

Гавриловська К. П.

*кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри соціальної та практичної психології
Житомирського державного університету імені Івана Франка*

Павлюк І. М.

*студентка магістратури
Житомирського державного університету імені Івана Франка***ПСИХОЛОГІЧНИЙ ДОБРОБУТ ЖІНОК ІЗ РІЗНИМ ІНДЕКСОМ СЕКСУАЛЬНОСТІ****PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF WOMEN WITH DIFFERENT INDEX
OF SEXUALITY**

У статті розкрито особливості взаємозв'язку між рівнем психологічного добробуту жінок та їх сексуальністю. Подана в статті інформація свідчить про те, що психологічний добробут жінок пов'язаний із різноманітними психологічними феноменами та соціальними умовами життя. Психологічний добробут є інтегральним психічним феноменом, що характеризує успішне функціонування особистості в соціальному середовищі, супроводжується позитивним емоційним тоном, функціональним станом організму та задоволеністю життям. Визначено, що переживання жінками психологічного добробуту пов'язане зі шлюбним статусом та наявністю дітей: найвищий рівень психологічного добробуту мають жінки старшого віку, які вже виростили своїх дітей і перебувають у шлюбі / стосунках. Найменш психологічно благополучними є самотні жінки без дітей. Самотні матусі демонструють більш високий рівень психологічного добробуту, ніж самотні або «шлюбні» жінки без дітей. За допомогою кореляційного аналізу з'ясовано, що існує слабкий зв'язок між рівнем психологічного добробуту та індексом жіночої сексуальності: чим вищий індекс сексуальності жінки, тим вищим є рівень її психологічного добробуту. Із рівнем сексуальності найбільше корелюють такі показники психологічного добробуту: позитивні стосунки з іншими людьми, наявність цілей у житті та самоприйняття (позитивне ставлення до себе і до свого минулого). Також установлено наявність безпосереднього зв'язку між показниками психологічного добробуту жінок та рівнем задоволеності шлюбом: чим вищий рівень задоволеності шлюбом, тим вищий рівень психологічного добробуту жінок. Загалом, переживання психологічного добробуту жінками залежить не лише від рівня сексуальності, а й від комплексу соціальних та соціально-психологічних чинників.

Ключові слова: психологічний добробут, сексуальність, індекс жіночої сексуальної функції, шлюбний статус, задоволеність шлюбом.

The article describes the relationship between the level of psychological well-being of women and their sexuality. The information presented in the article shows that the psychological well-being of women is connected with various psychological phenomena and social conditions of life. Psychological well-being is an integral mental phenomenon that characterizes successful functioning of a personality in social environment, accompanied by positive emotional tone, functional state of the body and satisfaction with life. It was determined that women's experiences of psychological well-being are largely related to their marital and parental status: older women who have already raised their children and are in marriage/relationships have the highest level of psychological well-being. Single women without children have the least level of psychological well-being. Single mothers demonstrate a higher level of psychological well-being than single or "marriage" women without children. According to the results of the correlation analysis it was found that there is a weak direct connection between the level of psychological well-being and the index of female sexuality: the higher the index of female sexuality is, the higher the level of her psychological well-being is. The level of sexuality is mostly correlated with the following indicators of psychological well-being: positive relationships with other people, goals in life and self-perception (positive attitude toward themselves and to their past). There was also a direct connection between the indicators of women's psychological well-being and the level of their satisfaction with the marriage: the higher the satisfaction of the marriage is, the higher the level of the women's psychological well-being is. In general, the experience of the psychological well-being of women depends not only on the level of their sexuality, but also on the complex of social and socio-psychological factors.

Key words: psychological well-being, sexuality, index of female sexual function, marital status, satisfaction with marriage.

Вступ. Психологічний добробут особистості є критерієм її психічного здоров'я. Нині надзвичайно актуальними є дослідження з тематики психічного здоров'я: вивчаються його чинники, діагностика, способи профілактики та відновлення тощо.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У визначенні психологічного добробуту ми спираємося на погляди К. Ріфф, згідно з якими цей феномен не лише передбачає суб'єктивний добробут (переживання вдовolenня / невдовolenня), а й ураховує той

соціальний контекст, у якому особистість реалізує себе. Такий підхід дозволяє вивчати не лише індивідуальні, а й соціально-психологічні чинники психологічного добробуту. Зокрема, К Ріфф у вивченні психологічного добробуту пропонує враховувати такі аспекти: зміни самопочуття в процесі розвитку дорослої людини; особистісні кореляти добробуту; зв'язок психологічного добробуту з досвідом сімейного життя; зв'язок психологічного добробуту з роботою та іншою діяльністю в громаді; зв'язок

добробуту і здоров'ям, включно з біологічними факторами ризику; можливість сприяння психологічному добробуту всіх верств суспільства за допомогою клінічних та інтервенційних досліджень [1].

У вітчизняній психології психологічний добробут розглядається інакше, а соціальний контекст іноді залишається поза увагою дослідників. Так, на думку Н.В. Каргіної, психологічне благополуччя можна розглядати як складне психічне утворення, що виявляється в переживанні змістовної наповненості та цінності життя, відчутті задоволення життям та собою, досягненні актуальних мотивів і потреб особистості в перспективі соціально значущої мети, позитивній оцінці власного існування [2, с. 6].

Нині з'являються роботи вітчизняних дослідників, сфокусовані суто на проблемі психологічного добробуту жінок. Так, у 2017 році проведено дослідження щодо виявлення чинників соціального благополуччя самотніх жінок. З'ясовано, що велике значення має соціальне середовище, в якому перебувають самотні жінки, ставлення до них із боку оточення [3].

Важливим чинником психологічного добробуту (за К. Ріфф) є досвід сімейного життя, який, зокрема, передбачає активність особистості в сексуальній сфері.

Дослідження взаємозв'язку психологічного добробуту і сексуальності досить давно проводять за кордоном. Так, у лонгitudному дослідженні, результати якого опубліковані у 2010 році, вивчався зв'язок між задоволеністю стосунками загалом та сексуальним задоволенням зокрема. 87 осіб, які перебували в тривалих стосунках, промоніторили рівень сексуального задоволення та задоволеності стосунками двічі (з інтервалом у 18 місяців). Виявлено, що сексуальне задоволення та задоволення від стосунків змінюються одночасно, між ними існує прямий позитивний зв'язок [4].

Масштабне емпіричне дослідження, проведене у 2010 році в Канаді, дозволило встановити наявність сильних позитивних зв'язків між сексуальністю (здатністю отримувати сексуальне задоволення) жінок та їх задоволеністю своїми стосунками, а також психічним здоров'ям. Помірний позитивний зв'язок зафіксовано між сексуальністю та фізичним здоров'ям жінок. Сила цих зв'язків була однаковою (незалежно від того, перебували досліджувані жінки в сексуальних стосунках із чоловіком чи з жінкою) [5].

Дослідження, проведене у 2021 році, виявило індивідуальні та стосункові чинники, пов'язані із сексуальністю 409 молодих людей, що перебувають у романтичних стосунках. Виявилось, що чинниками більш позитивного сексуального функціонування є здатність турбуватися про партнера, задоволеність стосунками загалом, частота сексу та вербальне сексуальне спілкування. Перебування у відданих стосунках може протидіяти проблемам у сексуальній сфері, оскільки позитивні почуття щодо партнера забезпечують безпечний контекст, щоб з'ясувати, а потім повідомити про власні сексуальні бажання та потреби [6]. Є дослідження, які доводять, що

сексуальне задоволення може бути важливим чинником якості життя загалом і задоволеності життям зокрема. Так, емпірично виявлено гендерні відмінності у зв'язку між якістю життя та сексуальним задоволенням. Задоволення внутрішніми компонентами сексу (фізичне задоволення) є важливішим для чоловіків, тоді як міжособистісними (емоційний зв'язок) – для жінок [7].

В Україні нині майже немає масштабних досліджень щодо вивчення особливостей взаємозв'язку між сексуальністю та психологічним добробутом жінок. Саме цим і зумовлена актуальність нашого дослідження.

Мета статті – дослідити особливості зв'язку між психологічним добробутом та сексуальністю жінок.

Методи дослідження. Для дослідження ми використали опитувальник «Шкала психологічного добробуту» К. Ріфф [8]. Рівень сексуальності визначали за допомогою опитувальника «Індекс жіночої сексуальної функції» (The Female Sexual Function Index, FSFI) [9]. Також у дослідженні використано тест-опитувальник «Задоволеність шлюбом» В.В. Століна для вивчення більш широкого соціального контексту близьких взаємин [10]. Порівняльний аналіз даних виконано за допомогою кореляційного аналізу (коефіцієнт кореляції Пірсона).

Виклад основного матеріалу. Грунтуючись на висновках закордонних досліджень, ми припустили, що існує прямий позитивний зв'язок між психологічним добробутом та сексуальністю жінок. Емпіричне дослідження щодо вивчення особливостей взаємозв'язку між сексуальністю та психологічним добробутом жінок проведено протягом червня – жовтня 2021 року. Участь у дослідженні взяли 30 жінок віком від 18 до 60 років. Під час відбору респонденток яскраво виявилася тенденція досліджуваних уникати відповідей на запитання щодо сексуальної сфери життя, були випадки відмови брати участь у дослідженні після ознайомлення з його темою. Зрештою, ці проблемні моменти негативно вплинули на розмір вибіркової сукупності. Імовірно, тема сексу досі є табуованою для багатьох жінок в Україні.

Згідно з результатами дослідження психологічного добробуту за методикою К. Ріфф 55% досліджуваних мають високий рівень психологічного добробуту, 20% – середній, 27% – низький.

Існують вікові відмінності в переживанні психологічного добробуту жінками: високий показник психологічного добробуту спостерігається у 84% жінок вікової категорії «50 і старше», у 50% – 30–49 років і всього у 32% – 18–29 років. Найменша кількість осіб із низьким рівнем психологічного добробуту має вік 50 років і старше (16%), у молодих жінок (до 30 років) цей показник становить 34%. Отже, чим старшою є жінка в нашій вибірковій сукупності, тим вищий рівень її психологічного добробуту.

Ми розглядали особливості взаємозв'язку психологічного добробуту зі шлюбним статусом жінок. Найвищі показники психологічного добробуту зафіксовано в жінок, які перебувають у зареєстрованому

шлюбі (69%) або в стосунках (49%). Найменше осіб із високим рівнем психологічного добробуту серед самотніх жінок (39%). Отже, самотність не є чинником формування високого рівня психологічного добробуту жінок.

Слід зауважити, що 79% досліджуваних, які мають високий рівень психологічного добробуту, становлять жінки, у яких діти вже дорослі і живуть окремо. Найбільша частка (42%) досліджуваних, які мають низький рівень психологічного добробуту, – жінки, у яких немає дітей.

Взаємозв'язок наявності дітей та шлюбного статусу і психологічного добробуту представлено на рис. 1.

Як бачимо, найвищий показник рівня психологічного добробуту в жінок, які перебувають у шлюбі, але діти яких дорослі і живуть окремо (100%). Також досить високий показник (55%) у жінок, які перебувають у шлюбі / стосунках і виховують дітей. Цікаво, що досить високий рівень психологічного добробуту демонструють самотні матері (43% – високий рівень та 28% – середній рівень). Їх показники вищі, ніж показники жінок, які перебувають у шлюбі / стосунках без дітей (40% і 20% відповідно). Серед самотніх жінок без дітей найбільша частка осіб із низьким рівнем психологічного добробуту (68%). Найменша частка осіб із низьким рівнем психологічного добробуту (8%) спостерігається серед жінок, які виховують дітей у шлюбі / стосунках.

Отже, переживання жінками психологічного добробуту пов'язане зі шлюбним статусом та наявністю дітей: найвищий рівень психологічного добробуту мають жінки старшого віку, які вже виростили своїх дітей, але перебувають у шлюбі / стосунках. Найменш психологічно благополучними є самотні жінки без дітей. Самотні матері демонструють більш

високий рівень психологічного добробуту, ніж самотні або «шлюбні» жінки без дітей.

Дослідження жіночої сексуальності проводилося за методикою «Індекс жіночої сексуальної функції» (далі – ІЖСФ) (The Female Sexual Function Index, FSFI). Методика дозволяє оцінити стан сексуальної функції жінок з урахуванням шести основних складників, як-от статевий потяг, чутливість і збудливість, лубрикація (зволоження піхви), оргазмічність, задоволеність статевим життям, коїтальний / посткоїтальний дискомфорт / біль.

Серед жінок із найвищим індексом сексуальної функції більшість становлять жінки, що перебувають у шлюбі / стосунках, але не мають дітей, а також ті, діти яких уже виростили і живуть окремо. Дуже низькі показники індексу сексуальної функції в самотніх матусь (виховують дітей самотужки і не перебувають у шлюбі / стосунках у період опитування).

Розглянемо особливості взаємозв'язку між рівнем психологічного добробуту та індексом жіночої сексуальності за допомогою коефіцієнта кореляції Пірсона. Коефіцієнт кореляції між критеріями «рівень психологічного добробуту» та «індекс жіночої сексуальності» становить $r=0,26$ (результат є статистично значущим для рівня $p=0,05$).

Отже, існує слабкий прямий зв'язок між рівнем психологічного добробуту та індексом жіночої сексуальності: чим вищий індекс сексуальності жінки, тим вищий рівень її психологічного добробуту.

Обрахунок коефіцієнтів кореляції між шкалами методик показав досить цікаві результати. З індексом сексуальності найбільше корелюють такі показники психологічного добробуту: позитивні стосунки з іншими людьми ($r=0,25$, $p=0,05$), наявність цілей у житті ($r=0,33$, $p=0,05$), самоприйняття (позитивне ставлення до себе і до свого минулого) ($r=0,23$,

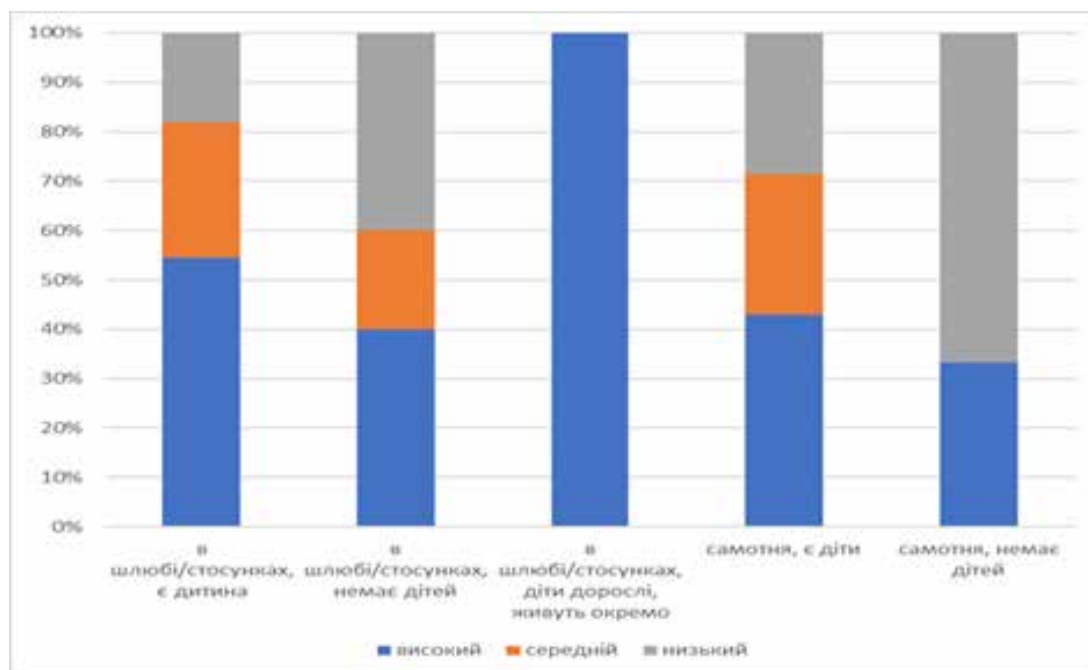


Рис. 1. Результати дослідження за методикою «Шкала психологічного добробуту» К. Ріфф у взаємозв'язку з наявністю / відсутністю дітей та шлюбним статусом жінок

$p=0,05$). Шкала ІЖСФ «задоволеність статевим життям» позитивно корелює з такими показниками психологічного добробуту, як позитивні стосунки з іншими людьми ($r=0,27$, $p=0,05$), наявність цілей у житті ($r=0,31$, $p=0,05$). Позитивний зв'язок встановлено між самоприйняттям та сексуальною чутливістю ($r=0,3$, $p=0,05$). Звичайно, розмір нашої вибіркової сукупності не дозволяє робити фундаментальні висновки, проте ми можемо зафіксувати існування певних тенденцій. Існують слабкі позитивні статистично значущі взаємозв'язки між показниками психологічного добробуту та індексом сексуальної функції жінок.

Ми проаналізували результати дослідження за методикою «Задоволеність шлюбом». 42% досліджуваних жінок мають абсолютно благополучний шлюб, 15% – благополучний шлюб, 12% – абсолютно неблагополучний, 11% – неблагополучний. Решта опитаних вагаються щодо однозначної оцінки задоволеності своїм шлюбом.

Кореляційний аналіз між показниками психологічного добробуту жінок та рівнем задоволеності шлюбом показав, що коефіцієнт кореляції Пірсона між цими двома показниками становить 0,41, він є значущим на рівні $p=0,01$. Це означає таке: чим вищий рівень задоволеності шлюбом, тим вищий рівень психологічного добробуту. Ми можемо припустити, що жінки з вищим рівнем психологічного добробуту більше відчують задоволеність шлюбом, тобто більш позитивно сприймають себе і свого партнера, мають довірливі відносини, виявляють і приймають турботу.

Проведені емпіричні дослідження дозволяють зробити висновок про те, що переживання жінками психологічного добробуту пов'язане зі шлюбним статусом та наявністю дітей. Найвищий рівень психологічного добробуту мають жінки старшого віку, які вже виростили своїх дітей і перебувають у шлюбі / стосунках. Найменш психологічно благополучними є самотні жінки без дітей. Самотні матері демонструють більш високий рівень психологічного добробуту, ніж самотні або «шлюбні» жінки без дітей.

Дослідження жіночої сексуальності дозволило з'ясувати, що існує слабкий прямий зв'язок між рівнем психологічного добробуту та індексом жіночої сексуальності. Отже, чим вищий індекс сексуальності жінки (задоволеність статевим життям, відсутність болю під час статевого акту, оргазмічність), тим вищий рівень її психологічного добробуту

(позитивні відносини з іншими, цілі в житті, самоприйняття та психологічне благополуччя).

Кореляційний аналіз між показниками психологічного добробуту жінок та рівнем задоволеності шлюбом показав таке: коефіцієнт кореляції Пірсона між цими двома показниками становить 0,41, і він є значущим на рівні $p=0,01$. Отже, чим вищий рівень задоволеності шлюбом, тим вищий рівень психологічного добробуту. Для переживання психологічного добробуту жінками наявність позитивних відносин зі шлюбним партнером є більш важливою за індекс сексуальності.

Висновки. Психологічний добробут жінок пов'язаний із різноманітними психологічними феноменами та соціальними умовами життя. Переживання жінками психологічного добробуту пов'язане зі шлюбним статусом та наявністю / відсутністю дітей: найвищий рівень психологічного добробуту показали жінки старшого віку, які вже виростили своїх дітей і перебувають у шлюбі / стосунках. Найменш психологічно благополучними у нашій вибірковій сукупності є самотні жінки без дітей. Самотні матері демонструють більш високий рівень психологічного добробуту, ніж самотні або «шлюбні» жінки без дітей. За результатами кореляційного аналізу з'ясовано, що існує слабкий прямий зв'язок між рівнем психологічного добробуту та індексом жіночої сексуальності: чим вищий індекс сексуальності жінки, тим вищий рівень її психологічного добробуту. З рівнем сексуальності найбільше корелюють такі показники психологічного добробуту: позитивні стосунки з іншими людьми, наявність цілей у житті, самоприйняття (позитивне ставлення до себе і до свого минулого). Також встановлено наявність прямого зв'язку між показниками психологічного добробуту жінок та рівнем задоволеності шлюбом: чим вищий рівень задоволеності шлюбом, тим вищий рівень психологічного добробуту жінок.

Таким чином, припущення про те, що існує зв'язок між сексуальністю та психологічним добробутом жінок, підтвердилося. Проте виявилось, що на рівень психологічного добробуту жінок більше впливають соціальні фактори, як-от шлюбний статус, наявність дітей, задоволеність шлюбом.

Перспективами подальшої роботи є дослідження комплексу чинників формування високого рівня психологічного добробуту жінок та створення корекційних програм для жінок з урахуванням результатів наших досліджень.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Ryff C.D. Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychother Psychosom.* 83(1), 2014, pp. 10–28.
2. Каргіна Н.В. Ресурси та чинники психологічного благополуччя особистості : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01; наук. кер. М.І. Казанжи; Державний заклад «Південноукр. нац. пед. ун-т ім. К. Д. Ушинського». Одеса, 2018. 20 с.
3. Гавриловська К.П., Фальковська Л.М., Музичко Л.В. Соціальне благополуччя самотніх жінок у сучасному світі. *Лікарська справа.* № 7(1144), 2017, С. 22–18.
4. Byers E. Sandra Relationship satisfaction and sexual satisfaction: A longitudinal study of individuals in long-term relationships. *The Journal of Sex Research*, 42:2, 2005, pp. 113–118.
5. Holmberg, D., Blair, K. L., & Phillips, M. Women's sexual satisfaction as a predictor of well-being in same-sex versus mixed-sex relationships. *Journal of Sex Research*, 47(1), 2010, pp. 1–11.

6. Byers, E. Sandra, O'Sullivan, Lucia F., Hughes, Kathleen. Sexual functioning of late adolescents and young adults in relationships: association with individual characteristics and relationship factors. *Sexual and Relationship Therapy* 36:2-3, 2021, pp. 178–197.
7. Stephenson, Kyle R., Pickworth, Camryn, Jones, Parker S. Gender differences in the association between sexual satisfaction and quality of life. *Sexual and Relationship Therapy* 0:0, 2021, pp. 1–22.
8. Лепешинский Н.Н. Адаптация опросника «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф. *Психологический журнал*. 2007. № 3(15). С. 24–27.
9. Rosen R, Brown C, Heiman J, et al. The Female Sexual Function Index (FSFI): A Multidimensional Self-Report Instrument for the Assessment of Female Sexual Function. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 26:2, 2000, pp. 191–208.
10. Столин В.В., Романова Т.Л., Бутенко Г.П. Опросник удовлетворенности браком. *Вестник Московского университета. Сер. 14. Психология*. 1984. № 2. С. 54–60.