

СУБ'ЄКТИВНЕ СЕКСУАЛЬНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ : КОНЦЕПТУАЛІЗАЦІЯ ПОНЯТТЯ ТА ПСИХОЛОГІЧНА МОДЕЛЬ

Гупаловська Вікторія Анатоліївна¹

¹Кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології, Львівський національний університет імені І. Франка, м. Львів (Україна)
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-5994-2102>
Researcher ID: AAF-6070-2019

UDC: 159.9.072:316.36

АНОТАЦІЯ

У статті на підставі аналізу підходів до розуміння суб'єктивного психологічного благополуччя, задоволення життям, щастя обґрунтовано потребу виокремлення поняття суб'єктивного сексуального благополуччя. Проаналізовано розуміння сексуального благополуччя у сучасному психологічному дискурсі. Більшість зарубіжних досліджень не приділяють уваги визначенню суб'єктивного сексуального благополуччя, прирівнюючи його до задоволення сексуальним життям і сексуальними функціями. На підставі аналізу теоретичних підходів до психологічного благополуччя та сексуального здоров'я у вираженої концепції та започатковано теоретичну розробку моделі сексуального благополуччя. Дано визначення суб'єктивного сексуального благополуччя, виділено рівні детермінації сексуального благополуччя, рівні та чинники сексуального благополуччя, описано когнітивні, емоційні та конативні складові сексуального благополуччя. Перспективою подальших пошуків є емпірична верифікація та доповнення моделі сексуального благополуччя.

Ключові слова: суб'єктивне психологічне благополуччя, сексуальне благополуччя, концепція сексуального благополуччя, модель сексуального благополуччя.

Постановка проблеми. Потреба бути щасливими є невід'ємною частиною людського існування. Психологічними синонімами щастя (S. Lyubomirsky, M. Argyle, I. Гуляс) (Lyubomirsky, 2014; Argyle & Martin, 1991; Гуляс, 2010) у психологічній літературі виступають подібні поняття: психологічне благополуччя (N. Bredburn, C. Ryff, I. Горбаль) (Bredburn, 1964; Ryff & Singer, 2008; Горбаль, 2007), емоційний комфорт (баланс) (N. Bradburn та ін.) (Bradburn, 1964), якість життя (A. Кемпбел, S. Ventegodt, J. Merrick, N. Andersen) (Ventegodt, Merrick & Andersen, 2003), задоволеність життям, суб'єктивне благополуччя (E. Diener, N. Schwartz, O. Лукасевич,) (Diener & Larsen, 1984; Lukasevich, 2017), стан потоку (М. Чиксентмихалі) (Csikszentmihalyi, 2011), психічне/психологічне здоров'я (І. Галецька, І. Горбаль) (Галецька, 2002; Горбаль,

2007). За аксіопсихологічним визначенням І. А. Гуляс, щастя – це емоційний стан (емоція), за якого людина відчуває внутрішню задоволеність умовами свого існування, повноту й осмисленість життя і здійснення свого призначення; усвідомлення позитивності контексту власного існування (Гуляс, 2017: 104). Усі дослідники щастя переважно висловлюють співзвучні погляди, розглядаючи поняття зусібіч і вносячи власний важливий доробок в розуміння феномену щастя. Можна розглядати повне благополуччя людини у термінах евіденцізму, екзистенціалізму чи гедонізму, оздоровчого підходу ("wellness") чи як напрямку якості життя, у контексті співвідношення позитивних і негативних подій у суб'єктивній реальності, балансу реального життя й інтрапсихічної інтерпретації його впливів, крізь призму емоційної чи когнітивної складової. Ці компоненти,

Address for correspondence, e-mail: editpsychas@gmail.com
Copyright: © Viktoriia Hupalovska

This is an Open Access journal, all articles are distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International (CC BY-NC-SA 4.0) License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>), allowing third parties to copy and redistribute the material in any medium or format and to remix, transform, and build upon the material, provided the original work is properly cited and states its license.

залежно від їхнього позитивного чи негативного наповнення, формують життєву мотивацію, когнітивну та емоційну оцінку себе та власного життя.

Значення сексуальності та міжособистісних і сексуальних стосунків у складі концепцій суб'єктивного благополуччя розглядається досить часто, адже гедоністичний компонент задоволеності життям пов'язаний із сексуальністю та інтимною (душевною) близькістю, а його евдемонічну складову можна розуміти як продовження себе у нащадках та гармонійні стосунки, реалізацію себе як чоловіка/жінки. Однак, розуміння сексуального благополуччя представлено доволі невиразно й обтічно, переважно у контексті медичної проблематики як відсутність розладів сексуальних функцій (ерекції, еякуляції, оргазму), сексуального здоров'я (відсутності ВІЛ/СНІД) (Devarajan, Sales, Hunt & Comeau, 2020), як синонім наявності сексуального життя взагалі у пізній зрілості (Humboldt, 2021; Lee, Nazroo, O'Connor et al., 2016) та при інвалідності (Lee, Fenge, 2016), відсутності сексуального насильства (Zweig, Barber, Eccles, 2016; Woodiwiss, 2007), сексуального життя та соціального самопочуття сексуальних меншин (Brandon-Friedman, Pierce, Wahler, Thigpen, Fortenberry, 2020), наявності сексуальної мотивації (Gravel, Reissing, Pelletier, 2020).

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Згідно з концепцією С. Ryff, психологічне благополуччя – складний, інтегральний феномен, що характеризує позитивне функціонування особистості та виражається в суб'єктивному відчутті задоволеності життям, реалізації власного потенціалу і залежить від суб'єктивної якості комунікацій особистості з оточуючими (Пахоль, 2017).

З позиції К. Шелдона (Sheldon, 2016), суб'єктивне благополуччя необхідно розглядати як неспецифічний суб'єктивний індикатор позитивного перебігу життя та діяльності, конкретне наповнення яких та рівень складності у різних індивідів може відрізнятися.

На переконання К. Рифф та В. Хути (Ryff, 2008; Huta, 2014; Huta, 2016), евдемонія виступає особливою формою благополуччя з відповідними феноменологічними індикаторами (вищі емоції – натхнення, піднесення, наповненість енергією, життєвими силами, відчуття наповненості сенсом та цінності діяльності та ін.). Поняття суб'єктивного благополуччя для об'єктив-

ного вимірювання відповідного стану людини повинно об'єднувати феноменологічні, гедоністичні й евдемонічні індикатори, оскільки і ті, й інші корелюють із загальним показником благополуччя.

Осин Є. та Леонт'єв Д. (Осин, Леонтьев, 2020) підкреслюють компонент суб'єктивності і визначають суб'єктивне благополуччя як генералізовану квантифіковану оцінку самим суб'єктом того, наскільки його життя загалом близьке до максимально бажаного стану. Саме парадигма суб'єктивного оцінювання, на яку він спирається, відрізняє конструкт суб'єктивного благополуччя від близьких і часто змішуваних з ним конструктів – «психологічного благополуччя», який являє собою оцінку вираженості особистісних предикторів щастя, як це бачать К. Ріф, К. Кіз, Д. Леонт'єв (Ryff & Keyes, 1995; Леонтьев, 2011), і якості життя, яка представляє об'єктивну оцінку сприятливості зовнішніх умов життя для благополуччя (Леонтьев, 2020).

Концепція спектру психологічного здоров'я С. Keyes (Ryff, Keyes & Lee, 1995) як репрезентанта щастя, спирається на модель континууму психологічного здоров'я. У цій моделі психологічне здоров'я/нездоров'я, психічна хвороба є незалежними (ортогональними) осями, вимірами. Модель розглядає три чинники: емоційне гедоністичне благополуччя, як переважання позитивних емоцій, соціальне евдемонічне благополуччя (внесок у суспільні процеси, суспільна корисність, відчуття належності, розвитку, прийняття), психологічне евдемонічне благополуччя (відповідають компонентам моделі психологічного благополуччя К. Рифф й відображають прийняття себе, управління оточенням, позитивні стосунки, наявність цілей в житті, автономію, особистісний ріст, розвиток) (Żemojtel-Piotrowska et al., 2018).

Однією з умов суб'єктивного (психологічного) благополуччя є щасливе особисте життя. Підтвердження цьому знаходимо у працях Т. Рата і Дж. Хартера, Д. Джованіні, М. Селігмана (Rath & Harter, 2010; Argyle & Martin, 1991; Seligman, 2002). Останній серед складових благополуччя розглядає як емоційні компоненти (захопленість, позитивні емоції), так і відчати екзистенційні та когнітивно-поведінкові (смысл, досягнення), і що особливо важливо – відносини з іншими людьми, – які «безпосередньо пов'язані з іншими елементами, бо

додають сенсу життю, супроводжуються захопленням або позитивними емоціями, а також досягненнями, звершеннями, успіхом особистості. Деякі із цих складових оцінюються об'єктивно, інші – суб'єктивно, через самооцінку. Кожен елемент сприяє досягненню більш високого рівня благополуччя. Однак благополуччя не можна звести до певної складової» (Лукаевич, 2017). М. Селігман підкреслює, що здійснюючи вибір у житті, ми прагнемо досягнути найбільшого успіху у кожній складовій (Seligman, 2002).

Окремі сфери життя як елементи благополуччя розглядають Т. Rath, J. Harter (Rath, Harter, 2010). Автори виокремлюють 1) професійне благополуччя – кар'єра, покликання, професія або робота; 2) фізичне благополуччя – міцне здоров'я; 3) соціальне благополуччя – значущість близького оточення і соціальних взаємовідносин; 4) фінансове благополуччя – фінансова безпека, задоволеність своїм рівнем життя; 5) благополуччя на місці проживання – безпека, власний внесок у розвиток суспільства. Науковці наголошують, що успіх повинен бути присутнім у всіх п'яти елементах, оскільки досягнення в одній сфері не може компенсувати невдачу в іншій.

Д. Джованіні та співавтори, чия думку приводить у монографії М. Аргайл (Argyle, Martin, 1991) виокремлюють шість факторів суб'єктивного благополуччя: 1) фізичне і психічне здоров'я, 2) свобода, 3) самовизначення, хороша робота, 4) приємні міжособистісні відносини, 5) матеріальне благополуччя, 6) знання і розуміння світу.

Постановка завдання. Отже, у більшості концепцій суб'єктивного благополуччя присутній компонент гармонійних відносин з оточенням і близьких стосунків. Займаючись вивченням сексуальності людини, її адаптивних сексуальних сценаріїв, ми неодноразово помічали, що позитивні показники сексуальності (гармонійна тілесність, здорове ставлення до сексуальності, сексуальна задоволеність, відсутність комплексів, сексуальної агресії, сексуальної невротичності) співмірні і взаємозалежні не стільки з адаптивністю, скільки з емоційним комфортом та суб'єктивним психологічним благополуччям особи. Тому виникла потреба об'єднати показники гармонійної сексуальності і виділити поняття сексуального благополуччя. У вітчизняному

науковому обігу таке поняття не є розповсюдженим і вимагає теоретичного окреслення та емпіричного вивчення.

Методи дослідження. Застосовано теоретичні методи дослідження – аналіз, порівняння, узагальнення, синтез, моделювання, побудова концепції. Моделювання – непрямий опосередкований метод дослідження об'єктів пізнання, який полягає у заміщенні реального об'єкта іншим, спеціально для цього створеним – моделлю. Модель – предметна, знакова чи мислена (уявна) система, що відтворює, імітує або відображає певні визначальні характеристики, тобто принципи внутрішньої організації або функціонування, певні властивості чи ознаки об'єкта пізнання (оригіналу), пряме, безпосереднє вивчення якого з якихось причин неможливе, неефективне або недоцільне, і може замінити цей об'єкт у процесі, що досліджується, з метою отримання знань про нього. Концепція (від лат. *conspicere* – сприйняття) – система понять про ті чи інші явища, процеси; спосіб розуміння, тлумачення якихось явищ, подій; основна ідея будь-якої теорії. Посідаючи істотне місце у потужному арсеналі наукових засобів, виконуючи описову, пояснювальну й евристичну функції, концептуалізація та моделювання відіграють важливу роль у дослідженні різноманітних складних феноменів реальної дійсності (Філософський енциклопедичний словник, 2002).

Виклад основного матеріалу. Розуміння сексуального благополуччя у зарубіжних дослідженнях дуже різняться і часто зосереджуються лише на відсутності статевої дисфункції. Його конструювання враховує різні компоненти, такі як сексуальний інтерес, інтимність та здорові стосунки, фізіологічні сексуальні функції (наявність ерекції, оргазму), сексуальне задоволення, сексуальну самооцінку (von Humboldt, Leal & Low, 2021; Šuvak-Martinović, 2020; Byers, 2014; Tripodi, Silvaggi & Simonelli, 2017).

У зарубіжній літературі представлені моделі сексуального задоволення Карпентера та ін. (Carpenter, Nathanson & Kim, 2009), яка розглядає особистісні, стосункові (міжособистісні) та культурні впливи на сексуальне задоволення та екологічна модель сексуального задоволення (Henderson, Lehavot & Simoni, 2009). Marija Šuvak-Martinović (Šuvak-Martinović, 2020) виок-

ремлює детермінанти сексуального задоволення: 1) детермінанти особистісного рівня чи мікросистеми (соціально-демографічні характеристики, сексуальні дисфункції, риси особистості, ставлення до сексуальності та суб'єктивного благополуччя); 2) детермінанти міжособистісного рівня або мезосистеми (характеристики самих стосунків, романтичне кохання, сексуальне саморозкриття та інші аспекти сексуальності), 3) детермінанти екзосистем (соціальна підтримка, вагітність, батьківство, віктимізація та сімейні взаємодії в дитинстві); 4) детермінанти макросистем (релігійність та політична ідеологія). Однак, сексуальне задоволення чи задоволеність (сексуальними) стосунками не можна повністю прирівняти до суб'єктивного сексуального благополуччя.

Наша концептуалізація конструкту сексуального благополуччя ґрунтується на теоріях та дослідженнях у сфері суб'єктивного психологічного благополуччя. Сандра Байєрс (Byers, Rehman, 2014) вказує, що наслідуючи Бредберна, Макдауела, Рифф та Кіз, можна визначати сексуальне благополуччя з точки зору балансу позитивного та негативного афекту. Особи, у яких переважають позитивні почуття, такі як задоволеність власними (сексуальними) стосунками, вважаються такими, що мають високий рівень сексуального благополуччя. Другий підхід (евдемонічний) полягає у визначенні психологічного благополуччя з точки зору загальної життєвої задоволеності, при цьому задоволення розглядалося як когнітивний компонент, який ґрунтується на порівнянні поглядів на поточну ситуацію та порівняння її з ідеалом (MacDowell, 2010; Ryff & Keyes, 1995). З цієї точки зору, сексуальне благополуччя окремих людей буде визначатися як їх оцінка того, що їхнє поточне статеве життя благополучне, порівняно з тим, яким би вони в ідеалі хотіли, щоб було їхнє сексуальне життя. Важливо, щоб визначення статевого благополуччя враховувало як когнітивні, так і афективні фактори.

Лоренс та Байєрс виділяють конструкт «сексуальне задоволення» і визначають його як «афективну реакцію, що впливає із суб'єктивної оцінки позитивних та негативних чинників, пов'язаних із сексуальними стосунками» (Byers, Rehman, 2014: 317). Тобто сексуальне задоволення розглядається як глоба-

льна емоційна реакція, що виникає внаслідок когнітивних оцінок та афективних реакцій на різні аспекти статевого життя окремої людини. Це глобальне емоційне реагування охоплює задоволення її статевими стосунками та сексуальною функціональністю, конкретними аспектами сексуальності людини, такими як задоволеність її сексуальною реактивністю та реакціями, частотою статевих контактів та прийнятим сексуальним сценарієм. Це визначення розмежовує статеве благополуччя та сексуальне здоров'я, яке є більш широким поняттям, і включає фізичне, соціальне та психологічне статеве благополуччя, а також відсутність хвороб, дисфункцій та сексуального насильства, вважають С. Байєрс та У. Реман (Byers, Rehman, 2014).

Інший важливий аспект статевого благополуччя, полягає в тому, що він включає як отримання, так і віддавання, а також позитивні стосунки з іншими (Byers, Rehman, 2014; MacDowell, 2010; Ryff, 1989). Найчастіше сексуальність - це індивідуальний досвід, що відбувається в діадичному контексті. Таким чином, для більшості людей статеве благополуччя та сексуальне задоволення нерозривно пов'язані з досвідом партнерства. Тобто на сексуальне задоволення особи впливає рівень задоволеності її партнера, а також інші характеристики партнерства та стосунків (Byers & MacNeil, 2006; Henderson, Lehavot, & Simoni, 2009; Lawrance & Byers, 1995). На підставі вищесказаного можна виокремити міжособистісний (стосунковий, діадичний) рівень сексуального благополуччя.

Поняття суб'єктивного благополуччя, за словами Д. Леонт'єва, виступає порівняно точним науковим еквівалентом поняття щастя, якщо його розглядати в парадигмі суб'єктивного переживання (Леонтьев, 2020). Переживання щастя містить такі компоненти як задоволення (емоційно- та чуттєво-гедоністичний компонент – екстаз, захоплення, оргазм, комфорт, насолода, інші пікові переживання) і задовільнення (наприклад, потреб та інших більш когнітивно оцінюваних процесів) (Seligman, 2002: 62). Отже, конструкт суб'єктивного благополуччя має комплексний характер, а також оцінює переживання, які стосуються різних часових проміжків – минулого, теперішнього та майбутнього. Гедоністичний компонент щастя, як видно із вищесказаного, напряму опирається на гедоністи-

чний компонент сексуального благополуччя (задоволення) і більш когнітивно оцінюване задоволення (стосунками, партнером, партнерством, інтимністю).

Д.О. Леонтьєв вважає суб'єктивне переживання щастя найбільш точним його еквівалентом, оскільки ні зовнішній спостерігач, ні об'єктивні чесноти і блага людини не можуть бути підставою для оцінки щастя (Осин, Леонтьєв, 2020). Відповідно до цієї точки зору, сексуальне благополуччя може спиратися виключно на суб'єктивне переживання задоволеності власним сексуальним життям та стосунками. На наше переконання, конструкт ССБл не зводиться до об'єктивних показників сексуального життя – ні до наявності статевих стосунків, ні до задоволеності сексуальними стосунками, їхньою якістю. Адже задоволеними власним статевим життям можуть бути і представники руху асексуалів, які відкидають будь-яку генітально-генітальну взаємодію.

За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), «сексуальне здоров'я – це комплекс соматичних, емоційних, інтелектуальних і соціальних аспектів життя людини, що позитивно збагачують особистість, підвищують комунікабельність людини та її здатність до любові. Це стан фізичного, психічного і соціального благополуччя, пов'язаного з сексуальністю. Це позитивний і з повагою підхід до сексуальності і сексуальних відносин з партнером, а також можливість отримувати самому та приносити задоволення партнеру, це безпечний секс, вільний від примусу, дискримінації та насильства» (World Health Organization, 2017). Якщо відійти від континууму «хвороба – здоров'я» та нозологічних одиниць, то все, що залишається, може бути окреслене поняттям сексуального благополуччя. Отже, *сексуальне благополуччя* індивідуальному рівні – це стан фізичного, психічного та соціального благополуччя, пов'язаного з реалізацією сексуальності. Однак, у ССБл присутній компонент діадичності, адже реалізація сексуальності відбувається зазвичай у парних стосунках.

У широкому розумінні *суб'єктивне сексуальне благополуччя* можна розглядати як багатофакторний конструкт, який відображає собою складні взаємозв'язки культурних (наприклад, континуум норми, прийня-

тої в культурі), соціальних (дозволеність певних думок та дій), психологічних (когнітивних, емоційних та поведінкових; наприклад, атрактивність, бажаність, задоволеність, самооцінка), фізичних (привабливість, статева конституція) і духовних чинників (трансцендентність, аксіологічна інтерпретація).

За визначенням російської дослідниці А. Чалової (Чалова, 2016), сексуальне благополуччя є складним, багатокомпонентним системним утвором, який відображає міру реалізованості сексуально-еротичної функції сімейної системи, містить психологічний компонент (соціально-психологічну і соціально-поведінкову адаптацію), соціокультурний компонент (культурно опосередковане ставлення до різних сторін сексуальної близькості) і фізіологічний компонент (переживання сексуальної задоволеності).

За даними Сьюзен Пейдж (Peydzh, 1995), чинники сексуального благополуччя подружніх пар можна представити у вигляді шести критеріїв, які були сформульовані дослідницею після аналізу інтерв'ю. 1) Благополучні пари сприймають сексуальний контакт як складову їхнього кохання. 2) Вони приймають сексуальні переживання такими, якими вони є. 3) Під час “занять любов'ю” вони знають і враховують відмінності між тим, що радує кожного з партнерів. 4) Вони обговорюють своє сексуальне життя, зокрема, вони не бояться запитувати, що подобається партнеру. 5) Під час сексуального спілкування вони зберігають баланс між тим, скільки дають, і тим, скільки отримують. 6) Вони свідомо шукають способи стимулювати своє сексуальне життя.

Gravel E.E., Reissing E.D., Pelletier L.G. (2020) на основі емпіричного дослідження «буденної» сексуальності також наголошують на важливості стосунків та комунікації партнерів в оцінці якості сексуальних стосунків та сексуального благополуччя.

За даними італійських дослідників F. Tripodi, C. Silvaggi з Інституту клінічної сексології в Римі (Institute of Clinical Sexology, Rome) та C. Simonelli (Tripodi F., Silvaggi C., Simonelli C., 2017) з університету University “Sapienza” в Римі рівень задоволеності статевим життям пов'язаний з такими факторами:

⇒ рівень задоволеності сексуальним життям протягом попередніх років

- ⇒ можливість досягнення оргазму
- ⇒ хороше і відкрите спілкування з партнером
- ⇒ загальне задоволення життям: характеризується елементами життя, які наявні за межами власного дому, наявність партнера та дітей, хороший рівень освіти, хороший стан здоров'я.

Таким чином, з одного боку, сексуальне благополуччя є одним із факторів загального рівня суб'єктивного благополуччя, входить до його критеріїв. А з іншого – чинником сексуального благополуччя за F. Tripodi, C. Silvaggi є загальне задоволення життям.

Таким чином, поняття сексуального благополуччя в науковому дискурсі ми б розмістили на перетині суб'єктивного благополуччя та сексуального здоров'я, які розгортаються у процесі реалізації сексуальності. Виходячи із теоретичних критеріїв, можемо представити теоретичну модель сексуального благополуччя (див. Рис. 1).

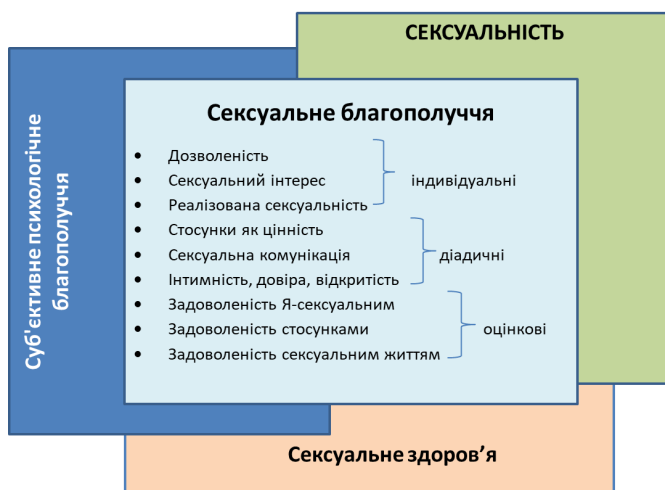


Рис. 1. Модель суб'єктивного сексуального благополуччя

До факторів сексуального благополуччя відносимо:

Наявність позитивного життєвого «тла», яке уможлиблює, або навіть сприяє появі сексуального інтересу та його реалізації – задовільний стан здоров'я, наявність (потенційного) партнера, відсутність інших життєвих труднощів, клопотів, які є більш насущними, нагальними.

Конструкт «дозволеність» містить «дозвіл собі» думати про сексуальність, реалізовувати власну сексуальність, усвідомлення власної сексуальності. Він

передбачає певну міру прийняття себе як сексуального суб'єкта та об'єкта, власних сексуальних сценаріїв, які формуються з урахуванням міжособистісного та культурального рівня сексуальних сценаріїв (Гупаловська, 2018).

Наявність сексуальної потреби, яка репрезентує тілесно-фізичний рівень сексуальності (Гупаловська, 2015), в осіб із сильною статевою конституцією (Г. Васильченко, М. Решетняк) може бути потребою, яка іноді нав'язливо потребує розрядки. Отже, цей фактор відноситься до тілесно-фізичного рівня сексуальності.

Більшість компонентів суб'єктивно оцінювані людиною, саме вона є тим, хто оцінює рівень свого благополуччя. Також вона є суб'єктом творення власного Я- сексуального, сексуального життя і сексуального благополуччя. Тому індивідуальні чинники дуже важливі.

Наявність близьких душевно і фізично стосунків з бажаною людиною – репрезентує рівень потреби у прийнятті, належності та любові у ієрархійній теорії потреб А.Маслоу. Цей фактор відноситься як до тілесно-фізичного, так і до душевно-емоційного та ментально-духовного рівня у моделі сексуальності (Гупаловська В., 2013).

Сексуальна комунікація – спроможність сигналізувати партнераві про свої вподобання, бажані/неприємні дії, здатність сказати про це. Вона є з одного боку показником сексуального благополуччя, а з іншого його ресурсом. І не лише сексуального благополуччя. Наявна сексуальна комунікація є ще більш глибокою, ніж комунікація та хороші стосунки в парі. Вона передбачає відкритість, високий рівень довіри, а отже прийняття та відсутність тривоги, свідчить про інтимність, увагу до іншого. Або ж просто сексуальну розкутість, відсутність комплексів, що також слугує підвищенню якості сексуальної взаємодії, навіть без стосунків, взаємин, без почуттів до сексуального партнера. Однак, сексуальна розкутість може підвищувати рівень задоволеності сексуальним життям, в той час, як показник сексуального благополуччя може бути іншим.

Ці два чинники характеризують стосунковий, парний контекст сексуального благополуччя, тому ми назвали їх діадичними.

Задоволеність власним Я-сексуальним, якістю стосунків, сексуальним життям та реалізована сексуальність – міра суб'єктивної задоволеності, яка завжди є показником, який сигналізує самій людині позитивну чи негативну її внутрішню емоційну оцінку будь-якого явища. Ці фактори ми назвали оцінковими.

З іншого боку, суб'єктивне сексуальне благополуччя можна розглядати як гармонійну з позиції суб'єкта реалізацію його сексуальності. Сексуальність ми розглядали як «багатоаспектне явище, біопсихосоціальний феномен, який формується на основі статевості, переживається людиною на інтрапсихічному рівні як комплекс анатомо-фізіологічних і психологічних характеристик та самоідентифікація і проявляється на поведінковому рівні (транслюється назовні) у вигляді статевої самопрезентації індивіда та прагнення до побудови міжособистісних (парних) стосунків. Будучи частиною цілісної Я-концепції та осмисленої ідентичності особистості, сягає ментально-духовного рівня. Сексуальність функціонує на тілесно-фізичному, душевно-емоційному та ментально-духовному рівні і розглядається щонайменше в біологічному, психологічному та культуральному аспектах. Сексуальність можна вважати переживанням людиною своєї належності до статі (статевості) та способом прояву цієї належності» (Шевцов, Гупаловська, 2020: 328). Відповідно, ССБл можна також визначати як гармонійне переживання особою своєї належності до статі та адаптивний спосіб реалізації цієї належності.

Виходячи із логіки рівнів сексуальності, можна визначити *сексуальне благополуччя як гармонійну реалізацію суб'єктом своєї сексуальності на тілесно-фізичному, душевно-емоційному та духовно-*

ментальному рівнях.

Як і будь-яке психологічне явище, сексуальне благополуччя може бути представлене у триєдності, триумвіраті когнітивного, емоційного та конативного (мотиваційний, поведінковий) компонентів, гіпотетичний перелік складових яких представлено у табл. 1. Сексуальне благополуччя можна розглядати щонайменше на двох рівнях – недифіцитарному, з позиції відсутності розладів та проблем; та на рівні евдемонічному, осмисленому, екзистенційно наповненому.

Висновки та перспективи подальших розвідок.

У даній статті, виходячи із теорій та підходів до суб'єктивного благополуччя, увиразнено концепт сексуального благополуччя та представлено психологічну модель суб'єктивного сексуального благополуччя. Ми визначаємо сексуальне благополуччя як *гармонійну реалізацію суб'єктом своєї сексуальності на тілесно-фізичному, душевно-емоційному та духовно-ментальному рівнях; гармонійне переживання особою своєї належності до статі та адаптивний спосіб реалізації цієї належності. У широкому розумінні суб'єктивне сексуальне благополуччя можна розглядати як багатофакторний конструкт, який відображає собою складні взаємозв'язки культурних (наприклад, континуум норми, прийнятої в культурі), соціальних (дозволеність певних думок та дій), психологічних (когнітивних, емоційних та поведінкових; наприклад, атрактивність, бажаність, задоволеність, самооцінка), фізичних (привабливість, статевая конституція) і духовних чинників (трансцендентність, аксіологічна інтерпретація).*

Сексуальне благополуччя можна розглядати щонайменше на двох рівнях – недифіцитарному, з позиції відсутності розладів та проблем; та на рівні евде-

Таблиця 1.

Компоненти сексуального благополуччя

Когнітивний компонент	Емоційний компонент	Конативний компонент
-Усвідомлення себе як представника статі, -Усвідомлення та прийняття Я-сексуального, -Усвідомлення та прийняття власного гендеру, -Усвідомлення та прийняття скерованості потягу, -Усвідомлення та прийняття власного тіла, тілесності, -Усвідомлення та прийняття партнера, партнерства, -Довіра, відкритість, комунікація	-Позитивна оцінка себе як сексуального суб'єкта та об'єкта, -Задоволення, позитивна оцінка партнера, -Задоволення партнерством, близькістю, -Задоволення статевим життям	-Наявність лібідю, -Наявність сексуального інтересу -Відкритість досвіду -Адаптивні сексуальні сценарії -Сексуальна безпека (відсутність насильства, примусу, шантажу, дискримінації) -Свобода самовираження -Рівноправне партнерство -Наявність сексуальної комунікації

монічному, осмисленому, екзистенційно наповненому. Відповідно до рівнів розгортання сексуальності, сексуальне благополуччя можна оцінювати на фізично-тілесному рівні, душевно-емоційному та ментально-духовному рівні.

Сексуальне благополуччя може бути представлене у триєдності когнітивного, емоційного та конативного (мотиваційний, поведінковий) компонентів. До когнітивного компоненту відносимо: усвідомлення себе як представника статі, прийняття власного Я-сексуального, прийняття власного гендеру, скерованості потягу, власного тіла, тілесності, прийняття партнера, партнерства, наявності довіри та відкритості, комунікації. Емоційний компонент включає позитивну оцінку себе як сексуального суб'єкта, задоволення партнером, партнерством, близькістю, задоволення статевим життям. Конативний компонент містить: наявність лібідо, сексуального інтересу, відкритість досвіду, адаптивні сексуальні сценарії, сексуальну безпеку (відсутність насильства, примусу, шантажу, дискримінації), наявність свободи самовираження, рівноправне партнерство.

Чинниками сексуального благополуччя виступають індивідуальні (дозволеність, сексуальний інтерес, реалізована сексуальність), діадичні (стосунки як цінність, сексуальна комунікація, інтимність, довіра, відкритість) та оцінкові фактори (задоволення власним Я-сексуальним, сексуальними стосунками, партнерством, сексуальним життям загалом). Можна говорити про рівні детермінант сексуального благополуччя: 1) особистісного рівня чи мікросистеми (соціально-демографічні характеристики, сексуальні дисфункції, риси особистості, сексуальне саморозкриття, ставлення до сексуальності та суб'єктивного благополуччя); 2) детермінанти міжособистісного рівня або мезосистеми (характеристики самих стосунків, сексуальна комунікація, інтимність, рівноправність, відкритість, довіра, романтичне кохання, партнерство), 3) детермінанти екзосистем (традиції, сімейні цінності, соціальна підтримка, вагітність, батьківство, віктимізація та сімейні взаємодії в дитинстві); 4) детермінанти макросистем (релігійність та політична ідеологія, суспільна мораль та цінності, свобода самовираження).

Подальше дослідження сексуального благополуччя потребує емпіричної перевірки теоретичних при-

пущень, вираження емпіричних критеріїв сексуального благополуччя за допомогою розробленого нами психологічного інструментарію для психодіагностичного вимірювання цього показника.

References :

- Argyle, M. & Martin, M. (1991). *The Psychological Causes of Happiness. Subjective Well-Being: an interdisciplinary perspective*. Oxford: Pergamon Press, 77–100.
- Brandon-Friedman, R.A., Pierce, B., Wahler, E., Thigpen, J. & Fortenberry, J.D. (2020). *Sexual identity development and sexual well-being: Differences between sexual minority and non-sexual minority former foster youth*. Children and Youth services Review, 117. DOI: 10.1016/j.childyouth.2020.105294
- Bradburn, N. M. (1969). *The Structure of Psychological Well-being*. Chicago: Aldine, 187.
- Byers, S. E. & Rehman U. S. (2014). Sexual well-being. *APA Handbook of Sexuality and Psychology. Vol. 1. Person-Based Approaches, D.L.Tolman and D.L.Diamond*. Chapter 11. 311-337. <http://dx.doi.org/10.1037/14193-011>
- Carpenter, L. M., Nathanson, C. A. & Kim, Y. J. (2009). *Physical women, emotional men: gender and sexual satisfaction in midlife*. Archives of Sexual Behavior, 38, 87-107. <https://doi.org/10.1007/s10508-007-9215-y>
- Chalova, A. V. (2016). *Psichologicheskie usloviya seksualnogo blagopoluchiya muzhchin i zhenschin v ustoychiviyh supruzheskih parah* [Psychological conditions of sexual well-being of men and women in stable married couples] (avtoref. ... kand., psihol. nauk). Moskva, 29 s. [in Russian]
- Csikszentmihalyi, M. (2011) *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. Moscow: Smysl; Alpina Non-Fiction. [In Russian]
- Devarajan, S., Sales, J.M., Hunt, M., & Comeau D.L. (2020). *PrEP and sexual well-being: a qualitative study on PrEP, sexuality of MSM, and patient-provider relationships*. AIDS CARE-PSYCHOLOGICAL AND SOCIO-MEDICAL ASPECTS OF AIDS/HIV, 32 (3), 386-393. DOI: 10.1080/09540121.2019.1695734
- Diener, E. & Larsen, R.J. (1984). *Temporal Stability and Cross-Situational Consistency of Affective, Behavioural and Cognitive*. Journal of Personality and Social Psychology, (47), 580–592.
- Gravel, E.E., Reissing, E.D. & Pelletier, L.G. (2020). The ebb and flow of sexual well-being: The contributions of basic psychological needs and autonomous and controlled sexual motivation to daily variations in sexual well-being. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(7), 2286-2306. DOI: 10.1177/0265407520921558
- Haletska, I.I. (2007). *Kryteriyy psykhologichnoho zdorov'ya. [Criteria for mental health]* Visnyk L'vivskoho universytetu. Filosofs'ki

- nauky. [Bulletin of Lviv University. Philosophical sciences], 10, 317–328. [in Ukrainian]
- Horbal, I.S. (2012). *Vplyv zhyttyestiykosti na zadovolenist' zhyttem meshkantsiv heriatrychnoho pansionatu. [Influence of vitality on life satisfaction of residents of geriatric boarding house]* Naukovyy chasopys NPU imeni M.P. Drahomanova [Scientific journal of NPU named after M.P. Dragomanov], Issue 12, 37 (61), 181–185. [in Ukrainian]
- Hulyas, I. A. (2010). *Fenomen shchastya: aksiopsykholohichni aspekty [The phenomenon of happiness: axiopsychological aspects]*. Zbirnyk naukovykh prats' instytutu psykholohiyi im. H.S. Kostyuka NAPNU, XII, CH. 4, 103–109. [in Ukrainian]
- Humboldt, S. von (2021). *Sexual well-being in old age: are older adults well sexually?* Annals of Medicine, 53 (1), 11–11, DOI: 10.1080/07853890.2021.1896878
- Hupalovska, V. A. (2015). *Psihologichna model seksualnosti [Psychological model of sexuality]*. Materialy III Vseukrayinskogo psihologichnogo kongresu z mizhnarodnoyu uchastyu «Osobysti u suchasnomu sviti». K.: DP «Informatsiyno-analitychne agentstvo», (2), 55–59. [in Ukrainian]
- Hupalovska, V.A. (2018). *Seksual'niy stsenariy u konteksti adaptivnosti osobi [Sexual scenario in the context of adaptability of an individual]* Innovatsionnaya nauka, obrazovaniye, proizvodstvo: monografiya [Innovative science, education, production: monograph]. Zaytseva, S.Ye., Dotsenko, Yu.V., Hupalovska, V.A., Moroz, M.A., Voropayeva, T.S., Novikova A.A. et al. (red.). Odessa: Kupriyenko S.V., 3, 74–85. DOI: 10.30888/978-617-7414-52-9.0-036, ISBN 978-617-7414-52-9. [in Ukrainian]
- Huta, V. (2014) Eudaimonia. In: David S. A., Boniwell I., Ayers A. C. (eds.) *The Oxford Handbook of Happiness*. Oxford: Oxford University Press., 201—213. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199557257.013.0015>.
- Huta, V. (2016) Eudaimonic and Hedonic Orientations: Theoretical Considerations and Research Findings. In: Vittersø J. (ed.). *Handbook of Eudaimonic Well-Being*. Cham: Springer. P. 215—231. https://doi.org/10.1007/978-3-319-42445-3_15.
- Huta, V. & Ryan, R. M. (2010). *Pursuing Pleasure or Virtue: The Differential and Overlapping Well-Being Benefits of Hedonic and Eudaimonic Motives*. Journal of Happiness Studies, 11 (6), 735—762. <https://doi.org/10.1007/s10902-009-9171-4>.
- Lee, D.M., Nazroo, J. & O'Connor, D.B. et al. (2016). Sexual health and well-being among older men and women in England: findings from the English Longitudinal Study of Ageing. *Archives of Sexual Behavior*, 45(1), 133–144. doi: 10.1007/s10508-014-0465-1
- Lee, S. & Fenge, L.A. (2016). *Sexual Well-Being and Physical Disability*. Leontev, D. A. (2011). K antropolohyy schastya: sostoyanye blahopoluchyya y put radosty [On the anthropology of happiness: the state of well-being and the path of joy] Chelovek, (5), 34—46. <https://publications.hse.ru/articles/82312712> [in Russian]
- Leontev, D. A. (2020). Schastye i subyektivnoe blagopoluchie: k konstruirovaniyu ponyatiynogo polya [Happiness and subjective well-being: to the construction of the conceptual field]. Monitoring obschestvennogo mneniya : Ekonomicheskie i sotsialnye peremenyi, (1), 14—37. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.02>. [in Russian]
- Lyubomirski, S. (2014) *The How of Happiness: A Practical Approach to Getting the Life You Want*. Saint Petersburg: Piter. [in Russian]
- Lukasevich, O. A. (2017). Sub'ektivne blagopoluchchya yak psihologichniy fenomen [Subjective well-being as a psychological phenomenon]. Problemi suchasnoyi psihologiyi, 2(12), 109–114. [in Ukrainian]
- Masters, U. G., Dzhonson, V. E. & Kolodny, R. K. (1998). *Osnovy seksologii [Fundamentals of sexology]*. M. : Mir, 842. [in Russian]
- Osin, E. N. & Leontev, D. A. (2020). *Kratkie russkoyazychnyye shkaly diagnostiki sub'ektivnogo blagopoluchchiya: psihometricheskie karakteristiki i sravnitel'nyy analiz* [Brief Russian-language scales for diagnosing subjective well-being: psychometric characteristics and comparative analysis]. Monitoring obschestvennogo mneniya : Ekonomicheskie i sotsialnye peremenyi, (1), 117–142. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.06>. [in Russian]
- Pahol, B. E. (2017). *Sub'ektivne blagopoluchchya: suchasni i klasichni pidhody, modeli ta chinniki* [Subjective well-being: modern and classical approaches, models and factors]. Ukrayinskiy psihologichniy zhurnal, 1 (3), 80–108. [in Ukrainian]
- Peydzh, S. (1995). *Supruzheskaya zhizn: put k harmonii [Marital life: the path to harmony]*. M. : MIRT, 413 s. [in Russian]
- Rath, T. & Harter, J. (2010). *Well-Being: The Five Essential Elements*. New York: Gallup press, 232 p.
- Rosen, R. C. & Bachmann, G. A. (2008). *Sexual Well-Being, Happiness, and Satisfaction, in Women: The Case for a New Conceptual Paradigm*. Journal of Sex & Marital Therapy, 34 (4), 291–297, DOI: 10.1080/00926230802096234
- Rath, T. *Well-Being: The Five Essential Elements*. New York: Gallup press, 2010.
- Ryff, C. D. & Singer, B. H. (2008). *Know Thyself and Become what You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being*.

Journal of Happiness, (9), 13–39.

Ryff, C.D., Keyes, C. & Lee, M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69 (4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>.

Seligman, M. (2002). *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. New York: The Free Press.

Sheldon, K. (2016). Putting Eudaimonia in its Place: On the Predictor, No the Outcome, Side of the Equation. In: Vittersø J. (ed.) *Handbook of Eudaimonic Well-Being*. Cham: Springer. P. 531–541. https://doi.org/10.1007/978-3-319-42445-3_36.

Shevtsov, A.H., Hupalovska, & V.A. (2020). Psykhosemantychnyy zmist ponyattya seksual'nosti v movniy svidomosti doroslykh. [Psychosemantic meaning of the concept of sexuality in the linguistic consciousness of adults]. *Psykholinhvistyka. Psycholinguistics*, 27 (1), 310–334. doi: 10.31470/2309-1797-2020-27-1-310-334 [in Ukrainian]

Shynkaruk, V. I. (Eds.) (2002). *Filosofsk'yy entsyklopedychnyy slovnyk [Philosophical encyclopedic dictionary]*. Kyiv : Instytut filosofiyi imeni Hryhoriya Skovorody NAN Ukrainy : Abrys, 301, 391-392. URL: https://shron1.chtyvo.org.ua/Shynkaruk_Volodymyr/Filosofskyi_entsyklopedychnyi_slovnyk.pdf [in Ukrainian]

Šuvak Martinović, M. (2020). Odrednice seksualnog zadovoljstva: pregled istraživanja [Determinants of sexual pleasure: a review of research]. *Suvremena psihologija [Contemporary Psychology]*, 23, 2, 133-160. DOI: 10.21465/2020-SP-232-04 [in Bosnian]

Tripodi, F., Silvaggi, C. & Simonelli, C. (2017). *Psychology of Sexual Response*. Roma, 64. URL: https://www.academia.edu/18574579/Psychology_of_sexual_response

Ventegodt, S., Merrick, J. & Andersen, N. (2003). *Quality of Life Theory II. Quality of Life as the Realization of Life Potential: A Biological Theory of Human Being*. The Scientific World Journal, (3), 1041–1049.

Veerhoven, R. *Questions on Happiness: Classical Topics, Modern Answers, Blind. Subjective Well-Being: an interdisciplinary perspective*. Ed. by F. Strack, M. Argyle, N. Schwarz. 1st ed. Oxford: Pergamon Press, 1991. P. 7–26.

Woodiwiss, J. (2007). Narrating a Sense of (Sexual) Well Being. In: *Narrative and Memory*. University of Huddersfield, Huddersfield, 99-109. URL: https://www.researchgate.net/publication/277183825_Narrating_a_Sense_of_Sexual_Well_Being

World Health Organization (2017). *Sexual health and its linkages to reproductive health: an operational approach*. URL: <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwi9hN6tydHzAhUxNowKHQKjCeQQFnoECAMQAQ&url=https%3A%2F%2Fapps.who.int%2Firis%2Frest%2Fbitstreams%2F1087843%2Fretrieve&usq=AOvVaw2zXKVaJQqrX-sQq4kTpVru>

2F1087843%2Fretrieve&usq=AOvVaw2zXKVaJQqrX-sQq4kTpVru

Żemojtel-Piotrowska, M., Piotrowski, J. at all. (2018). *Mental Health Continuum-Short Form: The Structure and Application for Cross-Cultural Studies*. *Journal of Clinical Psychology*, 74 (6), 1034-1052. <https://doi.org/10.1002/jclp.22570>.

Zweig, J.M., Barber, B.L., Eccles, J.S. (2016). *Sexual coercion and well-being in young adulthood - Comparisons by gender and college status*. *JOURNAL OF INTERPERSONAL VIOLENCE*, 12(2), 291-308. DOI: 10.1177/088626097012002009

Viktoriia Hupalovska

Ph.D. in Psychology, Associate Professor, Associate Professor at the Psychology Department, Ivan Franko National University of Lviv, Lviv (Ukraine)

SUBJECTIVE SEXUAL WELL-BEING: CONCEPTUALIZATION OF THE CONCEPT AND PSYCHOLOGICAL MODEL

ABSTRACT

The importance of interpersonal and sexual relations and realized sexuality in the concepts of subjective well-being is considered quite often, but the understanding of sexual well-being is presented rather vaguely, mainly in the context of medical issues as the absence of sexual dysfunction, as a component of sexual health, is equated with the satisfaction of sexual life.

This article uses theoretical research methods - analysis, generalization, synthesis, conceptualization and modelling.

Based on theories and approaches to subjective well-being, is highlights the concept of sexual well-being and presents a psychological model of subjective sexual well-being. We define sexual well-being as the harmonious realization by the subject of his sexuality on the bodily-physical, soul-emotional and spiritual-mental levels; a person's harmonious experience of belonging to the sex and an adaptive way of realizing this belonging. In a broad sense, subjective sexual well-being can be seen as a multifactorial construct that reflects the complex interrelationships of cultural (for example, continuum of norms accepted in culture), social (permissibility of certain thoughts and actions), psychological (cognitive, emotional and behavioral; for example, attractiveness, desirability, satisfaction, self-esteem), physical (physical attractiveness, sexual constitution) and spiritual factors (transcendence, axiological interpretation).

Sexual well-being can be considered on at least two levels - non-deficient, from the standpoint of the absence of disorders and problems; and at the level of eudemonic, meaningful, existentially filled. According to the levels of sexual development, sexual well-being can be assessed at the bodily-physical level, soul-emotional and mental-spiritual level.

Sexual well-being can be represented in the trinity of cognitive, emotional and conative (motivational, behavioral) components. The cognitive component includes: self-awareness as a representative of the sex, acceptance of one's own self-sexual, acceptance of one's own gender, orientation and attraction, one's own body, corporeality, acceptance of a partner, partnership, trust and openness, communication. The emotional component includes a positive assessment of oneself as a sexual subject, satisfaction with a partner, partnership, intimacy, satisfaction with sexual life. The conative component includes: libido, sexual interest, openness of experience, adaptive sexual scenarios, sexual security (absence of violence, coercion, blackmail, discrimination), freedom of expression, equal partnership.

Factors of sexual well-being are individual (permissiveness, sexual interest, realized sexuality), dyadic (relationships as value, sexual communication, intimacy, trust, openness) and evaluation factors (satisfaction with one's own self-sexual, satisfaction with sexual relations, partnership, satisfaction with sexual life in general).

We can talk about the levels of determinations of sexual well-being: 1)) determinants of the personal level or microsystem (socio-demographic characteristics, sexual dysfunctions, personality traits, sexual self-disclosure, attitudes toward sexuality and subjective well-being); 2) determinants of the interpersonal level or mesosystem (characteristics of the relationship itself, sexual communication, intimacy, equality, openness, trust, romantic love, partnership), 3) determinants of exosystems (traditions, family values, social support, pregnancy, parenthood, victimization and victimization) in childhood); 4) determinants of macrosystems (religiosity and political ideology, public morals and values, freedom of expression).

Further study of sexual well-being requires empirical verification of theoretical assumptions, clarification of empirical criteria of sexual well-being with the help of

our developed psychological tools for psychodiagnostic measurement of this indicator.

Key words: subjective psychological well-being, subjective sexual well-being, concept of sexual well-being, model of sexual well-being.

Гупаловская Виктория Анатольевна

Кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии, Львовский национальный университет имени И.Франко, г. Львов (Украина)

СУБЪЕКТИВНОЕ СЕКСУАЛЬНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ : КОНЦЕПТУАЛИЗАЦИЯ ПОНЯТИЯ И ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ МОДЕЛЬ

АННОТАЦИЯ

Значение межличностных и сексуальных отношений и реализуемой сексуальности в составе концепций субъективного благополучия рассматривается довольно часто, однако понимание сексуального благополучия представлено довольно невнятно, преимущественно в контексте медицинской проблематики как отсутствие расстройств сексуальных функций, как составляющая сексуального здоровья, приравнивается к удовлетворению сексуальной жизнью.

В данной статье использованы теоретические методы исследований – анализ, обобщение, синтез, концептуализация и моделирование.

Исходя из теорий и подходов к субъективному благополучию, выделен концепт сексуального благополучия и представлена психологическая модель субъективного сексуального благополучия. Мы определяем сексуальное благополучие, как гармоническую реализацию субъектом своей сексуальности на телесно-физическом, душевно-эмоциональном и духовно-ментальном уровнях; гармоничное переживание личностью своей принадлежности к полу и адаптивный способ реализации этой принадлежности. В широком смысле субъективное сексуальное благополучие можно рассматривать как многофакторный конструкт, отражающий собой сложные взаимосвязи культурных (например, континуум нормы, принятой в культуре), социальных (дозволенность определенных мыслей, мнений и действий), психологических (когнитивных, эмоциональных и поведенческих, например, аттрак-

тивність, желательность, удовлетворенность, самооценка), физических (привлекательность, половая конституция) и духовных факторов (трансцендентность, аксиологическая интерпретация).

Сексуальное благополучие можно рассматривать как минимум на двух уровнях – недифицитарном, с позиции отсутствия расстройств и проблем; и на уровне экзистенциальном, осмысленном, экзистенциально наполненном. Согласно уровням развертывания сексуальности сексуальное благополучие можно оценивать на физически-телесном уровне, душевно-эмоциональном и ментально-духовном уровне.

Сексуальное благополучие может быть представлено в триединстве когнитивного, эмоционального и конативного (мотивационных, поведенческих) компонентов. К когнитивному компоненту относим: осознание себя как представителя пола, осознание и принятие собственного Я-сексуального, осознание и принятие собственного гендера, направленности влечения, собственного тела, телесности, принятия партнера, партнерства, наличие доверия и открытости, коммуникации. Эмоциональный компонент включает положительную оценку себя как сексуального субъекта, удовлетворение партнером, партнерством, близостью, удовлетворение половой жизнью. Конативный компонент включает: наличие либидо, сексуального интереса, открытость опыта, адаптивные сексуальные сценарии, сексуальную безопасность (отсутствие насилия, принуждения, шантажа, дискриминации), наличие свободы самовыражения, равноправное партнерство.

Факторами сексуального благополучия выступают индивидуальные (дозволенность, сексуальный интерес, реализуемая сексуальность), диадические (отношения как ценность, сексуальная коммуникация, интимность, доверие, открытость) и оценочные факторы (удовлетворение собственным Я-сексуальным, сексуальными отношениями, партнерством, сексуальной жизнью в целом).

Можно говорить об уровнях детерминации сексуального благополучия: 1) детерминанты личностного уровня или микросистемы (социально-демографические характеристики, сексуальные дисфункции, черты личности, сексуальное самораскрытие, отношение к сексуальности и субъективному благопо-

лучию); 2) детерминанты межличностного уровня или мезосистемы (характеристики самих отношений, сексуальная коммуникация, интимность, равноправие, открытость, доверие, романтическая любовь, партнерство); 3) детерминанты экзосистем (традиции, семейные ценности, социальная поддержка, беременность в детстве); 4) детерминанты макросистем (религиозность и политическая идеология, общественная мораль и ценности, свобода самовыражения).

Дальнейшее исследование сексуального благополучия требует эмпирической проверки теоретических предположений, выделения эмпирических критериев сексуального благополучия с помощью разработанного нами психологического инструментария для психодиагностического измерения этого показателя.

Ключевые слова: субъективное психологическое благополучие, субъективное сексуальное благополучие, концепция сексуального благополучия, модель сексуального благополучия.

How to cite (як цитувати):

Hupalovska, V. (2021). *SUBJECTIVE SEXUAL WELL-BEING: CONCEPTUALIZATION OF THE CONCEPT AND PSYCHOLOGICAL MODEL*. *PSYCHOLOGICAL JOURNAL*, 7 (9), 36 - 47. <https://doi.org/10.31108/1.2021.7.9.3> [in Ukrainian]

Дата отримання статті: 11.07.2021

Дата рекомендації до друку: 15.08.2021

Дата оприлюднення: 30.09.2021