

АКТИВІЗАЦІЯ ВНУТРІШНІХ РЕСУРСІВ У КОРЕКЦІЇ
СЕСУАЛЬНОЇ ДИСФУНКЦІЇ В ЧОЛОВІКІВACTIVATION OF INTERNAL RESOURCES IN THE CORRECTION
OF SEXUAL DYSFUNCTION IN MEN

Авторами статті виявлено, що в процесі корекції сексуальної дисфункції у чоловіків, активізація внутрішніх ресурсів відіграє важливу роль, що означає виявлення та мобілізацію внутрішніх сил, які можуть допомогти чоловікам подолати проблеми у сфері сексуальності.

З'ясовано, що корекція сексуальної дисфункції в чоловіків може вимагати комплексного підходу, який включає використання таких внутрішніх ресурсів, як самосвідомість, висока самооцінка і впевненість, емоційний інтелект, асертивність, мотивація і цілеспрямованість, фізична активність та здоровий спосіб життя, психологічна підтримка, позитивне мислення, стресостійкість, самоконтроль, готовність до змін, психологічна стійкість, здатність до саморегуляції та ін.

Проаналізовано психотерапевтичні методи активізації внутрішніх ресурсів у корекції сексуальної дисфункції у чоловіків. Когнітивно-поведінкова терапія спрямована на зміну шкідливих психологічних уявлень та поведінки, які можуть спричиняти сексуальну дисфункцію. Ця терапевтична парадигма надає чоловікам конкретні стратегії для управління тривогою, пов'язаною з сексуальною дисфункцією, а також допомагає їм розвивати здорові сексуальні патерни. Цільове застосування методу медитації впливатиме на зниження стресу, покращення сну та уваги. Релаксація як психотерапевтичний метод може допомогти чоловікам зосередитися на внутрішньому стані, знизити стрес та покращити власну свідомість про тіло, що є корисним для подолання сексуальної дисфункції. Терапевтична комунікація та партнерська терапія у корекції сексуальної дисфункції в чоловіків відіграють суттєву роль, оскільки вони залучають обидві сторони до процесу, спрямовані на покращення спілкування між партнерами та сприяють розвитку здорових сексуальних відносин. Розкрити та зрозуміти глибинні психологічні фактори, які можуть впливати на сексуальну функцію, дозволяє метод психодинамічної терапії.

Ключові слова: внутрішні ресурси, корекція, психологічні фактори, психотерапія, сексуальна дисфункція, чоловіки.

The authors of the article have found that in the process of correcting sexual dysfunction in men, the activation of internal resources plays an important role. This involves identifying and mobilizing internal strengths that can help men overcome problems in the field of sexuality.

It has been determined that the correction of sexual dysfunction in men may require a comprehensive approach, which includes the use of such internal resources as self-awareness, high self-esteem and confidence, emotional intelligence, assertiveness, motivation and goal orientation, physical activity and a healthy lifestyle, psychological support, positive thinking, stress resilience, self-control, readiness for change, psychological resilience, the ability to self-regulate, and more.

The psychotherapeutic methods of activating internal resources in the correction of sexual dysfunction in men are analyzed. Cognitive-behavioral therapy aims to change harmful psychological perceptions and behaviors that may cause sexual dysfunction. This therapeutic paradigm provides men with specific strategies to manage anxiety related to sexual dysfunction and helps them develop healthy sexual patterns. The targeted application of meditation techniques can reduce stress, improve sleep and focus. Relaxation as a psychotherapeutic method can help men focus on their internal state, reduce stress, and improve their body awareness, which is useful for overcoming sexual dysfunction. Therapeutic communication and partner therapy play a significant role in the correction of sexual dysfunction in men, as they involve both parties in the process, aim to improve communication between partners, and promote the development of healthy sexual relationships. Psychodynamic therapy allows for the discovery and understanding of deep psychological factors that may affect sexual function.

Key words: internal resources, correction, psychological factors, psychotherapy, sexual dysfunction, men.

УДК 159.922.1:616-008.6-055.1
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.62.47>

Доцевич Т.І.

д.психол.н., професор,
професор кафедри психології
і педагогіки дошкільної освіти
Університет Григорія Сковороди
в Переяславі

Ніколаєв Л.О.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології,
завідувач навчально-методичної
лабораторії психології групової роботи
Університет Григорія Сковороди
в Переяславі

Актуальність теми. Сексуальна дисфункція є поширеною проблемою серед чоловіків, яка впливає не лише на фізичне, а й на психоемоційне здоров'я та якість життя загалом. Актуальність даної теми визначається низкою важливих аспектів, зокрема тим, що в сучасному світі в наявності висока поширеність сек-

суальних дисфункцій. Згідно зі статистичними даними, значна частина чоловіків різних вікових груп стикається з сексуальними проблемами. Наприклад, еректильна дисфункція може вражати до 40% чоловіків у віці 40–45 років і до 70% чоловіків у віці 65–70 років. Подібні цифри демонструють необхідність ефектив-

ного підходу до корекції та при необхідності лікування цих станів. Сексуальна дисфункція суттєво знижує якість життя через відчуття незадоволеності, низької самооцінки, депресивних станів тощо. Проблеми в сексуальному житті також можуть негативно впливати на міжособистісні стосунки, зокрема в сім'ї. Крім того, традиційні методи лікування, такі як медикаментозна терапія, часто не дають стійких результатів або мають побічні ефекти. Це викликає потребу в альтернативних підходах, які б включали активізацію внутрішніх ресурсів пацієнта, що може бути більш природним і тривалим рішенням. Серед психологічних причин, які часто лежать в основі сексуальних дисфункцій, є стрес, тривожність, низька самооцінка та негативний досвід, а тому активізація внутрішніх ресурсів допомагає зосередитися на психологічних аспектах, що може бути ключовим фактором успіху в корекції дисфункції. Останні десятиліття зростає інтерес до цілісного підходу в медицині, який враховує не лише фізичні, але й психологічні, соціальні та духовні аспекти.

Тож проблема використання внутрішніх ресурсів відповідає цьому тренду, оскільки включає методи саморефлексії, медитації, психотерапії та інші. Таким чином, актуальність даної теми обумовлена потребою в ефективних, безпечних підходах до профілактики, корекції та лікування даної проблеми, оскільки вона має суттєвий вплив на якість життя чоловіків та їхніх сімей.

Мета статті – висвітлити роль внутрішніх ресурсів у корекції сексуальної дисфункції у чоловіків та проаналізувати методи їхньої активізації.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблему сексуального здоров'я чоловіків, аспекти діагностики, профілактики, відновлення та лікування різних видів сексуальної дисфункції (ерективна дисфункція у чоловіків, хворих на артеріальну гіпертензію; впливу COVID-19 на ерективну функцію чоловіків та ін.) досліджують М. Бойко, О. Вінтонів, Б. Ворник, Д. Воробець, К. Гарнік, І. Горпинченко, Ю. Гурженко, Г. Зубков, Т. Крицький, Є. Кришталь, Є. Литвинець, В. Лучицький, Є. Лучицький, Н. Радзіховська, Л. Рахман, В. Рибальченко, Р. Рудницький, І. Складанна, Л. Соколова, В. Сорока та ін. Питання корекції сексуальної дисфункції у чоловіків за рахунок внутрішніх ресурсів залишаються маловивченими, а тому потребують дослідження.

Виклад основного матеріалу. Сексуальна дисфункція у чоловіків – це широкий термін, що охоплює різні порушення сексуальної функції, які можуть виникати з різних причин (фізіологічні, психологічні, соціальні та ін.), та перешкоджають нормальній статевій активності та знижують якість сексуального життя.

Основні види сексуальної дисфункції у чоловіків включають: *ерективна дисфункція* (імпотенція) – неможливість досягти або підтримувати достатню для статевого акту ерекцію. Ерективна дисфункція може бути постійною або періодичною і часто має комплексну етіологію, включаючи судинні, неврологічні, гормональні та психологічні причини. *Передчасна еякуляція* – стан, при якому еякуляція відбувається раніше, ніж бажано, що призводить до незадоволеності одного або обох партнерів. Причини можуть бути як фізіологічними (підвищена чутливість статевого члена), так і психологічними (тривожність, стрес). *Затримка еякуляції* (еякуляція настає з великим запізненням або не настає взагалі під час статевого акту) може бути викликана різними медичними та психологічними факторами, включаючи прийом певних ліків, нервові розлади та емоційні проблеми. *Гіпоактивний сексуальний потяг* – зниження або відсутність сексуального бажання з причин гормонального дисбалансу, депресії, стресу, проблем у стосунках або побічних ефектів деяких ліків [2; 3; 8].

На причини сексуальної дисфункції, які умовно поділяються на фізіологічні та психологічні, вказують багато дослідників (Б. Ворник, О. Кнігавко, Є. Кришталь, Є. Литвинець та ін.). Серед фізіологічних причин науковці виокремлюють судинні порушення (атеросклероз, гіпертонія тощо можуть обмежувати приплив крові до статевого члена); неврологічні розлади (через діабет, розсіяний склероз та ін.); гормональний дисбаланс (низький рівень тестостерону або проблеми з ендокринною системою); куріння, надмірне вживання алкоголю/наркотиків; малорухливий спосіб життя; хронічні захворювання (діабет, захворювання нирок або печінки), медикаментозні побічні ефекти через прийом антидепресантів, антигіпертензивних препаратів та інших ліків, що впливають на сексуальну функцію, та низка інших причин [1; 2; 8]. Так, О. Вінтонів та Є. Литвинець, вивчаючи проблему ерективної дисфункції (ЕД) у чоловіків, хворих на артеріальну гіпертензію, вказують, що згідно зі статистикою, близько 78% чоловіків, які хворіють артеріальною гіпертензією, мають сексуальні розлади. Дослідники застерігають про збільшення кількості хворих на ЕД чоловіків у наступні 15 років, а тому дана патологія актуалізує не тільки пошук нових методів діагностики, а й корекції та лікування [1]. Останні роки велика увага дослідників зосереджена на впливі COVID-19 на здоров'я людини. Зокрема, Г. Зубков, В. Лучицький, Є. Лучицький та ін. протягом довгого часу досліджуючи сексуальне здоров'я чоловіків і вплив COVID-19 на ерективну функцію, дійшли висновку, що спалах COVID-19 є тривалим стресором і провокуючим фактором для проблем з ерекцією.

Посилення емоційного стресу може загострювати еректильну дисфункцію [5].

На нашу думку, варто вказати на такі психологічні причини, як тривожність, стрес, депресивний стан, які знижують лібідо і можуть викликати інші форми сексуальної дисфункції. Проблеми у стосунках, недостатня емоційна близькість або комунікаційні проблеми між партнерами, негативний сексуальний досвід також є чинниками сексуальної дисфункції у чоловіків. Зазначимо, що суттєву роль відіграють також і соціальні фактори. Вплив суспільних норм та очікувань може призводити до сексуальних розладів через відчуття провини або сорому. Фінансові проблеми, робочий стрес та інші соціальні чинники теж можуть мати негативний вплив на сексуальне здоров'я. Розуміння цих аспектів є критично важливим для ефективної діагностики та запобігання/корекції/лікування сексуальних дисфункцій у чоловіків для забезпечення позитивних результатів.

Корекція сексуальної дисфункції в чоловіків може вимагати комплексного підходу, що включає в себе використання таких внутрішніх ресурсів, як самосвідомість, висока самооцінка і впевненість, емоційна стабільність, асертивність, мотивація і цілеспрямованість, фізична активність та здоровий спосіб життя, психологічна підтримка, позитивне мислення, стресостійкість, самоконтроль, готовність до змін, психологічна стійкість, здатність до саморегуляції та ін. Зупинимося більш детально на деяких із них.

Самосвідомість – важливий елемент у корекції сексуальної дисфункції у чоловіків, оскільки вона сприяє кращому розумінню власних потреб/бажань/переконань щодо сексу, покращенню *самооцінки* та *впевненості* (як внутрішніх ресурсів), які можуть допомогти чоловікові сприймати себе як сексуального партнера. Загалом, самосвідомість сприяє ідентифікації та подоланні перешкод, що заважають задоволенню в сексуальному житті. О. Книгавко звертає увагу на вміння чоловіків рефлексувати над своїм станом та поведінкою, що дозволяє їм краще розуміти причини власних сексуальних проблем і знаходити шляхи їхнього вирішення [3]. Тобто, йдеться про розвиток самосвідомості, а це, в свою чергу, сприяє змінам у поведінці та покращенню сексуального здоров'я.

Суттєва роль належить *емоційній стабільності*, оскільки здатність зберігати внутрішній спокій і керувати своїми емоціями знижує рівень стресу, покращує функціонування в інтимних ситуаціях, полегшує комунікацію з партнером щодо сексуальних проблем та сприяє побудові спільних стратегій подолання цих проблем [8]. *Самоконтроль* і *здатність до саморегуляції* також важливі для контролю

власних емоцій, реакції та поведінки у сексуальних ситуаціях. *Асертивність* як внутрішній ресурс для корекції сексуальної дисфункції у чоловіків, на думку Л. Ніколаєва, сприяє розвитку самовпевненості, успішній комунікації та зниженню стресу. Впевненість у собі може впливати на зниження тривожності та страхів, пов'язаних із сексуальними невдачами. Асертивність дозволяє чоловікам виражати свої емоції/потреби без агресії, відкрито обговорювати свої почуття з партнером, що сприяє розвитку здорових стосунків, кращому розумінню і вирішенню сексуальних проблем [7].

Мотивація і цілеспрямованість відіграють також важливу роль у питаннях корекції, адже мотивований чоловік буде шукати допомогу у фахівців (сексолога/психотерапевта), щоб з'ясувати причину своїх проблем і знайти ефективні методи корекції чи лікування; працюватиме над своїми переконаннями та ставленням до сексу для покращення сексуальної функції. *Фізична активність* (вправи, які спрямовані на покращення кровообігу та загальної фізичної форми тощо) та *здоровий спосіб життя* – ще один важливий аспект, пов'язаний із сексуальним здоров'ям. Регулярні фізичні вправи, здорове харчування, активність впливають на кровообіг, підвищують енергію і витривалість. Впровадження здорових звичок, бажання вчитися новим сексуальним технікам або спроба дізнаватися інші методи задоволення для себе і свого партнера – все це може позитивно позначитися на сексуальному житті.

Чоловіки, які мають сильні внутрішні ресурси, краще справляються з невдачами і зберігають позитивне ставлення до себе, зазначають науковці (Г. Кочарян, А. Молотокас, А. Проскурня та ін.). Так, *позитивне мислення* може допомогти чоловікові зосередитися на можливостях для змін замість фокусування на проблемах, а *здатність до саморегуляції* допомагає контролювати тривожність і страх, які часто супроводжують ці проблеми. Розвиток *стресостійкості* як здатності керувати стресом впливатиме на збереження спокою, рівноваги та зосередженості у стресових ситуаціях, які можуть провокувати або погіршувати сексуальну дисфункцію [4; 6]. Такі внутрішні ресурси як *самоконтроль* та *готовність до змін* в контексті корекції сексуальної дисфункції у чоловіків суттєво можуть позначитися на способі мислення, поведінці та ставленні до сексуальності. Варто вказати, що названі внутрішні ресурси можуть бути розвинуті та використані для покращення сексуального життя чоловіків та подолання сексуальної дисфункції, але важливо не забувати, що цей процес вимагає часу, практики та психологічної підтримки, активної участі у терапевтичних заходах і пошуку рішень для своїх проблем.

Для активізації внутрішніх ресурсів з метою корекції сексуальної дисфункції у чоловіків

доцільно використовувати такі психотерапевтичні методи, як когнітивно-поведінкова терапія (КПТ), медитація, релаксація та ін. *Когнітивно-поведінкова терапія* дозволяє чоловікам із сексуальною дисфункцією зосередитися на власних внутрішніх ресурсах, оскільки вона спрямована на розуміння та зміну шкідливих психологічних уявлень і поведінки, що можуть спричиняти сексуальну дисфункцію. Корекція сексуальної дисфункції у чоловіків може відбуватися шляхом ідентифікації шкідливих переконань [6; 8]. Наприклад, чоловік має переконання про те, що його сексуальний прояв повинен бути ідеальним. Це може створювати надмірний тиск, тому важливо навчитися розуміти, що його сексуальна функція не має бути ідеальною, але може задовольняти як його, так і його партнера. Отже, КПТ спрямована на зміну шкідливих психологічних уявлень та поведінки, що можуть спричиняти сексуальну дисфункцію, і надає чоловікам конкретні стратегії для управління тривогою, пов'язаною з сексуальною дисфункцією.

Медитація – ще один корисний інструмент активізації внутрішніх ресурсів у корекції сексуальної дисфункції в чоловіків, який покращує загальний психоемоційний стан. Почати можна з коротких сеансів медитації, наприклад, по 5–10 хвилин на день, поступово збільшуючи тривалість сеансів із часом. Один із найпоширеніших способів медитації – це зосередження на диханні: потрібно сидіти зручно, закрити очі та спостерігати за власним диханням, намагаючись очищати розум від різних думок. Доцільними буде використання гайдів (аудіозаписи/відеоматеріали з інструкціями та керівництвом під час медитації) або медитаційних додатків. Ходьба або рухлива медитація корисна для зосередження на кроках та рухах. При цьому важливо виробити регулярну практику медитації, включати її у щоденний розпорядок. Загалом, медитація – це індивідуальний досвід, тому важливо експериментувати з різними методами та знаходити той, який найбільше відповідає вашим потребам. Медитація має цільове спрямування, тобто може бути використана за конкретних потреб – зниження стресу, покращення сну або покращення уваги.

Активізація внутрішніх ресурсів для корекції сексуальної дисфункції у чоловіків *методом релаксації* можлива через наступні механізми: зменшення стресу – для цього потрібно використовувати релаксаційні техніки (глибоке дихання, прогресивна м'язова релаксація, йога тощо), оскільки вони можуть допомогти знизити рівень стресу та тривоги; покращення свідомості про тіло – релаксаційні вправи можуть допомогти чоловікам бути більш свідомими щодо власного тіла та відчуття під час сексуальних інтеракцій; покращення кровообігу та функціонування нервової сис-

теми – релаксація сприятиме покращенню кровообігу, включаючи кровопостачання до органів малого тазу, що може позитивно впливати на сексуальну функцію; збільшення концентрації та уваги може бути корисним для покращення сексуальної функції через контроль над ерекцією та збереженням уваги під час сексу; покращення сприйняття задоволення – релаксаційні практики можуть допомогти чоловікам краще відчувати свої сексуальні відчуття та задоволення, що сприятиме позитивному сексуальному досвіду [3; 8]. Отже, релаксація може допомогти чоловікам зосередитися на внутрішньому стані, знизити стрес та покращити власну свідомість про тіло, що є корисним для подолання сексуальної дисфункції.

Створити сприятливе середовище для розвитку здорових сексуальних взаємин в контексті активізації внутрішніх ресурсів у корекції сексуальної дисфункції в чоловіків можуть допомогти терапевтична комунікація та партнерська терапія. Сутність *методу терапевтичної комунікації* складають активне слухання (терапевт навчає клієнта та його партнера активно слухати один одного, розуміти почуття та потреби іншої сторони), відкрите вираження почуттів та бажань щодо сексуального життя задля уникнення непорозумінь, конфліктів та емпатії, коли фахівець сприяє розвитку емпатії та сприйняттю почуттів партнера з метою покращення взаєморозуміння [3; 6; 8].

Партнерська терапія дозволяє обом партнерам працювати разом над вирішенням сексуальних проблем, залучаючи обидві сторони до процесу; допомагає встановити/відновити емоційну близькість між партнерами, що може бути корисним для полегшення сексуальної напруги, визначення здорових меж у взаємодії. Іншими словами, – терапевтична комунікація та партнерська терапія відіграють важливу роль у корекції сексуальної дисфункції в чоловіків, оскільки вони спрямовані на покращення спілкування між партнерами та сприяють розвитку здорових сексуальних відносин.

Психодинамічна терапія є одним із підходів у психотерапії, який базується на ідеї, що багато з наших переживань та поведінки мають корені в психічних процесах, що відбуваються в невідомому для нас рівні свідомості. Такий підхід може бути корисним у роботі з сексуальною дисфункцією у чоловіків, оскільки дозволяє розкрити та зрозуміти глибинні психологічні фактори, які можуть впливати на сексуальну функцію [3; 8]. Розглянемо деякі способи, якими психодинамічна терапія може активізувати внутрішні ресурси у корекції сексуальної дисфункції у чоловіків. Розкриття невідомого – психодинамічна терапія допомагає клієнту виявити та зрозуміти невідомі аспекти його особистості, які можуть бути пов'язані з сексуальною дисфункцією. Наприклад, психолог може допомогти

розкрити приховані переживання або конфлікти, які впливають на сексуальне функціонування. Шляхом вироблення інсайтів (розуміння власних почуттів, мотивацій та переконань) клієнт може краще зрозуміти, як певні психологічні чинники впливають на його сексуальне життя. Психодинамічна терапія сприяє розвитку самопостереження та самосвідомості, що допомагає клієнту стати більш усвідомленим своїх потреб, бажань та обмежень у контексті сексуальної сфери. Розробці здорових стратегій управління емоціями та подоланню перешкод у сексуальному житті сприятиме робота з емоціями, пов'язаними з сексуальною дисфункцією. Психодинамічна терапія відіграє також значиму роль у виявленні шкідливих патернів поведінки та сприяє розвитку нових, більш адаптивних, стратегій взаємодії в контексті сексуальних взаємин [2; 3; 8]. Таким чином, через процес розкриття, розвитку інсайтів, самосвідомості та нових патернів поведінки психодинамічна терапія може допомогти чоловікам активувати свої внутрішні ресурси для подолання сексуальної дисфункції та покращення якості їхнього сексуального життя.

Висновки. Теоретичне дослідження ролі внутрішніх ресурсів чоловіків у контексті корекції їхньої сексуальної дисфункції дає нам підстави зробити висновки, що вони забезпечують необхідну психологічну, емоційну та фізичну підтримку, яка допомагає ефективно вирішувати сексуальні проблеми. Внутрішні ресурси (самосвідомість, емоційний інтелект, асертивність, мотивація і цілеспрямованість, фізична активність та здоровий спосіб життя, психологічна підтримка, позитивне мислення, стресостійкість, самоконтроль, готовність до змін, здатність до саморегуляції, висока самооцінка і впевненість та ін.) сприяють покращенню загального стану здоров'я, а в поєднанні з професійною психологічною підтримкою може допомогти чоловікам подолати сексуальну дисфункцію та покращити якість їхнього сексуального життя.

Нами узагальнені та проаналізовані методи активізації внутрішніх ресурсів в корекції сексуальної дисфункції в чоловіків, серед яких – когнітивно-поведінкова терапія, партнерська терапія, метод терапевтичної комунікації, методи медитації та релаксації, психодина-

мічна терапія та ін. Зокрема, з'ясовано, що психодинамічна терапія сприяє розвитку самосвідомості, позитивного самовизначення та психологічної стійкості у клієнта, що допомагає чоловікам зосередитися на своїх внутрішніх ресурсах, таких як впевненість у собі, емоційна стабільність, вміння керувати стресом та тривогою та ін. Крім того, активізація внутрішніх ресурсів може також включати розвиток позитивних механізмів саморегуляції, таких як медитація, глибоке дихання, вправи з усвідомленості тощо, – це допомагає чоловікам зосередитися на моменті та покращити свою здатність до сприйняття сексуальних подразників. Отже, активізація внутрішніх ресурсів відіграє значиму роль у процесі корекції сексуальної дисфункції у чоловіків, допомагаючи їм зміцнити психологічну стабільність та вплинути на успішність їхнього сексуального життя.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Вінтонів О.Р., Литвінець Є.А. Комплексний підхід до лікування ерективної дисфункції у чоловіків, хворих на артеріальну гіпертензію. *Медичний форум*. 2016. № 7 (7). С. 41-43.
2. Ворник Борис. Сексологічний аналіз: методологія діагностики та класифікації сексуальних розладів у чоловіків (лекція для лікарів). *Здоров'я чоловіка*. 2024. №1(88). С. 63-69.
3. Кнігавко О.В. Відновлення сексуальної та фертильної функції чоловіків з еякуляторними розладами: дис. ... канд мед. наук: 14.01.06. Харків: Харківський національний медичний університет. 2019. 302 с.
4. Кочарян Г. Гіпоактивний статевий потяг та інші сексуальні дисфункції, обумовлені впливом психотропних речовин і антиконвульсантів. *Здоров'я чоловіка*. 2023. № 1. С. 34-42.
5. Luchytskyi, E., Luchytskyi, V., Zubkova, G., Rybalchenko, V., & Skladanna, I. Стан еректильної функції у чоловіків, які перехворіли на COVID-19, через 6 місяців після одужання. *Міжнародний ендокринологічний журнал*. 2024. 19 (8), 598-604.
6. Молотокас А.А., Проскурня А.С. Сексуальна дисфункція у осіб із депресивними розладами. *Габітус*. 2023. Вип. 55. С. 178-181.
7. Ніколаєв Л.О., Войтенко О.В. Асертивність як особистісний ресурс дорослого в умовах соціальної кризи. *Габітус*. Психологія особистості. 2024. Випуск 59. С. 166-171.
8. Сексологія і сексопатологія: підручник / Б.М. Ворник, Є.В. Кришталь. 2-е видання. Київ, 2023. 631 с.