

РОЛЬ ПСИХОЛОГІЧНИХ ФАКТОРІВ У ЗНИЖЕННІ ЧОЛОВІЧОЇ СТАТЕВОЇ ФУНКЦІЇ

THE ROLE OF PSYCHOLOGICAL FACTORS IN DECREASING MALE SEXUAL FUNCTION

Стаття присвячена дослідженню впливу психологічних факторів на чоловічу статеву функцію. У статті описано змістові характеристики феномена сексуальності й чоловічої сексуальності. Установлено, що сексуальність являє собою спосіб вираження статевого потягу особистості. При цьому особливостями сексуальності чоловіків є її менша емоційна залученість, нижча потреба в інтимності, душевній близькості, вища гострота потягу, що пов'язано з вищим лібідозним ефектом андрогенів; вища інтенсивність сексуальних фантазій і їх змістовий характер; вплив гендерної стереотипізації, частіше виникнення сексуальних проблем, які перешкоджають сексуальній близькості. Проведено класифікацію соціально-психологічних аспектів формування сексуальності в сучасному світі. Біологічні чинники сексуальності мають тісний зв'язок із психологічними чинниками сексуальності, такими як емоції, почуття, переживання, фантазія, сприйняття партнера. Виявлено, що психологічний аспект є найбільше впливає в процесі формування статевої функції. Розкрито теоретичні аспекти чоловічої сексуальності та її складників. До них зараховують силу потягу, сексуальну селективність, мотивацію, інструментальність, пластичність, агресивність тощо. Обґрунтовано сутність впливу на чоловічу статеву функцію психологічних станів. Виявлено, що серед чоловіків переважають нормативні значення сексуальної функції та сексуального здоров'я, а також середній рівень стресу, депресії і тривожності. Доведено, що стрес, депресія і тривожність знижують статеву функцію чоловіків. При цьому найбільш негативний вплив чинить стрес. У разі сильного стресу значно знижується сексуальна функція чоловіків і їхнє сексуальне здоров'я.

Ключові слова: сексуальне здоров'я, сексуальна функція, чоловіча сексуальність, стрес, депресія, тривожність.

The article is dedicated to the investigation of the influx of psychological factors on the human sexual function. The essential characteristics of the phenomenon of sexuality and human sexuality are described. It has been established that sexuality is a way of expressing the desire for specialness. Due to the peculiarities of human sexuality, there is less emotional arousal, a lower need for intimacy, emotional closeness, and a greater desire for desire, which is associated with the greater libidinal effect of androgens.; the greater intensity of sexual fantasies and their violent nature; the influx of gender stereotyping, more often the cause of sexual problems that interfere with sexual intimacy. A classification of social and psychological aspects of the formation of sexuality in the everyday world has been carried out. The biological agents of sexuality are closely related to the psychological agents of sexuality, such as emotions, feelings, experiences, fantasies, and partner's feelings. It has been revealed that the psychological aspect is the greatest influence in the process of forming the state function. Openly theoretical aspects of human sexuality and warehouses. They include traction, sexual selectivity, motivation, instrumentality, plasticity, aggressiveness, etc. The essence is infused with the human state function of psychological factors. It was found that most people value the normative values of sexual function and sexual health, as well as the average level of stress, depression and anxiety. It has been proven that stress, depression and anxiety reduce the normal functioning of people. When the greatest negative influx occurs, it causes stress. With severe stress, the sexual function of people and their sexual health significantly decreases.

Key words: sexual health, sexual function, human sexuality, stress, depression, anxiety.

УДК 159.923

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208>.

2024.59.33

Чорнокульський І.С.

к.мед.н.,

асистент кафедри внутрішньої

медицини

Київський національний університет
імені Тараса Шевченка

Свиридов Д.В.

здобувач вищої освіти 2 курсу за

спеціальністю 053. Психологія

Київський національний університет
імені Тараса Шевченка

Вступ. Сучасне суспільство відзначається численними стресогенними факторами, що впливають на особистість, визначаючи її фізичний і психічний стан. У таких умовах зберегти повноцінну функціональну здатність стає дедалі важче. Ураховуючи стан війни, що триває в Україні вже третій рік, доцільно відзначити, що постійна дія стресу може порушувати практично всі сфери життєдіяльності. Особливо це стосується чоловіків, як більшою мірою, ніж жінки, беруть участь у бойових діях і постійно зазнають стресогенних впливів. Коли чоловіки переживають стресові події, у них може зменшуватися сексуальний потяг, порушуватися сексуальна функція, знижуватися репродуктивність. Це є особливо актуальним, коли чоловікові потрібно бути зібраним, мобільним, сильним, забезпечувати репро-

дуктивну функцію, будувати сексуальні взаємини із жінкою.

Сексуальність як біологічне явище є властивістю різних за статевою ознакою організмів, здатних до злиття з метою продовження роду. Але для побудови міцних взаємин і сім'ї недостатньо лише сексуального потягу. Потрібні взаємоповага, підтримка, розуміння, бажання розвиватися тощо. Тобто сексуальність завжди йде поряд із психологічним розвитком людини. І чим позитивнішим є психологічний стан чоловіка, тим краще його сексуальне здоров'я.

Мета дослідження полягає у виявленні впливу психологічних факторів на зниження чоловічої статевої функції.

Теоретичний аналіз наукових підходів до поняття «сексуальність» дає підстави ствер-

джувати, що це комплексний багатофункціональний феномен, який включає природні біологічні процеси, фізіологічні потяги та психологічні стани. У сукупності вони гармонійно співіснують і забезпечують суб'єктивне благополуччя індивіда. Як біологічне явище сексуальність є властивістю різних за статевою ознакою організмів, здатних до злиття чоловічих і жіночих гамет як генетичного матеріалу з метою продовження роду [1]. Сексуальність як психологічна характеристика являє сукупність поведінкових активностей і якостей, пов'язаних із сексуальним збудженням і реалізацію сексуальної функції [5].

За визначенням А. Шиделко, «сексуальність – це площина людського життя, де, зважаючи на стать, гендерні особливості, сексуальну просвіту та статеве виховання, сексуальну орієнтацію, репродуктивну функцію та інше, особистість проявляє себе в розрізі поведінкового, емоційного та ціннісно-смислового аспектів, які наповнені психологічними складовими: інстинктами, потягами, бажаннями, мріями, фантазіями, вподобаннями, уявленнями, емоціями, еротизмом, задоволенням, спрямованістю тощо» [7, с. 98].

Водночас сексуальність має два полюси: позитивний (сексуальне здоров'я) і негативний (сексуальні розлади й порушення). Сексуальне здоров'я може бути визначено не тільки як відсутність будь-яких хворобливих змін в організмі людини, які можуть призвести до зниження сексуальних функцій, а і як невід'ємний комплекс взаємодіючих компонентів сексуальності – біологічного (анатомо-фізіологічного) соціально-психологічного, що забезпечує сексуальну поведінку, складну систему взаємин, що призводить до оптимальної сексуальної адаптації до протилежного полу, сексуальної гармонії відповідно до норм соціальної та особистої моралі [8].

Останніми десятиліттями значного поширення набувають саме сексуальні розлади й порушення внаслідок дії соціально-психологічних факторів. Зокрема, розлад сексуальної функції чоловіків унаслідок дії психологічних факторів може проявлятися у вигляді зниження, відсутності статевого потягу або його підвищення (посилення). Також потяг знижується в разі перевтоми внаслідок постійного фізичного навантаження, порушення міжособистісних стосунків із партнером [3].

Психологічний аспект проявляється в афективній сфері (емоціях, почуттях, переживаннях, фантазіях тощо), тісний взаємопов'язаний із самовираженням і сприйняттям партнера. Цей аспект виявляє найбільший вплив на формування статевої ідентифікації людини в процесі психосексуального розвитку. Психосоціальні фактори головним чином визначають належність до певної статі. У взаємозв'язку з пси-

хологічним аспектом виступає аспект соціального, оскільки сексуальність, її сприйняття, а також сексуальна поведінка здійснюються залежно від чинних у суспільстві соціальних норм, цінностей і заборон. Тому не лише психологічний стан впливає на сексуальну функцію, а й соціально-рольові очікування [5].

Серед найбільш вагомих психоемоційних станів, що здатні впливати на сексуальне здоров'я чоловіків, доцільно виділити стрес, тривожність і депресію.

Стрес являє собою сукупність адаптаційно-захисних реакцій організму людини на дії, які ініціюють фізичну чи психічну травму [6]. У стані стресу людина особливо гостро реагує на наявні порушення. Сексуальне порушення може спостерігатися на будь-якій стадії стресу, але, чим раніше відбувається порушення, тим гіршими є наслідки, оскільки порушуються також усі подальші стадії.

Зв'язок депресивних станів з патологією в сексуальній сфері був предметом уваги багатьох дослідників. Р. Крафт-Ебінг писав, що хворий у депресивному стані перестає відчувати бажання, оскільки мета стає недосяжною [3]. З. Фрейд відзначав, що особливо потужним астенізуючим фактором у разі афективних порушень із сексуальними розладами стає переключення всього психічного реєстру індивіда на галузь крайніх тривог щодо зниження або втрати своєї чоловічої сили [10].

Аналізуючи зв'язок депресії та сексуальної дисфункції, необхідно відзначити, що на початку сексологічних досліджень більшого значення надавали самим сексуальним порушенням, а розлади настрою вважали їх наслідком. І лише в кінці ХІХ століття порушення в сексуальній сфері стали розглядати не як причину, а як наслідки психологічних хвороб [6]. Це відбулося на основі робіт, присвячених психосоматичним аспектам депресивних розладів, маскованим депресіям і соматичним еквівалентам депресій, у рамках яких сексуальні порушення описувалися як прояви порушених функцій автономної нервової системи.

Сучасні дослідження більш глибоко описують вплив психологічних чинників на сексуальну функцію чоловіків. Зокрема, Н. Калька й Л. Кузьо виділили певні параметри чоловічої сексуальності, які відрізняються від жіночої сексуальності [2]:

- 1) сила сексуального бажання – це мотивація до сексуального задоволення;
- 2) екстенсивність і селективність – спрямованість на більшу кількість сексуальних партнерів;
- 3) мотивація й легітимізація – слабша репродуктивна спрямованість і знижена емоційність порівняно із жінками;
- 4) інструментальність – для чоловіків секс не тільки задоволення, а й робота, яка

передбачає успіх, завершення й досягнення чогось;

5) пластичність і різноманітність – для чоловіків характерна більша варіабельність сексуальних сценаріїв;

6) життєвий шлях – існують відмінності в початку та завершенні сексуального життя в чоловіків і жінок. Чоловіки здебільшого раніше починають статеве життя й пізніше його закінчують;

7) насильство й агресія – чоловіча сексуальність більше характеризується агресивними тенденціями і насильством, ніж у жінок;

8) сексуальне здоров'я та суб'єктивне благополуччя: чоловіки є більш активними у сексуальному житті й отримують від нього більше задоволення, ніж жінки.

Виділені параметри є не лише характеристикою сексуальності чоловіків, а й показником ефективності їхньої сексуальної функції. Будь-які порушення цих параметрів призводять до зниження лібідо в чоловіків і проблем із сексуальним здоров'ям.

Сьогодні вагомим психологічним чинником зниження чоловічої статевої функції є стрес. Реакції мобілізації при стресі супроводжуються підвищенням рівня адреналіну, рівня цукру, активізацією симпатичного відділу нервової системи та збільшенням рівня надниркових гормонів тощо. При цьому, відповідно, знижується рівень статевих гормонів: чим більше надниркових гормонів, тим менше статевих і навпаки. І в момент стресу сексуальність гальмується як за цими гормональними, так і психологічними механізмами [11]. Тривалий стрес може вплинути на вироблення тестостерону, що призводить до зниження статевого потягу або лібідо й може викликати еректильну дисфункцію або імпотенцію.

Учені виділили низку факторів психологічного характеру, що знижують сексуальну функцію чоловіків. Так, А. Кушнір і Ю. Кушнір виявили, що висока тривожність зумовлює низьку сексуальну задоволеність [4]. Є. Кришталь, О. Луценко та В. Марченко з'ясували, що майже в усіх чоловіків із депресивними розладами спостерігалася патологія сексуальної функції [3]. А. Молотокас та А. Проскурня також зазначають, що «депресія може впливати на різні аспекти сексуального життя, включаючи бажання, відчуття задоволення від сексу та інтимні відносини партнерів» [5, с. 181].

У роботі С. Альтофа показано, що чоловічі сексуальні дисфункції, включаючи еректильну дисфункцію, гіпоактивний розлад статевого потягу, передчасну еякуляцію та затримку еякуляції, є складною сумішшю взаємопов'язаних біологічних, психологічних і контекстуальних змінних. Автор наводить алгоритм лікування легких і помірних психосоціальних

проблем, які впливають на чоловічу статеву функцію [8].

Ю. Лу зі співавторами встановив, що чоловіки, у яких спостерігається зниження сексуальності, мають низькі показники психоемоційних станів і задоволеності життям. Автори довели, що під впливом негативних емоцій, низької якості й задоволеності життям відбувається зниження статевої функції в чоловіків (віком <60 років). Ґрунтуючись на результатах дослідження, ми виявили, що зниження сексуальності пов'язано з депресією, тривогою та погіршенням задоволеності та якості життя [11].

Схожі результати отримано в дослідженні В. Чачо. Дослідниця з'ясувала, що тривога, депресія та конфлікти у стосунках можуть спричинити сексуальну дисфункцію чоловіків і впливати на неї [9].

Таким чином, на основі теоретичного аналізу наукових досліджень можна стверджувати, що психологічні фактори відіграють важливу роль у зниженні чоловічої статевої функції. На цій підставі проведено дослідження, у якому взяли участь 50 чоловіків у віці від 21 до 45 років. Дослідження проведено на платформі Google forms. Для діагностики використано шкалу психологічного стресу PSM-25, анкету для оцінювання сексуального здоров'я чоловіка, шкалу діагностики сексуальної чоловічої форми, шкалу депресії Бека (BDI) й особистісну шкалу проявів тривоги Тейлора (TMAS). Статистичний аналіз передбачав використання описових статистик, кореляційного та регресійного аналізу.

Отримані результати показали, що серед досліджуваних чоловіків більшість мають функціональну норму (рис. 1).

72% досліджуваних чоловіків виявили норму сексуального здоров'я. Тобто фізіологічно в них немає порушень у сексуальній сфері, проте 28% мають ознаки сексуальної дисфункції. Це говорить про те, що в чоловіків можуть спостерігатися такі порушення, як проблеми з ерекцією, статевая слабкість або імпотенція. Ослаблена ерекція, або еректильна дисфункція, може з'явитися внаслідок дії стресових ситуацій. До проблем сексуального здоров'я також варто зарахувати зниження лібідо. У цьому випадку сексуальна дисфункція відсутня, але спостерігається відсутність статевого потягу. Це спричиняють стреси, психоемоційні навантаження й навіть неправильний спосіб життя, шкідливі звички.

Виявлення показників сексуальної функції показало, що досліджувані чоловіки в більшості мають нормативні значення (рис. 2).

За даними рисунку бачимо, що в 34% чоловіків переважає показник нижче норми, у 38% – норма та у 28% – вище норми. Такі дані свідчать, що більша частина чоловіків мають



Рис. 1. Показники сексуального здоров'я чоловіків



Рис. 2. Показники сексуальної функції чоловіків

повноцінне сексуальне функціонування без порушень, проте також є ті, хто мають певні порушення в сексуальній сфері, зокрема в процесі статевого акту.

Дослідження психологічного стану чоловіків виявило, що є особи з вираженими ознаками негативних емоційних станів (таблиця 1).

Таблиця 1

Показники психоемоційних станів чоловіків (N=57)

Рівень	стрес	депресія	тривожність
Низький	16%	22%	18%
Середній	60%	48%	54%
Високий	24%	30%	28%

За даними таблиці, 16% чоловіків мають низький рівень стресу, 60% – середній, 24% – високий. Емоційні прояви стресу передусім проявляються в загальному емоційному тлі, який набуває негативного характеру. За умови тривалої дії стресу зростає рівень тривожності, невіра у власні сили та зниження самооцінки, у разі затяжного впливу стресу може призвести до депресії, сексуальних порушень. За умови такого емоційного фону частішають прояви неадекватних емоційних реакцій (гнів, агресія, дратівливість).

У 22% чоловіків виражена низька депресія, у 48% – середній рівень, у 30% – високий.

18% чоловіків мають низький рівень тривожності, 54% – мають середній, 28% – високий. Тривожність може виникати стосовно різних сфер, але в будь-якому випадку вона деструктивно позначається на статевому потязі, викликаючи зниження чоловічого лібідо. Тривога може блокувати сексуальність, і в більшості випадків вона не усвідомлюється. Помітити її буває непросто, тому що переживання тривоги некомфортне для людини, вона несвідомо починає робити якісь дії, щоб її зняти. У разі тривоги відбувається активація лобових часток, яка може пригнічувати лібідо.

Кореляційний аналіз показав наявність зв'язку між сексуальним здоров'ям чоловіків,

сексуальною функцією та психологічними станами (таблиця 2).

Таблиця 2

Кореляційний зв'язок між сексуальним здоров'ям чоловіків, сексуальною функцією та психологічними станами

Показники психологічних станів	Сексуальне здоров'я		Сексуальна функція	
	r	p	r	p
Стрес	-0,761	0,001	-0,795	0,000
Депресія	-0,664	0,000	-0,481	0,000
Тривожність	-0,643	0,002	-0,831	0,001

У ході кореляційного аналізу виявлено, що існує зворотній сильний зв'язок між сексуальним здоров'ям чоловіків і стресом ($r=-0,761$, $p\leq 0,01$), депресією ($r=-0,664$, $p\leq 0,01$), тривожністю ($r=-0,643$, $p\leq 0,01$). Такі зв'язки свідчать про те, що високі показники стресу, депресії і тривожності знижують сексуальне здоров'я чоловіків. За наявності таких емоційних станів знижуються фізичні показники сексуального здоров'я: сексуальний потяг, сексуальне збудження тощо.

Також встановлено, що існує зворотній зв'язок між сексуальною функцією і стресом ($r=-0,795$, $p\leq 0,01$), депресією ($r=-0,481$, $p\leq 0,01$), тривожністю ($r=-0,831$, $p\leq 0,01$). Це знову ж таки доводить, що такі негативні стани знижують сексуальну функцію чоловіків.

З метою визначення впливу негативних психологічних станів на зниження чоловічої статевої функції проведено лінійний регресійний аналіз (таблиця 3).

Отже, отримані результати показують, що сексуальне здоров'я чоловіків на 72% ($R^2=0,716$) пояснюється визначеними психологічними факторами, причому найбільшу вагу має стрес ($\beta=-0,72$), чим він вищий, тим нижче сексуальне здоров'я. Сексуальна функція чоловіків на 66% ($R^2=0,658$) пояснюється психологічними станами, найбільший вплив має також стрес ($\beta=-0,83$).

Регресійний аналіз впливу медіа на ставлення до тіла й ризик розладів харчової поведінки молоді

Психологічні стани	β	SD	t	p-value	R	R ²
Сексуальне здоров'я						
Стрес	-0,72	0,032	-6,86	0,000	0,846	0,716
Депресія	-0,63	0,011	-4,7	0,000		
Тривожність	-0,57	0,24	-3,4	0,000		
Сексуальна функція						
Стрес	-0,83	0,021	-7,7	0,000	0,811	0,658
Депресія	-0,64	0,017	-2,9	0,000		
Тривожність	-0,78	0,014	-3,5	0,000		

Це говорить про те, що психологічний стан чоловіків є частково стресовим, що негативно позначається на їхній статевій функціональності. Зважаючи на стан війни в Україні, можна стверджувати, що стрес є постійним явищем, тому постає необхідність розроблення дієвих методів боротьби зі стресом, що сприятиме покращенню чоловічої статевої функції.

Висновки. Основна функція органів чоловічої статевої системи – репродуктивна, тобто основною функцією чоловіка є розмноження шляхом статевого акту. При цьому успішність цього процесу залежить не лише від фізіологічних даних, а й від психологічних чинників. Установлено, що такі стани, як стрес, депресія і тривожність, можуть негативно впливати на чоловічу статеву функцію. Стрес і тривожність можуть призвести до виснаження, розпачу, протесту, розчарування, незадоволеності, дратівливості, антигуманістичних настанов. Такі характеристики негативно впливають на сексуальну функцію чоловіків, знижують їхній статевий потяг, порушують нормальне сексуальне функціонування.

Ми довели, що сексуальне здоров'я та сексуальна функція передусім обумовлюються стресом. Стрес призводить до зниження статевого потягу, еректильної дисфункції, порушення статевих відносин загалом. При цьому тривога й депресія є також значимими факторами зниження статевої функції, вони порушують психологічний баланс, що знижує сексуальний інтерес.

Отримані результати є корисними щодо розуміння природи функціональних порушень статевого здоров'я чоловіків і розроблення дієвих методів подолання цих порушень.

Перспективами дослідження є вивчення особливостей статевої функції чоловіків різного віку та шлюбного статусу (одружені/неодружені).

ЛІТЕРАТУРА:

1. Гупаловська В.А., Володимирець О.І. Психологічні особливості сексуальності чоловіків. *Проблеми сучасної психології*. 2012. № 18. С. 247–259.
2. Калька Н.М., Кузьо Л.І. Психологічні детермінанти чоловічої сексуальності в сучасному світі (результати факторного аналізу емпіричного дослідження). *Габітус*. 2021. Вип. 32. С. 84–90.
3. Кришталь Є.В., Луценко О.Г., Марченко В.Г. Сексуальні розлади та особливості поведінки у хворих на депресію. *Медична психологія*. 2014. Т. 9. № 1. С. 9–13.
4. Кушнір А.Т., Кушнір Ю.В. Тривожність як детермінанта низького рівня сексуальної задоволеності. *Вісник студентського наукового товариства ДонНУ імені Василя Стуса*. 2020. № 12. С. 142–148.
5. Молотокас А.А., Проскурня А.С. Сексуальна дисфункція в осіб із депресивними розладами. *Габітус*. 2023. № 5. С. 178–184.
6. Психологічний стрес: розвиток і подолання : комплекс навчально-методичного забезпечення для підготовки аспірантів за спеціальністю 053 «Психологія» / укл. : Г.В. Ложкін, І.О. Блохіна. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2016. 32 с.
7. Шиделко А.В. Особливості чоловічої сексуальності: психологічний аспект. *Теорія і практика сучасної психології*. 2020. № 1. Т. 1. С. 97–100.
8. Althof S.E., Needle R.B. Psychological factors associated with male sexual dysfunction: screening and treatment for the urologist. *Urol Clin North Am*. 2011. Vol. 38 (2). P. 141–146.
9. Ciaccio V., Di Giacomo D. Psychological Factors Related to Impotence as a Sexual Dysfunction in Young Men: A Literature Scan for Noteworthy Research Frameworks. *Clin Pract*. 2022. Vol. 12 (4). P. 501–512.
10. Freud S. Some neurotic mechanisms in Jealousy, Paranoia and Homosexuality. *Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*. 1920–1922. Vol. 18. P. 221–232.
11. The decline in sexual function, psychological disorders (anxiety and depression) and life satisfaction in older men: A cross-sectional study in a hospital-based population / Y. Lu et al. *Andrologia*. 2020 Vol. 52 (5). P. 327–243.