

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЛІНГВІСТИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Кафедра психології і туризму

Кваліфікаційна робота бакалавра з психології

на тему: «Розвиток сексуальної самосвідомості у дітей підліткового віку»

Допущено до захисту

« ___ » _____ року

Завідувач кафедри психології і туризму

_____ Проф. БОНДАРЕНКО

Здобувача вищої освіти групи Пс 01-20

Факультету туризму, бізнесу і
психології

освітньої програми

Практична психологія

за спеціальністю 053 Психологія

Павлової Ольги Вікторівни

Науковий керівник:

доцент кафедри психології і туризму

Каряка І.В. _____

Національна шкала _____

Кількість балів _____

Оцінка ЄКТС _____

| | |
|---|-----------|
| ЗМІСТ | |
| ВСТУП | 3 |
| РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ СЕКСУАЛЬНОЇ САМОСВІДОМОСТІ У ДІТЕЙ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ | 8 |
| 1.1. Теоретичні відомості про розвиток сексуальної самосвідомості у підлітків | 8 |
| 1.2. Підлітковий вік як сенситивний період розвитку сексуальної самосвідомості | 12 |
| Висновки до першого розділу | 21 |
| РОЗДІЛ 2. МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ОРГАНІЗАЦІЇ ТА ПРОВЕДЕННЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ | 23 |
| 2.2. Організаційно-змістові аспекти проведення дослідження | 26 |
| 2.3. Характеристика діагностичного інструментарію дослідження | 28 |
| Висновки до другого розділу | 31 |
| РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЗВИТКУ СЕКСУАЛЬНОЇ САМОСВІДОМОСТІ У ОСІБ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ | 33 |
| 3.1. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження | 33 |
| 3.2. Практичні рекомендації підліткам щодо вдосконалення розвитку сексуальної самосвідомості..... | 38 |
| Висновки до третього розділу | 40 |
| ВИСНОВКИ | 42 |
| СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ | 44 |

ВСТУП

Актуальність дослідження. Розвиток сексуальної самосвідомості є важливим аспектом зростання та формування особистості, особливо у підлітковому віці. Вивчення розвитку сексуальної самосвідомості у дітей підліткового віку є актуальною проблемою, що привертає увагу як науковців, так і практиків, зокрема педагогів, психологів та батьків. Дослідження в цій області важливі та цікаві освітнім установам, батьківським громадським організаціям та державним органам, оскільки розуміння та підтримка здорового сексуального розвитку має важливе значення для формування психосоціального здоров'я підлітків. Особливо у підлітковому віці, коли відбуваються значні зміни в фізіології та психосоціальному розвитку, розуміння та підтримка їх сексуальної самосвідомості може вплинути на формування стійких навичок та позитивного ставлення до себе та інших. Дуже важливо розуміти, що цей процес може бути як складним, так і небезпечним. Зі збільшенням доступу до інформації, діти можуть стикатися з неправильною чи перекрученою інтерпретацією сексуальності, відсутністю або недостатньою освіченістю. Тому важливо дослідити ключові аспекти розвитку сексуальної самосвідомості у підлітковому віці. А також розглянути значення ефективної сексуальної освіти як інструменту запобігання негативним наслідкам.

Галузі наукових знань, які досліджують розвиток сексуальної самосвідомості у підлітковому віці, включають психологію, педагогіку, соціологію, сексологію та медицину. Кожна з цих галузей вносить важливий внесок у розуміння процесів, що відбуваються у цьому віковому періоді, та сприяє розробці методів підтримки підлітків у формуванні позитивного сексуального ставлення. Психологія дитячого та підліткового віку вивчає процеси психічного розвитку в цих вікових категоріях, включаючи формування сексуальної самосвідомості. Дослідження в цій області спрямовані на вивчення етапів розвитку сексуальності, виявлення факторів, що впливають на цей процес, та розробку стратегій підтримки здорового сексуального розвитку. У галузі

педагогіки проводяться дослідження щодо ролі освіти та виховання у формуванні позитивного ставлення до сексуальності у підлітків. Аналізуються методи та підходи до сексуальної освіти, а також вивчається вплив соціального середовища на сексуальне виховання дітей. Школи та інші освітні установи можуть стати тими базами, де підлітки зможуть отримати якісне навчання з питань сексуальності та гендерних стереотипів. Дуже важливим є наявність доступу до точної, адаптованої по віку та науково обґрунтованої інформації про сексуальність, репродуктивне здоров'я, безпечний секс, статеву орієнтацію, гендерну ідентичність. Сексуальна освіта допомагає підліткам впізнавати ознаки сексуального насильства та навчає їх, як виявляти та уникати небезпечних ситуацій. Вони здобувають навички комунікації та вміння захищати себе від небажаних сексуальних контактів. Також підлітки мають бути освіченими про методи запобігання захворюванням, які передаються статевим шляхом, та використання протизаплідних засобів. Соціологи досліджують соціокультурні та соціальні впливи на розвиток сексуальної самосвідомості. Вони аналізують сексуальні стереотипи, ролі гендеру, вплив медіа та інших соціальних інститутів на уявлення про сексуальність серед підлітків. До того ж, важливою є і роль батьків у спілкуванні з підлітками про сексуальність та встановленні відкритих та довірчих стосунків. Відкриті розмови про сексуальність допомагають підліткам розуміти свої почуття, відчувати підтримку та знаходити відповіді на свої запитання. Через освіченість підлітки можуть перетворити інформацію про сексуальність з теми табу у нормальний елемент життя. Вони вчаться розуміти, що сексуальність є природною частиною людського існування, а не щось незаконне або непристойне. Галузь сексології спеціалізується на вивченні сексуальності та сексуальних відносин. Дослідження в цьому напрямі спрямовані на розуміння фізіологічних та психологічних аспектів сексуальності у різних вікових групах, включаючи підлітків. Медичні дослідження зазвичай фокусуються на аспектах фізичного здоров'я, пов'язаних з сексуальним розвитком підлітків. Це включає в себе дослідження підліткової репродуктивної

системи, венеричні захворювання, методи контрацепції та інші аспекти здоров'я, пов'язані з сексуальністю.

Особливості вивчення розвитку сексуальної самосвідомості у різних галузях психологічних знань полягають у специфічних методах дослідження та теоретичних підходах. Наприклад, психологія розвитку досліджує етапи та фактори, що впливають на формування сексуальної самосвідомості, психологія особистості вивчає індивідуальні відмінності у цьому процесі, а соціальна психологія аналізує вплив оточуючого середовища на формування сексуальної ідентичності.

Теоретичні підходи до вивчення розвитку сексуальної самосвідомості у підлітковому віці можуть включати біологічний, психосоціальний, когнітивний та культурний підходи. Біологічний підхід розглядає вплив фізіологічних процесів на сексуальний розвиток, психосоціальний аналізує взаємодію між психологічними та соціальними чинниками, когнітивний зосереджується на розумінні та сприйнятті сексуальності, а культурний враховує вплив культурних норм та цінностей на формування сексуальної ідентичності.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити розвиток сексуальної самосвідомості у дітей підліткового віку.

Завдання дослідження:

1. Здійснити теоретичний аналіз вивчення розвитку сексуальної самосвідомості у дітей підліткового віку.
2. Провести емпіричне дослідження розвитку сексуальної самосвідомості у дітей підліткового віку.
3. Здійснити аналіз та інтерпретацію отриманих результатів.
4. Розробити практичні рекомендації підліткам щодо вдосконалення розвитку сексуальної самосвідомості у дітей підліткового віку.

Гіпотеза дослідження: Індивіди в період підліткового розвитку проявляють різний рівень розвитку сексуальної самосвідомості, який визначається впливом різних факторів, таких як соціальне оточення,

сексуальне виховання, самоідентифікація та насамперед наявність сексуальної освіти.

Об'єкт дослідження – сексуальна самосвідомість.

Предмет дослідження – розвиток сексуальної самосвідомості у дітей підліткового віку.

Методи дослідження. Для розв'язання поставлених завдань у кваліфікаційній роботі застосовувався ряд **методів**:

теоретичні: аналіз та подальша систематизація, класифікація, конкретизація літератури, після чого узагальнення та порівняння теоретичних та експериментальних даних;

емпіричні: використання конкретних джерел із даної теми, а також отриманих результатів опитування.

Для діагностики психологічних особливостей переживання почуття провини в юнацькому віці було використано такі методики: опитувальник "Шкала сексуальних знань та ставлення" (SKAS), опитувальник "Індекс сексуальної самосвідомості" (SSCI), опитувальник "Шкала сексуальної поведінки" (SBS).

методи обробки емпіричних даних: кореляційний аналіз (rПірсона) і для визначення відмінностей між вибірками - U-Манна-Уїтні, за допомогою програми IBM SPSS Statistics 29.

Практичне значення одержаних результатів

Дослідження сексуальної самосвідомості підлітків допоможе у розробці ефективних програм сексуальної освіти для шкіл та інших освітніх установ. Ці програми можуть сприяти формуванню здорових сексуальних поглядів, уникненню ризикованої сексуальної поведінки та збереженню психосоціального здоров'я підлітків. Дослідження сексуальної самосвідомості допомагають психологам та консультантам у розумінні та підтримці підлітків у їхньому сексуальному розвитку. Це включає надання порад з питань сексуальної ідентичності, статевої орієнтації, сексуальних відносин та здорового ставлення до сексу. Сюди відноситься допомога та створення рекомендацій батькам краще

зрозуміти фізіологічні та психологічні аспекти сексуального розвитку підлітків. Це дозволяє їм більш ефективно спілкуватися зі своїми дітьми на цю тему та надавати їм потрібну підтримку та направлення. Розуміння сексуальної самосвідомості підлітків допомагає медичним працівникам надавати належну медичну допомогу у сфері сексуального та репродуктивного здоров'я. Це включає надання консультацій з питань сексуальної безпеки, захисту від відомих захворювань, контрацепції та планування сім'ї. На основі досліджень можуть розроблятися програми профілактики ризикованої сексуальної поведінки серед підлітків, а також інтервенційні програми для тих, хто вже зіткнувся з проблемами в цій сфері. Ці програми спрямовані на зменшення негативних наслідків такої поведінки та підтримку здорового сексуального розвитку.

Обсяг і структура кваліфікаційної роботи. Кваліфікаційна робота складається із вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел, що налічує 57 найменування (з них – 38 іноземною мовою), додатків на 0 сторінках. Основний зміст роботи викладений на 42 сторінці і містить 9 таблиць. Загальний обсяг роботи – 48 сторінок.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ СЕКСУАЛЬНОЇ САМОСВІДОМОСТІ У ДІТЕЙ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ

1.1. Теоретичні відомості про розвиток сексуальної самосвідомості у підлітків

Тема сексуальної самосвідомості підлітків у рамках сучасності є дуже популярною серед американських вчених. Найбільш популярними роботами в даній області можна вважати: книгу американської психологині Джил Лайонс «Сексуальність підлітків: все що вам потрібно знати» (The Teenage Sex Book: Everything You Need to Know), книгу психологині Сари М. Сміт «Відновлення після сексуального насильства: посібник для підлітків» (Healing After Sexual Assault: A Guide for Teens), книга психолога-сексолога Джастіна Гарріса «The Nurture Assumption: Why Children Turn Out the Way They Do» та праця американського психолога Девіда Шека «The New Gay Teenager».

Серед сучасних українських психологів темою сексуальності підлітків та сексуальної самосвідомості займалися: докторка психологічних наук, професорка кафедри психології розвитку та освіти Київського національного університету імені Тараса Шевченка Олена Скрипник – вивчала психосексуальний розвиток підлітків, їх сексуальну поведінку та процеси гендерної ідентифікації; кандидатка психологічних наук, доцентка кафедри психології розвитку та освіти Національного педагогічного університету імені Михайла Драгоманова Світлана Омельченко – зосередилась на дослідженні формування сексуальної самосвідомості підлітків, сексуальній освіті та профілактиці сексуального насильства; психотерапевтка, консультантка з питань сексуальної освіти та репродуктивного здоров'я Олена Романова – займається вивченням питань сексуальності, гендерної ідентичності та формування стосунків у підлітків та молодих людей; українська письменниця, есеїстка та літературознавець Оксана Забужко - її дослідження зосереджені на гендерній ідентифікації, сексуальності та фемінізмі, а в своїй книзі «Notre Dame

d'Ukraine: Українка: хроніка самоусвідомлення» вона досліджує, як українська культура та історія впливають на сексуальну самосвідомість українців.

Поняття "сексуальна самосвідомість" може мати різні відтінки значень залежно від контексту, автора та його концепції. За Лорою Карпентер сексуальна самосвідомість подається, як усвідомлення свого сексуального "Я" та своїх потреб і бажань в цій сфері. Детальне розуміння цього поняття включає у себе не лише сприйняття власної сексуальності, а й усвідомлення соціокультурних та особистісних впливів на неї. Сексуальна самосвідомість виявляється у здатності визначати власні границі та приймати відповідальність за свої сексуальні вчинки. [37]

За Дж. Пайном сексуальна самосвідомість подається, як здатність розрізняти, розуміти та виражати власні сексуальні погляди та переживання. Ця концепція включає у себе не лише усвідомлення власних сексуальних бажань, а й вміння виразити їх адекватно та зрозуміло. Сексуальна самосвідомість передбачає вміння відкрито спілкуватися про сексуальні теми та відчувати комфорт у власному тілі. [38]

Сексуальна самосвідомість може виступати як комплексне усвідомлення про власне тіло, прагнення та індивідуальність у контексті сексуальних відносин та інтересів. Це визначення вивела М. Чіверс, де враховано різноманітні аспекти сексуальної ідентичності, включаючи усвідомлення власних фізичних характеристик, сексуальних вподобань, гендерної та орієнтаційної ідентичності. Сексуальна самосвідомість допомагає людині бути відкритою для сексуальних досвідів та розвивати здорові та взаємні сексуальні відносини. [39]

Сексуальна самосвідомість – це також внутрішнє переживання та оцінка сексуальної ідентичності, включаючи відчуття комфорту, задоволення та упевненості в сексуальних ситуаціях. Л. Воллшлягер розглядає сексуальну самосвідомість як особистісний аспект, який включає в себе не лише знання та розуміння своєї сексуальності, а й позитивне відчуття та прийняття себе у сексуальних ситуаціях. Зацікавленість, задоволення та відчуття безпеки є важливими складовими сексуальної самосвідомості за цим підходом. [40]

Диференціальний підхід до вивчення сексуальної самосвідомості може включати різні методи та підходи, залежно від специфіки дослідницьких питань та інтересів. З початку 1940-х до 1960-х років увага до питань розвитку сексуальності та статевого виховання підлітків була недостатньою. Однак лише з середини 1960-х років почалися дослідження проблем сім'ї, гендеру та сексуальності. Інтерес до цих питань зростав через кілька обставин: зростання важливості сім'ї як фактору соціалізації, кризу подвійних стандартів, наївні уявлення про «природні норми» статевої моралі та необхідність системного розгляду проблем статі та сексуальності для педагогіки. Активне вивчення цих питань почалося завдяки роботі соціологів та фізіологів, які зосереджували увагу на радикальних змінах у сфері сексуальної поведінки молоді. Демократизація поглядів на статево поведінку та сексуальність людини в суспільстві, лібералізація соціальних норм призвели до активного збільшення статевого досвіду серед підлітків, які все частіше відмовлялися від традицій та були більш відкриті до сексуальних відносин. [26]

Протягом останніх 20 років було проведено значну кількість досліджень з проблематики сексуальної самосвідомості підлітків. Одне із таких досліджень спрямоване на вивчення сексуальної самосвідомості серед молодих жінок протягом двох років. Дослідження включало аналіз самоідентифікації, сексуальних бажань та поведінки молодих жінок LGBTQ+ спільноти у віці від 15 до 21 року. Результати показали, що у молодих жінок які є представниками сексуальних меншин спостерігалась значна зміна у сексуальній самосвідомості протягом періоду дослідження. Деякі зміни можуть бути пов'язані зі станом розвитку особистості та внутрішніми конфліктами щодо сексуальної ідентичності та орієнтації. [41]

Ще одне дослідження спрямоване на аналіз відмінностей у відносинах між юними спортсменами чоловічої та жіночої статі. Воно включало аналіз взаємозв'язків між гендерною ідентичністю, соціальними взаєминами та рівнем стресу у юних спортсменів. Результати дослідження показали, що гендерна різниця відображається у рівні стресу відносин юних спортсменів. Деякі

гендерні відмінності можуть виникати через різні способи вираження емоцій, різні соціальні очікування та підходи до конфліктів. [42]

Ще одне дослідження спрямоване на вивчення шаблонів сексуальної поведінки та використання протизаплідних засобів серед молодих гетеросексуальної молоді у Швеції. Воно включало аналіз зв'язку між сексуальною поведінкою та використанням медичної контрацепції. Результати дослідження показали, що шаблони сексуальної поведінки та причини використання протизаплідних засобів серед молодих гетеросексуальних дорослих можуть значно відрізнятися залежно від факторів, таких як стать, вік та освіта. Наприклад, молоді чоловіки можуть бути менш схильні використовувати таблетозну контрацепцію у порівнянні з молодими жінками. [43]

1.2. Підлітковий вік як сенситивний період розвитку сексуальної самосвідомості

Підлітковий вік є періодом активного формування особистості, що супроводжується різноманітними психологічними труднощами, викликаними віковими протиріччями. Цей етап онтогенезу людини, що триває від 11-12 років до 20 років, охоплює підлітковий вік, ранню та зрілу юність, і характеризується переходом від дитинства до дорослості. У цей період відбувається усвідомлення дитиною своєї індивідуальності, що супроводжується змінами у ставленні до світу, до самого себе та до інших людей, а також переосмисленням потреб, мотивів і поведінки. Паралельно з фізіологічними та соціальними змінами, відбувається психосексуальний розвиток особистості.

У сучасному світі спостерігається прискорення психосексуального розвитку підлітків через акселерацію. Це призводить до раннього формування статевої зрілості та раннього виникнення сексуальних інтересів і еротичних переживань. Важливою зазначити, що для визначення психосексуального розвитку підлітків вагомими є і соціокультурні причини, оскільки суспільні норми і цінності значно впливають на формування сексуальних уявлень та поведінки у підлітків. [1]

О.В. Скрипченко відмічає, що статевий розвиток підлітків є процесом, який постійно змінюється і призводить до збільшення їхньої здатності проявляти еротичність через соціальну поведінку. [2, с.10]

Навіть якщо діти цього не усвідомлюють на повну, їхні батьки починають вплітати культуру сексуальності у виховання своєї дитини через спілкування, прикладом власної поведінки, ще до народження дитини, або навіть під час вагітності. З розвитком дитини різні групи, з якими вона спілкується, поступово включаються у цей процес. Сім'я відіграє ключову роль у формуванні розуміння сексуальної культури дитини, оскільки вона є осередком безпеки та відкритості для емоційного вираження всіх її членів. Якщо в підлітка є теплі родинні зв'язки та довірливі відносини із родиною, то він може звернутися за порадою,

поясненням та підтримкою у разі, коли приймає неправильні рішення. Дослідження показують, що взаємодія батьків і дітей має великий вплив на сексуальність підлітків. Більшість сексуально активних підлітків повідомляли, що їхнє спілкування з батьками було неякісним. А навпаки, якісне спілкування з батьками асоціювалося з утриманням статевої активності у підлітків. [3, с.58]

Сексуальність підлітків визначається кількома факторами: психосексуальним розвитком, який розглядається як процес індивідуального статевого зростання, та психосексуальною соціалізацією, яка описує вплив соціального середовища на формування особистості. У процесі соціалізації у сфері психосексуальності людина вчиться приймати свої гендерні ролі з урахуванням біологічної статі, розвиває соціально-психологічні навички, які дозволяють встановлювати стосунки з бажаною статтю, розвивати їх, створювати сім'ю та виховувати дітей. [4, с.15] Прикладом прийняття гендерної ролі може бути наслідування підлітком поведінки своїх ровесників або авторитетних дорослих: батьків, опікунів, вчителів, старших знайомих тощо.

Важливими складовими психосексуальної культури підлітків є раціональне використання знань про міжстатеві відносини, навички комунікації з особами бажаної статі, співпереживання іншим та управління власними емоціями і почуттями, а також відповідальний вибір партнера. Сексуальне життя людини є поєднанням фізичних, психологічних і соціальних аспектів, які поєднуються сексуальним бажанням. Воно не обмежується лише фізичним контактом, а охоплює широкий спектр емоційних та чуттєвих взаємодій, а також духовне спілкування між партнерами.

Сексуальна свідомість - це здатність розуміти та відчувати своє статеве життя та відносини з іншими людьми. У підлітковому віці ця свідомість розвивається швидко і може бути багатогранною. [5]

Статева типізація - це процес усвідомлення особою своєї статевої ідентичності. Вона реалізується завдяки здатності дітей групувати та обробляти інформацію, що означає їхню готовність усвідомлювати інформацію про себе у контексті концепцій «маскулінності – фемінності» (Маскулінність - сукупність

соціальних, психологічних та поведінкових характеристик, які традиційно вважаються чоловічими. [8] Фемінність – сукупність соціальних, психологічних та поведінкових характеристик, які традиційно вважаються жіночими. [7]). У свідомості дитини утверджується гендерна схема, де поведінка, характеристики та культурні символи автоматично розподіляються на категорії «чоловіче» та «жіноче». Діти обирають з різноманітності людських характеристик лише ті, що відповідають культурним і соціальним стереотипам для їхньої статі та прийнятні для них, і використовують їх для формування своєї особистісної концепції. [6] Варто зазначити, що часто фемінність та маскулінність не є повноцінно приналежною характеристикою для тієї чи іншої статі. Тобто хлопчики можуть приймати в свою особистісну концепцію фемінні соціокультурні якості, а дівчатка з відповідно маскулінні.

Гендерна соціалізація дитини розпочинається від її народження, коли батьки та інші дорослі, визначивши стать малюка, починають вчити його або її відповідній соціокультурній ролі. Головні аспекти цього процесу, за думкою Г. Андреевої, включають присвоєння (засвоєння соціального досвіду, тобто вплив середовища на індивіда) та опредмечування (відтворення соціального досвіду, тобто вплив індивіда на середовище). В рамках гендерної соціалізації присвоєння означає, що з самого початку дитина усвідомлює, що це значить бути хлопчиком або дівчинкою, чоловіком або жінкою. Опредмечування - це втілення у практику засвоєних гендерних концепцій. З точки зору соціальної психології, гендер визначається як культурні норми та соціальна інформація, які впливають на сприйняття людьми значущих відмінностей між чоловіками та жінками. Теорія нормативного та інформаційного тиску пояснює, як ми навчаємося цим нормам і що мотивує нас їх дотримуватися. Термін «нормативний тиск» описує механізм, за яким людина відчуває потребу відповідати суспільним або груповим очікуванням (соціальним нормам), щоб уникнути відкидання суспільством. [9]

У статті "Гендерна ідентичність підлітків: психологічні особливості та фактори формування" Олена Скрипник описує гендерну ідентичність як складне та багатогранне явище, яке формується протягом життя. Вона окреслює ключові

характеристики гендерної ідентичності, а також фактори, що впливають на її формування. Біологічні фактори включають хромосомний набір, гормональний фон та анатомічні особливості. Психологічні фактори включають когнітивні процеси, емоції та особистісні особливості. Соціальні фактори включають вплив сім'ї, однолітків, культури та суспільства. Скрипник приділяє особливу увагу підлітковому віку як важливому періоду для формування гендерної ідентичності, адже підлітки можуть експериментувати з різними гендерними ролями, щоб знайти ту, яка їм найбільше підходить. Скрипник наголошує на важливості доступу до інформації про гендерну ідентичність та гендерну різноманітність для підлітків. Вони повинні мати можливість отримати інформацію про різні гендерні ідентичності та гендерні ролі. Насамкінець, Скрипник підкреслює, що дорослі повинні ставитися до підлітків з повагою та розумінням, незалежно від їхньої гендерної ідентичності. Важливо створити атмосферу прийняття та підтримки для підлітків, які досліджують цю сферу у собі, а також дорослим слід уникати стереотипів та упереджень щодо гендерної ідентичності. [10]

Людмила Петрановська, українська психологиня, у своїх численних публікаціях та виступах приділяє значну увагу темі розвитку сексуальної самосвідомості. Вона описує це як важливий аспект особистісного розвитку дитини, який починається з раннього дитинства і триває протягом усього життя. Сексуальність - це невід'ємна і здорова частина людської природи. Діти, як і дорослі, мають сексуальні почуття та потреби, які їм важливо досліджувати та розуміти. Розвиток сексуальної самосвідомості - це не просто про секс. Це також про те, щоб дізнатися про своє тіло, свої емоції, свої права та межі.

Петрановська наголошує, на важливості розмов з підлітками про секс та сексуальність. Це допоможе їм сформувати здорові уявлення про свою сексуальність та приймати відповідальні рішення щодо свого сексуального життя. Батьки та інші дорослі повинні створити для дітей атмосферу прийняття та підтримки. Діти повинні відчувати себе комфортно, коли говорять про свої сексуальні почуття та питання. Петрановська також підкреслює, що розвиток сексуальної самосвідомості - це подорож, яка триває протягом усього життя.

Важливо, щоб дорослі підтримували дітей на цьому шляху, даючи їм необхідну інформацію та підтримку. [11]

Девід Шек, американський психолог, дослідник та автор книг про сексуальність, описує розвиток сексуальної самосвідомості як динамічний процес, що триває протягом життя. Так етап раннього дитинства (0-5 років) характеризується дослідженням власного тіла та початком розвитку гендерної ідентифікації. Діти вчаться розрізняти чоловічі та жіночі статеві органи, а також роблять перші кроки до розуміння гендерних ролей. Важливо, щоб батьки та опікуни забезпечували безпечне та сприятливе середовище, де діти можуть досліджувати своє тіло та розвивати здорове самосприйняття. Етапу середнього дитинства (6-12 років) характерний початок виникнення цікавості до питань сексу та розмноження. Діти в цей період можуть задавати багато запитань про секс, народження дітей та анатомію тіла. Важливо, щоб дорослі давали дітям чесні та відповідні до їх віку відповіді на ці запитання.

Підлітки на своєму етапі, за Шеком, (13-18 років) переживають значні фізичні та емоційні зміни, що впливають на їхню сексуальну самосвідомість. Вони починають досліджувати свою сексуальність, експериментувати з різними формами сексуальної поведінки та формувати власні сексуальні цінності. Важливо, щоб підлітки мали доступ до якісної безпечної інформації та ресурсів, які допоможуть їм приймати здорові та відповідальні сексуальні рішення. Етап ранньої дорослості (19-25 років) характеризується подальшим розвитком сексуальної ідентичності та сексуальних вподобань. В цей період молоді люди вчаться будувати здорові сексуальні стосунки з іншими людьми. Тому важливо, щоб молоді люди поважали себе та своїх партнерів, а також практикували безпечний секс.

Сексуальна самосвідомість також продовжує розвиватися протягом етапу зрілості (26-64 роки). Люди можуть переживати зміни у своїх сексуальних бажаннях та потребах, а також у своїх сексуальних стосунках. То ж не менш важливо, щоб і люди зрілого віку залишалися сексуально активними та мали доступ до інформації та ресурсів, які допоможуть їм підтримувати здоров'я та

своє сексуальне благополуччя. Однак сексуальна активність може природньо знижуватися з віком, але це не означає, що люди похилого віку на етапі пізньої зрілості (65 років і старше) не можуть насолоджуватися сексом. Існують способи підтримувати сексуальне здоров'я та благополуччя і в похилому віці. Шек вважає, що люди на цьому етапі мають залишатися позитивними щодо своєї сексуальності. [12]

Саме тому дуже важливим аспектом у розвитку сексуальної самосвідомості у підлітків є вплив освіти та освітніх програм, що направлені на просвітницьку діяльність та розширення кругозору дітей у питаннях їх сексуальності и самосприйняття. Саме освіта та освітні компоненти є тими базами, що надають дітям доступ до надійних джерел валідної інформації та на значному етапі їх розвитку впливають на формування їх самоідентичності.

1.3. Психологічні особливості розвитку сексуальної самосвідомості у підлітків

«Секс – це табуована тема в українському суспільстві. Про нього не говорять ні вдома, ні в школі. Діти вчаться про нього з вулиці, з порнографії, або з сумнівних "порадників" в інтернеті.» [25 с. 235)]

Незважаючи на зазначені вище фактори існування сексуальної просвіти, тема сексуальності продовжує залишатися чутливою та недоступною для вільного обговорення в українському суспільстві. Більшість дорослих не відчуває комфорту у спілкуванні з підлітками щодо їх сексуальних потреб і відчуттів, через відсутність досвіду та навичок у таких розмовах. В результаті, багато підлітків не отримують достатньої інформації про своє психосексуальне формування, що може вплинути на їх адекватну реакцію на тілесні та психологічні зміни, які відбуваються в їхньому житті та серед однолітків. [3, с.59]

Розвиток сексуальної самосвідомості у підлітків є складним і багатогранним процесом, який знаходиться під впливом щонайменше трьох факторів: біологічних, психологічних та соціальних. Цей процес супроводжується низкою змін, які проявляються як фізіологічно, так і психологічно. Під час пубертату рівень статевих гормонів (тестостерону та естрогену) різко зростає, що призводить до фізичних змін, таких як розвиток вторинних статевих ознак, швидке збільшення зросту та зміна голосу. Ці гормональні зміни також можуть впливати на настрій, емоції та сексуальний потяг. Лобна частка головного мозку, яка відповідає за такі функції, як планування, прийняття рішень та контроль імпульсів, ще не до кінця розвинена у підлітків. Це проявляється тим, що вони часто вдаються до ризикованої поведінки, діють імпульсивно та приймають необдумані рішення щодо сексу і не тільки.[44]

У підлітковому віці люди лише починають формувати свою власну ідентичність, яка включає в себе розуміння своєї статі, сексуальної орієнтації та

цінностей. Цей процес може бути складним і супроводжуватися сумнівами та невпевненістю. Однолітки можуть відігравати важливу роль у розвитку сексуальної самосвідомості підлітків. Вони можуть бути джерелом інформації про секс, а також впливати на те, як підлітки ставляться до себе та своєї сексуальності. Важливо, щоб дорослі створювали атмосферу довіри та відкритості, де підлітки могли б вільно обговорювати свої переживання з однолітками. Сім'я також може відігравати важливу роль у розвитку сексуальної самосвідомості підлітків. Відкрите та чесне спілкування з батьками про секс може допомогти підліткам отримати необхідну їм інформацію та підтримку. Дослідження [46; 47] показують, що підтримка з боку сім'ї може допомогти підліткам прийняти свою сексуальність та розвинути здорові стосунки. [45]

Підлітки переживають широкий спектр емоцій, включаючи збудження, сором, страх та радість. Ці емоції можуть впливати на їхнє ставлення до сексу та сексуальної поведінки. Позитивна самооцінка може допомогти підліткам прийняти свою сексуальність та відчувати себе впевнено у своїх стосунках з іншими. Низька самооцінка, навпаки, може призвести до невпевненості у собі, ризикованої поведінки та проблем у сексуальних стосунках. Підлітки розвивають розуміння сексуальності, включаючи анатомію, фізіологію та репродукцію, а також формують власні моральні цінності та принципи, які можуть впливати на їхнє ставлення до сексу та сексуальної поведінки. [44]

У своїй теорії психосоціального розвитку Еріксон описує стадію ідентичності як ключовий етап формування особистості у підлітковому віці. На цьому етапі підлітки прагнуть зрозуміти, хто вони такі, яке їхнє місце у світі та які їхні цінності. Явище сексуальності відіграє важливу роль у формуванні ідентичності підлітка, адже впливає на їхнє сприймання своєї сексуальності, орієнтації та тілесності. [48]

Дж. Марсія розробив теорію ідентичності, яка описує чотири етапи розвитку ідентичності: дифузія, мораторіум, досягнення та прийняття. Підлітки, які перебувають на стадії дифузії, не мають чіткого уявлення про свою ідентичність, включаючи сексуальну. Підлітки, які перебувають на стадії

мораторіуму активно досліджують свою ідентичність, включаючи сексуальну. Підлітки, які досягли стадії досягнення, мають чітке уявлення про свою ідентичність, включаючи сексуальну. А ті, які перебувають на стадії прийняття, прийняли свою ідентичність, включаючи сексуальну. [49]

Дж. Арнетт запропонував концепцію "emerging adulthood" або період становлення дорослості, що описує етап між підлітковим віком та ранньою дорослістю. Цей період характеризується дослідженням ідентичності, включаючи сексуальну, коли особистість вивчає свої сексуальні бажання, кордони та потреби, приймає свою тілесність та усвідомлює свою сексуальну орієнтацію. [50]

Висновки до першого розділу

У процесі аналізу наукових досліджень проблеми розвитку сексуальної самосвідомості підлітків було висвітлено сутність, теорії і та особливості розвитку сексуальної самосвідомості у підлітків у вітчизняній та зарубіжній психології. Відповідно до цього:

1. Виявлено, що сучасні дослідження сексуальної самосвідомості підлітків свідчать про те, що це складне та багатогранне явище, яке формується під впливом різних факторів, включаючи: гормональні зміни, фізичний розвиток, гендерні норми, культурні цінності, очікування суспільства, особистісний досвід, емоційний стан та самооцінку. Існує багато різних концепцій, які пояснюють значення та процес формування сексуальної самосвідомості, але більшість з них включають такі компоненти, як усвідомлення власної сексуальності, знання про своє тіло, сексуальні бажання та потреби, прийняття власної сексуальності, позитивне ставлення до себе як сексуальної істоти, вміння виражати свою сексуальність, відкриту комунікацію про свої сексуальні бажання та потреби та вміння встановлювати здорові сексуальні стосунки.

2. Проаналізовано розвиток сексуальної самосвідомості у підлітків, що проходить через кілька етапів:

1). Раннє дитинство – включає в себе усвідомлення гендерної ідентичності, дослідження власного тіла.

2). Підлітковий вік - характеризується зростанням сексуальних бажань, формуванням сексуальної ідентичності та пошуком сексуального партнерства.

3). Юність – включає в себе розвиток зрілої сексуальності та вміння будувати здорові сексуальні стосунки.

Сексуальна самосвідомість може мати значний вплив на життя підлітків, впливаючи на їх самооцінку, впевненість у собі, тривожність, прояви депресії, формування дружніх та романтичних стосунків, сексуальну поведінку, психічне

та фізичне здоров'я, прояви ризикованої поведінки, вживання психоактивних речовин, раннє сексуальне життя тощо.

3. З'ясовано, що українське суспільство стикається з проблемою недостатньої відкритості та доступності обговорення теми сексу, особливо серед підлітків. Не відчуваючи комфорту в таких розмовах, багато дорослих уникають їх. Це призводить до того, що підлітки нерідко звертаються за інформацією до ненадійних джерел, таких як порнографія або інтернет. Це може призвести до недостатнього розуміння своєї сексуальності та її ролі у формуванні ідентичності підлітка. Важливо, щоб підлітки мали доступ до достовірної інформації та підтримки у формуванні своєї сексуальної ідентичності. Однолітки та сім'я можуть відігравати важливу роль у цьому процесі, створюючи атмосферу відкритості та довіри, де підлітки можуть вільно обговорювати свої переживання та отримувати підтримку. Також важливо враховувати стадії розвитку ідентичності підлітків, від дифузії до прийняття, і підтримувати їх у цьому процесі, включаючи дослідження їх сексуальної ідентичності.

Узагальнюючи, важливо надати підліткам можливість отримати достовірну інформацію та підтримку у формуванні їхньої сексуальної ідентичності, створивши відкрите та довірливе середовище для обговорення цієї важливої теми.

РОЗДІЛ 2. МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ОРГАНІЗАЦІЇ ТА ПРОВЕДЕННЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Психологічні чинники розвитку сексуальної самосвідомості підлітків

Розвиток сексуальної самосвідомості підлітків є складним процесом, на який впливають соціальні, особистісні та культурні чинники. Сім'я відіграє ключову роль у формуванні сексуальної самосвідомості підлітків. Спілкування з батьками щодо сексуальності, виховання на прикладі батьків, а також стиль спілкування всередині сім'ї можуть суттєво впливати на розвиток сексуальної ідентичності. Гендерна рівність та стереотипи також впливають на розвиток сексуальної самосвідомості підлітків. Сприйняття статевих ролей у суспільстві може визначати те, як підлітки сприймають свою власну сексуальність. [51]

Великий вплив має і шкільне середовище. Навчальний заклад може впливати на формування сексуальної самосвідомості через програми з освіти про сексуальність та ставлення вчителів і однолітків до цієї теми. Сексуальна освіта – це невід'ємний компонент освітнього процесу, який забезпечує підлітків знаннями та навичками, необхідними для прийняття обґрунтованих та відповідальних рішень щодо сексуального життя. Наявність такої освітньої програми може сприяти зниженню рівня підліткової вагітності та захворювань, що передаються статевим шляхом (ВІЛ/СНІД, сифіліс, гепатити В та С, мікроплазмоси, ВКЛ, хламідії, гонорея тощо). Дослідження свідчать про те, що всебічні програми сексуальної освіти мають значний вплив на зниження цих показників, а також сприяють підвищенню рівня обізнаності підлітків про питання сексуального здоров'я. Програми сексуальної освіти надають інформацію про анатомію, контрацепцію, здорові стосунки та сексуальні права, формують позитивні ціннісні орієнтири щодо сексуальності та допомагають розуміти та приймати свою сексуальність, будувати здорові стосунки і приймати відповідальні рішення щодо свого сексуального життя.

Наявність освітніх програм секспросвіти сприяє зменшенню рівня сексуального насильства та допомагає підліткам усвідомити поняття активної словесної згоди, встановити здорові межі та знати, куди звернутися за допомогою у випадку сексуального насильства. [26]

Ідентичність та самооцінка також впливають на сприйняття власної сексуальності. Підлітки, які мають позитивне ставлення до себе, зазвичай розвивають здорову сексуальну самосвідомість. Здатність до ефективного спілкування про сексуальність може підвищити рівень самосвідомості та допомогти у вирішенні проблем, пов'язаних із сексуальністю. В той час як досвід і взаємодія з впливовими фігурами, такими як друзі, можуть впливати на формування основних засад сексуальної самосвідомості. [52]

Культурні чинники на рівні з попередніми грають значну роль у формуванні сексуальної самосвідомості підлітків, визначаючи норми, цінності та очікування, пов'язані зі сексуальністю. Наприклад деякі релігійні переконання та традиції можуть впливати на сприйняття сексуальності та формування сексуальної самосвідомості підлітків. Культурні норми, що стосуються чистоти, цнотливості та моралі, можуть впливати на ставлення до проявів своєї сексуальності. Культурні стереотипи та уявлення про сексуальність, які поширюються через кіно, телебачення, музику та інші форми масової культури, також впливають на те, як підлітки розуміють свою власну сексуальність. І дуже часто цей вплив є негативним, наприклад через спотворення нормальності тіла чи нав'язування нереалістичних стандартів краси. [53]

Культурні практики щодо сексуального виховання та навчання можуть впливати на розвиток сексуальної самосвідомості підлітків. Наприклад, деякі культури можуть стимулювати відкрите обговорення сексуальних питань, тоді як інші можуть підтримувати мовчазний підхід. Культурні очікування щодо гендерних ролей теж значно впливають на сприйняття сексуальності та сексуальної самосвідомості підлітків. Наприклад, у деяких культурах очікується, що хлопці будуть виявляти більшу сексуальну активність, ніж дівчата. Культурні чинники створюють контекст, в якому розвивається сексуальна самосвідомість

підлітків. Розуміння цих чинників допомагає пристосовувати підходи до сексуального виховання та підтримки здорового розвитку сексуальності серед підлітків. [54]

У 2016 році ВООЗ опублікувала звіт під назвою «Сексуальне та репродуктивне здоров'я підлітків та молоді: огляд доказів». Цей звіт ґрунтується на даних, зібраних у 190 країнах світу, і досліджує різні аспекти сексуального та репродуктивного здоров'я підлітків, включаючи їхню сексуальну самосвідомість. Згідно з дослідженням, рівень розвитку сексуальної самосвідомості у підлітків значно різниться залежно від країни, культури та соціально-економічного статусу. Деякі з ключових висновків дослідження включають наступні тези:

1. Підлітки, які мають доступ до інформації про секс та мають можливість обговорювати сексуальні питання з дорослими, яким вони довіряють, частіше мають здорову сексуальну самосвідомість.

2. Підлітки, які стикаються з дискримінацією або насильством, частіше мають проблеми з сексуальною самосвідомістю.

3. Важливо, щоб програми з сексуальної освіти були адаптовані до потреб підлітків та враховували їхній рівень розвитку та культурний контекст.[35]

У 2019 році дослідники з Університету Каліфорнії в Берклі опублікували статтю в журналі "Психологія підлітків", в якій досліджували рівень розвитку сексуальної самосвідомості у підлітків у США. Дослідження показало, що рівень розвитку сексуальної самосвідомості у підлітків значно відрізняється залежно від статі та сексуальної орієнтації. Згідно з результатами було виявлено, що дівчата частіше, ніж хлопці, повідомляють про те, що вони задоволені своєю сексуальною самосвідомістю, а ЛГБТ-підлітки частіше, ніж гетеросексуальні підлітки, стикаються з проблемами з сексуальною самосвідомістю.[36]

2.2. Організаційно-змістові аспекти проведення дослідження

Організаційно-змістові аспекти проведення дослідження включають кілька ключових етапів: організація проведення експерименту, визначення завдання дослідження, вибір бази проведення та характеристики вибірки, а також безпосереднє проведення експериментального дослідження.

Центральним завданням проведення експерименту є вивчення впливу певних факторів на сексуальну самосвідомість підлітків.

До завдань дослідження також належать наступні пункти:

1. Здійснити теоретичний аналіз вивчення розвитку сексуальної самосвідомості у дітей підліткового віку.
2. Провести емпіричне дослідження розвитку сексуальної самосвідомості у дітей підліткового віку.
3. Здійснити аналіз та інтерпретацію отриманих результатів.
4. Розробити практичні рекомендації підліткам щодо вдосконалення розвитку сексуальної самосвідомості у дітей підліткового віку.

Центральна гіпотеза дослідження полягає в тому, що індивіди в період підліткового розвитку проявляють різний рівень розвитку сексуальної самосвідомості, який визначається впливом різних факторів, таких як соціальне оточення, сексуальне виховання, самоідентифікація та насамперед наявність сексуальної освіти.

Місцем для проведення дослідження була обрана школа, а саме ліцей, де була відібрана відповідна вибірка. Ця вибірка включає в себе підлітків від 13 до 17 років, що є представниками різних гендерних та соціокультурних груп. Такий вигляд було обрано щоб отримати репрезентативний зразок при проведенні опитування.

Для проведення дослідження був розроблений дослідницький інструментарій, що включав у себе три опитувальники, за допомогою яких були зібрані необхідні дані щодо теми рівня розвитку сексуальної самосвідомості у підлітків. Також важливо зазначити, що для проведення опитування було

отримано усну згоду від відповідних авторитетів, таких як адміністрація школи або батьки учасників.

Збір даних проводився в онлайн режимі, за допомогою гугл-форми, де були вказані питання опитувальників. Опитування було цілком анонімним, учасники вказували лише свою стать та вік. Такий формат був обраний для зменшення рівня стресу під час опитування та збільшення чесності у відповідях. Деякі респонденти відмовлялись проходити опитування, а також було декілька не валідних відповідей.

Після збору даних був проведений аналіз отриманих в опитуванні результатів, використовуючи відповідні статистичні методи, щоб перевірити гіпотези дослідження та зробити висновки. В першу чергу рівень розвитку сексуальної самосвідомості порівнювався з наявністю сексуальної освіти у закладі чи наявністю досвіду секс-просвіти у дітей.

Дотримання цих організаційних та змістовних аспектів допомогло забезпечити правильність та надійність результатів експериментального дослідження з розвитку сексуальної самосвідомості підлітків.

2.3. Характеристика діагностичного інструментарію дослідження

У дослідженні використовувались три скорочені версії опитувальників, для досягнення більш широкого розуміння аспектів розвитку такого поняття як сексуальна самосвідомість підлітків.

Перший опитувальник – це "Шкала сексуальних знань та ставлення" (SKAS), що був розроблений Ірен Хайман та Лоренсом Кайзером. Він був опублікований у 1983 році в журналі "Journal of Sex Research". SKAS - це самозвітний опитувальник, який оцінює знання та ставлення людини до сексу.

SKAS складається з 32 пунктів, які охоплюють широкий спектр тем, пов'язаних з сексуальністю, включаючи анатомію, фізіологію, сексуальні практики, сексуальні ролі та здоров'я, сексуальні цінності та мораль. Пункти опитування оцінюють розуміння респондентом будови та функцій репродуктивної системи людини. Також оцінюються знання про різні типи сексуальних дій, практики безпечного сексу та контрацепцію. Питання опитування досліджують ставлення респондента до гендерних ролей, сексуальної орієнтації та сексуальної поведінки, чи є взагалі розуміння цих понять. Оцінюється розуміння респондентом інфекцій, що передаються статевим шляхом (ВІЛ, гепатити тощо), та інших проблем сексуального здоров'я. Також досліджується ставлення респондента до етичних аспектів сексуальності, таких як дошлюбний секс, позашлюбні стосунки та явище абортів. SKAS є самозвітним опитувальником, який легко заповнюється та оцінюється. Також цей опитувальник використовується в дослідженнях, просвітницьких програмах та клінічних оцінюваннях для оцінки сексуальних знань та ставлення людей різного віку, етнічної приналежності та сексуальної орієнтації. SKAS дозволяє порівнювати знання та ставлення респондентів з нормами та з іншими групами населення. SKAS може використовуватися для відстеження змін у знаннях та ставленнях людини з часом, що корисно для оцінки ефективності програм сексуальної освіти. [55]

Другим використовувався опитувальник "Індекс сексуальної самосвідомості" (SSCI) розроблений для оцінки рівня сексуальної самосвідомості людини. Його створили Ендрю Дж. Бейкер та Елізабет Л. Лоренс, і він був опублікований у 1994 році в журналі "Journal of Sex Research". SSCI широко використовується дослідниками, практиками та педагогами в галузі сексуальної освіти та охорони здоров'я.

SSCI складається з 26 пунктів, які охоплюють п'ять основних факторів сексуальної самосвідомості:

- позитивне ставлення до сексуальності – цей фактор оцінює рівень комфорту людини з власною сексуальністю та її сприйняття сексу як позитивного та приємного аспекту життя;
- впевненість у сексуальній привабливості – цей фактор оцінює рівень впевненості людини у своїй сексуальній привабливості та здатності приваблювати інших;
- сексуальні знання – цей фактор оцінює рівень знань людини про сексуальність, включаючи анатомію, фізіологію та репродукцію;
- здатність до сексуального самовираження – цей фактор оцінює рівень комфорту людини у вираженні своїх сексуальних бажань та потреб;
- сексуальний досвід – цей фактор оцінює рівень сексуального досвіду людини, включаючи кількість сексуальних партнерів та різноманітність сексуальних практик.

SSCI є самозвітним опитувальником, який легко заповнюється та оцінюється, а ще цей опитувальник дозволяє порівнювати рівень сексуальної самосвідомості респондентів з нормами та з іншими групами населення. SSCI може використовуватися для відстеження змін у рівні сексуальної самосвідомості людини з часом, що корисно для оцінки ефективності програм сексуальної освіти. [56]

Третім став опитувальник сексуальної поведінки (SBS), він складається з 20 пунктів, які оцінюють п'ять факторів, до яких відносяться:

- частота сексуальної активності (наскільки часто респондент займається сексом);
- різноманітність сексуальної активності (різноманітність сексуальних дій, якими займається респондент);
- сприйняття сексуального тиску (наскільки респондент відчуває тиск з боку партнера на сексуальну активність);
- сексуальна задоволеність (наскільки респондент задоволений своїм сексуальним життям);
- впевненість у сексуальній сфері (наскільки респондент впевнений у своїй сексуальній привабливості та здатності до сексуального самовираження). [57]

Даний опитувальник не був обов'язковим, його завдання проходили лише ті респонденти, які мали сексуальний досвід.

Висновки до другого розділу

У процесі проведення методологічного аспекту організації та проведення експериментального дослідження було сформовано ряд висновків. відповідно до цього:

1. Виходячи з поданого вище, виокремлено чинники, що в основному зосереджені на розвитку статевої самосвідомості підлітків та впливі на цей процес різноманітних факторів. У пункті розглядається вплив соціальних, особистих і культурних факторів, а також роль сім'ї, спілкування з батьками, гендерної рівності та стереотипів на розвиток сексуальної ідентичності підлітків. Наявність комплексних програм статевого виховання підкреслюється як важливий фактор у зниженні рівня підліткової вагітності та інфекцій, що передаються статевим шляхом. Ці програми надають інформацію про анатомію, контрацепцію, здорові стосунки, сексуальні права та допомагають підліткам зрозуміти та прийняти свою сексуальність і тілесність, будувати здорові стосунки та приймати відповідальні рішення щодо свого сексуального життя.

2. Також було визначено, що культурні фактори відіграють значну роль у формуванні сексуальної самосвідомості підлітків. Релігійні переконання, традиції, культурні норми та стереотипи, а також вплив ЗМІ розглядаються як фактори, що впливають на те, як підлітки сприймають власну сексуальність. Крім того, вплив культурної практики на статеve виховання та навчання, очікування щодо гендерних ролей і важливість адаптації програм статевого виховання до потреб і культурного контексту підлітків є дуже важливим питанням у проблематиці теми. Така проблематика висвітлена в дослідженні, яке було проведене в Сполучених Штатах і виявило варіації в розвитку сексуальної самосвідомості на основі статі та сексуальної орієнтації.

3. Охарактерезовано та обґрунтовано організаційні та змістовні аспекти проведення дослідження, включаючи вибір дослідницької бази та характеристики вибірки, а також розробку інструментарію дослідження та

процес збору даних. Варто наголосити на важливості адаптації програм статевого виховання до потреб культурного контексту підлітків, та потрібно підкреслити важливість розуміння факторів, що впливають на розвиток сексуальної самосвідомості підлітків.

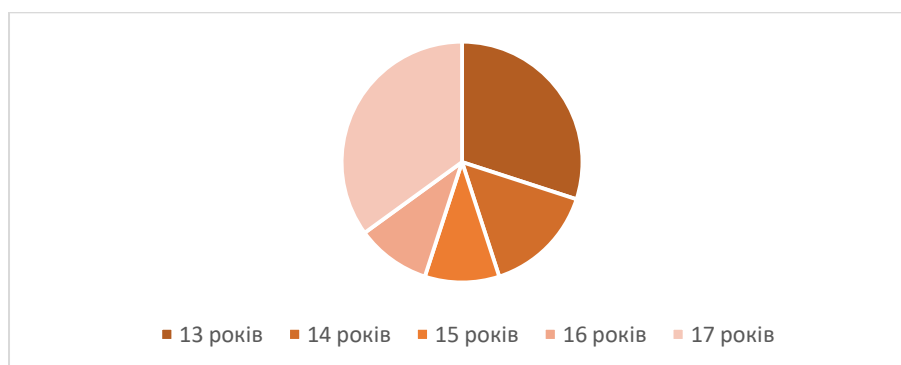
Підсумовуючи, розділ містить уявлення про багатогранну природу сексуальної самосвідомості підлітків і різноманітні фактори, що впливають на її розвиток. Це підкреслює важливість комплексних програм статевої освіти, культурних впливів і необхідність адаптації освітніх підходів для підтримки здорового сексуального розвитку серед підлітків. Також важливо наголосити на потребі проводити дослідження для розуміння та вирішення проблем сексуального самоусвідомлення підлітків.

РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЗВИТКУ СЕКСУАЛЬНОЇ САМОСВІДОМОСТІ У ОСІБ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ

3.1. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження

Вибірка складається з 20 осіб, 60% (12 респондентів) з яких є дівчатами, а 40%(8 респондентів) – хлопцями. Вікова категорія вибірки відноситься до підліткового віку (13-17 років), відповідно відсоткова частка тринадцятирічних складає – 30% (шість респондентів), чотирнадцятирічних – 15% (три респонденти), п'ятнадцятирічних – 10% (два респонденти), шістнадцятирічних – 10% (два респонденти), сімнадцятирічних – 35% (сім респондентів). Діаграму віку ілюструє Таблиця 3.1.1:

Таблиця 3.1.1



Більша кількість респондентів (55%) отримали свої знання про секс самостійно з інтернету, 20% респондентів отримали ці знання від батьків, інші 25% дізнавались інформацію щодо свого сексуального розвитку від друзів, з книг та інших джерел. Це наглядно ілюструє Таблиця 3.1.2:

Таблиця 3.1.2



Не зважаючи на таке різноманіття джерел, звідки підлітки дізнавались про секс 80% опитуваних вважають його чимось хорошим, в той час як лише 20% не зовсім впевнені в цьому твердженні. Майже такі самі показники відповідей щодо питання прийнятності дошлюбного сексу: 85% вважають його прийнятним явищем, інші 15% - не впевнені.

Однак підлітки погано сприймають явище гомосексуальності. Статистичні дані опитування показують співвідношення 60% - це ті респонденти, що вважають гомосексуальність нормальним явищем, та 40% - респонденти, що вважають це явище ненормальним або не визначили конкретно своє відношення. (Таб.3.1.3)

Таблиця 3.1.3



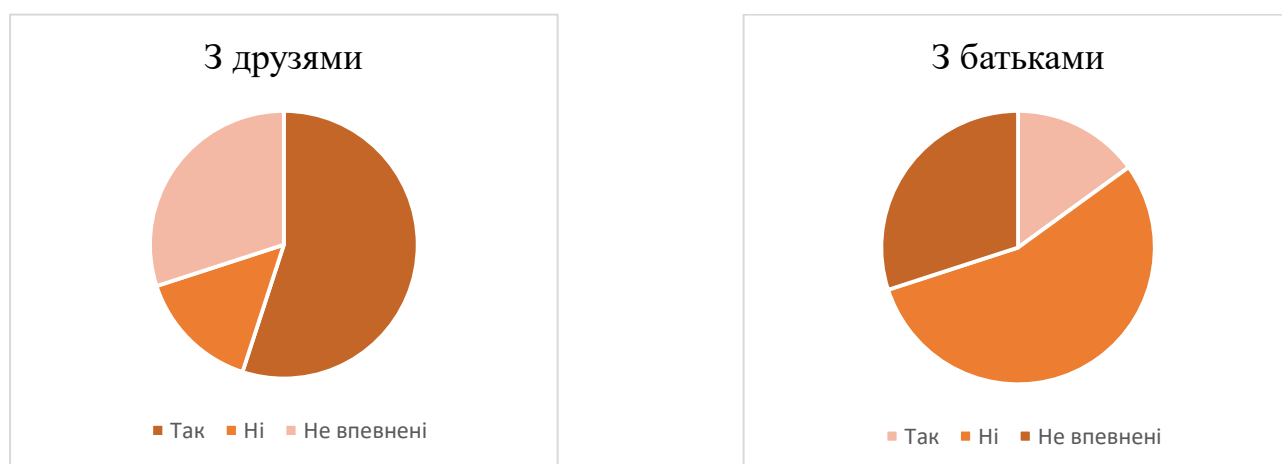
Схожу картину має статистика відповідей на питання прийнятності абортів: 75% респондентів відповіли позитивно, інші 25% - обрали негативну або нейтральну позицію. Проте респонденти показали досить непоганий рівень обізнаності з питань венеричних захворювань: 85% респондентів знають що це за хвороби і яким шляхом передаються. Також 75% опитуваних відповіли, що знають як правильно використовувати презерватив. (Табл. 3.1.4)

Таблиця 3.1.4



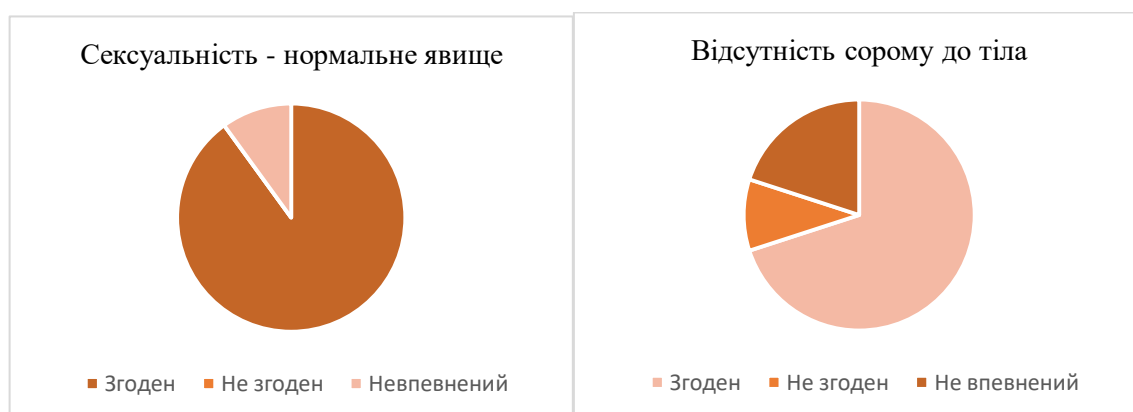
Також важливо зазначити, що майже 90% респондентів вважають важливим використання контрацепції під час статевого акту. Проте більшість опитуваних заявляють, що їм комфортніше говорити про секс та свою сексуальність з друзями аніж з батьками. Це наглядно демонструє наступна таблиця:

Таблиця 3.1.5



Варто також звернути увагу на тілесні відчуття респондентів: 75% заявили, що почуваються комфортно у своєму тілі, інші 25% вибрали негативну відповідь. Це може свідчити про досить нерівномірний рівень самосприйняття підлітками своєї тілесності та змін, які відбуваються протягом пубертату. Також майже 65% відсоткам опитуваних не подобається говорити про секс, хоча 90% респондентів вважають свою сексуальність та зміни, які до неї приводять цілком нормальним явищем. Сюди ж можна віднести респондентів, що не соромляться свого тіла та його змін. (Табл. 3.1.6)

Таблиця 3.1.6



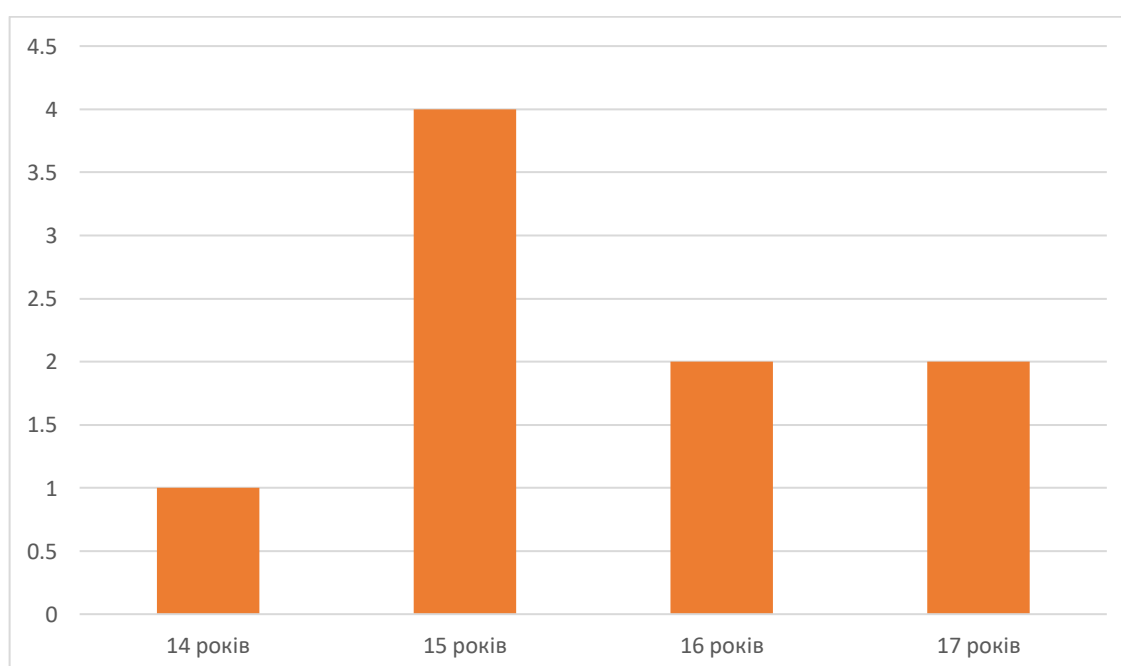
Виходячи з показників, які були наведені вище, також варто додати статистику відповідей на запитання щодо того, чи є секс приємним досвідом. Майже 25% респондентів відповіли негативно або обрали нейтральну відповідь, а 75% опитуваних вважають секс приємним досвідом. (Табл. 3.1.7)

Таблиця 3.1.7



Також важливим показником є відсоток наявності поваги до свого та чужого тіла у респондентів. У вибірці спостерігається високий рівень лояльності та прийняття – 90%. Також із загального числа опитуваних 45% (дев'ять респондентів) вже мали сексуальний досвід, а 55% - ні. Серед числа тих хто мав такий досвід є чотирнадцятирічний респондент, чотири п'ятнадцятирічних, двоє шістнадцятирічних та двоє сімнадцятирічних. (Табл. 3.1.8)

Таблиця 3.1.8

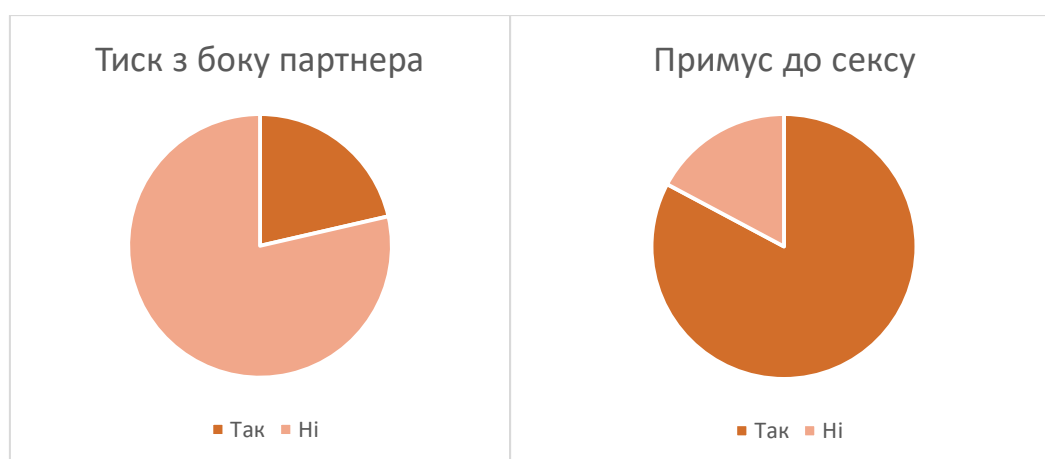


Серед цієї групи опитуваних 75% заявили, що використовують засоби контрацепції під час статевого акту, інша четверта частина обрали негативні відповіді: 16,7% - використовують презервативи іноді, інші 8,3% - ніколи цього не роблять.

Важливою темою також є почуття комфорту під час розмов з партнером про секс та свої потреби чи кордони. 76,9% респондентів відчувають комфорт під час таких розмов, 15,4% - невпевнені чи відчуваються вони комфортно, а 7,7% - взагалі не відчуваються комфортно при таких розмовах.

Також статистика показала, що майже четверта частина опитуваних що мали сексуальний досвід відчувала тиск з боку партнера, щоб займатись сексом, і 15,4% опитуваних взагалі зазнавали примусу до сексу. (Табл. 3.1.9)

Таблиця 3.1.9



3.2. Практичні рекомендації підліткам щодо вдосконалення розвитку сексуальної самосвідомості

Для українського суспільства тема сексуальної просвіти та загальна проблематика сексуального саморозвитку підлітків є досить гострою. В нашому суспільстві є дуже високий відсоток ранніх підліткових вагітностей. За даними Міністерства охорони здоров'я України, у 2021 році 118 дівчаток, молодші 14 років, стали матерями; у віці від 15 до 17 років породіллями стали понад 5 700 дівчат

Такі дані є результатом відсутності сексуальної освіти в закладах та упередженого ставлення суспільства до теми сексу загалом. В нашому суспільстві існує осуд та певне висміювання та пригноблення сексуального життя, сексуальності та нав'язування часто травматичних гендерних стереотипів. Емпіричне дослідження показало досить посередні результати рівня розвитку та розуміння підлітками їх сексуальної самосвідомості, тілесності та теми сексу загалом.

На основі отриманих даних в ході теоретичного та емпіричного аналізу були розроблені практичні рекомендації підліткам щодо вдосконалення розвитку сексуально самосвідомості:

1. Досліджуйте себе та свої почуття, намагайтеся розуміти власні емоції та відчуття, звертайте увагу на те, що дає почуття комфорту чи дискомфорту тощо. Дізнавайтеся анатомію та фізіологію свого тіла, оскільки розуміння того, як працює ваше тіло, може допомогти вам відчувати себе більш впевнено. Досліджуйте свою сексуальну орієнтацію та гендерну ідентичність, аби зрозуміти бажану стать та власну гендерну роль чи роль вашого партнера. Це додасть вам ясності та насолоди, комфорту в перебуванні у стосунках.

2. Поговоріть зі своїми батьками (чи опікунами) або дорослим, яким довіряєте, не соромтеся цього. Хоч вони можуть бути не найкомфортнішими людьми, з якими можна поговорити про секс, але вони люблять вас і хочуть найкращого для вас, тому можуть дати слухні поради, враховуючі ваші бажання

та вподобання. Також, шукайте друзів, які досліджують свою сексуальність, і поділіться своїми думками та почуттями з ними. Можливо, у вашому колі спілкування з'являться друзі, які матимуть подібності з вашою сексуальністю, а значить - з ними ви зможете ділитися інтимним та не боятися осуду, що зробить вас більш впевненими у собі та у самосвідомості. Крім того, можна звертатися до шкільного психолога або консультанта (чи психотерапевта) з різних організацій. Вони можуть надати вам потрібну інформацію для саморозуміння та слухну підтримку.

3. Дізнавайтеся про секс правильно: є багато веб-сайтів та організацій, які надають точну інформацію про секс, сексуальність та здоров'я, проводячи різні вебінари або відповідаючи на анонімні листи та ґрунтуються лише на наукових даних. Ви можете прочитати книги та статті про секс та сексуальність, написані такими фахівцями як психологами, сексологами чи/та лікарями.

4. Встановіть чіткі межі та поважайте межі інших. Вам потрібно вирішити, що вам комфортно, а що ні, у сексуальних стосунках. Якщо ви відчуваєте, що вам щось некомфортно або некомфортно вашому партнеру - обговоріть це з ним. Та ніколи не робіть нічого, що змушує вас почуватися не по собі або додає почуття небезпеки, незахищеності.

5. Пам'ятайте, що ви не самотні у своїх проблемах. Багато підлітків борються зі своїми сексуальними почуттями та думками і це нормальна частина нашого життя, оскільки всі переживають пошуки себе та власних інтересів. Зверніться за підтримкою, якщо вам це потрібно та пам'ятайте, що ви обов'язков переживете цей період і станете впевненою у собі людиною.

Висновки до третього розділу

При проведенні експериментального дослідження було сформовано ряд висновків. відповідно до отриманих даних:

1. Було проведено аналіз отриманих результатів опитування, де виявлено, що психологія розвитку досліджує етапи та фактори, що впливають на формування сексуальної самосвідомості, психологія особистості вивчає індивідуальні відмінності в цьому процесі, а соціальна психологія аналізує вплив оточуючого середовища на формування сексуальної ідентичності.

2. Дослідження показало, що психологічні особливості розвитку сексуальної самосвідомості у підлітків включають вплив соціальних, особистісних та культурних чинників, де сім'я відіграє ключову роль у формуванні сексуальної самосвідомості підлітків, а шкільне середовище також впливає на формування сексуальної самосвідомості через програми освіти про сексуальність та ставлення. вчителів і однолітків до цієї теми.

3. На основі емпіричних даних було розроблено практичні рекомендації підліткам щодо вдосконалення розвитку сексуальної самосвідомості у дітей підліткового віку, що базуються на гіпотезі, що індивіди в період підліткового розвитку проявляють різний рівень розвитку сексуальної самосвідомості, який є впливом різних факторів, таких як соціальне оточування, сексуальне виховання, самоідентифікація та наявність сексуальної. освіти. До цих рекомендацій увійшли поради щодо використання правильних та безпечних джерел інформації щодо теми сексу та сексуальності, розмови із найближчим оточенням, та соціальні проєкти, які можуть допомогти батькам в проведенні сексуального просвітництва вдома, встановлення особистих мед та кордонів, а головне їх рефлексія та усвідомлення.

Зазначені вище фактори повільного введення сексуальної просвіти свідчать про те, що тема сексуальності продовжує залишатися чутливою та недоступною для вільного обговорення в українському суспільстві, що може вплинути на

адекватну реакцію підлітків на тілесні та психологічні зміни, які відбуваються в їхньому житті та тілі.

ВИСНОВКИ

1. У процесі роботи здійснено теоретичний аналіз сексуального розвитку самосвідомості у дітей підліткового віку, що дозволило отримати глибоке розуміння цієї проблеми. Задля цього було проведено емпіричне дослідження розвитку сексуальної самосвідомості у дітей підліткового віку, що дало можливість отримати конкретні дані та висновки щодо цього питання. Також було здійснено аналіз та інтерпретацію отриманих результатів, що дозволило зробити об'єктивні висновки на основі отриманих даних. За допомогою отриманих результатів роботи було також розроблено практичні рекомендації підліткам щодо вдосконалення розвитку сексуальної самосвідомості у дітей підліткового віку, що є кроком у вирішенні проблеми досить нестабільного рівня розвитку сексуальної самосвідомості у підлітків.
2. Було організовано проведення експерименту та визначено завдання дослідження, що забезпечило правильність та надійність результатів. Задля цього було охарактеризовано та обґрунтовано організаційні та змістовні аспекти проведення дослідження, включаючи вибіркову базу та описано характеристику вибору інструментарію, що є основою для розуміння факторів, що впливають на сексуальний розвиток самосвідомості підлітків. Необхідним було оцінити важливість адаптації програми дитячого виховання до потреб культурного контексту підлітків, що є ключовим аспектом у вирішенні проблеми розвитку сексуальної самосвідомості у підлітків.
3. У третьому розділі роботи було проведено аналіз та інтерпретацію результатів дослідження, що дало можливість зробити об'єктивні висновки на основі отриманих даних. Вибірка складалась з 20 осіб, що дозволило отримати репрезентативні дані для подальшого аналізу. Також було здійснено характеристику діагностичного інструментарію дослідження, що

дало можливість отримати більш широке розуміння аспектів розвитку сексуальної самосвідомості підлітків. Опитування мало важливе значення щодо отримання розуміння рівня знань та ставлення підлітків теми сексуальності та сексуального розвитку, що є основою для подальшого розвитку програм статевого виховання в рамках як закладів освіти, так і індивідуального просвітництва дітей.

4. В аналізі наукових досліджень на тематику проблеми розвитку сексуальної самосвідомості підлітків було висвітлено сутність, теорію і особливості розвитку сексуальної самосвідомості у підлітків у вітчизняній та зарубіжній психології. На основі теоретичних положень було розроблено практичні рекомендації підліткам щодо вдосконалення розвитку сексуальної самосвідомості у дітей підліткового віку, що є кроком у вирішенні цієї проблеми. Важливим було оцінити вагомість комплексних програм статевої освіти, культурних впливів та необхідність адаптації освітніх підходів для підтримки здорового сексуального розвитку серед підлітків, адже опитування показало досить посередні результати розвитку сексуальної самосвідомості дітей.

Ці положення є результатом комплексного дослідження проблеми розвитку сексуальної самосвідомості у підлітків, що дозволяє зробити об'єктивні висновки та розробити практичні рекомендації для подальшого вдосконалення програми статевого виховання.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Денисова, І. В. "ПСИХОСЕКСУАЛЬНИЙ РОЗВИТОК ПІДЛІТКІВ В СУЧАСНОМУ СВІТІ." *The 7th International scientific and practical conference "Science, society, education: topical issues and development prospects"* (June 7-9, 2020) SPC "Sci-conf. com. ua", Kharkiv, Ukraine. 2020. 1023 p.. 2020.
2. Садомська Н. Сексуальне виховання підлітків: теоретико-методологічний аспект. Наукові записки Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя. Серія: Педагогічні науки. 2015.
3. Кришталь В. В., Григорян С. Р. Сексологія. Харків: Акад. сексуал. дослід., 1999. 1152 с.
4. Деркач, Альвіна Дмитрівна. "Ролеграма як засіб розвитку сексуальної просвіти підлітків." (2023).
5. Cook-Craig P. G. & Sabella D. The impact of sex education on adolescent sexual behavior: A review of the literature. *The Journal of School Nursing*. 2015. 31(6). 410-419.
6. Курдибаха, О. М. "Гендерні особливості становлення підлітків у процесі соціалізації." *Збірник наукових праць "Проблеми сучасної психології"* 25 (2014).
7. Stanford Encyclopedia of Philosophy: Feminism and Gender.
8. Stanford Encyclopedia of Philosophy: Masculinities.
9. Боришевський М.Й. Виховання у дітей статевої самосвідомості / М.Й. Боришевський// Вихователю про психологію та педагогіку сексуального розвитку дитини: наук.-метод. Збірник. – К.: Інститут змісту і методів навчання, 1996
10. Скрипник, О. (2014). Гендерна ідентичність підлітків: психологічні особливості та фактори формування. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Педагогіка, психологія*, 43(1), 124-129.
11. Петрановська, Л. (2020). Як говорити з дітьми про важливе.
12. Шек, Д. (2008). Сексуальність людини: від народження до смерті.

13. Vanwesenbeeck, I. (2014). The Dutch model of sexuality education: A comprehensive approach. *Sex Education*, 14(4), 421-432.
14. Smits, J., & Kuyper, H. (2010). The effectiveness of Dutch sexuality education: A review of the research. *Journal of Adolescent Health*, 46(2), 127-134.
15. Bensau, M., & Klafki, W. (2014). Sexuality education in Germany: A comprehensive approach. *Sex Education*, 14(4), 445-456.
16. Van der Meer, B., & van Bergen, D. (2017). Sexuality Education in the Netherlands: State of Affairs in 2017. Rutgers.
17. Van Run, E. (2019). Safe Sex: What We Need to Know. NISPO.
18. Hurrelmann, K. (2019). Comprehensive Sexuality Education: An Interdisciplinary Approach. *German Journal of Sex Education*, 37(2), 89-104.
19. von Unger, H. (2017). Sexual and Reproductive Health Education in Germany: Current Trends and Future Directions. *International Journal of Sexual Health*, 29(1), 45-58.
20. Sundén, J., & Hallberg, L. (2010). The effectiveness of Swedish sexuality education: A review of the research. *Journal of Adolescent Health*, 46(2), 135-144.
21. Långström, N., & Öhman, A. (2014). Sexuality education in Sweden: A comprehensive approach. *Sex Education*, 14(4), 433-444.
22. Kirby, D., & Coyle, K. (2014). The effectiveness of abstinence-only and comprehensive sex education programs: A review of the research. *Journal of Adolescent Health*, 55(1), 103-114.
23. UNESCO: International Technical Guidance on Sexuality Education.
24. Сайт Sex Education Forum: sexeducationforum.org.uk
25. Забужко, О. (2004). Notre Dame d'Ukraine: Українка: хроніка самоусвідомлення. Київ: Факт.
26. Бутузова, Л. П. «ПРІОРИТЕТНІ НАПРЯМКИ У РЕАЛІЗАЦІЇ СТАТЕВОГО ВИХОВАННЯ ПІДЛІТКІВ.» Редакційна колегія (2003): 50.
27. Інтерв'ю з Інною Солодкою:
<https://www.youtube.com/channel/UCemn81U-8ySMIRgL9sFz2hQ>

28. Інтерв'ю Оксани Юрковської: <https://www.youtube.com/channel/UC-kYPlo9h8F2--Хуєsbh-8w>
29. Роткіна О. В. «Чому секс-освіта має бути в школі?» Збірник наукових праць «Актуальні проблеми психології та соціальної роботи», № 2 (2022), с. 120-128.
30. Зубар Н. В., "Сексуальна освіта для підлітків: посібник для батьків та педагогів", Київ: "Український інститут охорони здоров'я матери та дитини", 2020.
31. Боровська Т. В., "Сексуальна освіта: сучасні виклики та перспективи", Журнал «Український медичний часопис», № 4 (2017), с. 10-12.
32. Інтерв'ю з Оксаною Забужко: "Інтерв'ю про фемінізм в Україні" <https://www.youtube.com/watch?v=ddecnrdyO-k>
33. Центр громадянських свобод. (2020). Доповідь "Стан сексуальної освіти в Україні: проблеми та виклики".
34. Державна служба статистики України.
35. ВООЗ: «Сексуальне та репродуктивне здоров'я підлітків та молоді: огляд доказів» (2016)
36. Laura A. Hernandez, et al., «Розвиток сексуальної ідентичності та самосвідомості серед підлітків», Журнал «Психологія підлітків», 2019.
37. Carpenter, L. M. (2001). The construction of sexual risk during adolescence: Peer crowd affiliation as a contextualizing influence. *Journal of Sex Research*, 38(2), 133-139.
38. Paine, J. W. (2005). *Developing sexual self-awareness: Individual and group approaches*. Routledge.
39. Chivers, M. L., & Timmers, A. D. (2012). Effects of gender and relationship context in audio narratives on genital and subjective sexual response in heterosexual women and men. *Archives of Sexual Behavior*, 41(1), 185-197.
40. Wollschlaeger, L. (2018). Development and validation of the Sexual Self-Concept Inventory. *Sexuality Research and Social Policy*, 15(1), 111-123.

41. J. G. Bartlett, K. S. Vasey "Sexual Identity, Attractions, and Behavior Among Young Sexual-Minority Women Over a 2-Year Period". *Journal of Sex Research*, 2010, 47(5), 591-599.
42. S. A. Grimshaw, L. L. Stanton "A Meta-Analytic Review of School-Based Prevention for Adolescent Smoking". *The Journal of Adolescent Health*, 2006, 38(3), 324-e1.
43. S. Y. Sung, S. D. Perrin "Association of Nonmedical Prescription Opioid Use With Subsequent Heroin Use Initiation in Adolescents". *JAMA Pediatrics*, 2018, 172(5), 494-496.
44. McClintock, M. K., & Herreth, S. M. (2010). Gender differences in sexuality: Biological and social contributions. *Social and Personality Psychology Compass*, 4(1), 17-32.
45. Marcia, J. E. (1966). Development and validation of an identity status questionnaire. *Journal of personality and social psychology*, 3(4), 551-558.
46. Sellers, R. H., & Blumstein, P. (2017). The promise of adolescent sexuality education. *The Future of Children*, 27(1), 181-207.
47. Manning, W. D., & Giordano, P. C. (2014). Family structure and adolescent sexual behavior: A review of research. *Journal of marriage and family*, 76(2), 319-343.
48. Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. WW Norton & Company.
49. Marcia, J. E. (1966). Development and validation of an identity status questionnaire.
50. Xu, Q., & McHale, S. M. (2005). Parental communication and adolescent sexual behavior: A meta-analysis. *Journal of marriage and family*, 67(3), 714-735.
51. Brown, J., Sorrell, J., & Raffaelli, M. (2005). An exploratory study of constructions of masculinity, sexuality and HIV/AIDS in Namibia, Southern Africa. *Culture, Health & Sexuality*, 7(6), 585-598.
52. Tolman, D. L., & McClelland, S. I. (2011). Normative sexuality development in adolescence: A decade in review, 2000–2009. *Journal of Research on Adolescence*, 21(1), 242-255.

53. Ward, L. M. (2016). Media and sexualization: State of empirical research, 1995–2015. *The Journal of Sex Research*, 53(4-5), 560-577.
54. Tolman, D. L., & McClelland, S. I. (2011). Normative sexuality development in adolescence: A decade in review, 2000–2009. *Journal of Research on Adolescence*, 21(1), 242-255.
55. Hyman, I. E., & Kaizer, S. B. (1983). The Sexual Knowledge and Attitude Test (SKAT). *Journal of Sex Research*, 20(2), 171-181.
56. Baker, A. J., & Lawrence, E. L. (1994). The Sexual Self-Consciousness Scale: Measuring the multidimensional nature of sexual self-concept. *Journal of Sex Research*, 31(4), 389-403.
57. Davis, C. S., Miller, L. J., & Sockman, M. V. (2000). Sexual intimacy and romantic relationships in college students: A descriptive and developmental analysis. *Journal of College Student Development*, 41(1), 42-55.