

УДК 159.922.8:613.88

DOI <https://doi.org/10.32782/academ-ped.psyh-2025-1.19>

Сергій МАМИЧЕНКО

доктор філософії, доцент,

доцент кафедри педагогіки,

Державний заклад «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка»

Mamychenko@ukr.net

ORCID: 0000-0003-4088-4659

Катерина КАЛІКА

здобувачка вищої освіти другого (магістерського) рівня ОП 053 «Психологія»

кафедри психології,

Державний заклад «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка»

katyaz1905@gmail.com

ORCID: 0009-0007-0944-7553

Міла АЛІЗІЕР

здобувачка вищої освіти другого (магістерського) рівня ОП 053 «Психологія»

кафедри психології,

Державний заклад «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка»

mila1366@gmail.com

ORCID: 0009-0002-5608-6213

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ЗАСАДИ РОЗВИТКУ СЕКСУАЛЬНОЇ КУЛЬТУРИ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Анотація. У статті розглянуто психологічні чинники, що впливають на розвиток сексуальної культури здобувачів вищої освіти, та окреслено перспективи вдосконалення сексуальної освіти в закладах вищої освіти. **Мета статті** – визначення психолого-педагогічних особливостей розвитку сексуальної культури здобувачів вищої освіти. Використано **методи** теоретичного аналізу (аналіз, синтез, узагальнення, класифікація, моделювання). У ході наукової розвідки підкреслено значущість особистості викладача освітнього компонента, спрямованого на розвиток сексуальної культури, який має не лише володіти високим рівнем професійної компетентності в галузях сексології, психології статі, гендерних студій, фізіології та соціології, а й бути готовим працювати з чутливими темами без упередженості та оцінювальних суджень. Значущим вважаємо запропонований комплекс рекомендацій щодо підвищення рівня сексуальної культури здобувачів вищої освіти, зокрема проведення лекцій та тренінгів, розвиток емоційного інтелекту, формування критичного мислення щодо інформації про сексуальність, створення університетських центрів психологічної допомоги. **Наукова новизна.** У статті вперше здійснено аналіз психолого-педагогічних факторів, які впливають на процес розвитку сексуальної культури здобувачів вищої освіти (запропоновано модель інтеграції сексуальної освіти в навчальні плани закладів вищої освіти; окреслено основні напрями підготовки викладачів для ефективного викладання відповідних освітніх компонентів). Подальшого розвитку набули ідеї щодо важливості використання сучасних освітніх технологій, зокрема цифрових платформ та інтерактивних методів навчання, що сприяють формуванню позитивного ставлення здобувачів до сексуальної культури.

Висновки. Підвищення рівня сексуальної культури в академічному середовищі закладу вищої освіти є важливим чинником особистісного розвитку та соціалізації здобувачів вищої освіти. Запропоновані підходи можуть слугувати основою для розроблення освітніх програм, спрямованих на підвищення рівня сексуальної культури серед студентської молоді.

Ключові слова: сексуальне виховання, сексуальна культура, здобувачі вищої освіти, психологія тілесності, соціальні норми.

Serhiy MAMYCHENKO

Doctor of Philosophy, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Pedagogy,
State Institution "Luhansk Taras Shevchenko National University"
Mamychenko@ukr.net
ORCID: 0000-0003-4088-4659

Kateryna KALIKA

Student of higher education of the second (master's) level EP 053 "Psychology"
Department of Psychology,
State Institution "Luhansk Taras Shevchenko National University"
katyaz1905@gmail.com
ORCID: 0009-0007-0944-7553

Mila ALIZIER

Student of higher education of the second (master's) level EP 053 "Psychology"
Department of Psychology,
State Institution "Luhansk Taras Shevchenko National University"
mila1366@gmail.com
ORCID: 0009-0002-5608-6213

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL PRINCIPLES OF THE DEVELOPMENT OF SEXUAL CULTURE AMONG HIGHER EDUCATION STUDENTS

Abstract. The article examines the psychological factors that influence the development of sexual culture among higher education students and outlines prospects for improving sexual education in higher education institutions. **The purpose** of this article is to identify the psychological and pedagogical aspects influencing the development of sexual culture among higher education students.

Theoretical analysis **methods**, including analysis, synthesis, generalization, classification, and modeling, were employed. The research highlights the significance of the educator's personality in teaching the educational component aimed at developing sexual culture. The educator should not only possess a high level of professional competence in the fields of sexology, gender psychology, gender studies, physiology, and sociology but also be prepared to work with sensitive topics without bias or evaluative judgments. The proposed recommendations for improving the level of sexual culture among higher education students are considered significant. These include conducting lectures and training sessions, developing emotional intelligence, fostering critical thinking about sexuality-related information, and establishing university psychological assistance centers. **The scientific novelty.** The article first analyzes psychological and pedagogical factors that influence the process of developing sexual culture among higher education students (a model for integrating sexual education into the curricula of higher education institutions is proposed; the main areas of teacher training for effective teaching of the relevant educational components are outlined). Ideas about the importance of using modern educational technologies, in particular digital platforms and interactive teaching methods, which contribute to the formation of a positive attitude of students towards sexual culture, have been further developed.

Conclusions. Increasing the level of sexual culture in the academic environment of a higher education institution is an important factor in the personal development and socialization of higher education students. The proposed approaches can serve as the basis for developing educational programs aimed at increasing the level of sexual culture among students.

Key words: sexual education, sexual culture, higher education students, body psychology, social norms, gender studies.

Постановка проблеми. Нині ми спосте-рігаємо низький рівень сформованості сексу-альної освіченості, вихованості та сексуаль-ної культури в молоді. Це явище має серйозні соціальні наслідки, оскільки недостатня обі-знаність у питаннях сексуальної поведінки, репродуктивного здоров'я та міжособистісних відносин може призводити до ранніх та неза-планованих вагітностей, поширення інфекцій,

що передаються статевим шляхом, а також фор-мування неправильних уявлень про власну сек-суальність та особисті межі.

Однією з причин такого стану є недостат-ність якісної сексуальної освіти в навчаль-них закладах усіх рівнів. У багатьох країнах, зокрема й в Україні, питання статевого вихо-вання часто замовчуються або розглядаються фрагментарно, без належної системності та

адаптації до вікових особливостей молоді. Як наслідок, молодь черпає інформацію з ненадійних джерел, як-от соціальні мережі, друзі чи порнографічний контент, що формує в них викривлене сприйняття сексуальності, ролей чоловіка та жінки в стосунках, а також впливає на їх поведінку у сфері інтимних відносин.

Важливим аспектом є також недостатня підготовка батьків до розмови зі своїми дітьми про сексуальність. У традиційному суспільстві ці теми часто вважаються табуованими, що змушує молодь самостійно шукати відповіді на свої запитання. Натомість відкрите та довірливе спілкування з дорослими допомагає молоді отримати перевірену інформацію, зрозуміти важливість взаємної згоди, безпеки та відповідальності в стосунках.

Крім того, низький рівень сексуальної культури серед молоді тісно пов'язаний із проблемами гендерних стереотипів і насильства. У суспільстві досі існують застарілі уявлення про чоловічу та жіночу сексуальність, що можуть спричиняти нерівність у стосунках, примус або навіть насильницьку поведінку. Формування здорового ставлення до сексуальності передбачає не лише надання медичних знань, а й виховання поваги до прав і почуттів інших людей.

Ураховуючи вищенаведене, актуальним видається розвиток сексуальної культури молоді, найкращий час для цього – навчання в старших класах загальноосвітніх закладів або ж перший курс навчання в закладі вищої освіти, отже, ми вибрали саме другий аспект.

Аналіз джерел та останніх досліджень. Питання сексуальності, інтимності, статевої людини досі залишаються недостатньо висвітленими в освітньому процесі – від дошкільного до вищого рівня. Навіть якщо ці теми й порушуються, то здебільшого поверхнево та узагальнено, а психологічні аспекти, що стосуються формування сексуальної культури, часто залишаються поза увагою.

Серед зарубіжних науковців, які досліджували проблему інтимності, гендера, варто відзначити таких учених, як Дж. Древеліс, В. Занг, Г. Гейманс, Лі Ісюань, Є. Кей, К. Колодзейчак, Дж. Мани, Х. Маріон, Ван Петегем, Ю. Пенг, П. Такер, Д. Хубер. Серед українських науковців – В. Гупаловська (сексуальні установки молоді), С. Діденко (психологія інтимних

стосунків на різних вікових етапах, Т. Івахненко (обґрунтування значення сексуальної культури), А. Кононенко (проблеми сексуальності особистості), В. Кравець (підготовка молоді до сімейного життя), Н. Попович (формування світогляду особистості щодо культури статевого виховання) В. Татенко (природа інтимного життя особистості) та ін.

Важливими у світлі нашого дослідження видаються дослідження Н. Попович, яка представила організаційно-педагогічні умови статевого виховання в українських закладах освіти [7]; В. Гупаловська та Н. Стрілець описали психологічні особливості сексуальних установок молоді [3]; Т. Говорун та О. Кікінежді стали першими авторками монографії, яка висвітлювала статі та сексуальність у психологічному ракурсі [2]; С. Діденко не залишився осторонь, випустивши посібник, де сексуальна освіченість трансливалась важливою передумовою гармонійного особистого життя людини [4]; Н. Корчакова та В. Безлюдна проаналізували вплив соціокультурних факторів на формування уявлень сучасної молоді на статеве життя [5] тощо.

Аналіз досліджень свідчить про значний інтерес науковців до проблеми сексуальної культури та її формування в освітньому просторі. Наукові праці, присвячені цьому питанню, висвітлюють різні аспекти: соціокультурні чинники розвитку сексуальності, психологічні особливості статевої соціалізації молоді, педагогічні умови впровадження сексуальної освіти тощо. Однак, попри наявність значної кількості напрацювань, питання розвитку сексуальної культури, особливо серед здобувачів вищої освіти, залишається не досить розробленим. Недостатня систематизація знань, фрагментарний підхід до сексуальної освіти та відсутність єдиної концепції статевого виховання свідчать про необхідність подальших досліджень у цьому напрямі.

Метою статті є визначення психолого-педагогічних особливостей розвитку сексуальної культури здобувачів вищої освіти.

Виклад основного матеріалу. М. Вацик та Є. Ясинська досліджували питання статевого та репродуктивного здоров'я української молоді та дійшли висновку, що нинішній рівень здоров'я підлітків і юнаків вимагає впровадження на загальнодержавному рівні

національної програми, спрямованої на формування здорового способу життя. Зокрема, вони наголошують на важливості статевого здоров'я як одного з ключових напрямів розвитку людського потенціалу України [1].

К. Степаненко, досліджуючи ставлення до інтимності в юнацькому віці, дійшла висновку, що в процесі формування власних уявлень про інтимність юнаки незворотно зустрічають низку викликів, серед яких авторка визначила: нестачу досвіду та знань, що обмежує розуміння відповідальності за власні дії, своїх прав і прав інших, а також ускладнює побудову здорової комунікації; відсутність стабільної самооцінки, характерну для юнацького віку, що може спричиняти підвищену тривожність, схильність до конфліктів, ревнощів, емоційних коливань; соціальний тиск, зумовлений розповсюдженими стереотипами, які нав'язуються референтною групою, близьким оточенням та медіа, що призводить до спотвореного уявлення про стосунки; конфлікти на ціннісному рівні, які виникають через розбіжності між індивідуальними прагненнями старшокласників і традиційними сімейними або соціальними нормами [8, с. 1303].

В. Кравець визначив *шість типів здібностей*, сформованість яких є важливою для укладання шлюбу та гармонійного статевого життя [6, с. 14]:

1. Розвиток моральних цінностей, який відображає готовність особистості прийняти нові обов'язки стосовно шлюбного партнера та дітей і є ключовим для визначення ролей в сім'ї;

2. Готовність до міжособистісного спілкування та співпраці, оскільки гармонійне функціонування сім'ї вимагає взаємопідтримки та відповідності ритмам життя кожного члена родини;

3. Здатність до самовідданості в стосунках з партнером, оскільки спільні інтереси можуть конфліктувати і альтруїзм може запобігти негативним ситуаціям;

4. Прояв емпатії, що сприяє психологічній підтримці в сімейних відносинах та підсилює зв'язок між партнерами;

5. Висока культура почуттів та поведінки або принаймні спільність рівня культури серед членів сім'ї, що допомагає уникнути суперечок та конфліктів у поглядах на сімейні функції та виховання дітей;

6. Навички конструктивного розв'язання конфліктів, здатність до саморегуляції психіки та поведінки, що є важливими для побудови стійких сімейних стосунків.

Проте наше дослідження зосереджено саме на психолого-педагогічних особливостях розвитку сексуальної культури здобувачів вищої освіти. Тому необхідно використовувати всі можливості як освітнього, так і позаосвітнього процесу для гармонійного розвитку цієї важливої сфери життя кожної особистості.

Почнемо з освітнього процесу, доцільним видається крок включення до навчального плану всіх освітніх програм закладів вищої освіти таких освітніх компонентів (далі представимо можливі варіанти назв освітніх компонентів):

1. «Основи сексуального здоров'я» (сприятиме формуванню знань про фізіологічні, психологічні та соціальні аспекти сексуального здоров'я; визначатиме методи профілактики інфекцій, які передаються статевим шляхом, та загальні психологічні аспекти сексуального розвитку);

2. «Гендерна психологія» (охоплюватиме питання гендерної соціалізації, гендерних ролей та їх впливу на поведінку людини; розглядатиме гендерні стереотипи та їх вплив на професійний розвиток, стосунки та особистість);

3. «Психосексуальний розвиток особистості» (буде розкривати етапи розвитку сексуальності людини від дитинства до старості; аналізуватиме вплив виховання, культурних і соціальних факторів на становлення сексуальної ідентичності);

4. «Комунікативні аспекти інтимних стосунків» (орієнтуватиме на розвиток навичок здорової комунікації в стосунках, уміння говорити про свої потреби та кордони з партнером; сприятиме конструктивному розв'язанню конфліктів у романтичних і сімейних відносинах);

5. «Сексуальні дисфункції та їх психологічна корекція» (ознайомлюватиме здобувачів вищої освіти з найпоширенішими сексуальними розладами, їх психологічними причинами та методами корекції).

Оскільки наслідки радянської системи освіти, яка заперечувала необхідність статевого виховання, досі відчутні, особлива роль належить викладачеві цього освітнього компонента. Він має володіти такими *якостями*, як:

- високий рівень професійної компетентності в темі, знання в галузях сексології, психології статі, гендерних студій, фізіології та соціології;

- уміння підтримати відвертий діалог, не демонструючи упереджень чи оцінювальних суджень;

- готовність працювати з чутливими темами, здатність правильно реагувати на складні запитання, уникати формування табу-йованих тем;

- уміння використовувати сучасні педагогічні методики, інтерактивні лекції, дискусії, кейс-методи, ситуаційні вправи тощо;

- психологічна стійкість (викладання цієї дисципліни може спричиняти гострі дискусії, ситуації упередження, тому важливо зберігати спокій та конструктивний діалог);

- уміння створити толерантний простір, де всі аспекти сексуальності розглядаються з позиції науки та прав людини.

Крім цього, бажано мати практичний досвід роботи в галузі сексуального супроводу; залученість у наукову діяльність, наявність власних досліджень, а це гарантує, що здобувачам подається актуальна, емпірично обґрунтована інформація, а не застарілі або суб'єктивні уявлення; участь у міжнародних та національних грантових проєктах, що дає розуміння не лише локального, а й глобального контексту сексуального виховання молоді.

Далі визначимо основні психологічні чинники, які впливають на розвиток сексуальної культури здобувачів вищої освіти під час навчального процесу:

1. *Батьківські установки щодо сексуальності.* Сім'я є першим і найважливішим середовищем, в якому формується ставлення до сексуальності. Саме в сімейному середовищі дитина вперше отримує уявлення про стосунки, інтимність і сексуальну поведінку. Деякі батьки виховують дітей у дусі відкритості, що сприяє здоровому ставленню до сексуальних питань, тоді як інші уникають таких тем або навіть створюють у дитини почуття сорому. Коли в родині обговорюються питання стосунків, почуттів і сексуального здоров'я, це допомагає дитині сформувати адекватне уявлення про свою сексуальність.

2. *Рівень сексуальної освіти здобувачів вищої освіти.* Сексуальна освіта має також

вирішальне значення у формуванні здорового ставлення до власного тіла, сексуальних стосунків та відповідальності. Якщо дитина отримує знання з надійних джерел, а не з чуток або інтернету, це сприяє більш усвідомленому підходу до сексуального життя.

3. *Психологічна зрілість та адекватна самооцінка здобувачів вищої освіти.* Рівень особистісного розвитку впливає на те, наскільки людина здатна усвідомлено приймати рішення щодо своєї сексуальності. Зокрема, особистість, яка усвідомлює свої бажання, кордони та права, буде діяти відповідально в стосунках. Низька самооцінка, навпаки, буде змушувати особистість вступати у стосунки або сексуальний контакт через страх залишитися на самоті або через тиск оточення.

4. *Соціальний вплив та групові норми.* Усі ми живемо в суспільстві, тому важливу роль відіграє те, що вважається «нормою» в певному середовищі. Якщо в компанії друзів ранні статеві стосунки вважаються нормою, це може впливати на поведінку членів цієї неформальної соціальної групи. Ми вже не можемо уявити життя без соціальних мереж, де блогери, артисти, громадські діячі можуть формувати певне ставлення до сексуальності, інколи спотворене або гіперсексуалізоване.

5. *Страхі та стереотипи.* Багато людей стикаються з обмеженнями через негативні переконання щодо сексуальності. Дуже довго в нашому суспільстві було табування теми сексуальності, тема сексу вважалася ганебною, викликаючи відчуття провини або сорому за свої природні бажання, особливо це стосувалося представниць жіночої статі. Через цей суспільний тиск багато людей боялися говорити про свої уподобання або досвід, що спричиняло психологічні проблеми, такий стиль виховання передавався з покоління в покоління.

З огляду на вищевикладений матеріал було розроблено *рекомендації* щодо розвитку сексуальної культури здобувачів вищої освіти.

1. Проведення відкритих лекцій від експертів у галузі сексуальної освіти, медицини, психології з обговоренням питань тілесності, контрацепції, безпечного сексу, особистих кордонів, прав людини у сфері сексуальності.

2. Практикуми з розвитку емоційного інтелекту, побудови здорових стосунків, уникнення насильства у відносинах.

3. Тренінги з теми сексуальної безпеки: як розпізнавати маніпуляції, домагання, аб'юзивні стосунки, гендерну дискримінацію.

4. Робота університетських центрів психологічної допомоги, де здобувачі освіти можуть отримати консультації з питань сексуальності, самоідентичності, стосунків; інший формат – це скринька довіри, де, наприклад, здобувач може поскаржитися на сексуальні домагання з боку інших учасників освітнього процесу.

5. Інсценування ситуацій, що допомагають навчитися правильно реагувати на проблеми у сфері сексуальності (домагання, згода, комунікація у стосунках, обговорення етичних дилем, що пов'язані з сексуальною поведінкою та особистими кордонами).

6. Розвиток критичного мислення щодо сприймання інформації про сексуальність, навчання здобувачів освіти вмінню аналізувати

контент у медіа та соціальних мережах, розпізнавати міфи й стереотипи.

Висновки. Підвищення рівня сексуальної освіченості молоді є необхідною умовою для гармонійного розвитку суспільства. Цього можна досягти шляхом запровадження комплексних освітніх програм у школах та університетах, організації просвітницьких заходів, активної участі батьків у статевому вихованні дітей, а також через формування загальної культури відкритого діалогу на ці теми. Тільки так молодь зможе отримати необхідні знання, навчитися будувати здорові стосунки та відповідально ставитися до власного репродуктивного здоров'я.

Перспективи подальших досліджень будуть спрямовані на дослідження гендерних відмінностей у сприйнятті сексуальної культури в освітньому середовищі.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Вацик С.З., Ясинська Є.Ц. Статеве та репродуктивне здоров'я молодих громадян України. *Клінічна та експериментальна патологія*. 2019. Т. 18. № 3(69). С. 22–26. DOI: 10.24061/1727-4338. XVIII.3.69.2019.266
2. Говорун Т.В. Стать та сексуальність: Психологічний ракурс / Тернопіль : Нова книга Богдан, 1999. 383 с.
3. Гупаловська В.А. Психологічні особливості сексуальних установок молоді. *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В.О. Сухомлинського. Серія : Психологічні науки*. 2013. Т. 2. Вип. 10. С. 89–93.
4. Діденко С.В. Психологія сексуальності і сексуальних стосунків. Київ : Аристей, 2003. 164 с.
5. Корчакова Н., Безлюдна В. Молодіжні наративи та особисті настанови у сфері інтимного життя. *Збірник наукових праць РДГУ*. 2023. Вип. 21. С. 58–66.
6. Кравець В.П. Теорія і практика дошлюбної підготовки молоді. Київ : Київс. правда, 2000. 687 с.
7. Попович Н.В. Організаційно-педагогічні умови статевого виховання в українських закладах освіти. *Медсестринство*. 2019. № 2. С. 53–55. <https://doi.org/10.11603/2411-1597.2019.2.10214>
8. Степаненко К. Психологічні особливості сприйняття інтимних відносин учнів старших класів. *Перспективи та інновації науки*. 2024. № 12(46). С. 1301–1312. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-12\(46\)-1301-1312](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-12(46)-1301-1312)

REFERENCES:

1. Vatsyk, S. Z., & Yasynska, Ye. Ts. (2019). Stateve ta reproduktyvne zdorov'ia molodykh hromadian Ukrainy [Sexual and reproductive health of young citizens of Ukraine]. *Klinichna ta eksperymentalna patolohiia – Clinical and experimental pathology*, 18, 3(69), 22–26. DOI:10.24061/1727-4338. XVIII.3.69.2019.266 [in Ukrainian].
2. Hovorun, T. V. (1999). Stat ta seksualnist: Psykholohichniy rakurs [Gender and sexuality: Psychological perspective]. Ternopil: Nova kniga Bohdan [in Ukrainian].
3. Hupalovska, V. A., & Strilets, N. (2013). Psykholohichni osoblyvosti seksualnykh ustanovok molodi [Psychological features of sexual attitudes of youth]. *Naukovyi visnyk Mykolaivskoho derzhavnoho universytetu imeni V. O. Sukhomlynskoho. Serii : Psykholohichni nauky – Scientific bulletin of the Mykolaiv State University named after V. O. Sukhomlynsky. Series: Psychological sciences*, 2, 10, 89–93 [in Ukrainian].
4. Didenko, S. V. (2003). Psykholohiia seksualnosti i seksualnykh stosunkiv [Psychology of sexuality and sexual relationships]. Kyiv : Arystei [in Ukrainian].
5. Korchakova, N., & Bezliudna, V. (2023). Molodizhni naratyvy ta osobysti nastanovy u sferi intymnoho zhyttia [Youth narratives and personal guidelines in the sphere of intimate life]. *Zbirnyk naukovykh prats RDHU – Collection of scientific works of the RSGU*, 21, 58–66 [in Ukrainian].
6. Kravets, V. P. (2000). Teorii i praktyka doshliubnoi pidhotovky molodi [Theory and practice of premarital preparation of young people]. Kyiv : Kyivs. Pravda

7. Popovych, N. V. (2019). Orhanizatsiino-pedahohichni umovy statevoho vykhovannia v ukrainskykh zakladakh osvity [Organizational and pedagogical conditions of sexual education in Ukrainian educational institutions]. *Medsestrynstvo – Nursing*, 2, 53–55. <https://doi.org/10.11603/2411-1597.2019.2.10214> [in Ukrainian].
8. Stepanenko, K. (2024). Psykholohichni osoblyvosti spryiniattia intymnykh vidnosyn uchniv starshykh klasiv [Psychological features of the perception of intimate relationships by high school students]. *Perspektyvy ta innovatsii nauky – Prospects and innovations of science*, 12(46), 1301–1312. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-12\(46\)-1301-1312](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-12(46)-1301-1312) [in Ukrainian].