

УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ АЛЬФРЕДА НОБЕЛЯ

КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ ТА ПЕДАГОГІКИ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему

*«Психологічні особливості сексуальності
жінок середнього віку»*

Виконав: здобувач 2 курсу,
групи ПС-23-1вм
Спеціальності 053 «Психологія»

Козар М.Ю.

Керівник: Бикова В.О.,
кандидат педагогічних наук, доцент

м.Дніпро
2025

АНОТАЦІЯ
кваліфікаційної роботи
Козар М.Ю.

на тему:

«Психологічні особливості сексуальності жінок середнього віку»

Кваліфікаційна робота здобувача 2-го курсу, спеціальності «Психологія» (у форматі Магістр) (Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро, кафедра психології та педагогіки) присвячена проблемі теоретичного обґрунтування та емпіричного дослідження психологічних особливостей сексуальності жінок середнього віку.

У роботі визначено сексуальність як специфічна форма комунікації, а також психологічні особливості сексуальних установок у жінок середнього віку та чинники, що на їх впливають.

Теоретично обґрунтовано психологічний аналіз підходів до життєвих сценаріїв у системі життєвого орієнтування сучасної особистості, зважаючи на типові умови життя.

Емпірична частина базується на даних, отриманих за допомогою комплексного психодіагностичного інструментарію, зокрема методик «Оцінка сексуального профілю» (М. Яффе, Е. Фервік), «Настанови до сексу» (Г. Айзенка), «Подолання важких життєвих ситуацій» (ПВЖС/SVF120), а також тесту «Визначення провідного драйвера» (Мері Кокс). Вибірка дослідження склала 63 жінки віком від 30 до 45 років.

За результатами дослідження, виявлено, що чверть респонденток мають ознаки огиди до сексу, що може вказувати на наявність певних соціально-культурних чи особистісних бар'єрів у сприйнятті інтимних стосунків. Близько половини респонденток позитивно ставляться до порнографії, що свідчить про відкритість до сексуальних експериментів, але водночас може викликати конфлікти у партнерських стосунках за наявності різних поглядів у партнерів.

Дослідження драйверів особистості показало, що для більшості респонденток домінуючим є драйвер «Будь досконалим», який відображає прагнення відповідати високим стандартам у всіх аспектах життя, зокрема в інтимних стосунках.

Аналіз взаємозв'язків між сексуальними установками і механізмами психологічного захисту дозволив виявити, що високий рівень гіперсексуальності позитивно корелює з механізмами самовиправдання, пошуку соціальної підтримки та відволікання, що може слугувати засобом емоційної компенсації. Водночас виявлено негативні кореляції між жертовністю та такими психологічними характеристиками, як самоствердження і самовиправдання, що вказує на труднощі у визначенні особистих меж і схильність до емоційного вигорання.

Отримані результати розширюють розуміння взаємозв'язків між психологічними характеристиками і сексуальними установками жінок середнього віку, а також можуть слугувати основою для розробки психокорекційних програм, спрямованих на підвищення рівня задоволеності життям і покращення якості інтимних відносин.

Практична значущість полягає в тому, що отримані результати можуть використовуватися як основа для подальших теоретичних розвідок у галузі сексології, сприяючи глибшому розумінню взаємодії між психічними аспектами та сексуальними установками особистості. Крім цього, результати нашої роботи можуть використовувати психологи, зокрема, для розробки тренінгових занять з виявлення і корекції життєвого сценарію.

Перелік ключових слів: *сексуальність, сексуальні установки, жінки середнього віку, психологічний стан жінок, життєвий сценарій.*

SUMMARY

qualification work

Mariia Kozar

on the topic:

«Psychological features of the sexuality of middle-aged women»

The qualification work of the 2nd-year applicant, majoring in «Psychology» (in Master's format) (Alfred Nobel University, Dnipro, Ukraine, Department of Psychology and Pedagogy) is devoted to the problem of theoretical substantiation and empirical research of the psychological features of women's sexuality in the middle age/

The work defines sexuality as a specific form of communication, as well as psychological features of sexual attitudes in middle-aged women and the factors influencing them.

The psychological analysis of approaches to life scenarios in the system of life orientation of a modern individual is theoretically substantiated, taking into account typical life conditions.

The empirical part is based on the data obtained with the help of a complex psychodiagnostic toolkit, in particular the methods «Sexual Profile Assessment» (M. Yaffe, E. Fervik), «Sex Guidelines» (H. Eysenka), «Overcoming Difficult Life Situations» (PVJS/ SVF120) as well as the Lead Driver Identification test (Mary Cox). The research sample consisted of 63 women aged 30 to 45 years.

According to the results of the study, it was found that a quarter of respondents have signs of aversion to sex, which may indicate the presence of certain socio-cultural or personal barriers in the perception of intimate relationships. About half of respondents have a positive attitude to pornography, which indicates openness to sexual experiments, but at the same time, it can cause conflicts in partner relationships if partners have different views.

The study of personality drivers showed that for the majority of female respondents, the dominant driver is «Be perfect», which reflects the desire to meet high standards in all aspects of life, in particular in intimate relationships.

Analysis of relationships between sexual attitudes and mechanisms of psychological protection revealed that a high level of hypersexuality is positively correlated with mechanisms of self-justification, search for social support and distraction, which can serve as a means of emotional compensation. At the same time, negative correlations were found between self-sacrifice and such psychological characteristics as self-affirmation and self-justification, which indicates difficulties in defining personal boundaries and a tendency to emotional burnout.

The obtained results expand the understanding of the relationships between psychological characteristics and sexual attitudes of middle-aged women, and can also serve as a basis for the development of psychocorrective programs aimed at increasing the level of life satisfaction and improving the quality of intimate relationships.

The practical significance is that the obtained results can be used as a basis for further theoretical explorations in the field of sexology, contributing to a deeper understanding of the interaction between mental aspects and sexual attitudes of the individual. In addition, the results of our work can be used by psychologists, in particular, to develop training sessions on identifying and correcting life scenarios.

Keywords: *sexuality, sexual attitudes, middle-aged women, psychological state of women, life scenario.*

ЗМІСТ

| | |
|---|-----------|
| ВСТУП | 9 |
| РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ, ПРОБЛЕМИ СЕКСУАЛЬНОСТІ У ПСИХОЛОГІЇ, АСПЕКТИ СЕКСУАЛЬНОСТІ | 13 |
| 1.1. Сексуальність як специфічна форма комунікації | 13 |
| 1.2. Психологічні особливості сексуальних установок у жінок середнього віку | 21 |
| 1.3. Психологічний аналіз підходів до життєвих сценаріїв у системі життєвого орієнтування особистості | 31 |
| РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СЕКСУАЛЬНОСТІ ЖІНОК СЕРЕДНЬОГО ВІКУ | 41 |
| 2.1. Описання вибірки та обраного психодіагностичного інструментарію | 41 |
| 2.2. Дослідження сексуального профілю та настанов до сексуальності | 47 |
| 2.3. Взаємозв'язок між сексуальними установками жінок середнього віку та їх життєвими сценаріями | 57 |
| ВИСНОВКИ | 71 |
| СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ | 75 |
| ДОДАТКИ | 80 |

ВСТУП

Протягом історичного розвитку в суспільстві виникли та розвивалися певні очікування стосовно соціальних ролей чоловіків та жінок. Ці очікування визначалися ціннісно-нормативними уявленнями, які формувалися й репродукуються у процесі соціально-історичного становлення. Чоловікам та жінкам призначалися відмінні соціальні функції та ролі в суспільстві, а це відображало загальні норми та цінності. Однак сучасний етап розвитку суспільства підкреслює неможливість формування психосексуальної культури людини без адекватного та позитивного сприймання власного образу, що нероздільно пов'язаний із прийняттям статево-рольової та сексуально-рольової поведінки.

Обґрунтування актуальності теми. Актуальність теми дослідження «Психологічні особливості сексуальності жінок середнього віку» обумовлена кількома важливими факторами. По-перше, середній вік є важливим періодом у житті жінки – відбуваються значні фізіологічні, психологічні та соціальні зміни, що впливають на її особистісний розвиток і міжособистісні стосунки. Сексуальність у цей період буде зазнавати трансформацій, пов'язаних зі змінами у самооцінці, сприйнятті тіла, соціальних ролях, а також змінами в партнерських стосунках. Водночас сексуальна задоволеність і гармонія в інтимній сфері є важливими факторами психологічного добробуту жінок, впливаючи на якість життя, стосунки з партнером і загальне відчуття задоволеності життям.

По-друге, у сучасній психологічній науці зростає інтерес до дослідження жіночої сексуальності в різні вікові періоди, але дослідження, що охоплюють саме середній вік, є досить обмеженими. Хоча в українській науковій літературі й існує низка досліджень, які розглядають проблему статевих відмінностей людини та її статеvu поведінку. У психологічних дослідженнях увага приділяється вивченню статевої диференціації, формуванню психологічної статі, гендерної ідентичності та механізмів її формування. Дослідники Т. Данильченко [9], Л. Дідковська [11], Т. Зозуль [15], Т. Костіна [17-18], М. Махній [23] та ін. висвітлюють психологічні аспекти, що впливають на формування особистісних рис та психічних

особливостей залежно від статевої приналежності. Натомість, Т. Говорун [7], Е. Ногоскі [25] зосереджується на психологічних аспектах статі та сексуальності, а В. Гупаловська [8] досліджує сексуальні установки молоді. Однак необхідне також і вивчення психологічних особливостей сексуальності жінок середнього віку, що дозволяє виявити специфічні фактори, які впливають на ставлення до сексуальної сфери та взаємозв'язок між сексуальними установками та життєвими сценаріями жінок.

По-третє, вивчення сексуальності жінок середнього віку набуває актуальності в умовах сучасного суспільства, адже відбувається переоцінка традиційних гендерних ролей і зростає важливість особистісної самореалізації та сексуальної автономії. Це відкриває нові перспективи для дослідження факторів, які сприяють або перешкоджають розвитку здорової сексуальності в означеному віці.

Мета дослідження – вивчити психологічні особливості сексуальності жінок середнього віку. Досягнення вказаної мети зумовлює виконання таких завдань:

- описати сексуальність як специфічну форму комунікації;
- розглянути психологічні особливості сексуальних установок у жінок середнього віку;
- здійснити психологічний аналіз підходів до життєвих сценаріїв у системі життєвого орієнтування особистості;
- вказати вибірки та обраного психодіагностичного інструментарію;
- дослідити сексуальний профіль та настановок до сексуальності;
- виявити взаємозв'язок між сексуальними установками жінок середнього віку та їх життєвими сценаріями.

Об'єкт дослідження – сексуальні установки жінок.

Предмет дослідження – психологічні особливості сексуальності жінок середнього віку.

Концептуальною гіпотезою дослідження є припущення, що життєві сценарії жінок середнього віку впливають на їхні сексуальні установки, сприяючи формуванню позитивних або негативних установок у сфері сексуальності.

Емпірична гіпотеза дослідження: жінки середнього віку з різними життєвими сценаріями мають відмінності в проявах сексуальних установок, що виражається у варіаціях задоволеності інтимним життям, рівня сексуальної активності та сприйняття себе як сексуально активної особистості.

Методи дослідження: для розв'язання поставлених завдань використано:

1. *Теоретичні методи* – аналіз, порівняння, синтез досліджень для обґрунтування науково-теоретичних засад проблеми сексуальної освіти;

2. *Емпіричні методи:*

– «Оцінка сексуального профілю» (М. Яффе і Е. Фервік (А. Лідерс, 2007));

– «Настанови до сексу» (Г. Айзенка);

– «Сексуальна формула (жінки)».

– «Подолання важких життєвих ситуацій», ПВЖС/SVF120 В. Янке та Г. Ердманн.

– «Визначення провідного драйвера» Мері Кокс (Mary Cox, 1999).

Емпірична база дослідження. Експериментальна вибірка складалася з 63 жінок у віці від 30 до 45 років, що відображає відсоткове співвідношення: 40 жінок були заміжні (63%), 20 незаміжні або розлучені (31,7%) та 3 вдови (4,7%). Серед респондентів було 11 жінок у декретній відпустці (17%), 38 працевлаштованих (60,3%), 23 непрацевлаштованих (36,5%) та 1 пенсіонерка (група інвалідності) (1,7%). Дослідження проводилося з 4.11 по 24.11 2024 року в м. Дніпро.

Теоретична значущість даного дослідження полягає в тому, що вперше було систематично досліджено взаємозв'язок між життєвими сценаріями жінок середнього віку та їхніми сексуальними установками. Дослідження дозволяє виявити закономірності, які визначають вплив різних життєвих сценаріїв на сексуальне сприйняття, установки та поведінку жінок у середньому віці, що сприяє розширенню знань про психологічні аспекти сексуальності в цьому періоді життя.

Наукова новизна полягає в тому, що вперше було проведено комплексне емпіричне дослідження взаємозв'язку між сексуальними установками та життєвими сценаріями жінок середнього віку, використовуючи сучасні психологічні методики. У дослідженні застосовувалися такі інструменти, як

«Оцінка сексуального профілю» (М. Яффе і Е. Фервік), опитувальник «Настанови до сексу» Г. Айзенка, «Сексуальна формула (жінки)», методика «Подолання важких життєвих ситуацій» (ПВЖС/SVF120) В. Янке та Г. Ердманна, а також «Визначення провідного драйвера» Мері Кокс. Отримані результати частково заповнюють прогалину у вітчизняних дослідженнях психології сексуальності жінок середнього віку, що має важливе значення для подальшої розробки теоретичних моделей сексуальності в рамках вікової психології.

Практичне значення роботи. Отримані результати можуть використовуватися як основа для подальших теоретичних розвідок у галузі сексології, сприяючи глибшому розумінню взаємодії між психічними аспектами та сексуальними установками особистості. Крім цього, результати нашої роботи можна використовувати у діяльності психологів, зокрема, для розробки тренінгових занять з виявлення і корекції життєвого сценарію.

Структура та обсяг. Дипломна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел, який містить 52 найменувань, 2 додатки. Загальний обсяг роботи – 83 сторінки, основний текст викладено на 78 сторінках. Робота містить 5 рисунків і 1 таблицю.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ, ПРОБЛЕМИ СЕКСУАЛЬНОСТІ У ПСИХОЛОГІЇ, АСПЕКТИ СЕКСУАЛЬНОСТІ

1.1. Сексуальність як специфічна форма комунікації

Проблема сексуальності людини привертає увагу в науковому співтоваристві, представляючи складний та багатоаспектний об'єкт дослідження. Ця тематика вимагає інтеграції різноманітних підходів і методологій з різних галузей науки, таких як біологія, психологія, соціологія та навіть політологія. У сучасному дискурсі досліджень сексуальності, спостерігається інтенсивна діалектика, яка відображається у гучних дебатах стосовно понять нормальності, природності, біологічних, психологічних, соціальних та політичних аспектів сексуальності. Міждисциплінарна спрямованість досліджень сексуальності визначає необхідність комплексного підходу до вивчення цієї проблеми, а також підкреслює її важливість у сучасному суспільстві.

Дослідженням феномену любові взагалі і еротичної любові зокрема займалися ще давні філософи (Сенека, S. Kern, Аристотель, Платон тощо) [32; 49]. Скажімо, ще в ідеології Платона, традиційні класичні уявлення про любов та інші важливі аспекти життя виникли в контексті ідеалізму. Платон визначав любов як «ідеальну» та «чисту», підкреслюючи її цілісність через досягнення блага та вічності. Це сприяло виходу за рамки фізіологічного розуміння людського існування. Філософ розглядав почуття любові як засіб пошуку істини, сприяння мистецтву, творчому натхненню та моральному вдосконаленню. В його концепції, сутнісне ядро еротичної любові включало Красу, Істину, Благо (Добро) та Творчість [46]. Отже, за цим поглядом, любов виявлялася не лише фізіологічним проявом, але й важливим аспектом, що пов'язаний з прагненням до вищих цінностей та ідеалів. Це бачення вплинуло на філософське розуміння ролі любові в житті людини, включаючи її зв'язок із здобуттям духовних істин, краси та добра.

Через кілька століть після філософського та метафізичного визначення, тема любові проникає в релігійний план. У християнстві, зокрема, любов стає

центральною теологічною проблемою, визначаючи величезну значущість у контексті християнської віри, де любов тлумачиться як вірність Богові. Загалом в християнстві любов розглядається не як еротика, і статева складова не займає визначального місця. Вона натомість носить пуританський етичний характер, підкреслюючи моральні аспекти та важливість ближнього, а також відображає відмову від еротичного аспекту у сприйнятті любові в цій релігії.

У подальшому виникли філософські концепції еротичної любові, що в значній мірі спрямовані на реабілітацію тілесного компонента любовних почуттів, розглядаючи його як фундаментальну основу людської чуттєвості. Скажімо, Готфрід Лейбніц, німецький філософ, математик і механік, переосмислив та трансформував ключові ідеї Платона, Аристотеля та інших філософів у своїх роздумах про любов. Він висвітлив неможливість автономного існування тіла та духу, ствержуючи, що людина є цілісною, а душа виявляється через тіло [13, с. 40]. Згідно з Лейбніцем, людина представляє собою нескінченно складну систему, де різні компоненти взаємодіють та підпорядковані один одному.

Секс був «культурно німий», він не мав власної мови, яка визнавалася б суспільством і могла би стати засобом соціального спілкування. Статеві відносини в середині XIX-го століття, на думку S. Kern, були в порівнянні з сексом XX-го століття «страшно серйозними» і «різко припинялися» ... «посткоїтусна перерва була надзвичайно незручною: з відкритими очима, з запаленим світлом партнери були змушені дивитися один на одного або в різні боки, починати говорити або продовжувати виносити подразнююче мовчання» [49, с. 21].

Після Другої світової війни, завдяки зусиллям етнографів, наука значно збагатилася конкретними відомостями про особливості статевого символізму і сексуальної поведінки різних народів світу, що призвело до виникнення необхідності в більш прискіпливому узагальненні отриманих даних.

Скажімо, Клелан Форд і Фрэнк Біч, антрополог та етолог відповідно, здійснили кількісне збагачення інформації про сексуальну поведінку в понад 200 країнах світу. У своїй монографії 1951 року «Зразки статевої поведінки» вони надали детальні описи досліджень про сексуальну поведінку людей з різних

культур і здійснили порівняльний аналіз різних видів тварин, зокрема, приматів . Клелан Форд і Фрэнк Біч в своїй роботі розглядали різні аспекти сексуальної поведінки, включаючи сексуальні позиції, тривалість статевого акту, місця для спілкування, досвід оргазму, типи прелюдії, поведінку залицяння, частоту спілкування та методи залучення партнера.

Подібний порівняльний аналіз статевої поведінки та взаємин між статями в сім різних суспільствах був представлений у книзі М. Мід «Чоловік та жінка» [50]. Ця робота отримала позитивні відгуки та визнана класикою в області вивчення сексуальної поведінки та культурних аспектів статевої відносин.

З 1975 року в США регулярно виходить спеціальний міждисциплінарний журнал під назвою «Sex Roles» («Статеві ролі»). Після досліджень Альфреда Кінзі сексуальна поведінка стала постійним об'єктом соціологічних досліджень. Журнал «Sex Roles» виступає платформою для представлення та обговорення актуальних досліджень у галузі статевої ролі і сексуальної поведінки, розвиваючи міждисциплінарний підхід до цих тем.

В кінці 1970-х та початку 1980-х років в рамках еволюційної психології відбувся прорив, коли вчені, такі як Д. Басс, Д. Саймонс, Р. Уїлсон, застосували еволюційну теорію до вивчення сексуальності людини [23, с. 316].

Скажімо, Д. Саймонс досліджує сексуальні емоції чоловіків і жінок, базуючись на специфічних психологічних механізмах відбору статевої партнерів [23, с. 320]. Він приходить до висновку, що у процесі еволюції виникли вроджені психологічні відмінності в виборі сексуального партнера: чоловіки шукають у жінок ознаки, які сигналізують про їхню репродуктивну цінність, тоді як жінки шукають ознаки, які свідчать про здатність чоловіка забезпечити ресурсами і захистом.

Д. Басс ставить за мету сформулювати загальну теорію сексуальної поведінки людей, ґрунтуючись на сучасних наукових даних [Цит за 1, с. 12]. Вчений провів багато масштабних досліджень з області статевої відмінностей і висуває гіпотези щодо психологічних механізмів, які ґрунтуються на еволюційних принципах. Його

дослідження дозволили пояснити гнучкість поведінки людей і стратегії активного пошуку партнерів, які властиві як чоловікам, так і жінкам.

Як висновок, О. Чернописка відзначає, що кінець XIX – початок XX століття відзначаються стрімкими та фундаментальними трансформаціями у поглядах на еротичу, секс та відносини між статями [39, с. 208]. Із дослідницею складно не погодитися, адже з одного боку, звільнення людської свідомості від релігійних табу призводить до більш вільних та осмислених сексуальних стосунків. У наш час сексуальність визнається як невід’ємна риса особистості, а гармонійне сексуальне життя стає важливою передумовою духовного та фізичного благополуччя суб’єктів. З іншого боку, відбувається руйнування традиційних уявлень про сімейне життя та цінності кохання, вірності та цнотливості. Ці зміни призводять до переосмислення ролі сексу в суспільстві, а тому як результат виникають різноманітні погляди на сімейні зв’язки.

Д. Тичина узагальнює, що «статеву приналежність індивіда, навіть у чисто біологічному розумінні, складна, багаторівнева система, яка складається в процесі індивідуального розвитку. Звідси випливає необхідність концептуального розмежування соціально-нормативних та індивідуально-особистісних аспектів поведінки» [35, с. 131].

Незважаючи на те, що сексуальні аспекти пронизують життя людини, фундаментальні питання про цей феномен залишаються неясними для сучасної науки. Визначення внутрішніх механізмів, які визначають сексуальну поведінку та реакції, залишається складною завданням, яке продовжує викликати інтерес та дослідницький напруження.

Означимо поняття «секс» та «сексуальність» із психологічної точки зору. О. Чернописка визначає термін «секс» у широкому контексті як процес відтворення. Поняття «секс» також використовується для опису органічного і/або фізіологічного задоволення, пов’язаного з сексуальною активністю [39, с. 211].

Що стосується сексуальності, то О. Щотка слушно відзначає, що сам «термін «сексуальність» з’явився у 1889 р в роботі, присвяченій аналізу жіночих захворювань, які не зустрічаються у чоловіків; такі відмінності неминуче

пов'язувалися з проявами жіночої сексуальності, наявність якої у жінки, на думку медиків того часу, вважалася протиприродною» [41, с. 193].

Сучасні дослідники розглядають феномен сексуальності як самостійний та важливий аспект життя людини, вивчаючи його не лише в контексті біології, а й через призму психології, здоров'я та повноцінного життя в сучасному суспільстві. Як приклад, у рамках універсальної теорії психосексуального розвитку, Д. Банкрофт аналізує структурні компоненти сексуальності, називаючи гендерну ідентичність, сексуальну орієнтацію та здатність до близьких парних відносин [43, р. 318].

Привертає увагу те, що 2014 року Д. Толман, Л. Даймонд, Дж. Бауермаїстер та В. Джордж, провідні вчені з психології в США, спільно розробили «Довідник з сексуальності і психології», обсягом майже 1300 сторінок. У цьому довіднику автори аналізують поняття «сексуальність» в психологічному контексті, намагаючись зрозуміти його складність на різних аналітичних рівнях, а також у ньому вміщено обґрунтоване уявлення про те, що науково відомо в даний історичний момент, а також визначаються напрями, якими має рухатися наука психології для подальших досліджень сексуальності [52]. Треба додати, що наразі вказаний довідник є першою комплексною спробою визначити та розкрити сутність сексуальності людини на такому рівні.

Вітчизняний психолог, автор низки навчальних видань із сексології В. Кришталь [21] пропонує розглядати сексуальну норму через призму різних аспектів сексуальності, таких як анатомо-фізіологічні, соціальні, психологічні та соціально-психологічні. Науковець визначає сексуальне здоров'я як інтегральний комплекс цих компонентів, які взаємодіють для забезпечення оптимальної сексуальної адаптації та гармонії у сексуальних взаємовідносинах відповідно до соціальних та особистих моральних норм.

Своєю чергою І. Норкіна стверджує, що «сексуальність – це складне соціокультурне явище, яке охоплює різні сфери психічного життя людини: відчуття, переживання, емоції, уяву, думки, мотиви, дії, вчинки – усе те, що супроводжує її активність» [26, с. 54].

О. Щотка відштовхується від того, що поняття» сексуальності виражає те, як суспільство та окремі люди організують, розуміють та репрезентують еротичні та репродуктивні дії» [41, с 194]. Більше того, практика сексуальності виявляє сексуальну орієнтацію або сексуальну ідентичність особистості. Відтак, «сексуальна ідентичність – це усвідомлення людиною своїх сексуальних переваг. Цей термін зазвичай обмежується позначенням віднесення людиною себе до гетеро-, гомо- чи бісексуальності» [41, с. 194].

Отже, у загальнопсихологічному контексті феномен сексуальності є складним та багатоаспектним явищем. Він є міждисциплінарним та унікальним для кожної людини, проявляється як міжстатева взаємодія та виконує не лише функцію продовження роду, але і задовольняє фізіологічні, соціальні, психологічні та соціально-психологічні потреби людини.

Сексуальність людини визначається як задоволення різноманітних аспектів її життя. Статеві відмінності в емоційній, мотиваційній, когнітивній та особистісній сферах проявляються у різних аспектах. Жінки, наприклад, можуть перевершувати чоловіків у емоційній збудливості, в той час як чоловіки частіше виступають ініціаторами статевої близькості.

Треба додати, що сексуальність тісно пов'язана з гендерною ідентичністю, яка втілює ідею соціальної обумовленості статі та сексуальності людини. Упродовж тривалого часу сексуальність розглядалася під впливом біологічного чинника та була тісно пов'язана з репродуктивною функцією. Відображенням цього було визначення норми здоров'я, мотивації та сексуально-еротичної поведінки людини через призму репродуктивності, тобто такий підхід базувався на ідеї біологічного детермінізму, і загалом спричинив інтерес вчених до вивчення причин різноманітності сексуального досвіду людей. Проте сучасні дослідження все частіше враховують і соціокультурні чинники, щоб отримати більш повне розуміння сексуальності та гендерної ідентичності.

Важливу роль у формуванні сексуальності людини також відіграє виховання. Відомо, що психологічні відмінності між чоловіками і жінками проявляються в їхній поведінці, інтересах і схильностях вже з дитинства. Виховання дівчаток

завичай пов'язане з багатьма турботами та занепокоєннями ще з раннього віку, тоді як виховання хлопчиків часто більш вільне та менш навантажене цими аспектами. Згідно з дослідженнями науковців С. Діденко та О. Козлової, поданих у виданні «Психологія сексуальності», відмінності в поведінці між хлопчиками та дівчатками починають ставати виразнішими з роками і виявляються навіть до статевого дозрівання. При чому різниця не пов'язана зі специфікою виховання і виявляються натуральним чином [10, с. 214].

Зауважимо, що соціальне, психологічне, в тому числі і сексуальне, благополуччя чоловіків і жінок не залежить від того, наскільки вони відповідають абстрактним нормам. Важливо, щоб їхні соматичні та поведінкові характеристики відповідали їхнім власним уявленням про себе. Також велике значення має здатність знайти партнера, який цінує та підтримує їхні особистісні особливості для створення щасливого партнерства.

Д. Тичина слушно наголошує, що «людську сексуальність важко зрозуміти поза суспільством і культурою. Настільки ж правильне і зворотне твердження: неможливо зрозуміти спосіб життя суспільства, не розуміючи особливостей сексуальної поведінки складових його індивідів і того, як ця поведінка і самі статеві відмінності осмислюються і символізуються в культурі» [35, с. 132]. Тобто людська сексуальність є інтегральною складовою соціокультурного контексту, і її розуміння важливе у контексті суспільства та культури.

Сексуальна поведінка та сприйняття статевих відмінностей нерозривно пов'язані з соціокультурними нормами, цінностями та ідеями. Тому сприйняття сексу та статі визначається культурними конструктами, які впливають на індивідуальні переконання і взаємодії в рамках суспільства. Своєю чергою сексуальна поведінка стає віддзеркаленням соціокультурних норм і визначається соціальним контекстом, включаючи культурні установи, релігійні переконання та інші фактори.

З іншого боку, розуміння особливостей сексуальної поведінки і сприйняття статевих ролей в конкретному суспільстві є ключовим для вивчення і розуміння культурного способу життя. Сексуальна поведінка стає важливою складовою

соціальної динаміки, формуючи структури сім'ї, взаємини між статями та інші аспекти суспільного життя. Таким чином, зрозуміння сексуальності вимагає комплексного підходу, що охоплює як індивідуальні психологічні аспекти людини, так і взаємодію індивіда із соціокультурним середовищем.

Не важко здогадатися, що сексологія, як окрема мультидисциплінарна наука, яка використовує методи біології, медицини, психології, соціології, статистики та інших галузей, з'явилася в ХХ столітті і є досить молодою галуззю. Історія сексології може бути розглянута через призму чотирьох «сексуальних революцій».

Перша «сексуальна революція» пов'язана з теорією сексуальності Зигмунда Фрейда [38]. Фрейд ввів ідеї про сексуальну природу людини та психоаналітичний підхід до вивчення сексуальності. Він підкреслив, що сексуальність переходить за рамки міжстатевої взаємодії і не завжди пов'язана з функцією продовження роду.

Друга «сексуальна революція» пов'язана із дослідженнями Альфреда Кінзі, який вперше провів обширні дослідження індивідуальних аспектів сексуальності людини, зазначаючи роль економічних та соціально-психологічних факторів [49].

Третя «сексуальна революція» представлена результатами досліджень і практик Уільяма Мастерса та Віргінії Джонсон, які систематизували різноманітні аспекти сексуального життя та розробили методики фізіологічних досліджень [51].

Сучасна, четверта «сексуальна революція», визначається відмежуванням сексуальності від репродуктивної функції і виражається у відображенні сексу у публічній сфері. Сучасна сексуальність перебуває під впливом значущих трансформацій, визначених лібералізацією, індивідуалізацією та суспільним плюралізмом.

За словами Е. Гідденса, ці зміни проявляються в кількох ключових аспектах. По-перше, спостерігається підвищення відкритості сексуальної сфери, що виражається у зростанні свободи обговорення та вираження інтимних аспектів життя. По-друге, відбуваються зміни в «статевій» моралі, що вказує на переосмислення моральних норм і цінностей, пов'язаних із сексуальністю. По-третє, спостерігається віддалення сексуальності від репродуктивної функції, що вказує на зміщення акценту з функції розмноження на задоволення та вираження

інтимних потреб. По-четверте, відзначається суспільна спрямованість на досягнення гендерної рівності, що виражається в боротьбі за рівність між статями у сексуальних відносинах та правах [6, с. 116]. На завершення, відбувається підвищення толерантності до альтернативної сексуальності, що відображає прийняття та розуміння різноманітних форм сексуальності.

Згадані вище трансформації свідчать про новий погляд на сексуальність у сучасному суспільстві, де відбувається поступовий розкріпачування та розширення рамок того, як сприймається та виражається інтимна сфера життя. Таким чином, сексологія як наука проходила через ряд етапів розвитку, відкриваючи нові підходи та розширюючи розуміння сексуальності людини.

Звідси видно, що проблема сексуальності в психології є дуже складною і розгалуженою. Різноманітність підходів та концепцій до розуміння суті сексуальності в людини свідчить про важливість продовжувати науковий пошук.

1.2. Психологічні особливості сексуальних установок у жінок середнього віку

Середній вік, як період життя людини, є важливим етапом, який характеризується змінами в особистісних та соціальних установках, зокрема у сфері сексуальних переконань та орієнтацій. Враховуючи соціальні, психологічні і біологічні чинники, дослідники окреслюють межі дорослості по-різному. Скажімо, М. Савчин, вважає дорослість найтривалішим «періодом життя людини, який складається з таких стадій: 1) рання дорослість (від 20 до 40 років); 2) зріла дорослість (від 40 до 60 років)» [29, с. 266].

Психологічні особливості цього періоду можна описати через призму таких концептів: біологічний, соціальний та психологічний вік [29, с. 267], що дозволяють глибше розкрити механізми адаптації жінки середнього віку до змін у власному тілі, ролях і життєвих цілях. Як наголошують дослідники, «під біологічним віком зазвичай розуміється відповідність організму і його

функціональних систем певному етапу життя людини [5, с. 113; 24, с. 12]. Її терміни чітко не визначені, як і суттєві відмінності в тривалості життя та стані здоров'я людей. Вона вираховується шляхом аналізу аспектів розвитку когнітивної сфери, зіставлення її характеристик з динамікою психофізіологічних функцій, що визначають форми активності пізнавальних процесів. Тому біологічний вік визначається фізіологічним станом організму, що зазнає природних вікових змін, як-от гормональні коливання, які впливають на сексуальне здоров'я та бажання. У цей період часто відбуваються зміни, які можуть впливати на інтимне життя та сприяти розвитку нових форм сексуальної самоприйняття [40, с. 216]. Наприклад, у жінок середнього віку спостерігаються зміни в статевих гормонах, які здатні вплинути на рівень сексуального потягу, водночас сприяючи переосмисленню сексуальної близькості в контексті емоційної прихильності та психологічної підтримки.

Соціальний вік відображає очікування суспільства щодо ролей, які жінка має виконувати на цьому етапі життя. В умовах сучасної культури середній вік асоціюється зі стабільністю та соціальною зрілістю, проте одночасно може стикатися із соціальним тиском щодо образу жіночності та сексуальності. Це впливає на те, як жінка сприймає власну привабливість, прийняття старіння, а також впливати на її сексуальні установки та поведінку. У контексті взаємин соціальний вік стає своєрідним маркером «прийнятності» сексуальної активності в межах певних норм.

І насамкінець психологічний вік проявляється у суб'єктивній самооцінці, що формується на основі життєвого досвіду, особистісних цінностей та пріоритетів, а також сприйняття власної сексуальної ідентичності. У цей період жінки часто переосмислюють власну сексуальність, її значення у контексті загальної задоволеності життям та емоційної стабільності. Тому психологічний вік допомагає краще розуміти, як зрілі жінки інтерпретують сексуальність через призму власного життєвого досвіду і внутрішнього розвитку.

Тому середній вік не лише період фізіологічних змін, але й значний етап у психологічному та соціальному розвитку, що визначає ставлення жінок до себе і

своєї сексуальності. Через призму біологічного, соціального та психологічного складників віку ми можемо краще розуміти, як відбувається формування нових установок у жінок середнього віку, що віддзеркалюють їх особистий досвід, культурні норми і, зрештою, впливають на якість життя та емоційне благополуччя.

Середній вік, наближаючись до межі 40 років, позначається низкою психологічних і соціальних трансформацій, що формують новий рівень самосвідомості особистості, її відношення до себе та оточуючого світу. Вказаний етап життя вважається періодом «життєвого достатку», оскільки людина має усталене соціальне становище, професійний досвід, стабільні соціальні зв'язки та зрілість, яка дозволяє інтегрувати життєві права і обов'язки в різних сферах життя: сім'ї, кар'єрі, суспільстві. У цей період люди часто шукають глибинне усвідомлення своєї місії у світі, що може супроводжуватися як задоволенням від досягнень, так і тривогами щодо подальших перспектив та потенційного застою.

Значення цього віку також полягає у збалансованому поєднанні стабільності та невпевненості. Незважаючи на певну життєву впевненість, багато людей стикаються з екзистенційними сумнівами, які можуть проявлятися у відчутті «застою» життя, відсутності очікуваної новизни, а також бажанням зберегти спонтанність у відносинах і діяльності, на тлі зростаючої відповідальності [19, с. 130]. Люди середнього віку прагнуть не лише фізичної, але й емоційної стабільності, що призводить до глибоких змін у пріоритетах, особистих цінностях та самосприйнятті.

З точки зору фізіологічного розвитку, середній вік вважається етапом поступового зниження деяких психофізіологічних функцій [41; 27]. Поряд із досягненням високого рівня розумової та фізіологічної зрілості в ранньому дорослому віці, з часом починають відбуватися специфічні зміни у функціонуванні мозку. Наприклад, підвищується спроможність до диференційованого розпізнавання і просторових уявлень, водночас можуть знижуватися гострота зору, короткочасна зорова пам'ять. Вказані процеси характеризуються складною взаємодією аналітичних і синтетичних здібностей мозку, адаптивних функцій

нервової системи, що виявляє себе в зростаючій тенденції до інтеграції між функціональними структурами.

Крім того, на цьому етапі часто виникають вікові психофізіологічні зміни, що вимагають адаптації до нового рівня життєвої активності та навантажень. Жінка може відчувати знижену психічну стійкість до стресу, підвищену вразливість до фізичних недуг і специфічних змін, пов'язаних із гормональними перебудовами, наприклад, з менопаузою у жінок. Важливою умовою успішного проходження середнього віку є прийняття вікових змін, що дозволяє адаптуватися до нового етапу життя, тому часто людина потребує зусиль для збереження психічної рівноваги на тлі загальноприйнятих стереотипів молодості і страху старіння.

Середній вік є періодом значущих психологічних і соціальних змін, коли людина переходить від фізичної активності до розумової та духовної діяльності. М. Савчин визначав цей етап як перехід до продуктивності, що характеризується спрямованістю на передавання життєвого досвіду молодшим поколінням та розвитком емоційної стійкості, яка є основою для ефективного подолання кризових ситуацій [30, с. 271]. На цьому етапі змінюється також фокус особистості — з переважно конкурентної сексуальної орієнтації він поступово переходить до соціально орієнтованого функціонування, зокрема, шляхом розширення і зміцнення міжособистісних зв'язків.

Разом із тим, життєва мудрість стає важливою складовою особистісної зрілості середнього віку, адже вона базується не лише на знаннях, але й на здатності сприймати світ об'єктивно, оцінювати події та долати невизначеність. Крім цього, мудрість поширюється також на самосприйняття: доросла особистість глибше усвідомлює свої можливості та потреби, підвищує свою самооцінку, прагне гармонії в Я-образі, що дозволяє будувати більш стабільні та глибокі стосунки як в сім'ї, так і в соціумі.

Американський психолог Е. Еріксон підкреслював, що формування ідентичності в цей період пов'язане з прагненням встановлення стабільних та близьких стосунків з оточуючими і в роботі [28, с. 116]. Важливою рисою середнього віку є розширення кола міжособистісних контактів, здатність до

створення дружніх і романтичних стосунків, що допомагає людям почуватися соціально адаптованими.

Тож любовні та сімейні відносини набувають особливого значення в середньому віці. Треба вказати, що любов у цьому періоді складається з трьох основних компонентів: інтимності, яка відображається у взаєморозумінні та близькості; пристрасті, що пов'язана з фізичним потягом та сексуальним бажанням; і зобов'язання, яке підтримує тривалість і стабільність відносин [4, с. 147]. А створення сім'ї в цьому віці часто підсилює почуття відповідальності та сприяє кращій адаптації до соціального середовища, оскільки дорослі середнього віку поступово формують більш цілісну, стійку ідентичність.

Варто розглянути поняття «установка». У сучасній психологічній літературі поняття «установка» відображає готовність особистості до певної діяльності, яка сприяє задоволенню її актуальних потреб [11, с. 73]. Однією з таких базових потреб є сексуальність — комплексна властивість особистості, що об'єднує біологічні, психологічні та соціокультурні аспекти. Відповідно, проаналізувавши сучасні напрацювання дослідників [8, с. 91; 36, с. 12], можемо узагальнити, що сексуальні установки індивіда є інтегративною характеристикою, яка демонструє готовність особистості до певних видів сексуальної активності, визначає особливості поведінкових і оцінних реакцій на сексуальні стимули та події, а також відображає внутрішні переконання щодо прийнятності або неприпустимості певних форм сексуальної поведінки.

Сексуальні установки – це комплекс уявлень, емоцій і поведінкових схем, що визначають ставлення індивіда до сексуальної сфери життя. Установки не є статичними; вони піддаються впливу соціального контексту, культурних норм, індивідуального досвіду, а також психологічних та фізіологічних факторів. Динамічність сексуальних установок відображається у змінах, які відбуваються внаслідок соціальних змін, отримання нової інформації або внутрішнього особистісного розвитку. Це означає, що установки можуть варіюватися від позитивного до негативного сприйняття різних форм сексуальної поведінки чи вираження власної сексуальності.

У своїх дослідженнях психолог Ганс Айзенк окреслив специфічні категорії сексуальних установок, що дозволяють глибше зрозуміти природу ставлення до сексуальної активності. Його класифікація включає такі установки, як дозволеність, яка відображає сприйняття індивідом соціально прийнятних меж у статевій поведінці; реалізованість, що пов'язана із прагненням до активного сексуального життя; сексуальна невротичність, яка вказує на емоційні бар'єри або тривожність у сексуальній сфері; знеособлений секс, що проявляється у відсутності емоційної прив'язаності в сексуальних контактах; та інші установки, як-от схильність до порнографії, сексуальна сором'язливість, відраза до сексу, сексуальна збудливість, прагнення до фізичної близькості, агресивний секс та цнотливість [Цит. за 8, с. 90].

У цілому, класифікація Айзенка підкреслює багатогранність сексуальних установок і дозволяє аналізувати їх через призму психологічної гнучкості, адже індивідуальні установки часто віддзеркалюють як особисті, так і культурні впливи. Наприклад, у суспільствах із жорсткими моральними нормами сексуальна сором'язливість або стриманість можуть формуватися як природні установки, тоді як більш ліберальні суспільства сприяють розвиткові таких категорій, як дозволеність або реалізованість. Важливо підкреслити, що сексуальні установки не тільки визначають ставлення індивіда до сексуальних практик, але й відіграють роль у формуванні самооцінки, комунікативних навичок та загальної життєвої задоволеності.

Формування сексуальних установок індивіда відбувається під впливом соціокультурних умов, у яких він зростає. Тобто культура відіграє роль базисного фільтра, через який особистість сприймає сексуальність та формує свою поведінку у цій сфері. Зокрема, існують різноманітні типи сексуальних культур, кожен із яких встановлює специфічні норми та очікування щодо сексуальних взаємин і ставлення до них. Зокрема, виділяють містичні, аполонівські, ліберальні культури, «культура коханців», а також репресивні й пуританські культури, що різняться ступенем прийнятності та моральної оцінки сексуальності [47, с. 245].

У свою чергу Ганс Айзенк, розробляючи свою теорію особистості, що базується на двох основних параметрах — екстраверсії-інтроверсії та нейротизмі [45], виявив, що ці особистісні особливості суттєво впливають на сексуальні установки та поведінку індивідів. Так, екстраверти, схильні до відкритої комунікації та соціальної активності, характеризуються легкою здатністю встановлювати контакти з протилежною статтю, вони менш піддаються впливу культурних та релігійних табу щодо сексуальності. Також екстраверти відзначаються гнучкістю у сприйнятті еротичних стимулів, схильністю до змін у партнерських стосунках та до експериментів у сексуальній сфері. Їх сексуальне життя зазвичай розпочинається раніше, а кількість сексуальних контактів і партнерів є більшою, ніж у інтровертів.

На противагу їм інтроверти, з їхньою орієнтацією на внутрішній світ і стриманою поведінкою, виявляють більш пуританське ставлення до сексуальності. Їм притаманна схильність до стабільних і глибоких емоційних зв'язків із наголосом на вірності, відданості та ніжності у відносинах. Саме тому інтроверти менше схильні до випадкових сексуальних контактів і прагнуть до гармонії та стабільності у своїх відносинах, що часто пов'язано з більшою обережністю та самоконтролем у сексуальних питаннях.

У свою чергу Т. Говорун та О. Кікінежді у виданні «Стать та сексуальність: психологічний ракурс» вказують, що формування сексуальних установок у жінок відбувається через поняття соціалізації. Статева соціалізація, як вказують дослідниці, є процесом, в ході якого особа засвоює та відтворює норми, цінності та очікування, пов'язані зі статевими ролями та ідентичністю, які існують у соціальному середовищі, в якому вона зростає [7, с. 46]. Важливо враховувати, що цей процес може бути досить гармонійним і включати в себе вплив різноманітних чинників, таких як сім'я, освіта, релігія, засоби масової інформації та інші соціокультурні аспекти. У результаті статевої соціалізації формуються розуміння та очікування стосовно того, як слід поводитися, які ролі призначені чоловікам та жінкам, і як виражати свою статеву ідентичність.

Треба наголосити, що питання статевої освіти та сексуальної просвіти перетинаються, однак мають різне значення. Статева освіта включає в себе більший спектр питань, пов'язаних з гендерною рівністю, статевою ідентичністю, статевою орієнтацією тощо. Основна мета статевої освіти – розширення розуміння та прийняття різних аспектів статі в суспільстві. Натомість сексуальна просвіта, на наш погляд, фокусується більше на аспектах сексуальності та сексуальних відносинах, включаючи знання про безпечний секс, попередження захворювань, аспекти планування сім'ї, концепції згоди та взаємовідносин.

Незважаючи на процеси лібералізації сексу, в Україні тема сексуальності залишається закритою та недостатньо обговорюваною як у сім'ї, так і в школах/ВНЗ. О. Щотка пише, що сексуальна просвіта часто зіштовхується з опором батьків і вчителів, оскільки порівнюється із розбещенням чи вважається неприпустимою для обговорення [41, с. 212].

Тобто батьки уникають розмов про такі аспекти, як сексуальне життя, планування сім'ї, догляд за тілом, полюція та менструація, оскільки це може викликати дискомфорт і вимагає відкритості. Такі проблеми у спілкуванні можуть вказувати на недостатню довіру в батьківських відносинах, що ускладнює розуміння та прийняття дітьми важливих аспектів життя. Освітня система також переважно не приділяє уваги підготовці підлітків у таких сферах, як перший сексуальний досвід, планування сексуальних відносин тощо.

Замість цього, інформацію про секс та взаємини ретранслює спільнота ровесників, Інтернет тощо, але це може відбуватися в нетолерантний спосіб та призводити до негативних наслідків для молоді. Вважаємо, що удосконалення сексуальної просвіти та створення відкритого та підтримуючого середовища для обговорення цих тем може допомогти зменшити ризик виникнення травматичних ситуацій у школярів та молоді.

На стадії ранньої дорослості жінки прагнуть до встановлення тісних та довірливих відносин із партнером протилежної статі, в основі яких лежить взаємна підтримка та інтимність [30, с. 308]. У цей період важливим завданням стає пошук

стабільних і тривалих стосунків, що відповідають прагненню до особистої реалізації та емоційного комфорту.

Водночас рання дорослість стадія характеризується суперечністю між прагненням до близькості та відчуттям можливої ізоляції, що може виникати у випадку труднощів у досягненні взаєморозуміння або невідповідності індивідуальної ідентичності партнерським очікуванням. Саме тому здатність будувати інтимні стосунки, зберігаючи власну індивідуальність, є значущим досягненням ранньої дорослості, що впливає на психологічний добробут і соціальну адаптацію. Жінки, які з певних причин не змогли сформувати близькі відносини, інколи відчувають емоційний дискомфорт, самотність і труднощі в соціальній взаємодії.

У зрілій дорослості (від 40 до 60 років) сексуальні установки жінок зазнають певних змін, що відображають перехід від сексуальних і емоційних пріоритетів ранньої дорослості до потреб у стабільності та балансі у стосунках [30, с. 308]. На цьому етапі соціальні складові стають більш значущими, ніж сексуальні, що відображає психологічну та фізіологічну адаптацію до вікових змін. Інтимність тепер орієнтується не стільки на фізичний аспект стосунків, скільки на товариські взаємозв'язки, де акцент робиться на дружню підтримку, взаєморозуміння та емоційну стабільність.

Зі сказаного вище випливає, що близькість у цьому віці часто базується на взаємоповазі та спільних життєвих цінностях, яка забезпечує стійкість партнерських стосунків навіть за умов можливих фізичних змін і зниження сексуальної активності. На цьому етапі значною мірою послаблюється тенденція до суперництва та взаємних претензій, що інколи характерні для стосунків у ранній дорослості.

Стосунки, зокрема, сімейні у зрілому віці ґрунтуються на взаємопідтримці, відкритості та прийнятті особистісних особливостей один одного. Така форма інтимності забезпечує відчуття соціальної інтеграції, позитивно впливає на самооцінку жінки та її здатність відчувати емоційний комфорт у стосунках. Сексуальність, хоча й відіграє важливу роль, стає менш запотребованою і часто

поступається місцем соціальної підтримці та емоційній взаємодії. У такий спосіб відбувається формування зрілої та гармонійної сексуальної установки, де інтимність залишається важливою, але вже не домінує в міжособистісних стосунках.

Отже, перехід від ранньої до зрілої дорослості відображає зміни у сексуальних установках жінок, спричинені як психологічними, так і соціальними факторами, які визначають роль сексу у партнерських відносинах.

Дослідження, представлене 2021 року групою «Gradus», ілюструє відмінності у сексуальній поведінці та поглядів різних груп респондентів. За результатами дослідження, загальний рівень задоволеності сексуальним життям серед жінок виявився вищим, ніж серед чоловіків, що може вказувати на різницю в очікуваннях і прагненнях у цій сфері. Однак жінки віком від 25 до 60 років демонструють поступове зниження рівня задоволеності із віком, що є важливим аспектом для розуміння сексуальних установок у різних вікових групах [48].

Найбільший рівень задоволеності спостерігається серед жінок у віковій категорії 25-34 роки. Цей період характеризується високою сексуальною активністю, фізіологічним оптимумом, а також стабільними партнерськими стосунками, які сприяють задоволенню [48]. У віці 35-44 роки рівень задоволеності залишається високим, хоча жінки поступово починають більше цінувати емоційну стабільність і гармонію у стосунках, ніж чисто фізіологічний аспект. Певне зниження задоволеності у віковій групі 45-54 роки, ймовірно, пов'язане з гормональними змінами, що впливають на лібідо та загальне самопочуття. Фізіологічні фактори в цей період починають відігравати більш важливу роль, одночасно зростає потреба у соціальній підтримці від партнера.

Разом із тим, опитані чоловіки декларують, що займаються сексом частіше за жінок: 46% зазначають, що це відбувається декілька разів на тиждень, порівнюючи з 31% серед жінок. Однак частотою сексуальних актів задоволені жінки (56% проти 48%), а найбільш задоволеними є вікова група жінок у віці 55-60 (72%) [48].

Дослідження важливості сексуальної складової у стосунках знижується з віком: для жінок 25-34 років секс є другим за значенням фактором після емоційної прив'язаності. У групі жінок 45-54 років і старше секс поступово втрачає своє значення (31% у віковій категорії 55-60 років) [48], що може бути пов'язано як із фізіологічними змінами, так і з переорієнтацією на емоційні аспекти стосунків.

Отже, аналіз дослідження свідчить про те, що з віком пріоритети у стосунках змінюються: жінки відходять від акценту на фізичну складову, переорієнтовуючись на емоційну підтримку, стабільність та спільні сімейні цінності. У цілому розглянута динаміка відображає природний процес трансформації стосунків у зрілому віці, де головну роль відіграють емоційна близькість та взаємна підтримка.

1.3. Психологічний аналіз підходів до життєвих сценаріїв у системі життєвого орієнтування особистості

Аналіз підходів до життєвих сценаріїв у системі життєвого орієнтування особистості показує, що сценарії відіграють важливу роль у формуванні життєвих стратегій та визначенні індивідуальної поведінки. Водночас, знання про життєві сценарії дозволяють психологам і психотерапевтам допомогти людям досягти гармонії між усвідомленими життєвими цілями і неусвідомлюваними сценарними впливами, створюючи можливість для особистісного розвитку та реалізації потенціалу кожної людини.

Життєвий сценарій у психології розглядають як усвідомлену чи неусвідомлену структуру плану життя, яка визначається на основі зовнішніх впливів (родини, соціокультурного середовища) та внутрішніх установок, що впливають на вибір життєвих орієнтирів і стратегій [22, с. 303; 14, с. 138]. Треба додати, що життєві сценарії, як концептуальні структури, закладаються у дитинстві під впливом найближчого соціального оточення — батьків, родичів, а також суспільних норм і очікувань, що діють у конкретному культурному середовищі.

Дитинство відіграє ключову роль у формуванні життєвого сценарію особистості, оскільки саме в цей період закладаються основи майбутнього

життєвого плану. Психологічний розвиток дітей, зокрема в ранньому віці, формує базові установки та переконання, що згодом визначатимуть життєву стратегію індивіда. Вивчення цього процесу тісно пов'язане з розумінням загальних закономірностей розвитку особистості та особливостей її психічного становлення.

Перші концепції психічного розвитку дітей виникли під впливом еволюційної теорії Чарльза Дарвіна, яка привела до появи так званого біогенетичного закону, що базувався на принципі рекапітуляції [18, с. 103]. Так, принцип передбачає, що історичний розвиток виду відображається в індивідуальному розвитку кожної особистості, що дозволяє простежити спадкоємність між етапами розвитку людства і формуванням особистості. Американський вчений Стенлі Холл використовував цей принцип для створення своєї біогенетичної концепції, згідно з якою психічний розвиток дитини є передбаченим і зумовленим генетичними чинниками [18, с. 103].

Теорія Холла стверджувала, що процес психічного становлення відбувається за певними етапами, які відображають еволюційні періоди розвитку людства. Перший етап — раннє дитинство, яке, на думку Холла, повторює тваринну фазу розвитку; дитинство, яке триває з п'яти до семи років, відповідає історичній епісоду полювання та рибальства; отрочество (восьми-дванадцяти років) характеризується як період «бурі і натиску», що відображає перехід від дикості до цивілізації; а пубертатний період є віддзеркаленням початкового етапу культурного розвитку [18, с. 131].

Попри те, що концепція Холла заклала важливий фундамент для вивчення дитячої психології, вона зазнала критики через ігнорування ролі соціокультурного впливу на психічний розвиток особистості. Холл вважав, що соціальні чинники, як-от виховання та вплив оточення, мають вторинне значення і не є визначальними у формуванні життєвих установок. Однак сучасні психологи наголошують, що розвиток особистості неможливо розглядати ізольовано від соціального контексту, який відіграє значну роль у формуванні життєвих сценаріїв і життєвої орієнтації людини.

Таким чином, теорія Холла стала важливим кроком у дослідженні процесів розвитку особистості, але однобокість її біогенетичного підходу породжує необхідність комплексного аналізу. Усвідомлення впливу як генетичних, так і соціальних факторів дозволяє глибше зрозуміти процес формування життєвих сценаріїв, що мають вирішальний вплив на життєве орієнтування особистості.

Арнольд Гезелл, представник біогенетичного напрямку та учень Стенлі Холла, розвинув теорію дозрівання, яка базується на вроджених чинниках у розвитку дитини. Згідно з його концепцією, існує природна тенденція до оптимального розвитку, в межах якої фізичний ріст, рухові й психічні функції проходять через ряд вікових стадій, що відбуваються у строго визначеній послідовності [33, с. 143].

Етапи розвитку людини характеризуються певною швидкістю або темпом, а зміни у поведінці відбуваються поступово. За теорією Гезелла, найбільша інтенсивність розвитку спостерігається в перший рік життя, потім вона поступово знижується: з року до трьох темп є середнім, а з трьох до вісімнадцяти — низьким.

Основою теорії дозрівання є адаптація дитини до середовища, що відбувається під впливом біологічних факторів, які Гезелл вважав головними детермінантами розвитку. На його думку, як біологічні, так і генетичні чинники керують процесом дозрівання, формуючи поведінкові риси та тенденції розвитку. Саме ці чинники визначають послідовність появи певних здібностей і навичок, які, за твердженням Гезелла, з'являються самостійно, без втручання спеціального навчання чи практики. Таким чином, концепція Гезелла фактично заперечує можливість впливу батьків або вчителів на психічний розвиток дитини, оскільки, згідно з його підходом, навчання не відіграє суттєвої ролі у виникненні нових здібностей чи рис.

На противагу цьому, Вільгельм Штерн, засновник теорії персоналізму, у своїх дослідженнях приділяв особливу увагу духовному розвитку дитини та формуванню цілісної структури особистості. На його думку, особистість є не просто сумою окремих психічних функцій, а свідомою та цілісною структурою, яка містить глибину у вигляді свідомих і несвідомих елементів. Штерн підкреслював,

що розвиток особистості базується на внутрішніх задатках, котрі становлять фундамент для саморозкриття індивіда [17, с. 104]. Однак важливим чинником, який визначає напрямок цього саморозкриття, є середовище, в якому дитина зростає.

Згідно з теорією Штерна, новонароджена дитина не усвідомлює своїх можливостей і задатків, адже вони є невизначеними. Саме взаємодія із середовищем допомагає дитині поступово пізнати себе. Тому Штерн стверджував, що дитина намагається засвоїти з оточення ті елементи, які відповідають її внутрішнім задаткам, а інші, несумісні з її природними схильностями, вона відштовхує. Таким чином, внутрішній «бар'єр» обмежує вплив певних елементів середовища на розвиток особистості, захищаючи її від небажаних впливів.

У своїй теорії Штерн виділяє дві ключові детермінанти — спадковість і середовище, — які в єдності формують життєвий шлях людини. Вказаний підхід отримав назву теорії конвергенції двох факторів, оскільки підкреслює важливість взаємодії як внутрішніх, так і зовнішніх чинників у формуванні цілісної особистості. Спадковість забезпечує основу для розвитку задатків, а середовище, у свою чергу, сприяє їхньому прояву і закріпленню.

У психології розвитку існує кілька підходів, що досліджують роль раннього дитинства у формуванні життєвого сценарію особистості [14, с. 131]. Кожен напрямок виділяє власні ключові фактори, які, на думку їхніх представників, є визначальними у процесі становлення індивіда. У психоаналітичній традиції, зокрема, вчені надають особливого значення дитячим рокам, підкреслюючи вирішальний вплив цього періоду на подальший життєвий шлях особистості, хоча і роблять акценти на різних детермінантах. Так, Альфред Адлер вважав, що саме почуття неповноцінності та прагнення його подолати є головними рушійними силами розвитку. Зигмунд Фрейд приділяв центральну увагу сексуальній енергії (лібідо) та її задоволенню, а Карл Густав Юнг бачив вплив архетипів як першоосновних образів, що формують життєвий шлях людини.

Фрейд, як засновник психоаналізу, вважав сексуальну енергію базовим чинником, що визначає розвиток індивіда. Він розробив теорію психосексуальних

стадій, через які, за його переконанням, проходить кожна людина у своєму розвитку, незалежно від культурного контексту.

Кожну стадію Фрейд пов'язував із певною ерогенною зоною, що є джерелом задоволення для дитини у відповідному віці. Недостатнє або надмірне задоволення на будь-якій із цих стадій може призвести до так званого «застрягання», коли людина фіксується на певних моделях поведінки або потребах, характерних для конкретного етапу, що, у свою чергу, впливає на її життєвий сценарій у дорослому віці. Така концепція підкреслює важливість дитинства як критичного періоду, де формуються основні засади психічного життя, які пізніше визначають поведінку та емоційні реакції особистості.

У свою чергу Альфред Адлер, засновник індивідуальної психології, приділяв особливу увагу значенню дитинства у формуванні життєвого стилю — загальної життєвої установки, яка визначає поведінку та світогляд індивіда. На думку Адлера, цей життєвий стиль кристалізується в ранньому віці, стаючи основою, на якій будується особистість [42, р.185]. Життєвий стиль дитинства він називає «прототипом», підкреслюючи, що це лише початкова, незріла форма майбутнього стилю дорослої особистості.

За А. Адлером, прототип або життєвий стиль розвивається під впливом двох ключових факторів: почуття неповноцінності та прагнення до переваги. В основі формування життєвого стилю лежить прагнення дитини подолати відчуття власної недосконалості, яке природно виникає у порівнянні з дорослими. Це почуття неповноцінності стає рушійною силою, спонукаючи дитину обирати мету, яка дозволить їй подолати цю внутрішню дисгармонію. Науковець зазначав: «Життя – це досягнення цілі чи форми, а прагнення до переваги – це рушійна сила для досягнення форми» [42, р. 58]. Саме це прагнення формує індивідуальний стиль подолання проблем, який залишатиметься з людиною протягом усього життя.

Важливу роль у формуванні життєвого стилю, за А. Адлером, відіграє виховання, зокрема вплив таких соціальних інститутів, як дитячий садок і школа. Саме у цих установах, особливо у школі, можуть проявлятися помилки у прототипі дитини, які Адлер називає «помилковими стилями реагування» [42]. Вчений

підкреслював, що такі помилки можуть бути непомітними у сприятливих умовах, але стають очевидними у складних життєвих ситуаціях. Коли індивід реагує на виклики через призму «помилкового прототипу», це заважає йому вирішувати проблеми ефективно, затримуючи особистісне зростання та впливаючи на життєвий шлях. Він вважав, що такі стилі реагування можуть зберігатися роками, стаючи суттєвою перешкодою на шляху до повноцінного розвитку.

Варто додати, що згідно з теорією Адлера, раннє дитинство формує «прототип» як незрілий плід, який «визріє» у життєвий стиль дорослої особистості [42, р. 129]. Проте якщо цей життєвий стиль сформований з помилками, він стає незмінним, що може негативно вплинути на майбутнє. Адлер вважав, що у більшості випадків життєвий стиль, сформований у дитинстві, залишається незмінним протягом усього життя.

Можемо підсумувати, що погляди Адлера розширюють розуміння психологічного розвитку, показуючи, що життєвий сценарій людини залежить не лише від вроджених задатків, але й від соціального середовища, у якому дитина зростає.

Ерік Берн, засновник теорії транзактного аналізу, значно розширив розуміння механізмів, які формують поведінку та особистість людини протягом її дорослого життя. Ключовим поняттям у його концепції стало поняття «життєвий сценарій», яке він визначив як неусвідомлюваний план життя, що формується у дитинстві і в подальшому впливає на поведінкові реакції та вибір людини [2, с. 38]. На думку Берна, життєвий сценарій визначає шлях, який людина буде проходити в житті, зокрема її успіхи чи невдачі, і цей сценарій часто задається в ранньому дитинстві.

Берн, як і Адлер, підкреслював значення дитячих років у формуванні життєвого сценарію. Вчений вважав, що базові елементи сценарію закладаються до шести років, а іноді навіть до трьох. На цій ранній стадії дитина сприймає світ крізь обмежену призму — здебільшого через родину або тих дорослих, з якими вона взаємодіє. Берн називає початкову стадію сценарію «протоколом» і визначає її як «примітивну форму» життєвого сценарію.

Одним з основних правил формування сценаріїв, за Берном, є схильність дитини наслідувати сценарії своїх батьків: «при інших рівних умовах діти слідують сценаріям їх батьків» [3, с. 127]. Ця тенденція відображає силу впливу батьківських моделей поведінки та життєвих установок на формування особистості дитини. Крім того, на формування сценарію впливають і інші фактори, такі як умови зачаття, ім'я та прізвище дитини, а також виховні установки батьків та навіть поведінка бабусь і дідусів.

Берн розробив також власну вікову періодизацію, на яку вплинула теорія психосексуального розвитку Зигмунда Фрейда [3]. Перший етап формування сценарію, на думку Берна, починається з моменту народження і відбувається у вигляді коротких «протоколів», які потім стають основою для розвитку повноцінного життєвого сценарію. На цьому етапі материнське ставлення відіграє вирішальну роль: якщо матір демонструє позитивне ставлення, це може сприяти формуванню «сценарію переможця», тоді як негативне ставлення призводить до сценарію переможеного. Саме раннє програмування закладає основу для формування так званої екзистенціальної позиції — базової життєвої позиції, яка визначає, чи відчуває людина себе прийнятою і цінною або ж, навпаки, відчуває себе відкинутою і неповноцінною.

У віці від двох до шести років відбувається закріплення ранніх сценарних рішень, коли дитина починає отримувати більше соціальних ролей та навичок, таких як терпіння, акуратність, мужність або жіночність, залежно від впливу батьків [17, с. 104]. Важливим фактором є також формування навичок емоційного реагування — дитина починає усвідомлювати, які почуття (гнів, страх, провину, радість) вона може використовувати для досягнення цілей. Батьківська реакція на ці емоції визначає, які з них закріпляться в поведінковому репертуарі дитини. Наприклад, якщо батьки заохочують дитину показувати гнів або сльози для привернення уваги, це може закріпити відповідні емоційні реакції, які стануть частиною її життєвого сценарію.

Берн також вважав, що ранній сценарій практично не змінюється протягом життя, оскільки стає глибоко вкоріненим у психіку особистості. Людина несвідомо

реалізує закладений сценарій, навіть якщо він призводить до незадовільних або деструктивних результатів. Важливість сценарію Берн пов'язував з тим, що він стає фільтром, через який індивід сприймає світ і приймає рішення. Це часто призводить до так званих «сценарних пасток», коли людина повторює ті ж самі помилки або ситуації, не маючи змоги розірвати коло, бо життєвий сценарій, сформований у дитинстві, домінує над її поведінкою.

У період локомоторної стадії, який охоплює вік від шести до десяти років, Е. Берн описує процес закріплення основного сценарного протоколу у свідомості дитини [14, с. 129]. Саме на цьому етапі закладаються ключові поведінкові установки, які допомагають дитині зрозуміти, як ефективніше взаємодіяти з оточенням і досягати своїх цілей. До кінця цього періоду, як зазначає Берн, дитина починає усвідомлювати, що відкритість не завжди приносить бажаний результат, і тому шукає способи «злукавити» для досягнення своїх цілей. Це спонукає її шукати соціально прийнятні способи самовираження та пристосування, що допомагають їй формувати стратегії для досягнення успіху в суспільстві.

На цьому етапі розвитку формується так звана «персона» — термін, запропонований К. Юнгом, який визначав її як маску, що відповідає соціальним очікуванням та дозволяє особистості адаптуватися до соціальних вимог. Юнг трактував персону як «ad hoc – засвоєне відношення», що допомагає індивіду проявлятися у відповідності з його свідомими намірами і водночас відповідати вимогам соціуму [17, с. 104]. Це є своєрідний фасад, який особистість представляє світу, і через який вона адаптується до зовнішніх впливів і вимог. Таким чином, персона стає першою формою соціальної ролі, яку дитина освоює, і яка впливатиме на її подальшу поведінку та взаємодії з оточенням у дорослому житті.

У підлітковому віці (від 11 до 19 років) відбуваються серйозні внутрішні зміни, в результаті яких індивід починає ставити під сумнів свій життєвий сценарій, часто намагаючись створити альтернативу або ж навіть протилежність йому, тобто «антисценарій». Антисценарій, згідно з термінологією транзактного аналізу, є певною «відповіддю» або реакцією на сформований сценарій, втіленою у вигляді поведінки, що йому суперечить [17, с. 104]. Підліток, прагнучи самостійності, часто

проявляє протест проти визначених ще в дитинстві норм і установок, намагаючись знайти власний шлях і зробити незалежний вибір. Берн вказував, що в цей період відбувається свідомий перегляд сценарних рішень, надання їм більш реалістичного, усвідомленого вигляду, а до кінця підліткового віку або на початку юнацького етапу (до 20 років) індивід приймає остаточне рішення щодо реалізації свого сценарію.

Берн також зазначав, що до двадцятирічного віку молода людина проходить своєрідну «репетицію» своїх життєвих успіхів та невдач, і саме на цьому етапі відбувається тестування тих стратегій і рішень, які будуть актуальними протягом усього подальшого життя [2–3]. Важливою особливістю є те, що до початку третього десятиліття життя (від 20 до 30 років) цей сценарій, за Берном, починає активно розгортатися. Він порівнював ранні невдачі і труднощі з репетицією, де основна «вистава» розпочинається саме після двадцяти років, коли всі сценарні установки та життєві вибори набувають реального втілення.

Берн вважав, що життєвий сценарій, закладений у дитинстві, впливає на всі складові дорослого життя: від вибору професії до формування стосунків та шлюбних відносин. Відповідно, розуміння динаміки формування життєвого сценарію є надзвичайно важливим для психології, оскільки це дозволяє усвідомити, як саме минулий досвід формує теперішнє і впливає на майбутнє.

Отже, аналіз підходів до життєвих сценаріїв виявляє, що життєвий сценарій має багато рівнів і впливає на усі сфери життєдіяльності особистості. Він є основою для прийняття життєвих рішень і визначає, як людина буде реагувати на ті чи інші ситуації у дорослому житті. Важливо, що життєвий сценарій можна умовно розділити на етапи — від протоколу у ранньому дитинстві до усвідомлених виборів і рішень у дорослому віці, коли людина може зробити спробу переглянути або змінити цей сценарій.

Висновки до розділу 1.

Сексуальність є важливим елементом міжособистісного спілкування, через який особистість виражає свої емоційні потреби, встановлює контакт і налагоджує довірливі стосунки. Як специфічна форма комунікації, сексуальність охоплює не тільки фізичний, але й психологічний та емоційний аспекти, що включають невербальні сигнали, емоційні реакції, а також очікування та цінності, пов'язані з інтимними стосунками. Таким чином, сексуальність стає засобом обміну глибинними почуттями та самовираженням, що є критично важливим для емоційної близькості та стабільності партнерських стосунків.

У середньому віці (зазвичай це 35–50 років) у жінок відбуваються певні зміни в сексуальних установках, зумовлені біологічними, психологічними та соціальними чинниками. Цей віковий період характеризується, з одного боку, збільшенням впевненості у собі та розумінням власних потреб, а з іншого – зміною життєвих пріоритетів і можливими труднощами, пов'язаними зі зниженням фізичної привабливості та гормональними перебудовами. Сексуальні установки у цьому віці часто стають більш усвідомленими, емоційно насиченими та орієнтованими на якість відносин, а не лише на фізичне задоволення.

Е. Берн, один із ключових дослідників життєвих сценаріїв, підкреслював, що базові установки закладаються в ранньому дитинстві, що є критичним періодом формування особистості. Його концепція підкреслює, що сценарій є неусвідомлюваним планом життя, який визначає напрям особистісного розвитку, а його коріння сягають не тільки у стосунки з батьками, але й у внутрішні переконання та уявлення, які формуються внаслідок дитячих переживань. Це означає, що люди часто несвідомо відтворюють певні моделі поведінки і вибудовують власне життя відповідно до ранніх сценарних установок.

РОЗДІЛ 2.

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СЕКСУАЛЬНОСТІ ЖІНОК СЕРЕДНЬОГО ВІКУ

2.1. Описання вибірки та обраного психодіагностичного інструментарію

У сучасному суспільстві сексуальність є не тільки аспектом фізичної взаємодії, але й глибоко інтегрованою частиною психологічного та соціального благополуччя людини. Зміна соціокультурних норм та зростання значення особистісного самовираження зумовлюють необхідність перегляду традиційних підходів до вивчення сексуальної поведінки. Особливо це актуально для жінок середнього віку, які переживають значні зміни як у фізіологічному, так і психологічному плані. Обраний період життя характеризується не тільки гормональними перебудовами, але й особистісною переоцінкою цінностей, яка включає ставлення до сексуальної сфери та інтимних стосунків. Наявність установок, сексуального профілю, а також стратегій подолання стресових ситуацій і мотиваційних факторів суттєво впливає на якість життя жінок, їх психоемоційний стан і стосунки з партнерами.

Дослідження сексуальності жінок середнього віку дозволяє поглибити розуміння того, як формуються установки щодо сексуальної поведінки, як розвиваються та використовуються копінг-стратегії для подолання складних життєвих ситуацій, що можуть мати вплив на сексуальні стосунки. Аналіз мотиваційних факторів, які впливають на вибір сексуальної поведінки, є важливим для створення рекомендацій щодо підтримки емоційного благополуччя та розвитку сексуальної гармонії у жінок цього віку. Зважаючи на це, дане дослідження має високу актуальність для сучасної психології, зокрема у контексті гендерних та вікових аспектів психічного здоров'я.

Метою дослідження є вивчення особливостей сексуального профілю, настанов до сексуальності, копінг-стратегій та мотиваційних факторів сексуальної поведінки у жінок середнього віку та визначення їхнього впливу на психологічний стан і особистісне благополуччя.

Завдання дослідження

– Вивчити основні показники сексуального профілю жінок середнього віку за методикою «Оцінка сексуального профілю» (М. Янін, Е. Фервік) та установок щодо сексуальності за допомогою опитувальника Г. Айзенка та «Сексуальної формули (жінки)».

– Виявити взаємозв'язок між сексуальними установками жінок середнього віку та їх життєвими сценаріями (за методиками «Подолання важких життєвих ситуацій» (ПВЖС/SVE 120) та «Визначення провідного драйвера» (Мері Кокс)

Концептуальною гіпотезою дослідження є припущення, що життєві сценарії жінок середнього віку впливають на їхні сексуальні установки, сприяючи формуванню позитивних або негативних установок у сфері сексуальності.

Емпірична гіпотеза дослідження: жінки середнього віку з різними життєвими сценаріями мають відмінності в проявах сексуальних установок, що виражається у варіаціях задоволеності інтимним життям, рівня сексуальної активності та сприйняття себе як сексуально активної особистості.

Експериментальна вибірка складалася з 63 жінок у віці від 30 до 45 років, що відображає відсоткове співвідношення: 40 жінок були заміжні (63%), 20 незаміжні або розлучені (31,7%) та 3 вдови (4,7%). Серед респондентів було 11 жінок у декретній відпустці (17%), 38 працевлаштованих (60,3%), 23 непрацевлаштованих (36,5%) та 1 пенсіонерка по інвалідності (1,7%). Дослідження проводилося з 4.11 по 24.11 2024 року в м. Дніпро.

Розглянемо вказані *методи* детальніше.

Методика «Оцінка сексуального профілю» (М. Яффе, Е. Фервік) [31] є інструментом, розробленим для всебічного дослідження сексуальної поведінки жінок середнього віку через детальний аналіз їхніх установок у сфері сексуальних відносин. Використовуючи комплексний підхід, ця методика передбачає оцінку різних складових сексуальної культури, що є важливим для розуміння поведінкових тенденцій і ціннісних орієнтацій молоді. Розробники цього підходу підкреслюють значення сексуальної поведінки як складної психологічної категорії,

яка включає емоційні, соціальні та етичні компоненти, котрі впливають на особистісний розвиток і міжособистісні відносини.

Методика базується на 14 біполярних шкалах, кожна з яких є певною віссю, навколо якої групуються різні аспекти сексуальної поведінки. Така структура дозволяє оцінити характеристики поведінки як з позитивного, так і з негативного боку, формуючи своєрідний «профіль» респондента. Серед основних шкал – експресивність, яка вимірює здатність відкрито виражати сексуальні почуття; сміливість і рішучість, що відображають рівень активності в прояві сексуальної ініціативи; вибірковість, яка вказує на вибірковий підхід у виборі партнерів. Крім того, шкали гіперсексуальності та ніжності дозволяють дослідити ступінь залучення в сексуальні стосунки та здатність до ніжних проявів, а шкала жертвності відображає готовність до певного самообмеження заради інтересів партнера.

Особливе місце в структурі методики займають шкали, які оцінюють етичні та ціннісні установки – наприклад, «кохання як найвища цінність» показує ступінь пріоритету, що надається романтичним почуттям у порівнянні з фізичним аспектом, а шкала «небажаність сексуальних контактів на службі» відображає ставлення до етичних меж в інтимній сфері. Крім цих ключових установок, методика враховує різноманітність сексуальних проявів через відповідну шкалу, яка розкриває здатність до прийняття різних форм стосунків і, водночас, визначає межі прийнятності для конкретного респондента.

Опитування установок до сексу Айзенка (Eysenck Anventory of Diffitudes to Sex, EIAS) – це особистісний питальник, опублікований 1989 року Г. Айзенком (німецько-британський вчений-психолог, один з лідерів біологічного напрямку в психології, творець факторної теорії особистості) [45].

У своїх дослідженнях Г. Ю. Айзенк розвивав концепції про взаємодію біологічних, психологічних та соціокультурних факторів, що впливають на формування сексуальної ідентичності та поведінки. Його методики дозволяли визначити і оцінити різні аспекти сексуальної орієнтації, установок та відношення до сексу у різних груп населення.

Одним із ключових напрямків досліджень Айзенка було вивчення психологічних витоків статевої поведінки, її взаємозв'язку з особистісними рисами та соціокультурним контекстом [45]. Айзенк також звертав увагу на важливість розуміння статевих аспектів у формуванні особистісних рис і взаємин. Загалом його напрацювання вносять важливу лепту у сучасне розуміння психології сексуальності та взаємозв'язку між психічним і фізіологічним виміром людської сексуальності. EIAS також спрямований на передбачення задоволеності шлюбом, виявлення відхилень у сексуальному поведінці та діагностику фемінності-маскулінності.

Питальник має повну та скорочену форми. Повна версія включає 159 питань, а скорочена – 96. Формулювання питань ідентичні для чоловіків і жінок. Більшість питань вимагають відповіді «так» або «ні», але є також формулювання з відповідями «вірно» або «невірно», «згоден» або «не згоден». Є можливість невизначеної відповіді для кожного пункту опитування [45]. Питання 157 передбачає «відкриту» відповідь: «У якому віці ви вперше здійснили статевий акт?» Питання 158 і 159 мають 10-бальну рейтингову шкалу оцінювання.

Треба додати, що питальник дозволяє як індивідуальне, так і групове обстеження. Тривалість обстеження коливається від 20 до 60 хвилин.

На основі проведеного факторного аналізу результатів Гансом Айзенком, було ідентифіковано та узагальнено 11 факторів або шкал оцінювання.

1. Дозволеність (Permissiveness) оцінює ступінь відкритості та прийняття різноманітних сексуальних виявлень та відносин.
2. Реалізованість (Satisfaction) висвітлює задоволеність особистісними аспектами сексуальності.
3. Сексуальна невротичність (Neurotic sex). визначає рівень невротичності чи емоційного стресу, пов'язаного з сексуальними взаєминами.
4. Безособовий секс (Impersonal sex) подає ставлення до безособових сексуальних взаємин.
5. Порнографія (Pornography) – оцінює ставлення до порнографії та її роль в сексуальному житті.

6. Сексуальна сором'язливість (Sexual shyness) рефлексує наявність або відсутність сексуальної сором'язливості та несміливості.
7. Цнотливість (Prudishness) визначає рівень цнотливості та стриманості в сексуальних стосунках.
8. Відчуття огиди до сексу (Sexual disgust) аналізує відчуття огиди чи неприязності до певних сексуальних аспектів.
9. Сексуальна збудженість (Sexual excitement) – оцінює рівень сексуальної збудженості та готовність до виявлення сексуальних емоцій.
10. Фізичний секс (Physical sex) – висвітлює фізичний аспект сексу та його важливість в сексуальних відносинах.
11. Агресивний секс (Aggressive sex), що аналізує наявність агресивних елементів у сексуальних взаєминах.

Отже, наукові дослідження сексуальності, проведені Гансом Юргеном Айзенком, є важливим внеском у вивчення психологічних аспектів сексуальної поведінки та ставлення до сексу. У його дослідженнях використовувалася розширена методика факторного аналізу, що спрямована на виокремлення та класифікацію різноманітних аспектів сексуальної поведінки.

Методика «Сексуальна формула (жінки)» Й. Меллана, розроблена в 1964 році у Празькому сексологічному інституті, є однією з перших систематизованих кваліфікаційних шкал, створених для дослідження жіночої сексуальної поведінки [31]. Дослідження за цією методикою включає 9 шкал, які описують фізіологічні, емоційні характеристики, що визначають ставлення жінки до сексуальних контактів. Таке системне оцінювання дозволяє побудувати детальний психологічний профіль, який допомагає виявити індивідуальні установки й моделі поведінки, пов'язані із сексуальною активністю.

Перший блок включає оцінку ставлення до сексуальної активності, яке варіюється від повної байдужості чи навіть відрази до статевого акту до глибокого задоволення незалежно від фази менструального циклу. Наступний блок присвячено фізіологічним характеристикам збудження, включаючи процес виділення піхвового слизу до початку статевого акту. Методика також дозволяє

проаналізувати досвід оргазмічних відчуттів, визначаючи частоту оргазму під час статевих актів і його інтенсивність. Крім того, велика увага приділяється емоційному самопочуттю та фізичному стану після статевого контакту.

У свою чергу оцінка регулярності сексуальної активності дозволяє визначити типову періодичність інтимних контактів, що в сукупності з іншими показниками дозволяє краще зрозуміти сексуальну поведінку жінки. Також до методики включено параметр тривалості статевого акту, що вказує на час досягнення партнером еякуляції, а також історію сексуальних розладів, які могли впливати на сексуальне життя жінки протягом певних періодів.

Таким чином, методика «Сексуальна формула (жінки)» є багатограним інструментом, що дозволяє отримати повне уявлення про фізіологічні та психологічні аспекти сексуального життя жінок середнього віку.

Переходячи до життєвих сценаріїв, для дослідження було обрано методику дослідження *«Подолання важких життєвих ситуацій (ПВЖС/SVF120) В. Янке та Г. Ердманн*, що є одним із найбільш інформативних інструментів для вивчення стратегій подолання стресу, або копінг-стратегій [30]. Основне призначення методики полягає в діагностиці специфічних способів поведінки, що використовуються індивідом для подолання складних життєвих ситуацій. Вона дозволяє глибоко зрозуміти, як саме людина реагує на різні стресові події, і які тактики обирає для мінімізації їх негативного впливу на емоційний та психологічний стан.

Методика включає 20 шкал, кожна з яких описує окрему стратегію подолання. Завдяки цьому стає можливим детальний аналіз різних типів копінг-стратегій, до яких вдається людина. В кожній шкалі запропоновано 6 тверджень, які охоплюють широкий спектр реакцій — від активного пошуку рішення до емоційного дистанціювання та уникнення. Така структура дозволяє максимально точно і системно описати особистісні особливості респондентів, показуючи як стандартні, так і унікальні підходи до розв'язання проблем.

Остання методика *«Визначення провідного драйвера» Мері Кокс (1999)* займає важливе місце у проведеному дослідженні завдяки своїй здатності

розкривати основний стиль поведінки респондентів, зокрема в контексті складних життєвих ситуацій та взаємин з партнером. Цей тест належить до методів трансакційного аналізу, теорії, розробленої Еріком Берном, яка досліджує психологічні моделі поведінки в міжособистісних взаємодіях та допомагає ідентифікувати роль різних внутрішніх установок. Завдання методики полягає у виявленні домінуючого «драйвера» або мотиваційної установки, що керує поведінкою індивіда в конкретних життєвих обставинах, дозволяючи визначити провідний робочий стиль особистості.

Вибір цієї методики для дослідження був обумовлений її здатністю виявляти стратегії поведінки, які особистість використовує у кризових ситуаціях у стосунках, що в подальшому впливає на вибір рішень та формує особистісний сценарій. Провідний драйвер відображає особливості мотиваційної поведінки і допомагає зрозуміти, якими установками керується людина, вирішуючи проблеми у взаєминах («Будь досконалим», «Радуй інших», «Поспішай», «Будь сильним», «Намагайся»).

2.2. Дослідження сексуального профілю та настанов до сексуальності

Дослідження сексуального профілю та настанов до сексуальності у жінок середнього віку дозволило виявити важливі проблеми, що впливають на їх сексуальні установки та поведінку.

На основі проведеного дослідження з оцінки сексуального профілю (за методикою М. Яффе і Е. Фервік) жінок середнього віку (30–45 років) можна зробити декілька важливих висновків (див. рис. 2.1.). Аналіз показав, що певні риси проявляються значно частіше, ніж інші, що вказує на характерні тенденції у сексуальній поведінці та ставленні до партнерських стосунків у досліджуваній віковій групі.

По-перше, результати демонструють високу сміливість та рішучість у поведінці жінок, що підтверджується часткою у 65% респонденток з високим рівнем прояву цієї риси. Така рішучість відображає готовність більшості учасниць

експерименту до активних дій і впевненого прийняття рішень у межах інтимних стосунків. Водночас, 35% жінок демонструють нижчий рівень сміливості, що може вказувати на деяку обережність або стриманість у сексуальній сфері.

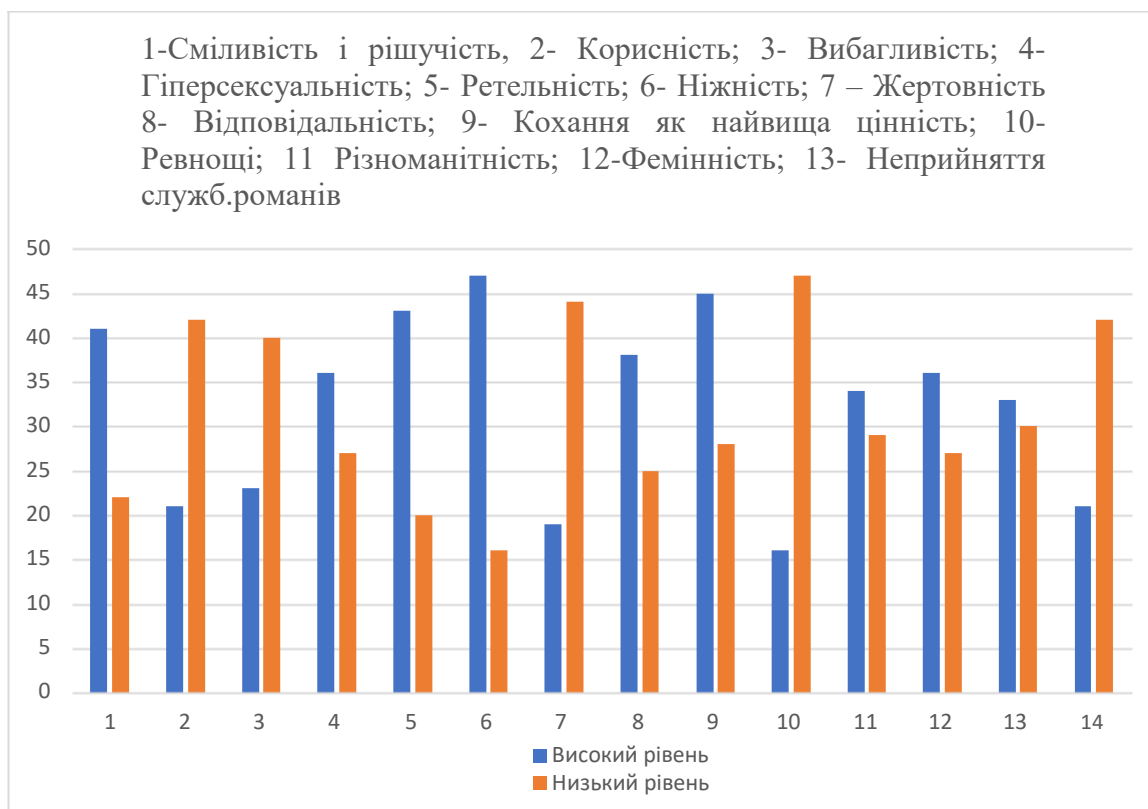


Рис. 2.1 Рівень прояву оцінки сексуального профілю за методикою дослідження М. Яффе і Е. Фервік

Щодо користі як риси, її низька частота серед респонденток (67%) свідчить про значну схильність жінок допомагати та підтримувати партнера. Результат може бути свідченням того, що в даній віковій групі емоційна підтримка і взаємна допомога сприймаються як важлива складова інтимних стосунків. Однак високий показник за цією шкалою у респонденток свідчить про бажання отримувати тільки користь від сексуального спілкування.

Водночас, низький рівень вибагливості (приблизно 63%) свідчить, що більшість жінок не пред'являють надмірних вимог до партнера, що може спрощувати побудову відносин, але разом з тим може вказувати на меншу критичність у виборі партнера.

Важливо відзначити високий рівень гіперсексуальності у більшості респонденток (36 осіб або 57.8%), що свідчить про сильний інтерес до сексуальних

стосунків та їхню значущість для особистої задоволеності. Разом з цим, ретельність та ніжність також виявилися домінуючими рисами, що вказує на важливість проявів турботи та емоційної залученості у стосунках для багатьох учасниць дослідження.

Жертовність та відповідальність, які виявилися важливими для 68,2% відповідно, свідчать про готовність жінок ставити потреби партнера вище власних та відповідати за свої рішення. Це говорить про зрілість та емоційну сталість, характерну для середнього віку, коли жінки готові вкладати ресурси у розвиток стосунків.

Загалом, результати дослідження дозволяють зробити висновок, що у середньому віці жінки демонструють прагнення до різноманітності у стосунках (71.7%), що свідчить про бажання розвивати відносини через нові враження та підтримувати емоційний зв'язок з партнером. Натомість ревності мають невелике поширення (лише 28.3%), що може свідчити про високий рівень довіри до партнера.

Ніжність є однією з провідних характеристик у вибірці. Високий рівень цієї риси було виявлено у 74,6 % респонденток (47 жінок із 63), що свідчить про значущість прояву ніжності, турботи та чуйності у стосунках. Такі жінки відчувають потребу в емоційній близькості та взаємній ніжності з партнером, що є основою їхньої довіри та відданості. Натомість низький рівень ніжності продемонстрували 25,9% (16 респонденток). Для них емоційна складова менш значуща, і вони можуть не прагнути виражати ніжність або не потребують її від партнера, що може свідчити про більш раціональний підхід до інтимних стосунків.

Жертовність як характеристика виявлена на високому рівні у 30,2% респонденток (19 осіб), що вказує на їхню схильність до самопожертви заради партнера та готовність поступатися власними інтересами. Однак, більшість респонденток — 69,6% (44 особи) — мають низький рівень жертовності. Ці жінки цінують свої потреби та інтереси, уникаючи надмірного підпорядкування у стосунках, що підкреслює їхню самоповагу та здатність зберігати особисті межі навіть у інтимній сфері.

Відповідальність виявилась ще однією важливою рисою, високий рівень якої набрали 60,4% респонденток (38 особа), що говорить про їхнє відчуття обов'язку і серйозне ставлення до стосунків та їхніх наслідків. Такі жінки не схильні до легковажних зв'язків, прагнуть стабільності та відповідально підходять до вибору партнера. Натомість 36,6% респонденток (25 осіб) мають низький рівень відповідальності, що може означати більш розкуте ставлення до інтимних стосунків та орієнтацію на моментальне задоволення без обов'язкових зобов'язань.

Кохання як найвища цінність є важливою для 71,7% респонденток (45 осіб), які бачать любов як надзвичайно важливу складову життя і відносин. Ці жінки прагнуть зберігати та цінувати любов навіть за складних обставин, розглядаючи її як фундамент для стабільних та глибоких стосунків. Однак 28,3% (18 респонденток) надають перевагу іншим життєвим пріоритетам, можливо, зосереджуючись на особистому зростанні або кар'єрі, а не на романтичних ідеалах.

Ревнощі є менш поширеною рисою: лише 26,1% респонденток (16 осіб) мають високий рівень ревнощів, що вказує на емоційну чутливість і потенційні сумніви у стосунках, що можуть призводити до конфліктів. Водночас, 73,9% (47 осіб) мають низький рівень ревнощів, що свідчить про їхню довіру до партнерів та раціональний підхід до відносин, заснований на фактах, а не на припущеннях.

Різноманітність у сексуальних стосунках виявлена на високому рівні у 54,3% респонденток (34 особи), які цінують новизну та експерименти у сексуальному житті. Це говорить про відкритість до змін та бажання додавати нові елементи до стосунків. Проте, 45,7% жінок (29 осіб) віддають перевагу сталій структурі стосунків, не вбачаючи необхідності в різноманітності для задоволення власних потреб.

Фемінінність як характерна риса притаманна 57% респонденток (36 осіб), які схильні проявляти традиційно жіночі якості: ніжність, інтуїтивність, тонкість. Це підкреслює їхню емоційну відкритість і прагнення до гармонії в стосунках. Натомість, 43% респонденток (27 осіб) проявляють більш маскулітні риси, такі як незалежність, рішучість та здатність брати лідерство навіть у інтимній сфері.

Неприйняття службових романів спостерігається у 53% респонденток (33 особи), які не схильні змішувати робочі відносини з інтимними. Решта 47% (30 осіб) не мають категоричного ставлення до службових романів, виявляючи толерантність до таких стосунків.

Отже, отримані дані загалом відображають комплексний і диференційований сексуальний профіль жінок середнього віку, у якому переважають такі риси, як відповідальність, ніжність та довіра до партнера. Водночас, меншість респонденток проявляють ревності та жертвовність, що свідчить про збалансованість між емоційною відданістю та збереженням особистих меж.

Результати дослідження «*Настанови до сексу*» за методикою Айзенка, проведеного серед 63 жінок середнього віку, вказують на різноманітність установок до сексу в даній вибірці. За результатами опитування за шкалою *дозволеності*, яка вимірює рівень прояву настанов до сексу, було виявлено, що у 39 (62%) респондентів спостерігається високий рівень прояву, свідчаючи про сучасне та відкрите ставлення до сексу – це вказує на готовність респондентів розглядати секс як природне і приємне явище, вирізняючись від традиційних релігійних уявлень (див. рис. 2.2.).

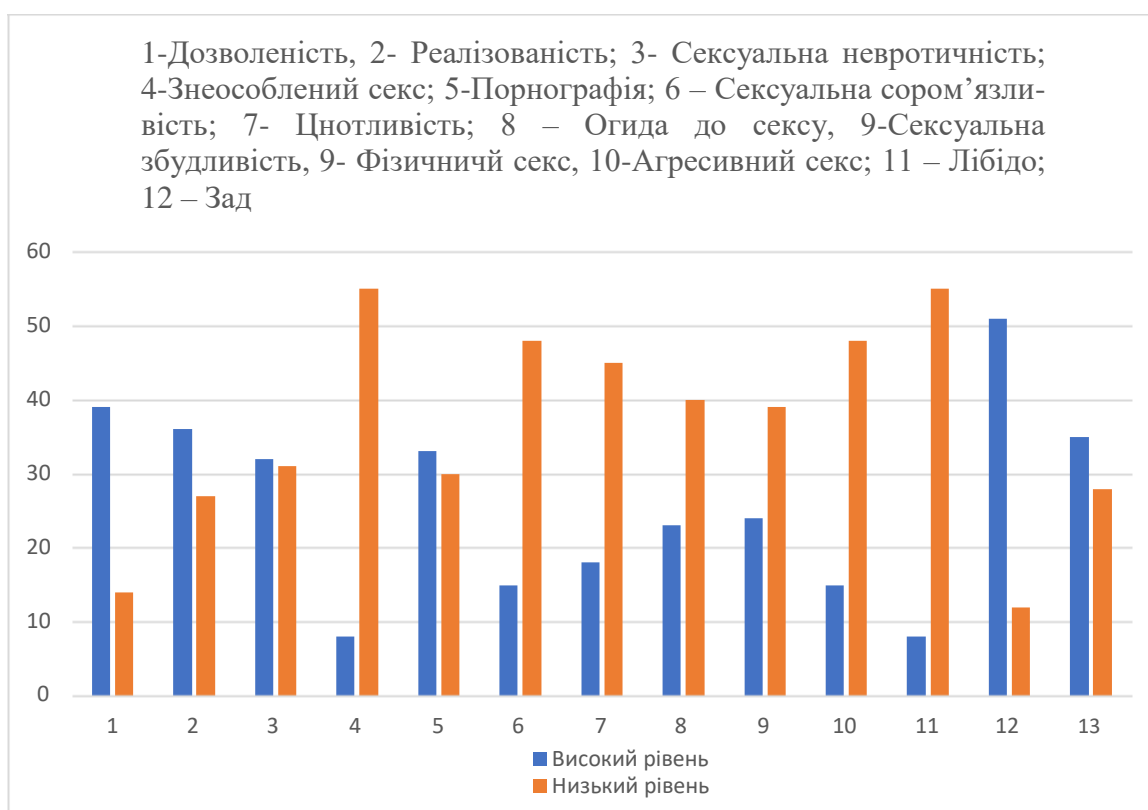


Рис. 2.2. Результати дослідження за опитувальником «Настанови до сексу» Г. Айзенка

З іншого боку, 38% вибіркової групи (14 респондентів) мають низький рівень прояву настанов до сексу, тобто імовірно, ці особи ставляться до статевих зв'язків серйозно та відповідально, підтримують традиційні цінності, імовірно, пов'язані з шлюбом та тривалими стосунками, і не підтримують неважливі та короткострокові зв'язки.

Шкала *реалізованості* визначає рівень задоволеності людини її сексуальним життям взагалі. Високий бал за цією шкалою (36 (57,4%) респондентів від вибірки) свідчить про те, що респонденти виявили високу задоволеність своїм сексуальним життям. Вони можуть насолоджуватися різноманітністю форм відносин та вважати, що їхні потреби задовольняються, будь то кількість партнерів або різноманітність сексуальних експериментів. Низький рівень реалізованості (27 (42,8%) респондентів від вибірки) вказує на повну нереалізованість у сексуальній сфері. Причини такого низького рівня можуть бути різноманітні, включаючи неприйняття себе або невміння партнера задовольнити всі сексуальні бажання.

Сексуальна невротичність, яка визначається як розбалансованість та функціональні зрушення у поведінці (32 (50,8%) респонденти від вибірки), свідчить про наявність проблем у сексуальному житті респондентів. Це може включати складнощі в контролі та придушенні імпульсів та труднощі з власними думками та вчинками, що вносять невпевненість та збентеження у їхні стосунки. Натомість низький рівень прояву сексуальної невротичності у інших (31 (49,2%) респондент від вибірки) вказує на відсутність таких проблем, і вони можуть відверто висловлювати свої бажання та сприймати себе та партнера адекватно.

Шкала *«Знеособлений секс»* виявила, що 12,7% респондентів (8 осіб) мають високий рівень схильності до знеособленого сексу. Це вказує на тенденцію розглядати сексуального партнера як об'єкт для отримання задоволення, не приділяючи уваги його особистості, характеру та індивідуальним особливостям. Ці особи можуть спрямовувати свої потреби лише на отримання задоволення без намагань утворити близькі та довірливі стосунки. Але низький рівень отримали

87,3% (55 респондентів від вибірки), що говорить про не визнання сексуальних відносин без вступу в близький контакт з людиною.

Щодо шкали «Порнографія», 33 респонденти (52%) мають високий рівень схвалення порнографії або толерантність до неї, що вказує на те, що вони сприймають порнографію як частину свого життя, не вважаючи це зрадою або чимось засуджуваним.

Аналіз за *сексуальною сором'язливістю* показав, що 23,8% респондентів (15 осіб) мають високий рівень сексуальної сором'язливості. Тобто можемо стверджувати, що вони почуваються вкрай нервово у відносинах із протилежною статтю, турбуються розмовами про секс і, можливо, бояться сексуальних стосунків. Також може виявлятися небажання брати участь у сексуальних відносинах. У той час як 76% респондентів (48 осіб) виявили низький рівень сексуальної сором'язливості, що свідчить про більш типову реакцію на секс, визнання свого тіла, бажань та інтересів іншої статі. Вони можуть сприймати секс як природну частину життя і відчувати комфорт в розмовах та діях, пов'язаних із сексом.

Щодо шкали «Цнотливість», 28,5% респондентів (18 осіб) мали високий рівень цнотливості. Тобто можемо стверджувати, що вони утримуються від найменших проявів сексуальної пристрасті, уникають розмов про секс та навіть можуть не любити думати на цю тему. З іншого боку, 71,4% респондентів (45 осіб) виявили низький рівень цнотливості, що свідчить про більш нормальне та адекватне ставлення до сексу. Вони сприймають сексуальні стосунки як щось рутинне та природне, що має місце в їхньому житті.

За шкалою «Огида до сексу» 36% респондентів (23 особи) показали високий рівень огиди до сексу, що може вказувати на те, що вони відчувають відразу до певних видів сексу, навіть у стосунках зі своїм постійним партнером. Існують випадки, коли вони можуть навіть змушувати себе займатися сексом. Така реакція може бути пов'язана з різними проблемами, які можуть виникнути ще з дитинства або пов'язані з першим статевим актом, а також може бути пов'язана з неприйняттям свого тіла тощо. Натомість низькі бали за цією шкалою свідчать про

більш здорове ставлення до сексу; вони не бояться сексуальних відносин, радісно вступають у половий контакт і відчують задоволення від інтимного життя.

«Сексуальна збудливість» на високому рівні у 38% респондентів (24 особи) свідчить про високу сексуальну чутливість. Для цих осіб не потрібно багато обставин для того, щоб виникло бажання до сексуального акту. Збудливість з'являється з будь-яких умов, коли є сексуальний потяг до партнера. У 39,9% респондентів (39 осіб), які набрали низький бал за цією шкалою, для сексуального бажання потрібна ціла низка певних умов. Умови можуть бути різноманітними, включаючи особисті смаки при виборі партнера та місце проведення сексуального акту.

За шкалою «Фізичний секс» 24% респондентів (15 осіб) вважають дуже важливим бути кращими в сексуальному плані у ліжку зі своїм партнером. Для них важливіше успіх і задоволення партнера в сексуальному плані, ніж духовні якості. Натомість низький рівень прояву за цією шкалою набрали може свідчити про віддачу переваги духовному рівню, вивченню особистості, а після вже сексуальній сфері відносин.

Аналіз шкали «Агресивний секс» вказує на ставлення до агресії у сексуальних відносинах серед респондентів. Високий рівень у 12,7% (8 осіб) вказує на те, що деякі особи виявляють тенденції до ворожості та агресивних імпульсів у відносинах з партнерами. Це може виявлятися у бажанні ставити обмеження для партнера, вчиняти агресивні дії чи навіть принижувати партнера. Низький рівень у 87,3% (55 осіб) свідчить про те, що більшість респондентів не виявляє схильності до агресії у сексуальних відносинах – це вказує про те, що вони не вважають агресію чи ворожість за прийнятні в аспекті інтимних відносин і віддають перевагу більш мирним та поважним формам спілкування з партнером. Узагальнюючи, можна сказати, що агресія в сексі не є загальнопоширеним явищем серед вибірки респондентів, і в більшості випадків, молоді люди виявляються відкритими до більш теплих та поважних форм взаємодії в інтимних відносинах.

Шкала *лібідо* вказує на рівень сексуального потягу серед респондентів. Високий рівень лібідо у 80,9% свідчить про сильний сексуальний потяг у більшості

учасників дослідження. Це може бути пов'язано з їхнім відкритим ставленням до сексу, а також з високими показниками на інших шкалах, таких як дозволеність, сексуальна збудливість, порнографія та фізичний секс.

Щодо зв'язків між рівнем лібідо та іншими шкалами, можна припустити, що існує позитивна кореляція між лібідо та шкалами, такими як дозволеність, сексуальна збудливість, порнографія та фізичний секс. Це вказує на те, що особи з високим рівнем сексуального потягу, ймовірно, відчують більшу відкритість до нових експериментів у сексуальних відносинах. Однак щодо низького рівня лібідо у 19%, вказівка на огиду до сексу та високу сором'язливість може свідчити про негативне ставлення до сексуальності або можливі проблеми в цій сфері. Низький рівень задоволення також може бути пов'язаний з труднощами у виявленні насолоди від сексуальних відносин.

Узагальнюючи, результати вказують на складність індивідуальних установок на сексуальні відносини та підкреслюють необхідність подальших досліджень для розуміння факторів, що впливають на задоволення та реалізацію в цій сфері.

Розглянемо також результати опитування за методикою «Сексуальна формула (жінки)» (див. рис. 2.3).

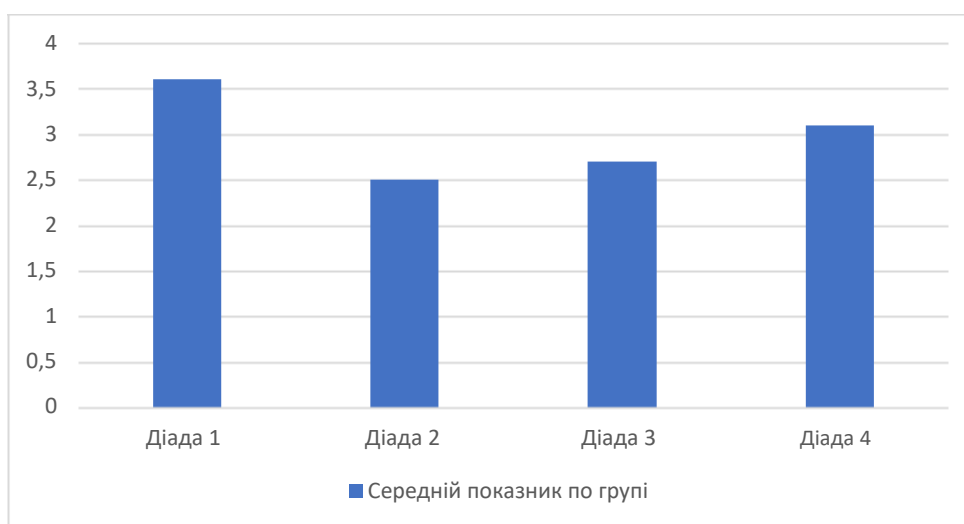


Рис. 2.3. Результати дослідження за методикою «Сексуальна формула (жінки)»

У першій діаді (ранні стадії сексуального циклу) переважна більшість респонденток мають показники у діапазоні 3-4, що відображає налаштованість на партнерські стосунки та відсутність значних бар'єрів у сприйнятті близькості.

Щодо другої діади (параметри реалізації статевого акту), то у респонденток домінують показники у межах 2-3 бали, що у цілому свідчить про адекватний рівень сексуального збудження та комфорт під час статевого акту. Невелика частина (близько 10%) має показники нижче норми, що може вказувати на труднощі у досягненні збудження або невідповідність партнерським очікуванням.

Третя діада (реакція після статевого акту). Показники 2,5 та вище набрали близько 70% респонденток, що свідчить про позитивне сприйняття статевого акту. Жінки з низькими показниками відзначали відчуття емоційного або фізичного дискомфорту, що вказує на можливі труднощі у встановленні емоційної близькості.

Четверта діада (передумови для прояву сексуальних властивостей). Більшість респонденток мають середні або високі показники (3-4), що демонструє сприятливі умови для розвитку сексуальності, забезпечувані партнером. Жінки з низькими показниками, що складають близько 15%, вказують на недостатню підтримку або нерозуміння з боку партнера. Середній показник у групі –3,1.

Як бачимо, у середньому, сексуальна формула у нашій вибірці становить 3,6 / 2,5 / 2,7 / 3,1, що має низку відмінностей до нормативного зразка СФЖ (3,3 / 3,3 / 3,3 / 3,3). Це свідчить про незадовільний рівень сексуального здоров'я та функціональності у багатьох респонденток.

Отже, результати дослідження свідчать про наявність певних труднощів у сексуальній сфері у значної частини респонденток. Зокрема, було виявлено прояви відрази до сексу, що можуть бути пов'язані з непорозуміннями у сексуальному житті, а також із глибоко вкоріненими забобонами та установками, сформованими в дитинстві. Крім того, труднощі можуть бути пов'язані з досвідом першого статевого акту, зміною партнера, складнощами в прийнятті свого тіла та сексуальних проявів загалом.

2.3. Взаємозв'язок між сексуальними установками жінок середнього віку та їх життєвими сценаріями

Сексуальність є однією з найважливіших складових особистісного життя людини, яка впливає на емоційне благополуччя, самооцінку та соціальні взаємозв'язки. Особливості сексуальності, зокрема установки та ставлення до неї, є динамічними і змінюються під впливом різних факторів, зокрема вікові зміни, соціальний досвід, особисті цінності та культурні норми. Жінки середнього віку переживають суттєві фізіологічні та психологічні зміни, які впливають на їхню сексуальність, а також переосмислення життєвих цінностей та стратегій поведінки. Так, драйвери та установки, закладені на рівні підсвідомості, можуть впливати на задоволеність інтимним життям та загальне психосексуальне благополуччя жінок середнього віку.

Аналіз життєвих сценаріїв подолання важких ситуацій за методикою ПВЖС/SVF120 В. Янке та Г. Ердманн серед респонденток дозволив виявити певні особливості та тенденції у підході до стресових ситуацій. Наприклад, лише 4 респондентки (6,3%) проявляють самосхвалення, що свідчить про схильність до зниження суб'єктивної тяжкості стресу (рис. 2.4). У конфліктних ситуаціях з партнером такі люди, зазвичай, відчувають менше напруження та здатні прийняти себе у ролі «ображеного», вбачаючи причини конфлікту поза власними діями. Це дозволяє їм швидше відновити емоційну рівновагу, хоча одночасно може ускладнювати співпереживання партнеру, адже така позиція може відчужувати партнера через недостатність самокритики.



Рис. 2.4. Результати дослідження за методикою ПВЖС/SVF120 В. Янке та Г. Ердманн

На відміну від цього, респондентки, які схильні до самовиправдання (9 з 63), часто розглядають стресові ситуації як такі, що зумовлені зовнішніми обставинами або поведінкою інших. Наприклад, у випадку сварки вони можуть звинувачувати у непорозумінні партнера, мінімізуючи власну роль у виникненні конфлікту. Це захисна стратегія, яка допомагає зменшити рівень стресу, але водночас може призводити до недостатнього аналізу власної поведінки.

Підходи, що пов'язані з відволіканням та заміщенням, зустрічаються рідше, однак заслуговують на увагу. Так, троє респонденток використовують відволікання як спосіб впоратися зі стресом, обираючи зайняти себе сторонніми справами для тимчасового уникнення проблеми. Сім респонденток застосовують заміщення, що передбачає зосередження на позитивних аспектах життя навіть у складних моментах. Такий сценарій дозволяє пригадати щось приємне або зайнятися активним дозвіллям, що дозволяє тимчасово «переключитися» з негативних емоцій. Наприклад, у ситуаціях конфліктів вони можуть обрати провести час за улюбленим заняттям, аби не загострювати ситуацію.

Контроль за ситуацією, найбільш поширений серед респонденток (16 з 63), вказує на прагнення зберігати вплив на розвиток подій. Такі респондентки аналізують ситуації та складають план дій, що забезпечує їм відчуття контролю над подіями. Відносини з партнерами вони сприймають як процес, який потребує зусиль і уваги. Навіть у випадках кризи вони намагаються конструктивно вирішувати проблеми, залишаючись спокійними та врівноваженими. Такий підхід дозволяє уникати ескалації конфліктів, оскільки респондентки зберігають контроль над своїми реакціями і ухиляються від імпульсивних дій.

Важливу роль у подоланні стресових ситуацій відіграє самоконтроль, який проявився у п'яти респонденток. Це здатність тримати під контролем власні емоції та реакції. Навіть у напружених обставинах такі люди залишаються спокійними, уникаючи зайвої емоційної реакції. Наприклад, у випадках конфліктів із партнером вони не поспішають із необдуманими висновками або діями, а скоріше реагують врівноважено, що допомагає уникнути загострення ситуації.

Самоствердження, виявлене у шести респонденток, вказує на стійке прагнення до самоповаги і впевненості. Для них життєві труднощі стають можливістю підтвердити власну цінність і силу. Вони схильні розглядати виклики як спосіб навчання і вдосконалення, що дає їм можливість не тільки подолати проблему, але й отримати з неї певний досвід. Так, у випадку труднощів у взаєминах із партнером, вони швидше за все сприйматимуть ситуацію як шанс на покращення або зміцнення відносин.

Показники за шкалою «Позитивна самомотивація» сформований у 4 респонденток (6,3%), тому можна сказати, що ці учасниці демонструють позитивний підхід до складних життєвих ситуацій, схильні до внутрішнього переконання у власних силах і вміння знаходити стимул навіть у непростих обставинах. Одна з респонденток відзначила: «Я завжди намагаюся знайти для себе маленьку нагороду в кінці важкого дня. Це може бути щось просте: улюблений фільм або час із друзями. Вони допомагають мені не занепадати духом і підтримувати себе в тонусі». Такий приклад ілюструє прагнення уникнути

надмірної концентрації на стресі через активацію позитивних думок та мотивів, що сприяє самопідтримці та кращому функціонуванню навіть у складних обставинах.

Критерій «Пошук соціальної підтримки» сформований у 19 респонденток, тобто ці жінки виявляють потребу у спілкуванні та підтримці з боку близьких у разі труднощів. З іншого боку, це також може свідчити про високу значимість соціальних зв'язків та взаємодії для психологічного добробуту учасниць. Одна з респонденток зазначила: «Коли я стикаюся з проблемами, я завжди звертаюся до своїх подруг, вони мене розуміють і можуть порадити, як краще вчинити». Це підтверджує важливість соціальних контактів у процесі подолання стресових ситуацій, де особиста підтримка близьких людей допомагає відчувати себе менш вразливою і зміцнює психологічну стійкість.

Шкала «Антиципіруюче уникнення» виявилася актуальною для 5 респонденток, які, як видно, віддають перевагу плануванню та передбаченню проблемних ситуацій. Такий підхід дозволяє їм уникати стресових обставин шляхом завчасної підготовки та аналізу можливих наслідків. Наприклад, одна з учасниць поділилася: «Я завжди планую свої дії на випадок, якщо щось піде не так, особливо якщо це стосується важливих подій у житті». Це дає змогу підготуватися морально та емоційно до потенційно стресових обставин, знижуючи рівень тривожності та покращуючи контроль над ситуацією.

Шкала «Втеча від стресової ситуації», що виявилася сформованою у 6 респонденток, свідчить про певну схильність уникати важких ситуацій або відволікатися від них, замість активного вирішення. Загалом це може вказувати на тенденцію до уникнення конфронтації або на невміння ефективно справлятися зі стресом. Одна з респонденток зазначила: «Якщо конфлікт із партнером починає загострюватися, я просто залишаю все, як є. Краще піти, ніж створювати ще більше проблем». Це приклад, коли уникнення стає способом зниження напруги, проте воно не завжди приводить до вирішення проблеми, а іноді навіть може погіршити ситуацію, залишивши невирішені питання.

Нарешті, шкала «Агресія», яка характерна для 12 респонденток, демонструє схильність реагувати на стресові ситуації за допомогою агресивних дій або слів.

Одна з респонденток зазначила: «Коли я розлючена, іноді не можу стримати свої слова, навіть якщо знаю, що це нашкодить», що прямо вказує на недостатню емоційну регуляцію, коли стрес сприймається як загроза, яка потребує миттєвого захисту, що проявляється у формі агресії. Така поведінка, хоча й може тимчасово знижувати рівень напруги, водночас створює нові проблеми у міжособистісних відносинах і може погіршувати загальний психологічний стан.

Отже, аналіз показників за різними шкалами методики ПВЖС/SVF120 демонструє, що кожна стратегія подолання стресу по-різному впливає на життя респонденток. Скажімо, тенденції до пошуку соціальної підтримки й позитивної самомотивації сприяють більш ефективному подоланню життєвих труднощів, тоді як уникнення та агресія можуть заважати адаптації до стресових ситуацій і призводити до додаткових психологічних труднощів.

Останніми проаналізуємо результати дослідження за методикою «Визначення провідного драйвера» (Мері Кокс) (рис. 2.5).

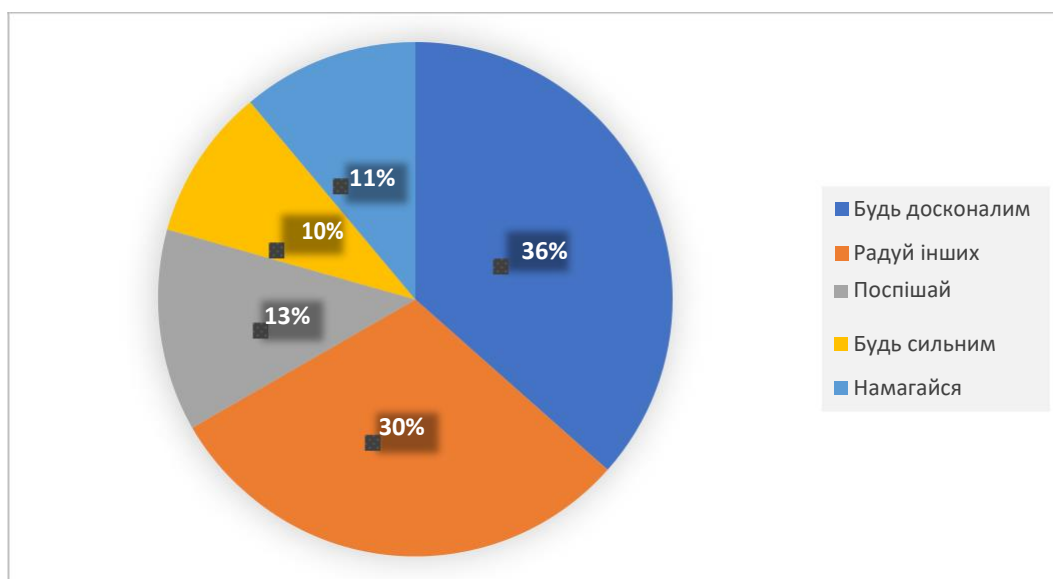


Рис. 2.5. Результати дослідження за методикою «Визначення провідного драйвера» (Мері Кокс)

Провідним виявився драйвер «Будь досконалим», що сформований у 23 респонденток (36%) та відображає глибоко вкорінений перфекціонізм, який проявляється в прагненні до бездоганності в усіх сферах життя. Респондентки, орієнтовані на цей драйвер, якщо говорити про позитивні риси, часто

демонструють чітке бачення майбутнього, структурований підхід до планування та високий рівень самоорганізації. Вони приділяють увагу кожній деталі, а їхні дії ретельно зважені та продумані, що забезпечує надійність і передбачуваність у виконанні обов'язків. Наприклад, одна з респонденток розповіла, що для неї важливо мати «ідеальний порядок» не тільки на робочому місці, але й удома, оскільки це створює відчуття контролю та впевненості. Вона детально описувала, як складає плани на тиждень і місяць, розписуючи навіть найдрібніші завдання, щоб уникнути ризику помилок. Її мотивація — відповідати високим стандартам, які вона встановлює для себе, що нерідко супроводжується стресом, особливо якщо щось іде не за планом.

Однак з протилежного боку жінки, що керуються цим драйвером, часто втомлюються, не вміють відпочивати та вимагають занадто багато від себе. Тому, в результаті, можуть зіштовхуватися із емоційним вигоранням а також розуміють, що їм складно встигати за власним ритмом життя.

Не менш важливим драйвером серед респонденток, є «Радуй інших» (19 осіб або 30%). Цей драйвер характеризується бажанням підтримувати гармонію у відносинах та задовольняти потреби оточуючих. Жінки з таким провідним драйвером, як правило, мають високу емоційну чутливість і схильні до емпатії. Вони вміють «читати» емоції інших, і, як зазначила одна з учасниць, для неї є важливим бути «людиною, до якої можна прийти за порадою та підтримкою». Її основна мотивація — приносити радість та полегшення чоловікові та дітям, що часто супроводжується відмовою від власних бажань і потреб. Однак, така орієнтованість на почуття інших може мати й зворотний бік. Одна з респонденток зауважила, що часто відчуває труднощі з відстоюванням власної точки зору, оскільки боїться зіпсувати відносини або викликати негативні емоції. Вона визнає, що іноді погоджується на дії, які їй не подобаються, лише для того, щоб уникнути конфлікту або зберегти гарні стосунки. Таке ставлення до себе часто призводить до накопичення незадоволення, яке зрештою може вилитися у внутрішні конфлікти та емоційне виснаження.

Драйвер «Поспішай», за результатами дослідження, проявляється у 12,6% респонденток. Ці жінки, як правило, дуже швидко приймають рішення і демонструють активність у всіх сферах життя, зокрема у побутових справах та вихованні дітей. Одній із респонденток (Олені, 45 років) доводиться поєднувати роль матері та кар'єристички. Вона зізнається, що інколи, через бажання швидко досягти результату, не прислухається до потреб своєї сім'ї. В її стосунках із партнером часто виникають конфлікти через поспішність у висновках та рішучі кроки, які вона робить, не обговорюючи їх заздалегідь. Наприклад, одного разу жінка прийняла рішення про зміну місця проживання через роботу, не врахувавши бажань чоловіка, що призвело до тривалого напруження в їхніх стосунках. Прагнення до швидкого вирішення проблем призводить до помилок, а її партнер часто відчуває, що його думка не враховується. Для таких жінок корисно навчитися планувати час, особливо на підготовчі етапи, що дозволить уникати імпульсивних дій і більше слухати думки близьких.

Щодо драйвера «Будь сильним», який проявився у 6 (9,5%) респонденток, то цей вони відзначаються здатністю залишатися спокійними у стресових ситуаціях. Наприклад, одна із жінок розповіла, що вона не може показати слабкість перед чоловіком і дітьми; вона часто залишається емоційно стриманою, приховуючи свої труднощі та не звертаючись за допомогою навіть тоді, коли це було б розумним кроком. У сексуальних стосунках це призводить до напруження, адже вона рідко ділиться своїми емоціями і потребами з партнером, вважаючи, що це може показати її вразливість. Водночас вона відзначає, що під час кризових ситуацій її спокій допомагає зберегти рівновагу в родині. Такі жінки можуть виграти, якщо зрозуміють, що звернення за підтримкою та прояв емоційності не свідчить про слабкість, а, навпаки, може посилити зв'язок із партнером і дітьми.

Нарешті, драйвер «Намагайся», виявлений у 7 респонденток, характеризується сильним бажанням вкладати максимум зусиль у всі починання, проте з тенденцією швидко втрачати інтерес, особливо якщо завдання вимагає терпіння. Плюсом цього драйвера є те, що усі завдання, незалежно від їх

складності, жінки будуть ретельно аналізувати. Натомість мінусом є те, що їм часто не вистачає терпіння у досягненні позитивного кінцевого результату.

Проведений аналіз показав, що драйвер «Будь досконалим» є найбільш поширеним серед респонденток, що свідчить про високий рівень внутрішнього перфекціонізму та прагнення до самовдосконалення, які притаманні жінкам середнього віку. Для багатьох респонденток цей драйвер є основним мотиватором у повсякденному житті, що виявляється у прагненні до бездоганності як у професійній сфері, так і в особистих стосунках. Однак, з іншого боку, жінки з цим драйвером часто стикаються з емоційним вигоранням через надмірні вимоги до себе та нездатність делегувати завдання або відпочити. Досить популярним серед досліджуваних був і драйвер «Радуй інших», що вказує на схильність жінок середнього віку до емоційної чутливості та емпатії. Респондентки переважно демонструють високу готовність підтримувати оточуючих, часто жертвуючи власними інтересами для забезпечення комфорту близьких. Однак, як показали результати, таке прагнення може призводити до внутрішнього конфлікту, оскільки жінки з цим драйвером часом не відстоюють власних потреб і ризикують опинитися у стані емоційного виснаження через надмірну турботу про інших.

Проведемо кореляційний аналіз взаємозв'язку між сексуальними установками жінок середнього віку та їх життєвими сценаріями, розрахувавши середні показники по групі для кожного використаного методу (див. Додаток А). Після цього було розраховано коефіцієнт кореляції Пірсона (r -Пірсона) (див. додаток Б.). Аналіз взаємозв'язку між сексуальними установками жінок середнього віку та їх життєвими сценаріями дозволив виявити психологічні патерни, які характеризують взаємодію сексуальних настанов і життєвих стратегій.

Результати показують, що сміливість і рішучість у сексуальних настановах позитивно корелює із самоствердженням ($r = 0,32, p < 0,01$), контролем ситуації ($r = 0,31, p < 0,05$) та пошуком соціальної підтримки ($r = 0,24, p < 0,05$). Такий результат свідчить про те, що жінки, які демонструють сміливість і рішучість у сексуальній поведінці, прагнуть самоствердження в житті та мають тенденцію до активного пошуку підтримки в соціальному середовищі. Крім цього, такий зв'язок

може бути обумовлений потребою у підтвердженні власної соціальної ролі та статусу, що забезпечує їм емоційну стабільність і допомагає контролювати життєві ситуації.

Другий важливий показник – корисність – має негативну кореляцію з самостійністю ($r = -0,35$, $p < 0,01$) і агресією ($r = -0,30$, $p < 0,05$). Відповідно, можемо стверджувати, що прагнення до корисності у відносинах супроводжується меншим рівнем агресії та потребою у самостійності. Таке поєднання можемо пояснювати прагненням до гармонійних відносин без конфліктів, де важлива підтримка і взаємна вигода, що, у свою чергу, зменшує необхідність у самостійних або агресивних діях у стресових ситуаціях.

Гіперсексуальність корелює з самовиправданням ($r = 0,36$, $p < 0,01$), відволіканням ($r = 0,25$, $p < 0,05$) та пошуком соціальної підтримки ($r = 0,40$, $p < 0,01$). Так, кореляція гіперсексуальності з самовиправданням ($r = 0,36$, $p < 0,01$) свідчить про те, що особи з високим рівнем гіперсексуальності схильні шукати способи виправдати свої дії, часто замість того, щоб звертати увагу на глибші емоційні або психологічні проблеми. З іншого боку, така поведінка дозволяє уникати почуттів провини або сорому, що виникають через порушення соціальних норм. Натомість відволікання ($r = 0,25$, $p < 0,05$) як захисний механізм також набуває особливого значення в цьому контексті. Жінки, які демонструють гіперсексуальність, можуть використовувати відволікання як спосіб уникнути обробки стресових ситуацій або неприємних емоцій, тому ця стратегія дозволяє їм тимчасово зменшити дискомфорт, але може також перешкоджати їхньому емоційному розвитку та здатності справлятися з життєвими викликами.

Кореляція гіперсексуальності з пошуком соціальної підтримки ($r = 0,40$, $p < 0,01$) вказує на те, що жінки з гіперсексуальними установками часто звертаються за підтвердженням та підтримкою до інших. Також це може бути свідченням їхньої незадоволеності власною самооцінкою та потребою у зовнішніх валідаціях, що підкреслює емоційну нестабільність. У цьому випадку соціальна підтримка стає не лише важливим ресурсом для coping-стратегій, а й засобом для підвищення самооцінки. Таким чином, отримані результати вказують на те, що

гіперсексуальність може бути симптомом більш глибоких психологічних проблем, які виявляються через захисні механізми, зокрема самовиправдання та відволікання, а також через потребу в соціальному підтвердженні.

Дослідження вказує на важливість ніжності як психоемоційного показника, що позитивно корелює з позитивною самомотивацією ($r = 0,45$, $p < 0,01$) та має незначну кореляцію з пошуком соціальної підтримки. Позитивна кореляція з самомотивацією свідчить про те, що жінки, які виявляють більш високу ніжність у своїх сексуальних установках, мають тенденцію підходити до життя з оптимістичним настроєм, фокусуючись на позитивних аспектах свого досвіду та розвитку. Така схильність може свідчити про більш високу стійкість до стресів і кращу здатність долати життєві труднощі, що у свою чергу веде до формування стабільних і здорових емоційних зв'язків. Ніжність у сексуальних настановах також відображає чутливість жінок до міжособистісних стосунків і їхніх емоційних потреб, тобто жінки, які мають високу ніжність, можуть більше усвідомлювати потреби інших та бути більш схильними до емпатії. Виявлена особливість може сприяти встановленню глибоких міжособистісних зв'язків, оскільки такі жінки здатні не лише відчувати власні емоції, але й реагувати на емоційні стани інших.

Таким чином, результати свідчать про те, що ніжність є важливим компонентом психоемоційної стійкості жінок. Вона не лише пов'язана з позитивною самомотивацією, але й відображає чутливе ставлення до міжособистісних стосунків.

Отримані результати вказують на те, що жертвність має складну взаємодію з кількома психологічними аспектами, включаючи самоствердження ($r = -0,38$, $p < 0,01$), самовиправдання ($r = -0,22$, $p < 0,05$) та уникнення ($r = 0,35$, $p < 0,01$). Позитивна кореляція між жертвністю та уникненням може свідчити про те, що жінки, які демонструють високий рівень жертвності, часто використовують уникнення як спосіб справитися з емоційним дискомфортом, викликаним їхніми жертвними вчинками. Водночас негативна кореляція з самоствердженням вказує на те, що високий рівень жертвності заважає шукати себе. Жінки, які схильні до жертвності, як правило, будуть менше звертати увагу на свої потреби та цінності,

ставлячи інтереси інших на перше місце. І кореляція з самовиправданням може вказувати на те, що жінки, які виявляють високий рівень жертвовності, будуть прагнути виправдати свою поведінку, особливо якщо їхні дії призводять до емоційного виснаження або незадоволеності. Тобто доходимо до висновку, що жертвовність не завжди є здоровим механізмом, а іноді використовується для уникнення особистих труднощів.

Дослідження вказує на значущі кореляції між ревнощами як сексуальним складником та кількома психологічними конструкціями, зокрема позитивною самомотивацією ($r = -0,35$, $p < 0,01$) та агресією ($r = 0,30$, $p < 0,01$). Негативна кореляція між ревнощами та позитивною самомотивацією свідчить про те, що жінки, які відчувають високий рівень ревнощів у своїх сексуальних установах, можуть мати труднощі з підтриманням оптимістичного ставлення до свого життя та відносин. Тому можемо стверджувати, що ревнощі, як емоційна реакція, можуть перешкоджати формуванню позитивних установок, оскільки вони часто пов'язані з тривогою, невпевненістю та страхом втрати партнера. Крім цього, ревнощі в сексуальних стосунках можуть бути результатом низької самооцінки або переживаннями щодо власної привабливості та цінності у відносинах.

Позитивна кореляція ревнощів з агресією ($r = 0,30$, $p < 0,01$) говорить на те, що ревнощі можуть спонукати до агресивних реакцій у жінок, що може проявлятися як у формі словесних конфліктів, так і в більш крайніх випадках — фізичної агресії. Далі агрегатні емоції, що породжені ревнощами, можуть призводити до деструктивної поведінки. У цілому, результати свідчать про те, що ревнощі, як складник сексуальних установок, можуть негативно впливати на емоційний стан жінок, ускладнюючи їхнє прагнення до позитивної самомотивації і призводячи до агресивних реакцій.

Однією з можливих незначних кореляцій, яку можна розглянути, є зв'язок між знеособленим сексом та самоствердженням ($r = 0,22$). Жінки, які відчувають потребу у знеособленому сексі, можуть шукати способи підтвердити власну цінність і самооцінку через сексуальні стосунки, де емоційна близькість відсутня. Дана кореляція може також вказувати на певний внутрішній конфлікт, адже жінки

відчувають потребу в підтвердженні своєї самоцінності через сексуальні стосунки, проте можуть не усвідомлювати, що знеособлений секс не є ефективним засобом для досягнення цього. Розглядаючи ще одну незначну кореляцію між показником «порнографія» та самоствердженням ($r = 0,21$), можна припустити, що жінки, які активно споживають порнографічний контент, можуть намагатися підтвердити власну сексуальність і самоствердження через візуалізацію ідеалізованих сексуальних сценаріїв. Проте варто зазначити, що цей позитивний зв'язок може бути поверхневим, оскільки споживання порнографії не завжди забезпечує глибоке емоційне самоствердження. Існує ризик, що вживання порнографії може призвести до формування нереалістичних очікувань щодо сексуальності і стосунків.

Цнотливість корелює з пошуком соціальної підтримки ($r = 0,20$). Жінки, які дотримуються цнотливих установок, можуть частіше звертатися за підтримкою до близьких або друзів, щоб підтвердити свої цінності та отримати схвалення. Це може свідчити про їхню потребу в емоційному підтвердженні своїх моральних переконань та поведінки, що підкреслює їхнє бажання мати підтримку в обраному життєвому сценарії.

Крім цього, огида до сексу позитивно корелює уникнення стресу ($0,465$). Жінки, які відчувають огиду до сексу, можуть мати труднощі з підтвердженням своєї сексуальної ідентичності та самооцінки, що здатне призводити до відчуття невпевненості у власній цінності, що ускладнює їхню здатність бути впевненими у собі у стосунках та соціальних ситуаціях.

У той же час сексуальна збудливість позитивно корелює з позитивною самомотивацією ($r = 0,30$). Тобто жінки, які відчувають сексуальну збудливість, можуть бути більш схильними до позитивної самомотивації, оскільки їхнє усвідомлення власної сексуальності може стимулювати їх до активних дій у житті, спонукаючи до пошуку нових можливостей і задоволення своїх бажань. Також такий результат може свідчити про те, що позитивні емоції, пов'язані зі сексуальною збудливістю, підвищують загальний рівень мотивації до досягнення цілей у різних сферах життя.

Лібідо демонструє негативну кореляцію з контролем ситуації ($r = -0,28$), що може свідчити про те, що жінки з високим рівнем лібідо можуть відчувати труднощі у встановленні контролю над своїми емоціями та поведінкою в стосунках. Підвищене лібідо може вести до ситуацій, коли жінки піддаються своїм бажанням.

Задоволеність від сексу має негативну кореляцію з пошуком соціальної підтримки ($r = -0,30$). Це може свідчити про те, що жінки, які задоволені своїм сексуальним життям, менш схильні звертатися за підтримкою до оточуючих, адже їхня емоційна потреба у схваленні чи підтвердженні власної сексуальної ідентичності задовольняється внаслідок позитивного досвіду у стосунках.

Висновки до розділу 2

Аналіз отриманих даних щодо взаємозв'язків між різними сексуальними установками та психологічними характеристиками респонденток вказує на складну природу взаємодії між особистісними рисами, емоційним станом і сексуальністю жінок. Виявлена кореляція між гіперсексуальністю і механізмами самозахисту, такими як самовиправдання, відволікання і пошук соціальної підтримки, свідчить про те, що жінки, які відчують потребу у підвищеній сексуальній активності, можуть використовувати ці стратегії для управління емоційним дискомфортом. Також це може вказувати на потенційну емоційну нестабільність, коли потреба в сексуальному самовираженні стає способом уникнення більш глибоких психологічних проблем.

Натомість ніжність у сексуальних установках виявилася позитивно корельованою з позитивною самомотивацією, що свідчить про те, що жінки з більш чутливими сексуальними установками можуть мати вищий рівень мотивації до формування стабільних емоційних зв'язків і зосереджуватися на позитивних складових життя. Така кореляція підкреслює важливість емоційної чутливості у підтриманні здорових стосунків та розвитку особистості.

Крім того, жертвність продемонструвала негативні кореляції з самоствердженням та самовиправданням, що може вказувати на те, що жінки, які проявляють жертвність, будуть мати труднощі у встановленні власних меж і визнанні своїх потреб, що, в свою чергу, може призводити до емоційного вигорання.

Сексуальна сором'язливість, цнотливість і огида до сексу виявили свою роль у формуванні стосунків, де їх зв'язок з самовиправданням, пошуком соціальної підтримки та самоствердженням підкреслює важливість соціального контексту у формуванні самооцінки жінок.

ВИСНОВКИ

У ході виконання поставлених перед нами завдань ми дійшли до таких висновків:

1. Сексуальність виступає не лише як інтимна сфера, а й як важлива форма комунікації, що відображає та впливає на міжособистісні стосунки. Вона є складним соціально-психологічним процесом, у якому взаємодіють емоційні, когнітивні та фізичні складові. Через сексуальність особистість виражає свої бажання, страхи та потреби, що робить цю сферу важливою для розуміння як індивідуальних особливостей, так і загальних тенденцій у соціумі. А структура сексуальної комунікації залежить від багатьох факторів, включаючи культурні норми, соціальні очікування та індивідуальні переживання, що вказує на необхідність інтеграції різних підходів для глибшого аналізу сексуальної поведінки.

2. Психологічні особливості сексуальних установок у жінок середнього віку проявляються по-різному, що обумовлено як внутрішніми, так і зовнішніми чинниками. Важливими аспектами є самооцінка, досвід у міжособистісних стосунках та соціальні ролі, які вони виконують. Відзначається, що жінки цього віку часто стикаються з кризою самоідентифікації, що може впливати на їхню сексуальність.

3. Психологічний аналіз життєвих сценаріїв вказує на важливість розуміння індивідуальних стратегій орієнтації на життя. Життєві сценарії формуються в результаті інтеграції особистого досвіду, соціальних впливів та культури. Вони служать основою для прийняття рішень та поведінки особистості в різних життєвих ситуаціях. Різноманітні підходи до формування сценаріїв можуть містити як позитивні, так і негативні елементи, що впливають на мотивацію, самоствердження та емоційний стан.

4. У дослідженні взяли участь 63 жінки віком від 30 до 45 років. Серед респондентів 63% (40 жінок) були заміжні, 31,7% (20 жінок) — незаміжні або розлучені, а 4,7% (3 жінки) — вдови. Вибірка відображає різноманітність жінок та їх життєвих сценаріїв, що, в свою чергу, буде впливати на їх сексуальні установки

та психологічні особливості. Вибір психодіагностичного інструментарію був зумовлений потребою в комплексному вивченні сексуальних установок і психологічних особливостей респонденток. Для цього використано кілька методик: «Оцінка сексуального профілю» (М. Яффе і Е. Фервік (А. Лидерс, 2007); «Настанови до сексу» (Г. Айзенка); «Сексуальна формула (жінки)»; «Подолання важких життєвих ситуацій», ПВЖС/SVF120 В. Янке та Г. Ердманн та «Визначення провідного драйвера» Мері Кокс (Mary Cox, 1999). Використання цих методик дозволило отримати комплексну картину сексуальних установок, емоційного стану та стратегій подолання життєвих труднощів.

5. Проведене дослідження сексуального профілю жінок віком від 30 до 45 років виявило ряд важливих характеристик, що впливають на їхню сексуальність та партнерські стосунки. Перш за все, результати свідчать про високу рішучість та сміливість у поведінці більшості жінок, що відображає їх готовність активно діяти в інтимній сфері. Низький рівень прояву користі серед респонденток вказує на схильність жінок до підтримки та взаємодопомоги у стосунках, підкреслюючи важливість емоційного обміну як складової здорових інтимних зв'язків. Водночас низька вибагливість може свідчити про помірну критичність у виборі партнерів.

Високий рівень гіперсексуальності жінок, разом з домінуванням ніжності, вказує на їхню зацікавленість у сексуальних стосунках. Але жертівність з одного боку говорить про готовність жінок до емоційного інвестування у стосунки, підкреслюючи їхнє бажання ставити потреби партнера вище власних, з іншого боку – шкодить емоційному здоров'ю та можливості самореалізації. Загалом, результати дослідження підкреслюють складність і багатогранність сексуальної поведінки жінок середнього віку, що зумовлено як індивідуальними, так і соціокультурними факторами.

За опитувальником «Настанови до сексу» Г. Айзенка виявлено, що в кожній 4-тій респондентки проявилися ознаки огида до сексу, майже половина позитивно ставиться до порнографії, у більшості низьке лібідо. Оскільки майже половина опитаних жінок висловила позитивне ставлення до порнографії, то це свідчить про певну відкритість до сексуальних експериментів та вивчення інтимних стосунків,

однак може бути й підґрунтям для конфліктів у партнерських відносинах, якщо ставлення до порнографії у партнерів відрізняється. Ознаки низького рівня лібідо у більшості респонденток можуть бути пов'язані з особистими переживаннями, фізичними або психологічними факторами, що впливають на сексуальну активність жінок. Низьке лібідо також може свідчити про наявність непорозумінь щодо сексуального життя, забобонів або установок, сформованих у дитинстві.

За методикою дослідження «Визначення провідного драйвера» Мері Кокс (Mary Cox, 1999) ми виявили драйвера, що використовують жінки у своєму житті. Найбільш домінуючим серед них виявився драйвер «Будь досконалим», який свідчить про прагнення респонденток демонструвати себе ідеальними, позбавленими недосконалостей у різних аспектах життя, зокрема в інтимних стосунках. Цей драйвер вказує на те, що багато жінок відчувають сильний тиск, аби відповідати певним стандартам і очікуванням, сформованим як соціальними нормами, так і особистими переконаннями. У процесі взаємодії з партнерами це прагнення до досконалості може призводити до стресу та почуття незадоволеності, якщо реальність не відповідає встановленим ідеалам.

6. Висновки, отримані в результаті аналізу даних, вказують на складні та багатогранні зв'язки між сексуальними установками жінок та їх психологічними характеристиками, що формують їхнє емоційне благополуччя та міжособистісні стосунки. По-перше, виявлена позитивна кореляція між гіперсексуальністю та механізмами самозахисту, такими як самовиправдання, відволікання та пошук соціальної підтримки, свідчить про те, що жінки, які мають високе лібідо, часто використовують ці стратегії для управління емоційним дискомфортом. Такі механізми можуть служити як засоби уникнення глибших психологічних проблем, пов'язаних із самооцінкою та емоційною нестабільністю. Важливим є також те, що така динаміка може свідчити про потребу в адаптації до стресових умов, коли сексуальність стає способом справляння з внутрішніми переживаннями.

Дослідження жертвовності як сексуальної установки показало її негативні кореляції з самоствердженням та самовиправданням, а тому можемо говорити, що

жінки, які проявляють високий рівень жертвності, стикаються з труднощами у визначенні власних меж і визнанні своїх потреб. Однак таке ставлення може призводити до емоційного вигорання та зниження загального рівня задоволення життям, адже постійна жертвність може заважати реалізації власних інтересів та бажань. А лібідо виявило негативну кореляцію з контролем ситуації, що свідчить про те, що високий рівень сексуального бажання може ускладнювати емоційне управління у стосунках. У таких випадках жінки можуть відчувати невизначеність і труднощі в управлінні своїми емоціями, що може негативно позначатися на загальному психологічному благополуччі.

У цілому, результати дослідження підкреслюють важливість комплексного підходу до розуміння сексуальної поведінки та психології жінок. Взаємозв'язки між сексуальними установками і психологічними механізмами управління власним життям свідчать про те, що кожен аспект сексуальності несе в собі емоційний зміст, який впливає на загальне благополуччя.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Басалюков В. Психотерапія сексуальної дисгармонії подружньої пари на моделі тренінгу особистісного росту : автореф. дис... канд. мед. наук: 14.01.16 ; Український НДІ соціальної та судової психіатрії. К., 2000. 20 с.
2. Берн Ерік Що ти кажеш після привітання? Психологія людської долі [Текст] : абсолют. міжнар. бестселер / пер. з англ. Р. Клочка]. Харків : Клуб Сімейного Дозвілля, 2018. 427, [1] с
3. Берн Е. Ігри, у які грають люди / пер. з англ. К. Меньшикової. Харків : Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», 2016. 256 с.
4. Бушуєва Т. В. Задоволеність життям та особливості копінг-поведінки людей середнього віку. *Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент*. 2015. Вип. 17. С. 142–151.
5. Василевська О., Дворніченко Л. Дослідження психологічних особливостей щастя в жінок середнього віку. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки*. 2020. Вип. 2. С. 110-118.
6. Гіденс Е. Соціологія ; пер. В. Шовкун, А. Олійник ; наук. ред. пер. О. Іващенко. К. : Основи, 1999. 726 с
7. Говорун Т. В., Кікінежді О. Г. Стать та сексуальність: психологічний ракурс. Тернопіль: навчальна книга Богдан, 1999. 384 с.
8. Гупаловська В., Стрілець Н. Психологічні особливості сексуальних установок молоді. *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського*. Серія : Психологічні науки. 2013. Т. 2, Вип. 10. С. 89-93
9. Данильченко Т. Психологія статі: Навч. посіб. Ніжин, 2006. 208 с
10. Діденко С., Козлова О. Психологія сексуальності. К.: Академвидав, 2009. 304 с
11. Дідковська Л.І. Психологічні особливості ставлення досексу осіб віку ранньої дорослості. *Психологічні науки*. 2014. Вип. 2.12 (103). С. 72–79

12. Доропій Н. М. Сім'я як первинний інститут статевого виховання. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. Сер. : Педагогічні науки. 2014. Вип. 115. С. 74-76.
13. Єрмакова А.С. Психологічні особливості сексуального здоров'я людини як розвиток ідей ортобіозу. Дослідження психології ортобіозу людини: монографія / за заг. наук. ред. проф. Н.В. Родіни, Київ: Видавництво Ліра-К, 2021. С. 144-161.
14. Жебелева П. В. Життєвий сценарій особистості: сутність та основні психологічні підходи. *Вісник післядипломної освіти*. 2013. Вип. 9(2). С. 126-134
15. Зозуль Т. В. Особливості установок до сексу жінок як чинника становлення їхнього індивідуального еротичного коду. *Габітус*. 2021. Вип. 29. С. 63-68
16. Козар М. Сексуальна самосвідомість та задоволення в жінок середнього віку: психологічні аспекти. **Журнал. Рік, номер, сторінки**
17. Костіна Т. О. Вивчення формування життєвого сценарію у психології розвитку. *Вісник Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут»*. Філософія. Психологія. Педагогіка. 2010. № 2. С. 101-105
18. Костіна Т. О. Життєвий сценарій суб'єкта юнацького віку: модель усвідомлення. *Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами*. 2012. № 9. С. 126-137.
19. Косьянова О., Городнюк Л. Особливості прояву самооцінки та типу характеру жінок віку середньої дорослості. *Габітус*. 2020. Вип. 19. С. 128-132.
20. Кочарян Г. С. Современная сексология. Киев.: Ника-Центр, 2007, 400 с.
21. Кришталь В. Сексология : навч. посіб. Х. : Фоліо, 2008. 990 с.: рис.
22. Матвієнко О. В. Формування життєвого сценарію молоді. *Актуальні проблеми психології*. 2015. Т. 7, Вип. 38. С. 299-308.
23. Махній М. Еволюція інтимності: від Едему до Мережі. Київ: Academia.edu, 2017. 520 с.

24. Мухіна В.С. Вікова психологія: феноменологія розвитку, дитинство, юність. : навч. посіб. для студентів, які навчаються за пед. спец. 7-е вид., Стер. М.: Академія, 2003. -456 с. 33.
25. Нагоскі Е. Книга Як бажає жінка. Правда про сексуальне здоров'я. Х.: Клуб сімейного дозвілля, 2019. 218 с.
26. Норкіна І. Психологічна дезадаптація як чинник незадоволеності сексуальним життям. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія*. 2018. Вип. 2. С. 52-56.
27. Основи теорії гендеру : навчальний посібник. Київ : К.І.С., 2004. 536 с
28. Павелків Р.В. Вікова психологія. К.: Кондор, 2015. 469 с
29. Савчин М. В. Вікова психологія : навч. посіб. 3-тє вид, перероб., допов. Київ : Академія, 2017 . 360 с.
30. СавчинМ.В.,ВасиленкоЛ.П.Віковапсихологія.
http://univer.nuczu.edu.ua/tmp_metod/890/Savchin.pdf (дата звернення: 26.09.2024)
31. Сексопатологія : підручник / під ред. Є.В.Кришталь, Б.М. Ворник. 2012. – 925
32. Сенека, Л.-А. Діалоги; пер. з латин. А. Содомора. Львів: Априорі, 2016. 320 с.
33. Стюарт Й., Джойнс В. Основи ТА: Транзакційний аналіз / пер. з англ. К.: ФАДА, ЛТД, 2002. 393 с. 12.
34. Титаренко Т. М. Соціально-психологічна профілактика порушень адаптації молоді до повсякденного стресу: метод. рек. К. : Міленіум, 2010. 84 с.
35. Тичина Д. М. Біологічні та психологічні детермінанти сексуальності. *Правовий часопис Донбасу*. 2018. № 2. С. 129-134
36. Фальова О. Є. Взаємозв'язок установок до сексу та актуального психоемоційного стану жінок із різним сімейним статусом. *Медична психологія*. 2015. Т. 10, № 4. С. 10-14
37. Федик О. Сексологія: словник-довідник / упорядник О.В. Федик. – Івано-Франківськ: НАІР, 2 0 1 2 , - 228 с.

38. Фрейд З. Психология сексуальности : пер. с нем. Х. : Фолио, 2009. 288 с
39. Чернописка О. П. Психологічні аспекти дошлюбних сексуальних стосунків студентської молоді. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12 : Психологічні науки*. 2013. Вип. 41. С. 208-215.
40. Шаповаленко І.В. Вікова психологія (Психологія розвитку та вікова психологія). К: [б.в.], 2005. – 349 с.
41. Щотка О.П. Гендерна психологія : навчальний посібник. Ніжин : Видавець ПП Лисенко М.М., 2019. 359 с
42. Alder Harry Achieve twice as much in half the time. Publication details: Oxford : Pathways, 2001. 312 p.
43. Bancroft J. Human Sexuality and its Problems. Edinburg, Churchill Livingstone, 2009. 540 p.
44. Eysenck H.J. and Eysenck S.B.G. Psychoticism as a Dimension of Personality. *Hodder & Stoughton*. 1976. London.
45. Eysenck S.B., & Eysenck H.J. Scores on three personality variables as a function of age, sex and social class. // *British Journal of Social and Clinical Psychology*. 1969. Vol. 8 (1), pp. 69–76.
46. Gerard, Kent; Hekma, Gert The Pursuit of Sodomy: Male Homosexuality in Renaissance and Enlightenment Europe. New York 1989: Harrington Park Press. URL: <https://archive.org/details/pursuitofsodomym0000unse> (дата звернення: 1.10.2024)
47. Grace J. Craig, Don Baucum Human development (9th edition). — Prentice Hall, 2001. — P. 245—347.
48. Gradus Research Plus Аналітичний звіт: дослідження сексуальної поведінки та поглядів. Листопад 2021. URL: https://gradus.app/documents/117/Gradus_Report_Sex_09112021.pdf (дата звернення: 1.10.2024)
49. Kern S. The Culture of Love: Victorians to Moderns, Cambridge, Mass.: Harvard University Press, 1992. 344 p
50. Mead M. Male and female. (Чоловік та жінка). New York, 1951. 318 p.

51. Severo R. William H. Masters, a Pioneer in Studying and Demystifying Sex,

<https://web.archive.org/web/20150522140724/http://www.nytimes.com/2001/02/19/us/william-h-masters-a-pioneer-in-studying-and-demystifying-sex-dies-at-85.html> (дата звернення: 1.10.2024)

52. Tolman D.L., Diamond L.M., Bauermeister J.A., George W.H. (Eds.). APA Handbook of Sexuality and Psychology, Vol. 1: Person-Based Approaches. American Psychological Association. Washington. 2014. 1288 p

ДОДАТКИ

Додаток А.

**Результати емпіричного дослідження психологічних особливостей
сексуальності жінок середнього віку**

| Оцінка сексуального профілю за методикою дослідження М. Яффе і Е. Фервік | Середній показник у групі |
|--|---------------------------|
| Сміливість, рішучість | 53 |
| Користь | 45 |
| Вибірковість | 49 |
| Гіперсексуальність | 56 |
| Ретельність | 68 |
| Ніжність | 72 |
| Жертовність | 74 |
| Відповідальність | 62 |
| Кохання як найвища цінність | 68 |
| Ревнощі | 32 |
| Різноманітність | 56 |
| Фемінінність | 58 |
| Неприйняття службових романів | 52 |
| Експресивність | 52 |

| Результати дослідження за опитувальником «Настанови до сексу» Г. Айзенка | Середній показник у групі |
|--|---------------------------|
| Дозволеність | 58 |
| Реалізованість | 64 |
| Сексуальна невротичність | 50 |
| Знеособлений секс | 26 |
| Порнографія | 52 |
| Сексуальна сором'язливість | 42 |
| Цнотливість | 26 |
| Огида до сексу | 48 |
| Сексуальна збудливість | 42 |
| Фізичний секс | 32 |
| Агресивний секс | 26 |
| Лібідо | 32 |
| Задоволеність | 68 |
| Маскулінність, Фемінність | 60 |

Продовження додатку А.

| Результати дослідження за методикою «Сексуальна формула (жінки)» | Середній показник групи | у |
|--|-------------------------|---|
| Діада 1 | 3,6 | |
| Діада 2 | 2,5 | |
| Діада 3 | 2,7 | |
| Діада 4 | 3,1 | |

II. Життєві сценарії жінок

| Результати дослідження за методикою ПВЖС/SVF120 В. Янке та Г. Ердманн | Середній показник групи | у |
|---|-------------------------|---|
| Самосхвалення | 8,4 | |
| Самовиправдання | 11,7 | |
| Відволікання | 11,7 | |
| Заміщення | 6,3 | |
| Самоствердження | 16,2 | |
| Контроль за ситуацією | 6,7 | |
| Самоконтроль | 16 | |
| Позитивна самомотивація | 23 | |
| Пошук соціальної підтримки | 21,4 | |
| Антиципіруюче уникнення | 27 | |
| Втеча від стресової ситуації | 14,2 | |
| Агресія | 11,7 | |

| Результати дослідження за методикою «Визначення провідного драйвера» (Мері Кокс) | Середній показник у групі |
|--|---------------------------|
| Будь досконалим | 36,5 |
| Радуй інших | 30,2 |
| Поспішай | 12,7 |
| Будь сильним | 9,5 |
| Намагайся | 11,1 |

**Кореляційний аналіз взаємозв'язку між сексуальними установками
жінок середнього віку та їх життєвими сценаріями**

| Шкали/Показники | Самосхвалення | Самоствердження | Самовиправдання | Відволікання | Замінювання | Самостійність | Контроль ситуації | Самоконтроль | Позитивнасамотивація | Пошук соціальноїпідтримки | Передбачувальнеуникнення | Втеча від стресовіситуації | Агресія |
|-------------------------------|---------------|-----------------|-----------------|--------------|--------------|---------------|-------------------|---------------|----------------------|---------------------------|--------------------------|----------------------------|---------------|
| Сміливість, рішучість | 0,01 | 0,32** | -0,06 | 0,25* | 0,14 | -0,02 | 0,31* | 0,05 | -0,03 | 0,24* | -0,06 | 0,10 | 0,35** |
| Корисність | -0,12 | -0,05 | 0,28* | -0,02 | 0,10 | -0,35** | 0,18 | -0,22 | 0,10 | 0,22 | -0,12 | 0,05 | -0,30* |
| Вибірковість | 0,02 | 0,12 | 0,05 | -0,15 | 0,08 | 0,35** | 0,22* | -0,30* | -0,12 | -0,08 | 0,29* | 0,15 | 0,02 |
| Гіперсексуальність | 0,01 | -0,12 | 0,36* | 0,25* | -0,08 | -0,22 | 0,01 | 0,08 | -0,14 | 0,40* | -0,05 | -0,10 | -0,28* |
| Скрупульозність | -0,05 | 0,03 | -0,03 | -0,18 | 0,22* | 0,05 | -0,22 | 0,35** | -0,12 | 0,10 | 0,28* | 0,08 | -0,03 |
| Ніжність | 0,01 | -0,22 | 0,40* | -0,10 | -0,05 | 0,02 | 0,15 | 0,05 | 0,45** | -0,08 | -0,12 | 0,10 | -0,025 |
| Жертовність | 0,02 | -0,38** | -0,22* | 0,05 | 0,03 | 0,20 | -0,15 | 0,18 | -0,20 | 0,22 | 0,35* | -0,08 | 0,18 |
| Відповідальність | 0,016 | 0,15 | 0,02 | -0,05 | 0,05 | 0,10 | -0,12 | -0,18 | 0,08 | 0,28* | -0,05 | 0,35** | 0,05 |
| Любов як найвища цінність | 0,05 | 0,30** | -0,12 | 0,05 | 0,01 | -0,08 | 0,22* | -0,15 | 0,20 | -0,12 | 0,40* | 0,10 | -0,18 |
| Ревнощі | 0,026 | -0,08 | 0,10 | -0,03 | 0,05 | -0,02 | 0,15 | 0,08 | -0,35** | 0,05 | 0,15 | -0,20 | 0,30** |
| Різноманітність | 0,05 | 0,20 | -0,18 | 0,12 | 0,30* | 0,25* | -0,05 | 0,10 | -0,22 | 0,38* | -0,08 | 0,05 | -0,10 |
| Жіночність | 0,01 | 0,02 | 0,12 | 0,15 | -0,25* | 0,05 | 0,30* | -0,22 | -0,15 | -0,10 | 0,22* | 0,15 | 0,08 |
| Відмова від романів на роботі | -0,05 | -0,18 | 0,22* | -0,05 | 0,08 | -0,22 | -0,12 | 0,20 | 0,30* | 0,10 | -0,15 | -0,08 | 0,25* |
| Дозволеність | 0,024 | 0,12 | -0,15 | 0,20 | 0,05 | 0,28* | 0,15 | -0,08 | 0,12 | 0,35* | -0,05 | 0,25* | -0,10 |
| Реалізовуваність | 0,01 | -0,25* | 0,08 | 0,35* | -0,22 | -0,10 | 0,10 | 0,28* | 0,05 | -0,12 | 0,08 | 0,12 | -0,05 |
| Сексуальна невротичність | -0,012 | 0,094 | -0,109 | 0,306* | 0,06 | 0,001 | 0,02 | -0,01 | 0,02 | 0,001 | 0,032 | -0,07 | 0,006 |
| Знеособлений секс | -0,259 | 0,22** | -0,057 | -0,001 | -0,08 | 0,10 | -0,03 | 0,05 | -0,02 | 0,15 | 0,08 | 0,01 | 0,16 |
| Порнографія | 0,212 | 0,21* | 0,448** | -0,192 | 0,05 | -0,16 | 0,02 | 0,01 | 0,15 | 0,18 | -0,01 | 0,02 | -0,12 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------------|--------|--------------|--------------|---------------|-------|--------------|---------------|-------------|---------------|---------------|-------|----------------|-------|
| Сексуальна сором'язливість | 0,013 | -0,121 | 0,26* | -0,070 | 0,01 | 0,16 | -0,18 | 0,001 | 0,021* | -0,06 | -0,01 | 0,08 | 0,06 |
| Цнотливість | 0,05 | -0,08 | 0,119 | -0,267 | 0,01 | 0,15 | 0,05 | 0,45** | -0,08 | 0,20* | 0,10 | -0,025 | 0,06 |
| Огида до сексу | 0,192 | -0,216 | 0,15 | -0,086 | 0,03 | 0,026 | 0,016 | 0,01 | -0,05 | -0,12 | -0,10 | 0,456** | 0,01 |
| Сексуальна збудливість | 0,01 | -0,05 | -0,12 | 0,26* | 0,012 | -0,18 | 0,22* | -0,05 | 0,08 | -0,02 | -0,12 | 0,20 | 0,016 |
| Фізичний секс | 0,08 | 0,25* | -0,22 | -0,10 | 0,10 | 0,28* | 0,05 | -0,12 | 0,08 | 0,12 | -0,05 | 0,12 | 0,02 |
| Агресивний секс | -0,012 | -0,015 | 0,05 | 0,01 | 0,01 | -0,05 | -0,12 | 0,26 | 0,01 | -0,22 | -0,10 | 0,10 | 0,12 |
| Лібідо | 0,05 | 0,08 | -0,16 | -0,22 | -0,10 | 0,10 | -0,28* | 0,05 | -0,12 | 0,08 | 0,12 | -0,05 | 0,05 |
| Задоволеність | -0,18 | 0,22* | -0,05 | 0,08 | -0,22 | -0,12 | 0,20 | 0,01 | -0,14 | -0,30* | -0,12 | 0,01 | 0,12 |
| Маскулінність, Фемінність | -0,016 | 0,02 | 0,06 | -0,08 | 0,002 | -0,18 | 0,22* | -0,05 | 0,08 | -0,22 | -0,12 | 0,20 | 0,01 |

* Кореляція значуща на рівні 0,05

** Кореляція значуща на рівні 0,01