

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ДОНЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ВАСИЛЯ  
СТУСА

ДМИТРИЄВА МАРІЯ ОЛЕКСАНДРІВНА \_\_\_\_\_

Допускається до захисту:  
Завідувач кафедри психології,  
д.е.н, к.психол.н., професор  
\_\_\_\_\_ В.А. Оверчук

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 201\_ р.

**ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ НАРАТИВУ “СЕКСУАЛЬНІСТЬ” В  
ЦІННІСНО-СМИСЛОВІЙ СФЕРІ ШКОЛЯРІВ: АНАЛІЗ ДИСКУРСУ**

Спеціальність 053 Психологія

Кваліфікаційна (Магістерська) робота

Науковий керівник:  
Васюк К.М., доцент кафедри  
психології,  
к.психол.н., доцент

Оцінка: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_  
(бали за шкалою ECTS/за національною шкалою)

Голова ЕК: \_\_\_\_\_  
(підпис)

Вінниця-2021

## ЗМІСТ

ВСТУП.....	5
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПІДХОДІВ ДО ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ СЕКСУАЛЬНОСТІ ТА НАРАТИВУ “СЕКСУАЛЬНІСТЬ” В СТРУКТУРІ ЦІННІСНО-СМИСЛОВОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ.....	9
1.1 Аналіз теорії сексуальності в психологічній науці.....	9
1.2 Сексуальне здоров'я та розвиток сексуальності в підлітковому віці.....	17
1.3 Загальне поняття про наратив в психологічній науці.....	40
Висновок до розділу 1.....	45
РОЗДІЛ 2 МЕТОДОЛОГІЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ДОСЛІДЖЕННЯ НАРАТИВУ СЕКСУАЛЬНІСТЬ В СТРУКТУРІ ЦІННІСНО-СМИСЛОВОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКА.....	47
2.1 Опис етапів дослідження та вибірки.....	47
2.2 Опис методик дослідження наративу сексуальності.....	48
Висновок до розділу 2.....	52
РОЗДІЛ 3 АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ НАРАТИВУ СЕКСУАЛЬНІСТЬ В СТРУКТУРІ ЦІННІСНО-СМИСЛОВОЇ СФЕРИ ПІДЛІТКІВ.....	53
3.1 Аналіз результатів дослідження показників самоствавлення і самоусвідомлення як компонентів ціннісно-смиислової сфери підлітка....	53
3.2 Аналіз результатів дослідження наративу сексуальності у ціннісно-смисловій сфері підлітків.....	61
Висновок до розділу 3.....	69
ВИСНОВКИ.....	71
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	74
ДОДАТКИ.....	77

## АНОТАЦІЯ

**Дмитрієва М.О.** Особливості прояву наративу “сексуальність” в ціннісно-смысловій сфері школярів: аналіз дискурсу. Спеціальність 053 «Психологія», освітня програма «Психологічна реабілітація». Донецький національний університет імені Василя Стуса, Вінниця, 2021.

Магістерська робота присвячена дослідженню особливостей наявних у підлітків наративів, пов'язаних із темами “сексуальність”, “любов”, “секс” та їх взаємозв'язку з самоусвідомленням. Ця тема представляє інтерес для дослідження тому що на даний момент в Україні немає чіткого розуміння чи потрібна сексуальна освіта підліткам, і що саме підлітки вже розуміють, знають і як оцінюють тему сексуальності.

В даному дослідженні представлено теоретичний аналіз досліджень таких понять як “сексуальність”, “психосексуальний розвиток підлітків”, “залежність рівня самоусвідомлення та сексуальності”, “сексуально направлена поведінка”, “наратив”. Метою магістерської роботи є дослідження наративу “сексуальність”, а також суміжних понять “секс”, “любов” у підлітків, в структурі ціннісно-смысловій сфери. Здійснено аналіз особливостей прояву сексуально направленої поведінки в залежності від рівня самоусвідомленості, особливості психосексуального розвитку підлітків. Було висунуте припущення, що підлітки жіночої статі мають більш позитивні наративи у ціннісно-смысловій сфері у зв'язку з тим, що мають кращі показники самоусвідомленості і самоставлення, ніж підлітки чоловічої статі.

Емпіричним шляхом та статистичним аналізом даних було доведено наявність відмінностей між рівнем самоусвідомлення між хлопцями та дівчатами. Таким емпіричним шляхом було доведено наявність негативних наративів як у дівчат, так і у хлопців.

Ключові слова: підлітки, психосексуальний розвиток, сексуальність, секс, наратив, самовідношення



## SUMMARY

**Dmitrieva M.O** Peculiarities of the manifestation of the narrative "sexuality" in the value-semantic sphere of schoolchildren: analysis of discourse. Specialty 053 "Psychology", educational program "Psychological Rehabilitation". Vasyl Stus Donetsk National University, Vinnytsia, 2021.

The master's thesis is devoted to the study of the peculiarities of the narratives of adolescents related to the themes of "sexuality", "love", "sex" and their relationship with self-awareness. This topic is of interest for research because at the moment in Ukraine there is no clear understanding of whether adolescents need sex education, and that adolescents already understand, know and evaluate the topic of sexuality.

This study presents a theoretical analysis of research on such concepts as "sexuality", "psychosexual development of adolescents", "dependence of self-awareness and sexuality", "sexually oriented behavior", "narrative". The purpose of the master's thesis is to study the narrative of "sexuality", as well as related concepts of "sex", "love" in adolescents, in the structure of the value-semantic sphere. The analysis of features of manifestation of sexually directed behavior depending on the level of self-awareness, features of psychosexual development of teenagers is carried out. It has been suggested that female adolescents have more positive narratives in terms of value and meaning due to the fact that they have better self-awareness and self-esteem than male adolescents.

Empirically and statistical analysis of the data proved the differences between the level of self-awareness between boys and girls. In this empirical way, the presence of negative narratives in both girls and boys has been proven.

Key words: adolescents, psychosexual development, sexuality, sex, narrative, self-attitude

## ВСТУП

**Актуальність:** На даний момент поняття "сексуальність", а також безлічі понять пов'язаних з цим наративом, таких як "секс", "сексуальний акт", "здоровий секс", "сексуальні стосунки", "психологічно здорові відносини" вкрай спотворене через нестачу сексуальної освіти як в родині, що пов'язано з моральними засадами, не бажанням батьків обговорювати "незручну" тему і елементарним незнанням самих батьків, так і в навчальних закладах, де все ще не існує предмета, який би розкривав всі ці поняття і формував би здорове сприйняття даної теми. У більшості випадків вчителі зачіпають цю тема так обережно, не називаючи "небезпечних" слів, що не завжди зрозуміло про що говорить вчитель.

Потрібно, в першу чергу, визнати той факт, що підлітки знають таке слово як "секс", згідно дослідженню Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні [37], 66,8% опитаних заявляють, що набули сексуального досвіду після досягнення 15 років. 9,2% (майже кожен десятий) визнають як вік сексуального дебюту 12 років і молодше (12,1% юнаків та 3,5% дівчат) при тому, що середній вік одинадятикласника - 17-18 років.

Їм потрібно знати про те, з чим вони зіткнуться і яка в них за це відповідальність. Ми не можемо накладати санкції на підлітків за небажану вагітність, захворювання, проблеми фізичного і психічного характеру після невдалого сексу, при цьому табуючи цю тему і не розмовляючи з ними про здоровий секс, контрацепцію і т.д. Ось чому так важливо дослідити, як саме трактують це поняття самі підлітки, визначити їх розуміння сексуальності. Одним із дієвих засобів є аналіз їх висловлювань як відображення певних смислів, що вони вкладають в поняття "сексуальність". не дивлячись на актуальність теми, праць в даному питанні надто мало, що обумовило актуальність вибору теми дослідження.



**Метою** нашої роботи є дослідження наративу "сексуальність", а також суміжних понять "секс", "любов" у підлітків, в структурі ціннісно-сміслової сфери.

**Об'єктом** нашого дослідження є наратив сексуальність

**Предметом** дослідження є прояв наративу "сексуальність" в структурі ціннісно-сміслової сфери підлітків

**Гіпотезою** дослідження є припущення, що підлітки жіночої статі мають більш позитивні наративи у ціннісно-смісловій сфері у зв'язку з тим, що мають кращі показники самоусвідомленості і самоставлення, ніж підлітки чоловічої статі

#### **Завдання:**

1. Теоретичне дослідження наративів, їх структури і прояву у дискурсі особистості, а також технік їх аналізу.
2. Дослідження ціннісно-сміслових орієнтацій підлітків в сфері стосунків з протилежною статтю та сексуальності.
3. Дослідження наративів "сексуальність", "секс", "здорові сексуальні відносини", "психологічно здорові відносини" у підлітків
4. Створення курсу просвітницьких лекцій з метою формування позитивних наративів у підлітків

**Практична значущість** дослідження полягає у розробці плану просвітницьких і профілактичних заходів для формування позитивних ціннісно-сміслових установок у підлітків щодо проблеми сексуальності та спілкування з протилежною статтю.

**Новизна** дослідження полягає у уточненні наративу сексуальність у ціннісно-смісловій сфері сучасних підлітків та створення на основі виявлених результатів низки профілактичних заходів для формування позитивних уявлень підлітків про сексуальність.

**Методи:** Для всебічного дослідження даної теми нами був використані:

-теоретичні методи (аналіз наукової літератури, систематизація сучасних досліджень за темами "сексуальність", "здоровий секс", "сексуальна освіта")

-емпіричні методи (анкетування підлітків, тестування за допомогою тест опитувальника: “Тест-опитувальник самовідношення” Століна В.В., техніка незакінчених речень у авторській модифікації.

-інтерпретаційні методи (аналіз даних, статистична обробка даних за допомогою критерію Фішера та контентно-орієнтованого аналізу наративів)

### **Апробація.**

Результати дослідження були представлені у публікаціях

1. Міжнародний науковий журнал “ΛΟΓΟΣ.ONLINE”. Квітень 2020. Стаття на тему “Сексуальна просвіта” [38]
2. XLIII Міжнародній науково практичній конференції “Сучасні виклики та проблеми науки”. Квітень 2020 року. Частина 4. Стаття на тему “Аналіз моделей сексуального збудження. Виведення нової сучасної моделі”
3. XLIII Міжнародній науково практичній конференції “Сучасні виклики та проблеми науки”. Квітень 2020 року. Частина 4. Стаття на тему “Традиції народів, спрямовані проти жіночої сексуальності та свободи”.

### **Структура роботи**

Наша робота складається з трьох розділів, які включають:

1. теоретичний аналіз підходів до дослідження проблеми сексуальності та наративу "сексуальність" у структурі ціннісно-сміслової сфери особистості
2. методологічне обґрунтування дослідження наративу сексуальності у структурі ціннісно-сміслової сфери особистості підлітка
3. аналіз результатів емпіричного дослідження особливостей прояву наративу сексуальності у структурі ціннісно-сміслової сфери підлітків

Кожна тема містить підтеми, які більш докладно розкривають суть питання.

У нашій роботі також представлені схеми та таблиці, що ілюструють результати проведеного дослідження. Також наприкінці роботи присутній список використаної літератури та доповнення.

Кваліфікаційна магістерська робота складається з трьох розділів та підрозділів до них, висновків, списку використаних джерел з 49 найменувань та додатків. Робота містить в собі 16 таблиць, 8 рисунків. Загальний обсяг роботи 73 сторінки.





# РОЗДІЛ 1

## ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПІДХОДІВ ДО ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ СЕКСУАЛЬНОСТІ ТА НАРАТИВІВ В СТРУКТУРІ ЦІННІСНО-СМИСЛОВОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ

### 1.1 Аналіз теорії сексуальності в психологічній науці

На даний момент існує досить багато визначень поняття сексуальності. Давайте розглянемо кілька із них:

**Сексуальність** – характеристика сексуального потягу, сексуальних реакцій, сексуальної активності. [40]

Це визначення досить вузьке і розглядає сексуальність лише з погляду біологічно обумовленої активності, що не вважається досить повним визначенням. Подібний орієнтацій також відрізняється і таке визначення: Таким чином ми можемо розглянути таке визначення:

**Сексуальність** - в людини сукупність мотивацій, установок, поведінки та інших, спрямовану реалізацію статевого інстинкту. [42]

Таким чином ми можемо розглянути таке визначення:

**Сексуальність** - у це визначення входять усі сексуальні характеристики та сексуальна поведінка людей (Е. Гідденс)

Визначення Е. Гідденса вже враховує більш психологічний характер поняття сексуальність, але все ще подає його досить розмито.

Наступне визначення все ще дуже коротке і не дає повного уявлення про сексуальність, проте зачіпає дуже важливу тему комунікації людей через тіло та сексуальність, ця частина рідко зустрічається у визначеннях сексуальності, проте не менш важлива для розуміння самої суті явища.

**Сексуальність** можна розглядати як специфічну, психосоматичну мову тіла, як форму спочатку невербалізованої комунікації. (Левіт. 1978) [43]

**Сексуальність** як різновид поведінкової програми, без якої не обходиться жодна соціальна поведінка, визначає можливий тип сексуального партнера, що віддається перевагу, еротичні стимули, вимоги до місця, часу і ситуації статевого зближення, способи його обґрунтування та виправдання. (Н.Ю. Іванова) [45]

Своєю чергою Н.Ю. Іванова розглядає сексуальність набагато більш детально, приділяючи увагу багатьом психологічним і психологічно обумовленим моментам, які часто розглядаються як такі, що прямо належать до сексуальності, але є насправді важливими.

**Сексуальність** - задоволення, що не зводиться до задоволення тієї чи іншої фізіологічної потреби. [46]

Фрейд дає досить коротке, але практично нічого не говорить визначення сексуальності. Розглядаючи саму тему сексуальності неможливо згадати Фрейда, до того ж час його визначення дає розуміння чим є сексуальності, але нічого не дає натомість.

Отже можна сказати, що визначення Н.Ю. Іванової вважатимуться одне із найбільш широко розкритих понять.

На наш погляд, визначення поняття сексуальності могло б бути таким:

Сексуальність - це особливий прояв поведінки, який залежить як від біологічних, так і від психологічних особливостей даної конкретної людини, включає регулювання аспекту прояву сексуального інтересу до імовірних сексуальних партнерів і так само сигналізує про деяку зацікавленість у сексуальній взаємодії або увазі від інших людей.

Так як на даний момент тема сексуальності не є достатньо дослідженою, не існує головної моделі, якої всі дотримувалися б і вважалися правильною. Отже, давайте розглянемо наявні теорії:

- біологічна
- еволюційна Вігена Геодакяна
- психогідралічна теорія Альберта Молля



- модель подвійного контролю Еріка Янсена та Джона Бенкрофта
- теорія сексуального сценарію Джона Геньона та Вільяма Саймона
- концепція сексуального збудження Р. Уейлена
- сексуальна модель И.С.Кона
- теорія "карти кохання" Дж.Мані
- психоаналітична теорія Ференца, Фромма

Ми пропонуємо детальніше розглянути дані теорії:

Біологічна модель – у межах цієї моделі весь спектр сексуальності зводиться до біологічної проблематики. Людська сексуальність сприймається лише як фізіологічний прояв.

Це одна з тих теорій, яка розглядає людину в плані сексуальності скоріше як тварину, ніж як істота, що думає, мисли якої іноді сильно ускладнюють можливість діяти. Більш глибоко, але в тому ж напрямку сексуальність розглядається в наступній теорії:

Еволюційна модель Геодакяна

Найбільше В. Геодакян розглядатиме поведінкові особливості людей загалом, так згідно з однією з його теорій чоловіки краще справляються з новими завданнями, перевага яких новизна, а не якість, а жінки краще справляються із завданнями, пріоритет яких якість, а не новизна.

Однак, у його роботах також можна знайти згадку сексуальності. Його теорія базується на трьох передумовах:

1. Люди обирають партнера, керуючись природними стратегіями, що сформувалися в процесі еволюції (сформувалися на догоду природного відбору і для використання цих стратегій не потрібні усвідомлювані психологічні механізми)
2. У різних ситуаціях люди використовують різні стратегії вибору партнера. (вибираючи партнерів для коротких чи довгострокових відносин люди керуються різними стратегіями)



3. У процесі еволюції перед чоловіками і жінками під час виборів партнера стояли різні завдання, внаслідок чого вони сформувалися різні стратегії.

Ця теорія має своє обґрунтування, але на даний момент дедалі менша кількість фахівців прислухаються до біологічних та еволюційних теорій, що стосуються сексуальності, чим далі ми відходимо в часі, чим більше розвиваємося – тим менш застосовними виявляються ці теорії, які не враховують психологічних аспектів потягу.

#### Психодинамічна теорія

Ця теорія спирається на фрейдівське уявлення про лібідо (лібідо у теорії З. Фрейда - це бажання, пристрасть, потяг, що має на меті досягнення задоволення), проте, розроблена Альбертом Моллем, вона розглядає лібідо як основний мотив сексуальної активності та всієї статевої поведінки.

На відміну від минулих теорій, А. Молль розглядав саме психологічний аспект сексуальності та сексуального бажання, проте, не можна сказати, що абсолютно всім у людській сексуальній поведінці контролюється і підпорядковується лібідозної енергії. У 1996 році Лев Щеглов [28] виділив п'ятнадцять причин того, чому підлітки можуть вступати в статевий зв'язок, ці ж мотиви рівнозначні і для дорослих людей, і більшість з них ніяк не належать до сексуальності чи задоволення саме сексуальних бажань.

Модель подвійного контролю Еріка Янсена та Джона Бенкрофта, розроблена у 1990х в університеті А. Кінсі [24].

Згідно з принципами моделі подвійного контролю, збудження - це результат двох процесів: активація збудження та деактивація гальмування. Тому рівень сексуального збудження в кожний момент часу — результат того, наскільки активно стимулюється механізм збудження і як стимуляції отримує механізм придушення. А ще вкрай важливо, наскільки чутливі газ

і гальмо до одержуваної стимуляції. Системи сексуального збудження і придушення, SES і SIS, - це індивідуальні ознаки, властиві будь-якій людині і не дуже змінюються протягом життя. Але, як і характеристики інтроверту/екстраверту, вони по-різному проявляються у різних людей.

Ця теорія є однією з нових нових і принципово відрізняється від інших тим, що розглядає точковий, але важливий аспект "газу" і "гальма" в можливості людиною випробувати сексуальне бажання.

Інші теорії не піддають сумніву що в "нормальному" стані людині не складно збудитися, сприймають збудження як даність і відштовхуються від моменту після, в той час як ця теорія розглядає саме умовний момент "включення" програми "сексуальність" у нашій голові.

Модель сексуального сценарію Джона Геньона та Вільяма Саймона - це детермінована культурою та значною мірою неусвідомлена уявна схема, на основі якої люди організовують, осмислюють та оцінюють свою сексуальну поведінку. Сексуальний сценарій передбачає, хто, що, з ким, як і коли може чи не може сексуально робити.

Існують три типи або рівня сексуальних сценаріїв:

- 1) культурний - сукупність соціальних уявлень та норм, що регулюють сексуальну поведінку членів даного суспільства;
- 2) міжособистісний, що складається у процесі взаємодії конкретних індивідів,
- 3) індивідуальний, що охоплює сукупність специфічних для даної особистості та нерозривно пов'язаних з її образом Я еротичних потреб, мотивів та уподобань.

Хоча ці рівні ніколи не збігаються, вони завжди так чи інакше співвідносяться один з одним. Сексуальний сценарій як різновид поведінкової програми, без якої не обходиться жодна соціальна поведінка, визначає можливий тип сексуального партнера, якому віддається перевага, еротичні стимули, вимоги до місця, часу і ситуації статевого зближення і



способи його обґрунтування та виправдання. Знання сексуальних сценаріїв відповідних індивідів, пар та соціальних груп дозволяє досить точно передбачити їхню сексуальну поведінку.

Ця теорія як така цікава як і минула, оскільки розглядає сексуальність і сексуальне поведінка з принципово нової точки можливого сценарію, роблячи посилення життєві сценарії Еріка Берна.

Сама по собі теорія розглядає саме закономірність прийняття тих чи інших рішень, що не враховується в жодній з теорій до цього.

Р. Уейлен у своїй теорії став мотивувати сексуальну поведінку готовністю сексуально-еротично реагувати на сексуальну ситуацію.

Теорія Уейлена цікава тим, що вона розглядає такий же точковий аспект сексуальності як система SIS і SES, в якому сенсі вони навіть чимось схожі, проте Вейлен розглядає саму можливість того, що людина сприйматиме сексуальні стимули правильно і правильно на них реагуватиме. Відповідно до території виходить, що до цього людина просто не сприйматиме сексуально спрямовані подразники і правильно і їх ігноруватиме, або тлумачити неправильно.

І.С. Кон у своїй теорії стверджував, що сексуальна поведінка радикально змінюється в залежності від того, яким потребам вона відповідає. З такої позиції сексуальна активність переслідує досягнення таких цілей:

- Релаксації (розрядка статеві напруги)
- репродукції (дітонародження)
- рекреації (чуттєва насолода)
- пізнання (задоволення цікавості)
- комунікації (досягнення єдності між партнерами)
- сексуального самоствердження (перевірка себе чи доказ іншим власної сексуальної привабливості)



- досягнення позасексуального самоствердження (шлюб з розрахунку, підвищення соціального статусу, тощо)

- проведення ритуалу

- компенсації відсутності форм діяльності

- творення (еротичне мистецтво та література)

За інтимної близькості досягаються різні результати: з'являється потомство, виходить задоволення, досягається матеріальна вигода, задовольняється цікавість, заохочується уява.

Кон розглядає сексуальність з досить прагматичної погляду, розкриваючи досить багато мотивів, цю теорію вважатимуться однією з найважливіших у сексології оскільки вона говорить про мотиви і враховує відразу безліч різних аспектів і цілей, які можуть наслідувати люди, займаючись сексом. Саме завдяки своїй обширності ця теорія дуже зручна розуміння сексуальності.

Карта кохання - це концепція, створена сексологом Джоном Мані, яка розглядає образ або шаблон у мозку, що зображує ідеалізованого коханця та ідеалізовану програму сексуальної та еротичної активності, що проектується в образах або фактично бере участь у цьому коханці. Згідно з Мані, карти кохання не присутні при народженні, але починають розвиватися незабаром після цього і повністю виявляються після статевого дозрівання. Людина не може виявити деякі аспекти їх lovemap, поки не викликана відповідним досвідом (наприклад, використання порнографії) пізніше в житті. Карта кохання зазвичай досить специфічна щодо деталей фізіономії, статури, раси, кольору шкіри, темпераменту та манер ідеального коханця. Припускають, що любов схожа на тест чорнильними плямами, де з'єднання пари відбувається, якщо проекції (сформовані любовною картою людини) на один одного взаємні.

Моні проаналізував широкий спектр сексуальних уподобань та поведінки, використовуючи свою модель «карти кохання»:

1. Гетеросексуальні карти кохання - любовні карти, асоціативні стосовно людей протилежної статі.
2. Гомосексуальні карти кохання - любовні карти, асоційовані з людьми протилежної статі. тієї ж статі.
3. Зруйновані любовні карти - за словами Мані, це відбувається, коли процес відображення кохання травмується, наприклад, коли маленька дитина або піддається, або змушена брати участь у такій неналежній поведінці, як сексуальний зловживання, інцест або садомазохізм. Він стверджує, що така карта кохання зазвичай формується віком від п'яти до восьми років. Вандалізована карта кохання може бути парафільною або гіпосексуальною.
4. Парафільна карта кохання - коли хіть прив'язана до фантазій та практик, які соціально заборонені, засуджуються, висміюються чи караються. За словами Мані, це може бути результатом витіснення хтивості із «зруйнованої» області звичайної карти кохання після жорстокого поводження. Як альтернатива, Мані припускає, що парафільна карта любові могла виникнути з несексуального дитячого досвіду, який викликав генітальне збудження у дитини.

Теорія карт кохання Мані є так само цікавою тому, що як і кілька теорій вище, розглядає сексуальність з іншого боку. Ця теорія схожа деяким фундаментом і ідеї на модель сексуального сценарію, однак у них є суттєві відмінності.

Теорія Мані так само зачіпає моменти парафілій, що втрачають більшість теорій.

Психоаналітична теорія, представниками якої є Ференц та Фромм - розкриває сексуальність та сексуальний потяг як невід'ємну частину життя кожної людини, як ту вітальну (життєву) силу, яка штовхає людей і саму історію уперед.

Картина світосприйняття людини поділена на декілька ролей:



- сексуальний об'єкт
- сексуальна ціль
- сексуальний потяг

Таким чином усі три частини сексуальності склались в одну зрозумілу картину, яка пояснює механізм роботи. Сексуальний потяг дає людині внутрішній поштовх, підштовхує людину на дії, які призведуть до реалізації потягу, і ці дії направлені на сексуальний об'єкт - ту людину, на яку направлений потяг.

З часом теорія все більше спростовувалася тому що не мала достатнього підґрунтя і на даний час не вважається правильною.

Таким чином можна зробити висновок, що тема сексуальності ще не розглянута так детально, щоб мати можливість виділити якийсь один головний підхід до її повного розуміння. На даний момент є безліч теорій, які розглядають як і маленькі, точкові аспекти, так і крупний план сексуальності та поведінки людей загалом в умовах сексуальності та необхідності прояву себе в цьому плані.

На нашу думку, сексуальність повинна розглядатися одночасно з фізіологічного та психологічного аспектів одночасно так як сама по собі людина не може відокремити у собі ці аспекти.

## **1.2 Сексуальне здоров'я та розвиток сексуальності в підлітковому віці**

Таке явище як сексуальне здоров'я характеризується як комплекс взаємодіючих компонентів, таких як: психологічних, анатомо-фізіологічних, соціальних, соціально-психологічних, так і відсутність хворобливих змін у організмі людини. Все це забезпечує сексуальну поведінку людини.



В той самий час сексуальну поведінку ми розуміємо як складну систему сексуальних стосунків, які зумовлюють адаптацію людини до можливих сексуальних партнерів та гармонію в сексуальних стосунках, яка відповідає нормам соціальної та особистісної моралі.

Таким чином потрібно уточнити поняття сексуальної гармонії. Сексуальну гармонію ми будемо розуміти як вміння адаптувати свою поведінку до сексуальної поведінки партнера, що можливе за рахунок компенсації навіть у тих випадках, коли якийсь із компонентів сексуального здоров'я ослаблений.

Повертаючись до визначення сексуального здоров'я, як було сказано вище, сексуальне здоров'я базується на чотирьох компонентах, ми хочемо розібрати їх більш детально.

Психологічний аспект забезпечення сексуального здоров'я зумовлюється роллю індивідуально-психологічних відмінностей особистостей в розвитку сексуальності та психічних процесів.

Анатомо-фізіологічний аспект забезпечення сексуального здоров'я детермінується біологічними та генетичними чинниками і процесами, такими як: генетично запрограмовані спадкові особистості та процеси, проходження пренатального і постнатального розвитку та його перебіг, особливості функціонування кори головного мозку, підкіркових утворень та підбугір'я, рівень гормонів та зокрема загальний стан ендокринної системи.

Засвоєння суспільних сексуальних норм зумовлює забезпечення соціального сексуального здоров'я. Важливим фактором також є засвоєння культурних сексуальних норм, яке зумовлено присутньою сексуальною просвітою, вихованням, сексуальним досвідом та особистісними сексуальними потребами.

Вже на перших етапах психосексуального розвитку дитини починається становлення такого фактора як соціально психологічний аспект сексуального здоров'я.

Важливо звернути увагу на те, що на формування статевої самосвідомості впливають, у першу чергу, біологічні чинники, тоді як на формування психосексуальної орієнтації та статевої поведінки впливають більше присутні у житті дитини соціальні чинники (сексуальна просвіта, статеве виховання).

Під впливом багатьох соціально-зумовлених факторів формується статеві поведінка людини, її ставлення до статевого життя, відношення до потенційних партнерів, сценарії поведінки у різних сексуальних та навколосексуальних життєвих ситуаціях. Також на цей фактор людської сексуальності впливає соціалізація.

Сексуальна поведінка як окремий важливий соціальний аспект потребує більш детального пояснення. На формування сексуальної поведінки впливають такі фактори як: рівень культури прояву почуттів, рівень сексуальної культури суспільства, рівень сексуальної культури самої людини, яка залежить вже від індивідуально-психологічних особистостей людини, що зумовлює особливості переробки отриманої сексуальної інформації, та її інтерпретації, ефективність процесу навчання, вироблення, реалізації та закріплення рефлексивних зв'язків та стереотипу сексуальної поведінки.

Саме стереотип сексуальної поведінки зумовлює успішність або невдачі сексуальної соціалізації.

Сама по собі сексуальна поведінка є інтегральним комплексом взаємодіючих компонентів, таких як:

- психологічний
- біологічний
- соціальний



- соціально-психологічний

У сучасному суспільстві набагато більш значну роль грає саме соціально-психологічний аспект становлення сексуальної поведінки людини так як від біологічного впливу людина у більшій мірі позбавлена (можна сказати що на даний момент сексуальна поведінка є підражально-наслідуваною і не завжди за батьками, а скоріше за тими людьми, яких соцім вважає сексуальними і привабливими)

Тож, якщо з компонентами сексуальності ми визначили, потрібно наголосити саме на тих функціях, які виконує сексуальність у житті людини.

До функцій сексуальності людини відносять:

- репродуктивну
- гедонічну
- комунікативну

Превалювання тієї чи іншої функції у ціннісно-смысловій сфері людини визначає ставлення людини до сексуальної взаємодії з потенційними партнерами та партнерами в цілому.

Повертаючись до теми сексуального здоров'я, треба зазначити що це є комплекс взаємодіючих компонентів, зумовлюючих сексуальність у всіх її проявах, та який складаються у системну схему.

Системний підхід передбачає виділення складових процесу та з'єднання їх між собою у достатньо постійному, жорсткому зв'язку. Так, І.П. Павлов у 1927 році, говорячи про вивчення людини, уточнював: "Розкладання на частини, вивчення значення кожної частини, вивчення зв'язків частин, співвідношення з навколишнім середовищем і на цій підставі — розуміння загальної роботи системи і, по змозі, управління нею", також Павлов виділяв, що людський організм є надзвичайно саморегульованою системою "...що сама себе підтримує, направляє й навіть удосконалюється"



Поняття системності за Павловим корелює з розуміння такого людського утворення як сексуальність.

П.К. Анохін у своїх роботах виділяв поняття системи як комплекс вибірково залучених компонентів, взаємовідносини та взаємодія яких спрямовані на отримання корисного результату.

Розуміння сексуальності, та того, що взаємодія різних частин сексуальності породжує нові інтегральні зв'язки, які не є притаманними кожному з компонентів сексуальності по одному. Але подібна можлива інтеграція доводить єдність психологічної, соціальної та біологічної сутності сексуальності особистості.

Системний підхід також виділяє як важливу частину виокремлення системоутворювальних якостей, які визначають сексуальність та психосексуальний розвиток особистості.

Першою виділеною системоутворювальною частиною є статеві свідомість особистості - усвідомлення і розуміння своєї статевої приналежності себе та оточуючих. Таке саморозуміння та розуміння людей навколо зумовлене, у першу чергу, статевим диференціюванням мозку у пренатальний період та впливом мікросоціального середовища.

Другою виділеною частиною є статево рольова поведінка людини. Вона виявляється у формуванні стереотипу адекватної статевої ролі, що відповідає психофізіологічним та анатомічним особливостям людини. На відміну від саморозуміння, статево рольова поведінка формується за більшою частиною мікросоціальним середовищем дитини.

Третьою системоутворювальною ознакою є спрямованість статевого потягу, що також як і перша ознака, формується під впливом двох чинників - біологічного та мікросоціального

Ці три виділені системоутворювальні ознаки є тими частинами, які відповідають за формування психосексуального розвитку.

На ряду з цими трьома системоутвореними ознаками виділяють ще три:

- статевий потяг
- сексуальна збуджуваність
- сексуальна активність

Сексуальний потяг, що складається з таких планів як: платонічний, еротичний та лібідо, входять декілька компонентів: психологічний, нейрогуморальний, умовно-рефлекторний.

Сексуальна збуджуваність розуміється, у першу чергу, як швидкість перебігу сексуальних реакцій. Ця швидкість залежить від багатьох факторів таких як: темперамент особистості, типів нервової системи та статевої конституції, егоренності зовнішніх подразників та в цілому привабливості для людини сексуального життя.

Для того, щоб дати поняття і розуміння сексуальної активності, потрібно наголосити на такому терміні як статеву конституцію людини.

Статевою конституцією є розуміння того як часто у тої чи іншої людини виникає сексуальне бажання у чітко вимірюваному проміжку часу (частіше за все за одиницю часу беруть один тиждень). Виділяють три основні статеві конституції:

- Висока (потяг виникає кожний день)
- Середня (потяг виникає 2-3 рази на тиждень)
- Слабка (потяг виникає 1 раз на тиждень і рідше)

Таким чином, маючи розуміння про статеву конституцію, ми можемо дати поняття сексуальної активності.

Сексуальна активність вимірюється частотою сексуальних актів у вимірюваному сталому проміжку часу ті сексуальних реакцій.

На нашу думку також важливо більш детально розкрити такі складові сексуальності як сексуальна потреба, еротична поведінка, сексуальна настанова, сексуальна мотивація.

Сексуальна потреба - це стан, який створюється потребою в об'єктах, які потрібні для співіснування людини з особами, які представляють



сексуальний інтерес, правильно функціонування і розвитку. Ця потреба визначає також форми еротичною поведінки особистості.

Розуміння поняття сексуальною потреби штовхає нас до роз'яснення такого поняття як еротична поведінка. Під еротичною поведінкою розуміються способи вираження та форми сексуальності, які зумовлені культурними, соціальними та психологічними чинниками.

У свою чергу, сексуальна настанова розуміється як готовність людини до сексуальних дій. Виділяють декілька настанов:

- фалоцентрична (настанова на технічну частину сексуального акту)
- оргазмоцентрична (настанова на отримання психисексуального задоволення)
- екстазоцентрична (настанова на переживання багаторазового оргазму та екстазу)

Сексуальний екстаз - це граничний прояв вираження еротичного зв'язку між партнерами, який характеризується особливим психічним станом, близьким до короткострокового трансу, який частіше описують як "поза собою" чи "єднання з всесвітом".

Сексуальна мотивація - це внутрішні поштовхи, які виникають під впливом сукупності внутрішніх та зовнішніх умов, що викликають активність організму, та визначають спрямованість цього внутрішнього імпульсу на задоволення сексуальної потреби. На виникнення та прояв сексуальною мотивації впливають біофізіологічні, психологічні та соціальні чинники.

Говорячи про розвиток сексуальності, потрібно зазначити, що як сама сексуальність є недосконало вивченою, так і механізм становлення та розвитку сексуальності ще потребує детальнішого вивчення. Таким чином не можна говорити про те, що на даний момент є єдине правильне розуміння того яким чином, за якими механізмами розвивається

сексуальність у онтогенезі людини, але є теорії, які розкривають цей механізм з різних сторін.

#### Психодинамічна теорія

Психодинамічна теорія, амбасадором якої є Зигмунд Фрейд, розглядала процес становлення сексуальності швидше як її безпосередній розвиток від початку життя людини.

Зигмунд Фрейд виявив теорію про лібідо, сексуальний потенціал, з яким народжується кожна людина, і який у міру розвитку людини концентрується в геніталіях та еrogenних зонах.

Так само дана теорія не оминає той момент, що під час становлення лібідо можуть відбутися різноманітні зрушення, на які сильно впливає навколишнє середовище, психологічний стан самої людини, що в кінцевому підсумку, оскільки лібідо вважається в цій теорії основоположною вітальною (життєвою) енергією людини може викликати різні проблеми психіки широкого спектра.

У разі ж гармонійного та здорового становлення лібідо, а відповідно і психосексуального розвитку жінка та чоловік отримують можливість мати повні любові до гетеросексуальних відносин, які спрямовані на задоволенні репродуктивної функції людини.

Ця теорія, як і багато теорій, висунуті Зигмундом Фрейдом, згодом була піддана критиці і більше не вважається такою, що має наукове обґрунтування, однак, вона стала поштовхом для дослідження питання і розуміння його глибше [5].

#### Теорія обумовлення та соціального навчання Альберта Бандури

Ця теорія базується на дослідженнях, які довели, що тварини мають механізми, за допомогою яких переймають ті чи інші способи поведінки у своїх родичів.

Таким чином, виходячи з цього була вибита теорією про те, що людину та ж просто переймає способи мислення і поведінки в інших



представників свого виду, яких вона вважають гідними наслідування і з якими себе асоціюють. У той самий час перейняті методи події і поведінки закріплюються чи навпаки знищуються з допомогою поощрення чи покарання від соціуму. Отже відбувається регуляція поведінки популяції.

Ця теорія не враховує такий чинник як навичка статевого потягу.

Статеве потяг та її грані (хто подобається, який цей людини, як щодо нього виявляти зацікавленість тощо.) розглядається як і перейнята в соціуму особливість.

Таким чином можна дійти невтішного висновку, що це теорія розглядає лише малу частину сексуальності людини. Не можна заперечувати, що деякі прояви з часом піддаються соціальному та культурному впливу, проте, не можна сказати, що нічого не залежить від індивідуальних особливостей людини [5].

Когнітивна теорія (теорія розвитку)

Когнітивна теорія говорить про те, що величезний вплив на становлення людини надає соціальний вплив, який може впливати і на психосексуальний розвиток.

У разі так само можна дійти невтішного висновку, що це теорія не враховує психологічних особливостей людини, сприймає соціальні норми і установки.

Отже, можна сказати, що це теорія як і є цілісною з погляду цілісного розуміння механізму розвитку сексуальності людини.

Універсальна теоретична модель психосексуального розвитку людини

Джон Банкрофт 1990 року запропонував свою універсальну модель психосексуального розвитку. Так у рамках своєї теорії він запропонував розділити психосексуальний розвиток на три різні плани розвитку. У дитячому віці розвиток цих трьох планів проходить паралельно один з одним, при цьому ніяк не перетинаючи, тоді як у підлітковому та

юнацькому віці ці плани інтегруються між собою, що стає фундаментом для формування зрілої сексуальності.

До трьох планів психосексуального розвитку Банкрофт відносив:

1. Гендерну ідентичність (відчуття і розуміння своєї гендерної ідентичності відіграє ключову роль у сексуальному розвитку особистості. У дитячому віці у дитини формується базова ідентичність, але в підлітковому та юнацькому віці головна роль відводиться саме усвідомленню та розумінню своєї гендерної ідентичності)

2. Розуміння власної сексуальної орієнтації та сексуальні реакції (Розвиток даного плану найбільше проявляється в підлітковому віці, коли людині необхідно усвідомити яких сексуальних стимулах вона потребує, які сексуальні стимули їй цікаві і що вона вважає сексуальним, а що ні)

3. Здатність до близьких парних відносин (Цей план найбільш актуальний у період юності та ранньої дорослості, коли людина починає усвідомлювати можливість парного прояву сексуальності, можливості заводити довгострокові відносини з іншими людьми. Даний план може бути пройдений тільки в тому випадку, якщо людина вибрала дієву стратегію для того, щоб завести відносини та зрозуміти що в цьому контексті приваблює, а що ні)

На стадії коли три аспекти поєднуються воедино і процес розвитку відбувається паралельно і співзалежно, Банкрофт виділяє три інші значущі етапи:

1. Етап невизначеності: на цьому етапі діти починають усвідомлювати яку саме сексуальну поведінку від них очікують оточуючі

2. Стадія самовизначення: стадія, де вже дорослі діти починають розуміти яка вони сексуальна орієнтація, зіставляючи свої внутрішні відчуття з тим описом, що є у них у культурі/соціумі. На цьому етапі дуже багато залежить від того, наскільки гармонійно відбувається розвиток за трьома перерахованими планами. Невдале протікання розвитку цих планів



може призвести до неправильної ідентифікації сексуальної орієнтації, від цього залежатиме те, як поводитиметься людина в суспільстві і наскільки вона відповідатиме цьому суспільству. Якщо сексуальна орієнтація відповідає уявленням, яких, як знає підліток зі свого досвіду, дотримуються у соціальному середовищі, то виникають конфлікти та проблеми.

3. Стадія соціального визначення: на цій стадії внутрішнє самовідчуття оцінюється за критеріями, які є у суспільстві, де знаходиться людина. Оцінці також піддаються виділені до цього сексуальні бажання і шаблони реакцій. [5]

Сексуальність загалом та особливості її прояви розглядаються з охопленням усіх вікових категорій, починаючи з дитячої сексуальності та закінчуючи особливостями прояву сексуальності у довгожителів.

Наше дослідження зосереджено саме на дослідженні сексуальності підлітків з цього розглянемо лише ті категорії сексуального розвитку, які вже мали пройти наші респонденти або ще проходять.

Сексуальність у дитячому віці (0-1 рік)

Варто відразу ж помітити, що ще на узі багато лікарів помічають виражену ерекцію плодів чоловічої статі, яка померло з'являється на останніх місяцях вагітності.

Після пологів, іноді ще до обрізання пуповини, і у хлопчиків і дівчаток лікарі можуть спостерігати ознаки фізичного збудження (ерекція, зволоження взагалі ця та ерекція клітора), що є частим і нормальним проявом.

Мозок дитини пов'язує всі стимули негаразд, як це роблять дорослі люди. На етапі дитинства діти реагують фізичним збудженням все, що викликає в них задоволення і радість (годування, купання, відміна, обійми і т.д.). У той момент, коли координація немовлят досить сформована для того, щоб дотягнутися саме туди, куди хочеться – діти починають

стимулювати свої зовнішні статеві органи, що згодом, до третього чи четвертого, починає супроводжувати усмішкою та звуками задоволення.

Сексолог Елен Каплан писала про те, що "діти висловлюють радість при стимуляції їх статевих органів", в той же час Бекуїн помічав, що "діти виявляють сильне невдоволення якщо спробувати перервати їхню гру з геніталіями", так само він зазначав, що епізоди самостимуляції можуть повторювати кілька раз на день.

Дані показники однаково властиві як хлопчикам, і дівчатам цього віку.

На цій стадії для дитини дуже важливою є реакція батьків на подібні прояви сексуальності. Якщо дитина розумітиме що батькам це не подобається, вона відчуватиме деяку боязнь щодо свого стану збудження, що в майбутньому може стати проблемою при спілкуванні з потенційними партнерами. У той же час, якщо батьки адекватно реагують на прояви дитини - вона розуміє це як прийняття та схвалення її сексуальності.

#### Дитяча сексуальність (1 рік - 2 роки)

Дитинство є однією з незвіданих частин у полі досліджень сексуальності в першу чергу з етичних міркувань. На даний момент ми маємо опитування дорослих, на які не можна покладатися з двох причин:

- вони можуть бути недостовірними через те, що людина в цьому віці себе погано пам'ятає і складно аналізує ситуації, почуття та емоції, які тоді відчувала.

- вони можуть бути недостовірними через те, що деякі дорослі в спробі приховати свої спогади і здаватися "нормальним" недоводять/приховують правду.

Спроби провести опитування серед дітей, щоб з'ясувати відповіді на питання викликають велику бурю негативних емоцій з боку дорослого населення, яке бачить у цьому шкоду для своїх дітей.



Таким чином, на даний момент ми можемо розраховувати лише на недостовірну інформацію, що базується на, можливо, неправдивих відповідях дорослих людей і так само на даний, отримані в ході спостереження за поведінкою дітей у поселеннях аборигенів, у деяких із яких досі дозволені сексуальні ігри між дітьми

Важливо сказати що до появи теорій З. Фрейда дитяча сексуальність заперечувалася, але й після появи робіт основоположника психоаналізу, соціум став краще сприймати факт дитячої сексуальності.

Проблема полягає в тому, що дитяча сексуальність має негативну конотацію сама по собі через яскраву асоціацію сексуальності та позначення цього слова у дорослого населення та реального психологічного значення цього слова.

Сексуальність у даному контексті розглядається скоріше як щось, що має свої прояви, які можуть не вести і не мати на увазі будь-які сексуальні дії. У дітей це може звичайна взаємодія зі своїми геніталіями для того, щоб відчути спокій та комфорт (наприклад, перед сном).

Розуміння особливостей прояву сексуальності в дітей віком могло б допомогти батькам краще розуміти прояви своїх дітей, причини деяких їхніх дій і це допомогло б більш здорово сприймати деякі прояви.

Поки що тема дитячої психології розглядається як не етична, аморальна та гріхозна тема для досліджень.

Сексуальність у ранньому дитинстві (від 2 до 5 років)

До двох років або раніше більшість дітей уже починають ходити, говорити та розглядати себе. У цьому віці вони краще розуміють, що стимуляція статевих органів приносить задоволення і мастурбують, залишаючись одні, вони можуть використовувати для цього руки, подушки ляльок і т.п. Згодом просте розгляд переростає в гру в "лікаря" і в "я покажу тобі, а ти - мені".

До трьох років діти цілком добре усвідомлюють всю красу і задоволення від стимуляції геніталій, але при цьому не надають цьому якогось еротичного наповнення. У цьому віці батьки починають помічати і оцінювати (часто негативно) прояв сексуальності дитини, що може призвести до того, що дитина вважатиме свої геніталії і себе брудним та неправильним.

У цьому віці дитині потрібно пояснити, що не можна робити подібні експерименти перебуваючи десь у суспільстві, але при цьому в домашніх умовах дитині не потрібно забороняти проявляти свою сексуальність подібним чином (найкраще на таку поведінку просто не реагувати), а так само називати дитині всі частини його тіла однаково спокійні і своїми іменами.

У чотири роки діти стають більш спритними і бажаючими отримати відповіді на питання, вони активно запитують, звідки беруться діти і добре зчитують чи доставляють ці питання дискомфорт батькам чи ні.

У цьому віці дітям важливо почути чітку, зрозумілу, вичерпну відповідь. Для батьків важливо розуміти, що мислити абстрактно діти в цьому віці ще не вміють і всі сприймають у прямому розумінні. Якщо батьки розповідають своїм дітям казку про "тато посадив насіння" то діти уявляють, що десь там усередині у мами є ділянка землі, яку потрібно періодично прополювати і поливати, щоб росли діти.

До п'яти років діти йдуть у дитячий садок і там сексуальні ігри зменшують темп під наглядом дорослих вихователів, їм на зміну приходять жарти.

Діти в цьому віці вкрай швидко починають розуміти різницю між "звичайним" і "брудним" жартом і якщо батьки раніше не надали відомості про те, звідки беруться діти і що все це означає - їх навчальним матеріалом стануть "брудні" жарти, що призведе до того, що діти асоціюватимуть секс із чимось брудним.



### Сексуальність у молодшому шкільному віці (6-7 років)

У цьому віці діти вже добре розуміють, які є відмінності у хлопчиків і дівчаток і вже чудово розуміють, що показувати свої геніталії на людях не гарно. Це той вік, коли діти починають грати у приховані сексуальні ігри у гетеросексуальних та гомосексуальних об'єднаннях.

І ті й інші об'єднання не говорять про сексуальні уподобання дитини та є нормальною частиною сексуального розвитку дитини.

Іноді такі ігри можуть супроводжуватися грою в секс і самі по собі подібні ігри не несуть у собі будь-якої небезпеки. Найбільшу небезпеку на цій стадії несуть подвійні стандарти та реакція, яка виходить від батьків.

Якщо говорити про подвійні стандарти, то хлопчикам не особливо дозволяють грати в такі ігри, але й не особливо забороняють, у настанови для хлопчиків їсть деяке потурання, начебто "можна поки що ніхто не бачить". Дівчаток суворо налаштовують у такі ігри не грати, особливо з хлопчиками.

Таким чином у дітей і формується культура сексуального насильства - хлопчикам можна, але поки що ніхто не бачить, а дівчаткам взагалі ні за яких обставин не можна.

Також велику роль відіграє те, як батьки реагують на подібні ігри. Для дитини це все ще звичайнісінька гра і нічого такого в ній немає, в той же час для батька вся ігор підсвічена червоним небезпечним "сексом" і слідує реакція покарання. Дівчаток карають більше, ніж хлопчиків, але в будь-якому випадку покарання дістається кожному.

Це формує в дітей віком негативне ставлення до будь-яких подібних проявів, що у майбутньому веде до утрудненому прояву сексуальності у зрілому віці.

### Сексуальність у середньому шкільному віці (8-12 років)

У цьому віці діти чудово розуміють еротичний підтекст всіх дій з геніталіями, багато хто починає з цікавості експериментувати, що іноді витікає в перші сексуальні зв'язки.

У цьому віці дітьми рухає бажання дізнатися про те, що від них приховують, спробувати те, що забороняють і якщо хтось із дорослих про це дізнається - подивитися на реакцію і на те, як вони зможуть виплутатися з цієї ситуації.

Кінзі, провівши свої дослідження, стверджував, що лише 45% дорослих жінок та 57% чоловіків згадують про участь у тих чи інших сексуальних іграх у приблизно дванадцятирічному віці.

Згодом ці цифри збільшилися під час повторного дослідження цієї теми: 61% опитаних студентів коледжів повідомили про наявність того чи іншого досвіду сексуальних відносин з іншими дітьми до дванадцятирічного віку.

Повертаючись до головної теми нашого дослідження, хочемо розглянути найголовніші моделі розуміння психосексуального розвитку під час пубертатного періоду.

Психосексуальний розвиток у пубертатному періоді за Зигмундом Фрейдом.

Фрейд вважав що під час пубертатного періоду настає остання стадія психосексуального розвитку, саме - генітальна. На цій стадії, яка триває від пубертатного періоду і до смерті, лібідо встановлюється в геніталіях і залишається там, це ступити статевої зрілості людини, на якій він готовий завести сексуальні відносини з партнером.

На початку цієї стадії в організмі людини відбуваються біохімічні та психологічні зміни (геніталії досягають свого повного розвитку, а завдяки викиду гормонів ендокринною системою – починають з'являтися вторинні статеві ознаки).



Фрейд вважав, що саме на цій стадії свого розвитку людина в повній мірі задовольняє свої фізіологічні потреби в сексі. Так само згідно з Фрейдом, у цей період більшість підлітків проходять "гомосексуальну" стадію - стадію сексуального тяжіння до людей своєї статі, яка чимось схожа з переживанням Едіпового комплексу або комплексу Електри, однак згодом ця фаза становлення проходить і людина знову повертається до гетеросексуальної реальності.

Таким чином можна зробити висновок про те, що Фрейд розглядав цю частину життя людини як повний дивовижних відкриттів та задоволень час, який покликаний якнайповніше познайомити людину зі світом сексуальних задоволень.

Варто зауважити, що ця теорія дещо відірвана від життя і не враховує індивідуальних особливостей людей культурних особливостей і сильного соціального впливу на цю сферу життя. Що робить цю теорію дещо неспроможною на наш погляд.

Психологічні аспекти сексуальності у пубертатному періоді

Пубертатний період є одним із найскладніших періодів людського розвитку. Психіка людини у цьому періоді вкрай стійка, неї виявляється як внутрішній тиск від безлічі протиріч і зовнішній тиск і необхідність усвідомлення своєї економічної залежності і неможливості брати він дорослі ролі.

На цьому тлі сексуальна сфера так само страждає. У цьому періоді людині потрібно швидко подолати відстань від романтичного розуміння стосунків до зрілої статевої свідомості, пройшовши через фазу засліплення сексуальним бажанням та фіксацією на геніталіях.

У цей період у психіці людини відбувається велика кількість змін, таких як становлення та розуміння себе як особистості, первинна сепарація від батьків та розуміння себе як окремої особистості, спілкування з

однолітками стає в рази важливішим, ніж з батьками, відповідно і вектор важливості думок оточуючих змінюється з батьків на одногдок.

У цей період збільшується почуття самотності, незрозумілості, неприйнятності, бажання подобається одноліткам, бути зрозумілим і визнаним.

У цей час стає вкрай важливим як людина виглядає. Юнаки і дівчата порівнюють себе з іншими, інших один з одним, себе зі знаменитостями і нерідко доходять висновку, що вони мало красиві. Підлітки, які розвиваються повільніше, ніж інші відчують деякий сором за це, бояться того, що над ними почнуть сміятися і намагаються уникати тих місць і ситуацій, при яких вони можуть виглядати погано в очах важливих для них оточуючих.

У той самий час, з урахуванням всіх чинників відбуватиметься остаточне становлення і розуміння своєї сексуальної орієнтації, свого шаблонного сексуального поведінки й вибір еталонного стилю поведінки з партнерами та власної подачі перед суспільством.

Зроблений вибір у цьому випадку дуже залежить від того, яка в людини думка про себе, про своє тіло, що вона в собі приймає, а що ні. Саме від самооцінки багато в чому залежатиме вибір того чи іншого стилю поведінки.

Частина психосексуального розвитку в цьому періоді є бажання знову познайомитися ближче зі своїм тілом, розглянути його краще, дізнатися, де і що знаходиться. наскільки воно чутливе і які наслідки будуть від стимуляції. І юнака, і дівчата в цей період життя експериментують зі своїм тілом, що є нормальною, здоровою частиною дорослішання.

Сексуальна активність у цьому віці так само зрозуміла, а страшна ще більшою мірою ніж раніше, тому що тепер домішується невпевненість у собі, почуття самотності та незрозумілості, нерозуміння що треба робити. У дівчаток це ще й негативна оцінка їхніх дій.



Секс для підлітків у цьому віці часто стає можливістю відчувати себе зрозумілим, прийнятим та коханим, відчувати все те, чого їм не вистачає.

Таким чином можна сказати, що до особливостей психосексуального розвитку підлітків відноситься:

- Ретельне вивчення себе
- остаточне складання шаблонної еротичної поведінки
- Вибір еталонної еротичної поведінки
- Іноді, початок сексуальних відносин, причиною яких, найчастіше стають інтерес і почуття самотності.

І весь цей процес обтяжує велику кількість біохімічних та фізіологічних змін в організмі.

Теорія пізнання у процесі розвитку (когнітивна теорія розвитку Мастерса і Джонсон).

Відповідно до цієї теорії, статевая самоідентифікація формується паралельно до інтелектуального розвитку дитини.

Маленькі діти мають вкрай спрощене уявлення про те, що відбувається навколо і де вони знаходяться, що це за світ. Трирічна дитина вірить, що в телевізорі сидить справжній дядько, а щоб чоловікові перетворитися на жінку достатньо надіти перуку або сукню. Якщо спитати трирічну дівчинку, ким вона хоче стати, коли виросте, можна отримати у відповідь: "татом".

Тільки у віці п'яти - шести років, коли діти переконуються у сталості статевої приналежності, вони починають стійко ідентифікувати себе з істотами тієї чи іншої статі. Спостерігаючи за дорослими, вони роблять висновок, що чоловікам та жінкам властивий різний тип поведінки.

Теорія пізнання у процесі розвитку, на відміну теорії навчання, передбачає, що дитина імітує поведінку дорослих не заради нагороди, а щоб здобуття права відчувати себе істотою тієї чи іншої статі. [25]

## Універсальна модель психосексуального розвитку

Джон Банкрофт запропонував до використання універсальну теорію психосексуального розвитку, яка враховує стадії фізичного та психічного розвитку. В її основі є три напрямки, що становлять основу розвитку будь-якої людини.

### 1. Гендерна ідентичність.

Розуміння своєї власної гендерної власності грає вирішальну роль сексуальному розвитку. У дитинстві формується базова ідентичність, а в юнацькому віці – сексуальна поведінка. У цей момент у людини виникає чітке розуміння, що вона є чоловіком, жінкою, а-гендером і т.д.

### 2. Сексуальна реакція та розуміння власної сексуальної орієнтації.

У пубертатний період відбувається безліч змін, як фізичних, так і емоційних, зростає усвідомлення сексуального збудження та потреби у сексуально збуджуючих стимулах. Усвідомлення цих потреб та реакцій допомагає індивіду зрозуміти, що саме особисто він вважає сексуальним.

### 3. Здатність до близьких парних відносин.

У період юності та ранньої дорослості люди усвідомлюють свою сексуальність у контексті двосторонніх чи парних стосунків. Надалі сексуальний розвиток залежить від того, наскільки вдалим виявився вибраний індивідом підхід до парних відносин.

Сексуальний розвиток має на увазі також формування адекватного розуміння своєї сексуальної орієнтації.

Таким чином виходить що психосексуальний розвиток включає 3 етапи:

1. Етап невизначеності (стадія початку розуміння яка саме сексуальна поведінка від них очікують, так само формування цього розуміння чого очікують інші супроводжується тиском з боку інших людей)

2. Етап визначення сексуальності.



3.Етап соціального визначення (на цій стадії відбувається остаточне визначення сексуальної орієнтації)[5].

Повертаючись до теми підлітків, ми говоримо про те, що підліткова сексуальність та її прояви тісно пов'язані з комунікативними навичками самого підлітка, які диктуються його особливостями психі, які, у свою чергу, резуюються та виявляються тією чи іншою мірою та формою, залежно від самоусвідомлення підлітка, його самовідчуття у цьому світі.

Так само варто говорити про те, що переваги і стиль сексуально спрямованої поведінки, які так само формуються в підлітковому віці, піддаються сильним змінам, якщо у підлітка низька самооцінка, що диктує стиль поведінки, низький рівень самоприйняття, що часто виливається в аб'юзивні відносини, низький самоцікавість який не дає можливості підлітку зрозуміти які саме сексуальні стимули для нього є релевантними, де його межі і як з ним поводитися можна, а як не можна.

Виходячи з усього вище сказаного, можна говорити про те, що самоусвідомлення та його складові грають найважливішу роль у здоровому та правильному формуванні підлітком свого уявлення про себе в сексуальному плані.

Розглядаючи тему взаємозв'язку самоусвідомлення і сексуальності, ми вважаємо за потрібне розглянути і негативні приклади, частина з яких ми торкнулися раніше.

Варто уточнити, що самоусвідомлення з'являється лише тоді, коли підлітку стає цікавим його внутрішній світ, його власні емоції, почуття, мотиви та позиція. У разі коли в підлітка сформована негативна установка себе, його самоусвідомлення як і виходити з негативних установок.

Таким чином, виходить формування негативного, неправдивого самоусвідомлення, що веде до прагнення підлітком знайти підтвердження чи спростування.

У таких випадках ця мотивація і сексуальність, що розвивається, штовхають підлітка знайти відповіді на свої питання в романтично і сексуальних відносинах. Підлітки шукають компенсацію батьківської уваги, нових емоцій, іноді спокою.

Таким чином, секс у підлітків починає перебувати негативну мотивацію, яку Лев Щеглов в одній зі своїх розділів на:

- Секс "на зло";
- Секс як оплата;
- Секс як втеча з реальності;
- Секс як автограф;
- Секс як агресія;
- Секс як спорт;
- Секс для престижу.

Секс "на зло" властивий підліткам, які виростають у сім'ях, де сексуальність під великою забороною та в період психосексуального розвитку та підвищеного інтересу до теми підлітки "на зло" починають активні дослідницькі дії. Така мотивація частіше зустрічається у дівчат підлітків, ніж у хлопчиків.

Секс як оплата найчастіше стає мотивом для тих підлітків, у яких склалося негативне самовідчуття і їм потрібний хтось, хто оцінював би їх по-іншому, за це вони розплачуються сексом.

Для підлітків секс так само ставиться можливістю відходу з реальності, можливість ніколи не думати про те, як вони себе оцінюють, яка у них мотивація і що з цим робити.

Секс як автограф, секс як спорт у разі підлітків схожі - в даному випадку секс є проявом прихованої невпевненості, бажання епатувати на резонансній темі серед інших підлітків.

Секс як агресія зустрічається і у чоловіків, і у жінок і виявляється у бажанні виплеснути через секс негативні емоції на партнера. Цей вид



мотивації так само набрав популярності через романтизацію цього виду прояву себе в поп культурі та порно.

Секс для престижу ще одна можливість епатувати на сексуальній темі, але якщо в першому випадку підлітком хоче прикрити невпевненість і залишити гарне враження, в даному випадку мотивація стає бажання "не відрізнятись" від натовпу, бо страшно.

Таким чином, ми можемо говорити про те, що сформоване в згубному середовищі самовідносини самоусвідомлення може вести до формування негативної сексуальної мотивації і навіть до заподіяння свідомої шкоди через сексуальні відносини з будь-ким

Більше того, якщо ми говоримо про негативне самоусвідомлення і наслідки цього в житті підлітка, варто говорити про те, що саме в цій ситуації у підлітка з'являється установка "я це заслужив" або "більшого я не заслуговую". Сама по собі ця установка веде до того, що підліток:

- Не може вступати в адекватні взаємини оскільки вони здаються йому не правильними і в них відчувається не затишно;
- не може або не вважає за потрібне говорити про виявлене насильство у свій бік
- не може або не вважає за потрібне говорити про пережите сексуальне насильство або спроба насильства

Саме наслідки, які підліток переживає через негативне самоусвідомлення, призводять до формування ще більш негативного досвіду, ще нижчої самооцінки та ще меншої можливості налагодити свої стосунки, вивести на здорові.

Популярним це так само стає через те, що в гонитві за прийняття і пристижем підлітки можуть копіювати сексуально спрямовану поведінку, яке не своє дивно для їх особистого самовідчуття, починаючи переймати не властиві патерни поведінки, підросте змінює і своє самоусвідомлення, штучно роблячи його менш сприятливим для себе.

### 1.3 Загальне поняття про наратив в психологічній науці

Дослідження наративів необхідне і є найважливішою частиною у розумінні того, що саме думають люди про ті чи інші речі у світі.

Найкраще можна зрозуміти як саме людина розуміє ті чи інші явища у світі, це можливо із психолінгвістичного аналізу наративів.

Наратив - це поняття, що фіксує спосіб буття оповідального тексту, в якому свідомість та мова, буття та час, людина і світ виявляються тісно взаємопов'язаними [9].

Дане визначення є досить повним, проте, в ньому все ж таки не вистачає деякої конкретики про те, що наратив передбачає повну карту бачення світу.

Дослідження наративів буквально дозволяє подивитися на світ очима іншої людини, іноді зробити висновки про неї, її оточення в цілому та іноді окремі дрібні деталі з життя.

Наратив - це взаємовідносини між розповіддю-наративом і життям, що розглядається як виявлення специфічно наративних способів осмислення світу і, більше того, як особлива форма існування людини, як властивий тільки йому модус буття [31].

На відміну від минулої теорії, ця саме говорить про можливість "бачити чужими очима", що з погляду психології вкрай важлива частина наративу.

Наратив – у психології - уявлення, які склалися у клієнта про себе та своє життя.

На відміну від безлічі визначень - це - максимально лаконічний і ємний, але від цього воно не втрачає свого значення. Ми хотіли б виділити саме це визначення як одне з найкращих, що показують суть наратива як інструменту і явища.



Наратив - культурна основа для оформлення психічного розвитку та персональної ідентичності. (Дональд Полкінхорн)

Мінімальне визначення наративу було дано ще Барбарою Х. Сміт, яке звучало таким чином: «Хтось розповідає комусь, що щось сталося»

Так само в рамках теоретичного вивчення питання ми вважаємо за важливе дати визначення напрямку "наративна психотерапія".

Наративна психотерапія (від англ. narrative - історія, оповідання) – створений у 80-х роках ХХ століття психотерапевтичний метод, основною одиницею аналізу в якому є наратив. У ході наративної бесіди з психотерапевтом або психологом консультантом змінюється набір знань, які людина використовує для інтерпретації свого досвіду, а отже, змінюються сам досвід і домінуюча історія. Засновниками напрямку є Майкл Уайт та Девід Епстон [44].

Т. Сарбін визначає дисциплінарну область наративної психології як «розказану природу людської поведінки», де люди звертаються до свого досвіду та впорядковують його за допомогою своїх та чужих історій (Sarbin, 1986).

До основних функцій наративів зараз відносять такі як:

- Культурна технологія виробництва сенсу;
- Форма розуміння;
- форма соціальної взаємодії;
- Спосіб переживання часу;
- форма організації та переживання події;
- Інструмент упорядкування досвіду,
- Інструмент структурування пам'яті та регулярної реконструкції пам'яті;
- Інструмент конструювання ідентичності;
- Спосіб трансляції соціального знання;
- форма самопрезентації [15].

Таким чином, на даному етапі важливо виділити що таке наративний аналіз.

Наративний аналіз – це «якісний метод дослідження, спрямований на інтерпретацію оповідання який приділяє особливу увагу тимчасовій послідовності, яку встановлюють люди як оповідачі про своє життя та навколишні події» (О.А. Леонтович)

Предметом дослідження в наративному аналізі називають «розказану історію, або розповідь, з погляду способів упорядкування досвіду в послідовний ланцюг подій» (Пузанова, Троцук, 2003)

Провідним інструментом наративного аналізу є інтерпретація. (Е.Р. Ярська-Смирнова 1997)

Якщо спиратися на теорію наративу, то виділяють два провідні підходи до аналізу наративу:

1.синтагматичний (заснований на роботах В. Проппа (1928) – послідовність розвитку наративного сюжету, з акцентом на ланцюжок дій та подій, теми та мотиви;

2.парадигматичний (сходить до ідей К. Леві-Стросса (1963) – вибір стилістичних засобів, що оформляють наратив та прагматичні риси соціального та культурного контексту.

Також (Терехова, Малахаєва, 2015) виділяють такі підходи до аналізу наратива:

1.контенто-орієнтований (спрямований на прояснення прихованого змісту: сенсу історії чи її частин, прояв мотивів, особливостей оповідача)

2.формальний наративний аналіз (вивчення структури сюжету, послідовності подій, їх тимчасового співвідношення, стилю наративу)

Подивитися більш детально на наратив дозволяє концепція К. Ріссмана (2005):

1. тематичний аналіз - увага до того, що говориться, а не тому, як то кажуть;



2. структурний аналіз - увага до того, як ведеться оповідання, механізму наративу;

3. інтеракційний аналіз – розгляд діалогу між оповідачем і слухачем та спільне творіння смислів;

4. перформативний аналіз – дослідження наратива як дії та процесу; розглядаються комунікативні засоби (слова, жести, знаки тощо) для донесення змісту історії.

У цій типології можна знайти розв'язання завдань з вивчення невербальних оповідань [10].

При дослідженні наративів дуже важливо розуміти, що наративна психологія базується на важливих та специфічних підходах, які не схожі на інші методи психологічного дослідження.

Так у наративної психології виокремлю ландшафти наративів "про себе".

А. Геймас виділяв два основні ландшафти:

- ландшафт дії (розповідь про те, що людина робить)
- ландшафт свідомостей (розповідь у тому, що людина відчуває, що думає, що згадує)

Брунер у разі ландшафтів наративів дотримується думки про те, що вкрай важливо коли наратив "про себе" розвивається одночасно у двох цих ландшафтах, що дає глибше і точніше розуміння. Так само подібний одночасний розвиток дає можливість зрозуміти яке місце сама людина займає у своїх наративах.

При інтерпретації наративів "про себе" і "про себе" важливо звертати увагу на присутніх у розповіді героїв. Коли людина може говорити від себе як "Я", а може примикати до введення в оповідання ще одного або кількох героїв, які допомагатимуть йому почуватися безпечніше і органічніше при вираженні своїх почуттів, переживань та емоцій.

В даному випадку, говорячи про персонажів варто приділити увагу досліднику В. Проппу, який аналізував казки та виділив постійні послідовності в освіті та змінні.

До постійних відносяться функції дійових осіб та їх послідовність. Під функцією В. Пропп розуміє дію персонажа з погляду його відношення для перебігу дії. Також функції логічно поєднуються по колах дій персонажів.





## Висновок до розділу 1.

Таким чином у першій частині ми детально розібрали поняття сексуальності, розглядаючи різні теорії та дійшли висновку, що на даний момент, на жаль, не можна виділити одну вичерпну теорію, яка б повністю, з урахуванням усіх психологічних, біологічних та інших особливостей розкривала суть цього явища. На даний момент ми можемо скласти більш-менш повну картину та розуміння людської сексуальності, враховуючи одночасно кілька теорій та розглядаючи питання відразу з кількох сторін.

Так само в цьому розділі ми вивчили поняття сексуального здоров'я і розглянули кілька теорій психосексуального розвитку підлітків, що навіть нам розуміння складності перебігу становлення та розвитку сексуальності, тієї крихкості, якою володіє цей процес і як багато змінних можуть вплинути на розвиток.

У рамках нашого дослідження ми також розглянули поняття нарратива та основних супутніх понять.

Дані теоретичні основи допоможуть нам краще і якісніше розібратися в тому, що саме і яким чином ми повинні досліджувати і на що звертати увагу.

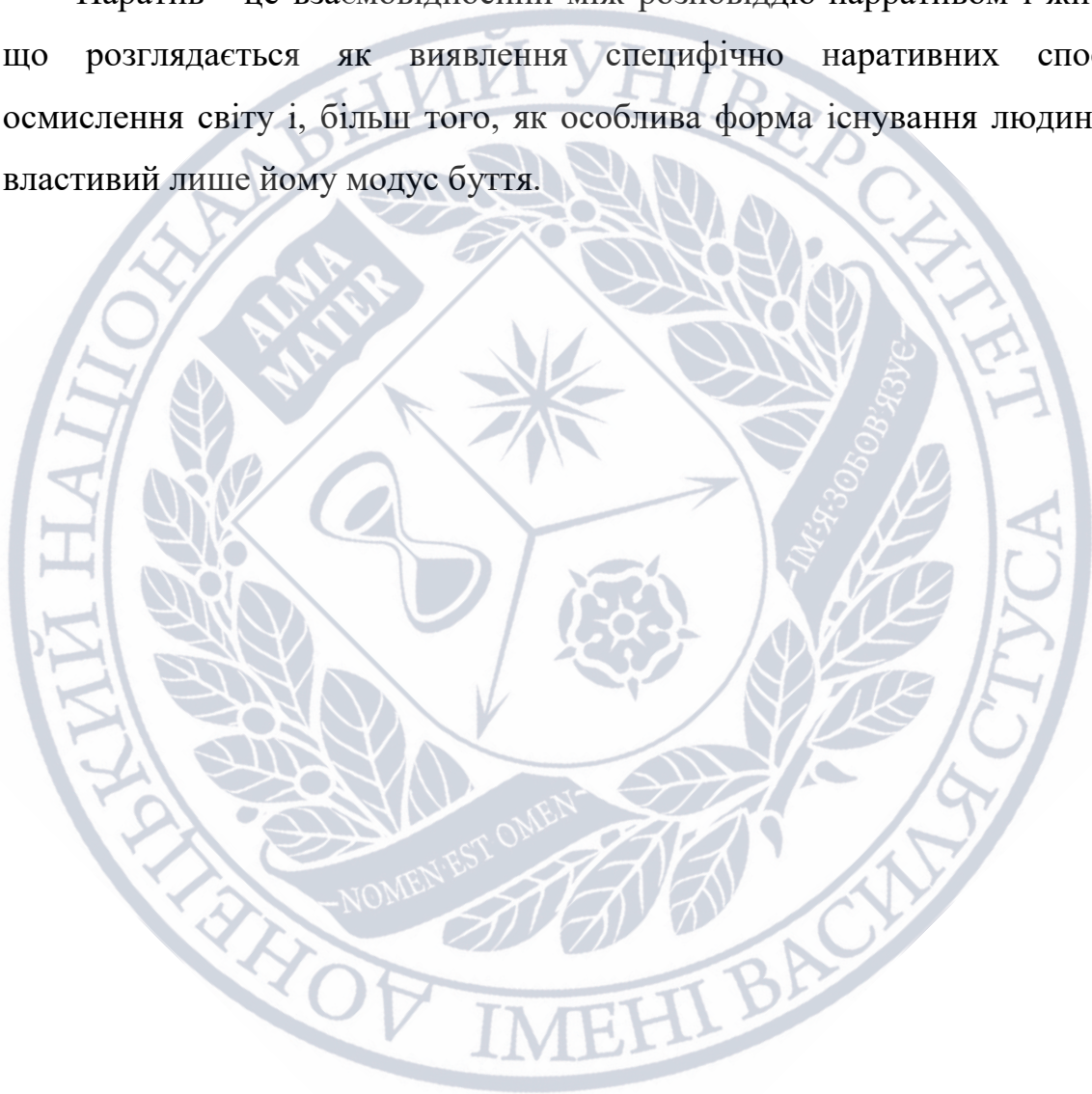
Таким чином ми хотіли б підсумувати та винести сюди головні визначення з першої частини.

Сексуальність як різновид поведінкової програми, без якої не обходиться жодна соціальна поведінка, визначає можливий тип сексуального партнера, що віддається перевагу, еротичні стимули, вимоги до місця, часу та ситуації полового зближення, способи його обґрунтування та виправдання.

Також ми виділили своє визначення сексуальності:

Сексуальність - це особливий прояв поведінки, який залежить як від біологічних, так і від психологічних особливостей даної конкретної людини, що включає регулювання аспекту прояву сексуального інтересу до імовірних сексуальних партнерів і так само сигналізує про деяку зацікавленість у сексуальній взаємодії або увазі від інших людей.

Наратив - це взаємовідносини між розповіддю-нарративом і життям, що розглядається як виявлення специфічно наративних способів осмислення світу і, більш того, як особлива форма існування людини, як властивий лише йому модус буття.





## РОЗДІЛ 2

### МЕТОДОЛОГІЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ДОСЛІДЖЕННЯ НАРАТИВУ СЕКСУАЛЬНІСТЬ В СТРУКТУРІ ЦІННІСНО- СМИСЛОВОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКА

#### 2.1 Опис етапів дослідження та вибірки

Емпіричне дослідження за темою “Особливості прояву наративу “сексуальність” в ціннісно-смысловій сфері підлітків, аналіз дискурсу” проходило на базі комунального закладу “Маріупольська загальноосвітня школа І-ІІІ ступенів №10 Маріупольської міської ради. Донецької області”. Загальна кількість досліджуваних склала 72 осіб. У дослідженні брало участь 35 хлопчиків та 37 дівчинки, серед яких підлітки віком від 14 до 15 років. На початку дослідження усіх учасників було проінформовано про мету дослідження. Усі учасники дали згоду на участь у дослідженні та обробку наданих даних. Специфіка проведення емпіричного дослідження дозволяла провести його у груповій формі.

Відповідно до мети та висунутих завдань програма дослідження складалася з семи основних етапів.

Так, на першому етапі дослідження, було визначено мету дослідження, об’єкт та предмет дослідження, висунуто гіпотезу дослідження, підбрано комплекс психодіагностичних методик, сформовано вибірку досліджуваних.

На другому етапі дослідження теоретичний аналіз проблеми сексуальної освіти у підлітків на території України і в світі, проблема сприйняття та прояву наративу сексуальність серед підлітків.

На третьому етапі дослідження була проведена ознайомча лекція-тренінг на тему “що таке аб’юзивні відносини і як їх уникати” щоб більше познайомитись з вибіркою і налагодити довірливі стосунки.

На четвертому етапі було проведено дослідження за допомогою психодіагностичних методик та анкетування вибірки.

На п'ятому етапі було проведено кількісний та якісний аналіз отриманих результатів.

На шостому етапі було проведено узагальнення отриманих результатів дослідження, інтерпретація результатів отриманих даних і формулювання загальних висновків дослідження.

На сьомому етапі, відповідно до отриманих результатів, було розроблено лекційно-тренінгову програму, яка враховує нагальні знання підлітків у сексуальній та романтичній сфері людських відносин, питанні, що цікавлять підлітків, яка спрямована, у першу чергу, на корекцію та розвиток підлітків.

Вибірку даного дослідження склали школярі восьмих та дев'ятих класів загальноосвітньої школи. Вибірку склали 72 особи, з них 35 хлопців та 37 дівчат. У вибірці присутні школярі віком від 14 років до 15.

## **2.2 Опис методик дослідження наративу сексуальності в структурі ціннісно-смісловій сфері підлітка**

Для проведення дослідження нами було обрано тест-опитувальник, розроблений відповідно до ієрархічної моделі структури самовідношення В.В. Столін. Версія, яку ми обрали для дослідження, має такі шкали: [31]

Шкала S – вимірює інтегральне почуття "за" або "проти" власне "Я" випробуваного.

Шкала I – самоповага.

Шкала II-аутосимпатія.

Шкала III – очікуване ставлення до інших.

Шкала IV – самоцікавість.



Перші 4 шкали спрямовані на розуміння очікувань підлітка від поведінки та сприйняття його іншими людьми.

Результати під-шкал дають можливість розуміння самосприйняття підлітком себе відповідно ці шкали внутрішньо спрямовані.

Шкала 1 – самовпевненість.

Шкала 2 – відношення інших.

Шкала 3 – самоприйняття.

Шкала 4 - самокерівництво, самопослідовність.

Шкала 5 – самозвинувачення.

Шкала 6 – самоцікавість.

Шкала 7 – саморозуміння

Для ефективності нашого дослідження ми вирішили сконцентруватися на показниках кількох головних для нас шкал: Шкала IV (вимірює самоцікавість у глобальному сенсі цього слова), Шкала 3 (самоприйняття), Шкала 6 (самоцікавість, спрямована всередину себе), Шкала 7 (саморозуміння).

Наш вибір обумовлений тим, що саме ці показники виразно дають понять на скільки:

- підліткам взагалі цікаво дослідити себе та свій внутрішній світ
- на скільки підлітки готові приймати себе
- Наскільки вони розуміють себе

Саме ці критерії, і показники їхньої розвиненості, можуть говорити про загальну розвиненість свідомості підлітка, його можливості розумно розуміти і міркувати (що хочеться?, що подобається?, де мої межі і т.д.) що безпосередньо впливає на розуміння підлітками сексуальності, сексуального поведінки.

Також нами була розроблена анкета, яка збирала формальні дані, серед яких так само була інформація про сексуальний дебют підлітків та причини, які зупиняли/зупиняли від дебюту. .

Третя методика, яка була обрана нами – це методика незакінчених речень. Ми склали авторську версію цієї методики щоб отримати уявлення про наявні наративи "сексуальність", "любов", "секс".

Всі три методики були зведені нами в гугл-таблицю та представлені підліткам в електронному варіанті у виділений школою час.

Ми можемо зазначити, що переклад проведення дослідження з паперового варіанту стимульного матеріалу в електронний позитивно впливає на сприйняття проходження дослідження, на концентрацію, зручність та дотримання конфіденційності підлітків. (Доповнення 1)

Таким чином, після проведення дослідження, первинної обробки отриманих матеріалів, ми не змогли розділити всіх груп, що існують, на кілька груп для проведення порівняльного аналізу за допомогою кутового критерію Фішера.

У нас вдалося виділити такі групи за кожною з 4 обраних нами шкал:

1. Хлопці з високими показниками;
2. Хлопці із середніми показниками;
3. Хлопці з низькими показниками;
4. Дівчата з високими показниками;
5. Дівчата з середніми показниками;
6. Дівчата з низькими показниками.

Усього нам вдалося виділити 24 міні-групи для проведення порівняльного аналізу.

Також ми провели аналіз наративів, дані про які ми змогли вилучити з методики "незакінчені пропозиції", нами було виділено такі критерії аналізу:



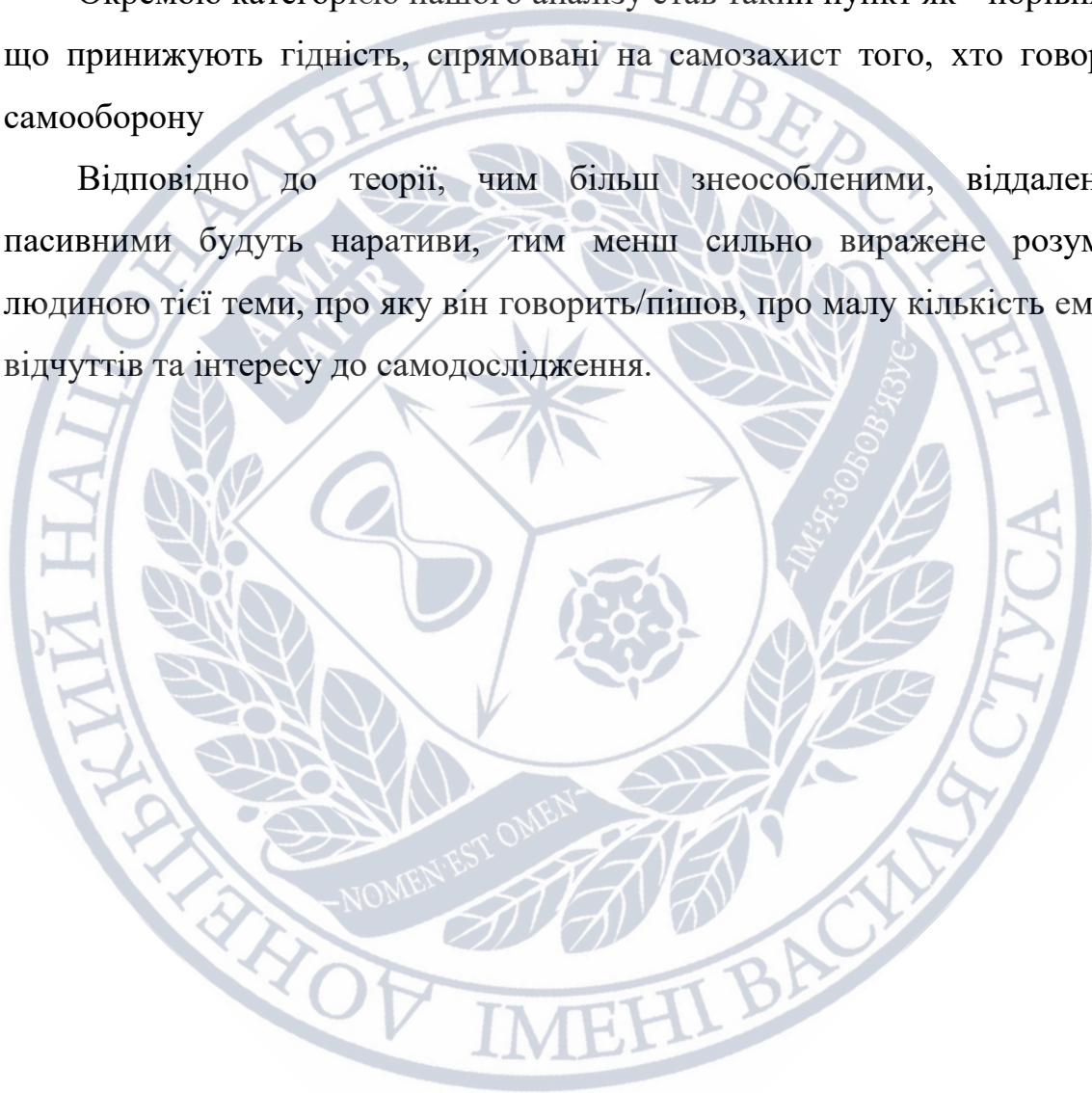
-герої наративу (особисті (я, ти, ми і т.д.), безособові (людина, дівчина, хлопець і т.д.), віддалені (предмети, явища тощо))

-Дії в рамках наративу (активні (йти, робити, підніматися) і пасивні (відчути, побачити, понять)

-описові прикметники (позитивні, негативні)

Окремою категорією нашого аналізу став такий пункт як - порівняння, що принижують гідність, спрямовані на самозахист того, хто говорив і самооборону

Відповідно до теорії, чим більш знеособленими, віддаленими, пасивними будуть наративи, тим менш сильно виражене розуміння людиною тієї теми, про яку він говорить/пішов, про малу кількість емоцій, відчуттів та інтересу до самодослідження.



## Висновок до розділу 2.

Таким чином можна зробити висновок про те, що в цій частині нашої роботи ми розглянули детально яким чином проходила наша робота з проведення дослідження, які методики були обрані або написані і складені нами і для чого саме вони нам необхідні.

Так само ми розглянули яким чином робитимемо статистичний аналіз отриманих даних та аналіз наративів.

В цілому, можна сказати, що нами проведена велика робота з аналізу та підбору методик, формування питань для анкетування та складання питань для методики відкритих пропозицій. Були визначені критерії діагностики наративів в структурі ціннісно-сислової сфери підлітків і здійснений підбір основних методик дослідження.

До дослідження було залучено вибірку школярів підліткового віку (віком від 14 до 15 років). До групи увійшли 72 особи, з яких 35 хлопчиків та 37 дівчаток.

У всіх учасників дослідження було взято дозвіл на обробку інформації та її подальше використання для написання наукової роботи та її подальшого представлення.



### РОЗДІЛ 3

## АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ НАРАТИВУ СЕКСУАЛЬНІСТЬ В СТРУКТУРІ ЦІННІСНО-СМИСЛОВОЇ СФЕРИ ПІДЛІТКІВ

### 3.1 Аналіз результатів дослідження показників самоствавлення і самоусвідомлення

Насамперед ми провели дослідження за допомогою методики В.Століна "Тест-опитувальник самовідношення", для того, щоб визначити, яким чином на даний момент виглядає карта внутрішнього самовідношення підлітків.

Найважливішими для нашого дослідження є шкали Шкала IV (вимірює самоцікавість у глобальному сенсі цього слова), Шкала 3 (самоприйняття), Шкала 6 (самоцікавість, спрямована всередину собі), Шкала 7 (саморозуміння).

Ми вибрали саме дані школи, тому що відповідно до Н.Ю. Іванової, самовідношення та самоусвідомлення є невід'ємною частиною сексуальності, яка регулює сексуальну поведінку людини і найяскравіше це простежується саме у підлітковому віці.

Виходячи з цього, варто уточнити саме визначення поняття "самоусвідомленість":

Самоусвідомість (англ. self-consciousness) – усвідомлення людиною себе як індивідуальності, спрямованість свідомості людини на собі: на власне тіло, потреби, почуття, поведінка.

Таким чином, ми змогли проаналізувати повну карту самовідношення підлітків, але для статистичного аналізу ми взяли саме обрані чотири шкали, які зосереджені лише на аспектах самовідношення.

Дані по шкалах, що цікавлять нас у рамках дослідження, виглядають таким чином:

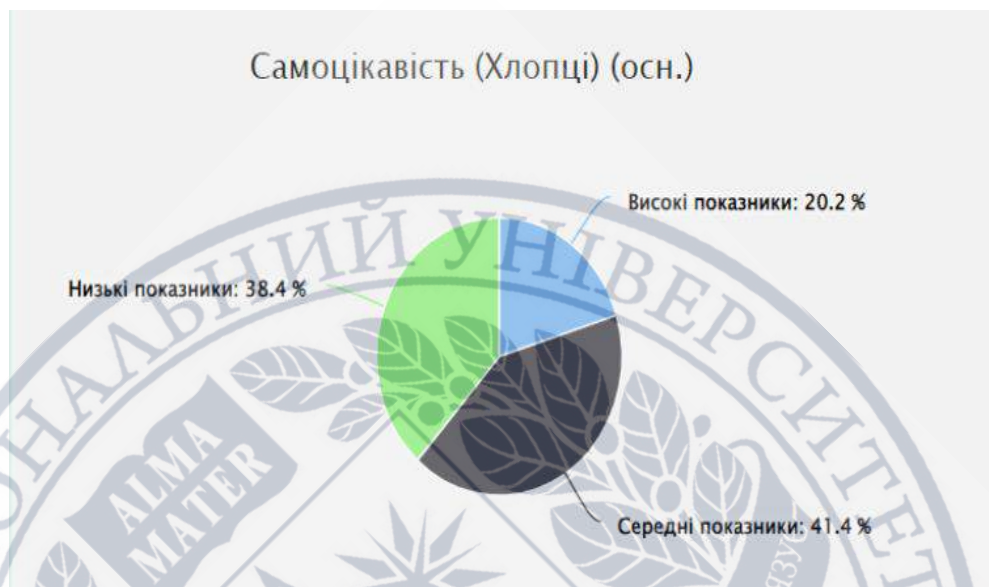


Рис. 3.1 Показники шкали зовнішньо спрямованої самоцікавості у хлопців. Група 1

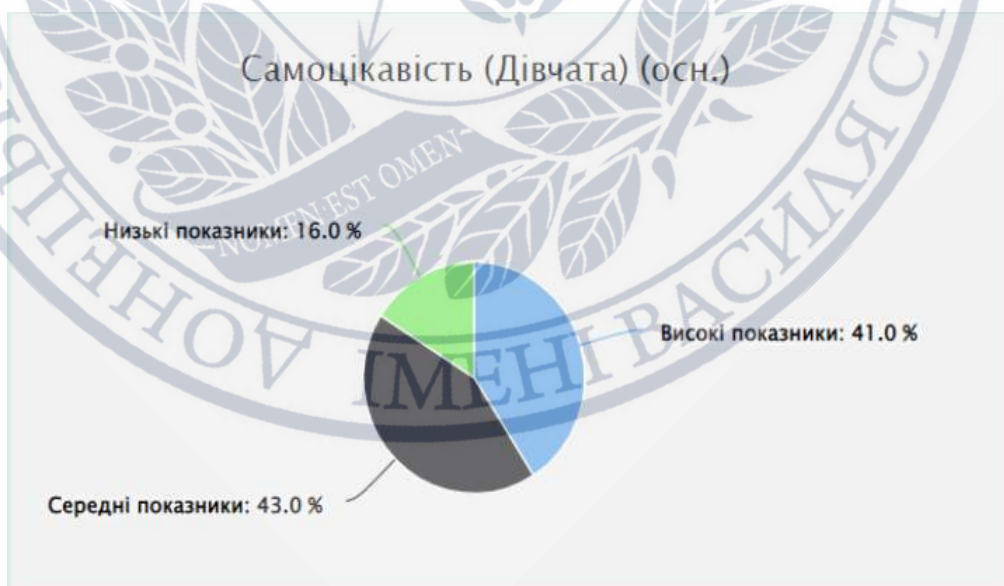


Рис. 3.2 Показники шкали зовнішньо спрямованої самоцікавості у дівчат. Група 2



Таким чином, за представленими вище графіками можна помітити, що нижчі показники за цією шкалою, у відсотковому співвідношенні, спостерігаються у хлопчиків, тоді як вищі показники у дівчаток.

Кількість тих, хто знаходиться в середньому сегменті, є приблизно однаковим у двох групах.

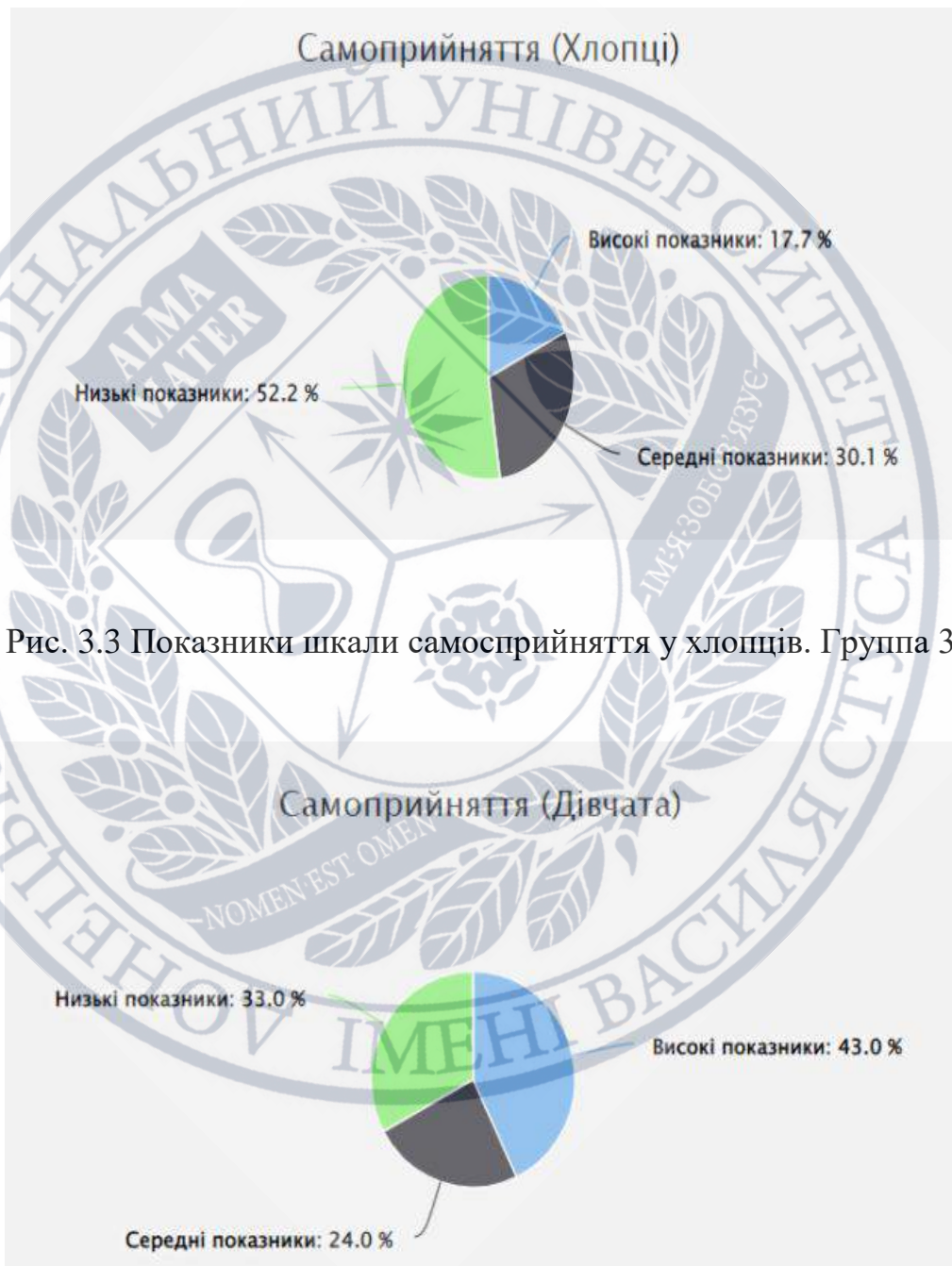


Рис. 3.3 Показники шкали самосприйняття у хлопців. Група 3

Рис. 3.4 Показники шкали самосприйняття у дівчат. Група 4

При найближчому розгляді діаграм можна помітити, що за шкалою самоприйняття, у хлопчиків помітні вищі показники в низькому сегменті, тоді як у дівчаток навпаки - вищі показники у високому сегменті.

У середньому сегменті розрив між групами більший, ніж між групами 1 і 2 у відсотковому співвідношенні.

Що говорить про те, що рівень самоприйняття у дівчаток вищий за тиждень у хлопчиків.

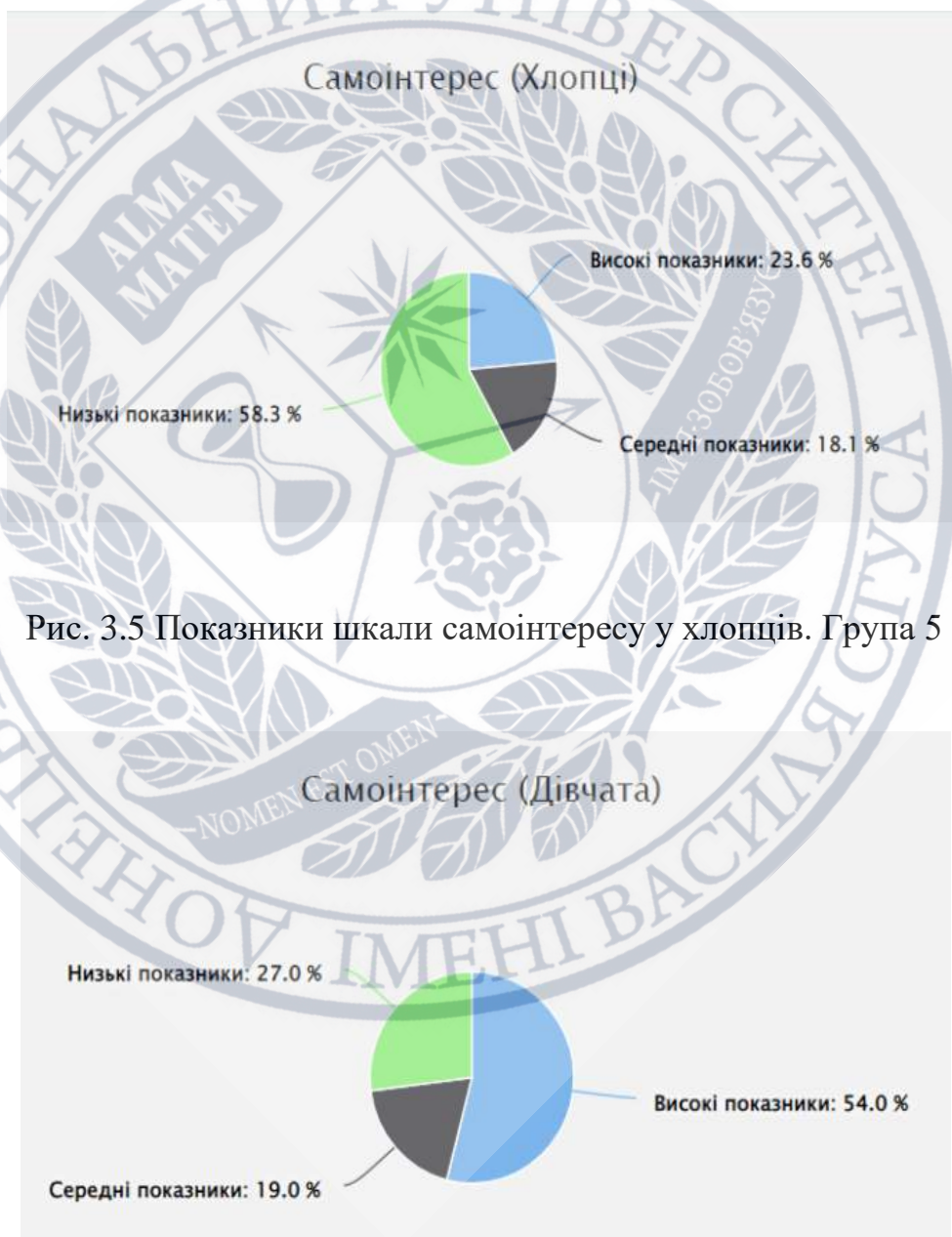


Рис. 3.5 Показники шкали самоінтересу у хлопців. Група 5

Рис. 3.6 Показники шкали самоінтересу у дівчат. Група 6



Таким чином, дані показники демонструють схожу тенденцію розподілу відсоткового співвідношення - високі показники більші у дівчат, а низькі показники більші у хлопчиків. Середні показники все ще перебувають на приблизно однаковому рівні.

Таким чином можна дійти невтішного висновку у тому, що з дівчат більше внутрішньо спрямованого самоцікавості, тоді як в хлопчиків зберігається протилежна тенденція.

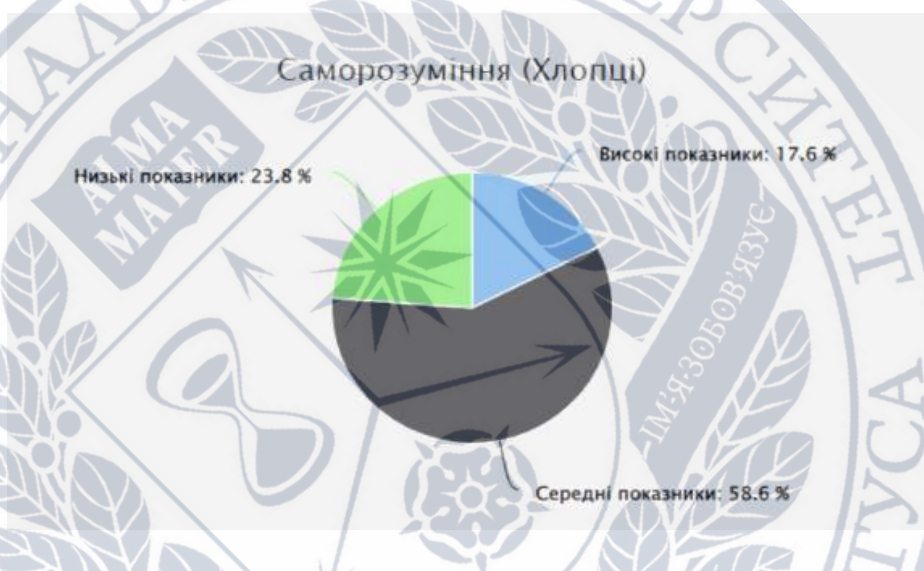


Рис. 3.7 Показники шкали саморозуміння у хлопців. Група 7

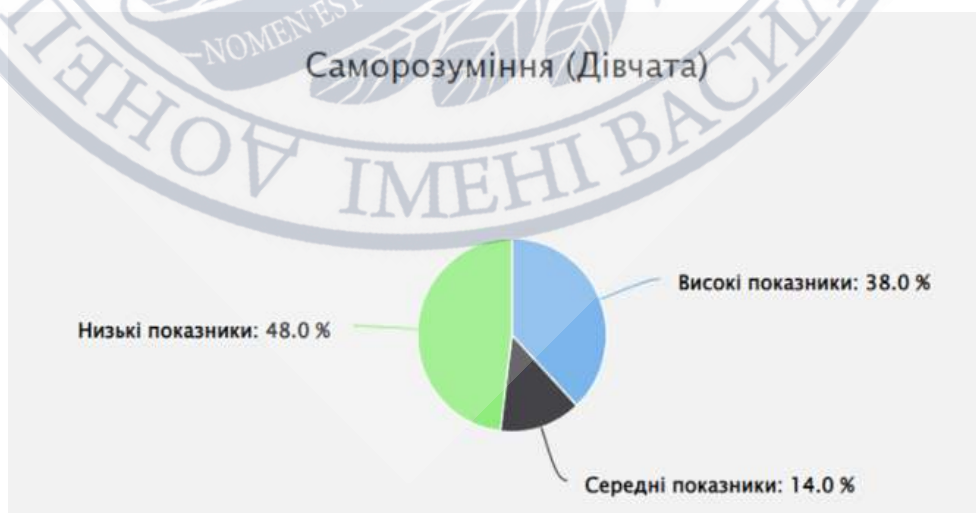


Рис. 3.8 Показники шкали самоінтересу у дівчат. Група 8

У цій шкалі показники розподілили подібним чином, високі показники переважають у дівчат, а нижчі - у хлопчиків, однак, середні показники в даному випадку не рівні і у хлопчиків відсоткове співвідношення тих, хто виявився у цій категорії більшим.

Таким чином можна сказати, що тенденція саморозуміння для дівчат вища.

Для полегшення завдання у статистичному підрахунку та уявити все у наочнішому вигляді, ми вирішили представити всі відсоткові показники в одній загальній таблиці.

Таблиця 3.1 Загальна таблиця даних по 4ом шкалам методики “Тест - опитувальник самовідношення”

	Значення	Дівчата (%)	Всього по групі (%)	Хлопці (%)	Всього по групі (%)
Самоінтерес (Шкала VI)	Високе	97,19	41	96.53	20
	Середнє	71,08	43	71.33	41
	Низьке	35.27	16	36.07	38
Самоприйняття “Я” (Шкала 3)	Високе	92.41	43	93.64	17.6
	Середнє	57.33	24	60,67	30
	Низьке	20.14	33	21.60	52
Самоінтерес (Шкала 6)	Високе	95	54	86,66	23.5
	Середнє	54.67	19	57	18
	Низьке	23.16	27	23.35	58



Саморозуміння (Шкала 7)	Високе	91.59	38	85.39	17.4
	Середнє	68,67	14	68,67	58
	Низьке	25.83	48	33.90	23.6

У цій таблиці всі дані розподілялися з урахуванням специфіки обробки даного дослідження, в якій є власна градація виразності цієї чи іншої ознаки:

- Менше 50 - ознака не виражений;
- 50-74 – ознака виражений;
- Більше 74 - ознака яскраво виражений.

Таким чином, щоб зрозуміти, чи існує статистична різниця в нашому дослідженні, ми застосували критерій кутового перетворення Фішера.

Таким чином, ми провели статистичний аналіз, який показав такі результати:

Таблиця 3.2 Статистичні дані за критерієм кутового перетворення Фішера

		Хлопці	Дівчата	$\phi^*$
Самоінтерес	Високі показники	0.927	1.390	1.9
	Середні показники	1.390	1.430	0.1
	Низькі показники	1.328	0.823	2.1
Самоприйняття	Високі показники	0.866	1.430	2.3
	Середні показники	1.159	1.024	0.5
	Низькі показники	1.611	1.224	1.6
Самоінтерес	Високі показники	1.012	1.651	2.6
	Середні показники	0.876	0.902	0.1
	Низькі показники	1.731	1.093	2.6
Саморозуміння	Високі показники	0.861	1.328	1.9
	Середні показники	1.731	0.767	4.0
	Низькі показники	1.015	1.531	2.1

Таким чином, в останній колонці можна побачити дані за статистичними даними, які говорять про те, що між результатами хлопчиків і дівчаток є суттєва статистична різниця, яка, у свою чергу, доводить, нашу гіпотезу про те, що дівчата мають велику свідомість, тобто більш високі показники за такими шкалами як: самоцікавість, самоприйняття та саморозуміння.

З цього випливає, що перша частина нашої гіпотези була підтверджена статистичними донними, отриманими в ході порівняння груп хлопчиків та дівчаток (по 3 на кожную виділену шкалу).

### **3.2 Аналіз результатів дослідження нарративу сексуальності у ціннісно-смысловій сфері підлітків різної статі**

Ми проводили нарративне дослідження на основі теорії Воронової про дослідження та аналіз нарративів, для того щоб висіяти які саме нарративи пов'язані у нашій вибірці з такими поняттями як "сексуальність", "любов" і "секс"

Ми виділили такі критерії для дослідження:

#### **1.Персонажі:**

- особистісні (персонажем є безпосередньо "розмовляючий")
- Безособові (персонадем є будь-яка істота/предмет/безособовий займенник, який називає конкретну людину/групу/предмет)
- Віддалені (персонажем є все що завгодно, що стало головною "дійовою особою" нарративу)

Також ми виділили свою категорію нарративів:

#### **2.Наративи, орієнтовані лише на фізичні прояви/опис**

#### **3.Дії:**

- Активні
- Пасивні



#### 4.Прикметники

Таблиця 3.3 Особистісні персонажі у наративах дівчат

	Дівчата	
	Особистісні	
Сексуальність	себя, Я, собой	8.1%
Любов	-	-
Секс	-	-

Таблиця 3.4 Особистісні персонажі у наративах хлопців

	Хлопці	
	Особистісні	
Сексуальність	меня, Я	5.8%
Любов	-	-
Секс	-	-

Факт того, що підлітки не використовували образ себе коли висловлювали своєю думкою про секс, любов і сексуальність говорить про те, що більшість їх ще не готові уявити себе як органічну частину подібних ситуацій у своєму житті.

Таблиця 3.5 Безособові персонажі у наративах дівчат

	Дівчата	
	Безособові	
Сексуальність	человек, что-то, люди, возлюбленные, девушка, парень, мой молодой человек, это	35%
Любов	ты, люди, семья, человек, штука	27%
Секс	партнеры, человек, что-то, люди, вещь, личность	24,30%

Таблиця 3.6 Безособові персонажі у наративах дівчат

	Хлопці	
	Безособові	
Сексуальність	тебя, другие, человек, мужик	11.7%
Любовь	люди, что-то, парень, девушка, человек, семья	26%
Секс	особи, мужчина, женщина, что-то	11.7%

Досить велика кількість використаних безособових персонажів говорить про те, що підлітки мають своє певне уявлення про сексуальність, кохання та секс, але на даному етапі їм легше говорити не від свого імені.

За даними таблицям можна помітити, що:

1. У розумінні сексуальності у хлопчиків прослизає деяка брутально, але в досить малій кількості
2. І хлопці і дівчата використовують деперсоналізації, які називають конкретних людей у більшості випадків.

Це говорить про те, що у підлітків є як мінімум загальне розуміння про всі ці теми, вони цілком можливо можуть описати план процесу і всіх можливих героїв даної події



Таблиця 3.7 Віддалені персонажі у наративах дівчат

	Дівчата	
	Віддалені	
Сексуальність	привлекательность, манера, энергия, страсть, притягательность, фантазия, открытость, искренность, норма, ум, образ, секс, эlegantность	64.8%
Любовь	чувства, доверие, отношения, привязанность, уважение, разочарование, симпатия, комфорт, взаимопонимание, привязанность, нежность, искренность, одержимость, поддержка, понимание, романтика	89.1%
Секс	потребность, понимание, выбор, процесс, сближение, боязнь, удовольствие, страховка, доверие, согласие, комфорт, слияние	75.6%

Таблиця 3.8 Віддалені персонажі у наративах хлопців

	Хлопці	
	Віддалені	
Сексуальність	привлекательность, притягательность, симпатия, способность, впечатление, возбуждение, страсть, харизма	52.9%
Любовь	уважение, отношения, симпатия, желание, чувство, счастье, секс, привязанность, смятение	67.6%
Секс	чувство, процесс, акт совокупления, удовольствие, любовь, физическое проявление любви, слияние, высшая степень доверия, очень важный момент в жизни	23.5%

По співвідношенню можна помітити, що віддалених персонажів найбільше, що говорить про не готовність підлітків насправді перебувати в сексуально спрямованих ситуаціях. Вони на стадії інтересу до теми, але втілювати щось у життя не надто готові на даний момент.

Саме наповнення наративів говорить про те, що хлопчики насправді налаштовані на більш ніжне сприйняття сексуальної сфери, тоді як дівчата виявляють більше розуміння того, що їм хотілося б отримати від сексуальних відносин.

Саме у хлопчиків присутні такі вирази як "вищий ступінь довіри" та "дуже важливий момент у житті", тоді як у дівчат є і пристрасть і довіра, і комфорт.

Таблиця 3.9 Віддалені (тілесні) персонажі у наративах дівчат

Дівчата		
Віддалені (тіло)		
Сексуальність	внешняя красота, тело, бедра, ляжки	27%
Любов	-	-
Секс	физическая близость, физический акт, половое отношение, оргазм, ласки, красота, потребность, необходимая жизни, удовлетворение потребностей	18.9%

Таблиця 3.10 Віддалені (тілесні) персонажі у наративах хлопців

Хлопці		
Віддалені (тіло)		
Сексуальність	внешность, внешняя красота, фигура	20.5%
Любов	-	-
Секс	репродуктивная функция, размножение, процесс размножения, акт совокупления, удовлетворение жизненных потребностей, просто действие, выполняемое для продолжения рода, совокупление, половой акт, человеческая необходимость,	26.4%



Тілесно орієнтовані наративи і у хлопчиків і у дівчаток пов'язані здебільшого з сексом, проте, варто зазначити, що дівчата говорять більш конкретні, цікаві для них наративи: оргазм, ласки. Хлопчики зосереджені на "постулатних" поняттях, таких як потреба, акт.

Сама по собі присутність фрази "задоволення життєвих потреб/інстинкт" і у хлопчиків і у дівчаток, готує про те, що з ними проводяться уроки сексуальної освіти, але вони не є якісними, оскільки у людини немає такого інстинкту, оскільки саме значення інстинкту суперечить даної теорії, а освіту цих дітей орієнтується більше на орієнтовану на чоловіків сексологію, що давно застаріла.

Таблиця 3.11 Активні дії у наративах дівчат

Дівчата		
Активні дії		
Сексуальність	проявление, поступки, умение, работа	10.8%
Любовь	убивать, действия, стремление	8.1%
Секс	развлекаться	2.7%

Таблиця 3.12 Активні дії у наративах хлопців

Хлопці		
Активні дії		
Сексуальність	проявлять, очаровать, играть	8.8%
Любовь	-	-
Секс	проявлять, контактировать, взаимодействовать	11.7%

Використання згадок активних дій не дуже поширене, але все ж таки у сфері сексуальності та любові настроєність на активні дії та готовність щось спробувати найближчими роками виявляють дівчата, у той час як



хлопчики виявляють зацікавленість у прояві сексуальності та сексі, але любов для них не зовсім цікава як щось активне, тоді як на деяку пасивну позицію вони згодні і вона їм може бути цікава

Таблиця 3.13 Пасивні дії у наративах дівчат

	Дівчата	
	Пасивні дії	
Сексуальність	удовлетворяются, радуются	8.1%
Любов	-	-
Секс	-	-

Таблиця 3.14 Пасивні дії у наративах хлопців

	Хлопці	
	Пасивні дії	
Сексуальність	удовлетворяют влечение	5.8%
Любов	чувствовать себя хорошо	2.9%
Секс	-	-

Як ми говорили раніше хлопчикам більш властива у разі більш пасивна позиція, вони згодні дізнатися що таке любов, взяти участь якщо запросять, але з пропонувати самостійно.

Пасивні дії в наративах самі по собі говорять про те, що мала частина підлітків готові тільки на пасивні дії, або вибирають пасивнішу позицію, у порівнянні з відсотковим співвідношенням вибору активних дій у наративах.

Таблиця 3.15 Прикметники у наративах дівчат

	Дівчата	
	Прикметники	
Сексуальність	фізіологіческая, емоціональна, елегантна, возбуждающее, накаченное, голое	18.9%
Любов	сильное, необъяснимое, не взаимная	10.8%
Секс	положительное, возбуждающее, приятное	8.1%

Таблиця 3.16 Прикметники у наративах хлопців

	Хлопці	
	Прикметники	
Сексуальність	привлекательная, красивая, физическая, голый	11.7%
Любов	сложная, трудная, взаимная	8.8%
Секс	нормальное, приятное	5.8%

Прихильники говорять про те, що дівчата більш активно налаштовані, краще розуміють чого вони хочуть, в деяких випадках можуть бути трохи агресивнішими, тоді як хлопчики показують більш лояльне, навіть ніжне ставлення до теми сексуальності і сексу.

Окремо варто сказати про те, що приблизно 10% хлопчиків використовували для опису сексу досить грубі терміни, але простежується тенденція: свої геніталії вони називають звичайними біологічними термінами, тоді як жіночі геніталії вважають за краще називати принизливими та грубими словами, у той час як у дівчат це взагалі немає.

Так само варто відзначити, що негативні наративи є і у хлопчиків і дівчаток, особливо гостро це стосується наративів пов'язаних з розумінням сексу.



Таким чином, враховуючи все вище сказане, розглянуті наративи дівчаток і хлопчиків, ми можемо говорити про те, що на даний момент і у хлопчик, і у дівчаток є негативні наративи та їх приблизно однакова кількість, тому наша гіпотеза підтверджується лише частково.

З наративів, що з поняттям " секс " можна дійти невтішного висновку, що з дітей із нашої вибірки проводилися уроки сексуального виховання, оскільки багато наративи вони формують " слово в слово " що свідчить про перебування у єдиному інформаційному полі.

Однак, варто загострити увагу на тому, що ця освіта позначилася досить згубно, сформувавши у підлітків знання про те, що секс є "життєвою потребою", "інстинктом", "задоволенням потреб" хоча подібний погляд на секс був прийнятий згубним і руйнуючим сексуальність.

Найбільше від подібного погляду на секс страждає сексуальне благополуччя жінок, які в майбутньому вважають за краще орієнтуватися не на своє бажання, а на задоволення чийогось "інстинкту", так само такий погляд веде до моральної легалізації сексуального насильства з боку чоловіків, оскільки "теорія інстинкту" виправдовує подібну варварську поведінку.

### Висновок до розділу 3.

У третьому розділі ми розглянули результати проведеного дослідження.

"Тест-опитувальник самовідношення" Століна за шкалами самоцікавості, самоприйняття, саморозуміння розумів, що в цілому у дівчаток більш високі показники за даними шкалами, що говорить про те, що дівчатка більш усвідомлені і більше цікавляться собою, своїм станом і більшою мірою приймають себе. У той же час у хлопчиків за цими шкалами спостерігаються менші показники, що говорить про те, що у них менше інтересу до себе.

Проведений нами статистичний аналіз показав, що між результатами дівчаток і хлопчиків є велика статистична різниця, яка доводить першу частину нашої гіпотези про те, що у дівчини буде більш високий рівень самоусвідомленості, що складається з самоцікавості, самоприйняття та саморозуміння.

Наступний наративний аналіз показав, що дівчата більш точно розуміють чого вони хочуть від сексуально спрямованої взаємодії, вони більш добре орієнтуються в тому, які сексуальні стимули їм цікавіші. Так само наративний аналіз показав, що хлопчики спрямовані на сексуальну сферу ніжніше та романтичніше.

Наративний аналіз також дав змогу зрозуміти, що сексуальна освіта може по-різному впливати на формування наративів у підлітків. Так наративи на тему "секс" показують тенденцію формування наративу на цю тему "секс як інстинкт", "секс як потреба", що суперечить концепції адекватного сексуального виховання підлітків.

Орієнтованості на теорію "секс як інстинкт" призводить до негативних наступних наслідків, перше та найяскравіше з яких - виправдання сексуального насильства з боку чоловіка та популяризація



надання внутрішньосімейних сексуальних послуг з боку дружини, що розглядається як обов'язки перед чоловіком.

Таким чином, нарративний аналіз не повністю підтверджує нашу теорію, оскільки ми виявили однакову кількість негативних нарративів серед хлопчиків і дівчаток, але високий рівень самоцікавості дозволив дівчаткам краще виділити та зрозуміти свої сексуальні уподобання та бажання.



## ВИСНОВКИ

У результаті дослідження ми вивчили поняття сексуальності, визначення сексуальності навіть змогли виділити власне визначення. Ми розглянули стадії психосексуального розвитку в цілому та особливості психосексуального розвитку у підлітковому віці.

Ми також вивчили наукову інформацію про те, чому саме самовідчуття сильно впливає на формування і гармонійне психосексуальне розвиток у підлітковому віці (що представлено в роботах Н.Ю. Іванової).

Також ми вивчали поняття наратив у наратива і специфіку застосування наративного дослідження у психології.

Наратив - це взаємовідносини між розповіддю-нарративом і життям, що розглядається як виявлення специфічно нарративних способів осмислення світу і, більше того, як особлива форма існування людини, як властивий тільки йому модус буття.

Після вивчення теоретичного матеріалу ми провели дослідження, яке здійснювалося за допомогою методики "Тест-опитувальник самовідношення" Століна, методики незакінченої пропозиції в авторській обробці. Результати цих методик дали нам розуміння того, що зараз у дівчаток віком 14-15 років є істотна висока різниця в рівні самоцікавості, ніж у хлопчиків того ж віку.

Таким чином, провівши статистичний аналіз за допомогою критерію Фішера, ми довели виявили значну статистичну різницю між результатами дівчаток та хлопчиків, які підтвердили другу частину нашої гіпотези про те, що дівчатка у підлітковому віці мають більший рівень самоцікавості, саморозуміння та самоприйняття.

Після цього ми змогли провести наративне дослідження, спираючись на теорію Воронової. Таким чином, наративне дослідження допомогло нам зрозуміти, що дівчатка 14-15 років, за рахунок високого рівня



саморозуміння і самоцікавості, точніше і чіткіше описують релевантні для них сексуальні стимули, так само можна сказати, що дівчата готові підходити до питання з точки зору активніших. дій, іноді навіть більш агресивних.

У той час як хлопчики показують більш пасивну позицію спостерігача, оперують більш розпливчастими і ніжними поняттями, що говорить про те, що віці 14-15 років хлопчики по відношенню до сексуально спрямованої діяльності відчують інтерес, але не готові виявляти багато активності, для них сексуальність поки що багато в чому тотожна романтиці.

Однак варто зауважити, що приблизно 10% вибірки хлопчиків при відповідях віддавали перевагу говорити про геніталії, примітно те, що свої геніталії вони називали біологічною нейтральною термінологією, а жіночі статеві органи фігурували у вигляді матів або принизливих висловлюваннях, що говорить про деяку боязнь і не готовність зустрічатися з дівчата в сексуальному плані.

Окремо наративне дослідження дало можливість зрозуміти, що з дітьми проводилися уроки сексуального виховання, проте, на цих заняттях підліткам насадили думку, які вони повторюють слово в слово: "секс - це інстинкт", так само зустрічаються такі визначення як задоволення потреб.

Оскільки наратив повторюється слово у слово, ми робимо логічне висновок, що діти перебувають у одному вузькому інформаційному полі. Однак теорія "секс - інстинкт" веде до негативних наслідків від віддачі подружнього обов'язку без бажання до виправдання сексуального насильства потребами та інстинктами.

Таким чином ми можемо говорити про те, що наративне дослідження не підтвердило нашу гіпотезу - так як негативні наративи присутні однаково як у хлопчиків, так і у дівчаток.

Спираючись на дослідження та отримані результати, ми розробили коротку програму з двох лекцій, які відповідають на найпоширеніші питання, які виділили підлітки як "цікаві" (Додаток Б).

У майбутньому ми хочемо провести більш детальне та повне дослідження та після розробити повну, цікаву програму сексуальної освіти.



## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Акімова Л.М. Психологія сексуальності. Одеса: ЗМІЛ, 2005. 355 с.
2. Бронкманн Н. и Стёкен Даль Э., Vivalavagina. 2018. 266 с.
3. Буртянський Д.Л. із співавт. Медична сексологія. Саратов, Вид-во Саратов.ун-та, 1990, - 272 с.
4. Васильченко Г.С. ред.. Сексопатологія: Довідник. М., 1990. 636 с.
5. Введение в сексологию. Кон И. С., Москва., 1988. 477 с.
6. Виденко С. В. Психология сексуальности и сексуальных отношений. - 2003 289 с.
7. Всемирная Организация Здравоохранения. Сейсуальное насилие [Електронний ресурс]//155 180 с. Режим доступу: [\[https://www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/violence/world\\_report/en/Ch\\_6RU.pdf?ua=1\]](https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/en/Ch_6RU.pdf?ua=1)
8. Гендерная психология. Берн Ш. Санкт-Петербург, 2002. 785 с.
9. Геодакяна В.А. Два пола. Зачем и почему? Эволюционная теория пола Москва, 2012. 233 с.
10. Гері Ф. Келлі. Основи сучасної сексології. - СПб.: Пітер, 2000. - 896 з Стор. 223 - 232 (у скороченні)
11. Глуханюк Н.С. Практикум по психодиагностике: учеб. пособие 2-е изд., переруб. и доп. Москва : Издательство Московского психолого-социального института, 2005. –216с
12. Говорун Т. В., Кикинеджи О. М. Пол и сексуальность: психологический ракурс. 1999. 466 с.
13. Дитячий фонд ООН (ЮНІСЕФ) в Україні [Електроннийресурс]//[[https://bit.ua/2019/10/sex\\_in\\_ua/](https://bit.ua/2019/10/sex_in_ua/)]
14. Діденко С.В., Козлова О.С. Психологія сексуальності: Підручник, Київ: Академвидав, 2009. 304 с.



14. Діденко С. Психологія сексуальності та сексуальних відносин: Навчальний посібник. Київ : Арістей, 2003. 312 с.
16. Дмитрієва, М., & Зайцева, Я.. СЕКСУАЛЬНА ПРОСВІТА. *ΛΟΓΟΣ.ΟΗΛΑΙΝ*. [Електронний ресурс]//2020. Режим доступу: [<https://doi.org/10.36074/2663-4139.08.04>] [<https://ojs.ukrlogos.in.ua/index.php/2663-4139/article/view/1987>]
17. Доморацкий В.А. Медицинская сексология и психотерапия сексуальных расстройств, Москва. 2009. 378 с.
18. Ільїн І. П.. Постмодернізм. Словник термінів. Москва : ІНІОН РАН (відділ літературознавства) INTRADA. 200. 136 с.
19. Касавін І.Т. Енциклопедія епістемології та філософії науки. Москва : «Канон+», РООІ «Реабілітація». 2009. 684 с.
20. Качанов Д.Г. Наративний аналіз як метод дослідження традиційних та мультимедійних журналістських творів. Медіаскоп. 2020. Вип. 2. С. 34-36.
21. Кон І.С. Введення у сексологію. Москва : "Медицина", 1988, 320 с.
22. Кон І.С. "Смак забороненого плоду: сексологія всім". Москва : "Сім'я та школа", 1997. 464с
23. Кришталь В.В., Кришталь С.В., Кришталь Т.В. Сексологія: Навчальний посібник.-Харків: Фоліо, 2008.-990 с.
24. Кругляк Л.Г. Половое воспитание детей. Что и как мы должны объяснить своему ребенку. Москва, 2014. 278 с.
25. Мартыняк Т.П. До 16 и старше. Популярная сексология для подростков, Москва, 2008. 236 с.
26. Мастерс У., Джонсон В., Колодні Р. Основні сексології. Москва : Мир, 1998. 692с.
27. Мастерс У., Джонсон В., Колодни Р. Основы сексологии” Минск, 1998 544 с.

28. Нагоски. Э. Как хочет женщина: Мастер-класс по науке секса. Москва, 2016. 265 с.
29. Орлова Г.А. Методичний посібник для курсу "Психологія особистості". 2007 рік. 56 с.
30. Периодическое издание "Медицинская Психология" от Харьковской медицинской академии последипломного образования Том 4 №4(16) Харьков. 2009 р., с 61-67.
31. Персональний сайт І.С.Кона ЇрУ/аехоІоау.пагосІ.ги/
32. Підліткова вагітність в Україні [Електронний ресурс]//2017. - Режим доступу: [<https://www.0382.ua/news/1811949/pidlitkova-vagitnist-v-ukraini-statistika-sokue>]
33. Сексологія. Знциклопедичний довідник. Мінськ "Б З", 1993. 351 с.
34. Сексуальное насилие. World Health Organization. 2015. 288 с.
35. Словарь. Лексикон сексу. [Електронний ресурс]//2012. [<https://slovar.cc/med/seks-leksikon/2208833.html>]
36. Словарь терминов. Левин. [Електронний ресурс]//1987. [<https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-aspekty-ponyatiya-seksualnost/viewer>]
37. Словник сексологічних термінів.[Електронний ресурс]// 2012 [<https://slovar.cc/med/seks-leksikon/2208833.html>]
38. Ткаченко А.А ред.. Аномальна сексуальна поведінка. М.: РІО ДНЦСіВП ім. В. П. Сербського, 1997. 426 с.
39. Уайт и Эпсон. Нарративная психотерапия. [Електронний ресурс]//[<https://www.psychologies.ru/glossary/13/narrativnaya-psihoterapiya/>]
40. Фрейд З. Очерки по психологии сексуальности. Санкт-Петербург, 1990. 199 с.
41. Фрейд З. Психология сексуальности. Москва, 2015. 359 с.

42. Электронный словарь. Н.Ю. Иванова [Электронный ресурс]//[<https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-aspekty-ponyatiya-seksualnost/viewer>]
43. Электронный словарь. З. Фрейд [Электронный ресурс].[<https://psy.su/feed/2251/>]
44. Элькони́на Д.Б.. Психологические основы педагогики: психолого-педагогические основы построения системы развивающего обучения Москва : Гардарики, 2002. 431 с.
45. World Health Organization. Adolescent pregnancy [Электронный ресурс] 2020. - Режим доступа: [<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-pregnancy>]
46. World Health Organization. Violence against women [Электронный ресурс]//2017. - Режим доступа: [<https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>]
47. ONUSIDA. Las Naciones Unidas instan a aplicar un enfoque amplio en la educación sexual [Электронный ресурс]//2018. Режим доступа: [[https://www.unaids.org/ru/resources/presscentre/featurestories/2018/january/20180110\\_sexuality-education](https://www.unaids.org/ru/resources/presscentre/featurestories/2018/january/20180110_sexuality-education)]



## ДОДАТКИ

Додаток А

### Сценарій дослідження

Привет!

Как я и говорила, это исследование направлено на изучение твоего внутреннего мира, социальных и внутренних связей и твоего отношения к разным аспектам отношений людей. Это исследование полностью анонимное, эта форма не собирает какие-либо личные данные, по этому можешь быть полностью спокоен(спокойной).

Пожалуйста, отнесись к этому исследованию ответственно и серьезно и ответь правдиво на все поставленные вопросы.

Спасибо за твоё терпение, работу и честность)

**\* Обязательно**

1. Сколько тебе лет? \*

*Отметьте только один овал.*

- ☐ 13  
☐ 14  
☐ 15

2. Укажи свой биологический пол: \*

*Отметьте только один овал.*

- ☐ Мужчина  
☐ Женщина

3. Укажи способ как с тобой можно связаться если ты хотел(а) бы получить свои результаты тестирования и анкетирования или узнавать о разных других проектах которые у меня будут в будущем)

Методика незакінчених речень

Інструкція

Пожалуйста, прочитай слова и запиши свои ассоциации и мысли, связанные с этими словами

5. Сексуальность \*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Любовь \*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

6. Секс \*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Інструкція:

Пожалуйста, внимательно прочитай следующие вопросы и дай честный ответ

7. На твой взгляд, какие темы должны быть включены в программу сексуального образования для подростков? \*



A large, faint watermark of the Don State University of Management logo is centered on the page. The logo is circular, featuring a central shield with a star and a book, surrounded by a laurel wreath. The text 'ДАРОНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ' is written around the top half of the circle, and 'ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТУСА' is written around the bottom half. Inside the circle, there is also a banner with the text 'АЛМА МАТЕР' and another banner with the text 'МІЖЗОВ'ЯЗУЄ'.

8. На твой взгляд, почему сексуальное образование нужно подросткам? \*

Что будет если никакого сексуального образования не будет? \*



A large, faint watermark of the Don State University of Management logo is centered on the page. The logo is circular, featuring a central shield with a star and a book, surrounded by a laurel wreath. The text 'ДАРОНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ' is written around the top half of the circle, and 'ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТУСА' is written around the bottom half. Inside the circle, there is also a banner with the text 'АЛМА МАТЕР' and another banner with the text 'МІЖЗОВ'ЯЗУЄ'.

9. Какие вопросы в теме романтических отношений тебе было бы интересно рассмотреть более подробно? \*



---

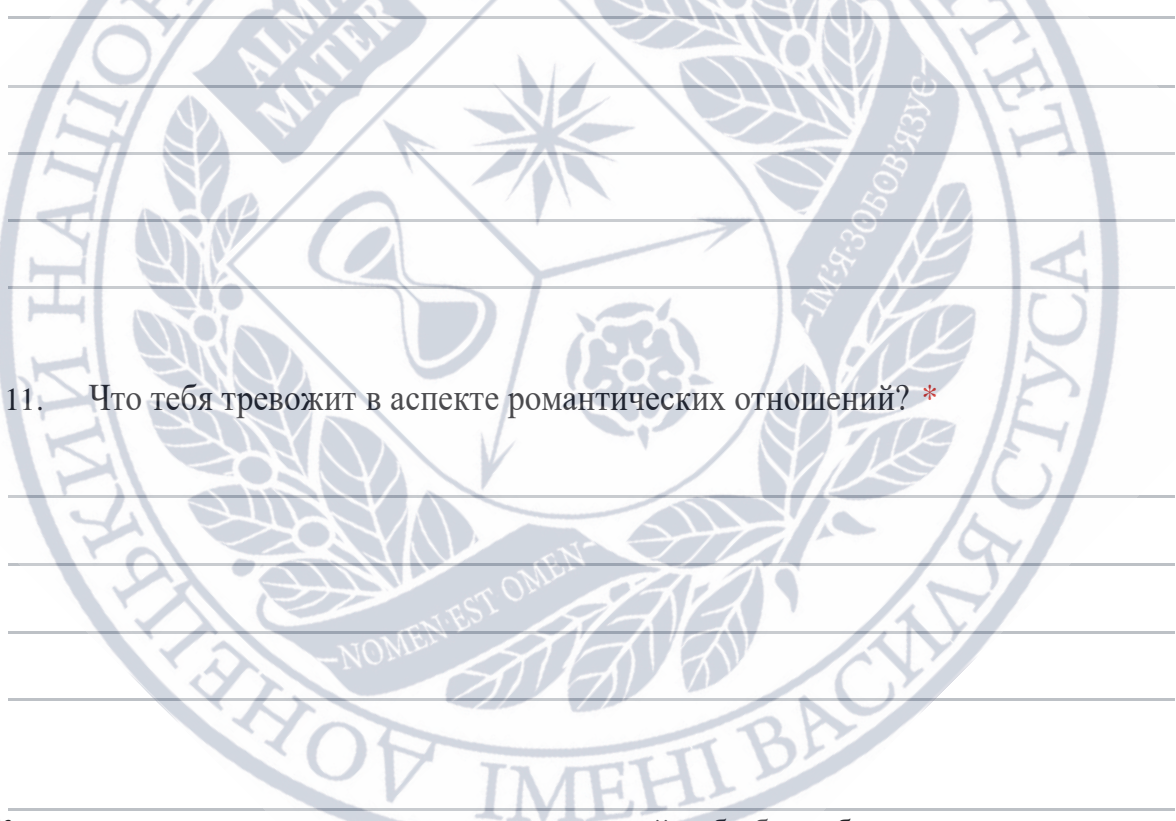
---

---

---

---

10. Какие вопросы в теме романтических отношений тебе не понятны и ты хотел(а) бы узнать о них? \*



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

11. Что тебя тревожит в аспекте романтических отношений? \*

Какие вопросы в теме сексуальных отношений тебе было бы интересно рассмотреть более подробно? \*

---

---

---

---

12. Что тебя тревожит в области сексуальных отношений? \*

---

---

---

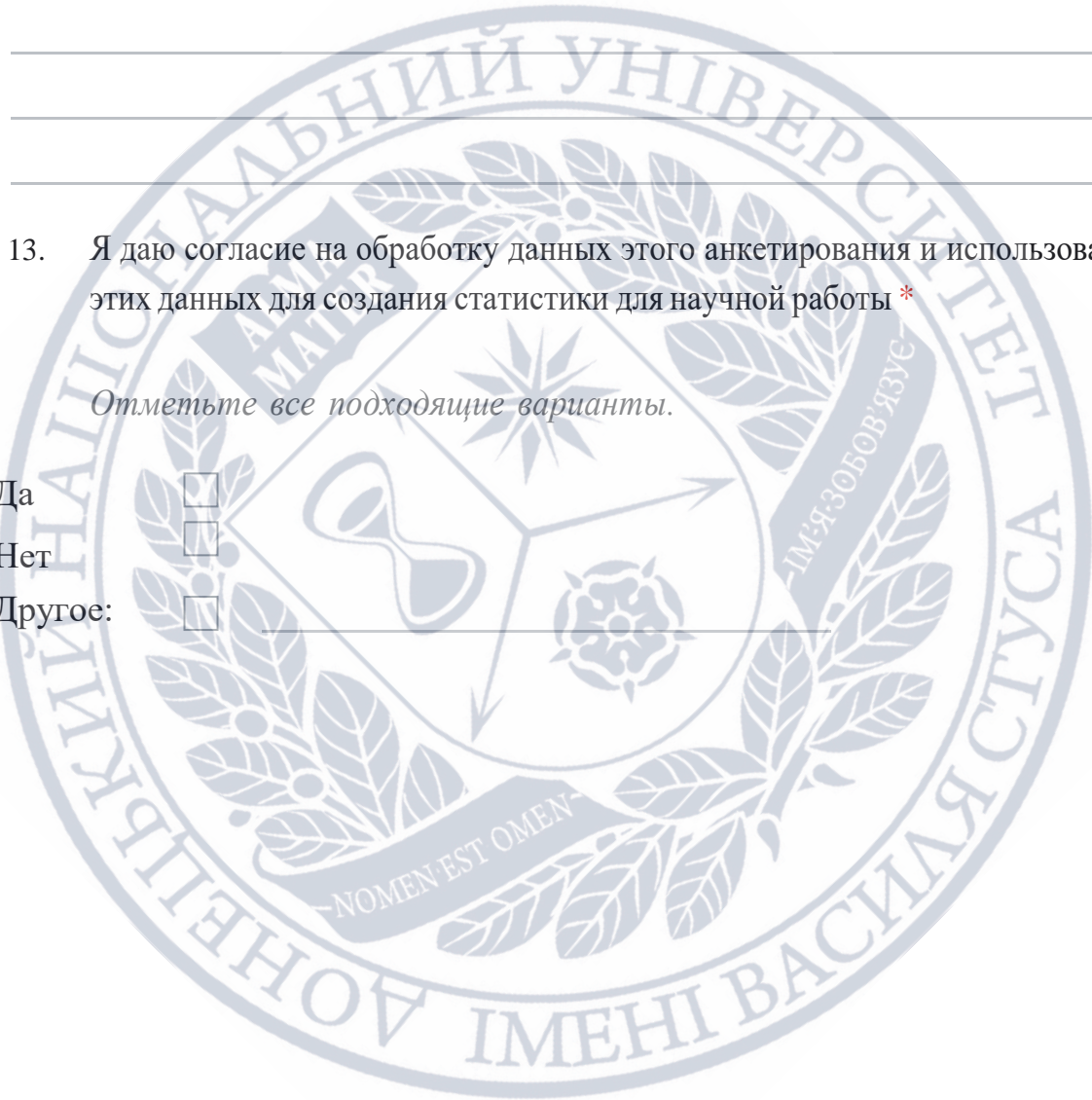
---

---

13. Я даю согласие на обработку данных этого анкетирования и использования этих данных для создания статистики для научной работы \*

*Отметьте все подходящие варианты.*

- Да ☐
- Нет ☐
- Другое: ☐



**Плани лекційних занять з сексуального виховання школярів****ЛЕКЦИЯ 1**

*Тема: Сексуальные отношения*

Рассматриваемые вопросы:

- Первый секс
  - Когда стоит начать
  - Кто такой “правильный партнер”?
- Чем отличается реальность и фильмы?
- Понятие личных границ в сексе
- Беспорядочные половые связи
  - Какие есть минусы
  - Какие есть плюсы
  - На сколько стыдно быть тем, кто “ждет подходящего человека?”
- Сексуальное насилие
- Нонконкордантность
- Комплексы и секс

**ЛЕКЦИЯ 2**

*Тема: Романтические и сексуальные вопросы в отношениях*

Рассматриваемые вопросы:

- Страх начала отношений
- Решения проблем
  - Почему чувства другого не могут быть выше своих?
  - Проблема в одном или в обоих?
  - ”Словами через рот”
- Ревность
- Обязателен ли вообще секс в отношениях?
- Построение здоровых отношений:



- Какими могут быть здоровые отношения
- Как справляться с кризисами

## ЛЕКЦИЯ 1

### -Первый секс

- Когда стоит начать
- Кто такой “правильный партнер”?

### ПЕРВЫЙ СЕКС

Изначально я бы хотела дать определение, которое мы будем подразумевать, говоря “первый секс”.

Первый секс - это первое осознанное, ответственное сексуальное взаимодействие с другим человеком, с полного вашего согласия и согласия партнера.

Что является составляющими хорошего первого секса?

- Психологическая и физическая готовность человека к подобному общению
- Партнер
- Знания

Это тот “базовый набор”, который необходим для того, чтобы все прошло более-менее хорошо. Давайте рассмотрим каждый пункт более подробно.

#### 1. Физическая готовность

Физическая готовность это больше биологическое, нежели психологическое понятие. Вы уже проходили на уроках биологии такую тему как половое созревание, соответственно примерно в этот период физиологически тело готово к тому, чтобы принять участие в подобном интересном общении.

## 2. Психологическая готовность

Физиологическая готовность человеческого организма к размножению никоим образом не влияет на психологическую готовность. Этот фактор сугубо индивидуальный и человек может быть психологически готов в 15 или 16, в 20, в 30 или вообще никогда может не быть к этому готовым. На психологическую готовность человека влияет множество факторов, таких как: отношение родителей к ребенку, отношения с ближайшим важным окружением, самооценка, позитивный или негативный опыт общения с людьми предпочитаемого пола.

## 3. Партнер

Этот пункт часто представляется одним из самых сложных, потому что найти подходящего именно тебе человека бывает трудно. Но есть то, что отличает хорошего партнера от других:

- Этому человеку не плевать на ваши чувства
- Рядом с этим человеком вы чувствуете себя в безопасности
- Этот человек заботится о вас
- Этот человек интересуется вашим мнением
- Тот человек, с которым у вас совпадают взгляды по важным вопросам

Все это - признаки человека, который может о вас позаботиться, поддержать вас. И такого человека довольно просто узнать в толпе, есть всего 2 признака, которые срабатывают без вашего контроля:

-Вы НЕ чувствуете “бабочек в животе” - эти бабочки, это признак внутреннего физического беспокойство. Вы не знаете почему, вы это даже не осознаете, но ваш организм кричит вам о том, что что-то не так и от этого человека нужно уходить.

-Этот человек может вас рассмешить. ( Чувство юмора - это показатель интеллектуальности человека и если ваши шутки на одном уровне и вы можете друг друга рассмешить - вы подходите друг другу)

#### 4. Знания

Что будет, если отправить совершенно не подготовленного человека в космос? Скорее всего, он умрет, а если выживете, то будет напуган, у него будет травма, поста травматический синдром, повышенная тревожность по отношению всех летающих средств передвижения и многое другое

А что будет, если отправить в космос человека, который прошел обучение, у которого есть знания и примерное понимание что его ждет и как действовать в экстренной ситуации? Он определенно выживет, и, возможно, первый полет будет связан у него немного и со стрессом тоже, но он подготовлен и все в порядке, он со всем разберется.

На месте какого космонавта вам хотелось бы быть?

ЧЕМ ОТЛИЧАЕТСЯ РЕАЛЬНЫЙ СЕКС ОТ ПРИДУМАННОГО?

Кто из вас смотрел американские сериалы про школьников? У кого из вас есть заблуждение что американские школьники выглядят действительно так же, как 25-30 летние актеры, которые их играют?



Во всех фильмах, любого содержания вы видите работу огромного количества людей, сценаристов, режиссеров, визажистов, парикмахеров, актеров и все это для того, чтобы показать картинку.

Но как “Дневники вампира” не являются пособием по построению отношений, так и фильмы для взрослых не являются пособием для того, чтобы чему-то научиться.

В порнографии есть больше “-”, чем плюсов. Из психологических это:

-Не правдоподобное представление о сексуальной жизни в целом

-Комплексы, связанные со внешностью, размерами/формой/видом гениталий, продолжительностью акта и так далее.

Из физиологических:

-Не так давно была доказана прямая связь импотенции и порнозависимости. Мужчинам крайне сложно дается подобное увлечение и приводит к тому, что они не могут заняться сексом с кем-либо реальным, привыкание наступает довольно быстро, порно зависимость похожа на все остальные - увеличение стажа ведет к отказу от социума и увеличению дозы.

Такая себе перспектива, не так ли?

## ЛИЧНЫЕ ГРАНИЦЫ

Личные границы в нашем обществе - это вообще больная тема. Часто в детстве родители ругают, если вы не хотите делиться игрушками, едой, личным временем, заставляют обниматься с родственниками, потому что “боже, как стыдно, неужели нельзя проявить уважение!?”, заходят в комнату без стука, берут вещи (даже если убирают на места) без спроса.

Все это приучает к тому, что дети просто не понимают где вообще их личное пространство и кому можно в нем быть, а кому - нет.

В сексуальной жизни личные границы так же важны и вам необходимо знать свои границы и уважать границы партнера, чтобы ваша сексуальная жизнь не причиняла никому боль.

Как найти свои границы?

Когда вы чувствуете раздражение, страх, неуверенность, злость - это признак того, что ваши границы были нарушены и их нужно защитить.

Ответьте себе на вопросы:

- "Что мне нравится?"
- "Что со мной делать можно?"
- "А что нельзя?"
- "Что мне можно говорить?"
- "Что мне говорить никогда нельзя?"

Эти правила могут быть абсурдными для кого-то, но если для вас важно чтобы вокруг не было желтого цвета, значит его по возможности нужно исключить потому что это ваша граница и не важно понятна она другим или нет.

Я приведу пример. У меня есть свои границы, например я не разрешаю большинству людей обнимать меня со спины, мне это неприятно и я не общаюсь с теми, кто эту мою границу систематически нарушает.

## БЕСПОРЯДОЧНЫЕ ПОЛОВЫЕ СВЯЗИ

Давайте разберемся с такой штукой, как сексуальные связи вне каких-либо отношений. В сексе как таковом нет ничего хорошего или плохого,

человечество практикует этот вид общения тысячи лет и я сомневаюсь что когда-либо перестанет.

Но условно можно поделить сексуальное взаимодействие с другими как:

- Секс с постоянным партнером
- Секс с партнером на один раз.

В беспорядочном сексе, как и везде, есть свои плюсы и минусы и в данном случае это только ваша зона ответственности брать их во внимание или нет.

Из плюсов:

- Возможность сделать то, что делать страшно/стыдно/неловко

Из минусов:

-Возможность получить в виде прощального подарка несколько венерических заболеваний или просто не очень приятных вирусов, таких как герпес, молочница, разнообразные сыпи и вирус папилломы человека (который может вызвать развитие раковых клеток)

-Возможность нарваться на неадекватного человека (ни у кого на лбу не написано что он или она не являются маньяками, а если написано, я бы этому не доверяла)

-Скорее всего, этот человек никак не позаботится о вашем удовольствии

- Психологически вы получите минимальную разрядку.
- Нежелательная беременность

Что их этого более весомо для вас - решать вам, потому что на самом деле кто бы что ни говорил и не пытался делать - если вы решите заняться



сексом - никто не сможет вам помешать, главное, чтобы вы сами осознавали риски.

НА СКОЛЬКО СТЫДНО БЫТЬ ТЕМ, КТО ЖДЕТ ПОДХОДЯЩЕГО ЧЕЛОВЕКА?

На самом деле в 16 или 18 это особо не стыдно, но начиная с 19-20 общество и окружающие начинают думать, что что-то не так, и вам стоит кого-то бы уже найти, потому что у всех уже все было и вообще...

1. Нет ни одной социальной группы, про которую можно сказать “все”
2. А на сколько, по вашему мнению, стыдно каком угодно возрасте не иметь обсессивно - компульсивного расстройства?

Логично предположить, что даже если кто-то вам говорит, что у всех вокруг есть это расстройство, вы можете погуглить как оно проявляется и понять что статистика “все” не оправдана, а даже если оправдана - а вам оно вообще нужно?

Суть не в том, чтобы поставить галочку, а в том, зачем вам секс вообще и какую цель вы преследуете.

Если секс вам нужен для того, чтобы чувствовать себя любимыми, понятыми, принятыми, уверенными, без страха утром получить сникерс и предложение больше не встречаться, секс с партнером на один вечер это вам вряд ли обеспечит. По этому - это нормально искать кого-то хорошего.

Одна из таких людей, актриса, которая играла роль Фиби в сериале Друзья, ее зовут Лиза Кудроу, и она довольно открыто заявила о том, что секс до брака ее не интересует, а замуж она вышла около 30 лет.

Секс не может быть:

- Во имя спасения отношений
- Для того чтобы помириться
- Для того чтобы выяснить отношения
- Для того чтобы что-то кому-то доказать

Секс - это диалог двух людей, и если ваш диалог с человеком не клеится словами, не стоит переводить его в более сложную для понимания плоскость.

## СЕКСУАЛЬНОЕ НАСИЛИЕ

По последним данным, на данный момент 97% женщин когда-либо в своей жизни подвергались сексуальному насилию или попыткам сексуального насилия. Статистика по мужчинам намного менее правдивая, на данный момент точную цифру назвать нельзя, но это примерно 15-20%.

В Украине в 2020 было возбуждено 410 уголовных дел по факту сексуального насилия и это только те, кто написал заявление, по статистике - примерно 60% не пишут заявлений.

Тут резонен вопрос “почему”. Есть 2 основные причины, и первая и основная в том, что только 6% из 100% говорят что насилие совершил НЕ знакомый им мужчина.

То есть, примерно 94% случаев сексуального насилия - это насилие в паре, насилие со стороны мужа, парня, друга.

Ужас в том, что пережившие насилие люди знают своих насильников и написать на них заявление становится в разы труднее и опаснее.

Еще есть общество, которое навязывает женщинам идею о том, что “не стоит ломать парню жизнь”, “теперь никто не захочет с тобой встречаться”, страх того, что муж/парень бросят, если узнают о насилии.

Множество людей, которые под постами о предотвращении культуры насилия пишут что женщины этого заслужили, что наверняка они были вызывающе одеты и вели себя распушенно.

Давайте проведем маленький эксперимент.

Девушки, что вам говорили родители о том, как уберечь себя от сексуального насилия? Что из этого вы делаете?

А теперь парни. Что вам говорили родители о том, как себя вести чтобы избежать сексуального насилия?

В этом отражение культуры поощрения насилия и наказания жертвы.

Хотя все не так просто. Считается, что насилие это всегда “мужчина - плохой, женщина - жертва”.

Мужчины тоже бывают жертвами, но это не афишируется потому что многие мужчины даже не осознают что были в подобной ситуации. Считается, если женщина настаивает на сексуальном контакте, если она в какой-то степени заставляет все окей, во многих фильмах и книгах это даже круто. Более того есть множество женских курсов на которых женщинам рассказывают что подсыпать виагру это нормально. Нормально схватить за гениталии и вроде как окей.

Все это не окей мужчина вы или женщина:

Сексуальное насилие это сексуальный контакт с человеком который:

-Не осознает свои действия

-Не может здраво оценивать ситуацию



- Находится под действие наркотических средств или действие алкоголя
- Не достиг возраста, разрешенного законом (от 13 в Японии до 20 лет в Тунисе)
- Против сексуального взаимодействия

Попыткой сексуального насилия являются:

- Прикосновения против воли
- Поцелуи без согласия
- Слова и пошлые намеки
- Фото интимного характера

### НОНКОНКОРДАНТНОСТЬ

Это заумное слово описывает то, что сексологи в исследованиях обнаружили совершенно недавно.

Сексуальное возбуждение человека делится на психологическое и физиологическое и они не всегда совпадают.

У женщин процент совпадения примерно 30-40%, у мужчин 70-80%.

Что это значит?

Физическое возбуждение - это выработка гормонов, реакция тела на те или иные раздражители, но при этом психологически человек может быть совершенно не возбужден и секса не хотеть.

Эмили Нагоски в своей книге приводит такой пример:

Парень на вечеринке по ошибке зашел комнату где какой-то парень занимался сексом с пьяной, заснувшей девушкой. Мозг понимал что это насилие, это не правильно. Но тело отреагировало возбуждением. От этого парень почувствовал себя насильником, потому что его вроде как возбудило это и почувствовал к себе отвращение.

Это ситуация неконкордантности. Его мозг был не согласен с его телом.

Другая ситуация. В оправдание сексуального насилия мужчины иногда говорят такую фразу “ну ты же получила оргазм, значит тебе понравилось, значит это не насилие” - тело женщины отреагировало возбуждением на действия, но мозг был против.

Не зная об этом многие женщины начинают ненавидеть себя за то, что им этот секс вроде как понравился, раз они испытали оргазм, значит они не правильные.

Это ситуация неконкордантности.

И подобных ситуаций много.

Очень важно, чтобы вы в первую очередь слушали себя и слышали, и даже если ваше тело выдает признаки того, что вы возбуждены, не важно женщина вы или мужчина, это не значит что вы хотите или готовы к сексу.

## НОРМАЛЬНОСТЬ

Понятие нормальности в сексуальной сфере крайне размыто, как и в психологии в целом. Нормальным считается все то, на что все то, на что партнеры согласились, будучи в здравом уме, без принуждения, осознанно и понимая все детали происходящего.

## КОМПЛЕКСЫ И СЕКС

Неуверенность в себе часто ведет к тому, что человек оказывается в ситуации постоянного сексуального насилия и ничего с этим не делает. Чем больше комплексы, тем больше убеждение человека в том, что с ним нельзя обращаться хорошо, что он не достоин понимания, любви, заботы, что это нормально, если партнер изменяет или позволяет себе унижать его.

Проблема в этом случае в том, что сам человек считает это нормой и ничего с этим не делает.

## ЛЕКЦИЯ 2

### СТРАХ НАЧАЛА ОТНОШЕНИЙ

Почему мы боимся начинать отношения?

- Потому что может быть больно.

Человеку свойственно бояться всего того, чего он не пробовал и не знает. А начало отношений это то, что страшно еще больше, потому что полностью контролировать ситуацию вы не можете, всегда есть переменная в виде второго человека. Нужно учитывать несколько простых по звучанию, но сложных по применению вещей:

1. Любить и быть влюбленным это нормально.

Это не стыдно быть влюбленным в кого-либо, не стыдно об этом сказать, это нормально кого-то любить даже если это не взаимно.

2. Получать отказы и отказывать это нормально

Вы не тортик чтобы всем нравится, не воздух - вы не необходимы чтобы выжить и вам не необходимы для этого другие люди. Если вы можете отказывать, отказывать могут и вам и это нормально. Нормально провести взрослый спокойный разговор о том, что “Окей, я тебе нравлюсь и мне очень приятно, но, к сожалению, мне не нравишься ты” И все.

Тот факт что вы не нравитесь всем людям в этом мире нормален. От того что вы кому-то не нравитесь вы не становитесь хуже.

Наоборот, круто, что вы вообще можете любить и быть влюбленным.

3. Расставаться - это тоже нормально.

Это правда можно пережить.



Отношения это как поступить в университет, сначала вы можете ошибиться. а можете и не ошибиться, но даже если ошиблись, на этом опыте вы поймете что вам на самом деле нужно и сможете двигаться дальше.

Это не плохо, хотя бывает и грустно, и больно.

ПОЧЕМУ В ОТНОШЕНИЯХ ЧУВСТВА ДРУГОГО ЧЕЛОВЕКА НЕ МОГУТ БЫТЬ ВЫШЕ ВАШИХ

Модель самопожертвования в отношениях очень популярна, жертва карьерой, жертва временем, возможностями, благополучием, здоровьем во имя любви.

В сущности, любовь - это осознаваемый взаимовыгодный обмен между людьми.

Я даю тебе то, чего недостает тебе и в чем у меня есть ресурс, а ты даешь мне то, чего у меня нет и в чем у тебя есть ресурс и все счастливы.

В момент, когда кто-то начинает отдавать больше, а получать меньше - начинается абьюз. Поэтому абсолютно все в отношениях, касающееся отношений, нужно разделить именно с тем человеком, с которым у вас отношения.

Вы можете и должны оставить часть своей личной жизни себе, в которую партнера можете не посвящать, но все, что касается партнера нужно с ним разделить, а не ванговать.

Если у вас есть вопросы, проблемы, спорные вопросы - даже если она вам кажутся глупыми, даже если все вокруг говорят, что ответ на вопрос и так всем понятен, не вангуйте, а поговорите.

Золотое правило счастливых, долгих отношений - как можно больше говорить словами через рот, обо всем.

И если вы в отношениях с человеком, с которым не можете поговорить обо всем и чувствовать себя комфортно - зачем вам эти отношения?

## КТО ВИНОВАТ ВО ВРЕМЯ ССОРЫ

Изначально стоит сказать, что ссора - это хорошо)

Странно звучит но это на самом деле так. Хороших отношений не бывает без ссор, вопрос в том, как вы их решаете.

Если представить развитие отношений как игру, то момент ссоры, это момент перехода на новый, более классный уровень. Ссора говорит о том, что вы наткнулись на личные границы друг друга, которые не видели до этого и это нормально, это круто и хорошо.

В такие моменты вам нужно понять почему вы злитесь, что пошло не так и как партнер мог бы это исправить. Вы говорите, принимаете вместе решение и переходите на новый уровень.

## РЕВНОСТЬ

Изначально стоит разделить ревность на позитивно и негативно направленную.

Позитивно направленная умеренная ревность, это ревность, направленная на защиту партнера, о есть злость возникает на того, кто посягает. У женщин такая ревность часто выглядит как неприязнь к какому-то человеку, а у мужчин в желании занять больше места, чем конкурент, быть громче, больше, сильнее. Но это может варьироваться в зависимости от особенностей восприятия, воспитания и психики.

Ревность так же бывает негативно направленной, то есть злость направляется на уничтожение и подавление партнера. Такая ревность

проявляется в том, что партнер запрещает носить те или иные вещи, бывать в определенных местах или компаниях, вести себя определенным образом. Она направлена на ограничение партнера.

Что вообще такое ревность?

Ревность это проявление неуверенности в себе. Мы ревнуем потому что боимся что партнер может найти кого-то лучше, чем мы. Мы не ревнуем ко всем. Мы ревнуем только к тем, кого считаем в чем-то лучше или привлекательнее чем мы сами.

Что с этим делать?

1. Понять что именно нас злит и раздражает в человеке, к которому мы ревнуем
2. Понять почему это вызывает злость, что такого есть у этого человека, чего нет у нас
3. Поговорить с партнером о своих чувствах и сомнениях с точки зрения “Я”

“Мне страшно что я тебя потеряю”, “Я чувствую себя не уверенно”.  
Хороший партнер поможет вам справиться с этими чувствами вместе.

**ОБЯЗАТЕЛЕН ЛИ СЕКС В ОТНОШЕНИЯХ?**

Часто считается что у человека есть инстинкт размножения. Так вот, такого инстинкта у нас нет.

Инстинкт размножения проявляется в природе таким образом - раз в определенное время (раз в сезон или раз в полгода) животные начинают активно спариваться для того, чтобы успеть завести потомство и вырастить



его до жизнеспособного состояния до наступления неблагоприятных условий.

Животные в большинстве случаев не получают удовольствия от спаривания, это необходимость, которую они переживают и все. При этом между моментами обострения инстинкта, животные сексом не занимаются, у них нет такой необходимости.

Человек - одно из немногих млекопитающих, которое способно чувствовать сексуальное желание в любое время года и заниматься этим не для того чтобы дать потомство.

У человека в принципе особо инстинктов нет, потому что мир в котором мы живем слишком сложный и вариативный чтобы иметь такую роскошь как заложенный повторяющийся из поколения в поколение алгоритм действий.

По этому секс вообще ни для кого не обязателен. Он не обязателен в отношениях и в жизни в целом, в данном случае важно чего хотите именно вы, и если вам нравятся романтические отношения, но не сексуальные - это нормально.

## ПОСТРОЕНИЕ ЗДОРОВЫХ ОТНОШЕНИЙ

В бизнес литературе есть такое понятие как “вин-вин”, кто его слышал?

Понятие “вин-вин” обозначает взаимовыгодный обмен ресурсами, при котором каждая сторона выигрывает.

Отношения - тоже действуют по принципу “вин-вин”, отдавая что-то, вы должны что-то получать в ответ, это далеко не всегда материальные вещи, чаще это эмоции, чувства, впечатления, ощущения.

Любовь - это не про другого человека, это про вас. Вы влюбляетесь не потому что человек такой замечательный, а потому что ВЫ его так видите, потому что ВАМ это нужно. Мы влюбляемся в тех, кто что-то может нам дать.

У всех есть идеальный тип, тип партнера, тип отношений, и многие из вас были влюблены, подумайте, почему вы были влюблены, что такого было в том человеке, что вы чувствовали и сравните со своим идеалом.

Нашли совпадения?

Это то самое, чего не хватает вам и вы подсознательно находите тех, кто может это вам дать.