) для стабільності подружніх і сімейних відносин. Підшкали: «рольові очікування» вимірює ступінь орієнтації чоловіка (дружини), чий партнер по шлюбу повинен мати серйозні професійні інтереси і відігравати активну соціальну роль; «рольові домагання» показує строгість власних професійних потреб чоловіка (дружини).

6). Емоційно-психотерапевтична шкала досліджує установку на значимість емоційно-психотерапевтичної функції шлюбу. Підшкала «рольові очікування» вимірює ступінь орієнтації чоловіка (дружини), при якій партнер по шлюбу бере на себе роль емоційного лідера в сім'ї: корекція психологічного клімату в сім'ї, моральне і емоційне «рольове домагання», бажання чоловіка (дружини) стати «психотерапевтом» в сім'ї.

7). Шкала зовнішньої привабливості відображає ставлення чоловіка (дружини) до важливості зовнішнього вигляду, відповідності стандартам сучасної моди. Підшкали: «рольові очікування» відображає бажання чоловіка (дружини) мати зовні привабливого партнера; «рольове домагання» показує ставлення до власної привабливості, бажання модно і красиво одягатися, щоб привернути увагу партнера.

3. Для визначення особливостей сексуальних стосунків партнерів була застосована методика «Сексуальний профіль» (Моріс Яффе, Елізабет Фенвік), чоловічий та жіночий варіант. Обидва варіанти складають 100 питань, які поділені на 9 шкал та дозволяють досліджувати цілий ряд питань. Відповіді на дані запитання дають змогу виявити сексуальну обізнаність, сексуальний потяг, сексуально-психологічне благополуччя, сексуальну задоволеність, чуттєвість, комунікативність, впевненість у собі, техніку, широту поглядів, які формують інтимні взаємини та визначають, яку ступінь насолоди та задоволення респондент дає та отримує в сексі. Відповідь на кожне питання оцінюється певною кількістю балів, підрахувавши які можна визначити стани тих специфічних сфер інтимного життя, які вивчаються. У випадку, коли показники мають низьку або середню кількість балів, даний аспект сексуального досвіду приводить до обмеження сексуального задоволення. Нижче поданий короткий опис усіх дев'яти шкал методики «Сексуальний профіль».

Шкала 1 – Сексуальна обізнаність, 20 питань, які визначають рівень інформативної орієнтації в питаннях сексу й сексуальної фізіології.

Шкала 2 – Сексуальний потяг, 10 питань. Визначає сексуальний темперамент, рівень сексуальних очікувань, силу прагнення до близькості з партнером.

Шкала 3 – Сексуально-психологічне благополуччя, визначає здатність насолоджуватися сексом, не відчуваючи при цьому тривоги і почуття провини. Визначаються такі аспекти, як наявність інтересу, відсутність страху інтимних взаємин, позитивні емоції та адекватна самооцінка.

Шкала 4 – Сексуальна задоволеність, визначає відсутність проблем в частоті та якості сексуальних взаємин.

Шкала 5 – Чуттєвість, які визначають, наскільки важливі для індивіда дотики до його тіла при інтимних взаєминах та тактильних контактах різної локалізації.

Шкала 6 – Комунікативність, які визначають рівень вербальних і невербальних взаємодій з партнером, здатність дати йому відчутти свої запити і зрозуміти його потреби.

Шкала 7 – Впевненість у собі, які визначають висоту власної оцінки індивідом своєї фізичної привабливості та якості сексуального партнерства.

Шкала 8 – Техніка, які дають можливість визначити здатність спонукати партнера до повної емоційної та фізичної віддачі.

Шкала 9 – Широта поглядів, які визначають терпимість до свободи, сексуального самовираження, експериментів та інтерес до новизни.

Результати показників за даною методикою оцінюються за трьома параметрами: високим, середнім та низьким.

Високий рівень балів за даними шкалами передбачає єдність поглядів та установок партнерів на сексуальне життя, узгодженість потреб, сумісність сексуального темпераменту, однаковий рівень поінформованості в сексуальній сфері. Всі ці показники переважно вказують на високу ступінь сексуальної сумісності.

Середній рівень балів припускає деяке неспівпадіння у поглядах, потребах, установках партнерів. Можлива розбіжність сексуального темпераменту, поінформованості в сексуальній сфері.

Низький рівень балів передбачає повну розбіжність поглядів, потреб, установок, розбіжність сексуального темпераменту, різний рівень сексуальної поінформованості. Рівень визначається шляхом підрахунку балів за відповідями, що збіглися із ключем. Кожен варіант методики має свій ключ.

4. З метою визначення сексуальної самооцінки партнерів було проведено опитувальник «Сексуальна самооцінка» Катрин Майяр, який містить 20 запитань і визначає ставлення особистості до власного тіла, до взаємин з партнером, наявність фантазії та володіння мистецтвом еротики.

5. Опитувальник для дослідження рівня соціально-психологічної та сексуально-поведінкової адаптації подружньої пари Д. Буртянського та В. Кришталя. Методика містить 16 запитань. Кожне з них передбачає отримання характеристики однієї зі сторін соціально-психологічної та сексуально-поведінкової адаптації або дезадаптації. Аналіз отриманих даних дає можливість уточнити фактори, що призвели до розвитку сексуальної дисгармонії подружньої пари. Порівняння даних, отриманих при проходженні методики подружжям, дає наочне уявлення про наявність та вираженість невідповідностей у характері і тенденції подружжя, які призводять до розвитку подружньої дезадаптації.

2.2 Аналіз та обробка отриманих результатів

Одне із завдань дослідження передбачало визначення особливостей задоволеності романтичними стосунками подружніх пар, що входять до вибірки. Отримані результати виявилися наступними: високий рівень задоволеності романтичними стосунками продемонстрували 51 % чоловіків і 40 % жінок; середній рівень задоволеності – 39 % чоловіків і 43 % жінок; низький рівень продемонстрували 10 % чоловіків і 17 % жінок, набравши в цілому 7–16 балів із 35 максимальних (рис. 2.1.).

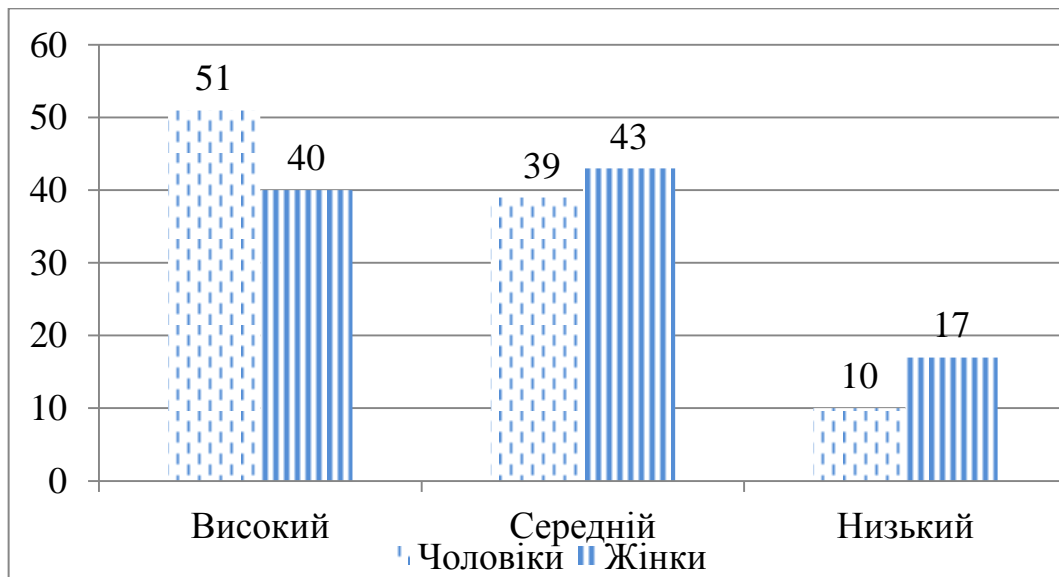


Рис. 2.1. Відсотковий розподіл задоволеності романтичними стосунками

Як результат, аналіз задоволеності опитаних ПАР романтичними стосунками показує, що високий рівень задоволеності переважає як серед опитаних чоловіків, так і серед опитаних жінок. На 2-му місці знаходиться середній рівень, а найнижчий показник припадає на низький рівень задоволеності романтичними стосунками.

Наступним параметром нашої роботи є використання методики «рольові очікування і утиски в шлюбі» для визначення відповідності сімейних цінностей і рольових установок партнера. Виходячи з теми дослідження і поставленого завдання, була використана наступна шкала методології. Шкала інтимності-шкала важливості сексуальних відносин між подружжям. Шкала особистої ідентифікації з партнером-шкала, що відображає ставлення чоловіка (дружини) до особистої ідентифікації з партнером по шлюбу: очікування щодо спільних інтересів, потреб, цінностей і того, як проводити час.

Аналіз результатів показав, що інтимно-сексуальна шкала була виявлена на низькому рівні у 15% опитаних жінок і 7% опитаних чоловіків. Це свідчить про відносно невеликий відсоток досліджень, які недооцінюють важливість сексуального життя з партнером подружньої пари. 42% опитаних жінок і 49% опитаних чоловіків інтерпретують середній рівень за цією шкалою як нормальне ставлення до сексуального життя як до однієї зі сфер реалізації ролі

подружніх пар. На високий рівень важливості сексуального життя вказують 43% опитаних жінок і 47% опитаних чоловіків., важливість сексуальної гармонії людей цієї групи як гарантії щастя, і

Рівень особистої ідентифікації з партнером низький - 8% респондентів-жінок і 4% респондентів-чоловіків, що вказує на орієнтацію на особисту автономію. 67% жінок і 54% респондентів-чоловіків знаходяться на середньому рівні цієї шкали, що являє собою рівний розподіл зростання в парі з направленням партнера на особистісну реалізацію, а на високому рівні ця шкала виявляється у 25% респондентів-жінок і 42% респондентів-чоловіків, що вказує на важливість спільних інтересів, спільних потреб і спільних цінностей партнера. Наведені вище дані наведені на малюнку 2.2.

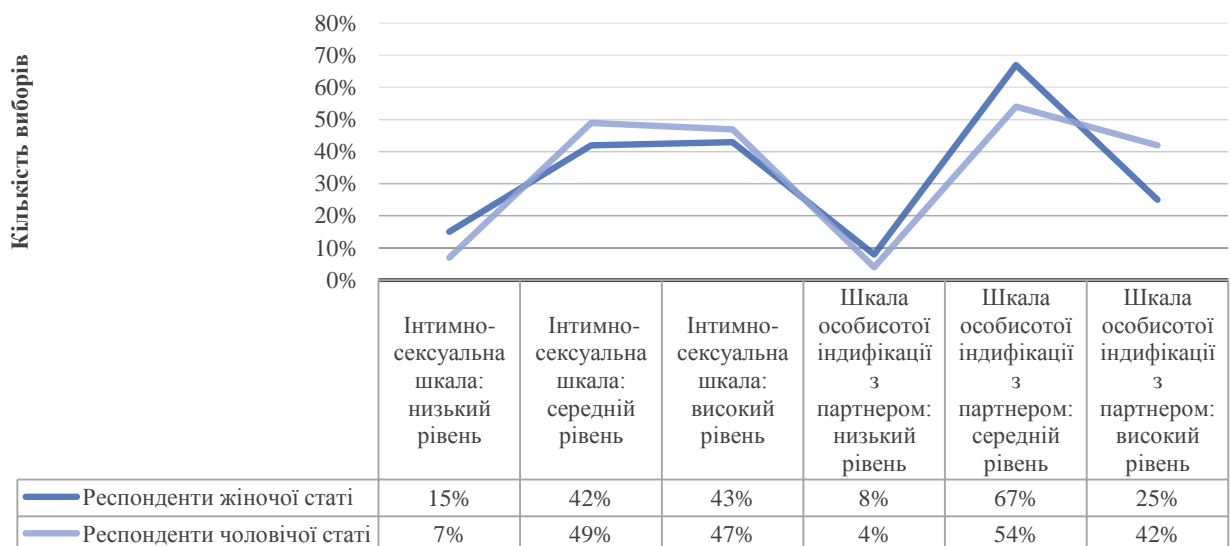


Рис. 2.2. Діаграма співвідношення виборів респондентів за шкалами опитувальника «Рольові очікування і домагання у шлюбі»

Таким чином, як показують результати досліджень, проведених з використанням цієї методики, інтимно-сексуальна шкала представлена у обстежених чоловіків і жінок на помірному і високому рівнях, і це свідчить про те, що молоде подружжя приділяють особливу увагу сексуальним відносинам в шлюбі як важливій умові гармонійних подружніх відносин.

За шкалою «Особиста ідентифікація з партнером» як у чоловіків, так і у жінок є певні очікування від спільноти, що партнер принесе користь, потребуватиме його, а також захоче проводити вільний час разом.

При цьому слід зазначити, що чим нижче задоволеність романтичними відносинами, тим нижче показники як чоловіків, так і жінок за цією шкалою.

Наступним завданням дослідження було визначити сексуальні профілі респондентів за допомогою методики «Сексуальний профіль». Грунтуючись на даних, отриманих за 9 шкалами, ми можемо констатувати, що сексуальний профіль чоловіків на етапі вступу в молодий шлюб знаходиться на помірному рівні.

1. Сексуальна освіченість – середній стабільний рівень.
2. Сексуальний потяг – на стадії молодого подружжя займає високо-середній рівень,
3. Сексуально-психологічне благополуччя – відзначається стабільний середньо-високий рівень.
4. Сексуальна задоволеність – в усіх чоловіків вибірки середньо-високий рівень.
5. Чутливість – характеризується середньо-високим рівнем.
6. Комунікативність – у досліджуваних чоловіків виявлено середній рівень.
7. Впевненість у собі – середньо-високий рівень.
8. Техніка – у всіх чоловіків займає стабільно високо-середній рівень.
9. Широта поглядів – досліджувані продемонстрували середньо-низький рівень.

Аналіз жіночого сексуального профілю показав, що на стадії молодого шлюбу він займає середньо-високі показники і, відповідно до шкал методики, розподіляється таким чином:

1. Сексуальна освіченість – низько-середній і середній рівні.
2. Сексуальний потяг – респондентки продемонстрували середньо-високий рівень.
3. Сексуально-психологічне благополуччя – виявлено середньо-високий рівень.
4. Сексуальна задоволеність – середньо-високий рівень.
5. Чутливість – високо-середній рівень.
6. Комунікативність – досліджувані продемонстрували середній рівень.
7. Впевненість у собі – займає середньо-низький рівень.

8. Техніка – середній рівень.
9. Широта поглядів – виявлено середньо-високий рівень.

Таблиця 2.1.

Розподіл обстежуваних за рівнями шкал сексуального профілю, %

№ шкали	Чоловіки			Жінки		
	В	С	Н	В	С	Н
1	10	90	-	50	50	-
2	20	80	-	10	45	45
3	50	50	-	50	40	10
4	70	20	10	70	20	10
5	90	10	-	20	80	-
6	10	80	10	60	30	10
7	55	45	-	10	45	45
8	45	55	-	55	45	-
9	35	50	15	55	30	15

У ході проведення емпіричного дослідження передбачалось здійснити порівняльний аналіз рівня сексуальної самооцінки і сексуального профілю респондентів. Аналіз отриманих результатів засвідчив, що існує певний зв'язок між окремими шкалами методики «Сексуальний профіль» і показниками за методикою «Сексуальна самооцінка»: жінки, які мають високий рівень за шкалами «Сексуальна поінформованість», «Психологічне благополуччя», «Сексуальна задоволеність», «Упевненість в собі», «Рівень домагань» мають, відповідно, і високу сексуальну самооцінку (більшість – Г).

Жінки, у яких високий рівень за шкалою «Чуттєвість», мають, здебільшого, високий рівень за шкалою «Сексуальний потяг», але середній (52 %) та низький (24 %) рівні «Сексуальної задоволеності». Лише у 18 % з них – високий рівень сексуальної задоволеності.

При цьому, аналіз результатів дослідження засвідчив, що сексуальна самооцінка у таких осіб не має стабільності. Під час бесіди з даною категорією

досліджуваних було виявлено їхнє ставлення до власної зовнішності: чим меншою є задоволеність власним тілом та зовнішністю, тим меншою є впевненість у собі та нижчою – сексуальна самооцінка. Варто зауважити, що вищесказані особливості ставлення до досконалості свого тіла та своєї зовнішності з часом можуть призвести до зниження чуттєвості, сексуального бажання, що з часом може відобразитись в цілому на сексуальних стосунках.

Досліджуваним, які продемонстрували низький рівень за шкалою «Психологічне благополуччя», «Відсутність взаєморозуміння з партнером», характерними є низькі показники за методикою «Сексуальна самооцінка».

У чоловіків залежності між рівнем сексуальної самооцінки та результатами дослідження за методикою «Сексуальний профіль» не виявлено.

Відповідно до визначених завдань, наступним етапом було дослідження рівня соціально-психологічної та сексуально-поведінкової адаптації подружньої пари за методикою Д. Буртянського та В. Кришталя.

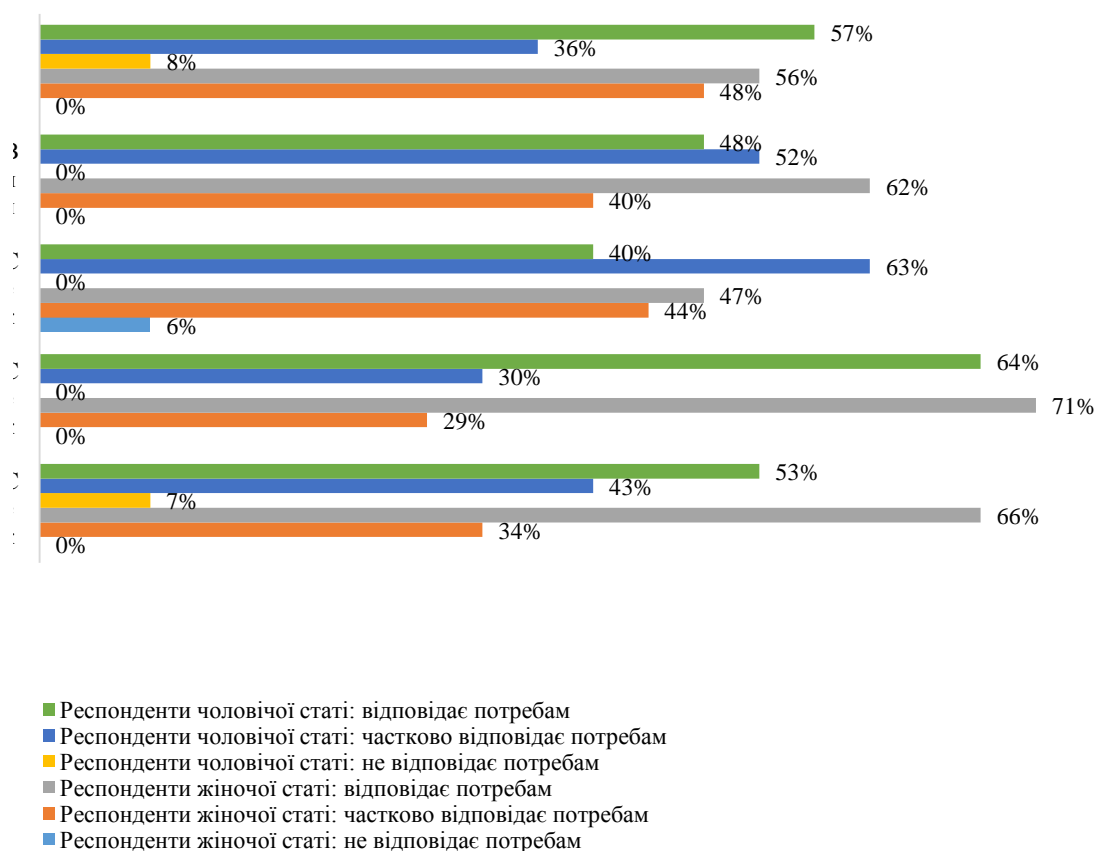


Рис. 2.3. Відсотковий розподіл сексуально-поведінкової адаптації подружньої пари

Розглядаючи тематику дослідження, основну увагу було приділено питанню методики, що характеризує фактори адаптації сексуальної поведінки:

- 1) відповідність сексуальної поведінки партнера бажанням респондента при підготовці до сексу;
- 2) відповідність бажання респондента до сексуальної поведінки під час сексу;
- 3) відповідність сексуальної поведінки партнера бажанням респондента після сексу;
- 4) відповідність сексуальної поведінки партнера бажанням респондента після сексу вплив психологічної сумісності;
- 5) вплив сексуальної поведінки партнера на поведінку респондента після сексу, сексуальне задоволення.

Отримані результати дослідження показали, що бажання респондентів жіночої статі щодо підготовчої сексуальної поведінки партнера перед статевим актом частково відповідає потребам у 34 %, та повністю відповідає потребам у 66%, відсутні респонденти, у яких є незадоволення цих потреб. Респонденти чоловічої статі за даною шкалою частково задоволені у 43% та повністю задоволені у 53% випадків.

Проте, серед респондентів чоловічої статі є випадки невідповідності підготовчої сексуальної поведінки партнера перед статевим актом потребам респондента у 8% досліджуваних. Сексуальна поведінка партнера під час сексу серед респондентів жіночої статі частково відповідає бажанням досліджуваних у 29% та повністю відповідає бажанням у 71%, при цьому, респондентів, у яких є незадоволення цих бажань, не виявлено.

Досліджувані чоловічої статі за даною шкалою частково задоволені у 30 % та повністю задоволені у 62% випадків, досліджуваних з незадоволеними цими бажаннями не виявлено.

Сексуальна поведінка партнера після сексу серед респондентів жіночої статі частково відповідає бажанням досліджуваних у 44% та повністю відповідає бажанням у 47%, але у 6% досліджуваних проявляється незадоволення власних бажань та очікувань щодо поведінки партнера. Респонденти чоловічої статі за даною шкалою частково задоволені у 63 % та

повністю задоволені у 44 % випадків, відсутні респонденти, у яких є незадоволення цих бажань. Психологічна сумісність партнерів серед респондентів жіночої статі частково впливає на сексуальне життя у 40 % та має значний вплив у 62%.

Серед респондентів чоловічої статі вплив психологічної сумісності відбувається частково у 52% та повністю впливає на їх формування у 48%. Відсутні респонденти, для яких психологічна сумісність є незначущою при сексуальному акті. Сексуальна поведінка партнера має частковий вплив на статеve задоволення у 48% респондентів жіночої статі та повністю впливає на задоволення у 56 % досліджуваних, відсутні жінки, які не надають значення сексуальній поведінці партнера. Для респондентів чоловічої статі сексуальна поведінка партнера впливає на статеve задоволення частково у 36% та має значний вплив у 57%. При цьому, 8% осіб чоловічої статі вважають, що їхнє сексуальне задоволення не залежить від сексуальної поведінки партнера. Описані вище результати представлені на рис. 2.3.

2.3. Рекомендації щодо психосексуальної гармонізації взаємин у молодому шлюбі

Гармонійні взаємини молодого подружжя базуються на системних уявленнях про процеси, що відбуваються в сім'ї та на уявленні про природу подружніх та інших сімейних конфліктів.

Особлива увага приділяється основним правилам та технікам комунікації, що застосовуються в психологічному консультуванні, ролі психолога у навчанні ефективної, гармонійної комунікації, терапевтичному впливу на різних процесуальних рівнях та багато іншого.

Мета – навчання ефективної та гармонійної комунікації, яка є основою як для взаємодії у сімейній системі.

Завдання:

1. Опанування техніками ефективної комунікації молодого подружжя.
2. Навчання баченню сім'ї як єдиної комунікативної системи в історичному

ракурсі, теперішньому та майбутньому.

3. Формування навичок самодопомоги у подоланні криз на всіх етапах життя сім'ї.

Основні теми у процесі надання психологічної допомоги:

1. Теорія комунікацій.
2. Сім'я як комунікативна система.
3. Теорія самооцінки. Вплив самооцінки на комунікацію.
4. Психоконсультативна робота на різних процесуальних рівнях: на внутрішньому індивідуальному рівні, міжособистісному комунікативному рівні та на системному рівні.

Потреба у психологічній допомозі може бути зумовлена низькою задоволеністю шлюбом, очевидним високий ступенем конфліктності у молодому подружжі, та різні причини проблем у спілкуванні, як-от: низький рівень емоційної зрілості; невпевненість у собі; низька самооцінка; тривожність; агресія тощо.

Основними завданнями психологічної підтримки є: обговорення причин психологічної дисгармонії; набуття та інтеграція навичок позитивного невербального та лінгвістичного спілкування; розвиток здатності щиро ділитися своїми емоціями та розуміти емоції інших; розвиток взаємної підтримки, довіри та емпатії; зміцнюйте позитивний образ «Я»; опанування навичками саморегуляції власного емоційного стану; підвищення стабільності емоційного стану; розвиток механізмів побудови конструктивних відносин.

Реалізація завдань відбувається через активізацію символотворчої функції психіки учасників, її динамічних структур, підключення внутрішнього ресурсу особистості до саморозвитку. Робота ґрунтується на розумінні закономірностей розвитку психіки, а також врахуванні теоретичних положень, що стосуються сутності емоцій в розвитку психіки, їх функцій в діяльності особистості.

Психологічні принципи роботи: комплексність; доступність; системність; зворотний зв'язок; активність; конфіденційність.

Формула ефективного спілкування передбачає кроки – STEPS:

S (space) – це концепція особистого простору, де людина відчуває себе комфортно при контакті з іншою людиною.

T (take turns) – це правило, яке вимагає, щоб ви говорили по черзі, оскільки спілкування – це рівноправний процес, в якому кожен повинен мати можливість говорити.

E (eye contact) – необхідність встановлення зорового контакту, що сприяє ефективному спілкуванню. Адже таким чином у нас є можливість не тільки проявити повагу до людини, але і поспостерігати за його мімікою і зрозуміти його емоції.

P (polite) – дуже привабливий ввічливою, доброзичливою та відкритою манерою спілкування. Вони готові спілкуватися з ввічливими людьми і встановлювати дружні відносини.

S (stay on topic) – вимагає, щоб ви дотримувались теми, поки триває дискусія (не змінювати її).

На заняттях партнери виявляють у себе позитивні, і негативні риси характеру та темпераменту, власні індивідуальні особливості. Впродовж консультацій проводяться вправи, які допомагають вербалізувати найбільші успіхи та невдачі у сімейному житті, а також думки щодо впливу сім'ї та близьких людей на минуле, теперішнє та майбутнє.

Вправа «Господар і гість»

Мета: проявити навички вербальної і невербальної комунікації та продемонструвати моделі поведінки у фруструючій ситуації.

Учасники поділяються на пари, де один вдає господаря, інший – гостя. «Господар» позначає свою територію за допомогою мотузки. Завдання «гостя» – встановити контакт з господарем «домівки» та домогтися запрошення на його територію.

Зворотній зв'язок. Учасники діляться своїми почуттями у ролі господаря території та у ролі гостя. Відмічають як змінювалися відчуття, коли треба було відстоювати свою територію.

Вправа дає можливість пізнати свої особистісні межі, вміння їх відстоювати. Учасники вчаться розумітися з іншими, встановлювати

емпатійний контакт, взаємодіючи з особистістю іншого, вчать рахуватись з вимогами на чужій території, та, разом з тим, найкращим чином представляти себе, досягати бажаного, розширюючи моделі своєї поведінки.

Вправа «Глечик».

Учасники стають у коло, беруться за руки і уявляють себе єдиною посудиною (чи то глечик з молоком, чи то ваза із квітами), кожен може запропонувати свій образ, співзвучний з його самовідчуттям. Тренер може запропонувати наповнити посудину позитивною енергією. Спілкування у колі відбувається за допомогою невербальних засобів (поглядів, посмішки, тілесного контакту).

Вправа «Ембріон»

Мета: оволодіти вміннями передавати і приймати позитивні емоції.

Учасники діляться на пари, де 1 з партнерів виконує роль матері, а інший – ембріона. Мати підходить до «ембріону», що сидить в згрупованому положенні, ззаду, ніжно обіймає його, намагаючись передати йому своє тепло і ніжні почуття. «Ембріон» набирає сили і «росте». Потім учасники міняються ролями.

Вправа «Перетисана автобіографія». За винятком рідкісних екстремальних випадків, біографія кожної людини складається з труднощів і невдач, так і удачі, радості і щастя. Завдання полягає в тому, щоб розповісти власну біографію, залишивши в ній тільки позитивні моменти, тобто такі події та обставини, які приносили задоволення, радість чи інші приємні почуття.

Опишіть ці почуття якомога детальніше, використовуючи відчуття різних модальностей. Учасники групи по черзі розповідають підготовлені позитивні автобіографії.

Обговорення: Як вам здалося, що в почутих нами біографіях було найприємнішим? Який момент особисто для вас став би найщасливішим.

Вправа «Простір життя» застосовується з метою формування навичок біографічного мислення та навичок довготривалого планування. На першому етапі роботи необхідно скласти список найважливіших подій минулого, теперішнього й майбутнього, вказуючи їх реальні та ймовірні дати. Розподі-

лившись по парах, кожний із учасників розповідає про особисту організацію часу життя. Після цього партнери переказують один одному почуте й дають поради стосовно того, як зробити життя та діяльність більш продуктивними та цікавими.

Наступний етап роботи передбачає аналіз життєвих цілей і причин тих або інших подій. Продовжуючи роботу із життєвим простором, учасники намагаються з'ясувати, наскільки важливими є в їхньому житті різні події та різні люди. Які з цих подій і персоналій можна було б викреслити (5–6) і наявність яких в житті є обов'язковою (5–6 подій та значущих людей). Черговий крок роботи передбачає складання списку якостей або властивостей, реальних чи прогнозованих, котрі з'явилися або можуть з'явитися після значущих подій, поява яких пов'язана із іменами конкретних відомих людей.

На завершення учасникам пропонується включити у простір життя значущі події, котрі відбулися до їхнього народження (із батьками, країною), а також події, котрі можуть відбутися після завершення їх фізичного життя, і тим не менше пов'язані особисто з ними, а також найбільш знаних людей, чий погляд і сам факт їхнього існування мав або має великий вплив на життєве самовизначення суб'єкта.

Вправа «Узгодження цілей». Записи учасників зберігаються після виконання вправи. Вправа виконується в парах. Виберіть когось, хто зможе подивитися один на одного і обговорити ваші цілі. Ваше завдання-інформувати один одного про свої цілі і знайти можливу відповідність. Звичайно, не варто очікувати повного збігу цілей. Наше завдання-знайти в обговореннях те, до чого ви обидва можете прагнути. Тепер я попрошу вас об'єднатися з найближчою вам парою. Обговоріть цілі пари та свої особисті цілі та спробуйте домовитись про те, чим можуть насолоджуватися ваші четверо людей. Один з представників кожної підгрупи розповідає всій групі, які його «4» узгоджені цілі. Учасники критично аналізують свої цілі, використовуючи «критерії задовільних цілей».

Обговорення:

- З якими труднощами ви зіткнулися у процесі узгодження мети?

- Чи є опис узгоджених цілей найбільш вдалим?
- Яким правилам найважче слідувати?

Вправа «Перетворюємо проблеми в цілі». Ця вправа дає учасникам можливість скласти загальне уявлення про свої повсякденні проблеми і сформулювати найбільш важливі з них у вигляді цілей.

Інструкцію до цієї вправи можна роздати членам групи у письмовій формі.

«У кожного з нас є свої проблеми. Деякі з них ми повинні прийняти і жити з ними так, як можемо. Але на щастя, багато проблем можуть бути вирішені, якщо ми зможемо уявити їх для себе у вигляді цілей, яких ми хотіли б досягнути. Давайте спробуємо зробити це.

1. Складіть список проблем, які ви хотіли б якнайшвидше вирішити. Наступні питання допоможуть вам у цьому:

- Що я дійсно хочу робити, мати, чого хочу досягти?
- Що ще може принести мені задоволення?
- У яких сферах життя ви хотіли б покращити свої здібності?
- Про що я думаю останнім часом і що мене напружує чи ображає?
- На що я найчастіше скаржуся?
- Що створює мені найбільше турбот?
- Що викликає у вас тривогу чи стрес?
- Що дозволяє вам відчувати себе комфортно?
- Що мене найбільше засмучує?
- Що мене турбує останнім часом?
- Що я хочу змінити у своєму ставленні до себе?
- Що мені потрібно змінити в собі?
- На що у мене йде багато часу?
- Що мені дається з великими труднощами?
- Що мені відразу набридає?
- Як я можу краще розподілити свій час?
- Як я можу розумно витратити свої гроші?

2. Тепер опишіть проблему, яку ви хотіли б вирішити насамперед. Уявіть її якомога більш об'єктивно.

3. Сформулюйте мету, яку ви могли б досягти. Що вам потрібно зробити, щоб ваша проблема перестала існувати або, принаймні, не стала такою серйозною?

В обговоренні учасники розповідають про те, які питання викликають найбільші складнощі і чому. Останнє завдання для учасників - спакувати «партнерську валізу» подібних рис характеру та індивідуальних особливостей, які проявилися на заняттях.

Очікуваними результатами психологічного тренінгу є підвищення рівня підтримки, довіри, емпатії, вміння будувати конструктивні взаємини. Результати дослідження дозволяють рекомендувати психологам програму формування ефективної комунікації молодого подружжя, спрямовану на підвищення рівня задоволеності шлюбом.

Загалом, програма формування ефективної комунікації молодого подружжя допомагає стабілізувати партнерську взаємодію, оптимізувати їх комунікативні показники та підвищити рівень довірливості, легкості у спілкуванні та взаєморозуміння між партнерами, сприяє розвитку психотерапевтичності спілкування та формуванню подібності у поглядах подружжя.

Висновки до другого розділу

Результати емпіричних досліджень дають підставу для наступних висновків:

Аналіз даних дослідження загального рівня задоволеності відносинами показав, що високий рівень задоволеності переважав серед опитаних чоловіків і жінок. Друге місце – це середній рівень, а найнижчий показник – низький рівень задоволеності романтичними стосунками.

Результати дослідження з використанням методики «Рольові очікування і домагання в шлюбі» показали, що інтимно-сексуальна шкала була представлена у чоловіків і жінок, обстежених на середньому і високому рівнях. Це свідчить

про те, що молоде подружжя приділяють особливу увагу сексуальним відносинам в шлюбі як важливій умові гармонійних подружніх відносин.

За шкалою «Особистісна ідентифікація з партнером», варто відзначити, що і чоловіки, і жінки, партнери не тільки конкретними очікуваннями суспільства на переваги, повинен, а й проводити вільний час разом, в той же час, ідентифікація зі збалансованим рівнем сексуальної сфери і партнер важливий для чоловіків.

Слід зазначити, що чим нижче задоволеність романтичними стосунками, тим нижче показники як у чоловіків, так і у жінок за цією шкалою.

Результати досліджень, проведених з використанням методики «Сексуальний профіль», показали, що сексуальний профіль як чоловіків, так і жінок на етапі молодого шлюбу знаходився на помірному рівні.

Було виявлено, що існує певний зв'язок між окремими шкалами методики «Сексуальний профіль» і показниками за методикою «Сексуальна самооцінка»: жінки, які мають високий рівень за шкалами «Сексуальна поінформованість», «Психологічне благополуччя», «Сексуальна задоволеність», «Упевненість в собі», «Рівень домагань» мають, відповідно, і високу сексуальну самооцінку.

Жінки, у яких високий рівень за шкалою «Чуттєвість», мають, здебільшого, високий рівень за шкалою «Сексуальний потяг», але середній та низький рівні «Сексуальної задоволеності». Лише у 18 % з них – високий рівень сексуальної задоволеності. При цьому, аналіз результатів дослідження засвідчив, що сексуальна самооцінка у таких осіб не має стабільності і здебільшого залежить від задоволеності власним тілом і зовнішністю.

Досліджуваним, які продемонстрували низький рівень за шкалою «Психологічне благополуччя», «Відсутність взаєморозуміння з партнером», характерними є низькі показники за методикою «Сексуальна самооцінка».

У чоловіків залежності між рівнем сексуальної самооцінки та результатами дослідження за методикою «Сексуальний профіль» не виявлено.

ВИСНОВКИ

Результати теоретичного аналізу та емпіричного дослідження дали підстави для таких **висновків** :

- шлюб тісно пов'язаний з поняттям сексу, оскільки ці явища характеризуються єднанням двох окремих особистостей для пізнання об'єкту бажання, розкриття власного потенціалу чоловічої і жіночої полярності психіки, продовження роду, втілення почуттів у дію;
- шлюб також виступає засобом регуляції статевих контактів на духовному рівні, що веде до саморозвитку та актуалізації особистості. У ході онтогенезу людства побудова шлюбу існувала на культурній та морально-релігійній основах, що регулювало існування культурних сімейних цінностей;
- шлюб дає змогу повноправно реалізувати себе у партнерських та батьківських стосунках, оскільки тісно пов'язаний з поняттям сім'ї. Батьківська сім'я відіграє значну роль у формуванні гендерно-статевих ролей та стилю побудови сімейного укладу молодої пари;
- секс у шлюбі відіграє роль інструмента, що формує близькі взаємини, глибокі емоційні переживання, позитивний досвід взаємин з партнером та самоствердження власного «Я» особистості, через еротичні переживання.
- сексуальне задоволення впливає на суб'єктивну задоволеність партнерів шлюбом, якщо обоє приймають власну сексуальність і відмінності сексуальності партнера, його схильності, бажання, особливості прояву сексуальної поведінки.

На основі теоретичного та методологічного аналізу були проведені емпіричні дослідження, за результатами яких вдалося виявити основні фактори, які в цілому відіграють важливу роль у задоволенні як сексуальних, так і подружніх стосунків:

- серед опитаних чоловіків і жінок домінує найвищий рівень задоволеності романтичними стосунками, а на другому місці знаходиться середній

духовного значення дає змогу парам повноцінно використовувати цей процес для зміцнення шлюбних взаємин, пізнання свого «Я» через близький контакт з партнером, позбавлення психосоматичних захворювань, завершення процесу психічної сепарації, вступ до зрілого відповідального та свідомого життя. Задоволення власних сексуальних потреб та потреб партнера з глибоким розумінням духовного значення сексу дає можливість пізнання здорової любові до себе та коханої людини. Тому важливою є як просвітницька діяльність психолога, так і консультативно-психотерапевтична діяльність у даній сфері.

Перспективами подальших досліджень є вивчення задоволеності сексуальними стосунками чоловіків і жінок на різних стадіях функціонування сім'ї.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бондарчук О. Психологія сім'ї : курс лекцій. Київ: МАУП, 2001. 170 с.
2. Бріш К. Розлади прив'язаності: від теорії до терапії: (посібник). Львів, 2012. 314 с.
3. Васьківська С. Основи психологічного консультування: Навч. посіб. Київ: Четверта хвиля, 2004. 256 с.
4. Волошко Д. Основні чинники ефективності спілкування молодого подружжя. Вісник. Соціологія. Психологія. Педагогіка. Київ. нац. ун-т ім. Т. Шевченка. Київ, 2006. Вип. 26. С. 40-44.
5. Ворнік Б., Кришталь Є. Сексологія і сексопатологія : підручник. 2-ге вид. ВСВ «Медицина», 2023. 631 с.
6. Говорун Т., Кікінежді О. Стать та сексуальність: психологічний ракурс : [навч. посіб.]. Навчальна книга Богдан, 1999. 384 с.
7. Грицюк І., Сащук Ю. Значення сімейного клімату для успішного навчання дитини з діагнозом ЗПР (молодший шкільний вік). *Наукові перспективи. Серія Психологія*. Вип. 4 (22). Київ. 2022. С. 346-356.
8. Грицюк І., Магдисюк Л. Психологічний супровід та консультування сім'ї, яка виховує дитину з порушеннями розвитку (системний підхід). *Перспективи та інновації науки. Електронний журнал*. 2022. <http://perspectives.pp.ua/index.php/pis/article/download/1149/1146>
9. Зозуль Т. Психологічні особливості розподілу сімейних ролей у подружніх парах із суттєвою різницею у віці. *Психологія і особистість*. 2016. № 1(9). С. 129-138.
10. Кісарчук З., Єрмусевич О. Психологічна допомога сім'ї: Навч. посіб.: У 3 кн. Київ: Главник, 2006. Кн. 1. 128 с.
11. Кісарчук З., Омельченко Я., Лазос Г. [та ін.]. за ред. З. Кісарчук. Особливості стосунків «психотерапевт-клієнт» у сучасному соціокультурному середовищі: монографія. Київ, Видавничий Дім «Слово», 2017. 225 с.

- 12.Кляпець О. Феномен емоційного вигорання в сім'ї. *Соціальна психологія*. 2006. № 4. С. 168-176.
- 13.Козловська Е. Психологічна готовність молодого подружжя до гармонізації стосунків : дис. канд. психол. наук. Київ., 2010.
- 14.Комарова Н. Особливості консультативної роботи з сім'ями, які виховують біологічно нерідних дітей. *Соц. Працівник*. 2006. 15. С. 14-31.
- 15.Магдисюк Л. Методичні рекомендації до курсу «Психологія сімейної кризи». Луцьк: Вежа-Друк, 2021. 22 с.
- 16.Магдисюк Л. Особливості шлюбно-сімейних стосунків у залежності від подружнього стажу: діагностика та консультування : монографія. Луцьк : Вежа-Друк, 2022. 188 с.
- 17.Магдисюк Л. Психологічна допомога дитині та сім'ї: навч. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2022. 324 с.
- 18.Магдисюк Л., Замелюк М., Безпарточна О., Борбич Н. Психологічна допомога дитині та сім'ї: практикум. навч. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2022. 280 с.
- 19.Магдисюк Л., Федоренко Р. Основи психологічного консультування : навчальний посібник. Луцьк: Вежа-Друк, 2022. 360 с.
- 20.Магдисюк Л., Головій І. Надання психологічної допомоги, спрямованої на покращення міжособистісного спілкування осіб пізньої зрілості та їх сімей. *Herald pedagogiki. Nauka i Praktyka* # 51 (01/2020): Wydawca : Sp. z o.o. «Diamond trading tour». 2020. S. 100-103.
- 21.Магдисюк Л., Цесля Т. Психологічна готовність молоді до раннього шлюбу. *Практична психологія сучасності ресурси та перспективи : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. (Луцьк, 26-27 вересня 2019 р.) / СНУ імені Лесі Українки ; кафедра практичної та клінічної психології ; за заг. ред. М. І. Мушкевич. Луцьк : Вежа-Друк, 2019. С. 163-166.*
- 22.Магдисюк Л., Блаватна О. Психологічна допомога сім'ї, яка виховує дитину із затримкою психічного розвитку. *Herald pedagogiki. Nauka i Praktyka* № 52 (02/2020): Wydawca : Sp. z o.o. «Diamond trading tour». 2020. S. 64-66.

- 23.Магдисюк Л., Цесля Т. Фактори, що обумовлюють психологічну готовність молоді до шлюбно-сімейних відносин. *Herald pedagogiki. Nauka i Praktyka №52 (02/2020)*: Wydawca : Sp. z o.o. «Diamond trading tour». 2020. S. 67-70.
- 24.Максимова Н. Сімейне консультування : навч. посіб. Київ : ДП «Вид. дім «Персонал», 2011. 304 с.
- 25.Онуфрієнко Л. Психологічний комфорт у сім'ї – запорука успішного розвитку особистості дитини. *Обдарована дитина*. 2011. № 10. С. 59-62.
- 26.Пашкова Н. Психологічна допомога особам, що пережили розлучення. *Вісник Київ. ін-ту бізнесу та технологій*. Київ. ін-т бізнесу та технологій. Київ, 2010. Вип. 3 (13). С. 167-168.
- 27.Питлюк-Смеречинський О. Психологія сексуальності. Київ, Ун-т «Україна», 2014. 202 с.
- 28.Поліщук В., Ульїна Н., Поліщук С. Психологія сім'ї : навч. посіб. Суми : Університет. кн., 2009. 282 с.
- 29.Попович І. Вплив гендерних стереотипів на сімейне життя молодих людей Закарпаття. *Психологічні перспективи*. Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки. Луцьк, 2010. Вип. 16. С. 241-250.
- 30.Потапчук Є. Кризи сімейного консультування та як їх подолати : довідник сімейного психолога. Хмельницький: ХНУ, 2014. 35 с.
- 31.Потапчук Є. Психологічна діагностика шлюбного потенціалу та міжособистісної сумісності з партнером : довідник сімейного психолога. Хмельницький : Видавництво «PolyLux design & print», 2020. 36 с.
- 32.Психологічна допомога сім'ї: Навч. посіб.: У 3 кн. / за заг. ред. З. Г. Кісарчук. Київ: Главник, 2006. Кн. 3. 144 с.
- 33.Психологічна допомога учасникам АТО та їх сім'ям : кол. моногр. / за заг. ред. М. Мушкевич. Вид. 2-ге, змін. та доповн. Луцьк: Вежа-Друк, 2016. 356 с.
- 34.Психологія життєвої кризи: за заг.ред. Т. М. Титаренко. Київ: Агропромвидав України, 1998. 348 с.

35. Помиткіна Л., Злагодух В., Хімченко Н., Погорільська Н. Психологія сім'ї : навч. посіб. [для студ. вищ. навч. закл.]. Київ: НАУ, 2011. 271 с.
36. Психологія сім'ї: навч. посібник: Поліщук В. М. ін.; за заг. ред. В. М. Поліщука. 2-е вид. Суми: ВТД «Університетська книга», 2008. 282 с.
37. Психологія сімейних взаємин: навч. посіб. :М. С. Корольчук та ін.; за заг. ред. М. С. Корольчука. К. : Ніка-Центр, 2010. 296 с.
38. Седих К. Психологія взаємодії систем: «сім'я і освітні інституції»: монографія. Полтава: Довкілля. 2006. 260 с.
39. Седих К. Психологія сім'ї : навч. посіб. Київ : ВЦ «Академія», 2015. 192 с.
40. Семиченко В. Мистецтво взаєморозуміння. Психологія та педагогіка сімейного спілкування : [навч. посіб. для студ. вищ. навч. закладів] / за заг. ред. В. А. Семиченко. Київ. Веселка, 1998. 214 с.
41. Столярчук О. Психологія сучасної сім'ї : навч. посіб. Кременчук, 2015. 135 с.
42. Федоренко Р. Аналіз психологічних особливостей подружньої зради на різних стадіях функціонування сім'ї. Психологія : реальність і перспективи : зб. наук. пр. Рівненського державного гуманітарного університету. Рівне : ВДГУ, 2018. Вип. 10. С. 146 – 152.
43. Федоренко Р. Психологічний аналіз подружніх взаємин на різних стадіях функціонування сім'ї: монографія. Луцьк : Вежа-Друк, 2022. 320 с.
44. Федоренко Р. Психологія молоді сім'ї та сімейна криза : монографія. Луцьк: «Вежа», 2007. 195 с.
45. Федоренко Р. Психологія сім'ї : навч. посіб. Вид. 2-ге, змін. та доповн. Луцьк : Вежа-Друк, 2021. 480 с.
46. Федоренко Р., Шкарлатюк К. Психологічний практикум з консультування: зміст, прийоми, технології. Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2012. 200 с.
47. Федоренко Р., Мушкевич М., Дучимінська Т., Магдисюк Л. Психологія молоді сім'ї : монографія. Луцьк: Вежа-Друк, 2018. 362 с.

48. Федоренко Р., Мушкевич М., Дучимінська Т., Магдисюк Л. Психологія молоді сім'ї: монографія. Вид. 2-ге, доповн. та змін. Луцьк: Вежа-Друк, 2020. 392 с.
49. Федоренко Р., Мушкевич М., Коширець В. Психологічне консультування: зміст, прийоми, технології. Вид. 2-ге, змін. та доп. Луцьк: Вежа-Друк, 2020. 368 с.
50. Федоренко Р. Програма сертифікатного курсу з підвищення професійної компетентності за напрямом «Сімейна психологія та психотерапія». Луцьк: Вежа-Друк, 2021. 92 с.
51. Федоренко Р. та ін. Психологічна допомога в клініці: навчально-методичний посібник. Луцьк : Вежа-Друк, 2018. 224 с.
52. Хавула Р. Психологічні особливості подружньої сумісності. Актуальні питання гуманітарних наук : міжвузівський збірник наукових праць молодих учених Дрогобицького державного педуніверситету імені Івана Франка. Дрогобич : Посвіт, 2012. Вип. 3. С. 258-267.
53. Цибулько Л. Криза сім'ї й сімейних стосунків як фактор соціального сирітства. Соціальна педагогіка: теорія та практика. 2012. 3. С. 69-74.
54. Цільмак О., Лефтеров В. Психологія сім'ї та шлюбу: таблиці, схеми, коментарі: навчально-наочний підручник. Київ: Видавництво Ліра-К, 2020, 266 с.
55. Черезова І. Психологія життєвих криз особистості : навчальний посібник [для студентів вищих навчальних закладів] Бердянськ, БДПУ, 2016. 193 с.

**Шкала задоволеності стосунками (Relationship Assessment Scale)
(Hendrick, 1998)**

Інструкція: Твердження представлені нижче мають на меті допомогти Вам описати Ваші стосунки з партнером. Будь ласка, оцініть кожне з них за шкалою від 1 до 5, де 1 – найменший, а 5 – найбільший ступінь згоди чи вираженості певної якості у стосунках.

1. Наскільки добре Ваш партнер задовольняє Ваші потреби?
2. Загалом, наскільки Ви задоволені своїми стосунками?
3. У порівнянні з більшістю, наскільки добрими є Ваші стосунки?
4. Як часто Ви думаєте, що було би краще взагалі не потрапляти у ці взаємини?
5. Наскільки Ваші стосунки відповідають Вашим початковим очікуванням?
6. Наскільки сильно Ви любите свого партнера?
7. Наскільки багато проблем у Ваших взаєминах?

Опитувальник «Рольові очікування і домагання у шлюбі» (А. Волкова)

Мета методики:

1. Уточнення уявлень подружжя про значущість у сімейному житті сексуальних відносин, особистої спільності чоловіка і дружини, батьківських обов'язків, професійних інтересів кожного з подружжя, господарсько-побутового обслуговування, моральної та емоційної підтримки, зовнішньої привабливості партнера. Ці показники, відображаючи основні функції сім'ї, складають шкалу сімейних цінностей (ШСЦ).

2. Уточнення уявлень подружжя про бажаний розподіл ролей між чоловіком і дружиною при реалізації сімейних функцій, об'єднаних шкалою рольових очікувань і домагань (ШРОП). Таким чином, результати даної методики дозволяють виявити ієрархії сімейних цінностей подружжя, а так само зробити висновок про соціально-психологічної сумісності подружжя в сім'ї.

Опис методики:

Методика «Рольові очікування і домагання у шлюбі» містить по 36 тверджень в будь-якому вигляді (чоловічому та жіночому) і складається з 7-ми шкал. Подружжю пропонується самостійно ознайомитися з набором тверджень, що відповідають їхнім підлозі, і висловити своє ставлення до кожного твердженням, використовуючи наступні варіанти відповідей: «Повністю згоден», «Загалом, це вірно», «Це не зовсім так», «Це невірно».

Інструкція: «Перед Вами ряд тверджень, які стосуються шлюбу, сім'ї, відносин між чоловіком і дружиною. Уважно прочитайте затвердження тексту та оцініть ступінь своєї згоди або незгоди з ними. Вам пропонується 4 варіанти відповіді, які виражають ту чи іншу ступінь згоди або незгоди з твердженням, а саме: «Повністю згоден», «Загалом, це вірно», «це не зовсім так», «це невірно». Підбираючи варіант відповіді до кожного з тверджень, постарайтеся якомога точніше передати Вашу особисту думку, а не те, що прийнято серед Ваших близьких і друзів. Свої відповіді реєструйте в спеціальному бланку.

Текст опитувальника (жіночий варіант)

1. Настрій і самопочуття людини залежить від задоволення його сексуальних потреб.
2. Щастя в шлюбі залежить від сексуальної гармонії подружжя.
3. Сексуальні стосунки – головне у відносинах чоловіка і дружини.
4. Головне в шлюбі - об у чоловіка і дружини було багато спільних інтересів.
5. Чоловік – це друг, який поділяє мої інтереси, думки, захоплення.
6. Чоловік – це, перш за все друг, з яким можна поговорити про свої справи.
7. Найголовніша турбота чоловіка - забезпечити матеріальний достаток і побутовий комфорт сім'ї.

8. Чоловік повинен займатися домашнім господарством нарівні з дружиною.
9. Чоловік повинен вміти обслужити себе, а не чекати, що дружина візьме на себе всі турботи про нього.
10. Чоловік повинен займатися дітьми не менше, ніж дружина.
11. Я хотіла б, щоб мій чоловік любив дітей.
12. Про чоловіка я суджу по тому, хороший чи поганий він батько своїм дітям.
13. Мені подобаються енергійні, ділові чоловіки.
14. Я дуже ціную чоловіків, серйозно захопленим своєю справою.
15. Для мене дуже важливо, як оцінюють на роботі ділові і професійні якості мого чоловіка.
16. Чоловік повинен вміти створювати в сім'ї теплу, довірчу атмосферу.
17. Для мене головне – щоб мій чоловік добре розумів мене і брав такою, яка я є.
18. Чоловік – це, перш за все, друг, який уважний і турботливий до моїх переживань, настрою, стану.
19. Мені подобається, коли мій чоловік красиво і модно одягнений.
20. Мені подобаються видні, рослі чоловіки.
21. Чоловік повинен виглядати так, щоб на нього було приємно дивитися.
22. Найголовніша турбота жінки, щоб все в родині були доглянуті.
23. Я завжди знаю, що потрібно купити для моєї сім'ї.
24. Я збираю корисні поради господині: як готувати смачні страви, консервувати овочі, фрукти.
25. Головну роль у вихованні дитини завжди грає матір.
26. Я не боюся труднощів, пов'язаних з народженням і вихованням дитини.
27. Я люблю дітей і з задоволенням займаюся з ними.
28. Я прагну добитися свого місця в житті.
29. Я хочу стати хорошим фахівцем своєї справи.
30. Я пишаюся, коли мені доручають важку і відповідальну роботу.
31. Близькі та друзі часто звертаються до мене за порадою, допомогою і підтримкою.
32. Навколишні часто довіряють мені свої біди.
33. Я завжди щиро і з почуттям жалю втішаю і опікуюся потребують цього людей.
34. Мій настрій багато в чому залежить від того, як я виглядаю.
35. Я люблю гарний одяг, ношу прикраси, користуюся косметикою.
36. Я надаю великого значення своєму зовнішньому вигляду.

Текст опитувальника (чоловічий варіант)

1. Настрій і самопочуття людини залежить від задоволення його сексуальних потреб.
2. Щастя в шлюбі залежить від сексуальної гармонії подружжя.
3. Сексуальні стосунки – головне у відносинах чоловіка і дружини.
4. Головне в шлюбі – щоб у чоловіка і дружини було багато спільних інтересів.

5. Дружина – це друг, який поділяє мої інтереси, думки, захоплення.
6. Дружина – це, перш за все друг, з яким можна поговорити про свої справи.
7. Найголовніша турбота дружини – щоб в сім'ї були нагодовані й доглянуті.
8. Жінка багато втрачає в моїх очах, якщо вона погана господиня.
9. Жінка може пишатися собою, якщо вона хороша господиня свого будинку.
10. Я хотів би, щоб моя дружина любила дітей і була їм хорошою матір'ю.
11. Жінка, яка тяготиться материнством, неповноцінна жінка.
12. Для мене головне в жінці, щоб вона була гарною матір'ю моїм дітям.
13. Мені подобаються ділові й енергійні жінки.
14. Я дуже ціную жінок, всерйоз захоплених своєю справою.
15. Для мене дуже важливо, як оцінюють на роботі ділові і професійні якості моєї дружини.
16. Дружина повинна, перш за все, створювати і підтримувати теплу, довірчу атмосферу.
17. Для мене головне – щоб моя дружина добре розуміла мене і брала таким, який я є.
18. Дружина – це перш за все друг, який уважний і турботливий до моїх переживань, настрою, стану.
19. Мені подобається, коли моя дружина красиво і модно одягнена.
20. Я дуже ціную жінок, які вміють красиво одягатися.
21. Жінка повинна виглядати так, щоб на неї звертали увагу.
22. Я завжди знаю, що треба купити для нашого будинку.
23. Я люблю займатися домашніми справами.
24. Я можу зробити ремонт і обробку квартири, лагодження побутової техніки.
25. Діти люблять грати зі мною, охоче спілкуються, йдуть на руки.
26. Я дуже люблю дітей і вмію з ними займатися.
27. Я брав би активну участь у вихованні своєї дитини, навіть якщо б ми з дружиною вирішили розлучитися.
28. Я прагну добитися свого місця в житті.
29. Я хочу стати хорошим фахівцем своєї справи.
30. Я пишаюся, коли мені доручають важку і відповідальну роботу.
31. Близькі та друзі часто звертаються до мене за порадою, допомогою і підтримкою.
32. Навколишні часто довіряють мені свої біди.
33. Я завжди щиро і з почуттям жалю втішаю і опікуюся потребують цього людей.
34. Мій настрій багато в чому залежить від того, як я виглядаю.
35. Я намагаюся носити той одяг, який мені йде.
36. Я прискіпливо ставлюся до крою костюма, фасону сорочки, кольором краватки.

Бланк для реєстрації відповідей

Дата _____

П.І.Б.

Стать

Вік

Освіта

Стаж подружнього життя

Кількість і вік дітей

№	Повністю згоден	Загалом, це вірно	Це не зовсім так	Це не вірно
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				

22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				
32				
33				
34				
35				
36				

Обробка отриманих результатів

Після виконання подружжям завдання відповіді чоловіка і дружини заносяться в таблицю «Консультаційне дослідження сімейних цінностей» (таблиця № 1).

Таблиця № 1

Шкала сімейних цінностей	№ твердження	Бал	№ твердження	Бал	Загальний показник (в балах)
Інтимно-сексуальна	1				
	2				
	3				
Особистісна ідентифікація чоловіком	4				
	5				
	6				

Господарсько-побутова	Очікування		Домагання		
	7		22		
	8		23		
	9		24		
Батьківсько-виховна	10		25		
	11		26		
	12		27		
Соціальна активність	13		28		
	14		29		
	15		30		
	=		=		
Емоційно-психотерапевтична	16		31		
	17		32		
	18		33		
Зовнішня привабливість	19		34		
	20		35		
	21		36		

Текст методики ділиться на 7 шкал сімейних цінностей. Бали за кожною шкалою сімейних цінностей підсумовуються окремо. За першими двома шкалами ці результати будуть підсумковими і переносяться в останній стовпець таблиці. Підсумкові бали інших п'яти шкал обчислюються як пів сума балів по під шкалам «очікування» і «домагання». Рольові очікування – це установка чоловіка і дружини на активне виконання партнером сімейних обов'язків, а рольові домагання – особиста готовність кожного з партнерів виконувати сімейні ролі. Відповіді оцінюються наступним чином:

- відповідь «Повністю згоден» оцінюється в 3 бали.
- відповідь «Загалом, це вірно» – 2 бали.
- відповідь «Це не зовсім так» – 1 бал.
- відповідь «Це невірно» – 0 балів.

Таким чином, мінімальний сумарний бал за шкалою становить 0 балів, максимальний підсумковий бал за шкалою – 9 балів.

- Низькі оцінки за шкалою – 0–3 бали;
- Середні оцінки за шкалою – 4–6 балів;
- Високі оцінки за шкалою – 7–9 балів.

Інтерпретація шкал сімейних цінностей:

1. Інтимно-сексуальна шкала (затвердження № 1–3) – шкала значущості сексуальних відносин в подружжі. Високі оцінки за шкалою означають, що чоловік (дружина) вважає сексуальну гармонію важливою умовою подружнього щастя, ставлення до чоловіка (жінки) істотно залежить від оцінки її (його) як сексуального партнера. Низькі оцінки за шкалою інтерпретуються як недооцінка сексуальних стосунків у шлюбі.

2. Шкала особистісної ідентифікації з чоловіком (дружиною) (затвердження № 4-6) – шкала, що відображає установку чоловіка (дружини) на особистісну ідентифікацію з шлюбним партнером: очікування спільності інтересів, потреб, ціннісних орієнтацій, способів проведення часу. Низькі оцінки за шкалою припускають установку на особисту автономію.

3. Господарсько-побутова шкала вимірює установку подружжя на реалізацію господарсько-побутової функції сім'ї. Ця шкала, як і всі наступні, має дві під шкали: «рольові очікування» і «рольові домагання». Під шкал «рольові очікування» (затвердження № 7-9) – оцінки розглядаються як ступінь очікування від партнера активного вирішення побутових питань. Чим вище оцінки за шкалою рольових очікувань, тим більше вимог пред'являє чоловік (дружина) до участі чоловіка в організації побуту, тим більше значення має господарсько-побутові вміння і навички партнера. Під шкал «рольові домагання» (затвердження № 22-24) відображає установки на власну активну участь у веденні домашнього господарства. Загальна оцінка за шкалою розглядається як оцінка чоловіком (дружиною) значущості побутової організації сім'ї.

4. Батьківсько-виховна шкала дозволяє судити про ставлення подружжя до своїх батьківських обов'язків. Під шкал рольових очікувань (затвердження № 10-12) показує вираженість установки чоловіка (дружини) на активну батьківську позицію шлюбного партнера. Під шкал рольових домагань (затвердження № 25-27) відображає орієнтації чоловіка (дружини) на власні обов'язки у вихованні дітей. Загальна оцінка шкали розглядається як показник значущості для чоловіка (дружини) батьківських функцій. Чим вище оцінка шкали, тим більшого значення надає чоловік (дружина) ролі батька (матері), тим більше він (вона) вважає батьківство основною цінністю, концентрує навколо себе життя сім'ї.

5. Шкала соціальної активності відображає установку на значимість зовнішньої соціальної активності (професійної, громадської)

для стабільності шлюбно-сімейних відносин. Під шкал «рольові очікування» (затвердження № 13-15) вимірює ступінь орієнтації чоловіка (дружини) на те, що шлюбний партнер повинен мати серйозні професійні інтереси, грати активну громадську роль. Під шкал «рольові домагання» (затвердження № 28-30) ілюструє вираженість власних професійних потреб чоловіка (дружини). Загальна оцінка шкали висловлює значимість поза сімейних інтересів для чоловіка (дружини), які є основними цінностями в процесі міжособистісної взаємодії подружжя.

6. Емоційно-психотерапевтична шкала висловлює установку на значимість емоційно-психотерапевтичної функції шлюбу. Під шкал «рольові очікування» (затвердження № 16-17) вимірює ступінь орієнтації чоловіка (дружини) на те, що шлюбний партнер візьме на себе роль емоційного лідера в родині в питаннях: корекція психологічного клімату в сім'ї, надання моральної та емоційної підтримки, створення «психотерапевтичної атмосфери». Під шкал «рольові домагання» (затвердження № 31-33) показує прагнення чоловіка (дружини) бути сімейним «психотерапевтом». Загальна оцінка шкали розглядається як показник значущості для чоловіка (дружини) взаємної моральної та емоційної підтримки членів сім'ї, орієнтації на шлюб як середовище, яке сприятиме психологічній розрядки і стабілізації.

7. Шкала зовнішньої привабливості відображає установку чоловіка (дружини) на значимість зовнішнього вигляду, його відповідність стандартам сучасної моди. Під шкал «рольові очікування» (затвердження № 19-21) відображає бажання чоловіка (дружини) мати зовні привабливого партнера. Під шкал «рольові домагання» (затвердження № 34-36) ілюструє установку на власну привабливість, прагнення модно і красиво одягатися. Загальна оцінка - показник орієнтації чоловіка (дружини) на сучасні зразки зовнішнього вигляду.

Обробка та аналіз результатів передбачає три етапи:

Аналіз індивідуальних показників шкали сімейних цінностей, рольових очікувань і домагань чоловіка (дружини). Проводиться на підставі підрахунку балів в таблиці «Консультаційне дослідження сімейних цінностей». В результаті підрахунку ми маємо дані, які:

- характеризують уявлення чоловіка (дружини) про ієрархію сімейних цінностей. Чим більше величина балу за шкалою сімейних цінностей, тим більш значуща для чоловіка (дружини) дана середу життєдіяльності сім'ї;
- відображають орієнтацію дружини (чоловіка) на активну рольова поведінка шлюбного партнера (рольові очікування) і на власну активну роль в сім'ї по реалізації сімейних функцій (рольові домагання).

2. Порівняльний аналіз уявлень про сімейні цінності і рольових установок чоловіка і дружини. Для цього необхідно скласти таблицю, за допомогою якої визначається ступінь узгодженості сімейних цінностей подружжя (таблиця № 2).

Узгодженість сімейних цінностей подружжя

Сімейні цінності	Інтимно-сексуальна	Особистісна ідентифікація	Господарсько-побутова	Батьківсько-виховна	Соціальна активність	Емоційно психотерапевт.	Зовнішня привабливість
ШСЦм							
ШСЦж							
ССЦ							

Примітка: ШСЦм і ШСЦж – показники за шкалами сімейних цінностей чоловіка і дружини відповідно, ССЦ – узгодженість сімейних цінностей подружжя.

Узгодженість сімейних цінностей характеризується різницею балів показників шкали сімейних цінностей чоловіка і шкали сімейних цінностей дружини. Чим менше різниця, тим більше узгодженість уявлень подружжя про найбільш значущих сферах життєдіяльності сім'ї. Різниця до 3 балів не викликатиме проблемних взаємин, а більше 3 балів свідчить про досить високий ступінь конфліктності подружжя.

3. Визначення ступеня рольової адекватності подружжя в п'яти сферах міжособистісної взаємодії в сім'ї (3-7 ШСЦ). Для цього необхідно скласти таблицю, в якій рольова адекватність чоловіка буде дорівнює різниці балів оцінок рольових домагань дружини і рольових очікувань чоловіка; відповідно, рольова адекватність дружини буде дорівнює різниці балів, що характеризують рольові домагання чоловіка і рольові очікування дружини (таблиця № 3). Чим менше різниця, тим більше рольова адекватність чоловіка (дружини), і, отже, орієнтації дружини (чоловіка) на особисте виконання певної функції відповідають установкам чоловіка (дружини) на активну роль шлюбного партнера в сім'ї.

Рольова адекватність подружньої пари

<i>Сімейні цінності</i>	<i>Рольові установки</i>		<i>РАм</i>	<i>Рольові установки</i>		<i>РАж</i>
	Пж	Ом	Пж-Ом	Пж	Ом	Пж-Ом
Господарсько-побутова						
Батьківсько-виховна						
Соціальна активність						
Емоційно-психотерапевтична						
Зовнішня привабливість						
			Σ РАм=			Σ РАж=

Примітка: рам – рольова адекватність чоловіка, раж – рольова адекватність дружини; Пм і ПШ – оцінки рольових домагань чоловіка і дружини відповідно; Ом і Ож – оцінки рольових очікувань чоловіка та дружини відповідно.

Аналізуючи ступінь узгодженості сімейних цінностей чоловіка і дружини, необхідно акцентувати увагу на тих сімейних цінностях, які характеризуються найменшим збігом, так як їх неузгодженість є однією з причин рольового невідповідності в подружній парі. Неузгодженість очікувань і домагань шлюбних партнерів є конфліктогенним чинником в родині.

ДОДАТОК Д

ОПИТУВАЛЬНИК ДЛЯ ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ТА СЕКСУАЛЬНО-ПОВЕДІНКОВОЇ АДАПТАЦІЇ ПОДРУЖНЬОЇ ПАРИ (Д. БУРТЯНСЬКИЙ, В. КРИШТАЛЬ)

До дружини (у) я відчуваю почуття:

1. Неприязні.
2. Звички і байдужості.
3. Любові та поваги.

Риси характеру дружини (чоловіка) відповідають моїм бажанням:

1. Не відповідають.
2. Частково.
3. Повністю.

Наявність відповідності світоглядів, переконань, морально-етичних та естетичних установок:

1. Невідповідність.
2. Часткове.
3. Повне.

Зовнішність чоловіка (дружини) відповідає моему ідеалу:

1. Не відповідає.
2. Частково.
3. Повністю.

Що є провідним у Вашій діяльності?

1. Потреба вільної творчості.
2. Моральне задоволення роботою.
3. Матеріально-побутові потреби.

У якій мірі діяльність чоловіка (дружини) відповідає Вашим бажанням?

1. Не відповідає.
2. Частково.
3. Повністю.

Цифрами від 1 до 5 вкажіть порядок, що відображає значимість вказаних нижче факторів:

1. питання, пов'язані з трудовою діяльністю.
2. Матеріально-побутова забезпеченість життя.
3. Культурні інтереси.
4. Статеве життя.
5. Хобі (індивідуальні захоплення).

У якій мірі зазначені вище фактори в поданні Вашої дружини відповідають Вашим власним?

1. Не відповідають.
2. Частково.
3. Повністю.

Інтелект чоловіка (дружини) відповідає Вашому:

1. Не відповідає.
2. Частково.
3. Повністю.

Чи є відповідність в характері проведення вільного часу у Вас і Вашої дружини (а)?

1. Невідповідність.
2. Частково.
3. Повністю.

Позначте знаком «+» або «-» відповідно у випадках позитивного чинегативного відносини до якостей. Вашого чоловіка (дружини) як: батька (матері), сім'янина (господині); працівника (працівниці), громадянина (громадянки).

У випадках негативного ставлення ступінь невідповідності слід позначити цифрою після знака «-», при частковому – 2, при повній невідповідності - 3.

Чи відповідає матеріально-побутове стан сім'ї Вашим запитам?

1. Не відповідає.
2. Частково.
3. Повністю.

Чи відповідає сексуальна поведінка чоловіка (дружини) в безпосередній підготовці до статевого акту тому, що Ви хотіли б?

1. Не відповідає.
2. Частково.
3. Повністю.

Чи відповідає сексуальна поведінка чоловіка (дружини) під час статевого зносин Вашим потребам (бажанням)?

1. Не відповідає.
2. Частково.
3. Повністю.

Чи відповідає сексуальна поведінка чоловіка (дружини) безпосередньо після зносин Вашим бажанням?

1. Не відповідає.
2. Частково.
3. Повністю.

Як впливає психологічна несумісність (якщо така є) між Вами і чоловіком (дружиною) на статеве життя?

1. Робить її неможливою.
2. Частково.
3. Не впливає.

Чи впливає сексуальна поведінка Вашого чоловіка (дружини) на ступінь Вашої статевої задоволеності?

1. Приводить до незадоволення.

2. Тільки знижує її.
3. Не впливає.

При використанні даної методики обстежуваному пропонується підкреслити один з трьох наведених в анкеті варіантів відповіді на 16 питань. Кожен з них передбачає отримання характеристики однієї із сторін соціально-психологічної та сексуально-поведінкової адаптації або дезадаптації.

Для більш повної і точної характеристики значущості кожного, хто входить в опитувальник факторів вони можуть оцінюватися за п'ятибальною симетричною шкалою від + 2 до - 2. Оцінка «+ 2» означає дуже значуще позитивний вплив фактора на психологічну адаптацію і сексуальну гармонію, «+1» - на невелику позитивну значимість даного чинника, «0» - відсутність практичної значимості фактора для психологічної адаптації та сексуальної гармонії, «-1» - невелику негативну значимість, «-2» - виражене негативне вплив фактора на психологічну адаптацію і сексуальну гармонію. Аналіз отриманих даних дає можливість уточнити чинники, що призвели до розвитку сексуальної дисгармонії подружньої пари, що є цінним підмогою для вибору найбільш раціональних методів її корекції. Зіставлення даних, отриманих у обох подружжя, дає наочне уявлення про наявність та вираженості невідповідностей в характері і тенденції подружжя, які призводять до розвитку подружньої дезадаптації.

Тетяна Семенчук, студентка факультету психології ВНУ імені Лесі Українки;

Раїса Федоренко, кандидат психологічних наук, доцент кафедри практичної психології та психодіагностики ВНУ імені Лесі Українки

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СЕКСУАЛЬНИХ ВЗАЄМИН НА РАННІЙ СТАДІЇ ФУНКЦІОНУВАННЯ СІМ'Ї

Розвиток та удосконалення аспектів культури шлюбних взаємин та культури сексу відіграє значну роль у становленні кожної особистості та її самоактуалізаційних процесів реалізації у житті. У ході онтогенезу людства шлюб і сексуальні стосунки мають тісний функціональний і символічний зв'язок, що потребує детального вивчення зі сторони психології для вирішення проблематичних питань цієї сфери людського буття. Сексуальна задоволеність на психологічному рівні привносить у шлюб відчуття єдності, близького контакту, бажаності, чесності з партнером та відчуття власної цінності. Проте соціологічно-культурні стереотипи щодо значущості сексуального досвіду подружжя задля власного задоволення, які базуються на застарілих культурно-релігійних догмах, на залишках ідеологічно-політичних переконань, можуть транслювати молодим парам деструктивні сценарії ставлення і поведінки до власної сексуальності та сексу в цілому. Психологія потребує збагачення знань про психологічні особливості взаємозв'язку якості шлюбу та сексуальних стосунків партнерів з різним життєвим циклом сім'ї. Оскільки сім'я є важливою функціональною системою суспільства в цілому, то збагачення знань про її функціонування надає можливість якісної психокорекції патогенних та деструктивних психологічних явищ, що покращить стан благополуччя подружньої пари

На думку В. Сисенко, розпад багатьох шлюбів обумовлений психологічною і сексуальною неосвіченістю подружжя, яка заважає знайти оптимальний контакт, уникнути конфлікту, адаптуватися до партнера. Характер сексуальних взаємин залежить від гармонії, психології двох статей,

сумісності сексуальних установок, поглядів партнерів, сексуальної обізнаності та рівнів сексуальної культури, відповідності сексуальних темпераментів [3].

Починаючи з давніх часів, люди завжди цікавились проблемами статі і сексуальних взаємин. Філософ Аристін був першим теоретиком гедонізму – концепції, згідно якої насолода, задоволення є головним благом і метою життя, основною рушійною силою людських вчинків. Гіппократ рахував, що статеве життя має велике значення для здоров'я і самопочуття людини. В світлі теорії З. Фрейда стає зрозумілою необхідність сексу не лише для продовження роду і періодичної розрядки, але й для задоволення всіх функціональних потреб особистості (в спілкуванні, самореалізації і ін.). Це означає, що сексуальність не можна розглядати поза особистістю, а особистість без урахування її сексуальних переживань [4].

М. Яффе і Е. Фенвік вважають сексуальну незадоволеність джерелом будь-якого внутрішнього конфлікту. Ерік Берн стверджує, що статеве відтворення – один із переважаючих засобів, сама важлива після виживання річ для кожного організму, який наділений статтю [2; 3].

В дослідженнях С. Голода, Р. Нойберта, К. Штарке підкреслюється, що благополуччя сім'ї на різних вікових етапах обумовлене не лише психологічною сумісністю, але й сексуальною відповідністю партнерів. С. Голод зауважує, що шлюб – це перш за все психологічний союз двох людей духовно близьких, з однаковими ідеалами, ціннісними орієнтаціями, людей з достатнім рівнем сексуальної сумісності [1; 4].

Гармонійність і відповідність потреб в інтимному спілкуванні одного партнера можливостям і потребам іншого являють собою основний зміст сексуальної сумісності. На думку Т. Буленко, сексуальна сумісність, як правило, є досяжною. Тому сексуальна незадоволеність подружжя в більшості випадків зумовлена сексуальною необізнаністю, несформованістю сексуальних вмінь, дією психологічних чинників, які не усвідомлюються. Це не означає, що міцність шлюбу залежить лише від біофізичної сумісності

чоловіка і жінки. Духовний світ людини не можна відірвати від статевого життя. Спільність інтересів, світогляду, взаємна любов і повага, психологічне співзвуччя не менше важливі в шлюбі, ніж статеве життя [3].

Сексуальна гармонія як складова частина адаптації молодого подружжя була предметом досліджень багатьох сексологів. На думку В. Кришталя, сексуальна гармонія подружньої пари – це взаємна соціально-психологічна, психологічна, сексуально-поведінкова і сексуально-фізіологічна адаптація подружжя, що характеризується відповідністю статевого потягу і статевої активності типом статевої конституції і темпераменту обох партнерів, що призводить до оптимальної сумачі їх еротичних відчуттів, оргазму і повному психосексуального задоволення [1].

Сексуальну дисгармонію (дисгамію) можна охарактеризувати як порушення сексуальної взаємодії в парі, яка викликає невдоволення партнерів існуючими інтимними взаєминами. Виникає в результаті недостатньої психологічної сумісності або фізичної привабливості партнерів, а також відсутності взаємоприйняттого сексуально-поведінкового стереотипу, що забезпечує адекватне задоволення їх статевих потреб [2].

На сьогодні спостерігається велика соціальна необхідність у дослідженнях з питань подальшої побудови сім'ї. Такі запити пов'язані зі значною кількістю дисгармонійних сімей, зростанням кількості розлучень, неадекватністю мотивів укладання шлюбних союзів, ранніх шлюбів, дітей, народжених поза шлюбним союзом і таких, що виховуються у неповних сім'ях, процесом поляризації віку вступу в шлюб, неузгодженості цінностей подружжя. Сімейні труднощі, що виникають унаслідок цього, неминуче ведуть до невротизації особистості, а також ослаблення авторитету традиційної сім'ї, масових розлучень, заміни сімейного виховання громадським. При цьому, як відомо, саме сім'я є первинною і необхідною умовою формування гармонійної особистості, і саме сім'я задає установки щодо подальшого влаштування особистого життя, взаємин з чоловіком і дітьми.

Отже, як засвідчують теоретичні положення і емпіричні дослідження, сумісність партнерів на різних рівнях (емоційному, сексуально-конституційному, ціннісному, гендерно-рольовому) має взаємно задовільняти індивідуальні потреби партнерів шлюбу для подальшого його існування. Гармонія існування між партнерами створює продуктивні умови переживання кризових етапів життєвого циклу подружнього життя.

Література

1. Ворнік Б. М., Кришталь Є. В. Сексологія і сексопатологія: підруч. 2-ге вид. ВСВ «Медицина», 2023. 631 с.
 2. Питлюк-Смеречинський О. Д. Психологія сексуальності. Київ: Ун-т «Україна», 2014. 202 с.
 3. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї: навч. посіб. Вид. 2-ге, змін. та доповн. Луцьк: Вежа-Друк, 2021. 480 с.
- Федоренко Р. П., Мушкевич М. І., Дучимінська Т. І., Магдисюк Л. І. Психологія молодії сім'ї: монографія. Вид. 2-ге, доповн. та змін. Луцьк: Вежа-Друк, 2020. 392 с.



Серія АС
№ 2024-5183

Волинський національний університет імені Лесі Українки
Факультет психології
Кафедра практичної психології та психодіагностики

СЕРТИФІКАТ

ОТРИМАЛА

Семенчук Тетяна,

учасниця XVI Міжнародної науково-практичної конференції
«ПСИХОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я, ОСВІТИ, НАУКИ
ТА САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ»

22-23 березня 2024 року, м. Луцьк
Вагальський обсяг годин – 54




Анатолій Црюсь