

СЕКСУАЛЬНА САМООЦІНКА ЖІНОК З РІЗНИМИ ОСОБИСТІСНИМИ ХАРАКТЕРИСТИКАМИ

Сісошвілі А. В.

студентка 1 курсу ОР магістр
спеціальність 053 «Психологія» ФПСР

Керівник: **Кременчуцька М. К.**

к.психол. н., доцент кафедри диференціальної та
спеціальної психології, ФПСР

Протягом тривало часу у питанні жіночої сексуальності спостерігалось табу не тільки на сексуальну реалізацію, а й на її дослідження. Жінку вважали істотою асексуальною від природи. На сучасному етапі є можливість досліджувати цю сферу та пов'язані з цим питання.

Тому проблема сексуальної самооцінки жінок є важливим психологічним аспектом, що визначає, як вони сприймають себе у контексті своєї сексуальності та відносин з оточуючими. Це поняття впливає на емоційне благополуччя, самовизначення та задоволеність іншими

аспектами життя. Проте, сексуальна самооцінка може бути різною у різних жінок через їхні унікальні особистісні характеристики. Рівень самоповаги, саморегуляції, рівень емоційного інтелекту, ступінь відкритості та ставлення до ризиків, впливають на те, як жінки сприймають себе у контексті своєї сексуальності. Також важливо враховувати вплив статевого виховання та попередніх сексуальних досвідів. Усі ці фактори взаємодіють між собою, формуючи складну картину сексуальної самооцінки у жінок [2,3].

Розуміння та аналіз впливу цих характеристик може допомогти глибше зрозуміти та заохотити розвиток позитивної сексуальної самооцінки у жінок, що є ключовим елементом для підтримки психічного та емоційного здоров'я. Особистісні характеристики можуть мати значний вплив на сприйняття і вираження сексуальності. Наприклад, люди з високим рівнем самоповаги та впевненості можуть відчувати більше задоволення від своїх сексуальних відносин та бути відкритішими до експериментів[4]. З іншого боку, особи з низькою самооцінкою можуть відчувати стрес та невпевненість у своїх сексуальних здібностях, що може призводити до погіршення стосунків. Також рівень емоційної стійкості може впливати на здатність реагувати на стресові ситуації у сексуальному контексті. Наприклад, люди з високим рівнем емоційної стійкості можуть краще керувати своїми емоціями та переживати менше тривоги у випадках, коли сексуальний досвід не відповідає їх очікуванням. Такі особистості можуть зберігати позитивне сприйняття себе та своєї сексуальності, навіть у випадках тимчасових труднощів [1].

Також на сексуальну самооцінку може впливати ступінь відкритості до нових досвідів та бажання експериментувати. Наприклад, жінки з високим рівнем відкритості можуть бути більш схильними до нових сексуальних практик або різноманітних експериментів. Це

може збільшувати їхнє сексуальне задоволення та сприяти більш глибокому розумінню власної сексуальності. З іншого боку, жінки з низьким рівнем відкритості можуть бути більш консервативними у своїх сексуальних уподобаннях та менш готовими до нових експериментів, що може обмежувати їхні можливості для розвитку задоволення від сексу та розширення сексуального репертуару. Також важливо враховувати соціокультурний контекст, такий як культурні стереотипи, очікування від соціуму та стандарти краси, які пропагуються через рекламу, фільми та соціальні мережі, можуть створювати відчуття недосконалості і тим самим мати негативний вплив на жіночу сексуальну самооцінку [5].

Мета дослідження, проаналізувати вплив особистісних характеристик на сексуальну самооцінку жінок та визначити можливі стратегії підтримки позитивної самооцінки. Розглядаючи різні аспекти особистості, ми можемо краще зрозуміти, які фактори сприяють формуванню позитивної сексуальної самооцінки.

Дослідження впливу різних особистісних характеристик на сексуальну самооцінку може виявитися корисним для розробки індивідуалізованих програм, спрямованих на підвищення рівня психологічного комфорту та емоційного благополуччя у жінок. Глибоке вивчення цієї теми є важливим для розуміння психології жіночої сексуальності та відповідного розвитку індивідуальних підходів до підтримки позитивного сприйняття себе у сексуальному контексті. А розуміння впливу різних аспектів особистості, може допомогти виявити ключові фактори та розробити ефективні стратегії для підвищення сексуальної самооцінки у жінок, що є важливим аспектом психологічного та емоційного благополуччя.

Література

1. Chernyavska T., Yermakova A., Kokorina M. Kremenchutska. Sexual Satisfaction as a Factor of Psychological Well-Being. BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience, 2022. 13(1), 292-307. <https://doi.org/10.18662/brain/13.1/285>
2. Чачко С. Л., Швайкін С. А., Афанасьєва В. Г. Особливості сексуальної поведінки в осіб із різним самоставленням // Науковий журнал «Габітус». Одеса: Видавничий дім «Гельветика», 2023. Вип. 50. С. 137-141. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.24>
3. Гупаловська В. А. Особливості сексуальності жінок із різним самоставленням / В. А. Гупаловська, С. Т. Устянич // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки. - 2015. - Вип. 2(2). - С. 87-95. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhp_2015_2\(2\)__19](http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhp_2015_2(2)__19).
4. Тіло. Шлюб. Секс. Історія інтимних стоснків в українських традиціях / Ірина Ігнатенко. - К.: / Віхола, 2023. - 226 с.