

Матласевич О. В.

## СЕКСУАЛЬНІ ДИСФУНКЦІЇ В ПЕРЕЖИВАННЯХ І СТОСУНКАХ ПОДРУЖНЬОЇ ПАРИ

*У статті розкривається роль та значення сексуальних стосунків у подружньому благополуччі, розглядаються основні види сексуальних дисфункцій та їх причини. Автор акцентує увагу на психологічних чинниках виникнення сексуальних дисфункцій і розглядає їх як головні.*

*В статье раскрывается значение и роль сексуальных отношений в супружеском благополучии, рассматриваются основные виды сексуальных дисфункций и их причины. Автор акцентирует внимание на психологических факторах появления сексуальных дисфункций и рассматривает их в качестве главных.*

*The article highlights role and importance of sexual relations for marital well-being. The main types of dysfunctions and their causes are analysed. The author pays special attention to psychological reasons of sexual dysfunctions and considers them as the main ones.*

Питання сексу, сексуальних взаємин завжди були актуальними для людини, в якому б часі або суспільстві вона не жила. Це пояснюється, з одного боку, таємничістю кохання, запліднення, а з іншого – закритістю даної тематики.

Даним питанням були присвячені праці таких зарубіжних вчених, як З. Фрейд, Е. Берн, Р. Джонсон, Г. Келлі, А. Лоуен, У. Мастерс, М. Мід, В. Райх, З. Лев-Старович та ін. У вітчизняній психології дослідження сексуальності займалися Г. С. Васильченко, А. М. Свядоц (клінічна сексологія та сексопатологія), І. С. Кон (загальні питання сексології), Д. М. Ісаєв та В. Є. Каган (проблеми психосексуального розвитку, дитячої сексології та статевого виховання), С. В. Ді-

денко (психологія сексуальності та сексуальних стосунків) та ін.

Однак, незважаючи на моду та популяризацію сексологічних знань, збільшення проблем і розладів сімейного життя, сексуального здоров'я продовжує спостерігатися, і це певною мірою пов'язане з необізнаністю у питаннях сексуальних стосунків та сексуальної культури. Як зазначає Р. Коллінз, "сексуальні дисгармонії типово властиві культурі Заходу і розвиваються вони внаслідок повального сексуального неучтва, на фоні нереалізованої сексуальності і різних фобій" [3].

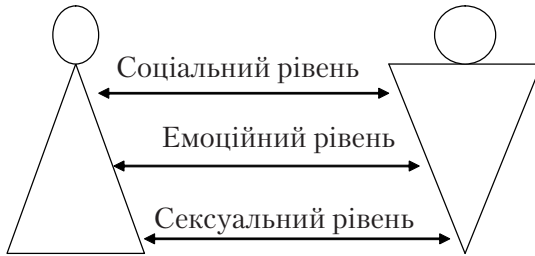
Тому **метою цієї статті** є показати роль та значення сексуальних стосунків у подружньому благополуччі, виявити основні причини сексуальних дисфункцій з метою їх запобігання.

У давньоіндійському трактаті про любов "Гілка персика" зазначалось, що кожна людина може любити на трьох рівнях – душі, розуму і тіла. Вже тоді було зазначено, що взаємостосунки між чоловіком і жінкою неоднорідні, в них присутні різні рівні.

Як основна теоретична концепція даного підходу є ідея І. М. Калінаускаса про можливе позначення в людині як цілому деяких її частин, таких як тіло, свідомість і емоційна сфера. Опора на ці складові дає можливість визначити такі психологічні поняття, як індивідуальність, особистість і сутність. Базовим інструментом індивідуальності є тіло, свідомості – особистість, а емоційної сфери – сутність людини [6, 145]. Таким чином, можливі будь-які комбінації людських стосунків залежно від того, на чому вони базуються (мал.1).

З позиції запропонованої теоретичної моделі ні в якій іншій структурі, крім шлюбно-сімейної, не можна виділити всі три рівні. З цієї точки зору саме шлюбно-сімейні стосунки є найбільш складними [6].

На соціальному рівні партнери розташовані один щодо одного у соціальних ролях. Під соціальною роллю розуміється функція, нормативно схвалений зразок поведінки, очікуваний від кожного, хто займає дану позицію. Вони виконуються незалежно від особистісних рис і інтересів людини. Основа їх побудови – контракт, взаємна домовленість.



**Рис. 1. Рівні людських стосунків**

Емоційний рівень має абсолютно іншу природу, відмінну від соціального. В його основі лежать почуття між подружжям, зокрема – любов, кохання. Якщо розглядати любов як один із цінних проявів людини не тільки до людей, але і до навколишнього світу, то спроба її зорієнтувати виключно на одну людину може збіднити навіть шлюбні стосунки. Домовленість про міцність і незмінність емоцій неможлива. Тому даний рівень можна позначити як принципово не конвенційний. Будь-які гарантії і зобов'язання з приводу почуттів, типу “Я завжди буду тебе любити”, нереальні і навіть шкідливі. Переніс соціального на емоційний рівень, що виражається спробою встановити конвенцію на емоції заради збереження союзу, приводить до напруги і загальної невротизації стосунків. Спотвореною метаморфозою зміщення соціального і емоційного пластів є концепція так званої “соціальної любові”. Вона будується на тому, що любов завжди дається за щось. Тут любов розглядається як дорогоцінність, якою можна нагородити, або за неї слід боротися і заслужити, яку можна втратити і т.д. Справжня любов безумовна за своєю природою і є прийняттям людини (В.Франкл) як унікальної, незалежно від її якостей.

Сексуальні стосунки можуть розглядатися самостійним рівнем, який не змішується з іншими. Тут, на відміну від соціального “треба” і “повинен”, домінує “хочу”. Сьогодні поняття “секс”, незважаючи на певну очевидність, є досить складним і заплутаним. З одного боку, його трактування надто широке, тобто все, що приносить задоволення; з іншого – вузьке, на рівні контакту геніталій. Наприклад, поцілунок – це секс чи ні? Дана плутанина виникає при змішуванні соціального і емоційного рівнів. Нерідко для задоволення емоційних по-

треб в ніжності і душевному теплі люди вступають "за одне" і в сексуальні стосунки, і це може призвести до розчарування.

Якщо говорити про зрілість шлюбно-сімейних стосунків, то вона полягає в тому, **наскільки подружжя може розрізнити окремі рівні своїх взаємостосунків і суміщати (а не змішувати) їх один з одним.** Недиференціювання і ототожнення цих рівнів один з одним є спробою послабити напругу і може розглядатися як ознака соціальної незрілості і психологічної інфантильності.

Як відомо, подружні стосунки є більш стабільними в тих випадках, коли подружжя здатне задовольнити потреби і очікування один одного. Оскільки задоволення сексуально-еротичних потреб подружжя є однією з основних функцій сім'ї, то її порушення, як і порушення будь-якої іншої функції, призводить до дисфункціонування сім'ї, в результаті чого потреби в особистісному і духовному рості подружжя не здатні задовольнитися. Такий шлюб є, швидше, спробою компенсувати власну пустоту, ніж способом збагатити життя. На це ж вказувала і А. Обозова.

Наше виховання з самого дитинства змушує більшість людей розглядати сексуальне спілкування, поряд з іншими природними потягами, як явище непристойне, майже аморальне. Довгий час у нас статевий потяг називали низьким, ганьбливим для людини. Чому? Тому що ми тоді подібні до тварин? Але і голод, і спрага, наприклад, у нас теж, як у тварин. Але задоволення цих потреб визнано абсолютно людським, їх можна задовольняти навіть в присутності інших людей. Отже, варто сказати, що все залежить не від самих почуттів, а від того, коли, яким чином, в якій обстановці ми їх проявляємо, чи є ми їх рабами, чи їх господарями.

Вступаючи в шлюб, люди, звичайно, вступають і в сексуальні стосунки. Але виховані з дитинства уявлення про статевий акт як про щось "нехороше", підсвідомо впливають на подружні стосунки не найкращим чином.

Сексуальне життя значною мірою визначає гармонійність подружнього та сімейного життя. Дисгармонія сімейного життя впливає на чуттєво-сексуальні взаємини у вигляді переживань, порушення функцій організму та поведінки і тому вони стають барометром і показником глибини, змісту та ступеня напруги міжлюдських конфліктів.

За статистичними даними, однією з частих причин розірвання шлюбу є сексуальна незадоволеність, яка заявниками пояснюється статевою невідповідністю. Але якщо розглядати цю проблему з анатомо-фізіологічних позицій, то у більшості випадків такої проблеми немає. Анатомічні показники жінки і чоловіка знаходяться у повній відповідності, і ті аномалії, які зустрічаються у клінічній практиці (надмірні чи малі розміри статевого органу та ін.), настільки нечасті, що можна не брати їх до уваги [2, 232].

Однак кількість всіляких сексуальних порушень у подружніх парах, навіть у відносно стабільних, з кожним роком зростає. Ще у дослідженнях У. Мастерса та В. Джонсон (1970) було зазначено, що до 50% всіх подружніх пар страждають від тих чи інших сексуальних проблем [5, 635]. Франк, вивчаючи статистичні дані, отримані при дослідженні сімей з високим рівнем освіти, відзначив, що до 40% чоловіків і до 63% жінок незадоволені статевим життям та мають сексуальні проблеми [2, 232].

Крім того, клініцисти відзначають, що сексуальні проблеми лежать в основі багатьох жалоб на здоров'я з боку певного числа чоловіків і особливо жінок. Правда, спеціалісти-сексологи, особливо зарубіжні, нерідко схильні абсолютизувати значимість сексуальних зв'язків. Однак, безсумнівно, що постійна сексуальна незадоволеність не тільки неприємна суб'єктивно, вона емоційно збіднює людське життя, позбавляє людину важливих позитивних емоцій, певний мінімум яких їй просто необхідний для забезпечення нормальної життєдіяльності організму.

Гармонія у статевому житті та сімейне благополуччя не завжди збігаються. Зустрічаються дружні сім'ї, але статеве життя подружжя не зовсім задовольняє їх. І навпаки – сексуальне зближення доставляє партнерам відверто великі радощі, але сімейна комунікація відсутня. Замість того, щоб допомогти один одному, подружжя кожного дня з'ясовує стосунки.

При цьому відомо, що близькі у психологічно-емоційному стані люди при найскладніших життєвих ситуаціях не втрачають добрих почуттів і зберігають гармонію сімейних взаємин. Завдяки лонгітюдним дослідженням взаємодії подружніх пар, які провів Дж. Готтман, була розроблена теорія

балансу, відповідно до якої стабільність взаємин або їх розрив можуть бути передбаченими на основі двох змінних: переваги позитивних реакцій (інтерес до партнера, увага тощо) або переваги негативних реакцій (критика, знецінювання партнера і т.д.), які виявляють партнери при розмові. Взаємини подружжя мають сприятливий прогноз, коли відношення позитивних і негативних реакцій дорівнює 5:1, а для нестабільного шлюбу – 1:1 [8].

Сімейна гармонія має загальні типові риси і тому в різних країнах щасливі сім'ї схожі одна на одну. Однак сьогодні частими є дисгармонії в стосунках, в тому числі і сексуальних. Найбільш характерною ознакою дисгармоній є **неузгодженість взаємин між подружжям** по одному з основних чинників або при їх поєднанні. В даному випадку ми розглянемо сексуальні дисгармонії.

За твердженням І.Ф. Юнди, сексуальні дисгармонії можуть мати такі причини:

- 1) сексуальна невідповідність;
- 2) психологічна невідповідність;
- 3) відсутність знання техніки статевої близькості;
- 4) пасивна поведінка жінки під час сексуального спілкування;
- 5) сексуальні розлади;
- 6) безпліддя;
- 7) алкоголізм;
- 8) недотримання правил особистої гігієни і спілкування у подружжі;
- 9) позашлюбні статеві зв'язки і розлучення [7].

У клінічній практиці виділяються особистісні та власне сексуальні дисгармонії. При особистісній дисгармонії основа конфліктних взаємин лежить, головним чином, у структурі особистості одного або обох із подружжя, в їх домінуючих мотивах. При сексуальній дисгармонії основну роль відіграють сексуальні характеристики партнерів, починаючи з невідповідності у програмах індивідуальних "сексуальних сценаріїв". У більшості випадків спостерігається поєднання обох видів дисгармоній.

Як зазначає Г. С. Васильченко, динаміка дисгармоній характеризується двома закономірностями:

- 1) при будь-якому варіанті дисгармоній з часом пору-

шуються як міжособистісні стосунки, так і сексуальна взаємодія;

2) якщо дисгармонія починається з порушення міжособистісних стосунків, то розлад сексуальних взаємин і розрив шлюбного союзу виникає швидше, ніж при ізольованій сексуальній невідповідності [1].

Найбільш важливу роль у розвитку подвійних дисгармоній відіграють розходження в сексуальних запитах партнерів, які склалися внаслідок виховання та поведінкових стереотипів. Сексуальні дисгармонії можуть виникнути і в результаті розчарування у партнері, наприклад, в результаті зради або при прийнятті у шлюбі позиції авторитарності, утриманства тощо. В цих випадках включаються механізми психологічного захисту і знижується сексуально-еротична привабливість партнера, сексуальне спілкування стає прикритим обов'язком.

Звідси випливає, що ключовим у збереженні гармонійних стосунків подружжя є особистісні якості партнерів, їх соціальна зрілість, вихованість, культура почуттів, одним словом, соціально-психологічна грамотність.

В доказ даному висновку коротко розглянемо етіологію таких основних видів порушення сексуального життя, як фригідність (у жінки) та імпотенція (у чоловіка).

Фригідність – це статевая холодність (від лат. Frigiditas – холод), при якій відзначається зниження рівня сексуального потягу і відсутність задоволення сексуальним життям. За статистикою, майже 63% європейських жінок страждають на фригідність, у той час як у східних – такий розлад фіксується лише у 5 % випадків [2]. Без сумніву, різниця не ймовірна. У чому ж причина?

По-перше, формування лібідо і характер статевої функції жінки залежить не стільки від рівня естрогенів у крові, скільки від великої кількості зовнішніх і психологічних факторів, зокрема емоційних стосунків.

За твердженнями З. Лева-Старовича, зовсім немає “холодних” жінок, а є жінки, які “не зігріті увагою і турботою чоловіка, його лагідністю та ніжністю”. Така поведінка чоловіка, особливо у шлюбі, часто обумовлюється не тільки його “егоїзмом і грубістю”, але й повним незнанням питань статевого життя і шлюбу [4].

По-друге, за нашими припущеннями, це зумовлено фемінізацією європейської жінки. Відомо, що сексуальна поведінка виступає у двох проявах: 1) коли партнер виявляє сексуальну активність і 2) коли інший партнер сприймає сексуальну поведінку, направлену на нього. Тобто, в стосунках завжди важливо як віддавати, так і приймати. Сьогодні, як і завжди, соціальні і культурні стереотипи великою мірою визначають поведінку людини. В даному випадку, на Заході можна спостерігати так звану "боротьбу за владу" між чоловіком і жінкою, що заважає їм обом розкрити свої архетипічні структури і духовно зростати в парі.

Іншим порушенням сексуального життя жінки є вагінізм – страх чогось або всього, що так чи інакше пов'язано зі статевим життям. Він розвивається на фоні афективних порушень, викликаних конфліктами в сім'ї, гострим страхом вагітності або аборту, страхом смерті від пологів тощо. Не останню роль може відіграти наростаюча антипатія до чоловіка, відраза до нього в результаті якихось неприйнятних для жінки фізичних або моральних його якостей. Страх болю як наслідок сексуальної невихованості і грубості чоловіка, який думає тільки про власні відчуття, призводить до постійної травматизації жінки.

Таким чином, фригідність та вагінізм можуть бути засобами захисту від партнера, який для жінки непривабливий. Крім того, зазначені дисфункції лежать в основі багатьох психосоматичних розладів, наприклад, психосоматичного та вторинного безпліддя.

Для чоловіків сексуальне життя та статева функція завжди мали особливе соціальне та психологічне значення. Це обумовлюється, ймовірно, тим, що чоловіки, як правило, зводять прояви своєї мужності до ознаки статі. В результаті цього при найменшому прояві зниження потенції їхня психіка стає вкрай вразливою. Страх перед можливою невдачею, в свою чергу, породжує наступні психосоматичні розлади, зокрема імпотенцію. І слід зазначити, що частіше має місце саме психічна, а не органічна імпотенція. Фахівці зазначають, що імпотенція органічного генезу займає приблизно 10% випадків, а решта 90% - зумовлені фізичною або розумовою втомою, частими хвилюваннями, тривогою, відразою до сексуального партнера, і головним чином, психотравмуючими ситуаціями в сім'ї.



Серед найбільш поширених переживань чоловіків, які страждають на зазначений розлад, є втрата віри у вірність дружини, розкаяння після випадкових статевих зв'язків, а також переживання, викликані неповагою, грубістю та переслідуваннями дружини. До цього далі додаються страждання від усвідомлення свого безсилля, від необхідності приходувати “ганьбу” від оточення. Оптимістичні очікування і надії поступово витісняються тривогою, сумнівами і невпевненістю в собі. Одна тільки думка про можливість своєї неіездатності викликає почуття сорому, гіркоти і страху.

Слід зазначити, що тип партнерських взаємин при зазначених дисфункціях, як правило, симбіотичний, тобто відносини демонструють стабільний ієрархічний порядок: один партнер домінує у поведінці, інший – пристосовується.

Таким чином, серед основних причин сексуальних дисфункцій можна виділити психологічні причини, зокрема:

1) відсутність належного виховання у сім'ї, наслідки невдалого шлюбу батьків, домінування в сім'ї матері або авторитаризм і деспотизм батька;

2) ідеологія та філософія у ставленні до сексу, репресивна сексуальна мораль у сім'ї;

3) психосексуальна травма (досвід грубого поводження партнера, зґвалтування тощо);

4) дуже рання або пізня сексуальна ініціація;

5) стереотипи поведінки та сексуальні міфи (інформація про сексуальне життя може впливати на ті або інші види статевих стосунків, підвищених вимог до партнера тощо).

Підсумовуючи, слід зазначити, що сексуальна гармонія – це основа інтимного подружнього благополуччя, але не саме благополуччя. Важливу роль при цьому відіграє вміле взаємне приязне спілкування, психологічна підготовленість у питаннях міжособистісних взаємин.

На думку С. Пейдж, секрети сексуального благополуччя подружніх пар можна звести до шести принципів, які були сформульовані вченим у процесі інтерв'ю [5].

1. Благополучні пари сприймають секс як складову частину їх 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 в сексі чоловіків, і тим, що радує жінок.

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.

### Література

1. Васильченко Г. С. Сексопатология (справочник). – М.: Медицина, 1990. – 187 с.

2. Діденко С. В. Психологія сексуальності і сексуальних стосунків: Навчальний посібник. – К.: Арістей, 2003. – 312 с.

3. Коллинз Р. Коскультурные исследования гендерной проблематики // Социс., 2000. – № 2. – С. 28.

4. Лев-Старович З. Секс в культурах мира: Пер. с польс. – М.: Мысль, 1991. – 255 с.

5. Пейдж С. Супружеская жизнь. Путь к гармонии. – М., 1996 // Психология и психоанализ сексуальности. Хрестоматія. – Самара: Издательский Дом БАХ-РАХ-М. – 2002.

6. Психологическая мастерская Сергея Петрушина // Журнал практического психолога, 2007. – № 2. – 222 с.

7. Юнда И. Ф., Юнда Л. И. Сексологические основы семейной жизни. – К.: Здоровье, 1993. – 208 с.

8. Gottman J. M. A Theory of Marital Dissolution and Stability. – Journal of Family Psychology. – 1993. – № 7. – P. 57-75.