

- гу кураторам груп / П. Ф. Іваницька. — Рівне, 2000. — 190 с.
7. Методичні рекомендації до планування виховної роботи з студентами у вищих навчальних закладах освіти III — IV акредитації // Інформ. зб. Міносвіти України. — 1998. — № 17—18. — С. 50—53.
8. Методичний посібник куратора академічної групи (основні нормативно-правові та організаційно-методичні матеріали куратора академічної групи) / Укл. : Є. П. Масюткін, І. М. Грицаєнко. — Мелітополь : Таврійська державна агротехнічна академія, 2001. — 81 с.

ГРУШЕВСКИЙ В. А.

ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ-ПЕРВОКУРСНИКОВ К ОБУЧЕНИЮ В ВУЗЕ

В статье рассматривается проблема социально-психологической адаптации студентов к обучению в ВУЗе. Представлены результаты анкетирования студентов-первокурсников, предложены рекомендации к усовершенствованию процесса адаптации студентов-первокурсников к обучению в ВУЗе.

Ключевые слова: адаптация, отношение к выбранной специальности, социализация.

GRUSHEVSKIY VALERIY

FEATURE SOCIALPSYCHOLOGICAL ADAPTATIONS OF STUDENTS-FRESHMEN TO STUDIES IN INSTITUTION OF HIGHER LEARNING

The article is devoted to the problem of socially-psychological adaptation of students is examined to educating in Institution of higher learning. Presented results of questionnaire of students-freshmen are presented, offered to recommendation to the improvement of process of adaptation of students-freshmen to educating in Institution of higher learning.

Keywords: adaptation, relation to the chosen specialty, recommendations.

Стаття надійшла до редколегії 06.02.2014 року.

УДК 159.923.3

ДІДКОВСЬКА Л. І.

Львівський національний університет імені Івана Франка

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТАВЛЕННЯ ДО СЕКСУ ОСІБ ВІКУ РАННЬОЇ ДОРОСЛОСТІ

У статті здійснено теоретичний огляд підходів до вивчення сексуальності, установок щодо сексу загальною та в осіб віку ранньої дорослості зокрема. Емпірично визначено установки щодо сексу осіб віку ранньої дорослості. Виявлено особливості взаємозв'язку сексуальних установок осіб віку ранньої дорослості з особливостями ситуативної та особистісної тривожності, їх рівня невротизації, схильності до різних невротичних станів. Так, зазначено, що для досліджуваних найбільш притаманні такі установки щодо сексу, як: сексуальне лібідо, сексуальна задоволеність та дозволеність, експресивність, рішучість, відповідальність, різноманітність та небажаність сексуальних контактів на службі. Натомість найменш вираженими є агресивний секс, сексуальна сором'язливість та огида до сексу, корисливість.

Ключові слова: установки щодо сексу, рання дорослість, рівень невротизації, ситуативна та особистісна тривожність, невротичні стани.

Рання дорослість – вік, коли жінки та чоловіки знаходяться на вершині своїх репродуктивних можливостей. Саме у цьому віці люди найактивніше шукають шлюбних партнерів, намагаються встановлювати тісні емоційні зв'язки та будувати довготривалі стосунки. Сексуальність загальною в цьому віці набуває все більшої ваги, впливає на остаточне формування Я-концепції людини, її ідентичності. Саме у цей віковий період люди набувають чітких «контурів» своєї унікальної та неповторної інтимної поведінки, тобто на основі попереднього досвіду у них формуються відносно стійкі установки щодо сексу.

Багато досліджень на тему сексуальних установок у людей у дорослому віці проводилось за кордоном та зокрема у США (Л. Харріс, Г. Келлі, Р. Крукс, К. Баур, І. Кон, В. Каган). Але в Україні і далі залишаються не достатньо дослідженими особливості сексуальних установок у людей в період ранньої дорослості, остаточно не з'ясовані відмінності установок щодо сексу у чоловіків та у жінок, в одружених та неодружених людей. Також відкритою для досліджень залишається тема психологічних особливостей людей, які, з одного боку, впливають на формування тих чи інших сексуальних установок, а з іншого боку, –

самі є певним чином зумовлені притаманними людині установками щодо сексу.

Сексуальні установки – це ставлення до сексу, уявлення про припустимі та неприпустимі норми сексуальної поведінки для себе та інших [6, с. 215]. Сексуальні установки формуються у процесі розвитку особистості. На їх формування можуть мати вплив багато чинників, але серед найважливіших варто зазначити такі дві групи: вплив основних інститутів соціалізації та попередній власний сексуальний досвід.

Сексуальні установки є не статичним, а досить динамічним поняттям. Різноманітні сексуальні установки визначаються позитивним або негативним ставленням до різних форм вияву своєї сексуальності [4]. Дослідження, проведенні Г. Айзенком, дали йому можливість виділити такі сексуальні установки: дозволеність; реалізованість; сексуальна невротичність; знеособлений секс; порнографія; сексуальна сором'язливість; відраза до сексу; сексуальна збудливість; фізичний секс; агресивний секс; цнотливість [2, с. 51].

Формування сексуальних установок окремої людини відбувається під впливом культури, у якій вона росте та виховується. Так, можна виділити такі типи сексуальних культур, які різняться ставленням до сексу: містичні культури, аполонівський тип, ліберальний тип, «культура коханців», репресивні культури, пуританські культури [5, с. 245].

Ґрунтуючись на своїй теорії особистості, базисними структурними елементами якої є екстраверсія-інтроверсія і нейротизм, Г. Айзенк припустив, що екстравертам та інтровертам, які принципово різняться за особливостями характеру і темпераменту, властиве різне ставлення до сексуальності, сексу та різна сексуальна поведінка. Так, екстраверти не зазнають труднощів у контактах з протилежною статтю і найменшою мірою схильні до впливу гальмуючих сексуальності культурних релігійно-етичних заборон. Вони надають великого значення еротичній любовній грі, швидше звикають до сексуальних стимулів, орієнтовані на зміну партнерів і ситуацій. Вони раніше, ніж інтроверти, починають статеве життя, частіше мають сексуальні контакти і з великою кількістю партнерів. Натомість стримані і загальмовані інтроверти характеризуються більш пуританським й ортодоксальним ставленням до сексуальності. Вони тяжіють до індивідуалізованих, тонких і стійких відносин з акцентом на вірність, відданість і ніжність у сексуальному союзі, що часто пов'язано з психологічними проблемами і труднощами [1, с. 345–350].

Основна мета статті – на основі результатів проведеного емпіричного дослідження продемонструвати особливості сексуальних установок в осіб віку ранньої дорослості. Для реалізації поставленої мети виконано такі завдання: здійснено теоретичний аналіз підходів до вивчення сексуальності, установок щодо сексу; емпірично виокремлено переважаючі установки щодо сексу в осіб у період ранньої дорослості; виявлено наявність та особливості зв'язку між переважаючими установками щодо сексу у досліджуваних із іншими особистісними характеристиками (ситуативною та особистісною тривожністю, рівнем невротизації та схильністю до різних невротичних станів тощо).

У дослідженні взяли участь 90 осіб (45 жінок та 45 чоловіків). Серед досліджуваних 40 одружених (заміжніх) та 50 неодружених (незаміжніх) осіб. Вік досліджуваних – 20–40 років (період ранньої дорослості за Г. Крайг).

У процесі дослідження нами використано такі методики як, «Опитувальник установок щодо сексу» Г. Айзенка (Eysenk Anventory of difitudes to Sex, EIAS), «Клінічний опитувальник для виявлення та оцінки невротичних станів» К. К. Яхіна та Д. М. Менделевича, «Методика оцінки сексуального профілю» (модифікація О. Ф. Потьомкіної), «Опитувальник визначення рівня невротизації та психопатизації», розроблений у Ленінградському інституті імені В. М. Бехтерева, тест «Дослідження тривожності» Спілбергера.

«Опитувальник установок щодо сексу» розроблено на основі концепції особистості Г. Айзенка і спрямовано на дослідження ставлення до сексу. Опитувальник містить 11 узагальнених факторів (шкал): дозволеність, реалізованість, сексуальна невротичність, знеособлений секс, порнографія, сексуальна сором'язливість, цнотливість, відраза до сексу, сексуальна збудливість, фізичний секс та агресивний секс.

«Методика оцінки сексуального профілю» дозволяє дослідити особливості установок у сфері сексуальної поведінки. Містить 14 шкал: експресивність; сміливість, рішучість; корисливість; вибірковість; гіперсексуальність; делікатність; ніжність; жертвовність; відповідальність; кохання як найвища цінність; ревності; різноманітність; фемінність; небажаність сексуальних контактів на службі.

«Клінічний опитувальник для виявлення та оцінки невротичних станів» містить 6 шкал: шкала тривоги, шкала невротичної депресії, шкала астенії, шкала істеричного типу реагування, шкала obsесивно-фобічних порушень, шкала

вегетативних порушень. «Опитувальник визначення рівня невротизації та психопатизації» містить дві шкали – шкалу невротизації та шкалу психопатизації. Тест «Дослідження тривожності» спрямовано на дослідження ситуативної та особистісної тривожності.

Для статистичного опрацювання даних використано кореляційний (лінійна кореляція за Пірсоном) та порівняльний (за t-критерієм Стьюдента) аналізи, реалізовані у програмі STATISTICA.

У процесі проведення дослідження виявлено, що для досліджуваних найбільш притаманні такі установки щодо сексу, як сексуальне лібідо, сексуальна задоволеність та дозволеність. Натомість найменш вираженими є: агресивний секс, сексуальна сором'язливість та огида до сексу (Рис. 1).

Це свідчить про те, що досліджувані в основному мають досить сучасні погляди на сексуальні стосунки: не мають упередженого ставлення

стосовно сексуальних контактів до шлюбу, сприймають секс як насолоду та нормальну, здорovu фізіологічну потребу тощо.

Також можемо говорити про те, що для досліджуваних переважно притаманним є досить розвинений сексуальний потяг, який може проявлятися у потребі виявляти партнерові знаки уваги та прив'язаності, у прагненні до еротичних пестощів, ніжності, прагненні до фізичної близькості з партнером.

Досліджувані не відчувають сорому та дискомфорту при розмовах про секс, вони ставляться без упередженості до більшості видів сексу, для них ніколи не потрібно змушувати себе займатись сексом заради втіхи партнера наперекір власним бажанням. Також у більшості своїй досліджувані не схильні до вияву агресивності та ворожості до свого сексуального партнера, до частого намагання домінувати над ним або навіть принизити його. Натомість вони більш схильні до ніжного та турботливого ставлення до сексуального партнера.

Також бачимо, що для досліджуваних найбільш притаманними є: експресивність, рішучість, відповідальність, різноманітність, та небажаність сексуальних контактів на службі, а найменш притаманною є корисливість (Рис. 2).

Так, вони відзначаються розкутістю у вияві своїх почуттів та емоцій, пов'язаних із сексуальним переживанням, емоційною виразністю, бурхливістю прояву переживань, емоційним відгуком на переживання та пестощі партнера. Також для них притаманною є впевненість у своїх сексуальних можливостях, відсутність страху у спілкуванні з людьми протилежної статі, прояв ініціативи при знайомстві з ними.

В основному вони відзначаються неприйнятністю матеріальних розрахунків у коханні та у сексуальних контактах зокрема, безкорисливістю. Вони не

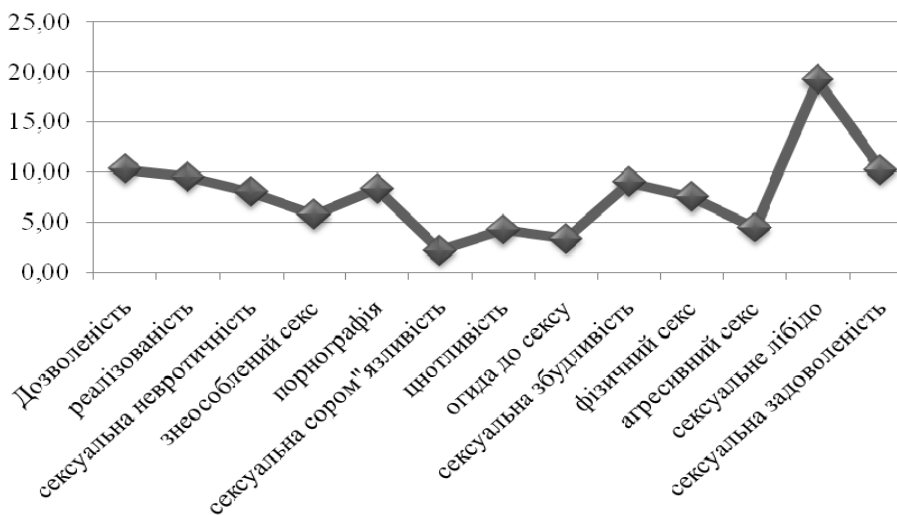


Рис. 1. Середні значення показників за шкалами установок щодо сексу (за методикою Г. Айзенка)

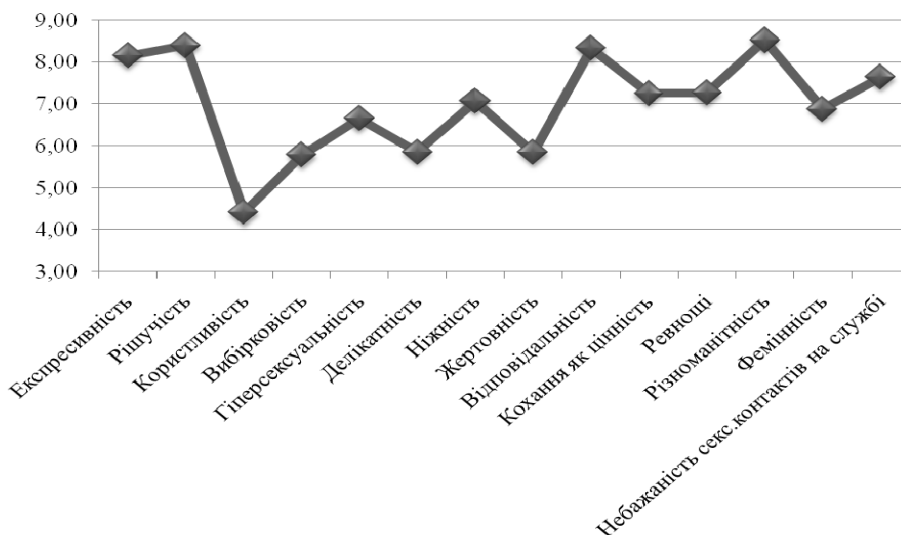


Рис. 2. Усереднений сексуальний профіль досліджуваних

приділяють значної уваги матеріальному становищу свого партнера, а його соціальний статус не є вирішальним у прийнятті рішення про сексуальні контакти саме з цим партнером.

Для них притаманне досить розвинене почуття обов'язку перед сексуальним партнером та готовність брати на себе відповідальність за наслідки сексуальних стосунків. Вони виявляють потребу в урізноманітненні своїх сексуальних контактів, їх способів та форм. Через таку потребу вони можуть не обмежувати себе лише одним сексуальним партнером. Вони можуть проявляти цікавість до різного роду еротичної літератури та фільмів для урізноманітнення свого власного сексуального репертуару. Вони спрямовані на пошук все нових форм сексуального спілкування.

Порівнюючи досліджуваних чоловіків та жінок за t-критерієм Стьюдента виявлено наступні статистично значущі відмінності (Рис. 3).

Так, бачимо, що для чоловіків притаманні вищі, ніж для жінок, показники дозволеності (при $p=0,00$ та $t=-7,11$), реалізованості (9,0 при $p=0,03$ та $t=-2,14$), сексуальної невротичності (при $p=0,01$ та $t=-2,57$), знеособленого сексу (при $p=0,00$ та $t=-13,72$), порнографії (при $p=0,00$ та $t=-11,76$), сексуальної збудливості (при $p=0,00$ та $t=-11,77$), фізичного (при $p=0,00$ та $t=-9,20$) та агресивного (при $p=0,00$ та $t=-7,77$) сексу, гіперсексуальності (при $p=0,00$ та $t=-8,93$), відповідальності (при $p=0,02$ та $t=-2,24$), різноманітності (при $p=0,00$ та $t=-10,63$).

Натомість для досліджуваних жінок притаманні вищі, ніж для чоловіків, показники задоволеності (при $p=0,00$ та $t=3,87$), фемінності (при $p=0,00$ та $t=5,07$), вибірковості (при $p=0,00$ та $t=9,61$), делікатності (при $p=0,00$ та $t=4,77$).

Так, досліджувані чоловіки більшою мірою різняться більш сучасними поглядами на сексуальні стосунки і не мають упередженого ставлення стосовно сексуальних контактів до шлюбу, сприймають секс як насолоду та нормальну, здорову фізіологічну потребу. Також вони більшою мірою можуть відзначитись наявністю певних проблем у сфері сексуального життя: тут можемо говорити і про занепокоєння питаннями власної сексуальної спроможності, наявність страхів щодо своєї сексуальної поведінки тощо.

Вони можуть виявляти схильність сприймати своїх сексуальних партнерів як об'єктів для задоволення своїх сексуальних бажань та потреб. Вони є досить байдужими до індивідуальних характерологічних особливостей свого партнера, не намагаються налагоджувати з ним значимий особистісний зв'язок.

Для них є притаманним більш позитивне або терпиме ставлення до порнографічних фотографій, фільмів, літературних творів та витворів мистецтва. Вони відносно легко та швидко відчують сексуальне збудження, відзначаються значною потребою людини у реальних статевих актах. Для них важливо бути сексуально спроможним, прагнути до активних сексуальних дій. Дуже часто вони цінують сексуальні контакти більше, ніж усі інші складові стосунків з партнером.

Також вони виявляють вищий рівень схильності до вияву агресивності та ворожості до свого сексуального партнера, до частого намагання домінувати над ним або навіть принизити його.

Для них притаманним є відсутність страху у спілкуванні з людьми протилежної статі, прояв ініціативи при знайомстві з ними, значна міра сексуальної активності, часте виникнення думок про секс або сексуальних фантазій, які досить швидко приводять їх у стан сексуального збудження. Також можемо говорити про те, що вони певною мірою частіше схильні до втрати самоконтролю, контролю над своєю сексуальною поведінкою у стані сексуального збудження.

Поряд із тим для них притаманне досить розвинене почуття обов'язку перед сексуальним партнером та готовність брати на себе відповідальність за наслідки сексуальних стосунків. Також для них притаманні сильні переживання через ревності до свого сексуального партнера,

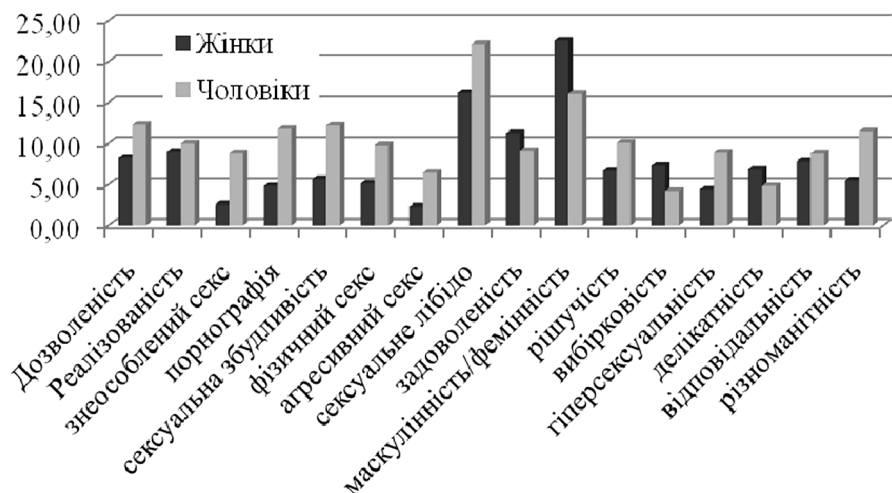


Рис. 3. Статистично значимі відмінності між чоловіками та жінкам

вони не повною мірою можуть контролювати вияв цих переживань та свою поведінку, що часто стає причиною виникнення конфліктів із партнером на основі ревнощів.

Притаманною також є потреба в урізноманітненні своїх сексуальних контактів, їх способів та форм. Через таку потребу вони можуть не обмежувати себе лише одним сексуальним партнером. Вони можуть проявляти цікавість до різного роду еротичної літератури та фільмів для урізноманітнення свого власного сексуального репертуару. У той же час для них не бажаними є різного роду інтимні стосунки на роботі зі своїми співробітниками. Відтак, і їх зусилля будуть спрямовані на уникнення цих контактів.

Натомість досліджувані жінки більшою мірою схильні стримувати навіть найменші сексуальні імпульси та прояви своєї сексуальності, для них може бути притаманним упереджене ставлення до більшості видів сексу, навіть тих, які більшістю соціуму вважаються абсолютно «нормальними». Часто вони відчують огиду навіть при сексуальних контактах із постійним партнером, інколи мають змушувати себе до занять сексом.

Можуть проявлятися підвищена стомлюваність і виснаження з крайньою нестійкістю настрою, послаблення самовладання, нетерплячість, непосидючість, пригніченість, порушення сну, втрата здатності до тривалого розумового і фізичного напруження, непереносимість гучних звуків, яскравого світла, різких запахів. Звична робота потребує більше зусиль, зниження сексуального лібідо. Також спостерігаються дратівлива слабкість, що виражається підвищеною збудливістю і швидко наступаючим за нею виснаженням, афективна лабільність із переважанням зниження настрою з рисами примхливості і невдоволення, а також сльозливостю.

Також для них притаманною є вибірковість та наявність чітких критеріїв, якими вони керуються при виборі сексуального партнера. Вони можуть приділяти надмірну увагу людині, з якою здійснюють сексуальні контакти, відразу до неохайності сексуального партнера, високі стандарти вибору сексуального

партнера у плані його зовнішньої привабливості. Для них притаманні традиційно жіночі особливості: вишуканість, інтуїтивність, прояв страхів, м'якість характеру, доброта, співпереживання іншим людям, занепокоєння своєю зовнішністю тощо.

При порівнянні одружених та неодружених досліджуваних за t-критерієм Стьюдента, виявлено статистично значущі відмінності (Рис. 4).

Бачимо, що для неодружених осіб притаманні вищі, ніж для одружених осіб, показники дозволеності (при $p=0,01$ та $t=-2,58$), сексуальної невротичності (при $p=0,01$ та $t=-2,60$), рішучості (при $p=0,00$ та $t=-1,80$), жертвовності (при $p=0,00$ та $t=-3,78$) та сексуальної сором'язливості (при $p=0,001$ та $t=-3,38$), прийняття порнографії (при $p=0,03$ та $t=-2,12$).

Натомість для одружених осіб притаманні вищі, ніж для неодружених осіб, показники кохання як найвищої цінності (при $p=0,04$ та $t=1,99$), відрази (огиди) до сексу (при $p=0,03$ та $t=2,20$).

Так, одружені досліджувані більшою мірою схильні до упередженого ставлення до більшості видів сексу, навіть тих, які більшістю соціуму вважаються абсолютно «нормальними». Вони частіше відчують огиду, навіть при сексуальних контактах з постійним партнером, частіше мають змушувати себе до занять сексом.

Також одружені досліджувані здатні до проявів егоїзму у стосунках зі своїм сексуальним партнером, готові приймати жертви зі сторони свого партнера. Для них пріоритетнішими можуть бути їхні власні бажання, потреби та інтереси, аніж потреби чи бажання сексуального

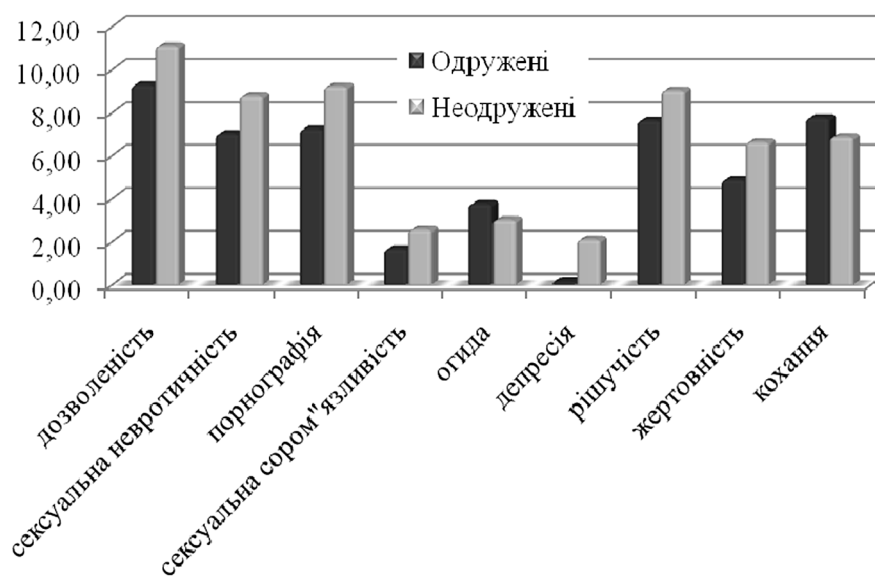


Рис. 4. Статистично значущі відмінності між одруженими та неодруженими досліджуваними

партнера. Вони виявляють меншу готовність жертвувати своїми власними справами на користь вирішення проблем та залагодження справ свого сексуального партнера.

Натомість неодружені досліджувані виявляють більшу готовність до самовіддачі у коханні, більше прагнення своїми силами та можливостями вирішувати проблеми свого партнера, навіть якщо для цього потрібно діяти наперекір власним інтересам. Також вони виявляють більшу готовність до самозречення, до жертвування власними бажаннями, цілями, інтересами на користь сексуального партнера.

Можна припустити, що неодружені досліджувані більшою мірою, під впливом «гормонів кохання», перебуваючи зі своїми партнерами на стадії романтичних стосунків, виявляють більшу готовність до того, аби поступитись своїми інтересами та задовольнити бажання свого партнера. Натомість із зростанням тривалості стосунків вони виявляють більшу схильність до очікувань жертв зі сторони свого партнера, більше бажання задовольнити свої бажання, а ще краще – аби ці бажання задовольнив сам партнер тощо.

У процесі проведення кореляційного аналізу (лінійна кореляція за критерієм Пірсона при $r < 0,01$) виявлено, що у досліджуваних показники за шкалою невротичної депресії обернено корелюють із показниками за шкалою сексуальної збудливості ($r = -0,52$) та за шкалою реалізованості ($r = -0,54$); прямо корелюють із показниками за шкалою цнотливості ($r = 0,5$).

Це свідчить про те, що чим вищим буде притаманний для людини рівень задоволеності своїм сексуальним життям, тим для неї менш притаманною буде схильність до проблем зі сном, підвищеної дратівливості, відсутності радості та задоволення від тих речей та дій, які раніше приносили такі відчуття, бажання залишитись на самоті, відчуття незадоволеності тим, як до людини ставляться колеги по роботі чи близькі та рідні люди, порушення харчової поведінки (підвищення або зниження апетиту); знижена самооцінка, песимістичне ставлення до майбутнього, почуття провини або власної неповноцінності, плаксивість, нездатність стримувати сльози і навпаки.

Показники за шкалою тривоги прямо корелюють із показниками за шкалами цнотливості ($r = 0,5$) та відрази до сексу ($r = 0,51$); обернено корелюють із показниками за шкалою дозволеності ($r = -0,57$). Так, чим більш сучасні погляди на сексуальні стосунки має людина (неупе-

реджене ставлення до сексуальних контактів до шлюбу, сприйняття сексу як насолоди та нормальної фізіологічної потреби), чим вищий рівень задоволеності сексуальним життям притаманний людині, тим менш притаманною для неї буде схильність до тривоги, до того, аби сприймати досить широке коло ситуацій та подій як таких, які мають загрозливий характер для неї самої або для її близьких, загрожують її самоповазі та самооцінці або навіть її життєдіяльності і навпаки.

У той же час показники за шкалою рівня невротизації прямо корелюють із показниками за шкалою сексуальної сором'язливості ($r = 0,5$). Відтак, у досліджуваних відчуття сорому та дискомфорту при розмовах про секс, що часто стає причиною відмови від сексуальних контактів, пов'язане з наявністю у людини емоційної збудливості, яка є джерелом виникнення різного роду негативних емоційних переживань (наприклад, дратівливості, занепокоєності, напруженості, тривожності тощо). Такі люди можуть бути доволі безініціативними, що стає причиною виникнення відчуття незадоволеності власних бажань. Може спостерігатися утруднення адаптації, своєрідна соціальна залежність від інших людей, страх перед контактами з іншими людьми.

Натомість «здорова» зацікавленість людини темою сексу, відсутність сексуальної сором'язливості більшою мірою пов'язана з емоційною стійкістю людини, високим рівнем ініціативності, позитивним фоном основних переживань. Така людина є позитивно налаштованою, з оптимізмом дивиться у своє майбутнє, з легкістю адаптується до мінливих умов оточуючого середовища, що формує позитивне самосприйняття, почуття власної гідності, легкість у налагодженні соціальних контактів, незалежність, рішучість та сміливість тощо.

Показники за шкалами особистісної та ситуативної тривожності обернено корелюють із показниками за шкалами реалізованості ($r = -0,5$ та $r = -0,58$ відповідно), дозволеності ($r = -0,53$ та $r = -0,52$ відповідно), сексуальної збудливості ($r = -0,58$ та $r = -0,55$ відповідно), агресивного сексу ($r = -0,5$ та $r = -0,5$ відповідно); прямо корелюють із показниками за шкалою цнотливості ($r = 0,74$ та $r = 0,7$ відповідно). Так, схильність стримувати навіть найменші сексуальні імпульси та прояви своєї сексуальності, упереджене ставлення до більшості видів сексу, навіть тих, які для більшості соціуму вважаються абсолютно «нормальними», необхідність відносно силь-

ніших та більш інтенсивних «подразників» для виникнення відчуття сексуального збудження, консервативність людини у поглядах на секс, незадоволеність та нереалізованість сексуальних бажань людини пов'язані з високим рівнем особистісної та ситуативної тривожності.

При роботі з сексуальністю та установками щодо сексу фахівцям варто пам'ятати про те, що в осіб віку ранньої дорослості такі розвинені установки щодо сексу, як делікатність, вибірковість та ревності, прямо пов'язані з рівнем ситуативної та особистісної тривожності. Відповідно, для зниження рівня тривожності у контексті установок щодо сексу слід працювати над зниженням кількості та жорсткості критеріїв відбору сексуального партнера, надмірної уваги до тієї обстановки, у якій здійснюються сексуальні контакти тощо.

Також слід пам'ятати про те, що вищі показники схильності до невротичної депресії в осіб віку ранньої дорослості пов'язані з низьким рівнем сексуальної збудливості та реалізованості (тобто з незадоволеністю своїм сексуальним життям). Зниженню тривожності також може сприяти у контексті сексуальних установок розвиток сучасних поглядів на сексуальні стосунки, тобто сприймання сексу як насолоди та нормальної, здорової фізіологічної потреби. Також цьому сприятиме розкутість у вияві своїх почут-

тів та емоцій, пов'язаних із сексуальними переживаннями, впевненість у своїх сексуальних можливостях, відсутність страху у спілкуванні з людьми протилежної статі, прояв ініціативи при знайомстві з ними, розвинене почуття обов'язку перед сексуальним партнером та готовність брати на себе відповідальність за можливі наслідки сексуальних стосунків.

Перспективою для досліджень у цій тематиці вважаємо глибше дослідження відмінностей установок щодо сексу одружених та неодружених осіб, узгодженість установок партнерів із подружніх пар та зв'язок цієї узгодженості з їх психологічним та емоційним благополуччям, задоволеністю сімейним життям та іншими психологічними особливостями.

Список використаних джерел

1. Айзенк Г. Исследования человеческой психики / Г. Айзенк, М. Айзенк — М. : Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001. — С. 345—360.
2. Бендас Т. В. Гендерная психология : учебное пособие / Т. В. Бендас — СПб. : Питер, 2006. — 431 с.
3. Кон И. С. Сексология : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / И. С. Кон — М. : Издательский центр «Академия», 2004. — 384 с.
4. Мастерс У. Основы сексологии / У. Мастерс, В. Джонсон, Р. Колодни ; пер. с англ. — М. : Мир, 1998. — 692 с.
5. Grace J. Craig, Don Baucum Human development (9th edition). — Prentice Hall, 2001. — P. 245—347.
6. Robert Crooks, Karla Baur «Our Sexuality», 8th ed., 2002. — P. 210—220.

ДИДКОВСКАЯ Л. И.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ОТНОШЕНИЯ К СЕКСУ ЛИЦ ВОЗРАСТА РАННЕЙ ВЗРОСЛОСТИ

В статье осуществлен теоретический обзор подходов к изучению сексуальности, установок к сексу в целом и у лиц возраста ранней взрослости в частности. Эмпирически определены установки относительно секса лиц возраста ранней взрослости. Выявлены особенности взаимосвязи сексуальных установок лиц возраста ранней взрослости с особенностями ситуативной и личностной тревожности, уровня невротизации, подверженности различным невротическим состояниям. Так, указано, что для исследуемых присущи такие установки относительно секса, как сексуальное либидо, сексуальная удовлетворенность и дозволенность, экспрессивность, решительность, ответственность, разнообразие и нежелательность сексуальных контактов на службе, а не свойственны – агрессивный секс, сексуальная застенчивость, отвращение к сексу и корысть.

Ключевые слова: установки к сексу, ранняя взрослость, уровень невротизации, ситуативная и личностная тревожность, невротические состояния.

DIDKOVSKA L. I.

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF ATTITUDES TOWARD SEX IN YOUNG ADULTS

The article presents an overview of theoretical approaches to the study of sexuality, attitudes toward sex in general population and individuals at the age of early adulthood in particular. Predispositions toward sex for persons in early adulthood are empirically defined. The specifics of correlation are identified between sexual predispositions of people in early adulthood and features like situational and personal anxiety, their level of neuroticism and tendency to various neurotic states. Yes, it is noted that most of the studied had common predispositions toward sex such as sexual libido, sexual satisfaction and frivolity, expressiveness, determination, responsibility, diversity, and the undesirability of sexual intercourse. Instead, the least pronounced behaviors are severe aggressive sex, sexual shyness and aversion to sex, self-interest. The report also states that men, unlike women, have inherently higher indicators of permissibility, feasibility, sexual neuroticism, impersonal sex, use of pornography, sexual anxiety, physical and aggressive sex, hyper-

sexuality, responsibility, diversity. In contrast, the studied women have, unlike men, have inherently higher indicators of satisfaction, selectivity and sensitivity. Unmarried individuals, when compared to married persons, are characterized by higher permissibility indicators, sexual neuroticism, sacrifice and sexual modesty. Married persons, on the other hand, when compared to unmarried individuals, have inherently higher indicators of love as the highest value and aversion (disgust) toward sex.

Keywords: predispositions toward sex, early adulthood, the level of neuroticism, situational and personal anxiety, neurotic states.

Стаття надійшла до редколегії 09.02.2014 року.

УДК 371.123

ДОВГАНЬ Н. Ю., БИКОВСЬКА Л. Б., КОРОП М. Ю.

Київський національний торговельно-економічний університет

КОПИЛОВ О. М.

Національний університет «Києво-Могилянська академія»

ПСИХОКОРЕКЦІЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ ЕКОНОМІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

У статті представлено комплексну програму корекції фізичного та психологічного стану студентів економічних спеціальностей. Розроблено та експериментально апробовано методики корекції фізичної підготовленості та психофізичних здібностей студентів.

Ключові слова: фізичний стан, морфо-функціональний статус, фізична працездатність, фізична підготовленість, психологічна підготовленість, психофізичні здібності, фізкультурно-оздоровчі заняття.

У сучасних умовах реформування системи освіти в Україні фізична культура є важливим складовим елементом, що формує у студентської молоді основи здорового способу життя, а також сприяє їх успішній професійній адаптації. У цьому контексті актуальним питанням є вдосконалення змісту, форм і методів фізичного виховання у ВНЗ.

Аналіз науково літератури достовірно висвітлює, що протягом навчання студентів у навчальних закладах спостерігається зниження рівня здоров'я, що обумовлюється низкою чинників: гіподинамія, яка виникає унаслідок великих навантажень, порушення харчування і режиму дня, нерациональний розклад занять, непрофесійна праця у різних галузях з метою матеріальної підтримки. Оздоровчий напрямок фізичного виховання можливий тільки при ефективному програмному забезпеченні. Рішення цієї проблеми, на наш погляд, дає перспективу формування позитивної мотивації до систематичних занять, що у подальшому буде основою підтримки професійної працездатності у період трудової діяльності.

Проблемами вдосконалення оздоровчого фізичного виховання студентської молоді займалися вчені різних напрямків (Г. Л. Апанасенко, 1992; О. С. Куц, 1995; В. И. Ільнич, 1999;

Т. Ю. Круцевич, 2003 і ін.). Значна кількість досліджень присвячена технологіям професійно-прикладної фізичної підготовки студентів (Р. Т. Раєвський, 1985; Е. А. Ярмошук, 2002; А. Г. Підцубний, 2003; С. В. Халайджі, 2006; Р. В. Римик, 2006; О. В. Церковна, 2007 і ін.). Доповнено зміст оздоровчих програм для студентів з використанням індивідуального і диференційованого підходів у фізичному вихованні молоді (А. А. Малимон, 1999; І. Р. Боднар, 2000). Розроблено технологію формування мотивації до самостійних занять фізичними вправами (Т. В. Бочарова, 1993; Ю. Г. Козловський, 1993). Пропонується поліпшити програмно-нормативне забезпечення (В. Д. Єднак, 1997; Е. В. Дрізд, 1998, Л. В. Домашенко, 2003; С. П. Козобродський, 2002). Розроблено оздоровчі програми спортивної спрямованості (А. И. Драчук, 2001; В. А. Ковтун, М. С. Співак 2003).

У той же час, незважаючи на широкий спектр дослідницьких напрямків, не розглядалися питання комплексної корекції фізичного та психологічного стану з урахуванням морфофункціональних особливостей організму студентів економічних спеціальностей.

З огляду на різнохарактерність впливу фізичних вправ на організм студентів, не знайшла необхідного рішення проблема кількісного кон-