
ЗМІСТ

ВСТУП	5
РОЗДІЛ 1. ПСИХОЛОГІЯ СЕКСУАЛЬНОСТІ В СИСТЕМІ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЗНАТЬ	8
1.1. Психологія сексуальності як наука. Предмет і завдання психології сексуальності	8
1.2. Історія розвитку ідей у галузі психології сексуальності	10
1.3. Еволюція наукових поглядів на поняття «секс» та «сексуальність»	11
1.4. Методи психологічного дослідження сексуальності	15
РОЗДІЛ 2. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СЕКСУАЛЬНОСТІ, СЕКСУАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ ТА СТАТЕВО-РОЛЬОВОЇ СОЦІАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ	56
2.1. Поняття про сексуальність у психології. Аспекти сексуальності	56
2.2. Сексуальність як специфічна форма комунікації	64
2.3. Моделі й концепції сексуальності	75
2.4. Співвідношення понять лібідо, сексуальність, маскулінність (фемінність) та сексуальна поведінка	81
2.5. Сексуальний розвиток особистості	83
2.6. Секс як засіб маніпулювання	84
2.7. Статеворольова соціалізація	89
2.8. Поняття про мотивацію сексуальної поведінки	114
РОЗДІЛ 3. СЕКСУАЛЬНІСТЬ У ВЧЕННЯХ КЛАСИКІВ ПСИХОЛОГІЇ	127
3.1. Сексуальність як предмет наукового дослідження Е. Берна	127
3.2. Любов та сексуальність у вченні Е. Фрома	135
3.3. Вчення про сексуальність З. Фрейда та М. Кляйна	139
РОЗДІЛ 4. ПСИХОЛОГІЯ ЛЮБОВІ ТА СЕКСУАЛЬНОСТІ	153
4.1. Поняття та види любові з точки зору психології та суміжних наук	153
4.2. Моделі та теорії любові	165

4.3. Взаємозв'язок любові та сексуальності	177
4.4. Поняття любові у працях сучасників – психологів	186
РОЗДІЛ 5. ГЕНДЕРНІ ТА ВІКОВІ АСПЕКТИ СЕКСУАЛЬНОСТІ	206
5.1. Витоки дослідження сексуальності чоловіків та жінок	206
5.2. Чинники чоловічої сексуальності	209
5.3. Чинники жіночої вірності	210
5.4. Гендерні аспекти ставлення до сексу	211
5.5. Жести та сигнали сексуальної зацікавленості чоловіків та жінок	217
5.6. Вікові особливості сексуальної поведінки	222
РОЗДІЛ 6. ПСИХОЛОГІЧНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ З ПИТАНЬ СЕКСУАЛЬНОСТІ, СЕКСУ ТА СТАТІ	236
6.1. Загальне поняття про психологічне консультування з питань сексу та статі	236
6.2. Спеціальні техніки психологічного консультування з питань сексуальності	237
6.2.1. Клінічна бесіда	237
6.2.2. Перевірка фізичного стану й вивчення анамнезу	237
6.2.3. Дослідження стосунків	238
6.2.4. Вправи на розвиток сенсорної чуттєвості	238
6.2.5. Спеціалізовані техніки	238
6.3. Особливості психологічного консультування з питань сексуальності, сексу та статі	239
6.4. Психологічне консультування з питань інтимної близькості	245
РОЗДІЛ 7. ПСИХОЛОГІЧНА ТЕРАПІЯ СЕКСУАЛЬНИХ ПРОБЛЕМ	252
7.1. Поняття про секс-терапію. Сексуальні дисфункції й терапія сексуальних розладів	252
7.2. Сімейна сексуальна терапія	253
7.3. Основні школи сімейної терапії	258
7.3.1. Теорія об'єктних стосунків	258
7.3.2. Теорія Боуена	258
7.3.3. Структурна сімейна терапія	259
7.3.4. Теорія комунікації	259
7.4. Основні статеві розлади з психологічної точки зору	260
ТЕРМІНОЛОГІЧНИЙ СЛОВНИК	282
ВИКОРИСТАНА ЛІТЕРАТУРА	303
РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА	305

ВСТУП

Взаємини між людьми є настільки поліаспектним явищем, що описати їх можна не тільки з соціально-психологічного боку, а й з точки зору поведінки людей, зокрема, сексуальної. У такому ракурсі сексуальність розглядається як специфічна форма комунікації. Вивчення психологічних особливостей сексуальності й сексуальної поведінки є необхідним складовим елементом у системі професійної підготовки магістрів з фаху 8.03010201 – Психологія. Набуті у процесі вивчення курсу «Психологія сексуальності» знання допоможуть майбутнім магістрам з психології у розумінні феномену сексуальності з позицій різних психологічних підходів та у роботі з подружніми парами, з особами, які мають проблеми у гендерній ідентичності тощо.

Навчальний посібник відображає основні напрями вивчення дисципліни «Психологія сексуальності» й розрахований на студентів спеціальності «Психологія», що навчаються у магістратурі. Посібник має не тільки теоретичний, а й прикладний характер, розкриваючи послідовно сутність курсу, він сприяє формуванню цілісної системи знань з «Психології сексуальності», а також практичних вмій, оскільки має комплекс завдань для їх практичного розв'язання студентами.

Курс містить сім модулів (розділів), кожен з яких складається з кількох підтем і присвячується певному психологічному аспекту сексуальності. Вивчення матеріалу, пов'язаного з усім комплексом цих тем, надасть студентам основи знань про психологічні закономірності сексуальної поведінки, а також ознайомить з основними науково-психологічними теоріями, що розкривають сутність сексуальності.

Бути психологом – значить майстерно поєднувати у своїй діяльності професіоналізм, творчість, індивідуальний стиль з вмінням конкретно впроваджувати набуті знання. Усі ці аспекти покладе-

ні в основу курсу і викладені у посібнику. Крім того, у посібнику відображено гендерні аспекти сексуальності, погляди на стать та сексуальну поведінку, аналіз жестів та сигналів, які характеризують процес сексуального зацікавлення тощо.

Мета посібника: формування у студентів магістратури системи загальних теоретичних знань щодо психологічних особливостей сексуальності чоловіка і жінки, вивчення закономірностей сексуальної поведінки особистості.

Завдання посібника: сприяти розумінню студентами психологічних особливостей сексуальності та сексуальної поведінки особистості; визначити основні проблеми психології сексуальності як науки; виявити особливості чоловічої та жіночої сексуальності; розкрити психологічні погляди на сексуальність людини у вченнях класиків-психологів; сформувати розуміння студентами психологічних механізмів формування сексуальності; визначити роль та місце «психології сексуальності» у практиці роботи психолога.

За результатами опанування курсу за посібником «Психологія сексуальності» студент має **знати**: актуальні проблеми психології сексуальності як науки; основні підходи до визначення сексуальності у теоріях психологів-класиків; особливості жестів та сигналів, які характеризують процес сексуального зацікавлення; загальні психологічні особливості гендерних аспектів сексуальності; психологічні механізми статевого дозрівання та порушення сексуального розвитку чоловіків та жінок; особливості психологічного консультування з питань сексу та статі; зміст основних понять курсу, й **вміти**: застосовувати отримані знання на практиці; пояснювати актуальні проблеми психології сексуальності як науки; дати визначення основним поняттям курсу; розкрити сутність психологічних підходів до визначення сексуальності у теорії психологів-класиків; здійснювати психологічний аналіз механізмів формування сексуальності; аналізувати гендерні аспекти сексуальності; інтегрувати теоретичні й практичні знання у галузі психології сексуальності.

Для зручності роботи з матеріалом і більш ефективної організації занять посібник умовно поділяється на два блоки: навчальний матеріал (опорний конспект лекцій); практичні завдання та вправи, які студент має самостійно виконувати на заняттях та вдома. Крім того, у посібнику подається перелік питань для самоперевірки, список літератури, в якій студент зможе знайти додатковий матеріал до вивчення тем, глосарій з описом основних понять дисципліни.

Дисципліна складається з сімох модулів, містить лекційні та практичні заняття, на яких студент має повною мірою оволодіти означеними вище знаннями та вміннями. Після закінчення курсу передбачається комплексна контрольна робота (залік), за результатом якої виставляється семестрова оцінка. Студент допускається до підсумкової форми контролю лише у тому випадку, коли ним виконані всі практичні завдання, які демонструють рівень засвоєння тем і рівень володіння матеріалом.

РОЗДІЛ 1

ПСИХОЛОГІЯ СЕКСУАЛЬНОСТІ В СИСТЕМІ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЗНАТЬ

1.1. Психологія
сексуальності
як наука. Предмет
і завдання психології
сексуальності

Психологія сексуальності – міждисциплінарна галузь науково психологічного знання, що вивчає психологічні закономірності сексуальності та сексуальної поведінки людини. Отже, об'єктом психології сексуальності є психологічні закономірності й особливості сексуальності й сексуальної поведінки людини. Отже, розглянемо сексуальність людини. Феномен сексуальності привертав до себе увагу людей у всі часи, сексуально-еротична тематика і тема любові широко відбита в образотворчому і сценічному мистецтві, літературі. Релігія, філософія, тобто все те, що формує мораль і поведінку людини, завжди прагнули встановлювати якісь рамки і заборони у відносинах між статтю. У різні історичні періоди хвороби людини, його творчі здібності, агресивність, емоційні розлади, а також розквіт або занепад культури «пояснявали» дуже інтенсивною або, навпаки, недостатньою сексуальною активністю, а також неординарністю сексуальних орієнтації або ідей.

Не забуваючи про індивідуальні, соціальні й історичні джерела сексуальності, ми можемо розширити і поглибити розуміння цієї проблеми, розглядаючи її біологічні, психологічні, включаючи поведінкові, соціальні й культурні аспекти. Об'єктивні відомості про сексуальність людей дадуть можливість знатися на безлічі проблем, як суто особистих, так і соціальних або моральних, і тим самим глибше пізнати самих себе й інших людей. Сексуальна письменність може привести до розумної й відповідальної сексуальної поведінки людей по відношенню один до одного і допоможе їм ухва-

лювати важливі рішення в цій області. Сексуальна освіта – безцінна підготовка до життя.

Кажучи про сексуальність неможливо обійти такі поняття як стать і секс. У біологічних, медичних, соціальних і психологічних науках поняття статі неоднозначне. У строгому сенсі стать – це «сукупність морфологічних і фізіологічних особливостей організму, що забезпечують статеве розмноження, суть якого зводиться кінець кінцем до запліднення» [15, с. 43]. Проте слова «стать», «статева приналежність» або «статева ідентичність» мають також ширший сенс, позначаючи особистий біологічний і соціальний статус індивіда як чоловіка або жінки, самця або самки, встановлюваний на підставі будови геніталій, а інколи й інших соматичних і поведінкових ознак. Такі «статеві особливості», що широко розуміються, можуть бути зовсім не пов'язані з репродуктивною функцією. І ще одне термінологічне уточнення. Хоча слова «стать» і «секс» – формально синоніми, ці іменники і похідні від них прикметники часто мають різне значення. «Стать» і «статеві» властивості позначають явища, пов'язані з диференціюванням чоловічого і жіночого, розрізненням чоловіків і жінок, тоді як «секс» і «сексуальні» властивості мають на увазі сексуально-еротичні відчуття і стосунки. У англійській літературі з цією метою часто розмежовуються поняття «sex» і «gender».

Секс (франц. *sexe*, від лат. *sexus* – стать) – те, що відноситься до сфери статевих стосунків, до статевого життя людини, сексуальність – сукупність психічних і фізіологічних реакцій, переживань і вчинків, пов'язаних з проявом і задоволенням статевого потягу.

Проте проблема «стать і сексуальність» не просто термінологічна. Ранні теорії сексуальності вважали її чисто біологічною, інстинктивною, але що таке «статевий інстинкт»? Одні автори, починаючи з Лютера і Монтеня й завершаючи французьким ученим кінця XIX століття Шарлем Фере, ототожнювали його переважно з потребою організму в звільненні від продуктів діяльності статевих залоз, тобто від сім'я. Еякуляція виглядала при цьому аналогічною уринації й дефекації, а жінці відводилася я пасивна роль «судини». Складніша модель вважає сексуальну поведінку проявом «репродуктивного інстинкту», потреби продовження роду, властивій не лише чоловікам, але і жінкам. Саме так трактував «статевий інстинкт» один з родоначальників соціальної психології англо-американці

риканський психолог Уїльям Мак-Дугалл. Які мотиви сексуальної поведінки і чим пояснюються різні її форми – відповіді не було. Теорія статевого відбору Дарвіна, визнаючи основою сексуальної поведінки репродуктивні потреби, одночасно ставить питання про природу естетичних, еротичних і психологічних компонентів статевого потягу: чому саме до цього, а не до іншого об'єкту? Проте відповіді на ці питання вона дати не змогла. Відповідь на ці та багато інших питань дає наука «Психологія сексуальності». Тому серед її завдань можна виділити такі як встановлення творчого контакту між психологією й сексологією, розкриття психологічного змісту понять «секс», «сексуальність», «стать».

1.2. Історія розвитку ідей у галузі психології сексуальності

Психологія сексуальності молода галузь знань, що швидко розвивається. Спираючись на медико-біологічні, історичні, культурологічні, філологічні, соціологічні дисципліни вона створює власний гносеологічний простір.

Після того, як сексуальність, частково завдяки епідемії ВІЛ/СНІДУ, а частково демографічним проблемам, стала респектабельним предметом наукового дискурсу, в якому беруть участь учені різних спеціальностей і спеціалізацій: сексологи, психологи і психоаналітики, філософи, культурологи, соціологи, теоретичний рівень цього дискурсу помітно підвищився. Проведені в 1990-х роках у ряді країн (США, Великобританія, Франція, Фінляндія, Швеція) репрезентативні національні сексологічні опити, що доповнюються безліччю локальних досліджень, дозволили судити про напрям і характер відповідних соціальних і особистісних змін не спекулятивно, а цілком наочно.

Період сексологічних знань почався лише в ХХ столітті, коли виникли сприятливі умови для розвитку сексології, стримуваної в рамках європейської культури впродовж століть заборонаю на все, що мало відношення до сексуальності. У числі родоначальників сексології зазвичай згадуються: професор психіатрії Віденського університету Ріхард фон Крафт-ебінг (1840–1902), швейцарський невропатолог, психіатр і ентомолог Август Форель (1848–1931), німецькі психіатри Альберт Молль (1862–1939) і Магнус Хиршфельд (1868–1935), австрійський психіатр, родоначальник психоаналізу