

PSIHOLOGIA DEZVOLTĂRII

СЕКСУАЛЬНОСТЬ В ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТЕ: СТЕРЕОТИПЫ И ВОЗМОЖНОСТИ SEXUALITATEA LA VÂRSTA A TREIA: STEREOTIPURI ȘI POSIBILITĂȚI SEXUALITY IN ELDERLY AGE: STEREOTYPES AND POSSIBILITIES

CZU: 159.922.63:613.88

DOI: 10.46728/pspj.2023.v43.i2.p3-14

Светлана ТОЛСТАЯ

доктор психологии, доцент

Молдавский Государственный университет

<https://orcid.org/0000-0002-0985-6142>

Марина СЛАВИНСКИ

докторант, докторская школа Социальных и Педагогических наук

Молдавский Государственный университет

<https://orcid.org/0000-0002-4340-9848>

Резюме

В исследование рассматриваются основные эйджистские стереотипы, связанные с сексуальностью в пожилом возрасте, а также представлены и проанализированы результаты эмпирического исследования особенностей сексуальной активности лиц пожилого возраста. В статье представлены результаты исследования особенностей проявления сексуальности в пожилом возрасте. В исследовании приняли участие 202 человека: из них 107 (53%) женщин и 95 (47%) мужчин -бенефициары израильского центра психологической помощи в жизненных кризисах, в возрасте: 62-71 год – 77,2%; 72-79 лет – 35,4%; 80 лет и старше – 26,1%. В ходе эксперимента выявлено, что тема сексуальности остается актуальной для людей пожилого возраста и они не видят препятствий со стороны общества для выражения своей собственной сексуальности; прекращение половой жизни не связано напрямую с возрастом, а с отсутствием сексуального партнера или ухудшением состояния здоровья. Согласно результатам исследования сексуально активными среди семейных респондентов являются 62,5%; среди разведенных – 68,2%, а наименее активными ожидаемо являются респонденты, которые овдовели – 16,3%.

Ключевые слова: сексуальная активность, стереотипы, эйджизм, пожилой возраст.

Rezumat

Studiul reflectată principalele stereotipuri ageiste legate de sexualitatea la vârstnici. Studiul prezintă și analizează rezultatele unui studiu empiric privind particularitățile activismului sexual a persoanelor de vârstă a treia. În articol sunt

prezentate rezultatele caracteristicilor manifestării sexualității la vârstnici. Eșantionul de cercetare este de 202 persoane: 107 (53%) femei și 95 (47%) bărbați – beneficiari ai centrului israelian de asistență psihologică în crize de viață, cu vârste cuprinse între 62-71 ani – 77,2%; 72-79 ani - 35,4%; 80 și mai mulți ani –26,1%. Datele experimentale au demonstrat că subiectul sexualității rămâne relevant pentru persoanele de vârstă a treia, ei nu văd obstacole din partea societății pentru a-și exprima propria sexualitate; încetarea activității sexuale nu este direct legată de vârstă, ci de absența unui partener sexual sau intervenirea problemelor de sănătate. Conform rezultatelor studiului, 62,5% dintre respondenții căsătoriți sunt activi sexual; printre persoanele divorțate - 68,2%, iar cei mai puțin activi, după cum era de așteptat, sunt respondenții văduvi - 16,3%.

Cuvinte-cheie: activitate sexuală, stereotipuri, ageism, vârstăism, vârsta a treia.

Abstract

The research discusses the main ageist stereotypes associated with sexuality in older individuals, as well as presents and analyzes the results of an empirical study of the characteristics of sexual activity in the elderly. This article presents the findings of a study focused on peculiarities of sexual manifestation in old age. The study involved 202 participants, of which 107 (53%) were women and 95 (47%) men, all of whom were residents of the Israeli Center for Psychological Help in Life Crises. The age distribution among the participants was as follows: 62-71 years old – 77.2%; 72-79 years old - 35.4%; 80 years old and older –26.1%.

The experiment showed that the subject of sexuality remains relevant for older individuals, and they do not perceive societal barriers to expressing their sexuality. the cessation of sexual activity is found to be directly linked not to age but rather to the absence of a sexual partner or declining health. The study's results indicate that 62.5% of respondents in committed relationships are sexually active. Among divorced individuals, this percentage rises to 68.2%, whereas widowed respondents exhibit the lowest level of sexual activity at 16.3%, which aligns with expectations.

Keywords: sexual activity, stereotypes, ageism, old age.

Введение. Со времен появления знаменитых работ З. Фрейда, исследований Уильяма Мастерса и Вирджинии Джонсон, сексуальности в психологических научных концепциях придается огромное значение. Как бы ни различались многочисленные теоретические позиции авторов, роль сексуального фактора в развитии человеческой личности неоспоримо подчеркивается.

Человек принимающий свою сексуальность как неотъемлемую и важ-

ную часть жизни, выражающий свои потребности и желания и способный установить удовлетворяющие его сексуальные отношения, обладает направленностью на сохранение и укрепление сексуального благополучия, которое в свою очередь, является важным компонентом для достижения общего психологического благополучия человека.

В современном обществе сексуальность, близость и сексуальные отношения считаются центральными и

важными в личной жизни и на фундаментальном уровне составляют одну из наших основных человеческих потребностей и одно из основных прав. Однако до относительно недавнего времени большая часть литературы и дискуссий по этим вопросам не имела отношения к пожилым людям, и тема сексуальности у пожилых оставалась табуированной.

Ключевой проблемой до сих пор продолжающейся табуированности темы сексуальности в пожилом возрасте являются эйджистские стереотипы, которым, к сожалению, подвергаются и сами пожилые люди, и специалисты, которые работают с ними (врачи-геронтологи, медсестры, социальные, патронажные работники, психологи и т.д.) [6].

Обзор литературы. Одна из проблем стереотипов заключается в том, что мы действуем на основе непроверенных предположений о другой группе, что обычно ведет к дискриминации. Негативные возрастные стереотипы могут привести к дискриминации по возрасту – эйджизму. Исследования показали, что пожилые люди усваивают негативные стереотипы, которые влияют на их физическое, когнитивное и психологическое здоровье [8]. Таким образом, происходит конструирование пожилого возраста через механизмы контроля над сексуальностью и отказ в праве на сексуальную активность.

Основные эйджистские стереотипы, связанные с сексуальностью в пожилом возрасте способны повлиять на качество жизни, психологическое благополучие и самооценку пожилых людей [2]:

1. *секс и любовь — прерогатива молодых.* Отсутствие сексуальности счи-

тается характеристикой старости, также считается, что романтические и эротические чувства заканчиваются в старости, и пожилые не способны испытывать радость сексуальной жизни, то есть пожилые люди асексуальны. А о пожилых людях, заинтересованных в сексе, создаётся стереотипное представление как об «озабоченных извращенцах». Общество отказывает пожилым людям в способности к любовным переживаниям и сексуальной активности.

2. *секс может быть вредным для здоровья в пожилом возрасте.* Принято считать, что любое усилие в результате физической активности опасно в пожилом возрасте и, следовательно, сексуальная активность также опасна для пожилых.

3. *пожилое тело не может быть сексуальным.* Стереотипы что для секса надо соответствовать канонам красоты, и что секс существует только для молодых и привлекательных, создают барьеры для интимных отношений среди пожилых. Такие утверждения подталкивают женщин участвовать в заведомо проигрышной гонке за молодостью и красотой. В противовес к этому мужчины не испытывают серьезных беспокойств по поводу своей внешности. Считается, что их привлекательность с возрастом только увеличивается. Седые волосы и морщины у мужчин считаются знаками достоинства и говорят о жизненном опыте и мудрости. Однако сексуальная привлекательность мужчины также часто зависит от его достижений и социального статуса. Как мы видим общество предъявляет к мужчинам и женщинам разные требования, формирует разные стандарты поведения. Для успешного переживания ста-

рения важно вовремя освободиться от этого давления — понять, что пожилой возраст приносит свободу.

4. мужчина в любом возрасте должен являться инициатором сексуальной интимной близости. Жёсткое обусловливание гендерных ролей может препятствовать полной реализации человеческого потенциала и негативно сказываться на сексуальности. Все это накладывает огромную ответственность на мужчин, а также резко ограничивает возможности женщин открывать для себя мир своих собственных сексуальных потребностей.

Таким образом, существует так называемый «двойной стандарт» в обществе относительно проявления сексуальности для женщин и мужчин. От данного стереотипа страдают и мужчины, и женщины: в связи с тем, что у мужчины с возрастом изменяется скорость возбуждения, он чаще отказывается проявлять инициативу в сексуальной сфере, а «двойной стандарт» не позволяет женщине первой проявлять инициативу.

5. сексуальное желание уменьшается с возрастом. Принято считать, что с возрастом сексуальное желание уменьшается, и неспособность к сексуальной активности является естественной частью процесса старения. В действительности исследования показывают, что любой (любая), кто продолжает быть сексуально активным даже в очень пожилом возрасте, сохраняет такой же интерес к сексу, как в молодом возрасте, даже если у него (неё) нет партнерских отношений.

6. основная социальная роль пожилого человека — бабушка/дедушка.

Есть исследования, которые приходят к выводу, что количество родственных связей негативно влияет на удовлетворенность жизнью пожилых людей. Многие дети предпочитают игнорировать тот факт, что сексуальность является частью жизни их родителей любого возраста. Игнорировать сексуальность пожилых членам их семей легче из-за стереотипа, что это невозможно, нужно и даже неуважительно в старости. Сопротивление со стороны детей является сильным и зачастую разрушительным для новых отношений в паре.

7. для успешной половой жизни мужчине необходима молодая партнёрша. Гендерные стереотипы о старении вынуждают мужчин вступать в очень уязвимые отношения с женщинами моложе себя. Следует отметить, что в реальной жизни пожилые мужчины часто вступают в отношения с ровесницами. Можно даже предположить, что это более распространенная ситуация, чем связь с молодыми женщинами.

8. в пожилом возрасте невозможно найти партнёра. Одна из наиболее часто встречающихся тем в интервью с пожилыми людьми — тема конфликта с общественным мнением, которое отказывает пожилым людям в способности к любви, сексу, романтическим отношениям и физическим удовольствиям. Важно отметить, что этот отказ применяется к тем отношениям, которые формируются уже в пожилом возрасте. Напротив, когда пожилая пара, состоящая в длительных супружеских отношениях, демонстрирует свои чувства, это вызывает позитивную реакцию.

9. стереотипы, связанные с тем, что проникающий секс — это единствен-

но возможный вид сексуальной активности, без которого невозможны близкие отношения, обрекают пожилых людей на одиночество. Однако в пожилом возрасте полный половой акт приобретает меньшее значение, чем интимная близость. В свою очередь стереотип о важности проникающего секса способствует развитию рынка препаратов по типу виагры. Чрезмерная оценка важности проникающего секса в пожилом возрасте ведет к неуверенности в себе, потере смысла сексуальности.

Сами пожилые усваивают негативные эйджистские стереотипы о сексе в пожилом паре [2] — которые не только вводят в заблуждение, но и оказывают значительное негативное влияние на поведение и психологическое благополучие пожилых людей. Усваивая эти установки, пожилые изменяют своё поведение, отвергая свои потребности и способности. Негативный эффект этого отвержения часто приводит к тому, что пожилые люди теряют уверенность в себе, подавляют свои эротические чувства и могут перестать стремиться к контакту, любви, теплу и близости.

Сексуальность затрагивает различные аспекты нашей жизни: биологические, психологические, социальные, поведенческие, клинические и культурные [1].

Биологический аспект - касается зачатия и рождения, физиологии сексуального желания, сексуального функционирования и сексуального удовлетворения.

Психологический аспект - находит свое проявление в аффективной сфере (эмоциях, чувствах, переживаниях, фантазиях и т. д.), имеет тесную взаи-

мосвязь с самовосприятием и восприятием партнера, сочетающимися с социальными факторами.

Социальный аспект находится в тесной взаимосвязи с психологическим, так как сексуальность, ее восприятие, а также сексуальное поведение оказываются в зависимости от существующих в обществе социальных норм, ценностей и запретов.

Поведенческий аспект - отражает особенности сексуального поведения как в виде общения с сексуальным объектом, так и в виде тех проявлений сексуальности, которые человек демонстрирует. Позволяет узнать причины сексуального поведения; признаёт существование различных сексуальных стандартов.

Клинический аспект - имеет дело с множеством факторов, способных видоизменять и нарушать сексуальное поведение, такими, как травмы, болезни, эмоциональные состояния и т. д., вносят значительные коррективы в сексуальное поведение и восприятие собственной сексуальности.

Культурный аспект - охватывает широкий спектр культурных подходов к сексуальности. Нет единой универсальной системы сексуальных ценностей, которая применяется к каждой культуре.

Похожая многокомпонентная концепция лежит в основе определения сексуальности и сексуального здоровья в документах ВОЗ. В разработанной концепции сексуального здоровья ВОЗ тремя компонентами являются следующие: «...человеческая способность к наслаждению и контролю за своей сексуальной активностью» (социо-сексу-

альный аспект), «...свобода от разного рода психологических факторов, ухудшающих сексуальное взаимодействие» (психо-сексуальный аспект), а также – «...отсутствие болезней и недостатков, наносящих ущерб сексуальности» (сомато-сексуальный аспект). Таким образом, сексуальность определяется по ВОЗ как *«центральный аспект бытия человека на протяжении всей его жизни и включает в себя пол, гендерные идентичности и роли, сексуальную ориентацию, половой инстинкт, удовольствие, близость и репродукцию. Сексуальность проявляется и выражается в мыслях, фантазиях, желаниях, убеждениях, установках, ценностях, поступках, поведении, практиках, половых ролях и отношениях. Несмотря на то, что сексуальность может включать все эти аспекты, не все они одновременно ощущаются и проявляются»* [3].

По ВОЗ поддержание сексуального здоровья является центральным звеном достижения счастья и благополучия, обеспечения стабильного развития и, более конкретно, реализации задач развития в текущем тысячелетии [4]. Благополучные индивиды и сообщества лучше приспособлены к тому, чтобы способствовать искоренению индивидуальной и общественной бедности. Питая индивидуальную и социальную ответственность и равное социальное взаимодействие, сексуальное здоровье улучшает качество жизни.

Методология исследования. Однако, на сегодняшний день не так много исследований сексуальности и сексуальной активности лиц пожилого возраста. Подобное положение дел требу-

ет более тщательного изучения вопроса соотношения сексуальности в пожилом возрасте, что и стало **предметом** нашего исследования.

Цель исследования заключается в изучении особенностей проявления сексуальности в пожилом возрасте.

В нашем исследовании мы придерживаемся позиции Dun & Cutler, которые считают, что сексуально активным человеком является тот, кто принимал участие в традиционном сексе (или оральном, анальном или мастурбации) не реже одного раза в месяц [9].

Для решения задач исследования нами был разработан опросник «*Особенности сексуальности людей в возрасте 60+*». Для определения *конструктивной валидности* опросника мы использовали метод выявления внутренней согласованности Альфа Кронбаха. Для определения численности выборки мы опирались на необходимость достигать мощности критерия $>85\%$, что, следовательно, дает нам уровень статистической значимости при $p < 0,05$. Это в свою очередь является достаточным уровнем для социальных исследований. Таким образом размер выборки >80 человек удовлетворяет критерию Альфа Кронбаха и составляет показатель больше 0.7 для всех 30 утверждений. Коэффициенты более 0.7 были получены не только по общему уровню опроснику, но и по отдельным его шкалам. В свою очередь было проведено расчеты и по каждому вопросу опросника, и результат также соответствует заданным параметрам. Согласно расчетам, показатель внутренней согласованности Альфа Кронбаха составил 0,943, что указывает на то, что опросник «Особенности сексуаль-

ности людей в возрасте 60+» обладает внутренней согласованностью и все вопросы методики выявляют единый конструкт.

С целью изучения особенностей сексуальности людей пожилого возраста нами был разработан опросник, в котором респондентам были предложены вопросы, направленные на выяснение того есть ли у респондента сексуальные партнер и как часто он занимается сексом; если сексуальной жизни нет – в каком возрасте прекратилась половая жизнь и по какой причине; а также блок вопросов, связанных с субъективной оценкой состояния здоровья и сексуальности. Эти вопросы были заданы с целью проверки существующих стереотипов о том, что для пожилых людей сексуальная сфера не является актуальной (то есть они не являются сексуально активными по мнению общества), мы решили прояснить этот вопрос непосредственно у представителей данной возрастной группы.

В нашем исследовании **приняло участие 202 человек** из них **107 (53%) женщин и 95 (47%) мужчин**. Возраст респондентов варьировал от **60 до 90 лет**, средний возраст по выборке – **73,1 года**; средний возраст **женщин – 73,6 года**, а **мужчин – 71,9 год**. Для наблюдения изменения динамики изучаемых нами феноменов мы разделили респондентов на **3 возрастные группы – 62-71 лет, 72-79 лет и 80+**. Исследование проводилось на базе организации «Эла» (Израильский центр психологической помощи в жизненных кризисах) в рамках отдела „Психологическая помощь бывшим жертвам национал-социализма”, в городской социальной службе

при Министерстве Труда и Социальной Защиты, в клубах для пожилых и пенсионеров.

Гипотеза исследования: большинство пожилых мужчин и женщин сохраняют умеренный и высокий уровень сексуального интереса в свои 70 лет.

Обсуждение результатов исследования. Согласно полученным результатам, сексуально активными считают себя – 108 человек или 53,4% от общего количества респондентов, из них 44 женщины или 41,1% от общего числа женщин; и 64 мужчин или 67,3% от общего числа мужчин. Соответственно 94 или 46,6% респондентов не считают себя сексуально активными из них 63 женщины или 58,9% от общего числа женщин и 31 мужчина или 32,7% от общего числа мужчин. Таким образом, мы видим, что женщины чаще мужчин считают себя сексуально не активными в пожилом возрасте, что подтверждают и исследования Е.В. Чернышовой [5]. При рассмотрении гендерного распределения сексуально активных людей во всех трех группах лиц позднего возраста, то оно фиксирует количественное преимущество сексуально активных мужчин в сравнении с женщинами:

Рассматривая изменение сексуальной активности с возрастом, следует отметить, что имеется тенденция к снижению сексуальной активности при переходе от более ранних возрастных периодов к более поздним: 62-71 лет – 77,2%; 72-79 лет - 35,4%; 80 лет и старше – 26,1%. Данная тенденция является ожидаемой в связи с тем, что с возрастом происходят объективные физиологические изменения в организме человека, а также зачастую происходит

изменение семейного статуса (люди становятся вдовцами или вдовами). Несмотря на это, следует отметить, что в возрасте 80+ более, чем четверть респондентов считают себя сексуально активными людьми; а в возрастной группе 62-71 лет более чем 77,2%, что подтверждает наши теоретические предположения о важности исследуемой темы для пожилых в противовес к существующим стереотипным представлениям о старости и скудности сексуальной сферы пожилых людей. К схожим выводам приходят исследователи Kontla & Naavio-Mannila пришли к таким же выводам [11]. Их исследования показывают, что большинство пожилых мужчин и женщин сохраняют умеренный и высокий уровень сексуального интереса в свои 70 лет.

Согласно результатам исследования сексуально активными среди семейных респондентов являются 62,5%; среди разведенных – 68,2%, а наименее активными ожидаемо являются респонденты, которые овдовели – 16,3%. Такое положение дел вероятно связано с тем, что вдовцы и вдовы остаются «верными» своим супругам. Отчасти потому, что существует идеализация объекта после его утраты, с одной стороны, а с другой стороны, уверенность в себе как в сексуальном объекте с возрастом имеет тенденцию снижаться, а вместе с ним и либидо. Для категории вдовцов особо сложно начать новые интимные отношения по ряду причин:

- встреча с новым партнёром после вдовства может быть психологически сложной;

- в начале отношений с новым партнёром сексуальная функция может

быть сильно снижена в связи с психологическими страхами и беспокойством, а также с тем, что партнёрам необходимо время для привыкания друг к другу.

Наши утверждения подтверждают и исследования Gott & Hinchliff [10], в котором все участники, у которых был половой партнер, считали сексуальную сферу значимой. Также в исследовании Gott отмечается, что факторы, которые мешают сексуальной жизни участников: отсутствие партнера или проблемы со здоровьем у одного из супругов, заставили их ответить о неважности сексуальной жизни.

Поскольку Dun & Cutler [9] утверждают, что именно человек, который активен раз в месяц и чаще является сексуально активным, нам было важно узнать данные по вопросу анкеты *„Как часто Вы занимаетесь сексом (раз в месяц или чаще)?“*. С одной стороны, важно установить рамки и понимать, что мы подразумеваем под сексуальной активностью человека. С другой стороны, учитывая возраст исследуемой группы, возможно следует пренебречь данными о частоте или выдвинуть иные критерии по данному признаку.

Исходя из полученных данных, мы видим, что есть разница между частотой сексуальной активности мужчин и женщин во всех возрастных группах, а именно мужчины являются более активными. Также наблюдается тенденция к снижению частоты сексуальной активности с возрастом респондентов. Однако, в целом показатели являются высокими (84,2% и 71,1% для мужчин и женщин в возрастной группе 62-71 лет; 81,3% и 43,7% в возрастной группе 72-79 лет). Несмотря на заметное сниже-

ние активности в возрастной категории 80+, активность и в этой возрастной группе остаётся достаточно высокой, а именно каждый второй респондент-мужчина и каждая третья женщина из этой возрастной категории считают себя сексуально активными, что свидетельствует о значимости и важности сексуальной жизни для пожилых людей.

Затем мы решили сравнить данные ответов на вопрос о том, *как часто* респондент *занимается сексом* и вопрос о важности полного полового акта «*Для меня важно, чтобы половой акт был полным (с проникающим сексом)*», а также ответа на вопрос в анкете – «*ведёте ли вы половую жизнь*», который даёт нам информацию о том, как человек субъективно оценивает свою сексуальную активность. Вопрос «*Для меня важно, чтобы половой акт был полным (с проникающим сексом)*» косвенно даёт нам информацию о том, готов ли человек к творческому приспособлению в пожилом возрасте.

Интерпретируя результаты различий по этим двум вопросам анкеты между сексуально активными и неактивными пожилыми людьми, можем сделать вывод, что у пожилых людей, ведущих половую жизнь, показатели по вопросу, касающемуся частоты занятий сексом выше, чем у тех, кто не ведет половую жизнь. Однако, по вопросу «*Для меня важно, чтобы половой акт был полным (с проникающим сексом)*» значимых различий не было выявлено.

Существуют многочисленные исследования, как можно с помощью медицинских препаратов продлить способность к проникающему сексу,

как главной форме сексуальной близости. Но мало исследований о том, как меняется роль проникающего секса во взаимоотношениях с возрастом [12]. Результаты многих современных исследований показывают, что с возрастом проникающий секс закономерно уступает место другим сексуальным практикам [10]. Успешность сексуальной жизни в пожилом возрасте во многом зависит от того, насколько партнеры готовы к этому. Во-первых, у людей старшего поколения отсутствует культура обсуждать сексуальные отношения, говорить о своих желаниях и о своей неудовлетворенности. Во-вторых, мужчины часто приравнивают проникающий секс к сексуальным отношениям в целом и не готовы участвовать в другого рода сексуальных практиках.

Стереотипы, связанные с тем, что проникающий секс – это единственно возможный вид сексуальной активности, без которого невозможны близкие отношения, обрекают пожилых людей на одиночество. Чрезмерная оценка важности проникающего секса в пожилом возрасте ведет к неуверенности в себе, потере смысла сексуальности.

Анализ результатов показал, что в отношении к проникающему сексу нет явных отличий в гендерном разрезе во всех возрастных категориях: представителям пожилого возраста важен полный половой акт. Для женщин во всех возрастных подгруппах также важен полный половой акт, однако в меньшей степени, чем для мужчин.

Также мы считали важным узнать у участников исследования, ведут ли они в данный момент сексуальную жизнь, а если нет, то в каком возрасте она

была прекращена и по какой причине. Таким образом, мы узнали, что 94 человека (46,5%) из 202 опрошенных не ведут половую жизнь и прекратили её в возрасте от 29 до 88 лет. Из указанных причин прекращения половой жизни – развод, смерть супруга, состояние здоровья своего или супруга: 10,3% респондентов от числа всех прекративших сексуальную активность прекратили половую жизнь в возрасте до 49 лет; 20,5% респондентов от числа всех прекративших сексуальную активность прекратили половую в возрастном диапазоне от 50 до 59 лет; в возрасте от 60 до 69 – 35,9% респондентов; а в возрасте от 70 до 79 – 26,9% респондентов и в возрасте 80+ – 6,4%. Средний возраст прекращения – 63,1 лет.

Важно отметить, что мы наблюдаем статистические выбросы: одна респондентка сообщила, что завершила половую активность в 29 лет и причиной раннего прекращения сексуальной жизни была половая дисфункция супруга; две респондентки, завершившие половую жизнь в возрасте 32 лет связывают это со смертью супругов.

В последующих возрастных диапазонах причинами прекращения половой жизни были уже вышеназванные – развод (т.е. отсутствие партнера), смерть супруга, состояние здоровья (свое или партнера), поэтому мы можем сказать, что нет разницы в причинах прекращения половой жизни в любой возрастной группе, то есть не сам возраст респондента является непосредственно причиной прекращения половой жизни. Таким образом, никто из респондентов не связывал прекращения половой жизни напрямую с возрастом, а делался ак-

цент на отсутствие сексуального партнера или ухудшение состояния здоровья, которое может произойти в любом возрасте.

Если рассмотреть семейный статус респондентов, прекративших свою половую жизнь, отметим следующие результаты: 52,6% являются вдовой или вдовцом; 38,5% состоят в браке; 8,9% разведены. Таким образом, мы видим, что 61,5 % прекратили половую активность в связи с отсутствием партнёра.

Полученные результаты исследования позволяют сделать следующее **выводы:**

1. Сексуальность в пожилом возрасте не утрачивается полностью, для пожилых людей эта сфера остается значимой.

2. Люди пожилого возраста не связывают прекращение половой жизни напрямую с возрастом, а делают акцент на отсутствие сексуального партнера или ухудшение состояния здоровья, которое может произойти в любом возрасте.

3. Состоящие в браке и разведенные, отличаются более активным сексуальным поведением, чем их овдовевшие сверстники, и они же больше заботятся о своем сексуальном здоровье.

4. Сексуальные отношения в пожилом возрасте являются приемлемыми как для мужчин, так и для женщин и они не видят препятствий со стороны общества для выражения своей собственной сексуальности.

5. Важность полового акта с проникновением остаётся одинаковой для любой возрастной группы, однако мужчины чаще приравнивают проникающий секс к сексуальным отношениям в целом и не готовы участвовать в друго-

го рода сексуальных практиках.

Исходя из теоретического осмысления проблемы сексуальности в пожилом возрасте, результатов исследования сексуальности посредством опросника и практического опыта психотерапевтической работы с пожилыми людьми, нами были разработаны **рекомендации** для лиц пожилого возраста, направленные на поддержание и сохранение сексуального здоровья:

- Как можно дольше времени сохранять сексуальную активность, поскольку сексуальность и сексуальное здоровье являются неотъемлемой частью здоровья, благополучия и социальной активности в пожилом возрасте.
- Пересмотреть свое отношение к сексуальности и сексуальной активности, исходя из новых физиологических реалий пожилого организма.
- Легитимация данной проблематики для самого себя, своего партнера и, при необходимости, найти способ получения качественной профессиональной помощи.
- Узнавать и внедрять новые сексуальные и тактильные практики.
- Не позволять взрослым детям принимать решения за своих пожилых родителей, включая вопрос о том, нужно ли им связывать себя отношениями с новым партнером.

Выводы: Дискурсы о старении строятся на утверждении, что с воз-

растом способности снижаются, желания исчезают, навыки утрачиваются, а старение социально оценивается как деградация и поражение человека, что создает стереотипы, стигматизирующие и маргинализирующие пожилых людей. Однако пожилые люди имеют свое собственное понимание старения и придают ему свое значение, отличное от того, которое преобладает в обществе. Такие темы как сексуальность, интимность, эмоциональность и чувственность невозможно одинаково оценивать в разные периоды жизненного цикла человека. У людей пожилого возраста существуют свои смыслы и ценности, в том числе относительно сексуальных отношений. Актуальность и возможность как изучения дискурсов и практик пожилых людей в сексуальной сфере, так и формирования положительного образа сексуальности, способствующее повышению уровня психологического благополучия пожилых людей.

Таким образом, старость и старение – это не только «период угасания физиологических функций», но и огромный по времени и возможностям период жизни современного человека, в котором можно и нужно быть психологически здоровым и благополучным. Здоровое старение – это процесс развития и поддержания функциональных возможностей, необходимых человеку для благополучной жизни в пожилом возрасте.

БИБЛИОГРАФИЯ

1. АКИМОВА, Л. *Психология сексуальности*. Учебное пособие. Одесса: СМІЛ, 2005. 151 с. ISBN 5-8404-0135-8

<https://pedlib.ru/Books/3/0433/index.shtml>

2. АЛЛЕН, К.Р., РОБЕРТО, К.А. *От сексизма к сексу: оспаривая эйджизм*

молодых людей в отношении сексуальности пожилых женщин. В: *Исследования сексуальности и социальная политика: журнал NSRC*, 6 (4), 2009, с. 13–24. ISSN: 1868-9884

3. Всемирная организация здравоохранения. *Проведение кратких собраний по вопросам сексуального здоровья и сексуальности: рекомендации для разработки подхода с позиций общественного здравоохранения*, 2018. [20.06.2023]. Доступно на: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/259901>

4. *Всемирный Доклад о старении и здоровье 2016 г.* WHO Library. ISBN 978 92 4 456504 [24.02.2023]. Доступно на: <http://www.portal.pmnch.org/ageing/publications/world-report-2015/ru>

5. ЧЕРНЫШКОВА, Е. В. *Сексуальная активность в позднем возрасте. Саратовский научно-медицинский журнал*. 2011. Т. 7, № 3. с. 693–694.

6. BAUER M., MCAULIFFE L., NAY R., CHENCO C. *Sexuality in the Elderly: The Impact of Educational Intervention on Attitudes and Beliefs of Nursing Care Providers*. In: *Educational Gerontology*, 39 (2), 2013. P 82–91

7. BRECHER, E.M. *Love, Sex and Aging*. New York: Consumers Union, 1984. с. 40–52.

<https://www.amazon.com/Love-Sex-Aging-Consumers-Report/dp/0316107182>

8. BYTHEWAY B. *Ageism*. London: Open University Press, 2001. с. 142. <https://books.google.com/books/about/Ageism.html?id=ihMpAAAAYAAJ>

9. DUNN, M., CUTLER, N. *Sexual issues in older adults*. In: *AIDS Patient Care STDS*. 2000 Feb;14(2). с. 67-79. ISSN:1540-4560 https://scholar.google.com/scholar?q=9.+DUNN,+M.,+CUTLER+N.+Sexual+issues+in+older+adults&hl=ro&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholar

10. GOTT, M., HINCHLIFF, S. *How important is sex in later life? The views of older people*. In: *Social Science and Medicine*. 2003, Apr;56 (8):1617-28. ISSN: 0277-9536

11. KONTULA, O., HAAVIO-MANILA, E. *The impact of aging on human sexual activity and sexual desire*. In: *Journal of Sex Research*. 2009 Jan-Feb;46(1):46-56. ISSN: 0022-4499

12. TETLEY, J., LEE, D., NAZROO, J., & HINCHLIFF, S. *Let's talk about sex – what do older men and women say about their sexual relations and sexual activities? A qualitative analysis of ELSA Wave 6 data*. In: *Ageing and Society*, 2018, 38(3), с. 497-521.

Primit la redacție 12.09.2023

Acceptat 28.10.2023

Publicat 20.11.2023