

ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СЕКСУАЛЬНОСТІ ЖІНОК-РЕЛОКАНТІВ І НЕРЕЛОКАНТІВ ПІД ЧАС ВІЙНИ

RESEARCH INTO PSYCHOLOGICAL FEATURES OF SEXUALITY OF WOMEN-RELOCANTS AND NON-RELOCANTS DURING WAR

Стаття присвячена порівняльному дослідженню психологічної специфіки сексуальності і сексуальній поведінці жінок, які були змушені покинути свої домівки (релокантів) і тих, які залишилися вдома (нерелокантів) в умовах військового конфлікту. Розглянуто сексуальність як важливий компонент психологічного благополуччя людини, який зазнає суттєвих трансформацій під впливом екстремальних умов, зокрема війни. Проведено аналіз змін у сексуальному житті переміщених жінок та тих, які залишилися вдома неподалік від зони бойових дій. Розглянуто вплив війни на емоційний стан і адаптаційні механізми сексуальної поведінки особи. Виділено фактори, які змінюють ставлення жінок до інтимності, серед яких втрата стабільності, підвищений рівень тривожності та депресії, зменшення соціальної підтримки.

Також у статті представлено результати емпіричного дослідження психологічних особливостей сексуальності жінок обох груп. Описано інструментарій та організацію експерименту, проведеного із використанням анкетування та психодіагностичних методів. За результатами зафіксовано зміну в інтимній сфері жінок-релокантів через вплив стресу, травми, соціальної ізоляції, емоційного виснаження; водночас показані особливі адаптивні функції сексуальності в житті жінок-нерелокантів. Отримані результати підкреслюють важливість соціальної підтримки у збереженні сексуального благополуччя жінок обох категорій в умовах військової кризи.

Виявлено різні фактори, що впливають на рівень сексуального задоволення жінок-релокантів і нерелокантів. Підкреслено роль в цьому емоційного стану та адаптаційних стратегій. Дослідження демонструє, що вимушене переселення, нечітке бачення перспективи майбутнього та нестабільна емоційна динаміка по-різному впливають на рівень лібіді, сексуальну поведінку та емоційну близькість.

Отримані результати можуть бути використані в практичній психології для розробки програм психологічної допомоги, спрямованих на відновлення сексуальної гармонії жінок, стабілізацію їх емоційного стану та зміцнення міжособистісних стосунків у кризових ситуаціях.

Ключові слова: сексуальність, жінки, війна, релокація, психологічний стрес, адаптація.

The article is devoted to a comparative study of the psychological specificity of sexuality and sexual behavior of women who were forced to leave their homes (relocants) and those who remained at home (non-relocants) in conditions of military conflict. Sexuality is considered as an important component of a person's psychological well-being, which undergoes significant transformations under the influence of extreme conditions, in particular war. An analysis of changes in the sexual life of displaced women and those who remained at home near the combat zone is conducted. The impact of war on the emotional state and adaptive mechanisms of a person's sexual behavior is considered. Factors that change women's attitudes towards intimacy are highlighted, including loss of stability, increased levels of anxiety and depression, and decreased social support. The article also presents the results of an empirical study of the psychological characteristics of women's sexuality in both groups. The tools and organization of the experiment, conducted using questionnaires and psychodiagnostic methods, are described. The results show a change in the intimate sphere of women-relocants due to the influence of stress, trauma, social isolation, emotional exhaustion; at the same time, special adaptive functions of sexuality in the lives of women-non-relocants are shown. The results obtained emphasize the importance of social support in maintaining the sexual well-being of women of both categories in conditions of military crisis.

Various factors influencing the level of sexual satisfaction of women-relocants and non-relocants were identified. The role of emotional state and adaptation strategies in this was emphasized. The study demonstrates that forced relocation, a vague vision of the future and unstable emotional dynamics differently affect the level of libido, sexual behavior and emotional intimacy.

The results obtained can be used in practical psychology to develop psychological assistance programs aimed at restoring women's sexual harmony, stabilizing their emotional state and strengthening interpersonal relationships in crisis situations.

Key words: sexuality, women, war, relocation, psychological stress, adaptation.

УДК 159.942

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.70.19>

Вятоха І.Ю.

к.психол.н., доцент кафедри педагогіки та психології

Приватний вищий навчальний заклад «Український гуманітарний інститут»

Юдина Л.О.

здобувач першого рівня вищої освіти
Приватний вищий навчальний заклад «Український гуманітарний інститут»

Постановка проблеми. Війна є одним із найпогрозливіших стресових факторів, що суттєво впливає на всі сфери життя людини, зокрема на її психологічний стан, міжособистісні стосунки та сексуальну поведінку. Особливо вразливою категорією є жінки. У контексті військових конфліктів вони стикаються з численними викликами, пов'язаними з втратою стабільності, соціальної підтримки та безпеки. Що незмінно відображається на такому важливому

компоненті психологічного благополуччя, як інтимна сфера життя, сексуальність. Вона є невід'ємною складовою психологічного здоров'я людини, а її зміни можуть бути індикатором загального рівня благополуччя та адаптації до стресових умов.

Однак через недостатньо високу сексуальну культуру суспільства, через небажання і невміння обговорювати цю тему на конструктивному рівні, тема сексуальності, її значення і умови належного

існування не виступили предметом активного обговорювання. Тем більш не аналізувалася її динаміка, що має місце в екстремальних та кризових періодах життя жінок, зокрема таких як соціальні конфлікти. Війна, як одна з найгостріших кризових ситуацій, кардинально змінює соціальні ролі, впливає на стосунки між партнерами та рівень довіри, що суттєво позначається на сексуальній поведінці жінок. Особливо це стосується тих, хто змушений адаптуватися до нових реалій у вигнанні, та тих, хто залишається в умовах воєнної небезпеки.

Оскільки в таких умовах актуальною постає тема релокації, її вплив на інтимну сферу життя жінок не привернув до себе достатньої уваги. Більшість досліджень фокусуються на загальних аспектах психологічного благополуччя, проте недостатньо уваги приділяється порівнянню змін у сексуальному житті жінок-релокантів та жінок, які залишилися в зоні бойових дій. З одного боку, у жінок-релокантів почуття військової загрози не таке сильне, як у нерелокантів, але вони вимушені пристосовуватися до нових умов життя. З іншого боку, незмінність і звичність локації проживання у жінок-немігрантів, які можуть дати певне відчуття стабільності, компліментується життєвою небезпекою, якщо жінка проживає в зоні конфлікту. Питання, як ці умови відбиваються на сексуальності обох категорій жінок, їх лібідо і емоційній близькості, та яку стабілізаційну роль вказані якості грають в перелічених кризових умовах, залишаються відкритими. Існує недостатня кількість даних, які б висвітлювали взаємозв'язок між стресовими чинниками, рівнем тривожності та сексуальним задоволенням жінок-мігрантів і немігрантів, що ускладнює розробку ефективних програм психологічної підтримки жіноцтва.

Аналіз наукових джерел. У сучасних наукових дослідженнях сексуальність як багатоконпонентне явище частіше розглядається з позицій біопсихосоціальної моделі, яка враховує взаємозв'язок фізіологічних, психологічних та соціальних чинників. Загальні психологічні питання сексуальності особистості вивчали Т. Говорун, С. Діденко, О. Кікінежді, А. Кононенко. Психологічні особливості сексуальних установок і самоідентифікації різних груп населення висвітлено в працях О. Волошиної, В. Гупаловської, Н. Стрілець. Питанням психології жіночої сексуальності присвячені студії Т. Зозуль, Е. Крайнікова, Л. Свиридової, К. Седих.

Ситуативні аспекти сексуальності, зокрема функції сексуальної активності у складних ситуаціях аналізували В. Гупаловська, Н. Лень [8]. Вказано дві ролі сексуальності в незвичайних умовах: компенсаторна та дезадаптивна. З одного боку, сексуальність може допомагати у збереженні емоційної стабільності, сприяти зниженню рівня стресу та підвищенню міжособистісної довіри. З іншого боку, криза може спричиняти гормональні зміни, психологічні розлади, такі як депресія та тривожність, що призводить до зниження сексуального потягу або уникнення інтимності. Значний

вплив військової агресії на сексуальну поведінку і подружні стосунки людини констатували О. Горобець, Ю. Кашпур, С. Письменний.

Отже, сучасні дослідження дають підстави стверджувати, що війна чинить суттєвий вплив на сексуальне життя жінок, і характер цього впливу залежить від умов, в яких вони опинилися. І такий важливий обставині, як релокація, в її впливі на інтимний бік існування жінок, в психологічній літературі приділено недостатньої уваги.

Тому **предметом дослідження** в статті узято психологічний аспект сексуальності особистості.

Мета дослідження: емпіричне дослідження психологічної специфіки сексуальності жінок-релокантів і нерелокантів в умовах військового конфлікту.

Виклад основного матеріалу. Війна є великим випробуванням для жінки, представляючи загрозу фізичному виживанню, стаючи на заваді на шляху задоволення центральної базової потреби – виживання. У цих умовах такий потужний вітальний драйв, складне і тонке біо-психо-соціальне утворення, як сексуальність, витісняється з низки життєвих пріоритетів, що дають відчуття повноти та радості жіночого буття. З іншого боку, сексуальність настільки міцно вбудована в природу людини, включена в сукупність її основних інстинктів, що здатна актуалізуватися навіть у кризовій обстановці, повертаючи до життя, служачи рушійною силою адаптаційних процесів. Насправді, Р. Кашпур, О. Горобець відмічають, що сексуальна активність є одним із механізмів психологічної адаптації особистості у стресових умовах: «природна сексуальність і саме зараз може давати великий ресурс відновлення людській психіці, змінювати якість життя на краще, давати самопочуття спокою, захищеності і впевненості» [6, с. 150]. Очевидно, все залежить від специфіки ситуації, в яких виявилася жінка, ступеня її складності. Однією з обставин, притаманних воєнній годині, є вимушене переселення (особливо серед жіночої частини населення зони бойових дій). Така різка і непередбачувана в емоційних наслідках зміна звичного кола спілкування не може не позначитися на динаміці одного з соціально орієнтованих конструктів природи жінки – її сексуальності. Так само можна відзначити, що ряд травматичних подій ведуть до розвитку тривожності і депресії, позначається на інтимному житті і тих жінок, які залишилися вдома. Існування різниці у проявах сексуальності, обумовленої обставиною релокації-нерелокації, справді є питанням та стало темою емпіричного дослідження, проведеного в межах України та за її межами.

Експериментом було охоплено 38 жінок віком від 21 до 45 років, які проживали у містах Дніпропетровської, Запорізької, Херсонської області (неподалік зони зіткнення), також в Івано-Франківську, Чернівцях, Коломиї та Луцьку (Західна Україна), а також у таких країнах як Польща, Німеччина та Данія. Дослідження проводилось осінню 2024 року.

Для встановлення зв'язку між рівнем тривожності, депресії та ступенем сексуального задоволення жінок-релокантів і нерелокантів у якості методичного інструментарію дослідження було узятو «Шкалу тривожності» Спілбергера-Ханіна, «Шкалу депресії» А.Т. Бека та «Шкалу сексуального задоволення (SSS-W)» С. Местон і П. Трапнела. Аналіз отриманих даних вказує на суттєві відмінності у рівнях тривожності та депресії між жінками-релокантами та нерелокантами.

За результатами проведення методики «Шкала тривожності» Спілбергера-Ханіна виявлено, що жінки, які змушені були залишити свої домівки, мають значно вищий рівень тривожності – у середньому 50 балів, тоді як у нерелокантів цей показник складає 40 балів. Стандартне відхилення у групі релокантів становить 8 балів, що свідчить про значну варіативність їхніх емоційних станів, у той час як у нерелокантів – 6 балів.

Депресивні симптоми, згідно даним методики «Шкала депресії» А.Т. Бека також більш виражені у жінок-релокантів: середній рівень депресії у цій групі становить 25 балів, а у жінок-нерелокантів цей показник склав 15 (рис. 1). Це можна пояснити складністю адаптації до нових умов життя, втратою соціальних зв'язків та емоційною нестабільністю. Високий рівень депресії у релокантів також корелює зі зниженням сексуальної активності та рівня задоволеності стосунками.

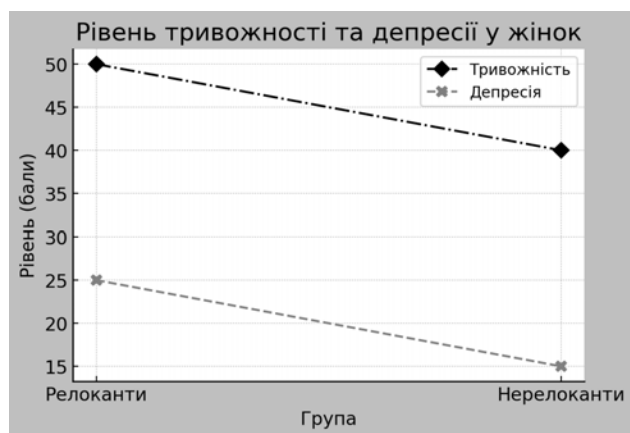


Рис. 1. Порівняння прояву тривожності та депресії у жінок-релокантів і нерелокантів

Водночас використання методики «Шкала сексуального задоволення (SSS-W)» (версія 2005 року) дозволило встановити, що середній рівень сексуального задоволення серед нерелокантів на 0,7 б. вищий, ніж у переміщених жінок (табл. 1). Такі зміни в сексуальності останніх значною мірою зумовлені втратою стабільності, соціальною ізоляцією та економічними труднощами. Більшість респонденток-релокантів відзначили зниження інтересу до сексуальної активності через високий рівень стресу, емоційне виснаження та труднощі у збереженні або встановленні нових стосунків. Також спостерігається підвищений рівень невизначеності щодо майбутнього, і це негативно впливає

на загальний рівень сексуального благополуччя. Натомість жінки, які залишилися у зоні бойових дій, демонструють інші тенденції у сексуальній поведінці. І хоча певна частина жінок-нерелокантів зазначила, що тривожність та страх за власну безпеку впливають на їхнє інтимне життя, проте збереження соціального оточення та наявність підтримки з боку партнера сприймається як фактор емоційної стабілізації та подолання психологічної напруги.

Таблиця 1

Показники сексуального задоволення у жінок-релокантів і нерелокантів

Група	Середній показник сексуального задоволення (бали)	Стандартне відхилення
Релоканти	3.8	0.7
Нерелоканти	4.5	0.5

Отже, якщо узгоджувати результати всіх трьох методик і доповнити результатами бесід з випробуваними, є підстави стверджувати, що рівень сексуального задоволення жінок у кризових умовах прямо пов'язаний з інтенсивністю проявів тривожності, депресії, наявністю соціальної підтримки та емоційного комфорту (табл. 2). Жінки-релоканти, демонструючи високий рівень тривожності і помірну враженість депресії, показують більш високу незадоволеність своїм інтимним життям. На цьому фоні «темним» штрихом щодо жінок, які не виїхали з місця проживання, виглядає хіба що середній рівень тривожності. А в цілому їх особисте існування складає враження більш гармонічного. Мабуть, в непростих умовах цінність особистих стосунків підвищується, і жінки починають помічати і позитивно реагувати на будь-який прояв зацікавленості партнера, що складається в більш благополучну картину взаємних потягів і уваги.

Таблиця 2

Порівняння вираженості факторів впливу на сексуальне життя жінок

Фактор	Релоканти	Нерелоканти
Рівень тривожності	Високий (50 балів)	Середній (40 балів)
Рівень депресії	Середній (25 балів)	Низький (15 балів)
Соціальна підтримка	Низька	Висока
Емоційний комфорт	Знижений	Збережений

Результати дослідження підкреслюють важливість соціальної підтримки та адаптаційних механізмів у збереженні сексуального благополуччя жінок під час війни. Очевидно, що для жінок-релокантів необхідні додаткові психологічні програми підтримки, спрямовані на зниження рівня стресу, соціальну інтеграцію та покращення емоційної стабільності. Вочевидь, ці програми мають бути

спрямованими на підвищення рівня довіри у стосунках та роботу з наслідками соціальної ізоляції. Для жінок-нерелокантів актуальною залишається психологічна допомога у подоланні хронічного стресу та тривожності, що може знижувати якість інтимного життя у довгостроковій перспективі.

Висновки. Результати дослідження демонструють суттєві відмінності у психологічному стані та сексуальності жінок-релокантів і нерелокантів під час війни. Жінки-релоканти мають вищий рівень тривожності та депресії, що безпосередньо впливає на їхнє сексуальне задоволення. Основними причинами такого впливу є соціальна ізоляція, нестача емоційної підтримки та невизначеність майбутнього. Водночас, жінки-нерелоканти, попри перебування у зоні бойових дій, демонструють вищий рівень сексуального задоволення, що пояснюється адаптаційною роллю інтимності у подоланні стресу.

Подальші дослідження можуть бути спрямовані на глибший аналіз впливу соціально-економічних факторів на сексуальність жінок у кризових умовах, дослідження довгострокових змін у сексуальному житті після завершення війни, а також на розробку ефективних психотерапевтичних методів підтримки жіночого сексуального здоров'я у кризових ситуаціях.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Карамушка Л. М. *Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати*. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 52 с.
2. *Психологічні аспекти сексології*: навч. посіб. / за ред. О. В. Кочубей. Чернігів : ЧНПУ, 2021. 150 с.
3. *Психологія статі та сексуальності*: навч. посіб. / за ред. І. В. Козубовської. Луцьк : ВНУ, 2020. 200 с.
4. *Психологія сексуальності*: підручник / за ред. М. І. Петрова. Київ : Видавничий дім «Києво-Могилянська академія», 2019. 250 с.
5. Титаренко Т. М. Особистість перед викликами війни: психологічні наслідки травматизму. *Психологія війни і миру*. 2022. С. 45–60.
6. Кашпур Ю. М., Горобець О. М. Психологічні особливості проявів сексуальності дорослою особистістю під час воєнних дій. *Актуальні питання розвитку особистості: сучасність, інновації, перспективи: зб. наук. пр. за матеріалами Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. (м. Житомир, 25 квітня 2023 р.)*. Житомир : Вид-во ЖДУ імені Івана Франка, 2023. С. 148–150.
7. Кашпур Ю. М., Письменний С. О. Психологічні особливості трансформації подружніх стосунків під впливом воєнних подій. *Актуальні питання розвитку особистості: сучасність, інновації, перспективи: зб. наук. пр. за матеріалами Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. (м. Житомир, 25 квітня 2023 р.)*. Житомир : Вид-во ЖДУ імені Івана Франка, 2023. С. 150–153.
8. Гупаловська В. А., Лень Н. І. Психологічні особливості сексуальності жінок з різним рівнем суб'єктивного благополуччя. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Психологічні науки*. 2015. Вип. 126. С. 47–56.