

In the article the various going of domestic and foreign scientists is analysed near research of problem of values and valued orientations of personality. Attention is concentrated on psychological features and functions of the valued orientations as to the mechanism of adjusting of conduct of personality. Scientific positions of modern researchers are examined in relation to intercommunication of values and valued orientations, their place, in the structure of personality.

Keywords: values, valued orientations, reasons, personality, mechanisms.

Отримано: 4.02.2012 р.

УДК 159.922.8

О.П.Чорнописка

Розвиток духовно-морального ставлення до дошлюбних сексуальних стосунків студентської молоді

В статті обґрунтовуються теоретико-методологічні засади розвитку духовно-морального ставлення студентської молоді до дошлюбних сексуальних стосунків за допомогою соціально-психологічного тренінгу; розкрито структуру тренінгової програми “Побудуй гармонійні взаємини”; представлені результати впровадження вищезазначеної програми у ВНЗ – проаналізовані загальні результати за основними параметрами через анкетування та статистичну обробку даних психодіагностики; зроблено висновки щодо валідності та ефективності цього тренінгу.

Ключові слова: дошлюбні сексуальні стосунки, студентська молодь, екзистенційна відповідальність, рефлексія, духовно-моральні ціннісні орієнтації.

В статье обосновываются теоретико-методологические основы развития духовно-нравственного отношения студенческой молодежи к добрачным сексуальным отношениям с помощью социально-психологического тренинга; раскрыта структура тренинговой программы “Построй гармоничные отношения”; представлены результаты внедрения вышеупомянутой программы в ВУЗе – проанализированы общие результаты анкетирования и статистической обработки данных психодиагностики; сделаны выводы относительно валидности и эффективности этого тренинга.

Ключевые слова: добрачные сексуальные отношения, студенческая молодежь, экзистенциальная ответственность, рефлексия, духовно-нравственные ценностные ориентации.

Постановка проблеми. В Україні наприкінці ХХ – поч. ХХІ ст. спостерігається схвальне ставлення молоді до дошлюбних сексуальних стосунків (надалі – ДСС) та їх поширення. Однак, ДСС сучасної молоді не завжди зріло виважені, автентично рефлексовані, часто набувають ризикованих форм. Відтак, дошлюбна сексуальна поведінка молоді дедалі більше викликає зростаючу соціальну стурбованість, оскільки сприяє розповсюдженню венеричних захворювань, абортів, позашлюбних народжень тощо. Тому проблема вивчення дошлюбної сексуальної поведінки юнаків та дівчат набуває сьогодні особливої актуальності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких окреслено наукові підходи до проблематики ДСС і на які спирається автор. Науково обґрунтоване загальновизнане ставлення до ДСС, яким могли б керуватись соціальні служби, психологи, педагоги, лікарі не вироблено як в Україні, так і в інших країнах. Більшість науковців (Л.П. Бутузова, Б.М. Ворник, Т.В.Говорун, Л.М. Гридковець, Д.М. Дікова-Фаворська, Т.П. Івахненко, Н.П.Івченкова, О.М. Кікінежді, І.С. Кон, В.П. Кравець, Т. Медіна, Л.І. Мороз, О.В. Петрунько, С.В. Яшник та ін.) пропонують підвищувати сексуальну культуру молоді. Сексуальна культура – невід’ємна частина людської культури, яка, з одного боку, виражає й узагальнює, а з другого – регламентує та координує багатоманітність сексуальних проявів людини. Вона регулює сексуальну поведінку, стиль взаємодії партнерів, піддає сексуальну природу людини корекції та регуляції на благо сім’ї, шлюбу, суспільства [3].

На жаль, сьогодні ми спостерігаємо байдужість багатьох державних інституцій до виховання сексуальної культури молоді. Зокрема, вища ланка освіти не приділяє достатньої уваги цій проблемі. Якщо проблеми сексуальності людини, її сексуальної культури і розглядаються у ВНЗ, то, здебільшого, акцентується увага на накопиченні відповідних знань і вмінь з метою забезпечення та запобігання молодих людей від негативних наслідків сексуального життя. Однак, орієнтація в таких програмах на біологію та фізіологію статевого розвитку, гігієну та профілактику і тому подібні питання, на думку Т.В.Говорун та О.М. Кікінежді, дає формальний ефект. На біологізаторських засадах формування сексуальної культури, на думку вчених, буде свою роботу чимало інституцій в Україні, які випускають буклети, брошури, пам’ятки для підлітків та юнацтва. Позитивною стороною такого підходу є

просвітницька мета – юнаки та дівчата дізнаються про анатомію та фізіологію функціонування статевих органів, особливості перебігу статевого акту, засоби попередження вагітності та венеричних захворювань тощо. Негативною – біологізація інтимних стосунків, їхня примітивізація, зведення багатой палітри сексуальних переживань до статевого акту. Біологізаторський підхід до сексуальної просвіти виховує у юнаків та дівчат бажання сексуальної насолоди поза психологією та цінностями людини [1, с. 58].

Деякі вчені переконані, що, вирішуючи проблему ДСС, слід говорити не стільки про гігієну статевого життя і самозахист від інфекційних венеричних хвороб та від інших наслідків безладних статевих зв'язків (абортів, позашлюбних народжень тощо), скільки слід акцентувати увагу на духовно-моральному вдосконаленні особистості [4]. Так, Т.В. Говорун та О.М.Кікінеджи вказують, що сексуальні стосунки для молодих людей повинні стати свідомими, набути особистісних смислів. Для цього їх слід висвітлювати в контексті міжособистісних взаємин, сімейного життя, інтимності. Метою розробки програм з формування сексуальної культури юнаків та дівчат має бути навчання мистецтву любити. “Олюднення сексуальності в процесі формування сексуальної культури передбачає посилення її аксеологічного ядра, тобто моральних цінностей, етичних поглядів. Сексуальність – це сутність людини – її симпатії, погляди, усмішки, словом, здатність любити” [1, с. 61].

Ми підтримуємо цю позицію і переконані, що автентичні духовно-моральні ціннісні орієнтації (кохання, відповідальність, чесність і т. ін.) виконують функцію самоорганізації та саморегуляції сексуальної поведінки, в тому числі дошлюбної, визначають засадові принципи ставлення людини до себе та світу. Отже, з позицій гуманістичної парадигми в психології альтернативи розвитку сексуальності юнаків та дівчат на духовно-моральних засадах немає. Духовно-моральне ставлення до ДСС – це екзистенційно відповідальна позиція зрілої особистості до свого сексуального життя, здатність свідомо управляти своєю сексуальністю на основі автентичних ціннісних орієнтацій: настанови на цнотливість у разі відсутності міцного духовного зв'язку з партнером (-ою), або вступ в сексуальні стосунки на основі глибоких почуттів з єдиним партнером (нареченим) з метою побудови гармонійних взаємин, в тому числі і шлюбно-сімейних тощо.

Метою статті є представлення та обґрунтування авторського підходу до процесу формування духовно-морального ставлення до ДСС як показника психосексуальної зрілості та духовності особистості в студентському середовищі посередництвом соціально-психологічного тренінгу.

Виклад основного матеріалу. Ставлячи завдання формування духовно-морального ставлення до ДСС студентської молоді, ми виходили з міркувань, що хоч в юної людини, якою є студент, система ставлень вже певною мірою сформувалася, в силу вікових та індивідуальних особливостей процес інтенсивного особистісного ціннісно-сміслового самовизначення триває. Так, Н.І. Жигайло встановила, що студентська молодь має систему ціннісних орієнтацій, яка характеризується незавершеністю та схильністю до трансформацій за нових життєвих обставин, що супроводжуються процесом подальшого ціннісного самовизначення, вибором моральних, духовних та інших ціннісних орієнтирів. Отже, змісти самосвідомості в юнацькому віці не є сталими утвореннями і можуть змінюватися [2, с.170].

В наукових працях показано, що ефективним засобом активного ціннісного самовизначення є належним чином організовані коректні тренінгові форми навчання [7, с. 56]. Тренінгова форма роботи найбільшою мірою відповідає психологічним потребам і віковим особливостям осіб юнацького віку. Виходячи з цього, основою нашого формувального експерименту став соціально-психологічний тренінг. Соціально-психологічний тренінг є тим засобом, який дозволяє людині адекватно усвідомити та зрозуміти себе, свої бажання, проблеми, поведінку завдяки взаємодії та спілкуванню в спеціально створеній групі. Завдяки йому в кожного учасника формується адекватне розуміння самого себе і своєї поведінки.

Основним завданням тренінгової програми “Побудуй гармонійні взаємини”, розробленої нами, є розвиток духовно-морального ставлення до ДСС, яка базується на таких засадах: 1) розвиток рефлексії; 2) активізація автентичного ціннісно-сміслового самовизначення у царині сексуальності; 3) формування навичок відповідальної дошлюбної сексуальної поведінки (Схема 1).

Завданням **першого тематичного блоку** є розвиток рефлексії. Він містить вправи, основною метою яких є актуалізація пізнання себе, свого внутрішнього світу (своїх вподобань, потреб, можливостей та ін.) визначення своєї власної ідентичності; оптимізація взаємовідносин з іншими, навчання учасників глибше і більш різносторонньо розуміти їх вчинки, слова, думки, мотивацію і, відповідно, продуктивніше будувати власну поведінку.

Саме рефлексія, яка сьогодні лежить в основі психотерапевтичної та тренінгової діяльності, змушує людину стати на зовнішню позицію по відношенню до самої себе, подивитися на життя збоку, що є необхідною умовою та фактором становлення

автентично-автономної особистості. Ця здатність може розглядатися як шлях до переосмислення стереотипів власного досвіду. Результатом роздумів про себе, діалогів із собою, самоаналізу стає обґрунтування моральних мотивів, визначення духовно-моральної позиції [5]. Чим більше розвинені рефлексивні здібності, тим більше рефлексивних моделей, способів, можливостей для саморозвитку та самокорекції знаходить особистість.

Схема 1

Зміст тренінгу “Побудуй гармонійні взаємини”



З огляду на це, можна зробити висновок, що процес становлення свідомої поведінки людини та її зрілої позиції, в тому числі і щодо сексуального життя, значною мірою визначається її здатністю до рефлексії.

Другий тематичний блок містить вправи, спрямовані на рефлексію смисло-життєвого, ціннісно-орієнтаційного самовизначення, усвідомлення екзистенційних пріоритетів та життєвих перспектив. Більшість дослідників (Л.М. Гридковець, Т.М. Титаренко, В.П. Москалець, О.В. Сечейко, С.В.Яшник, Л.І. Мороз та ін.) розглядають формування духовно-моральних ціннісних орієнтацій та відповідного поводження як основи відповідальної сексуальної поведінки. Тому на цьому етапі тренінгової роботи ставиться завдання створити такі умови і ситуації, які б забезпечили прояв духовно-моральних почуттів та якостей кожного. Акцент робиться на аналізі духовно-моральних цінностей, зокрема відповідальності та чесності. Тільки особистості з розвинутою духовністю, моральністю здатні утворити й утвердити адекватні та гармонійні сексуальні взаємини.

Третій тематичний блок зорієнтований, власне, на формування навичок автентично рефлексованої, екзистенційно відповідальної дошлюбної сексуальної поведінки юнаків та дівчат. Він містить вправи, основною метою яких є аксіологічне осмислення, усвідомлення та інтеріоризація цінності кохання як духовної ціннісно-орієнтаційної основи та умови розвитку гармонійних взаємин, формування адекватних міжособистісних стосунків між юнаками і дівчатами, розширення усвідомлення учасниками своїх почуттів і поглиблення спроможності довіри, на осмислення учасниками себе в ДСС та шлюбно-сімейних взаєминах. На цьому етапі основний акцент робиться на відпрацюванні вправ, спрямованих на отримання знань, необхідних для відповідальних рішень в дошлюбній сексуальній поведінці, закріплення нових, більш адаптивних поведінкових патернів, розвиток саморегуляції, самоконтролю.

Тренінгова програма та зміст занять є авторською розробкою, а вправи та тренінгові ігри конструювалися як самостійно, так і з допомогою використання вже існуючих у психологічній літературі. У тренінгу використовувалися такі методи: міні-лекція, групова дискусія, “криголами”, “мозковий штурм”, рухавки, тематичне малювання (психомалюнок), етюди (метафоричні релаксації) [6].

Формуючий експеримент проводився в 2011 р. на базі Івано-Франківського національного медичного університету, фармацевтичного факультету. Група складалася з 11 осіб різної статі, що відповідає нашому уявленню про оптимальний розмір групи. Вік учасників – 19-20 років. Всього було проведено одинадцять занять, по 2 – 2,5 години кожне.

Щоб довести ефективність розробленої тренінгової програми “Побудуй гармонійні взаємини”, нами виділено експериментальну і контрольну групи (надалі – ЕГ та КГ). Для вхідної діагностики застосовувались методики: а) тест “Хто Я?” (М. Кун, Т. Макпартленд, модифікація Т.В. Румянцевої) для визначення рівня рефлексії; б) “Вивчення сформованості ціннісних орієнтацій” Б.С. Круглова (адаптований і модифікований варіант методики “Ціннісні орієнтації” М. Рокіча) для виявлення рівня сформованості механізму диференціації, тобто вміння зробити ціннісний вибір, та основних значущих цінностей; в) авторська анкета “Вивчення сприйняття ДСС”, яка включає твердження-показники, спрямовані на виявлення ставлення до різнопартнерних сексуальних стосунків та сексуальної поінформованості, ставлення до кохання як умови гармонійних сексуальних взаємин, вивчення взаєморозуміння з протилежною статтю та визначення взаємозв’язку ДСС і сімейного життя.

Для перевірки достовірності відмінностей між вибірками було використано: критерій ϕ^* -кутового перетворення Фішера та T – критерій Ст'юдента. При обробці експериментальних даних використовувався пакет статистичних програм для ПК SPSS 13.0–15.0 for Windows та пакет програм Microsoft Office (Excel) for Windows XP Professional.

Так, контрольний зріз, проведений через 1,5 місяці після першого, виявив статистично значущі зміни у рівні розвитку рефлексії ЕГ. Так, ніхто з учасників тренінгу не має низького рівня розвитку рефлексії; 27,3% мають середній рівень; 72,7% – високий. Самоописи учасників стали більш повними, диференційованими. Натомість, у контрольній групі результати практично не змінилися (Табл. 1).

Табл. 1

Результати психодіагностики за допомогою методики визначення рівня рефлексії досліджуваних експериментальної та контрольної груп – I та II зріз, %

Рівні розвитку рефлексії	I зріз	II зріз	I зріз	II зріз
	Експериментальна група, %	Експериментальна група, %	Контрольна група, %	Контрольна група, %
Низький	27,3	0	33,3	20
Середній	54,5	27,3	46,7	53,3
Високий	18,2	72,7	20	26,6
Показник t-критерію Ст'юдента	tкр. = 3,1; темп. = 6,7 p ≤ 0,01 темп. > tкр.		tкр. = 2,14; темп. = 1,2 p ≤ 0,05, темп. < tкр.	

Отже, бачимо, що в результаті формуючого впливу кількість студентів, що мають достатній рівень розвитку рефлексії (середній – високий рівні розвитку) значно збільшилася. Важливо відзначити, що в результаті проведення занять в учасників тренінгу з'явився прояв інтересу до самопізнання й саморозвитку. Якщо на початку занять учасникам було складно репрезентувати своє “Я”, свій внутрішній світ з його переживаннями, очікуваннями, мріями, то в ході занять учасники все більше цікавилися пошуками як власної індивідуальності, так і розвивали свої вміння бачити, відчувати, адекватно сприймати інших людей. Учасники тренінгу після його проходження демонструють більший рівень схильності до самоаналізу, самоусвідомленості та розуміння себе, що свідчить про те, що розроблена нами програма загалом забезпечує виконання завдання розвитку рефлексивності студентської молоді.

Наступним після розвитку рефлексії завданням був розвивальний вплив на ціннісно-смыслову систему юнаків та дівчат. Так,

перший зріз виявив практично однаковий рівень розвитку механізму диференціації у ЕГ та КГ (Табл. 2).

Табл. 2

Результати рівня розвитку механізму диференціації досліджуваних експериментальної та контрольної груп – I та II зріз, %

Рівні розвитку механізму диференціації	I зріз		II зріз	
	Експериментальна група, %	Контрольна група, %	Експериментальна група, %	Контрольна група, %
Сформований	54,5	46,7	90,9	46,7
На стадії формування	45,5	40	9,1	46,7
Несформований	0	13,3	0	6,6
Показник φ^* -кутового перетворення Фішера	$\varphi^*_{емп} = 0,39$, $\varphi^*_{кр} = 1,64$ ($p \leq 0,05$), $\varphi^*_{емп} < \varphi^*_{кр}$		$\varphi^*_{емп} = 2,58$, $\varphi^*_{кр} = 2,31$ ($p \leq 0,01$), $\varphi^*_{емп} > \varphi^*_{кр}$	

Другий зріз виявив статистично значущі відмінності у рівні розвитку механізму диференціації досліджуваних ЕГ та КГ ($p \leq 0,01$). Тепер, у більшості досліджуваних ЕГ (90,9%) механізм диференціації сформований, і тільки у 9,1% студентів залишився на стадії формування. Натомість, у досліджуваних КГ результати залишились практично такими ж, як і в першому зрізі. Отримані дані свідчать про те, що майже всі студенти після тренінгових занять спроможні зробити ціннісний вибір, що свідчить про їхнє сходження на шляху особистісної зрілості, без якої неможливе духовно-моральне ставлення до ДСС та свідомий вибір сексуальної поведінки.

Результати застосування методики Б.С. Круглова засвідчили, що особливих змін у ієрархії значущих ціннісних орієнтацій не виявлено. Основними термінальними ЦО студентів ЕГ та КГ є “наявність вірних та гарних друзів”, “здоров’я”, “життєва мудрість”, “кохання”, “матеріально забезпечене життя”, “впевненість в собі”, “щасливе сімейне життя”. Основними інструментальними ЦО – “вихованість”, “освіченість”, “життєрадісність”, “акуратність”, “незалежність”, “відповідальність”, “раціоналізм”, “чесність”. Однак, система ціннісних орієнтацій студентів ЕГ стала більш узгодженою та структурованою. Так, вищий ранг посіли цінності “щасливе сімейне життя” (було на 6 місці, стало на 4), “відповідальність” (була на 5 місці, стала на 2), “чесність” (була на 6, стала на 4), значущою стала цінність “саморозвиток” (5 ранг). Отже, студенти почали цікавитися власними духовно-моральними особистісними якостями, що свідчить про актуалізацію мотивації до самовдосконалення.

Після активізації самопізнання та ціннісно-смиислового самовизначення останнім ми спробували розвинути духовно-моральне ставлення до ДСС. Для дослідження змін у ставленні до ДСС ми проводили анкетування “Вивчення сприйняття ДСС”. Суттєвих відмінностей між ЕГ та КГ I зріз не виявив. Другий зріз виявив статистично значущі зміни в ставленні до різнопартнерних ДСС учасників тренінгу: з 27,2% , які вказували, що різнопартнерні сексуальні стосунки – ознака дорослості та зрілості, не залишилось жодної особи, котра підтримала дане твердження; з 36,4% молодих людей, які вважали, що необхідно отримати сексуальний досвід до шлюбу, щоб не виглядати старомодними, теж не залишилось жодної особи; з 54,5% юнаків та дівчат, які погодилися з міфом, що побутує в молодіжному середовищі – “успіх та гармонію інтимного спілкування забезпечує насамперед сексуальна техніка”, таких залишилося 18,2% ($\varphi^*_{емп} = 1,83$, $\varphi^*_{кр} = 1,64$ ($p \leq 0,05$)) (Табл. 3).

Табл. 3

Результати анкетування “Вивчення сприйняття ДСС” – I та II зріз, експериментальна та контрольна групи

Твердження -показники	I зріз	II зріз	I зріз	II зріз
	ЕГ, %	ЕГ, %	КГ, %	КГ, %
Різнopартнерні сексуальні стосунки юнаків та дівчат – ознака дорослості та зрілості	27,2	0	33,3	33,3
Молоді люди повинні отримати сексуальний досвід до шлюбу, щоб не виглядати старомодними	36,4	0	40	33,3
Успіх та гармонію інтимного спілкування забезпечує насамперед сексуальна техніка	54,5	18,2	53,3	46,6
Я готова (-ий) відповідати за можливі наслідки дошлюбного сексуального життя	36,4	81,8	33,3	46,6
Мені добре відомі засоби захисту від вагітності та вензахворювань	72,7	90,9	73,3	80
Щоб мати сексуальні стосунки, досить обопільної симпатії	63,6	18,2	60	53,3
Від сексу без кохання можна отримати таке ж задоволення, як і від сексу на основі почуттів	54,5	18,2	46,7	40
Кохання неможливе без сексуальних стосунків	45,4	54,5	66,7	60
Я добре знаю сильні та слабкі сторони протилежної статі	27,2	63,6	33,3	40
Я можу вільно обговорювати будь-які питання з партнером (-ою)	45,5	81,8	40	46,7
Сексуальні стосунки – хороший спосіб добре пізнати протилежну стать	45,5	9,1	46,7	53,3
Дошлюбне сексуальне життя допомагає швидше і легше досягти повної гармонії в шлюбі	54,5	45,5	33,3	40

Сексуальні стосунки прийнятні тільки після взяття шлюбу	18,2	18,2	6,7	6,7
Наслідком ДСС повинне бути створення сім'ї	27,3	63,6	20	20
Різнопартнерні дошлюбні сексуальні стосунки юнаків та дівчат забезпечують необхідним для майбутнього шлюбного життя досвідом	36,4	0	46,6	53,3

Перший і другий зріз вказують, що більшій частині опитаних добре відомі засоби захисту від вагітності та венеричних захворювань. Цей факт частково пояснюється медичною спеціалізацією опитаних студентів. Однак, незважаючи на це, лише менша частина студентів, за даними першого зрізу, готові були відповідати за можливі наслідки дошлюбного сексуального життя (36,4% ЕГ та 33,3% КГ). Отже, наявність знань не завжди свідчить про здатність юнаків та дівчат використати їх в реальності, про їх внутрішню екзистенційну відповідальність, що ще раз вказує на коректність та валідність розробленої нами програми. Другий зріз вказує на значні зміни в ЕГ. Так, після тренінгу кількість осіб, готових взяти відповідальність за своє сексуальне життя, зросла з 36,4% до 81,8% ($\varphi^*_{емп} = 2,26$, $\varphi^*_{кр} = 2,31$ ($p \leq 0,05$)). В КГ статистично значущих змін не виявлено.

Другий зріз виявив статистично значущі відмінності в ставленні до кохання як до ціннісно-орієнтаційної основи ДСС в ЕГ. Так, з 54,5% студентів, які вважали, що від сексу без кохання можна отримати таке ж задоволення, як і від сексу на основі почуттів, підтримали це твердження після тренінгу 18,2% ($\varphi^*_{емп} = 2,26$, $\varphi^*_{кр} = 2,31$ ($p \leq 0,05$)). Значно зменшилася кількість студентів – з 63,6% до 18,2%, котрі вважають, що для сексуальних стосунків достатньо обопільної симпатії ($\varphi^*_{емп} = 2,26$, $\varphi^*_{кр} = 2,31$ ($p \leq 0,05$)). Отже, можемо зробити висновок про усвідомлення кохання як цінності досліджуваними ЕГ, про їх здатність розрізнити поняття “симпатія”, “кохання”, “закоханість” та визначити їх прояви. II зріз в КГ не виявив жодних змін, що свідчить про ефективність та дієвість розробленої нами програми. Водночас результати анкетування учасників як ЕГ, так і КГ засвідчили, що кохання для більшості студентів неможливе без сексуальних стосунків. Так вважали 45,4% студентів ЕГ в I зрізі та 54,5% студентів в II зрізі ($\varphi^*_{емп} = 0,42$, $\varphi^*_{кр} = 1,64$ ($p \leq 0,05$)). Очевидно, в сучасному світі статеві стосунки до шлюбу стають невід’ємною частиною буття, проявом кохання.

Перший зріз виявив недостатнє розуміння протилежної статі студентами ЕГ та КГ. Другий зріз виявив значне підвищення показників у ЕГ. Після тренінгу 54,5% студентів мають уявлення

про сильні та слабкі сторони протилежної статі ($\varphi^*_{\text{емп}} = 1,75$, $\varphi^*_{\text{кр}} = 2,31$ ($p \leq 0,05$)). 81,8% студентів можуть вільно обговорювати будь-які питання з партнером ($\varphi^*_{\text{емп}} = 1,82$, $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,64$ ($p \leq 0,05$)). Водночас 45,5% студентів ЕГ до початку тренінгу вважали, що хороший спосіб пізнати протилежну стать – це сексуальні стосунки. Після тренінгу таких студентів залишилося 9,1% ($\varphi^*_{\text{емп}} = 1,91$, $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,64$ ($p \leq 0,05$)). Очевидно, юнаки та дівчата віднайшли інші способи пізнання та розуміння протилежної статі. В КГ показники не змінилися.

В самозвітах студенти вказують, що тренінг примусив задуматися про розуміння представників протилежної статі, важливість спілкування та стосунки з ними. Велику роль тут відіграла рефлексія, яка допомогла юнакам та дівчатам стати на зовнішню позицію стосовно самих себе, глибше і більш різнобічно розуміти як себе, так і інших. Учасники тренінгу через актуалізацію пізнання себе демонструють поглиблення налаштованості на взаєморозуміння, довіру та гармонію у взаєминах з протилежною статтю.

Аналіз даних, що стосуються зв'язку ДСС та сімейного життя показав, що налаштування юнаків та дівчат ЕГ дещо змінилися. Зокрема збільшилася кількість студентів (з 27,3% до 63,6%), які переконані, що наслідком ДСС повинне бути створення сім'ї ($\varphi^*_{\text{емп}} = 1,75$, $\varphi^*_{\text{кр}} = 1,64$ ($p \leq 0,05$)). Отже, актуалізація та зростання усвідомлення своїх життєвих цінностей, серед яких чільне місце займає сім'я, вплинуло на те, що молоді люди виправдовують сексуальні стосунки до шлюбу на основі кохання, взаєморозуміння та довіри, та коли у людей серйозні плани одне до одного, в які входить створення сім'ї.

В другому зрізі жоден студент ЕГ не підтримав твердження “різнопартнерні дошлюбні сексуальні стосунки юнаків та дівчат забезпечують необхідним для майбутнього шлюбного життя досвідом”, в першому зрізі це твердження підтримала третина студентів. Тобто вони збагнули оманливість “кількісних показників” у сфері сексу.

Що стосується твердження “сексуальні стосунки прийнятні після взяття шлюбу”, то не змінилася кількість студентів ЕГ, які його підтримали після тренінгу (18,2% – до тренінгу, 18,2% – після). Не змінилася також кількість студентів, які вважають, що дошлюбне сексуальне життя допомагає швидше і легше досягнути цілковитої гармонії в шлюбі (54,5% – до тренінгу, 45,5% – після).

Висновки. Отже, аналіз контрольного етапу нашого емпіричного дослідження, змістом якого була перевірка ефективності

тренінгової програми, спрямованої на формування духовно-морального ставлення до ДСС, продемонстрував наявність позитивних зрушень під впливом тренінгу. Отримані дані свідчать, що всі студенти після тренінгу спроможні зробити ціннісний вибір, у них спостерігається підвищення здатності до рефлексії, самоаналізу та саморозвитку, без чого неможливий свідомий вибір сексуальної поведінки. Водночас вивчення основних значущих ціннісних орієнтацій досліджуваних студентів засвідчило позитивні тенденції трансформації цінностей у процесі проведення тренінгових занять. Спостерігається тенденція до вибору ними духовно-моральних (кохання, відповідальність, чесність) та сімейних ціннісних орієнтацій. Отже, у них розвинулась усвідомлена позиція щодо своїх сексуальних взаємин і, принаймні, прагнення організувати свою сексуальну поведінку відповідно до власних автентичних духовно-моральних ціннісних зорієнтувань, готовність відповідати за свої дії.

Перспективи подальших розвідок вбачаємо у вивченні впливу ДСС на утворення та функціонування сім'ї.

Список використаних джерел

1. Говорун Т.В. Соціалізація статі та сексуальності: монографія / Т.В.Говорун. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. – 240 с.
2. Жигайло Н.І. Психологія духовного становлення студентів вищих навчальних закладів: Дис... докт. психолог. наук: 19.00.07 / Н.І.Жигайло. – К., 2010. – 432 с.
3. Кравець В.П. Гендерна педагогіка: навчальний посібник / В.П.Кравець. – Терн.: Джура, 2003. – 416 с.
4. Москалець В.П. Духовні горизонти особистості: потенціал вершинної аналітики // Психологія і суспільство / В.П.Москалець. – 2011. – №1. – С. 96-107
5. Савчин М.В. Психологія відповідальної поведінки / М.В.Савчин. – Івано-Франківськ, 2008. – 280 с.
6. Технологія проведення тренінгів з формування здорового способу життя молоді /Г.М. Бевз, О.П. Главник. – К.: Український ін.-т соціальних досліджень, 2005. – Кн. 1. – 176 с. – (Сер. “Формування здорового способу життя”: У 14 кн.).
7. Яницкий М.С. Ценностные ориентации личности как динамическая система / М.С.Яницкий. – Кемерово: Кузбассвузиздат, 2000. – 204 с.

The article is grounded theoretical and methodological principles of spiritual and moral attitude of students to premarital sexual

activities with social and psychological training, it is solved the structure of the training program "Build harmonious relationships", it is presented the results of the above programs at the university and analyzed the overall results of the main questionnaire through surveys and statistical data processing psychodiagnostic, conclusions are made regarding the validity and effectiveness of this training.

Keywords: premarital sex, students, existential responsibility, reflection, spiritual and moral values.

Отримано: 11.02.2012 р.

УДК 159.9:61

В.І.Шебанова

Психотерапевтичні підходи до корекції порушень харчової поведінки

У статті розглядаються психотерапевтичні підходи та методи, які одержали найбільше поширення при корекції порушень харчової поведінки.

Ключові слова: психотерапевтичні підходи, корекція, порушення харчової поведінки.

В статье рассматриваются психотерапевтические подходы и методы, которые получили наибольшее распространение при коррекции нарушений пищевого поведения.

Ключевые слова: психотерапевтические подходы, коррекция, нарушения пищевого поведения.

Актуальність дослідження. Стрімке зростання впродовж останніх років, як у світі, так і в Україні, ожиріння, зайвої ваги, переїдання, булімії та анорексії дозволяє говорити про актуальність даної проблеми. Переважною причиною 95% усіх випадків є порушена харчова поведінка, корекція якої сприятливо позначається на стані здоров'я хворих перерахованих категорій.

В останні роки медична психологія (А.О.Александров, Л.Ф.Бурлачук, М.С.Корольчук, С.Д.Максименко, Н.Ю.Максимова та ін.) розглядає гарний стан здоров'я індивідуума і його життєве благополуччя з погляду відображення задоволення його потреб і адаптації у фізичній, психологічній і соціальній сферах. З