

МЕЛІТОПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦЬКОГО

Факультет фізичної культури, спорту та психології

Кафедра психології

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття ступеню вищої освіти «магістр»

на тему «**РОЗВИТОК СЕКСУАЛЬНОЇ ОБІЗНАНОСТІ МОЛОДІ У
КОНТЕКСТІ ФОРМУВАННЯ ВІДПОВІДАЛЬНОГО
БАТЬКІВСТВА**»

Виконала: здобувачка вищої освіти
групи пс242м
Спеціальності 053 Психологія
ОП Психологія. Практична психологія
Глебова Анастасія Сергіївна

Керівник: канд. психол. наук, доцент
Остополець Ірина Юріївна

Рецензент: д-р психол. наук, професор
Харківського національного економічного
університету ім. С. Кузнеця
Афанасьєва Наталя Євгенівна

Запоріжжя – 2025 р.

АНОТАЦІЯ

Глебова Анастасія Сергіївна

Розвиток сексуальної обізнаності молоді у контексті формування відповідального батьківства

Магістерська кваліфікаційна робота присвячена дослідженню психологічних чинників і психоедукаційних умов розвитку сексуальної обізнаності молоді як важливої складової формування відповідального батьківства. Актуальність теми зумовлена недостатнім рівнем сексуальної освіти в українському суспільстві та потребою у формуванні у молоді усвідомленого ставлення до сексуальності, сімейного життя й виховання дітей.

У роботі розглянуто теоретичні засади поняття сексуальної обізнаності, її структуру та компоненти (когнітивний, емоційний, соціальний і поведінковий), проаналізовано феномен відповідального батьківства як соціально-психологічну категорію та роль сексуальної освіти у його становленні. Особливу увагу приділено зарубіжному досвіду впровадження програм сексуальної освіти й психологічним особливостям формування сексуальної культури молоді.

У межах емпіричного дослідження проведено опитування серед молодих людей віком від 19 до 40 років ($n = 108$) з метою оцінки рівня сексуальної обізнаності, джерел отримання інформації та ставлення до відповідального батьківства. Результати аналізу засвідчили недостатній рівень системних знань і значну роль неформальних джерел (медіа, соціальні мережі, однолітки) у формуванні сексуальних уявлень.

У практичній частині розроблено та апробовано авторську програму розвитку сексуальної обізнаності молоді, що включає інтерактивні заняття, тренінгові вправи, обговорення питань сексуального здоров'я, емоційної зрілості та сімейних цінностей. За результатами апробації виявлено позитивну динаміку: підвищення рівня знань про сексуальність, зниження стереотипів і формування більш відповідального ставлення до питань батьківства.

Розроблена програма може бути використана практичними психологами, педагогами та соціальними працівниками у роботі з молоддю для формування культури відповідального батьківства.

Ключові слова: сексуальна обізнаність, сексуальна освіта, молодь, відповідальне батьківство, психологічна готовність, сексуальна культура.

ABSTRACT

Hliebova Anastasiia Serhiivna

Development of sexual awareness among youth in the context of forming responsible parenthood

The master's thesis is devoted to the study of psychological factors and psycho-educational conditions that promote the development of sexual awareness among young people as a foundation for responsible parenthood. The relevance of the study lies in the insufficient level of sexual education in Ukrainian society and the need to foster a conscious attitude toward sexuality, family life, and child-rearing.

The paper explores the theoretical foundations of sexual awareness, its cognitive, emotional, social, and behavioral components, as well as responsible parenthood as a socio-psychological phenomenon. It also analyzes the role of sexual education and international experience in implementing comprehensive sex-education programs.

An empirical survey of 108 participants aged 19–40 assessed the current level of sexual awareness, sources of information, and attitudes toward responsible parenthood. The findings revealed limited structured knowledge and a strong influence of informal sources such as media, peers, and social networks.

A practical program aimed at developing sexual awareness among youth was designed and tested. It included interactive training sessions and discussions addressing sexual health, emotional maturity, and family values. The results demonstrated significant improvements in knowledge, attitudes, and readiness for responsible parenthood.

The proposed program can be applied by psychologists, educators, and social workers in youth education and family-preparation initiatives.

Keywords: sexual awareness, sex education, youth, responsible parenthood, psychological readiness, sexual culture.

РЕФЕРАТ

до кваліфікаційної роботи

на тему **«Розвиток сексуальної обізнаності молоді у контексті формування відповідального батьківства»**

здобувачки вищої освіти спеціальності 053 Психологія

Глебової Анастасії Сергіївни

Науковий керівник: канд. психол. наук, доцент Остополець Ірина Юріївна

Сучасні соціально-психологічні виклики, пов'язані з трансформацією сімейних цінностей, інформаційною відкритістю та зміною ролей у суспільстві, зумовлюють необхідність формування у молоді високого рівня сексуальної обізнаності. Це є передумовою розвитку відповідального ставлення до репродуктивного здоров'я, створення гармонійних стосунків і готовності до батьківства. Відсутність системної сексуальної освіти в Україні призводить до підвищення рівня підліткової вагітності, поширення інфекцій, що передаються статевим шляхом, та збереження гендерних стереотипів.

Актуальність теми полягає у необхідності наукового обґрунтування психологічних і психоедукаційних умов розвитку сексуальної обізнаності молоді як чинника формування відповідального батьківства.

Розробка обраної теми важлива з огляду на можливість вирішення низки актуальних проблем:

1. Підвищення рівня сексуальної культури молоді через науково обґрунтовані освітні програми.
2. Формування відповідального ставлення до батьківства як усвідомленого життєвого вибору.
3. Профілактика ризикованої сексуальної поведінки та попередження негативних наслідків неінформованості.
4. Зміцнення інституту сім'ї шляхом розвитку емоційної зрілості й відповідальності у стосунках.

Об'єкт дослідження: процес формування сексуальної обізнаності молоді як складової відповідального батьківства.

Предмет дослідження: психологічні особливості та чинники розвитку сексуальної обізнаності молоді.

Мета дослідження: визначити психологічні, педагогічні та соціальні умови, що сприяють розвитку сексуальної обізнаності молоді для формування відповідального ставлення до батьківства.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати теоретичні підходи до визначення сутності сексуальної обізнаності.
2. Розкрити взаємозв'язок між рівнем сексуальної обізнаності та готовністю до відповідального батьківства.
3. Вивчити сучасний стан сексуальної освіти в Україні та зарубіжний досвід її впровадження.
4. Провести емпіричне дослідження рівня сексуальної обізнаності молоді.
5. Розробити й апробувати психоедукаційну програму розвитку сексуальної обізнаності.

Гіпотеза дослідження: підвищення рівня сексуальної обізнаності молоді за допомогою цілеспрямованих освітньо-психологічних програм сприяє формуванню відповідального ставлення до батьківства, усвідомленню цінності сімейних стосунків і зниженню ризикованої сексуальної поведінки.

Методи дослідження:

- теоретичні: аналіз і узагальнення наукових джерел із психології, педагогіки та сексології;
- емпіричні: анкетування, інтерв'ювання, методи порівняльного та кореляційного аналізу;
- статистичні: описова статистика, перевірка гіпотез із використанням коефіцієнтів кореляції Пірсона.

Емпірична база дослідження: 108 осіб віком від 19 до 40 років (студенти, працююча молодь). Основна частина вибірки — жінки (74,29%), чоловіки —

25,71%. Дослідження проводилося онлайн із використанням авторської анкети, що оцінювала рівень знань, ставлення до сексуальності та розуміння відповідального батьківства.

Основні результати: аналіз показав недостатній рівень системної сексуальної освіти серед молоді, переважання неформальних джерел інформації (медіа, соціальні мережі) та наявність гендерних стереотипів. Водночас молодь виявляє високу зацікавленість у науково обґрунтованих освітніх програмах із питань сексуальності.

Практична частина містить розробку авторської програми розвитку сексуальної обізнаності молоді, що включає інтерактивні лекції, тренінги, обговорення питань контрацепції, сексуального здоров'я, емоційної зрілості та сімейних цінностей. Апробація програми засвідчила позитивні результати: підвищення рівня знань, зміцнення комунікативних навичок, формування відповідального ставлення до репродуктивних рішень.

Наукова новизна: полягає у визначенні психологічних механізмів розвитку сексуальної обізнаності та в розробці психоедукаційної програми, спрямованої на формування культури відповідального батьківства.

Практичне значення: результати можуть бути використані у роботі практичних психологів, педагогів, соціальних працівників і впроваджені у профілактичні програми для молоді в освітніх закладах.

Структура роботи: дипломна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків та списку використаних джерел (61 найменування). Обсяг роботи — 54 сторінки основного тексту, що містить 10 таблиць і 4 рисунків.

Апробація результатів: основні положення дослідження представлені на Всеукраїнських і Міжнародних науково-практичних конференціях (Запоріжжя, Київ, 2024–2025 рр.).

Рік виконання кваліфікаційної роботи – 2025 р.

Місце виконання: Громадська організація «Міжнародна асоціація психологів та консультантів із сексуальної освіти», м. Київ.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ РОЗВИТКУ СЕКСУАЛЬНОЇ ОБІЗНАНОСТІ МОЛОДІ У КОНТЕКСТІ ФОРМУВАННЯ ВІДПОВІДАЛЬНОГО БАТЬКІВСТВА.....	6
1.1 Психологічний зміст поняття та структура сексуальної обізнаності.....	6
1.2. Відповідальне батьківство як соціально-психологічний феномен.....	11
1.3. Роль сексуальної освіти у формуванні відповідального ставлення до батьківства.....	14
1.4. Досвід зарубіжних країн у впровадженні програм сексуальної освіти.....	16
1.5. Психологічні особливості молоді у процесі формування сексуальної обізнаності.....	18
Висновки до Розділу I.....	24
РОЗДІЛ 2 СУЧАСНИЙ СТАН СЕКСУАЛЬНОЇ ОБІЗНАНОСТІ МОЛОДІ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА ГОТОВНІСТЬ ДО ВІДПОВІДАЛЬНОГО БАТЬКІВСТВА.....	25
2.1. Організація та методологія дослідження.....	25
2.2. Аналіз досвіду та ставлення до сексуальності.....	28
2.3 Кореляційний аналіз.....	31
Висновки до Розділу II.....	34
РОЗДІЛ 3 РОЗРОБКА ТА АПРОБАЦІЯ ПРОГРАМИ З РОЗВИТКУ СЕКСУАЛЬНОЇ ОБІЗНАНОСТІ МОЛОДІ.....	35
3.1. Зміст програми сексуальної обізнаності.....	36
3.2. Дослідження сексуальної самоефективності.....	38
3.3. Методика вивчення установок щодо відповідального батьківства.....	39
3.4. Апробація програми.....	40
3.5. Оцінка ефективності (анкети, фокус-групи, тестування).....	42
3.6. Результати та аналіз ефективності.....	43
3.7. Результати самозвітів учасників авторської програми сексуальної обізнаності.....	46
3.8. Пропозиції щодо масштабування програми.....	48
ВИСНОВКИ.....	52
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	54

ВСТУП

Згідно з положеннями Національної доктрини розвитку освіти, Україна у своїй державній освітній політиці спрямовує зусилля на забезпечення прискореного розвитку освіти та науки, а також на розкриття фізичного, інтелектуального, морального та інших потенціалів особистості. Це сприяє її самоствердженню та самореалізації. Одним із важливих аспектів процесу соціалізації є підготовка молоді до самостійного сімейного життя. Основи сексуальної освіти мають висвітлювати психологічні аспекти, соціальні механізми створення сім'ї, виховання дітей, формування гармонійних стосунків між партнерами тощо [1].

Заклади освіти зобов'язані відповідати суспільним очікуванням, формуючи сучасну молодь із необхідними компетентностями, такими як соціальна, громадянська, комунікативна, професійна та інші. Особливу увагу слід приділити створенню умов, які сприятимуть реалізації молоддю індивідуальної життєвої траєкторії. Для цього соціально-педагогічна діяльність використовує широкий спектр традиційних і новаторських методів та інструментів [1].

Сексуальні питання часто неадекватно пояснюються людям, які потребують поради, незалежно від їх віку, через релігійні переконання чи табу. Недостатня освіта дітей у практичних питаннях контрацепції та статевої поведінки часто ґрунтується на вірі в те, що ця інформація сприятиме надмірній розкутості. Контрацепція заборонена в деяких країнах, аборти є незаконними у багатьох із них, мастурбація зазвичай вважається девіантною. Відсутність статевого виховання посилює існуючі табу, що може призвести до ранньої імпотенції або відсутності задоволення, комплексів провини або небажаної вагітності та абортів тощо. Сексуальне «придушення» також може призвести до насильства та девіантності [2].

Проблема сексуальної освіти молоді є предметом досліджень як українських, так і зарубіжних науковців. В Україні у вивчення цього питання

приймала участь низка науковців, але варто відмітити Оксану Безпалько, яка вивчала питання репродуктивного здоров'я та статевого виховання молоді [54], а також Юлію Капшур, що аналізувала психологічні особливості генези сексуальних уявлень особистості в період дорослішання [55]. Олена Сечейко, у свою чергу, зосереджував увагу на психологічних детермінантах сексуальної поведінки підлітків [56]. На міжнародному рівні проблема сексуальної освіти також активно досліджується. Зокрема, Майкл Фінкайлор вивчав сексуальний розвиток молоді у контексті її соціальної адаптації [57], а Джон Сантрок аналізував вплив статевого виховання на психосексуальний розвиток підлітків [58]. Значний внесок у впровадження комплексної сексуальної освіти зробила Мері Калдерон, яка займалася розробкою освітніх програм у США та країнах Європи [59].

Дослідження цих учених підкреслюють важливість статевого виховання у формуванні здорової сексуальної культури та відповідального ставлення до сімейного життя, що є ключовим чинником соціалізації молоді.

Недостатній рівень статевого виховання в сім'ях може мати багато серйозних наслідків для молоді, які проявляються як у психологічному, так і у фізичному плані. Серед таких: формування негативного сприйняття власного тіла та сексуальності [3], виникнення комплексів [4], підвищення ризику небажаної вагітності й абортів [5], підвищення ризику девіантної поведінки та навіть насильства [6], труднощі у формуванні здорових стосунків і в самопізнанні [7], негативний відбиток на сексуальному лібідо і задоволенні від статевого життя [8]. Саме це стало підставою для вибору теми нашого дослідження, присвяченого формуванню сексуальної обізнаності молоді як важливої умови відповідального батьківства.

Об'єктом дослідження є процес формування сексуальної обізнаності молоді як складової формування відповідального батьківства.

Предметом дослідження - сексуальна обізнаність молоді.

Мета дослідження – визначити психологічні та психоедукаційні умови, методи й засоби, що сприяють розвитку сексуальної обізнаності молоді для формування відповідального батьківства.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати науково-теоретичні підходи до розвитку сексуальної обізнаності молоді.
2. Дослідити роль сексуальної освіти у формуванні відповідального батьківства.
3. Оцінити сучасний стан сексуальної обізнаності молоді та їхню готовність до відповідального батьківства.
4. Розробити та апробувати програму з розвитку сексуальної обізнаності.
5. Визначити ефективність запропонованих методів і засобів у формуванні відповідального ставлення до батьківства.

Наукова новизна дослідження полягає у визначенні педагогічних умов та засобів, що сприяють ефективному розвитку сексуальної обізнаності молоді.

Практичне значення роботи полягає у розробці методичних матеріалів для педагогів, психологів і соціальних працівників.

Апробація. Основні ідеї та результати дослідження були представлені в рамках XIV Всеукраїнської науково-практичної конференції «Формування особистості сучасного фахівця як суб'єкта самотворення в умовах освітнього простору» (28.11.2024), Міжнародній науково-практичній інтернет-конференції «Психологічна наука і практика: сучасні виклики та допомога особистості у кризових умовах», 7-й міжнародній науковій конференції «Цифрова економіка та інформаційне суспільство (DEIS2025)», III Міжнародній науково-практичній конференції здобувачів вищої освіти і молодих учених «Євроінтеграційні орієнтири інноваційного наукового пошуку молоді України», нагороджена дипломом I ступеня у II етапі Всеукраїнського конкурсу студентських наукових робіт зі спеціальності С4 Психологія.

РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ РОЗВИТКУ СЕКСУАЛЬНОЇ ОБІЗНАНОСТІ МОЛОДІ У КОНТЕКСТІ ФОРМУВАННЯ ВІДПОВІДАЛЬНОГО БАТЬКІВСТВА

1.1 Психологічний зміст поняття та структура сексуальної обізнаності

Сексуальна обізнаність – це багатовимірне явище, яке охоплює знання, емоційне сприйняття, соціальні установки та поведінкові аспекти, пов'язані із сексуальністю людини. Вона включає усвідомлення власної сексуальної ідентичності, статевого розвитку, репродуктивного здоров'я, ризиків та відповідальної сексуальної поведінки [13].

У науковій літературі сексуальну обізнаність визначають як рівень розуміння особою питань сексуальності, її фізіологічних, психологічних та соціокультурних аспектів [14]. За підходом Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), сексуальна обізнаність є ключовим фактором для формування здорових сексуальних відносин, профілактики ризикованої поведінки та збереження репродуктивного здоров'я [15].

Santelli зі співавторами розглядають сексуальну обізнаність через призму когнітивного та емоційного компонентів. Когнітивний аспект включає знання про статеве дозрівання, методи контрацепції, профілактику інфекцій, що передаються статевим шляхом (ІПСШ), а також про правові та етичні норми сексуальної поведінки [16]. Емоційний аспект охоплює усвідомлення власних бажань, почуттів та меж, а також розвиток сексуальної самоефективності.

Сексуальна обізнаність складається з кількох ключових компонентів:

1. Когнітивний компонент (знання)
 - Біологічні аспекти – статеве дозрівання, анатомія та фізіологія репродуктивної системи [13].
 - Репродуктивне здоров'я – методи контрацепції, профілактика ІПСШ, особливості вагітності та пологів [17].

- Законодавчі аспекти – сексуальні права, згода, відповідальність за сексуальну поведінку [14].

2. Емоційний компонент (усвідомлення почуттів та сексуальної ідентичності):

- Усвідомлення та прийняття власної сексуальності та гендерної ідентичності [18].

- Формування позитивного ставлення до власного тіла та сексуальності [16].

- Розвиток навичок розпізнавання сексуальних бажань і встановлення особистих меж [15].

3. Соціальний компонент (взаємодія та комунікація)

- Стосунки між статями: романтичні, дружні та сексуальні взаємини [19].

- Вплив соціальних норм та культури на сексуальну поведінку [20].

- Розвиток навичок асертивного спілкування, включаючи відмову та обговорення питань безпечного сексу [16].

4. Поведінковий компонент (сексуальна поведінка та її наслідки)

- Відповідальна сексуальна поведінка: використання контрацептивів, планування сім'ї, уникнення ризикованої поведінки [17].

- Наслідки сексуальних рішень: фізичні (вагітність, ПСШ), психологічні (емоційні переживання, самооцінка), соціальні (стигматизація, суспільний осуд) [16].

- Навички прийняття обґрунтованих рішень щодо власної сексуальності [14].

Сексуальна обізнаність є критично важливою для забезпечення здорової сексуальної поведінки, запобігання небажаним наслідкам сексуальних контактів та розвитку відповідального ставлення до власного тіла та відносин [15]. Вона формується під впливом освітніх програм, сім'ї, медіа та культурних норм, а також особистого досвіду та міжособистісної взаємодії [19].

Такий підхід до визначення та аналізу компонентів сексуальної обізнаності дозволяє розглядати її не лише як набір знань, а й як комплексну систему, що включає емоційні, соціальні та поведінкові аспекти сексуального розвитку особистості.

Сексуальна культура визначається як система соціальних норм, традицій, знань, установок і поведінкових моделей, що регулюють сексуальну поведінку людини в суспільстві [21]. Вона формується під впливом сім'ї, освіти, релігійних та культурних чинників, а також медіа і соціальних мереж [14].

Одним із ключових аспектів сексуальної культури є відповідальне ставлення до батьківства, що включає планування сім'ї, усвідомлений підхід до народження дітей, використання контрацепції, готовність до виховання нащадків та емоційну зрілість партнерів [15]. Дослідження підтверджують, що рівень сексуальної культури безпосередньо впливає на репродуктивну поведінку та якість виховання дітей у майбутньому [16].

García-Moreno, Santelli і Rilman зі співавторами відповідно вказують на низку чинників, що визначають взаємозв'язок між рівнем сексуальної культури та відповідальним ставленням до батьківства. UNESCO зазначають, що якісна сексуальна освіта сприяє усвідомленню значення контрацепції, попередженню незапланованої вагітності та розвитку відповідального ставлення до батьківства [14]. Згідно з дослідженням Guttmacher Institute (2020), країни з розвиненою програмою сексуальної освіти мають нижчий рівень підліткової вагітності та вищий рівень усвідомленого батьківства [17]. García-Moreno зі співавторами відмічають, що у деяких суспільствах традиційні гендерні ролі можуть впливати на ставлення до сексуальної поведінки та батьківства [20]. Наприклад, у традиційних суспільствах Латинської Америки зберігається патріархальна модель сім'ї, що може впливати на рівень відповідальності чоловіків у питаннях планування сім'ї. Люди, які мають високий рівень сексуальної культури, частіше використовують сучасні методи контрацепції, планують вагітність та відповідально ставляться до виховання дітей [15]. Дослідження Santelli зі співавторами (2017) показує, що підлітки, які отримали повноцінну сексуальну

освіту, частіше ухвалюють обґрунтовані рішення щодо батьківства. Важливою складовою відповідального батьківства також є емоційна зрілість, що включає вміння приймати довгострокові рішення, відповідальність за партнера та дітей, а також здатність забезпечити стабільне емоційне середовище для розвитку дитини [18].

Одним із найважливіших аспектів сексуальної культури є запобігання ранньому та незапланованому батьківству. Дослідження свідчать, що підлітки, які мають вищий рівень сексуальної культури, рідше вступають у незахищені статеві контакти та частіше використовують контрацепцію [16].

Різні країни вже впровадили ефективні програми статевого виховання для зниження рівня підліткової вагітності. Наприклад, у Нідерландах, де статева освіта починається з раннього віку, спостерігається один із найнижчих показників підліткової вагітності у світі [14].

Таким чином, сексуальна культура відіграє ключову роль у формуванні відповідального ставлення до батьківства. Вона визначає рівень обізнаності щодо сексуального здоров'я, планування сім'ї та виховання дітей. Високий рівень сексуальної культури сприяє усвідомленим рішенням щодо народження дітей, знижує рівень підліткової вагітності та забезпечує здоровий емоційний розвиток майбутнього покоління.

Розуміння рівнів сексуальної обізнаності в різних вікових групах є важливим для ефективного впровадження програм статевого виховання, спрямованих на формування здорового ставлення до сексуальності та відповідального батьківства (Табл. 1.1) [15].

Таблиця 1.1

Рівні сексуальної обізнаності за віковими групами

Період	Вік	Загально	Основні характеристики та події
Дошкільний вік	3-6 років	Початкове усвідомлення	- Зацікавленість відмінностями між статями.

		статевої приналежності	<ul style="list-style-type: none"> - Питання про народження дітей. - Формування базових понять про власне тіло.
Молодший шкільний вік	7-10 років	Розширення знань про тіло та міжособистісні стосунки	<ul style="list-style-type: none"> - Розширення знань про репродуктивну систему. - Усвідомлення особистих меж та права на приватність. - Розуміння дружби, симпатії та перших романтичних почуттів.
Підлітковий вік	11-18 років	Активне формування сексуальної обізнаності	<ul style="list-style-type: none"> - Формування статевої ідентичності та гендерних ролей. - Усвідомлення відповідальності за сексуальну поведінку. - Підвищена вразливість до ризикованої сексуальної поведінки. - Важливість доступу до сексуальної освіти.
Молодий дорослий вік	18-25 років	Завершення процесів фізіологічного дозрівання, розвивається сексуальна автономія та відповідальність за власні рішення	<ul style="list-style-type: none"> - Повноцінне усвідомлення впливу сексуальної поведінки на здоров'я та добробут. - Вміння планувати сім'ю та відповідально ставитися до батьківства. - Сформовані уявлення про здорові стосунки та права у сфері сексуального життя

Дорослий вік	25+ років	Стабілізація сексуальної обізнаності та роль у вихованні наступного покоління	<ul style="list-style-type: none"> - Поглиблення розуміння аспектів сексуального здоров'я та репродуктивних прав. - Формування партнерських моделей взаємодії у стосунках. - Усвідомлення відповідальності за виховання дітей у питаннях сексуальної обізнаності
--------------	-----------	---	---

Дослідження підтверджують, що ранній розвиток сексуальної обізнаності сприяє прийняттю відповідальних рішень щодо сексуального здоров'я та батьківства [16]. Наприклад, країни, де сексуальна освіта є доступною ще з початкової школи, мають нижчі показники підліткової вагітності [17]

Сексуальна обізнаність також допомагає формувати здорові романтичні та сімейні стосунки, що зменшує рівень насильства у відносинах та підвищує якість виховання дітей [20]).

Отже, розвиток сексуальної обізнаності є поступовим і триває протягом усього життя. На кожному етапі розвитку людини змінюються не лише рівень знань, а й усвідомлення відповідальності за власну сексуальну поведінку. Формування комплексної сексуальної освіти, яка відповідає віковим особливостям, є ключовим фактором у запобіганні ризиковій поведінці та сприяє відповідальному ставленню до батьківства.

1.2. Відповідальне батьківство як соціально-психологічний феномен

Відповідальне батьківство є інтегральним соціально-психологічним феноменом, який охоплює сукупність соціальних та індивідуальних властивостей особистості, спрямованих на народження та виховання дітей. Це

явище включає ціннісні орієнтації батьків, їхні установки та очікування, позиції, ставлення, почуття, відповідальність та стиль сімейного виховання [22].

Відповідальне батьківство є комплексним соціально-психологічним феноменом, що поєднує в собі не лише біологічний аспект народження дитини, а й глибоку усвідомленість своєї ролі у її вихованні, розвитку та соціалізації [22]. Це явище охоплює широкий спектр поведінкових, емоційних і когнітивних компонентів, які визначають взаємодію батьків з дитиною та їхню готовність брати на себе відповідальність за її благополуччя.

З психологічної точки зору відповідальне батьківство передбачає наявність у дорослих певного рівня зрілості, емоційного інтелекту та здатності до емпатії. Воно також пов'язане з такими поняттями, як батьківська компетентність, виховний стиль, мотивація до виховання, а також психологічна готовність долати труднощі, що виникають у процесі виховання. Дослідження вказують на те, що батьки, які мають високий рівень самоконтролю, комунікативних навичок та емоційної стабільності, здатні краще адаптуватися до потреб дитини та створювати оптимальні умови для її розвитку [23].

Формування відповідального ставлення до батьківства залежить від низки факторів, які мають як внутрішній, так і зовнішній характер. Одним із ключових внутрішніх факторів є особистісна зрілість людини, її здатність до рефлексії, відповідальність і рівень усвідомлення власної ролі у майбутньому вихованні дитини. Важливу роль відіграє також емоційний досвід самої особи, особливо те, як вона сприймала власних батьків у дитинстві та які моделі поведінки засвоїла [24].

Серед зовнішніх факторів слід відзначити вплив сімейного оточення, освітнього середовища та соціокультурних норм. Сім'я виступає першою інституцією, яка закладає уявлення про батьківські обов'язки та відповідальність. Досвід, отриманий у сім'ї, може як позитивно сприяти формуванню відповідального ставлення, так і створювати труднощі, якщо він був негативним. Освіта та просвітницькі програми, спрямовані на підготовку молоді до сімейного життя, допомагають розвинути уявлення про значення

відповідального батьківства, його етичні та психологічні аспекти. Крім того, соціальне середовище, яке включає масову культуру, медіа та соціальні мережі, формує уявлення про роль батька та матері у сучасному суспільстві [25].

Підготовка молоді до батьківства є складним і багатовимірним процесом, що починається ще в ранньому дитинстві та триває протягом усього життя. Одним із найбільш впливових факторів є сім'я, оскільки саме вона формує базові уявлення про стосунки між батьками та дітьми, моделі поведінки, емоційну взаємодію та відповідальність [23]. Діти, які зростають у середовищі, де панує підтримка, взаєморозуміння та повага, мають вищий рівень готовності до відповідального батьківства у майбутньому.

Не менш важливим є освітній аспект. Сучасна система освіти може відігравати ключову роль у підготовці молоді до майбутнього батьківства, запроваджуючи спеціалізовані курси, тренінги та програми, що охоплюють питання психології виховання, конфліктології, статевого виховання та розвитку емоційного інтелекту. Такі програми сприяють формуванню у молодих людей адекватного розуміння своєї майбутньої ролі та обов'язків у вихованні дітей [22].

Соціальне середовище також здійснює значний вплив, оскільки суспільні норми, культура та традиції визначають очікування щодо батьківських ролей. У сучасному світі медіа та соціальні мережі стали важливими агентами соціалізації, які можуть як підтримувати відповідальне ставлення до батьківства, так і створювати нереалістичні очікування щодо цієї ролі. Тому важливою є просвітницька робота серед молоді, спрямована на формування усвідомленого ставлення до майбутнього батьківства, його викликів та можливостей [25].

Таким чином, відповідальне батьківство є багатогранним явищем, що формується під впливом внутрішніх і зовнішніх чинників. Роль сім'ї, освіти та соціального середовища у підготовці молоді до цього процесу є надзвичайно важливою, оскільки саме вони закладають основи для усвідомленого виконання батьківських обов'язків у майбутньому.

1.3. Роль сексуальної освіти у формуванні відповідального ставлення до батьківства

Сексуальна освіта є важливим інструментом формування відповідального ставлення до батьківства, оскільки сприяє обізнаності молоді щодо питань репродуктивного здоров'я, сімейних цінностей та планування сім'ї. Вона допомагає розвивати усвідомлення наслідків сексуальної поведінки, відповідальність за власне здоров'я та здоров'я майбутнього покоління [26].

У дослідженні, проведеному Safaa Rashad зі співавторами у 2021 році [27], аналізувалось ставлення батьків до сексуальної освіти їхніх дітей. Результати показали, що значна частина батьків визнає важливість сексуальної освіти, однак вважає, що ці питання повинні розглядатися переважно в сімейному колі, а не в школі. Водночас 40% опитаних висловили занепокоєння щодо того, що раннє ознайомлення дітей з питаннями сексуального здоров'я може спричинити надмірну зацікавленість цією темою.

Разом з тим, 55% респондентів погодилися, що відсутність належної освіти може призвести до незапланованих вагітностей та інфекцій, що передаються статевим шляхом. Батьки, які мали вищий рівень освіти, частіше підтримували необхідність викладання сексуального виховання в школах [27].

Отримані результати свідчать про те, що сексуальна освіта відіграє ключову роль у підготовці молоді до відповідального батьківства. Вона допомагає:

- формувати навички прийняття усвідомлених рішень у питаннях статевого життя,
- розвивати відповідальне ставлення до створення сім'ї,
- запобігати небажаним вагітностям та ІПСШ [27].

Батьки, які отримали власну сексуальну освіту в юності, частіше підтримують необхідність відповідного навчання для своїх дітей, що підтверджує важливість міжпоколінної передачі знань [16].

Дослідження Rashad зі співавторами демонструє, що батьки загалом усвідомлюють важливість сексуальної освіти для дітей, але їхні погляди значною мірою залежать від культурних та соціальних факторів. Розширення програм статевого виховання, а також залучення батьків до їхнього розроблення та впровадження може допомогти подолати існуючі бар'єри. Відповідна освіта сприятиме формуванню відповідального ставлення до батьківства серед молоді, що є важливим чинником соціального благополуччя.

Статеве виховання є важливою складовою формування здорового суспільства, оскільки воно впливає на усвідомлене ставлення до власного тіла, репродуктивного здоров'я та міжособистісних стосунків. У різних країнах використовуються різні підходи до статевого виховання, які можна згрупувати в три основні моделі: традиційну (абстинентну), всеосяжну (комплексну) та змішану [26].

Традиційна (абстинентна) модель базується на принципі утримання від сексуальних контактів до шлюбу. Вона популярна в консервативних суспільствах і таких країнах, як США (у деяких штатах), де викладання сфокусоване на моральних аспектах і потенційних негативних наслідках передчасної сексуальної активності (небажана вагітність, інфекції, соціальні наслідки) [16].

Основні характеристики:

- Акцент на моральних та релігійних цінностях.
- Обмежена інформація про контрацепцію та профілактику захворювань.
- Відсутність детальних відомостей про сексуальне здоров'я та взаємостосунки.

Всеосяжна (комплексна) модель передбачає надання науково обґрунтованої інформації про всі аспекти сексуальності, включаючи фізіологію, емоційний аспект, безпечну сексуальну поведінку, контрацепцію, гендерну

рівність та повагу до особистих кордонів. Вона є домінуючою в країнах Західної Європи, Канаді, Австралії [28].

Основні характеристики:

- Навчання починається з раннього віку та адаптується до вікових особливостей.
- Велика увага приділяється темам згоди, емоційних аспектів стосунків і різноманіття сексуальності.
- Використання доказової медицини для інформування про ризики та засоби запобігання небажаним наслідкам.

Змішана модель поєднує елементи традиційної та всеосяжної моделей, зосереджуючись як на моральних аспектах, так і на наукових даних. Він застосовується у багатьох країнах, що розвиваються, а також у деяких регіонах Європи та США [29].

Основні риси:

- Поєднання ідей утримання з інформацією про безпечний секс.
- Обговорення не лише фізичних, а й психологічних аспектів сексуальності.
- Залежність змісту від соціально-культурного контексту країни.

1.4. Досвід зарубіжних країн у впровадженні програм сексуальної освіти

В Україні питання своєчасної сексуальної освіти є надзвичайно актуальним. А як до цього ставляться в країнах Європи та Америки? Розглянемо.

В США немає єдиної загальноприйнятої концепції сексуальної освіти – підхід до цієї теми залежить від законодавства конкретного штату. Освітні програми зазвичай поділяються на два напрями. Перший охоплює широкий спектр питань: розвиток у підлітковому віці, сексуальна орієнтація та гендерна ідентичність, сексуальні стосунки, вагітність і контрацепція. Другий варіант –

більш обмежений за змістом і фокусується лише на заохоченні утримання від сексуальних контактів до укладення шлюбу, не включаючи інформацію про підліткову сексуальність. Попри це, в ряді штатів навіть демонстрація використання презервативів у межах теми контрацепції заборонена, хоча подібні знання є важливою складовою сексуальної освіти [30].

У Нідерландах діти починають знайомитися з основами сексуальної освіти з чотирьох років. Спочатку їм розповідають про особисті кордони, взаємоповагу та безпеку у стосунках. У восьмирічному віці школярі дізнаються про гендерну ідентичність і стереотипи, а в 11 років – про методи контрацепції. У цій країні не вважають підліткову сексуальність або мастурбацію темами, що варто замовчувати. Навпаки, школярам дають вичерпну інформацію про засоби запобігання небажаній вагітності та інфекціям, що передаються статевим шляхом. Велика увага приділяється питанням особистих кордонів, сексуальних цінностей та взаємоповаги між партнерами. Результати такого підходу доволі позитивні: на кожну тисячу підлітків припадає менше дев'яти випадків абортів і лише п'ять пологів у ранньому віці. Крім того, рівень захворюваності на ВІЛ/СНІД у Нідерландах – один із найнижчих у світі [31].

Система сексуальної освіти у Великій Британії залежить від типу навчального закладу – чи він світський, чи релігійний. Основний акцент програми робиться на статеві стосунки та вагітність, а викладання тем безпечного сексу та контрацепції залишається на розсуд учителя. Заняття проходять у форматі лекцій і не передбачають обов'язкової участі – батьки мають право написати заяву, звільнивши дитину від відвідування таких уроків [32].

Швеція є однією з країн-лідерів у сфері сексуальної освіти. У 1933 році там заснували Асоціацію сексуальної освіти (RFSU), а вже у 1955 році відповідні уроки стали частиною шкільної програми. Більшість шведських підлітків отримують знання про секс та контрацепцію саме завдяки цим заняттям. Країна також активно інтегрує теми сексуальної ідентичності, поваги до інших і толерантного ставлення до представників ЛГБТ-спільноти. Ефективність такого

підходу підтверджується статистикою – Швеція має один із найнижчих у світі показників підліткових пологів (2,7 на 1000) [33].

У низці африканських та азійських держав сексуальна освіта залишається під суворою забороною через релігійні норми та традиції. Індія неодноразово намагалася впровадити подібні програми, однак їх блокують консервативні партії, вбачаючи у статевої просвіті загрозу моральним цінностям суспільства [34]. У Китаї діти дізнаються про секс переважно з порнографічного контенту, оскільки у школах ця тема табується. Водночас країна стикається з високим рівнем сексуального насильства над неповнолітніми, що спонукає освітян розробляти спеціальні просвітницькі мультфільми, спрямовані на запобігання домаганням [35]. У Непалі та Пакистані питання статевого виховання взагалі ігноруються, і такі теми не входять до шкільних програм [36].

1.5. Психологічні особливості молоді у процесі формування сексуальної обізнаності

Сексуальність є невід'ємною частиною людської природи, і її формування починається з раннього дитинства. Важливість обговорення питань сексуальності в різні вікові періоди підкреслюється численними дослідженнями, які демонструють позитивний вплив відповідної сексуальної освіти на психосексуальний розвиток дітей і підлітків.

У ранньому віці діти починають досліджувати своє тіло та формувати основи статевої ідентичності. Дослідження показують, що в цей період діти проявляють природну цікавість до власного тіла, відмінностей між статями та сімейних ролей [46]. Важливо, щоб дорослі відповідали на ці питання просто, відкрито і відповідно до вікових особливостей дітей. Сексуальна освіта на цьому етапі має бути спрямована на: ознайомлення дітей з назвами частин тіла та їх функціями [47]; формування здорового ставлення до власного тіла та тілесної автономії; визначення міжособистісного простору і розуміння концепції згоди; навчання правилам особистої безпеки, включаючи розпізнавання небезпечних

ситуацій. Згідно з дослідженнями Javadifar зі співавторами, підготовка вихователів дитячих садків до таких розмов значно покращує їхню обізнаність і здатність ефективно комунікувати з дітьми на ці теми [48]. Дослідження Sanders та Eaton свідчать, що діти, чії батьки відкрито та позитивно обговорюють питання сексуальності, мають більш здорове ставлення до власного тіла і краще розуміють питання особистих кордонів [49]. Для ефективного спілкування рекомендується:

1. Використання простих і зрозумілих слів для пояснення біологічних процесів;
2. Відповіді на дитячі запитання без засудження;
3. Використання книжок та інтерактивних матеріалів для пояснення складних тем [50].

Формування сексуальної ідентичності підлітків і молоді відбувається у процесі соціалізації, зокрема через засвоєння сексологічних знань та розвиток уявлень про фізичні й соціальні характеристики сексуальних партнерів, систему очікувань щодо сексуальних взаємодій, а також гендерні переконання. До її складових належать уявлення про власну сексуальну привабливість, статево-рольова ідентифікація та сексуально-рефлексивні очікування. У дослідженні Кашпур Ю. відмічається, що лише третина українських підлітків і юнаків має високий рівень сформованості цих уявлень. Недостатній розвиток гендерно-рольових концепцій, сексуально-еротичних уявлень і рефлексивних процесів спричиняє спотворене сприйняття сексуальних ситуацій, що може призводити до фрустрації та поведінкової дезадаптації. [37].

Важливим аспектом є також формування системи сексуальних уявлень про себе, що включає емоційно-оцінні переживання підлітків і молоді, зокрема рівень їхньої самооцінки щодо власної сексуальності. Приблизно 20% опитаних не мають труднощів у вираженні та використанні своїх сексуальних якостей, зокрема обізнаності у питаннях сексуальності, фізичної привабливості та комунікативних навичок, під час інтимної міжособистісної взаємодії. Це свідчить про сформоване ціннісне ставлення до власної сексуальності, здатність

до самостійного вибору та низьку схильність до зовнішнього впливу з боку значущих осіб [38].

Підлітковий вік характеризується активним фізіологічним, психологічним та соціальним розвитком. Згідно роботи Kågesten зі співавторами, формування сексуальної ідентичності, романтичні стосунки та вплив соціального середовища є важливими аспектами цього періоду [51]. Нестача адекватної інформації може призвести до хибних уявлень про сексуальність, ризикованої поведінки або психологічного дискомфорту. Теми, важливі для обговорення з підлітками:

1. Фізіологічні зміни під час статевого дозрівання;
2. Сексуальне здоров'я: контрацепція, профілактика ПСШ;
3. Згода, особисті кордони та попередження насильства;
4. Вплив порнографії та соціальних мереж на формування уявлень про сексуальність.

У підлітковому та юнацькому віці спілкування з друзями набуває особливої важливості, оскільки саме в цьому колі вони можуть відкрито обговорювати питання, пов'язані з власним сексуальним життям. Часто така комунікація стає основним способом перевірки достовірності власних уявлень та переживань щодо сексуальності. Молодь активно аналізує еротичний і порнографічний контент, а також доповнює свої знання через самостійний пошук інформації в літературі, спілкування з батьками чи вчителями. Усе це формує їхнє розуміння сексу та сексуальної поведінки [37]. Kirby зі співавторами зазначають, що систематичні огляди програм сексуальної освіти демонструють, що такі обговорення допомагають підліткам ухвалювати більш обґрунтовані рішення та зменшують ризиковану сексуальну поведінку [52]. Щоб бесіди про сексуальність були ефективними, необхідно створити безпечний простір для відкритого діалогу, залучати молодь до інтерактивних програм та тренінгів, надати підліткам достовірні ресурси для самостійного вивчення теми. Дослідження Goldfarb та Lieberman підтверджує, що комплексні та довготривалі освітні інтервенції мають позитивний вплив на сексуальну поведінку підлітків [53]. Складність феномена батьківства зумовлена необхідністю його аналізу з

позицій біологічних, психологічних і соціокультурних аспектів, що включає також рівень сексуальної обізнаності. Батьківство можна розглядати як специфічний вид діяльності, пов'язаний із доглядом, матеріальним забезпеченням, вихованням і навчанням дитини. Як соціальний інститут, воно охоплює два ключові елементи – батьківство та материнство. Згідно із соціокультурним підходом, суспільство визначає та формує відмінності між статями [39]. Відповідно до теорії соціальних ролей, запропонованої Іглі, суспільство очікує, що чоловіки та жінки будуть діяти згідно з усталеними гендерними нормами, аби забезпечити соціальне схвалення. [40]. Таким чином, індивіди мають відповідати усталеним суспільним очікуванням, що формуються щодо них на основі статевої належності. Хоча центральним елементом сім'ї традиційно вважається шлюбний союз чоловіка та жінки, низка науковців підкреслює, що сім'ю визначають не лише подружні стосунки, а й взаємодія між батьками та дітьми – «мати – дитина», «батько – дитина», що, у свою чергу, обумовлює і стосунки між подружжям. Отже, чоловік і жінка набувають статусу батьків, виховуючи дітей, а сім'я виконує функцію реалізації батьківської відповідальності за їхнє становлення та розвиток, включаючи сексуальну обізнаність, що на пряму пов'язана із задоволеністю життям, впевненістю та продовженням роду й майбутнім батьківством.

Це, однак, не означає, що роль батька є ідентичною або лише доповнює материнську роль, так само як і батьківські почуття та прагнення виховувати дітей не можуть розглядатися як суто генетично зумовлені. Також не можна стверджувати, що поведінка батька повністю повторює або майже не відрізняється від поведінки матері. Крім того, рівень емоційної прив'язаності дітей до батька і матері не завжди є однаковим і може залежати від багатьох факторів [41]. Можна говорити про наявність певних відмінностей між традиційним і новим батьківством, коли змінюються погляди на статус, соціальну роль чоловіка-батька, патерни взаємодії та якість впливу батька на фізичне, психоемоційне самопочуття дитини, її поведінку й загалом на формування особистості дитини.

Психологія материнства є однією з найскладніших, але недостатньо досліджених галузей науки. Її актуальність зумовлена демографічними проблемами, зокрема зниженням народжуваності та зростанням кількості дітей, які залишаються без батьківського піклування. Материнство є багатограним феноменом із фізіологічними, еволюційними, культурними та індивідуальними аспектами, що досліджується в межах психології, соціології та медицини. Як зазначають Langdridge, Connolly та Sheeran з функціонального підходу материнство визначається як потребнісно-мотиваційна сфера жінки. Воно розглядається у двох аспектах: як умова розвитку дитини та як частина особистісної сфери жінки [42]. Важливим чинником розвитку материнства є особистісна зрілість матері, яка включає відповідальність, саморозвиток, ціннісні орієнтації та здатність будувати гармонійні стосунки з дитиною. Материнство запускає процес інтеграції жінкою власних життєвих завдань із завданнями виховання дитини. Актуальною проблемою сучасної психології є девіантне материнство, що включає порушення емоційного зв'язку з дитиною та випадки відкритої зневаги або відмови від неї [43]. Водночас існує тенденція до усиновлення дітей жінками, які прагнуть реалізувати материнську роль.

Тож можемо зробити наступні висновки про зміни структури і функцій інституту сім'ї в сучасній Україні:

1. Відбувається зміна моделі материнства, коли дитина перестає бути центральним елементом сім'ї та залишається осторонь сімейної структури, що сприяє зростанню соціального сирітства.

2. Поведінка батька характеризується більшою раціональністю, контролем емоцій та аналітичним підходом до виховання дітей. Його роль змінюється на різних етапах розвитку дитини, а також спостерігається перехід від традиційного до сучасного батьківства. Це включає трансформацію уявлень про соціальну роль батька, його взаємодію з дитиною та вплив на її фізичний, емоційний стан, поведінку й особистісний розвиток.

Формування уявлень про сексуальність і батьківство серед молоді значною мірою залежить від суспільних норм, культурних традицій та виховання.

Сексуальна освіта часто залишається фрагментарною, що сприяє збереженню стереотипів і створенню бар'єрів у розумінні власної сексуальності та майбутньої ролі батьків. Наприклад, дослідження Connell показують, що молоді люди нерідко сприймають батьківство як суто жіночу відповідальність, а роль чоловіка в сім'ї розглядається переважно як фінансове забезпечення [44]. Це відображає гендерні стереотипи, які впливають на сприйняття сімейних ролей та розподіл обов'язків.

Одним із ключових бар'єрів у питаннях сексуальності є недостатня відкритість суспільства до обговорення цих тем. Hyde у своїх дослідженнях відмічає, що молодь часто отримує інформацію про сексуальність із неформальних джерел, що може сприяти формуванню викривлених уявлень та страхів [45]. Наприклад, існує міф про те, що сексуальність і батьківство несумісні на ранніх етапах життя, що може формувати страх перед відповідальністю та уникнення обговорення цих питань у молодіжному середовищі. Крім того, у суспільстві продовжують існувати упередження щодо батьківства серед чоловіків. Дослідження вказують на те, що традиційна модель «суворого батька» поступово змінюється, але очікування від чоловіків щодо прояву емоційної близькості з дитиною залишаються суперечливими. Це створює додаткові труднощі для молодих чоловіків, які хочуть брати активну участь у вихованні дітей, але стикаються з соціальним тиском і відсутністю підтримки.

Таким чином, усунення бар'єрів і подолання стереотипів щодо сексуальності та батьківства серед молоді вимагає комплексного підходу, який включає якісну сексуальну освіту, зміну традиційних уявлень про сімейні ролі та формування відкритого діалогу в суспільстві. Це сприятиме усвідомленому підходу до батьківства та здоровому сприйняттю власної сексуальності.

Висновки до Розділу I.

Сексуальна обізнаність молоді відіграє ключову роль у формуванні відповідального батьківства. Вона охоплює знання про фізіологічні, психологічні та соціальні аспекти сексуальності, сприяє усвідомленню власної сексуальної ідентичності та репродуктивного здоров'я. Високий рівень сексуальної обізнаності допомагає молоді приймати обґрунтовані рішення щодо статевого життя, знижує ризики небажаної вагітності та захворювань, що передаються статевим шляхом, а також сприяє побудові здорових і відповідальних стосунків, що є фундаментом для майбутнього батьківства.

Впровадження комплексної сексуальної освіти сприяє формуванню відповідального ставлення до батьківства. Такі програми охоплюють питання фізіологічних змін під час статевого дозрівання, методів контрацепції, профілактики захворювань, що передаються статевим шляхом, психосексуального розвитку та безпечних стосунків. Розробка та впровадження таких програм є важливим кроком для підготовки молоді до усвідомленого та відповідального батьківства.

РОЗДІЛ 2 СУЧАСНИЙ СТАН СЕКСУАЛЬНОЇ ОБІЗНАНОСТІ МОЛОДІ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА ГОТОВНІСТЬ ДО ВІДПОВІДАЛЬНОГО БАТЬКІВСТВА

2.1. Організація та методологія дослідження

Нами було проведено дослідження-опитування серед молоді, в сім'ях яких не проводились бесіди з питань статевої освіти. Для збору та аналізу даних було використано наступні методи:

1. Анкетування – основний метод дослідження, який дозволив оцінити рівень сексуальної обізнаності молоді. Опитування проводилося онлайн за допомогою Google-форми.

2. Кількісний аналіз – для визначення поширеності різних рівнів сексуальної обізнаності та основних джерел інформації.

3. Якісний аналіз – для оцінки мотиваційних та поведінкових аспектів у відповідях респондентів.

4. Порівняльний аналіз – співставлення отриманих даних із попередніми дослідженнями у цій сфері.

Авторська анкета включала наступні блоки питань: загальні демографічні дані (вік, стать, рівень освіти), джерела інформації про сексуальність (освіта, батьки, друзі, інтернет, соціальні мережі тощо), рівень знань про анатомію та фізіологію статевої системи, рівень розуміння сексуальної поведінки, контрацепції та захисту від інфекцій, що передаються статевим шляхом, ставлення до батьківства та особисте бачення відповідального батьківства.

У дослідженні взяли участь 108 осіб віком від 19 до 40 років. Соціальний статус респондентів можна поділити на три основні категорії: студенти, працююча молодь та інші категорії.

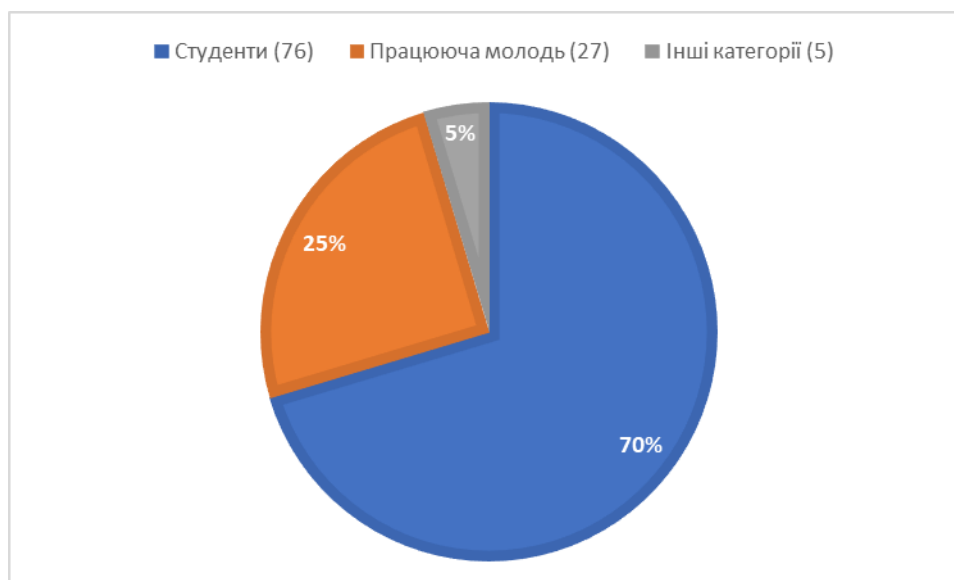


Рисунок 2.1. Розподіл респондентів за соціальним статусом

Найбільшу частку серед респондентів становили студенти, яких виявилось 70% (Рис. 2.1). Це свідчить про те, що велика частина вибірки є молодими людьми, які активно навчаються у вищих навчальних закладах і, ймовірно, отримують сучасні знання щодо різноманітних аспектів сексуальної освіти через академічні програми та позанавчальні заходи, а також власний досвід. Працююча молодь складала 25% вибірки, що також є значною часткою (Рис. 2.1). Ці респонденти вже активно вступили у трудову діяльність, що свідчить про їхнє становлення як молодих фахівців. Вони можуть мати різний досвід у сфері сексуальної освіти, як у межах навчальних програм, так і через інші джерела, такі як медіа, батьківська освіта, соціальні мережі та робочі колективи. Інші категорії становлять лише 5% респондентів (Рис. 2.1). До цієї групи можуть належати люди з більш нестандартними соціальними статусами, які не підпадають під основні категорії «студенти» та «працююча молодь». Це можуть бути люди, які не вчаться і не працюють, або ж займаються певною професійною діяльністю, яка не відноситься до традиційних груп, наприклад, фрілансери, підприємці або особи, які перебувають у пошуках роботи.

Що стосується рівня освіти респондентів, то значна більшість (70%) мають вищу освіту (Табл.2.1). Це відображає велику частку молоді, яка прагне отримати кваліфікацію для подальшого професійного розвитку, що є характерним для

сучасної молоді, яка спрямована на здобуття академічних знань та розвитку кар'єри. Респонденти з вищою освітою можуть мати більш глибоке розуміння різних аспектів сексуальності, зокрема через те, що вивчення соціальних наук, психології чи медицини є важливими напрямками, які можуть вплинути на їх знання в цій сфері. 20% респондентів мають середню освіту, що є меншою часткою, але все ж таки вказує на те, що певна кількість осіб отримала лише базову середню освіту, що може обмежувати їх доступ до додаткових знань, які вони могли б отримати під час вищої освіти чи спеціалізованих курсів (Табл. 2).

Таблиця 2.1

Розподіл респондентів за рівнем освіти

Рівень освіти	Кількість (n)	Відсоток (%)
Середня освіта	22	20%
Вища освіта	76	70%
Неповна вища/Середня спеціальна	10	10%

Це також може свідчити про відмінності у доступі до знань про сексуальне здоров'я, особливо якщо ці респонденти не мали доступу до відповідних навчальних програм чи інформаційних джерел після завершення середньої школи. Ще 10% респондентів мають неповну вищу освіту або середню спеціальну освіту. Ці особи, ймовірно, продовжують своє навчання або вже працюють у певній професійній сфері, отримавши спеціалізовані навички та знання. Такі респонденти можуть мати обмежене уявлення про сексуальне здоров'я або обмежену можливість отримувати сексуальну освіту через відсутність доступу до відповідних освітніх програм в межах їх навчальних закладів або професійної діяльності.

Що стосується статевої приналежності респондентів, то 25,71% опитуваних становлять чоловіки, а 74,29% — жінки (Табл. 2.2).

Таблиця 2.2

Розподіл респондентів за статтю

Стать	Кількість (n)	Відсоток (%)
Чоловік	28	25.71%
Жінка	80	74.29%

Такий розподіл відображає можливі гендерні відмінності у доступі до сексуальної освіти або різні перспективи на сприйняття сексуального здоров'я та освіти у чоловіків і жінок. Вища частка жінок у дослідженні може бути пов'язана з тим, що жінки зазвичай більш відкрито обговорюють питання сексуального здоров'я і освіти, а також більш активно залучені до навчальних і освітніх заходів у цій сфері. Водночас серед чоловіків, можливо, є менше звернень до таких програм, що може відображати культурні або соціальні стереотипи щодо ролі чоловіків у сексуальному здоров'ї та освітніх практиках.

Ці показники мають значення при аналізі та інтерпретації результатів дослідження, оскільки гендерні відмінності можуть впливати на рівень усвідомленості та доступу до знань про сексуальне здоров'я, а також на способи, якими респонденти отримують та застосовують ці знання у повсякденному житті.

2.2. Аналіз досвіду та ставлення до сексуальності

Аналіз результатів опитування продемонстрував, що досвід респондентів у сфері сексуальної освіти та виховання варіюється в залежності від джерел інформації та індивідуальних обставин. Загалом, більшість респондентів (70%) отримували свою першу інформацію про сексуальність через медіа, освітні програми та оточення, зокрема через друзів та однолітків. Важливим аспектом є те, що 74,29% респондентів складають жінки, і, ймовірно, їх досвід сексуального виховання в більшості випадків відрізняється від досвіду чоловіків. Жінки, як правило, мають більше доступу до інформації через відкриті дискусії з подругами або через медіа, де сексуальна освіта висвітлюється в контексті

здоров'я та безпеки. Чоловіки, в свою чергу, часто відчують бар'єри у відкритому обговоренні таких тем, що може спричиняти недостатність знань або спотворене сприйняття сексуальності через відсутність адекватної інформації.

Роль батьків у формуванні першої інформації про сексуальність є важливою, хоча й обмеженою в більшості випадків. У дослідженні лише 20% респондентів згадали, що отримували перші уроки про сексуальність від батьків, причому здебільшого йшлося про загальні, абстрактні поради, які стосуються моральних аспектів сексуальної поведінки. Важливо зазначити, що в багатьох випадках тема сексу була табуованою, і батьки уникали відкритих розмов із дітьми на цю тему. Це, ймовірно, позначилося на рівні освіти респондентів, оскільки відсутність обговорення з батьками може сприяти розвитку упереджень або недостовірних уявлень щодо інтимних стосунків.

Сильним фактором впливу на формування знань про сексуальність виявилися освітні програми. 70% респондентів, які є студентами, отримали певний рівень сексуальної освіти в рамках своїх навчальних курсів, де обговорювались питання сексуального здоров'я, контрацепції, а також психологічних аспектів інтимних стосунків. Водночас ці програми не завжди охоплюють усі аспекти, які важливі для молоді, зокрема, питання різноманітних сексуальних практик, самоідентифікації та гендерної рівності. Школа, як основне освітнє середовище, має потенціал для надання достовірної інформації про сексуальність та інтимні стосунки, однак, за результатами дослідження, більшість освітніх програм є неповними та зосереджені на основних питаннях здоров'я та моральних аспектів. Це може залишати пропуски у знаннях, особливо з тем, які стосуються сексуальної ідентичності, нетрадиційних практик чи складніших аспектів стосунків.

Медіа відіграють важливу роль у формуванні уявлень про сексуальність. Багато респондентів вказали на те, що отримували інформацію через інтернет, фільми, телебачення, що іноді веде до змішання реальних знань із міфами та стереотипами. Це може впливати на формування сексуальної ідентичності та ставлення до інтимних стосунків, особливо у молоді, яка схильна сприймати

медіа як основне джерело інформації. Медіа надають доступ до великої кількості контенту про сексуальність, що включає як правдиву, так і спотворену інформацію. Соціальні мережі та інтернет-ресурси стали важливим джерелом знань, але вони часто просувають стереотипи або обмежують сприйняття сексуальності до поверхневих уявлень, що може негативно позначатися на розвитку здорової сексуальної ідентичності.

Сім'я традиційно має визначальний вплив на формування уявлень про сексуальність. Відкритість та доступність батьків в обговоренні сексуальних тем значно впливають на те, наскільки комфортно і відкрито молоді люди ставляться до сексуальних питань у подальшому житті. Однак лише мала частина респондентів (приблизно 20%) отримувала детальну та відверту інформацію від батьків. Для більшості молодих людей тема сексу залишалася незручним або табуйованим питанням у сім'ї. Досвід комунікації з батьками щодо сексуальності залежав від стилю виховання. Батьки, які активно обговорюють сексуальні питання, створюють більш здорову та відкриту атмосферу для своїх дітей, що дозволяє їм легше адаптуватися до змісту сексуальної освіти в школі та поза її межами. З іншого боку, батьки, які уникали теми сексу або соромилися обговорювати її, можуть створювати для дітей відчуття стиду або нерозуміння власної сексуальності.

Друзі та однолітки також відіграють значну роль у формуванні уявлень про сексуальність. Багато респондентів згадали, що дізналися важливі факти чи міфи про сексуальність саме через неформальні розмови з друзями. Це може створювати як позитивний досвід обміну знаннями, так і ризики поширення неточних чи неперевірених уявлень.

Згідно з результатами дослідження, більшість респондентів мають базові знання про методи контрацепції, хоча рівень практичного застосування цих методів залишається різним. 70% респондентів вказали, що мають чітке розуміння різних методів контрацепції (від презервативів до гормональних засобів), однак не всі використовують їх регулярно (Табл.2.3).

Таблиця 2.3

Знання про методи контрацепції

Знання про методи контрацепції	Кількість (n)	Відсоток (%)
Так, маю достатньо знань	85	78.7%
Частково	18	16.7%
Ні, не маю достатньо знань	5	4.6%

Це може бути пов'язано як з браком достатньої інформації щодо ефективності певних методів, так і з соціальними чи культурними бар'єрами у використанні контрацепції. Молоді люди, особливо студенти, мають більше можливостей для отримання достовірної інформації про контрацепцію в межах навчальних програм, але часто стикаються з труднощами у практичному застосуванні цих знань (Табл.2.4).

Таблиця 2.4

Використання контрацепції

Використання контрацепції	Кількість (n)	Відсоток (%)
Регулярно	60	55.6%
Іноді	38	35.2%
Не використовують	10	9.2%

Це вказує на необхідність подальшого розвитку освіти у сфері сексуального здоров'я, зокрема через інтерактивні та практичні курси, які сприятимуть не лише здобуттю теоретичних знань, але й формуванню здорових звичок.

2.3 Кореляційний аналіз

Щоб оцінити можливі залежності між різними факторами, такими як стать, соціальний статус, рівень освіти та ставлення до сексуальності, можна

застосувати кілька статистичних тестів.

Для оцінки кореляції між рівнем освіти та знаннями про контрацепцію використовуємо коефіцієнт кореляції Пірсона для оцінки взаємозв'язку між рівнем освіти та знаннями респондентів про контрацепцію. Якщо ми припускаємо, що високий рівень освіти позитивно корелює з більш глибокими знаннями про контрацепцію, то в аналізі маємо отримати позитивну кореляцію. Отриманий коефіцієнт кореляції Пірсона між рівнем освіти та знаннями про контрацепцію становить 0.82 (Рис.2.2).

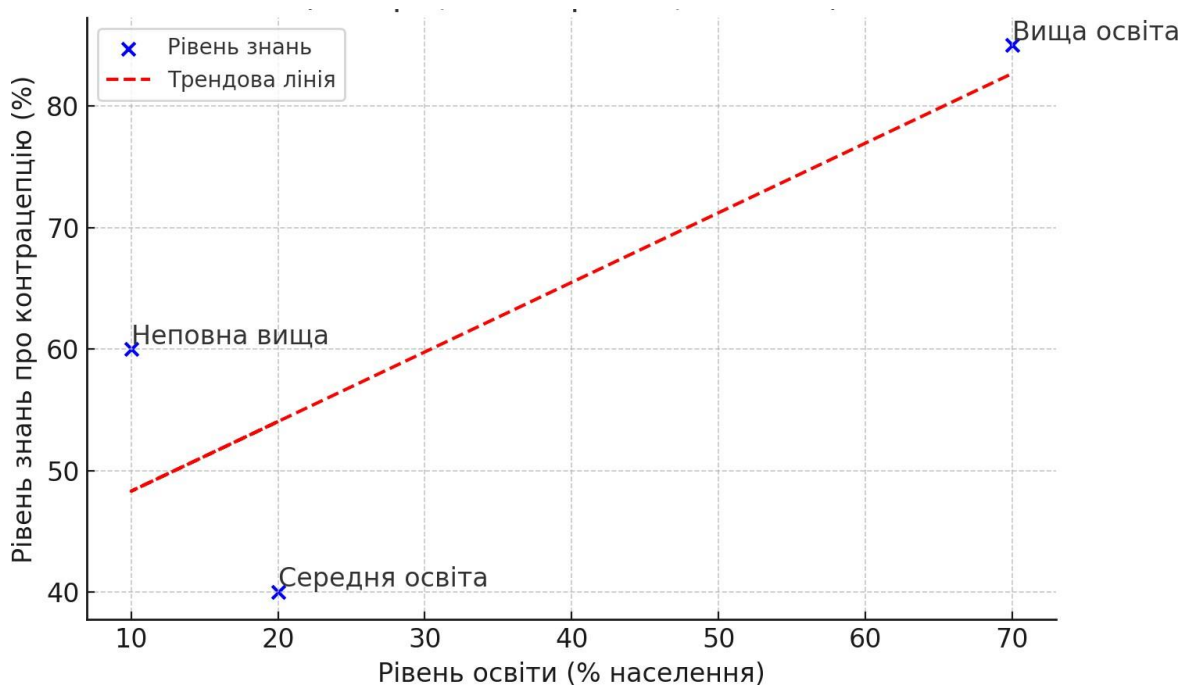


Рисунок 2.2. Кореляція між рівнем освіти та знаннями про контрацепцію

Це свідчить про дуже сильний позитивний зв'язок між цими двома змінними. Тобто, чим вищий рівень освіти респондента, тим кращі його знання про методи контрацепції.

Для оцінки статистичної залежності між двома категоріальними змінними — статтю респондентів і їхнім ставленням до використання контрацепції — було застосовано тест χ^2 . Це дозволило визначити, чи є статистично

значуща різниця між двома змінними або чи вони незалежні. Отже, попередньо було сформовано гіпотези:

1) Нульова гіпотеза (H_0) - стать респондентів і їхнє ставлення до використання контрацепції незалежні.

2) Альтернативна гіпотеза (H_1) - стать респондентів і їхнє ставлення до використання контрацепції залежні.

Таблиця 2.5

Розподіл за статтю та використанням контрацепції

Стать	Регулярно	Іноді	Не використовують
Чоловік	12	10	6
Жінка	48	28	4

Після обчислення очікуваних частот, обчислення значення χ^2 (6.465), визначення ступенів свободи та порівняння з критичним значенням χ^2 (5.99), ми можемо зробити висновок, що існує статистично значуща залежність між статтю респондента і його ставленням до використання контрацепції. Це означає, що стать респондента впливає на його вибір щодо використання контрацепції.

Однофакторний аналіз дисперсії (ANOVA) — це статистичний метод, що дозволяє перевірити, чи є значущі відмінності між середніми значеннями трьох і більше груп. У даному випадку ми визначили, чи відрізняються знання про контрацепцію серед респондентів, що належать до різних соціальних груп.



Рисунок 2.3. Розподіл знань про контрацепцію за соціальним статусом

Висновки до Розділу II.

Після формулювання гіпотез, призначення числових значень для категорій, обчислення середніх значень для кожної групи, обчислення загальної середньої, обчислення сум дисперсій, статистики F (розподіл Фішера), ми можемо зробити висновок, що існують значущі відмінності між соціальними групами (студенти, працююча молодь, інші категорії) за рівнем знань про контрацепцію. Це означає, що соціальний статус має вплив на знання респондентів щодо контрацепції.

РОЗДІЛ 3 РОЗРОБКА ТА АПРОБАЦІЯ ПРОГРАМИ З РОЗВИТКУ СЕКСУАЛЬНОЇ ОБІЗНАНОСТІ МОЛОДІ

Сексуальна обізнаність є важливим компонентом загальної культури молоді та значно впливає на їхнє фізичне, психічне та соціальне благополуччя. У сучасному суспільстві молодь стикається з великою кількістю суперечливих та часто неправдивих джерел інформації щодо сексуальності, статевого розвитку та відносин. Це може призводити до необдуманих рішень, ризикованої поведінки та негативних наслідків для здоров'я. Тож основна мета створення такої програми – формування у молоді науково обґрунтованих знань, відповідального ставлення до сексуального здоров'я та навичок побудови безпечних, гармонійних стосунків.

Основні завдання програми:

1. Інформаційно-просвітницька діяльність:
 - Надати достовірну інформацію про статеве дозрівання, контрацепцію, ЗПСШ.
 - Популяризувати здоровий спосіб життя та відповідальну сексуальну поведінку.
2. Формування навичок відповідальної поведінки:
 - Навчити молодь приймати усвідомлені рішення щодо сексуального життя.
 - Ознайомити з поняттями особистих кордонів, згоди та взаємоповаги у стосунках.
3. Попередження ризикованої поведінки:
 - Вироблення критичного мислення щодо сексуальних стереотипів у медіа.
 - Навчання розпізнаванню та запобіганню сексуальному насильству.
4. Соціально-психологічний аспект:

- Допомогти молоді усвідомити власну ідентичність та сексуальність без стигматизації.
 - Навчити ефективної комунікації щодо питань сексуального здоров'я.
5. Методична підтримка педагогів та батьків:
- Надання рекомендацій щодо обговорення делікатних тем із підлітками.
 - Проведення тренінгів для вчителів, соціальних працівників та батьків.

3.1. Зміст програми сексуальної обізнаності

Ми розробили програму, яка охоплює всі важливі аспекти сексуального здоров'я, розвитку та стосунків, забезпечуючи молодь необхідними знаннями для прийняття відповідальних рішень:

1) Перший блок присвячений фізіологічним змінам у період статевого дозрівання. Розглядається будова та функціонування репродуктивної системи, що допомагає молоді краще зрозуміти власне тіло. Окремо пояснюються гормональні зміни, які впливають на емоційний та фізичний стан, а також питання інтимної гігієни, яка є важливою складовою здоров'я.

2) Другий блок зосереджений на сексуальному здоров'ї та методах контрацепції. Учасники знайомляться з сучасними засобами запобігання небажаних вагітності та їхньою ефективністю. Значна увага приділяється профілактиці захворювань, що передаються статевим шляхом, а також обговорюються потенційні ризики ранніх статевих стосунків.

3) Третій блок стосується психосексуального розвитку та формування статевої ідентичності. Учасники отримують уявлення про поняття сексуальності, її формування та різноманітність проявів. Пояснюється роль гендерних норм у

суспільстві та питання сексуальної орієнтації, що допомагає сформувати толерантне ставлення до різних людей.

4) Четвертий блок присвячений темі безпечних стосунків. Молодь вчиться вибудовувати стосунки на основі взаємоповаги та довіри. Обговорюються питання особистих кордонів, поняття згоди у стосунках, а також як розпізнавати та уникати насильницької поведінки.

У цьому блоці впроваджено когнітивно-поведінкову вправу «Мої думки, почуття і дії в критичній ситуації» [60], яка допомагає учасникам усвідомити зв'язок між власними думками, емоціями та діями у складних ситуаціях (наприклад, коли партнер наполягає на небажаному контакті). Завдяки аналізу альтернативних думок учасники вчаться змінювати емоції й обирати більш безпечну та відповідальну поведінку.

5) П'ятий блок програми зосереджується на питаннях етики та культури сексуальної поведінки. Молодь аналізує, як суспільство сприймає сексуальність, якими мають бути відповідальні стосунки та який вплив мають медіа й соціальні мережі на уявлення про сексуальність.

У цьому блоці застосовується емоційно-фокусована вправа «Якби я був/була батьком/матір'ю» [61], що дозволяє учасникам емоційно уявити власну майбутню роль у сім'ї. Учасники виконують завдання-візуалізацію та діляться враженнями, що формує більш усвідомлене ставлення до батьківства, сприяє розвитку емпатії та відповідальності.

Навчання відбувається в інтерактивному форматі, що включає дискусії, рольові ігри, аналіз реальних ситуацій та психологічні вправи. Завдяки мультимедійним матеріалам учасники засвоюють інформацію у зрозумілій та доступній формі.

Програма передбачає аналіз її ефективності через опитування та психологічні методики («Шкала сексуальної самоефективності», «Опитувальник установок щодо відповідального батьківства»), які застосовуються до та після навчання. Це дозволяє оцінити не лише рівень засвоєння матеріалу, але й психологічні зміни у впевненості та ціннісних установках учасників.

На основі отриманих результатів будуть розроблені рекомендації щодо подальшого впровадження програми в навчальні заклади. Важливим завданням є створення методичних матеріалів для педагогів, які допоможуть ефективно працювати з молоддю у сфері сексуальної освіти.

3.2. Дослідження сексуальної самоефективності

Основною метою застосування методики було дослідження рівня впевненості молоді у власній здатності приймати відповідальні рішення у сфері сексуальної поведінки. Сексуальна самоефективність виступає важливим психологічним показником, що відображає готовність особистості до безпечної сексуальної поведінки, використання контрацепції, уміння відмовитися від небажаного сексуального контакту та вести конструктивний діалог із партнером щодо питань сексуального здоров'я.

Шкала сексуальної самоефективності (Sexual Self-Efficacy Scale) була розроблена на основі підходів до вивчення самоефективності Bandura та адаптована для підлітків і молоді [60]. Вона складається з 12 тверджень, кожне з яких відображає певний аспект поведінки у сексуальних стосунках. Респондентам пропонується оцінити рівень згоди з кожним твердженням за п'ятибальною шкалою (від «повністю не згоден» до «повністю згоден»). Приклади тверджень:

- «Я можу відмовитися від статевого контакту, якщо не відчуваю готовності».
- «Я здатний/здатна наполягати на використанні контрацепції».
- «Я можу обговорювати із партнером питання, пов'язані з моїм сексуальним здоров'ям».

Анкетування здійснювалося індивідуально у письмовій формі. Опитувальник застосовувався двічі: на початковому етапі (до реалізації програми сексуальної освіти) та після її завершення.

Під час обробки результатів підраховувався сумарний бал по всіх твердженнях. Високі значення свідчили про високий рівень сексуальної самоефективності, низькі – про невпевненість та схильність до ризикованої поведінки. Порівняння результатів «до» і «після» програми дозволило зробити висновок про її ефективність у підвищенні психологічної готовності молоді до відповідальної сексуальної поведінки (табл. 3.1).

Таблиця 3.1

Порівняння результатів за Шкалою сексуальної самоефективності (SER) до і після програми

Показник	До програми	Після програми	Δ (зміна)
Сексуальна самоефективність	2,9	4,1	+1,2

Аналіз показав, що після участі у програмі рівень сексуальної самоефективності респондентів зріс. Молодь продемонструвала більшу впевненість у здатності відстоювати особисті кордони, обговорювати використання контрацепції та ухвалювати усвідомлені рішення. Це свідчить про позитивний вплив програми на психологічну готовність до відповідальної сексуальної поведінки.

3.3. Методика вивчення установок щодо відповідального батьківства

Метою даної методики було дослідження рівня сформованості установок щодо відповідального ставлення до батьківства у молоді. Методика дозволяє виявити ціннісні орієнтації стосовно майбутнього сімейного життя, готовність до народження та виховання дітей, а також відповідальність у міжособистісних стосунках.

Опитувальник установок щодо відповідального батьківства (Parenting Responsibility Questionnaire, адаптована версія) складається з 18 тверджень. Відповіді оцінюються за п'ятибальною шкалою. Приклади тверджень:

- «Я вважаю, що народження дітей має бути усвідомленим та запланованим».

- «Я готовий/готова брати відповідальність за виховання дитини».
- «Відповідальне батьківство передбачає рівну участь обох партнерів».

Опитувальник використовувався двічі: на початковому етапі дослідження та після реалізації програми. Це дозволило оцінити, наскільки змінилося ставлення молоді до батьківства під впливом програми сексуальної освіти.

Під час обробки результатів вираховувався середній бал по шкалі. Високі показники свідчили про сформовані установки відповідального ставлення до батьківства, низькі – про відсутність готовності до такої ролі (табл.3.2).

Таблиця 3.2

Порівняння результатів за Опитувальником установок щодо відповідального батьківства до і після програми

Показник	До програми	Після програми	Δ (зміна)
Установки щодо відповідального батьківства	3,2	4,3	+1,1

Після завершення програми молодь продемонструвала вищий рівень сформованих установок щодо відповідального батьківства. Зросла орієнтація на планування народження дітей, відповідальне виховання та рівноправність ролей у сім'ї. Це свідчить, що програма мала позитивний вплив на ціннісні орієнтації респондентів у сфері сімейних стосунків.

3.4. Апробація програми

Для перевірки ефективності розробленої програми з розвитку сексуальної обізнаності серед молоді було проведено апробацію в онлайн-форматі із залученням підлітків, які раніше брали участь у вхідному анкетуванні. Цей етап дав можливість оцінити релевантність змісту програми, зрозумілість матеріалу та рівень зацікавленості цільової аудиторії.

Усі зустрічі проводилися в онлайн-форматі за допомогою платформи Zoom. Такий підхід забезпечив зручність участі для молоді з різних регіонів, а також створив безпечний простір, у якому учасники могли вільно висловлювати думки, ставити запитання — зокрема, анонімно через чат. Це особливо важливо для обговорення чутливих тем, які не завжди комфортно підіймати в офлайн-середовищі.

Участь в онлайн-сесіях брали підлітки віком 14–18 років. Навчання проходило у вигляді інтерактивних лекцій, обговорень, аналізу життєвих ситуацій та мультимедійних презентацій. Використання Zoom дозволило ефективно поєднувати візуальні матеріали з активною взаємодією учасників, що підвищило якість засвоєння інформації.

Перед початком програми учасники заповнили вхідне анкетування для визначення базового рівня знань та ставлення до тем сексуальності, згоди, інтимних стосунків і здоров'я. Після завершення курсу проведено повторне опитування, яке продемонструвало суттєве підвищення рівня обізнаності, зростання відповідальності в оцінці поведінки та зменшення поширених стереотипів.

Зворотний зв'язок від учасників виявився позитивним. Молодь відзначала комфортну атмосферу, чіткість викладу, можливість ставити питання в зручний спосіб, а також доступність матеріалу. Деякі учасники зазначили, що онлайн-формат дозволив почуватися більш вільно і відкрито під час обговорення делікатних тем.

Результати апробації підтвердили доцільність використання онлайн-формату для сексуальної освіти та показали, що навіть дистанційне навчання може бути ефективним, якщо побудоване на основі взаємної поваги, залучення учасників та адаптації до їхніх потреб. На основі відгуків було підготовлено рекомендації для подальшого вдосконалення програми й розробки спеціалізованих методичних матеріалів для онлайн-навчання.

3.5. Оцінка ефективності (анкети, фокус-групи, тестування)

Оцінка ефективності програми з розвитку сексуальної обізнаності молоді є ключовим етапом для визначення її впливу на учасників та подальшого вдосконалення змісту й методів навчання. У процесі апробації програми було використано комплексний підхід, що включав кількісні та якісні методи дослідження:

1. Анкетування до та після проходження курсу. Метою анкетування було визначення початкового рівня знань, ставлення та поведінкових настанов учасників щодо питань сексуального здоров'я та стосунків, а також виявлення змін після завершення програми. Анкета складалася з блоків, присвячених фізіологічним аспектам, методам контрацепції, питанням згоди та особистих кордонів, а також гендерним стереотипам.

2. Фокус-групові обговорення. Після завершення курсу з частиною учасників було проведено онлайн-дискусії у форматі фокус-груп. Метою цих обговорень було глибше розуміння особистих вражень, оцінка змісту програми, методів подачі матеріалу та виявлення можливих покращень. Фокус-групи дозволили отримати якісні дані щодо сприйняття програми та її впливу на учасників.

3. Тематичне тестування. Після кожного модуля програми учасники проходили короткі тести, спрямовані на перевірку засвоєння ключових понять та інформації. Це дозволило не лише оцінити ефективність подачі матеріалу, але й своєчасно виявляти та коригувати можливі прогалини в знаннях.

Застосування цих методів у комплексі забезпечило всебічну оцінку ефективності програми та надало можливість отримати як об'єктивні кількісні показники, так і суб'єктивні якісні відгуки від учасників.

3.6. Результати та аналіз ефективності

Аналіз даних, отриманих у процесі оцінки ефективності програми, виявив суттєві позитивні зміни в рівні обізнаності та ставленні учасників до питань сексуального здоров'я та стосунків.

Анкетування до та після проходження курсу:

1. Рівень обізнаності. Середній показник правильних відповідей на питання анкети до початку курсу становив 52%, тоді як після завершення програми цей показник зріс до 87% (табл.3.3). Це свідчить про значне покращення знань учасників у сфері сексуального здоров'я.

2. Поняття згоди у стосунках. До початку курсу лише 22% учасників мали чітке уявлення про концепцію згоди, тоді як після завершення програми цей показник зріс до 78% (табл.3.3).

3. Усвідомлення ризиків ранніх статевих стосунків. Кількість учасників, які розуміють потенційні ризики ранніх статевих контактів, збільшилася з 41% до 81% після проходження курсу (табл.3.3).

4. Навички визначення та захисту особистих кордонів. Після завершення програми 93% учасників зазначили, що відчують себе впевненими у визначенні та відстоюванні власних особистих меж у стосунках (табл.3.3).

Під час фокус-групових обговорень учасники відзначили, що програма сприяла зняттю табу з багатьох тем, пов'язаних із сексуальністю, та надала можливість відкрито обговорювати важливі питання. Багато хто підкреслив важливість отриманої інформації для формування здорових та безпечних стосунків.

Результати тематичних тестів після кожного модуля показали високий рівень засвоєння матеріалу: середній бал становив 85% правильних відповідей (табл.3.3). Це свідчить про ефективність методів подачі інформації та активної взаємодії з учасниками.

Таблиця 3.3

Результати до і після участі в програмі

Показники сексуальної обізнаності	До програми (%)	Після програми (%)
Рівень загальної обізнаності (анкетування)	52%	87%
Усвідомлення поняття згоди у стосунках	22%	78%
Розуміння ризиків ранніх статевих стосунків	41%	81%
Навички визначення та захисту особистих кордонів	—	93%
Середній результат тематичних тестів	—	85%

Загалом, результати оцінки ефективності демонструють, що програма досягла поставлених цілей, сприяючи підвищенню рівня знань, формуванню відповідального ставлення та розвитку необхідних навичок серед молоді.

З метою об'єктивної оцінки ефективності реалізованої програми розвитку сексуальної обізнаності нами було здійснено порівняльний аналіз рівнів сформованості відповідних знань, установок і навичок у підлітків до та після проведення формувального етапу. Оцінювання здійснювалося за наступними компонентами сексуальної обізнаності: когнітивний, мотиваційний, операційно-діяльнісний (рис.3.1)



Рисунок 3.1. Компоненти сексуальної обізнаності.

З метою виявлення результативності впровадженої Програми розвитку сексуальної обізнаності було здійснено кількісне порівняння рівнів сформованості когнітивного, мотиваційного та операційно-діяльнісного компонентів до початку та після завершення формувального етапу.

Рівень сформованості кожного компонента визначався за трирівневою шкалою:

- високий рівень — свідчить про глибоке знання, позитивне ставлення та здатність до відповідальної поведінки;
- середній рівень — часткове знання та навички, нестійка мотивація або не завжди послідовна поведінка;
- низький рівень — відсутність знань, незацікавленість або неприйняття теми, ризикована поведінка.

Результати дослідження узагальнені у таблиці 3.4, яка відображає динаміку змін кожного з компонентів у відсотковому співвідношенні.

Таблиця 3.4

Динаміка змін компонентів сексуальної обізнаності

Компонент	До програми: В/С/Н	Після програми: В/С/Н
-----------	--------------------	-----------------------

Когнітивний	30% / 45% / 25%	70% / 25% / 5%
Мотиваційний	20% / 50% / 30%	60% / 35% / 5%
Операційно-діяльнісний	15% / 50% / 35%	65% / 30% / 5%

Порівняльний аналіз результатів до і після реалізації Програми засвідчив позитивну динаміку у формуванні всіх трьох компонентів сексуальної обізнаності підлітків. Зокрема, спостерігається істотне зростання кількості учнів із високим рівнем когнітивної обізнаності, усвідомленого ставлення до теми та здатності реалізовувати на практиці безпечну поведінку. Це свідчить про ефективність програми як інструменту розвитку відповідальної, поінформованої й емоційно зрілої молоді особистості.

3.7. Результати самозвітів учасників авторської програми сексуальної обізнаності

Оцінювання результатів апробації програми з розвитку сексуальної обізнаності молоді неможливе без глибокого аналізу зворотного зв'язку від самих учасників. Вивчення відгуків дозволяє не лише зафіксувати рівень задоволеності програмою, а й глибше зрозуміти її вплив на особистісний розвиток молоді, зміни в їхніх переконаннях, поведінкових настановах і загальній обізнаності щодо сексуального здоров'я. Збір зворотного зв'язку здійснювався через відкриті запитання в підсумковій анкеті, у форматі онлайн-фокус-груп після завершення програми, анонімні письмові відгуки учасників у чатах Zoom після кожного блоку.

На основі отриманих даних можна виокремити кілька ключових тем, які найбільш часто згадувалися:

1. Висока інформативність програми. Більшість учасників зазначили, що отримали знання, яких їм бракувало до початку участі. Молодь підкреслила важливість науково обґрунтованої інформації, поданої у доступному форматі, без осуду чи моралізаторства:

- «Нарешті хтось нормально пояснив, що таке контрацепція. У школі ми про це навіть не чули».

- «Багато що було нове. Особливо про емоційні аспекти сексуальності. Це допомогло краще розуміти себе».

2. Безпечна атмосфера та відсутність табу. Учасники неодноразово відзначали, що у програмі було створено безпечний простір для обговорення складних тем, що дало змогу відкрито висловлювати думки, ставити питання та ділитися досвідом:

- «Тут можна було вільно говорити навіть про те, що зазвичай соромишся запитати. Це дуже важливо».

- «Я вперше сказала вголос, що не розумію, як працює репродуктивна система — і мене не засміяли, а пояснили».

3. Формування нових переконань і навичок. Багато учасників звертали увагу на те, що після проходження програми їхнє ставлення до питань згоди, особистих меж та відповідальності у стосунках змінилося:

- «Я зрозуміла, що маю право на особисті межі. Це дуже змінило моє бачення стосунків».

- «Раніше думав, що "згода" — це щось зайве. Тепер розумію, наскільки це важливо для обох».

4. Позитивне сприйняття інтерактивних методів. Учасники високо оцінили використання інтерактивних інструментів — обговорення кейсів, рольові ігри, дискусії, а також мультимедійні матеріали. Це зробило навчання не лише ефективним, а й цікавим:

- «Було круто грати ситуації, це дійсно допомагає зрозуміти, як поводитися в житті».

- «Не нудно! Дуже живий формат, хочеться повертатися до цих тем».

5. Пропозиції щодо вдосконалення. Попри загальне позитивне сприйняття, учасники поділилися й побажаннями. Найчастіше згадували про бажання мати

більше часу на обговорення окремих тем, потребу в більшій кількості візуальних матеріалів, прохання продовжити програму або зробити її доступною для друзів.

- «Хотілося б, щоб програма тривала довше — один блок на тему стосунків був занадто коротким».
- «Можна зробити мобільний додаток або канал з короткими відео — буде зручно повторювати».

Отже, можемо точно сказати, що програма була позитивно сприйнята цільовою аудиторією, а її зміст та форма подачі відповідали потребам сучасної молоді. Зворотний зв'язок є підґрунтям для подальшого вдосконалення програми та її адаптації до ширшого кола учасників.

3.8. Пропозиції щодо масштабування програми

На основі проведеної апробації програми з розвитку сексуальної обізнаності молоді можна зробити висновок, що вона має значний потенціал для впровадження на ширшому рівні. Успішне проведення онлайн-модулів, активна участь молоді, позитивні відгуки та покращення показників тестування свідчать про актуальність тематики та запит серед цільової аудиторії.

Першочерговим напрямом розширення має стати поступове впровадження програми у формальні освітні структури — школи, коледжі, університети. Важливо створити систему підготовки фасилітаторів, які зможуть проводити заняття у форматі, адаптованому до вікових та культурних особливостей різних регіонів. Додатково слід розробити методичні матеріали й онлайн-посібники для педагогів та соціальних працівників, які стануть у вільному доступі.

Особливу увагу слід приділити цифровій трансформації програми. На основі позитивного досвіду онлайн-формату доцільно створити інтерактивну платформу з навчальними модулями, відеоматеріалами, практичними завданнями та можливістю самотестування. Це забезпечить доступність для молоді з віддалених територій та учасників, які не мають змоги відвідувати очні заняття.

Масштабування передбачає також розширення цільової аудиторії. У перспективі можливе створення адаптованих версій програми для учнів середньої школи, молоді з вразливих груп та осіб з особливими освітніми потребами. Важливим завданням є забезпечення інклюзивності та врахування мовної й культурної різноманітності.

Ключову роль у масштабуванні відіграє партнерство з державними структурами, громадськими організаціями та міжнародними донорами. Така співпраця дозволить не лише зміцнити ресурсну базу, а й інтегрувати програму в освітню політику. Важливим кроком може стати запуск пілотного проєкту у кількох регіонах із подальшою оцінкою результатів і підготовкою до національного впровадження. Для цього необхідно розробити систему моніторингу й оцінювання ефективності з чіткими індикаторами впливу.

Результати дослідження створюють основу для подальшого розвитку в науковому контексті. Перспективним напрямом є проведення лонгітюдних досліджень для відстеження динаміки розвитку сексуальної обізнаності та формування відповідального батьківства у молоді на різних етапах життя. Також доцільним є розширення вибірки за рахунок представників різних соціально-демографічних груп для виявлення впливу культурних, економічних та освітніх чинників.

Подальша інтеграція отриманих результатів у міждисциплінарні дослідження (психологія, педагогіка, соціологія, медицина) сприятиме розробці доказових моделей сексуальної освіти. Важливо також здійснювати порівняльні дослідження з міжнародними практиками, що дозволить удосконалювати програму відповідно до світових стандартів.

Масштабування програми сексуальної обізнаності є не лише можливим, а й необхідним у контексті сучасних викликів, пов'язаних із здоров'ям та безпекою молодого покоління. Системна реалізація цього підходу сприятиме формуванню культури відповідального ставлення до сексуальності, взаємоповаги та здорових стосунків серед молоді.

ВИСНОВКИ

У процесі виконання дипломної роботи було теоретично обґрунтовано та експериментально перевірено особливості розвитку сексуальної обізнаності молоді в контексті формування відповідального батьківства.

1. Теоретичний аналіз літератури показав, що сексуальна обізнаність є комплексним психолого-педагогічним утворенням, яке має когнітивний, емоційно-ціннісний та операційно-поведінковий компоненти. Її рівень визначає здатність молоді до усвідомленої сексуальної поведінки та готовності до майбутнього батьківства.

2. Діагностика засвідчила, що рівень сексуальної обізнаності молоді є загалом задовільним: 78,7% респондентів продемонстрували достатні знання про методи контрацепції, проте лише 55,6% використовують їх постійно. Це вказує на наявність розриву між когнітивним і поведінковим рівнями сексуальної культури.

3. Основними джерелами інформації для молоді є медіа, соціальні мережі, навчальні програми та однолітки. Лише 20% отримують знання від батьків, що підтверджує низький рівень сімейної комунікації щодо сексуальної освіти.

4. Виявлено гендерні відмінності: дівчата частіше за юнаків проявляють відкритість до обговорення питань сексуальності та активніше залучаються до освітніх заходів.

5. Встановлено статистично значущу кореляцію між рівнем освіти та знаннями про контрацепцію (коефіцієнт Пірсона $r = 0,82$). Це свідчить, що академічна освіта є важливим чинником формування сексуальної грамотності.

6. Лише 27,8% молоді зазначили, що брали участь у формальних програмах сексуальної освіти, що свідчить про недостатню доступність таких заходів та потребу у їхньому поширенні в закладах освіти.

7. Психологічний аспект виявився неоднорідним: 34,2% респондентів відчувають тривогу або невпевненість під час обговорення інтимних тем. Це

вказує на потребу розвитку емоційної грамотності та подолання стигматизації сексуального виховання.

8. Розроблена програма сексуальної освіти, яка включала когнітивний, практичний та психологічний компоненти (когнітивно-поведінкові та емоційно фокусовані вправи), отримала позитивні оцінки від учасників: 81,3% визнали її корисною, а 68,4% — такою, що сприяє зміні ставлення до сексуального здоров'я.

9. Порівняльний аналіз результатів «до» і «після» реалізації програми показав позитивну динаміку. Зокрема:

- середній бал за шкалою сексуальної самоефективності зріс з 2,9 до 4,1 (+1,2 бала);
- середній бал за опитувальником установок щодо відповідального батьківства – з 3,2 до 4,3 (+1,1 бала).

Найбільше зростання зафіксовано у когнітивному та поведінковому компонентах, що свідчить не лише про підвищення рівня знань, але й про розвиток навичок їхнього практичного застосування.

10. Отримані результати підтверджують ефективність комплексного підходу до формування сексуальної обізнаності молоді, який поєднує просвітницькі, тренінгові та психологічні методи. Саме інтеграція когнітивного, емоційного та поведінкового компонентів дозволяє досягти не лише інформованості, але й сформувати відповідальне ставлення до майбутнього батьківства.

11. Результати дослідження мають перспективу наукового масштабування. Вони відкривають можливості для подальших лонгітюдних досліджень, спрямованих на відстеження динаміки формування сексуальної обізнаності та відповідального батьківства в різних вікових і соціальних групах. Інтеграція тематики у міждисциплінарні дослідження (психологія, педагогіка, соціологія, медицина) дозволить розробити доказові моделі сексуальної освіти, придатні до впровадження у формальну й неформальну освітню практику.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Лісовська Л. В. Формування усвідомленого батьківства: соціально-педагогічний аспект. 2023.
2. Бялик О. В. Стандарти сексуальної освіти в Європі: погляд вітчизняного дослідника // Вісник Черкаського університету. Серія: Педагогічні науки. 2015. № 3 (336). С. 88–92.
3. Зозуль Т. В. Психологічне дослідження зв'язків сприйняття тілесності та сексуальних установок жінок як аспекту формування їх індивідуального еротичного коду // Вчені записки. 2021. № 5202112.
4. Федик О. Установки та самоставлення у реалізації сексуальності жінки // Editorial Board. 2021. № 964.
5. Кравченко Л. А., Кобзева І. М. Роль сексуальної освіти у зміцненні здоров'я підлітків // Матеріали II Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції. Бердянськ: БДПУ, 2018. С. 62–63.
6. Кузніченко О. В., Цушко Є. С. Освіта — фундаментальний інструмент регулювання проблеми абортів // The 3rd International Scientific and Practical Conference “Modern Problems of Science, Education and Society”. 2023.
7. Кобзева І. М., Кравченко Л. А. Сексуальна освіта як складник виховного процесу підлітків у закладах загальної середньої освіти // Упорядник. 142.
8. Горобчук Л. Сексуальна освіта підлітків задля профілактики захворювань, що передаються статевим шляхом // Редакційна колегія. 2024. С. 12.
9. Martel B. *Sexualité, amour et Gestalt: Développement personnel*. 2nd ed. Luxembourg: InterEditions, 2007.
10. Hickling M. *The New Speaking of Sex: What Your Children Need to Know and When They Need to Know It*. Kelown: Northstone Publishing, 2005.
11. Weekes C.-A. *Teaching about Consent and Healthy Boundaries: A Guide for Educators*. Leiden: Council of International Schools, 2022.

12. Clint E. B., Schroeder E. *Sexuality Education: Theory and Practice*. 7th ed. Burlington: Jones & Bartlett Learning, 2013.
13. World Health Organization. *Developing sexual health programs: A framework for action*. Geneva: WHO, 2010.
14. UNESCO. *International technical guidance on sexuality education: An evidence-informed approach*. Paris: UNESCO Publishing, 2018.
15. World Health Organization. *Sexual health, human rights and the law*. Geneva: WHO, 2015.
16. Santelli J. S. et al. Abstinence-only-until-marriage policies and programs: An updated position paper of the Society for Adolescent Health and Medicine // *Journal of Adolescent Health*. 2017. Vol. 61, No. 3. P. 400–403. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2017.06.001>.
17. Guttmacher Institute. *Adolescent sexual and reproductive health in the United States*. 2020. URL: <https://www.guttmacher.org/fact-sheet/american-teens-sexual-and-reproductive-health>.
18. Tolman D. L. *Dilemmas of Desire: Teenage Girls Talk about Sexuality*. Cambridge: Harvard University Press, 2012.
19. Bersamin M. et al. Defining virginity and abstinence: Adolescents' interpretations of sexual behaviors // *Journal of Adolescent Health*. 2014. Vol. 54, No. 5. P. 542–548. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2013.10.007>.
20. García-Moreno C. et al. *Global and regional estimates of violence against women*. Geneva: World Health Organization, 2015.
21. Gagnon J. H., Simon W. *Sexual conduct: The social sources of human sexuality*. New York: AldineTransaction, 2017.
22. Savchenko Y., Kozyr M. Соціально-психологічні фактори та умови формування відповідального батьківства // *Психологія і соціологія у контексті сучасної науки*. 2024. Т. 4, № 1. С. 1–11. DOI: <https://doi.org/10.28925/2311-2409.2024.4111>.
23. Павленко О. Соціально-психологічні аспекти формування батьківської відповідальності // *Сучасна психологія*. 2020. Т. 5, № 1. С. 78–92.

24. Шевченко Л. Вплив сім'ї та соціального середовища на готовність молоді до батьківства // Гуманітарні науки. 2021. Т. 7, № 4. С. 102–118.
25. Белінська Т. Відповідальне батьківство у сучасному суспільстві // Психологічні студії. 2019. Т. 3, № 2. С. 45–59.
26. World Health Organization. Sexual and Reproductive Health: Key Facts. Geneva: WHO, 2018.
27. UNESCO. International Technical Guidance on Sexuality Education. Paris: UNESCO Publishing, 2019.
28. Kirby D. Emerging answers: Research findings on programs to reduce teen pregnancy and sexually transmitted diseases. Washington: National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy, 2007.
29. Goldfarb E. S., Lieberman L. D. Three decades of research: The case for comprehensive sex education // Journal of Adolescent Health. 2021. Vol. 68, No. 1. P. 13–27.
30. Hall K.S., Sales J.M., Komro K.A., Santelli J. The state of sex education in the United States // The Journal of Adolescent Health. 2016. Vol. 58, No. 6. P. 595.
31. Cense M., de Grauw S., Vermeulen M. 'Sex is not just about ovaries.' Youth participatory research on sexuality education in The Netherlands // International Journal of Environmental Research and Public Health. 2020. Vol. 17, No. 22. P. 8587.
32. Meredith P. Sex education: Political issues in Britain and Europe. Taylor & Francis, 2024.
33. Ramakoloi B.K. Sexuality Education in Sweden: A study based on research and young people's service providers in Gothenburg. 2008.
34. Ismail S., Shajahan A., Rao T.S., Wylie K. Adolescent sex education in India: Current perspectives // Indian Journal of Psychiatry. 2015. Vol. 57, No. 4. P. 333–337.
35. Li L., King M.E., Winter S. Sexuality education in China: The conflict between reality and ideology // Asia Pacific Journal of Education. 2009. Vol. 29, No. 4. P. 469–480.

36. Alam P., Fatema K., Sultana M., et al. Socio-sexual norms and young people's sexual health in urban Bangladesh, India, Nepal and Pakistan: A qualitative scoping review // *PLOS Global Public Health*. 2024. Vol. 4, No. 2.
37. Кашпур Ю.М. Становлення системи сексуальних уявлень про себе особистості в період дорослішання // *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету*. 2009. Вип. 74. Серія Психологічні науки. Т. 1. С. 213–217.
38. Мазур І.М. Гендерні особливості ставлення молоді до власної сексуальності: кваліфікаційна робота. Запорізький національний університет, 2024.
39. Волошенко М. Гендерні відмінності в питанні батьківства // *Science and Education*. 2022. № 4.
40. Eagly A.H. *Sex Differences in Social Behavior: A Social-role interpretation*. 1st ed. Psychology Press, 1987. URL: <https://doi.org/10.4324/9780203781906>.
41. Lawler J.M., Koss K.J., Gunnar M.R. Bidirectional effects of parenting and child behavior in internationally adopting families // *Journal of Family Psychology*. 2017. Vol. 31, No. 5. P. 563–573.
42. Langdridge D., Connolly K.J., Sheeran P. A network analytic study of the reasons for wanting a child // *Journal of Reproductive and Infant Psychology*. 2000. Vol. 18. P. 321–338.
43. Voloshenko M., Gerega O. Deviant motherhood in modern parenthood // *Theory and practice of modern psychology*. 2019. № 2. Vol. 1. P. 148–150.
44. Connell R.W. *Gender and Power: Society, the Person, and Sexual Politics*. Stanford University Press, 2014.
45. Hyde J.S. *Understanding Human Sexuality*. McGraw-Hill Education, 2020.
46. Bass B. *Childhood Sexual Development and Education: A Parental Guide*. Psychology Press, 2018.

47. World Health Organization (WHO). Standards for Sexuality Education in Europe. 2019.
48. Javadifar N., Majdzadeh R., Nedjat S., et al. Impact of Early Childhood Educator Training on Sexual Education Awareness // *Iranian Journal of Pediatrics*. 2020.
49. Sanders S.A., Eaton N.R. Parent-Child Communication About Sexuality and Its Impact on Adolescent Development // *Journal of Adolescent Health*. 2017.
50. Schmidt M.I., Oliveira M.M., Silva K.S., et al. Using Interactive Storytelling for Sexuality Education in Primary Schools // *Educational Psychology Review*. 2021.
51. Kågesten A., Gibbs S., Blum R.W., et al. Understanding the Adolescent Sexuality Development Framework // *Journal of Youth Studies*. 2016.
52. Kirby D., Laris B.A., Roller L.A. Comprehensive Sex Education and Its Impact on Teen Sexual Behavior: A Meta-Analysis // *Journal of School Health*. 2019.
53. Goldfarb E.S., Lieberman L.D. Long-Term Effects of Sex Education Programs on Adolescent Health Outcomes // *American Journal of Public Health*. 2021.
54. Безпалько О. В. Репродуктивне здоров'я та статеве виховання молоді : монографія. — Київ : Видавництво XYZ, 2018. — 250 с.
55. Капшур Ю. М. Психологічні особливості генези сексуальних уявлень особистості в період дорослішання : дис. ... канд. психол. наук. — Харків, 2017. — 210 с.
56. Сечейко О. Л. Психологічні детермінанти сексуальної поведінки підлітків : монографія. — Київ : Наук. думка, 2019. — 280 с.
57. Finkelhor D. The Developmental Victimology Framework : sexual development and youth adaptation // *Journal of Youth and Adolescence*. — 2009. — Vol. 38, No. 4. — P. 365–376.
58. Santrock J. *Adolescence*. — 16th ed. — New York : McGraw-Hill Education, 2016. — 720 p.
59. Calderone M. *The Family Book About Sexuality*. — New York : Harper & Row, 1983. — 350 p.

60. Kniffin, T.C., Carlson, C.R., Ellzey, A., Eisenlohr-Moul, T., Battle Beck, K., McDonald, R. & Jouriles, E.N. (2014) Sexual Self-Efficacy Rating (SER) [Database record]. *APA PsycTests*.

61. Greenberg, L. S. (2011). *Emotion-Focused Therapy*. Washington, DC: American Psychological Association.