

Social Work & Education

©SW&E. 2025

УДК [376.1:316.6]:159.922.7

DOI: 10.25128/2520-6230.25.3.8

Наталія САЙКО,

доктор педагогічних наук,
професор,
завідувач кафедри соціальної
роботи, реабілітації та повоєнної
адаптації,
Полтавського національного
педагогічного університету імені
В. Г. Короленка,
м. Полтава, Україна;
saiko@gsuite.pnpu.edu.ua
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8459-6301>

Ольга БАЦМАН,

кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри соціальної роботи
та спеціальної освіти,
Полтавського інституту економіки і
права Університету «Україна»,
м. Полтава, Україна;
olgapisnya2203@gmail.com
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-9358-4513>

Статус статті:

Отримано: липень 29, 2025
1-ше рецензування: вересень 05, 2025
Прийнято: вересень 30, 2025

Сайко, Н., Бацман, О. (2025). Сексуальне виховання як складова соціально-психологічного благополуччя особистості. *Social Work and Education*, Vol. 12, No. 3 pp. 393-402. DOI: 10.25128/2520-6230.25.3.8

СЕКСУАЛЬНЕ ВИХОВАННЯ ЯК СКЛАДОВА СОЦІАЛЬНО- ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ

Анотація. У статті проаналізовано взаємовплив сексуального виховання та соціально-психологічного благополуччя особистості. На основі аналізу наукових досліджень з проблеми організації сексуального виховання зроблено висновок про єдність позицій науковців щодо важливості і необхідності цілеспрямованої організації сексуального виховання особистості. Водночас більшість робіт присвячено підлітковій аудиторії, оскільки, у зв'язку з віковими особливостями, вона вважається сенситивною для сприйняття інформації про сексуальні стосунки, залишаючи поза увагою проблему недостатньої сексуальної підготовки дорослих. Як зазначають дослідники, дорослі часто не володіють належними знаннями, що ускладнює якісну комунікацію на цю тему в родині. Крім того, було встановлено недостатню розробленість у наукових дослідженнях проблеми впливу сексуального виховання на формування соціально-психологічного благополуччя особистості.

Обґрунтовано основні складові сексуального виховання, що мають безпосередній вплив на соціально-психологічне благополуччя особистості. А саме: формування оптимістичної позиції особистості методом керованого оптимізму; створення особистістю комфортного для себе соціального середовища, тобто соціального благополуччя; формування психологічної стійкості щодо негативних впливів соціуму (психологічне благополуччя); піклування про матеріальні умови, в яких функціонує особистість (матеріальне благополуччя); фокусування особистості на загальній задоволеності життям, що включає задоволеність соціальним статусом та суспільством; усвідомлене дотримання морально-етичних суспільних норм поведінки, що забезпечить свободу особистості у філософському розумінні цього поняття; засвоєння спеціальних знань про сексуальне життя. Проаналізовано результати дослідження, мета якого визначення рівня обізнаності студентської молоді щодо впливу сексуального виховання на соціально-психологічне благополуччя особистості.

Ключові слова: сексуальність, сексуальне виховання, соціальне благополуччя, психологічне благополуччя, оптимістичний світогляд, задоволеність життям, морально-етичні норми.

ВСТУП

Сучасне суспільство характеризується лібералізацією сексуальної моралі, що призводить до зміни традиційних уявлень про сексуальність, статеві взаємостосунки, шлюб, сім'ю. Якщо раніше позашлюбні статеві відносини засуджувалися суспільством, діяла жорстка мораль, при цьому тема сексуальності була закритою для обговорення, вважалося, що людина і сама всьому навчиться і розбереться, то зараз спостерігається вільно-демократичне ставлення суспільства до сексуальності. Молодь може отримати різні поради з цього питання з соціальних Інтернет-мереж, статеві взаємостосунки поза шлюбом не викликають осуду у суспільстві. За даними дослідження науковці О. Швед (Швед, 2024) основним джерелом отримання знань про статеві взаємостосунки для молоді є Інтернет. При цьому спостерігається, як зазначає авторка, раннє знайомство з такою інформацією, а саме з 13 років.

Така доступність з поєднанням низького рівня сексуальної вихованості молодих людей призводить до формування неправильної стратегії засвоєння знань про власну сексуальність, а саме на власному гіркому досвіді. Це спричиняє появу таких проблем, як статеві інфекційні захворювання, небажана вагітність, аборти, погіршення стану здоров'я, незадоволеність власною особистістю, що має безпосередній вплив на якість життя людини, її соціально-психологічне благополуччя.

Тому особливо важливим у запобіганні таких проблем є організація цілеспрямованого педагогічно правильно спланованого сексуального виховання молодих людей, що включає формування здорового ставлення до сексуальності, розуміння власних емоцій та дій, розвиток навичок комунікації, толерантності, естетики взаємостосунків.

АНАЛІЗ ОСТАННІХ ДОСЛІДЖЕНЬ І ПУБЛІКАЦІЙ

Дослідниця Ю. Асєєва (Асєєва, 2024) підкреслює необхідність створення умов для сприятливого психосексуального розвитку саме в підлітковому віці, оскільки це має вплив на формування дорослої сексуальності. Поява дезадаптивних звичок у цьому віці може спричинити дисгармонію між партнерами в майбутньому.

Досліджуючи проблему розвитку сексуальності у підлітків М. Вовканич (Вовканич, 2013), зазначає, що особливий вплив на формування сексуальності поведінки підлітків мають комунікаційні технології. Підліткам доступна інформація про різні збочення сексуальності, що не сприяє формуванню здорової сексуальної поведінки.

Розглядаючи питання підготовки соціальних працівників до формування сексуальної культури молоді, Р. Чубук (Чубук, 2020) зазначає про необхідність підвищення рівня сексуальної культури молоді, що включає когнітивну, мотиваційно-емоційну поведінкову складову. Вчений підкреслює важливість підготовки молоді до шлюбу, створення сім'ї, що включає оволодіння основами культурно-еротичної, сексуальної культури, сформованість правильного ставлення до відхилень та збочень у сексуальному житті.

Науковці О. Кислова та А. Ніколаєвська (Кислова, і Ніколаєвська, 2023) підкреслюють необхідність кардинальної зміни філософії сексуальної освіти, а

саме потрібно здійснити перехід від висвітлення окремих ризиків і засобів запобігання небажаних вагітностей до питань свободи, гідності, прав людини, особистих кордонів, безпеки (в інтернеті), безпечного життєвого простору. При цьому сексуальна освіта має бути обов'язковою, а не факультативною.

Узагальнюючи досвід Німеччини у статевому вихованні учнівської молоді, Т. Паничок (Паничок, 2010) зазначає про необхідність використання різноманітних організаційних форм роботи з формування статевої вихованості учнів: фрагменти уроків з різних навчальних дисциплін, факультативні заняття, вечори, семінари консультації в спеціально створених центрах. Автор підкреслює провідну роль освіти у формуванні статевої культури учнів та їх батьків.

Дослідники Л. Кравченко, І. Кобзева (Кравченко, і Кобзева, 2018) стверджують, що саме в підлітковому віці слід звернути увагу на такі питання, як формування необхідної системи знань сексуальної сфери: особливості фізіологічної будови тіла, розвитку та статевого зізрівання; інформування про основні фактори ризику при незахищеному статевому контакті, про засоби запобігання різних статевих хвороб; надання інформації куди можна звернутися у разі захворювання.

На основі проведеного аналізу досліджень з проблеми організації сексуального виховання, можемо зробити висновок про однакову позицію науковців щодо важливості і необхідності сексуального виховання. Однак варто підкреслити, що у наукових дослідженнях розглядається зміст і необхідність сексуального виховання, в першу чергу, підлітків, але як зазначається багатьма науковцями батьки, сім'я не мають необхідних знань з цього питання, тобто дорослі люди не готові до розмови зі своїми дітьми. Це свідчить як про нестачу педагогічних знань, так і про брак знань про власне сексуальне життя. Також бракує досліджень, в яких би було вивчено вплив сексуального виховання на формування соціально-психологічного благополуччя особистості.

МЕТА І ЗАВДАННЯ

Метою статті є визначення основних складових сексуального виховання, що мають вплив на соціально-психологічне благополуччя та дослідження рівня обізнаності студентської молоді (потенційно майбутніх батьків) щодо ролі сексуального виховання у забезпеченні соціально-психологічного благополуччя особистості.

ОСНОВНА ЧАСТИНА

Аналізуючи сексуальне виховання як процес, варто розглянути значення понять «сексуальність» та «виховання».

Австрійський психоаналітик З. Фрейд (Фрейд, 1905) пояснював сексуальність через енергію сексуального потягу (лібідо), яка спрямована не тільки на фізичний акт, а і на соціальні почуття такі, як любов, творчість, дружбу.

Відомий французький філософ М. Фуко (Фуко, 1978) порівнює сексуальність з історичним досвідом, який передбачає формування знань, використання суспільних норм та індивідуальні форми вираження сексуальності. Тобто сексуальність М. Фуко пов'язує більше з соціальними відносинами, соціальними нормами, яким підкорюються люди.

Сексуальність, як зазначають сучасні науковці Т. Журавель, Ю. Капшур, О. Кочемировська, Ю. Удовенко (Журавель, Капшур, і Удовенко, 2011) являє собою сукупність біологічних, психофізіологічних, емоційних чинників у житті людини, що пов'язані із проявом і задоволенням статевого потягу. Сексуальність включає почуття, думки, поведінку, бажання бути привабливим чи привабливою, любов, взаємовідносини тощо. Іншими словами сексуальність – це сукупність внутрішніх і зовнішніх проявів, які роблять одну людину привабливою для іншої.

У свою чергу, звертаючись до відомого педагогічного словника С. Гончаренка (Гончаренко, 1997), можна трактувати виховання, як підготовку людини до активної участі у громадському, культурному житті суспільства.

Отже сексуальне виховання передбачає передачу системи знань, соціальних цінностей, норм, на основі яких буде формуватися сексуальність людини, що включає формування культури статево-рольової взаємодії, здорового ставлення до статі, вміння переживати та усвідомлювати власні фізіологічні і психологічні особливості, вибір індивідуальних форм сексуальності.

Таким чином, сексуальне виховання охоплює процеси формування світогляду, ціннісних орієнтацій, внутрішньої гармонії особистості, здатність любити, бути емпатійним та позитивно сприймати себе та інших бути соціально благополучним.

Першою складовою сексуального виховання варто назвати формування оптимістичної позиції особистості, позитивної життєвої налаштованості. Оскільки оптиміст налаштований на позитивний розвиток подій і сприймає труднощі як виклик, що мотивує до дій і подальшого зростання. Натомість песимістичне бачення світу характеризується тим, що невдачі розглядаються як постійні, всеохопні та некеровані. Люди з таким підходом схильні вважати проблеми загрозою для всіх сфер життя, сприймають їх як тривалі й незмінні, зосереджуються на труднощах і часто не виявляють прагнення їх подолати. За такої позиції людина постійно буде знаходитися у стресі, що вплине на загальний стан здоров'я та на сексуальне, зокрема. Відомий вчений М. Селігман (Селігман, 2011) запропонував метод свідомого оптимізму – це зміна способу реагування людини за допомогою сили волі, коли вона думає про невдачі, відчуває себе безпорадною, то має навчитися переорієнтовуватися на позитивні аспекти життя, уміти їх знаходити. Саме керований оптимізм дає можливість змінити своє життя на краще, створює мотивацію до досягнення успіху і, в кінцевому результаті, дозволяє покращити якість життя та відчути задоволеність. Людина здатна впливати на своє мислення і через нього на емоційну сферу та поведінку.

Дослідники С. Браніган і Б. Фредеріксон (Fredrickson, Branigan, 2004) підтвердили, що позитивні емоції можуть бути пов'язані з оптимальним рівнем психічного здоров'я та суб'єктивного відчуття благополуччя людини.

Зокрема, у відомій монографії сучасного науковця С. Максименка (Максименко, 2006) «Генезис існування особистості» зазначається про важливість любові у становленні здорової особистості. Автор порівнює поняття «любов» з енергією, яка дає життя та акцентує увагу на значенні позитивних емоцій як ключового чинника соціально-психологічного благополуччя.

Для здорового сексуального життя та для успішного сексуального виховання важливим для особистості є наявність сприятливих соціальних умов, в

яких би соціальне функціонування було комфортним. Тобто сексуальне виховання та його результат знаходиться у прямій залежності від соціального благополуччя особистості, яке трактується як поєднання соціального середовища, в якому перебуває особистість, та її досягнень у суспільному житті. К. Кіз (Keyes, 2002) визначає рівень соціального благополуччя крізь призму відчуття комфортності в оточенні інших людей, впевненості у власних можливостях, самоактуалізації у цьому оточенні. Він зазначає, що впевнена в собі особистість частково зберігає незалежність від зовнішніх впливів. Проте саме психологічно стійка людина здатна підтримувати гармонійний баланс між власним впливом на соціальне середовище та сприйнятливістю до його впливу. Порушення цього балансу призводить до зниження рівня соціального благополуччя.

Тому важливим у сексуальному вихованні є також формування психологічного благополуччя. Згідно з визначенням В. Варій (Варій, 2007), психологічне благополуччя, або душевний комфорт, характеризується гармонійною взаємодією психічних процесів і функцій, відчуттям внутрішньої цілісності та емоційної рівноваги. Відповідно, у процесі сексуального виховання особливу увагу слід приділяти розвитку психологічної стійкості особистості, що включає здатність протистояти різним негативним чинникам, які можуть зашкодити фізичному та психічному здоров'ю, викликати внутрішній дискомфорт і порушення гармонії із зовнішнім світом. Це передбачає усунення внутрішніх перешкод – так званих «кілерів», які перешкоджають повноцінному життю та відчуттю задоволеності. У кожної людини такі бар'єри можуть бути індивідуальними, наприклад страх, тривога, невпевненість тощо. Окрім того, важливо вміти нейтралізувати зовнішні негативні впливи, а також освоювати різні методики і прийоми, які сприяють відновленню фізичного і психоемоційного стану. Турбота про фізичне здоров'я включає правильне харчування, раціональне планування часу, дотримання гігієни розумової праці, режим дня, а також регулярні заняття спортом, фізкультурою та їх сучасними різновидами.

Досліджуючи різні форми людського благополуччя важливо сказати про матеріальну складову життя. Матеріальне благополуччя, як складова соціального благополуччя, передбачає задоволеність умовами матеріального існування, такими як житло, харчування, можливість відпочинку, відчуття стабільності у фінансах (Варій, 2007). Саме відсутність нормальних матеріальних умов існування призводить до зниження рівня сексуальної культури та приглушення, а іноді і повне зникнення потягу до сексуальних взаємостосунків. Тому у процесі сексуального виховання слід звернути увагу на таку залежність.

Сексуальність людини пов'язана не лише з матеріальним благополуччям, а із загальною задоволеністю власним життям. Зниження рівня задоволеності пов'язане з такими факторами, як занижена самооцінка, очікування негативного розвитку подій, ірраціональні переконання, частий вплив мікростресів, обмежені фінансові ресурси, слабка соціальна підтримка, дефіцит емоційної близькості у стосунках, недостатній когнітивний контроль, проблеми зі здоров'ям, а також переконання, що зовнішні обставини визначають життєві події (Lewinsohn, 1991, с. 159–162).

Задоволеність життям, на думку В. Варій (Варій 2007) – це задоволеність особистості своїм соціальним статусом і актуальним станом суспільства, до якого особистість себе зараховує.

Почуття задоволеності життям тісно пов'язано з поняттям свобода, яка ґрунтується на моральних, гуманних цінностях суспільства. Коли людина знає, що вона діє у рамках закону, моральних норм, вона почуває себе правою, захищеною та вільною. На перший погляд моральні норми суспільства у сексуальному житті можуть сприйматися як обмеження особистої свободи, однак насправді вони відіграють роль внутрішнього орієнтира. Моральні норми формують основу, від якої особистість відштовхується у своїх діях і виборах, допомагаючи розрізнити позитивну свободу – як усвідомлений і відповідальний вибір – від негативної, що часто пов'язана з хаотичною або безвідповідальною поведінкою. Тому сексуальне виховання знаходиться у прямому взаємозв'язку з моральним вихованням, яке є підґрунтям соціального благополуччя. До основних моральних норм і ціннісних орієнтацій, які забезпечать належний рівень сексуального життя, можемо віднести повагу до особистих меж партнера, любов, толерантність, відкритість, чесність, добровільна згода, відповідальність, естетизм у відносинах тощо.

Також варто сказати і про систему специфічних знань про особливості сексуального життя, якими має володіти особистість задля її соціально-психологічного благополуччя. Надання таких знань має бути комплексним, відповідно віку, ситуації та психологічним особливостям аудиторії. Перш за все, це анатомо-фізіологічні основи сексуальності (розташування еrogenних зон, зміни сексуальності відповідно віку та умов проживання, репродуктивна система та її функції тощо); контрацепція і планування сім'ї, принципи свідомого батьківства; основні види інфекцій та їх профілактика тощо.

Дослідження рівня обізнаності студентської молоді щодо ролі сексуального виховання у забезпеченні соціально-психологічного благополуччя особистості. Основними завданнями дослідження було визначено: по-перше, з'ясувати наскільки студенти правильно розуміють поняття «сексуальне виховання» і «сексуальність», «соціально-психологічне благополуччя»; по-друге, визначити рівень поінформованості студентів про психологічні, моральні, фізіологічні, соціальні аспекти сексуального життя; по-третє, з'ясувати чи усвідомлює студентська молодь зв'язок між сексуальним вихованням та соціально-психологічним благополуччям особистості.

Дослідження було проведено серед студентів 1-2-го року навчання різних спеціальностей Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка. Загальна кількість респондентів становила 1002 особи. Вікова категорія 17-18 років. Основні методи, які були використані, це опитування, контент-аналіз відповідей, узагальнення результатів. На перше запитання «Як Ви розумієте сексуальне виховання?»: 32% (321 особа) поняття сексуальне виховання зводять до знання фізіологічних аспектів; як формування відповідного ставлення до сексу та профілактика інфекційних хвороб – пояснюють 41% (441 особа); до змісту сексуального виховання включили морально-етичні аспекти поведінки 18% (180 осіб); не дали відповідь 6% (60 осіб).

Щодо розуміння поняття «сексуальність»: 42% (421 особа) пояснює його як наявність краси, привабливості; як здатність до статевого життя – 26% (261 особа); з емоційно-психологічною сферою поєднали сексуальність – 21% (210 осіб).

Поняття «соціально-психологічне благополуччя» більшість студентів пояснюють як наявність нормальних друзів та матеріального забезпечення – 45% (451 особа). Деякі студенти 24% (240 осіб) дали не конкретизовану відповідь: «Соціально-психологічне благополуччя – це коли все добре». Інші, 31% (310 осіб) називали одну із складових соціально-психологічного благополуччя, наприклад, щоб не було хвороб або, щоб були матеріальні ресурси.

Питання «Як Ви оцінюєте рівень своєї поінформованості про психологічні, моральні, фізіологічні, соціальні аспекти сексуального життя?» оцінювалося за допомогою шкали від 1 до 5 (середнє значення). Найбільше знань мають студенти з питань фізіології, контрацепції та щодо захворювань, які передаються статевим шляхом (середній бал становить 3,7; 3,5; 3,3 відповідно).

На запитання «Чи впливає сексуальне виховання на формування соціально-психологічного благополуччя особистості?» більшість студентів 83% (832 особи) дали відповідь: «так, в деякій мірі». Це говорить про нечітке розуміння змісту сексуального виховання. Лише 17% (170 осіб) намагалися пояснити взаємозв'язок між цими двома поняттями.

Отже, узагальнюючи результати дослідження, можемо говорити про недостатню обізнаність студентів щодо ролі сексуального виховання у забезпеченні соціально-психологічного благополуччя. У свою чергу це буде впливати на створення власного соціально-психологічного благополуччя та ускладнить можливість здійснювати правильне сексуальне виховання майбутніх власних дітей.

ВИСНОВКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

У результаті дослідження було визначено основні складові сексуального виховання, формування яких має безпосередній вплив на соціально-психологічне благополуччя особистості – це оптимістична світоглядна позиція, що передбачає розвиток умінь переключатися з негативу на позитивне сприйняття світу; соціальне благополуччя, що включає створення навколо себе такого соціального середовища, яке б було комфортним і сприятливим для самореалізації власної особистості; психологічна стійкість, яка виявляється у душевному комфорті, гармонічній взаємодії психічних процесів і функцій, відчутті внутрішньої цілісності та емоційній рівновазі; комфортні для людини матеріальні умови; загальна задоволеність власним життям, що передбачає задоволеність соціальним статусом та суспільством, членом якого є особистість; дотримання морально-етичних норм суспільства, що забезпечує свободу особистості; оволодіння спеціальними знаннями про сексуальне життя (анатомо-фізіологічними, медичними, правовими, психологічними та педагогічними).

Проведено дослідження, яке спрямоване на з'ясування рівня обізнаності студентської молоді щодо ролі сексуального виховання у створенні соціально-психологічного благополуччя особистості. Результати дослідження дають змогу стверджувати, що студенти мають недостатній рівень усвідомлення ролі

сексуального виховання у соціально-психологічному благополуччі людини. Їх відповіді свідчили про неповне розуміння таких понять, як «сексуальне виховання», «сексуальність», «соціально-психологічне благополуччя», що утруднює знаходження взаємозв'язків між ними. Тому перспективами подальших досліджень може бути розробка змісту професійної підготовки студентської молоді до створення як власного соціально-психологічного благополуччя, так і тієї категорії населення, з якою буде пов'язано професійне життя у майбутньому.

ЛІТЕРАТУРА

- Асеева, Ю., & Захарченко, Н. (2024). Вплив чинників на психосексуальне виховання та формування культури молоді. *Ментальне здоров'я*, (3), 3–9. Одеський національний економічний університет. Видавничий дім «Гельветика».
- Варій, М. Й. (2007). *Загальна психологія*. Київ: Центр учбової літератури.
- Вовканич, М. (2013). Проблеми розвитку сексуальної самосвідомості підлітків у сучасному суспільстві. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Педагогіка. Соціальна робота*, (27), 25–27.
- Гончаренко, С. (1997). *Український педагогічний словник*. Київ: Либідь.
- Журавель, Т., Капшур, Ю., Кочемировська, О., & Удовенко, Ю. (2011). Сексуальність у житті особистості. У І. Д. Зверева (Ред.), *Підвищення виховного потенціалу прийомних батьків та батьків-вихователів: навчально-методичний посібник* (с. 195–225). Київ.
- Кислова, О. М., & Ніколаєвська, А. М. (2023). Підліткова сексуальність та проблеми сексуальної освіти в Україні. *Український соціум*, (2[85]), 190–206.
- Кравченко, Л. А., & Кобзева, І. М. (2018). Сексуальна просвіта як складова виховного процесу підлітків. *Вісник Університету імені Альфреда Нобеля. Педагогічні науки*, 2(16), 66–71.
- Максименко, С. Д. (2000). *Загальна психологія*. Київ: Релф-бук.
- Паничок, Т. Я. (2010). *Статеве виховання учнівської молоді у Німеччині* (Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук, Тернопіль). Спеціальність 13.00.07 – теорія і методика виховання.
- Чубук, Р. (2020). Підготовка соціальних працівників до формування сексуальної культури молоді як засобу профілактики статевої деморалізації. *Вісник Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького. Серія: Педагогічні науки*, (2), 85–92.
- Швед, О. (2024). Сексуальне виховання дітей та підлітків. Коли починати? *Соціальна педагогіка: теорія та практика*, (4), 43–51. ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка».
- Foucault, M. (1978). *The History of Sexuality. Volume 1: An Introduction* (trans. R. Hurley). New York: Pantheon Books.
- Freud, S. (1905). *Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie*. Leipzig & Wien: Franz Deuticke.
- Keyes C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior* (Vol. 43, p. 207–222).
- Lewinsohn P. M., Redner J. E. & Seeley J. R. (1991). The Relationship between Life Satisfaction and Psychological Variables: New Perspectives, 141–172. Oxford: Pergamon Press.
- Seligman, M. E. P. (2011). *Learned optimism: How to change your mind and your life*. Knopf Doubleday Publishing Group.
- Fredrickson B. L. (2004). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist* (Vol. 56, pp. 218–226.)

SEXUAL EDUCATION AS A COMPONENT OF AN INDIVIDUAL'S SOCIO-PSYCHOLOGICAL WELL-BEING

Nataliia SAIKO, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Head of the Department of Social Work, Rehabilitation and Post-War Adaptation, Poltava V.G. Korolenko National Pedagogical University, 2 Ostrohradskyi Street, Poltava, Ukraine, saiko@gsuite.pnpu.edu.ua

Olha BATSMAN, PhD in Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Social Work and Special Education, Poltava Institute of Economics and Law of the University "Ukraine", 6 Monastyrska Street, Poltava, Ukraine, olgapisnya2203@gmail.com

Abstract. This article explores the relationship between sexual education and an individual's socio-psychological well-being. A review of existing research reveals a broad scientific consensus on the importance and necessity of purposefully organized sexual education. However, most studies focus on teenage audience due to their age-specific sensitivity to information about sexual relations, while insufficient attention is paid to the sexual awareness of adults. Scholars emphasize that adults often lack the necessary knowledge, which complicates open, meaningful communication about sexuality within the family context. Furthermore, the impact of sexual education on the formation of socio-psychological well-being remains under-researched.

The article identifies key components of sexual education that influence socio-psychological well-being. These include the development of an optimistic personal outlook through learned optimism; the creation of a socially supportive environment (social well-being); the enhancement of resilience to negative social influences (psychological well-being); attention to one's material conditions (material well-being); the pursuit of overall life satisfaction, including contentment with social status and society; adherence to moral and ethical behavioral norms, which supports personal freedom in a philosophical sense; and acquiring specialized knowledge regarding sexual life. The article also presents the results of a study conducted among university students aimed at assessing their awareness of the influence of sexual education on socio-psychological well-being.

Key words: sexuality, sexual education, social well-being, psychological well-being, optimistic worldview, life satisfaction, moral and ethical norms.

References

Asieieva, Yu., & Zakharchenko, N. (2024). Vplyv chynnykiv na psykholeksualne vykhovannia ta formuvannia kultury molodi. *Mentalne zdorovia*, (3), 3–9. Odeskyi natsionalnyi ekonomichnyi universytet. Vydavnychiy dim «Helvetyka».

Varii, M. Y. (2007). *Zahalna psykholohiia*. Kyiv: Tsentr uchbovoi literatury.

Vovkanych, M. (2013). Problemy rozvytku seksualnoi samosvidomosti pidlitkiv u suchasnomu suspilstvi. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Seria: Pedahohika. Sotsialna robota*, (27), 25–27.

Honcharenko, S. (1997). *Ukrainskyi pedahohichnyi slovnyk*. Kyiv: Lybid.

Zhuravel, T., Kapshur, Yu., Kochemyrovska, O., & Udovenko, Yu. (2011). Seksualnist u zhytti osobystosti. U I. D. Zvierieva (Red.), *Pidvyshchennia vykhovnoho potentsialu*

priyomnykh batkiv ta batkiv-vykhovateliv: navchalno-metodychnyi posibnyk (s. 195–225). Kyiv.

Kyslova, O. M., & Nikolaievska, A. M. (2023). Pidlitkova seksualnist ta problemy seksualnoi osvity v Ukraini. *Ukrainskyi sotsium*, (2[85]), 190–206.

Kravchenko, L. A., & Kobzieva, I. M. (2018). Seksualna prosvita yak skladova vykhovnoho protsesu pidlitkiv. *Visnyk Universytetu imeni Alfreda Nobelia. Pedahohichni nauky*, 2(16), 66–71.

Maksymenko, S. D. (2000). *Zahalna psykholohiia*. Kyiv: Relf-buk.

Panychok, T. Ya. (2010). Stateve vykhovannia uchnivskoi molodi u Nimechchyni (Dysertatsiia na zdobuttia naukovoho stupenia kandydata pedahohichnykh nauk, Ternopil). *Spetsialnist 13.00.07 – teoriia i metodyka vykhovannia*.

Chubuk, R. (2020). Pidhotovka sotsialnykh pratsivnykiv do formuvannia seksualnoi kultury molodi yak zasobu profilaktyky statevoi demoralizatsii. *Visnyk Cherkaskoho natsionalnoho universytetu imeni Bohdana Khmelnytskoho. Serii: Pedahohichni nauky*, (2), 85–92.

Shved, O. (2024). Seksualne vykhovannia ditei ta pidlitkiv. Koly pochynaty? *Sotsialna pedahohika: teoriia ta praktyka*, (4), 43–51. DZ «Luhanskyi natsionalnyi universytet imeni Tarasa Shevchenka».

Foucault, M. (1978). *The History of Sexuality. Volume 1: An Introduction* (trans. R. Hurley). New York: Pantheon Books.

Freud, S. (1905). *Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie*. Leipzig & Wien: Franz Deuticke.

Keyes C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior* (Vol. 43, p. 207–222).

Lewinsohn P. M., Redner J. E. & Seeley J. R. (1991). *The Relationship between Life Satisfaction and Psychological Variables: New Perspectives*, 141–172. Oxford: Pergamon Press.

Seligman, M. E. P. (2011). *Learned optimism: How to change your mind and your life*. Knopf Doubleday Publishing Group.

Fredrickson B. L. (2004). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist* (Vol. 56, pp. 218–226.)

Article history:

Received: August 15, 2025

1st Revision: September 15, 2025

Accepted: September 30, 2025