

VETERAN
HUB

RESEX

ЗМІНИ СЕКСУАЛЬНОСТІ

у ветеранів та ветеранок
із порушеннями чутливості

Коротко про
дослідження



Сексуальність — один із важливих компонентів фізичного й психічного здоров'я людини та важлива частина близьких і романтичних стосунків. Після тривалої військової служби, участі у бойових діях, поранення / травми сексуальність ветеранів і ветеранок змінюється. Ці зміни — частина їхнього загального відновлення, яка потребує уваги різних стейкхолдерів сфери ветеранських справ.

У світі та в Україні ця тема поки мало досліджена. Українські дослідники/ці часто орієнтуються на наявні дані, роботи та досвід США, однак упускають важливий український контекст — тривалу війну, інші умови повернення, нові типи озброєння, різний рівень довіри та звернень по медичну допомогу, а також табуованість теми сексуальності в суспільстві.



Щоб зібрати власні емпіричні дані, у 2023 році команда Ветеран Хабу провела перше дослідження про сексуальність ветеранів/ок російсько-української війни із пораненнями — їхні виклики, партнерські стосунки, бар'єри у доступі до медичної допомоги. Нині ж ми заглибилися у тему більше та дослідили зміни сексуальності у ветеранів/ок із різними порушеннями чутливості, оскільки вона є важливою частиною відчуттів, бажання і задоволення

Сподіваємося, ці знання допоможуть ветеранам та ветеранкам, фахівцям/чиням у сфері медицини, реабілітації та психосоціальної підтримки вибудувувати ефективні підходи до відновлення сексуального здоров'я та покращення добробуту ветеранів і ветеранок після поранень.



Мета дослідження

Виявити зміни у сексуальності ветеранів і ветеранок з ураженнями органів чуття або нечутливими ділянками тіла внаслідок бойових поранень

Методологія

З огляду на сенситивну тему, яка потребує розлогого розкриття власного досвіду, ми використовували якісні методи: напівструктуровані глибинні та експертні інтерв'ю. Це дало змогу учасникам/цям регулювати рівень зануреності в тему.

У дослідженні взяли участь 27 військових та ветеранів/ок, серед яких дві жінки, з різними типами поранень / травм та досвідом служби на різних етапах російсько-української війни (2014–2025 роки). Також ми відбирали респондентів за такими критеріями: вік, гендер, освіта, місце проживання, наявність або відсутність постійних стосунків.

Ми зосередилися на окремих складниках сексуальності та їхніх фізичних, психологічних і соціальних проявах: прийнятті власного тіла, лібідо, змінах у сексуальному житті та чутливості. Ці складники ми виділили під час аналізу глибинних інтерв'ю.

Дослідження не є репрезентативним та не поширює досвід окремих учасників та учасниць на всіх військовослужбовців/иць і ветеранів/ок.

Основні знахідки

1 **Інтерес до сексуального та репродуктивного здоров'я виникає вже на ранніх етапах після поранення**

Деякі ветерани починають хвилюватися про сексуальну функцію ще під час евакуації або стабілізації в лікарні. Зокрема, чоловіки можуть перевіряти, чи не зазнали ушкоджень статеві органи

2 **На початковому етапі після поранення сексуальність має переважно фізичний вимір**

Інтерес до сексу частіше пов'язаний не з бажанням отримати задоволення, а з потребою пересвідчитися, що тіло функціонує і статеві органи не ушкоджені

3 **Під час лікування ветерани та ветеранки поступово знайомляться зі зміненням тілом**

Ті, хто має партнерів/ок, іноді намагаються зайнятися сексом ще на етапі лікування в лікарні. Це також зазвичай відбувається не заради задоволення, а як спосіб перевірити фізичну можливість інтимності

4 Раннє інформування про сексуальне здоров'я після травм є важливим елементом реабілітації

Доступ до інформації про сексуальність і можливі зміни в організмі може підвищувати впевненість ветеранів і ветеранок у собі та сприяти кращій адаптації після поранення

5 Прийняття змін у тілі починається з фізичної адаптації

Ветерани та ветеранки поступово переосмислюють власну тілесність, навчаються новим способам руху, дотику та отримання задоволення, звикають до рубців, ампутацій, змін чутливості чи функціональних обмежень. Важливу роль у цьому відіграють допоміжні засоби — протези, милиці чи колісні крісла, які відновлюють можливість самостійного пересування

6 Прийняття зміненого тіла є тривалим і нелінійним процесом. Це насамперед процес, а не результат

На психологічному рівні він пов'язаний зі зменшенням сорому, страху відторгнення та відчуття «інакшості»

У дослідженні ми виокремили чотири стратегії адаптації:

суб'єктивне ранжування — порівняння власної травми, щоб оцінити її вплив на життя та зменшити інтенсивність переживань

нарративізація — перенесення уваги з тілесних ушкоджень на історію, яка стоїть за ними

раціоналізацію — дистанціювання від емоційних почуттів і реакцій щодо травми / поранення та перехід до практичних питань подальшого життя

візуальну конфронтацію — свідоме розглядання свого нового тіла у дзеркалі

7

Соціальне прийняття змін формується через реакції близького оточення

Підтримка партнерів/ок і родини полегшує адаптацію до нової тілесності, тоді як стигматизація або замовчування теми сексуальності можуть ускладнювати цей процес

8

Зміни лібідо після поранення є індивідуальними

У більшості респондентів/ок під час лікування спостерігалось зниження сексуального бажання через біль, медикаментозне лікування, виснаження або психоемоційний стан

9 Сексуальні практики після поранення часто потребують адаптації

Респонденти/ки описували необхідність експериментувати з новими позами, темпом і тривалістю сексу, а також фізично готуватися до інтимності

10 Зміни чутливості впливають на спосіб переживання інтимності

У деяких випадках зростає роль інших сенсорних відчуттів — дотику або запаху, можуть з'являтися нові ерогенні зони, тоді як інші ділянки тіла залишаються болісними. У результаті ветерани й ветеранки заново вивчають власне тіло та адаптують взаємодію до нових відчуттів

11 Фізичні зміни чутливості впливають і на психологічний досвід сексуальності

Збудження може більше спиратися на фантазії, уяву або попередній тілесний досвід, тоді як окремі шрами чи ділянки тіла можуть викликати травматичні спогади або відчуття відчуження від власного тіла

12 Зміни сексуальності мають і соціальний вимір у партнерських стосунках

Після поранення ветерани та ветеранки часто переосмислюють власну сексуальність і потребують відкритої комунікації з партнером/кою щодо нових тілесних меж, відчуттів і потреб

Висновки

Сексуальність є важливим складником відновлення після поранення

Питання сексуального та репродуктивного здоров'я виникають уже на ранніх етапах після травми і залишаються значущими впродовж лікування та адаптації

Поранення може змінювати сексуальність у кількох вимірах одночасно

Фізичні зміни тіла впливають на лібідо, тілесну чутливість, спосіб переживання інтимності та взаємодію у партнерських стосунках



Адаптація до змін у тілі та сексуальності є тривалим і комплексним процесом

Вона відбувається на фізичному, психологічному та соціальному рівнях і значною мірою залежить від підтримки партнерів/ок, близького оточення та доступу до інформації

Зміни у сексуальному житті можуть супроводжуватися як переживанням втрати, так і переосмисленням інтимності

Ці трансформації часто відбуваються у значенні, яке людина надає сексу та близькості. Для частини зростає цінність емоційної близькості й безпеки, інші ностальгують за попереднім досвідом, тоді як для декого сексуальність тимчасово втрачає важливість і супроводжується апатією



**Читайте повну версію дослідження
та інші матеріали про проєкт на нашому сайті**



Створено для некомерційного використання
та поширюється лише безплатно