

LATVIJAS UNIVERSITĀTE
PEDAGOĢIJAS, PSIHOLOĢIJAS UN MĀKSLAS FAKULTĀTE
PSIHOLOĢIJAS NODAĻA

**SEKSUĀLĀS APMIERINĀTĪBAS UN ĶERMEŅA TĒLA
SAISTĪBA AR SIEVIŠĶĪBAS UN VĪRIŠĶĪBAS IZTEIKTĪBU
SIEVIEŠU GRUPĀ**

MAĢISTRA DARBS

Autore: **Veronika Medne**

Studenta apliecības Nr.: vm07004

Darba vadītājs: asoc.prof. Ieva Bite

RĪGA 2013

ANOTĀCIJA

Tradicionālie dzimuma scenāriji sievietēm, kas ir izteiktākie sievišķības rādītāji, var būt lielākā mērā saistīti ar neapmierinātību ar ķermeņa tēlu un seksuālo neapmierinātību, nekā izteiktākie vīrišķības rādītāji (Sanchez et al., 2012). Šī pētījuma mērķis bija noskaidrot, vai tā ir arī Latvijā. Pētījumā piedalījās 102 sievietes, kuras atrodas heteroseksuālās attiecībās. Respondenti aizpildīja aptaujas anonīmi internetā. Tika izmantotas “S. Bemam dzimumlomu aptaujas īsā forma” (Bem, S., 1981), “Seksuālās apmierinātības aptauja” (Derogatis & Melisaratos, 1979; Young, et al., 1998), „Ķermeņa daļu novērtēšanas aptauja” (Bērziņa, 2011) un “Ķermeņa attēlu novērtēšanas aptauja” (Collins, 1991). Tika konstatēts, ka pastāv statistiski nozīmīga saistība starp sievišķības skalu un seksuālo apmierinātību, kā arī saistība starp vīrišķības skalu un apmierinātību ar ķermeņa daļām ir stiprāka, nekā saistība ar sievišķības skalu.

Atslēgas vārdi: dzimuma lomas, seksuālā apmierinātība, ķermeņa tēls

ABSTRACT

Traditional gender role scenarios for women who have more pronounced femininity scores may be more related to dissatisfaction with body image and sexual dissatisfaction than most distinct masculine characteristics (Sanchez et al., 2012). The aim of this study was to determine whether the Latvian situation is the same. The study included 102, who were engaged in a heterosexual relationship. Respondents completed the survey anonymously on the Internet. "S. Bemā dzimumlomu aptaujas īsā forma" (Bem, S., 1981), "Seksuālās apmierinātības aptauja" (Derogat & Melisaratos, 1979, Young, et al., 1998), "Ķermeņa daļu novērtēšanas aptauja" (Berzina, 2011), as well as "Ķermeņa attēlu novērtēšanas aptauja" (Collins, 1991) were used. Results showed that there is a statistically significant correlation between femininity scale, and sexual satisfaction and correlation between masculinity scale and satisfaction with body parts is stronger than correlation between femininity scale and satisfaction with body parts.

Key words: gender roles, sexual satisfaction, body image

SATURS

Anotācija.....	2
Abstract	3
Saturs.....	4
Teorētiskā daļa.....	5
Seksuālā apmierinātība.....	6
Seksuālās apmierinātības definīcija.....	6
Seksuālā apmierinātība un apmierinātība ar attiecībām.....	7
Apmaiņas Apmierinātības Modelis Starppersonu Attiecībās.....	7
Ieguvumu un zaudējumu specifika.....	8
Sieviešu seksuālās apmierinātības komponenti.....	9
Ķermeņa tēls.....	11
Ķermeņa tēls un seksuālā apmierinātība.....	11
Dzimuma lomas.....	12
Metode.....	19
Pētījuma dalībnieki.....	19
Pētījuma instrumentārijs.....	19
Pētījuma procedūra.....	20
Rezultāti.....	21
Diskusija.....	25
Secinājumi.....	29
Izmantotā literatūra un avoti.....	31

TEORĒTISKĀ DAĻA

Seksuālo apmierinātību saista ar dažiem nozīmīgiem mainīgajiem lielumiem, tajā skaitā apmierinātību ar attiecībām (Byers, 2005, kā minēts Stephenson & Meston, 2011) un pašcieņu (Hally & Pollack, 1993, kā minēts Stephenson & Meston, 2011). Seksuālā apmierinātība ir viens no svarīgākajiem laulības stabilitātes priekšnosacījumiem gan sievietēm, gan vīriešiem (Karney & Bradbury, 1995). Lielākai indivīdu daļai seksuālā apmierinātība ir svarīgs labklājības komponents (Mulhall, King, Glina, & Hvidsten, 2008, kā minēts Stephenson & Meston, 2011).

Vadoties pēc centrālās statistikas pārvaldes datiem, līdz maija beigām 2012.gadā Latvijā noslēgtas 2475 laulības. 2011. gada pirmajos piecos mēnešos bija noslēgtas 2355 laulības. Bet šķiršanas dati ir sekojoši: 2012.gada pirmā pusgada laikā ir saņemti 978 paziņojumi par laulības šķiršanu no notāriem un 584 – no tiesām, kas nozīmē, ka Rīgā sešos mēnešos šķiršanos noformējuši 1562 pāri. Pēc Vija Pizičas (Latvijas Zvērinātu notāru padomes (LZNP) rīkotājdirektore), līdz 2012. gada 5. jūlijam laulības šķiršanas lietu reģistrā ir izdarīti 8447 ieraksti.

Nemot vērā šos statistiskus datus, var apgalvot, ka attiecību stabilizēšana ir aktuālais jautājums Latvijā. Un tā kā seksuālā apmierinātība ir svarīgs šo jautājumu komponents, to ir vērts pētīt Latvijas teritorijā. Kaut gan es savā pētījumā izvēlējos pētīt sievietes, kuras nav precējušās, bet atrodas attiecībās.

Runājot par dzimuma lomu ietekmi uz ķermeņa tēlu un seksuālo apmierinātību ir būtiski pieminēt, ka kultūra daudzās valstīs atbalsta noteiktus dzimuma lomu standartus, noteiktus scenārijus, pēc kuriem ieteicams uzvesties abiem dzimumiem, lai saņemtu uzslavu no sabiedrības puses. Kā parāda iepriekšējie pētījumi, šie standarti ne vienmēr atstāj pozitīvo ietekmi uz apmierinājumu ar ķermeņa tēlu un seksuālo apmierinājumu sievietēm. Šī pētījuma mērķis bija noskaidrot vai arī Latvijā tradicionālie dzimuma scenāriji sievietēm, kas ir izteiktākie sievišķības rādītāji (Sanchez et al., 2012) var būt lielākā mērā saistīti ar neapmierinātību ar ķermeņa tēlu un seksuālo neapmierinātību, nekā izteiktākie vīrišķības rādītāji. Ja tāda saistība pastāv, informējot sabiedrību par to, pastāv iespēja, ka cilvēku attieksme pret sieviešu lomu mainīsies un sievietes mainīs attieksmi pret savu lomu, kas var pozitīvi ietekmēt viņu attiecības un attieksmi pret sevi.

Seksuālā apmierinātība

Seksuālas apmierinātības definīcija

No sākuma es gribētu precizēt kas ir seksuālā apmierinātība. K. Lorenss un E.S. Biersa (Lawrance, & Byers, 1995) definēja seksuālo apmierinātību kā afektīvo atbildes reakciju, kura radās no indivīda seksuālo attiecību pozitīvo un negatīvo dimensiju subjektīvā novērtējuma.

E. S. Biersa (Byers, 1999) apgalvo, ka jānošķir seksuālās apmierinātības jēdzienu no seksuālās neapmierinātības trūkuma, jo tie ir divi dažādi konstrukti. Tāpat kā veselība nav tas pats kā slimību trūkums vai arī prieks nav depresijas trūkums. Arī seksuālā bauda un seksuālā apmierinātība ir dažādi jēdzieni. Indivīds, kuram daudzas seksuālas uzvedības sagādā baudu var tāpat būt neapmierināts ar savām seksuālām attiecībām. Tam var būt dažādi iemesli. Piemēram, indivīds spēj saņemt seksuālo baudu, bet viņa partneris nedara tās lietas, kas patīk indivīdam tik bieži, cik viņam gribētos. Vai arī seksuālas mijiedarbības laikā indivīds izjūt fizisko baudu, kaut gan viņam trūkst emocionālās saiknes ar partneri, līdz ar ko viņš nav līdz galam apmierināts (Byers, 1999).

Seksuālo apmierinātību saista ar dažiem nozīmīgiem mainīgajiem lielumiem, tādiem kā apmierinātība ar attiecībām un pašcieņu (Byers, 2005). Seksuālā apmierinātība ir viens no svarīgākajiem laulības stabilitātes priekšnosacījumiem gan sievietēm, gan vīriešiem (Karney & Bradbury, 1995, kā minēts Meston &, Trapnell, 2005). Lielākai indivīdu daļai seksuālā apmierinātība ir svarīgs labklājības komponents (Meston &, Trapnell, 2005). Tika pierādīts, ka seksuālās apmierinātības līmenis ir saistīts ar dažiem dzīves kvalitātes faktoriem, tādiem kā vecums (Christopher & Sprecher, 2000, kā minēts Pujols et al., 2010), fiziskā veselība (Hawkins & Booth, 2005, kā minēts Pujols et al., 2010) un kopējais labklājības un laimes līmeņi (Rosen & Bachman, 2008, kā minēts Pujols et al., 2010). Tika konstatētas saistības arī ar attiecību mainīgajiem, tādiem kā apmierinātība ar laulību (Young, Denny, Luquis & Young, 1998, kā minēts Pujols et al., 2010), saderība (Sprecher, 2002, kā minēts Pujols et al., 2010), attiecību stabilitāte (Sprecher, 2002, kā minēts Pujols et al., 2010) un komunikācija (Byers, 2005).

Seksuālā apmierinātība un apmierinātība ar attiecībām

Lai runātu par seksuālo apmierinātību vispirms aplūkosim apmierinātību ar attiecībām kopumā. Apmierinātību ar attiecībām definē divos veidos. Viena ir kognitīvā pieeja, kura definē apmierinātību ar attiecībām kā attiecību pozitīvu un negatīvu aspektu novērtējumu un to salīdzināšanu ar indivīda ekspektācijām (piemēram, Walster, Walster, & Berscheid, 1978, kā minēts Byers, 1999). Otra pieeja balstās uz attiecību apmierinātības definēšanu no afektīvā viedokļa. Piemēram, indivīda subjektīva prieka sajūta attiecībā pret attiecībām (Rusbult, 1983, kā minēts Byers, 1999). Pēc E. S. Biersas (Byers, 1999), realitātē apmierinātība visdrīzāk satur gan kognitīvā novērtējuma, gan afektīvo komponentus.

Apmaiņas Apmierinātības Modelis Starppersonu Attiecībās

1995.gadā K. Lorens un E. S. Biersa (Lawrance, & Byers, 1995) izstrādāja Starppersonu Seksuālās Apmierinātības Apmaiņas Modeli (angl. Interpersonal Exchange Model of Sexual Satisfaction). Šis modelis tika izstrādāts sociālo apmaiņu modeļu tradīcijās. Apmaiņas modeļi pēta starppersonu attiecības no tāda viedokļa cik katrs partneris ieliek un cik saņem no attiecībām (Nye, 1982; Thibaut & Kelley, 1959; Walster et al., 1978, kā minēts Byers, 1999). Sociālo apmaiņu perspektīva tika veiksmīgi pielietota, lai prognozētu kopīgo apmierinātību ar attiecībām (Cate, Lloyd, Henton, & Larson, 1982; Cate, Lloyd, & Long, 1988; Davidson, 1984; Michaels, Edwards, & Acock, 1984; Rusbult, 1983; Rusbult, Johnson, & Morrow, 1986; Walster et al., 1978, kā minēts Byers, 1999).

Tas, kas ir kopīgs gandrīz visos apmaiņas modeļos ir partneru ieguvumu līmeņa un zaudējumu līmeņa konstrukti. Ieguvumus var definēt kā mijiedarbību, kura sagādā baudu un ir patīkama indivīdam, savukārt zaudējumi ir mijiedarbība, kas pieprasa fizisko vai garīgo piepūli, izraisa sāpes, trauksmi vai kaunu (Thibaut & Kelley, 1959, kā minēts Byers, 1999). Ieguvumi un zaudējumi var ietvert gan materiālas lietas vai pakalpojumus, gan arī emocionālas izpausmes, kopīgas intereses un komunikāciju (Foa & Foa, 1980; Swenson, 1973, kā minēts Byers, 1999). Saskaņā ar apmaiņas modeļiem, var apgalvot - jo vairāk indivīda ieguvumi pārsniedz zaudējumus, jo apmierinātāks viņš būs ar attiecībām.

Ieguvumu un zaudējumu vērtība ir subjektīva un atkarīga no indivīda „salīdzināšanas līmeņa”. Salīdzināšanas līmeni var definēt kā ieguvumu un zaudējumu līmeni, kuru, pēc

indivīda domām, viņam jāsaņem,- vai arī kā līmeni, kuru viņš sagaida saņemt no attiecībām. Balstoties uz apmaiņas teorijām, apmierināti ar attiecībām būs tie indivīdi, kuri uzskata, ka ieguvumu un zaudējumu līmenis, kuru viņi saņem attiecībās sakrīt ar ieguvumu un zaudējumu līmeni, kuru viņi sagaida no attiecībām.

Vienlīdzības modeļi uzskata, ka apmierinātību ietekmē arī indivīda viedoklis par to cik vienlīdzīgi ir viņa ieguvumi un zaudējumi ar viņa partnera ieguvumiem un zaudējumiem. Jo vienlīdzīgāki tie ir, jo apmierinātāks ir indivīds. Daži apmaiņas modeļi izmanto taisnīguma, nevis vienlīdzības konceptu. Taisnīguma modeļi salīdzina partnera ieguldījumus ar viņa ieguvumiem. Savukārt vienlīdzības modeļi apgalvo, ka apmierinātība pastāv tad, kad partnera ieguvumi ir uztverti kā vienlīdzīgi neskatoties uz viņa ieguldījumiem. Pētījumi pierāda, ka nepastāv statistiski nozīmīgu atšķirību starp taisnīgumu un vienlīdzības ietekmi uz apmierinātību ar attiecībām (Cate et al., 1988; Michaels et al., 1984, kā minēts Byers, 1999).

Starppersonu Seksuālas Apmierinātības Apmaiņas Modelī (turpmāk tekstā - SSAAM) tika izmantots vienlīdzības, nevis taisnīguma princips, jo tas ir relatīvi vienkāršāks un to ir vieglāk novērtēt. E. S. Beirsa (Byers, 1999) uzsver, ka ilgstošās attiecībās apmierinātību ietekmē arī ieguldījumu un zaudējumu vēsture partneru starpā (Gottman et al., 1976; Levinger & Huesman, 1980; Rusbult, 1983, kā minēts Byers, 1999). Tas nozīmē, ka apmierinātība netiek stipri ietekmēta, ja ieguldījumi un zaudējumi ir nevienlīdzīgi vai nelabvēlīgi pašreiz, ja tas nav ilgstoši. Pazemināta apmierinātība ir saistīta ar ilgstoši pastāvošiem nelabvēlīgiem ieguldījuma un zaudējuma līmeņiem vai pastāvīgu nevienlīdzību starp partneriem.

SSAAM ņem vērā starppersonu kontekstu, kurā notiek seksuālā aktivitāte, ka arī seksuālo ieguvumu un zaudējumu līmeni un seksuālo ieguvumu un zaudējumu uztverto vienlīdzību. Kad modelis pirmo reizi tika izstrādāts, tajā netika ietverts attiecību neseksuālais komponents. Balstoties uz pētījumiem, kuri liecina, ka apmierinātība ar attiecībām stipri ietekmē seksuālo apmierinātību, modelī tika ieviests arī neseksuālo attiecību komponents (Lawrance & Byers, 1995).

SSAAM ietver četrus attiecību aspektus, kuri ietekmē seksuālo apmierinātību (Lawrence & Byers, 1995). Pirmkārt, SSAAM ierosina, ka seksuālā apmierinātība būs augstāka, ja apmierinātība ar attiecībām būs augstāka. Otrkārt, tika pieņemts, ka seksuālā apmierinātība būs augstāka, ja seksuālo ieguvumu līmenis pārsniegs seksuālo zaudējumu līmeni. Treškārt,

seksuālā apmierinātība būs augstāka, ja ieguvumu un zaudējumu līmenis, kuru saņem indivīds būs vienlīdzīgs ar ieguvumu un zaudējumu līmeni, ko viņš sagaida no seksuālām attiecībām. Visbeidzot, seksuālā apmierinātība būs augstāka, ja indivīda un viņa partnera seksuālo ieguvumu un zaudējuma līmeņi būs vienlīdzīgi. Ka arī modelis uzsver, ka šo četru komponentu vēsture ietekmē seksuālo apmierinātību vairāk, nekā pašreizējā situācija.

Trijos pētījumos tika pierādīts, ka SSAAM ir augsta validitāte attiecībā gan uz ilgstošām heteroseksuālām attiecībām (kur partneri dzīvo kopā), gan uz attiecībām, kuras tikko sākas (un partneri dzīvo atsevišķi) (Lawrence & Byers, 1995; Renaud, Byers, & Pan, 1997; Byers, Demmons, & Lawrence, 1998, kā minēts Byers, 1999). Šis modelis var tikt izmantots dažādās kultūrās. Modeļi var attiecināt gan uz vīriešu, gan uz sieviešu populāciju.

Ieguvumu un zaudējumu specifika

Iepriekšējie pētījumi parādīja, ka ar seksuālo apmierinātību tiek saistīti dažādi seksuālo attiecību aspekti. Daudzi no šiem faktoriem var tikt nosaukti par ieguvumiem (piemēram, orgasms, seksuālā bauda, mīlestības emocionālā izpausme) vai arī par zaudējumiem (piemēram, seksuālas disfunkcijas, sevis atklāšanas trūkums) (Lawrance & Byers, 1995). Tika konstatēts, ka sievietes un vīrieši ilgstošās attiecībās atšķiras pēc seksuālo ieguvumu un zaudējumu tipiem (Lawrance & Byers, 1995). Vairāk sieviešu, nekā vīriešu par ieguvumiem nosauca seksuālo attiecību emocionālos un attiecību komponentus, tādus kā pastāvīgais seksuālais partneris, partnera attieksme pret sievieti seksa laikā, partnera reakcija uz viņas seksuālo uzvedību. Sievietes vairāk nekā vīrieši uztver seksuālo attiecību fiziskos un uzvedības aspektus, tādus kā grūtības saņemt orgasmu un iesaistīšanos seksuālajā uzvedībā, kura patīk partnerim, neskatoties uz to, ka nepatīk pašai sievietei, par zaudējumiem. Tika konstatēts, ka tieši ieguvumu un zaudējumu veidi atšķiras sievietēm un vīriešiem, nevis kopīgs seksuālās apmierinātības, ieguvumu vai zaudējumu līmenis (Lawrance & Byers, 1995). Ir svarīgi pieminēt, ka ieguvumu un zaudējumu veidi var atšķirties dažādās kultūrās, līdz ar to, strādājot ar klientiem ir svarīgi noskaidrot ko tieši viņš uzskata par ieguvumiem un ko - par zaudējumiem.

Sieviešu seksuālās apmierinātības komponenti

K. Mestone un P. Trapnells (Meston & Trapnell, 2005) veica pētījumu, kurā piedalījās seksuāli aktīvas sievietes no 18 līdz 70 gadiem. Balstoties uz pētījuma rezultātiem, tika

izstrādāts sieviešu seksuālās apmierinātības modelis, pēc kura seksuālā apmierinātība sastāv no 5-komponentiem. Pirmais komponents ir apmierinātība ar attiecībām kopumā, ko autori definē kā personīgo apmierinātību ar attiecību seksuāliem un emocionālajiem aspektiem kopumā. Nākamais komponents ir seksuālā komunikācija, kas ir viegluma un komforta pakāpe, ar kuru tiek runāts par seksuāliem un emocionāliem jautājumiem. Efektīva komunikācija starp partneriem var tikt attiecināta uz seksuālo apmierinātību. Seksuālo komunikāciju ietekmē tuvuma un intimitātes veicināšana un partnera informēšana par seksuālām vēlmēm un lietām, kurām indivīds dod priekšroku, tas, savukārt var novest pie uzbudinājuma un orgasmu paaugstināšanas. Autori izdala arī savienojamības komponentu, kas ir savienojamība starp partneru seksuālām pārlicībām, lietām, kurām partneri dod priekšroku, seksuālām vēlmēm un noteiktu seksuālo darbību pievilcību. Ceturtais komponents ir raizes par attiecībām, ko definē kā distresu, kurš ir saistīts ar indivīda seksuālo problēmu ietekmi uz partneri un uz attiecībām kopumā. Un pēdējais komponents ir indivīda personiskas raizes, kas ir personisks distress attiecībā pret seksuālām problēmām.

Apkopojot šo nodaļu var secināt, ka seksuālā apmierinātība ir afektīva atbildes reakcija, kura radās no indivīda seksuālo attiecību pozitīvo un negatīvo dimensiju subjektīva novērtējuma (Lawrance, & Byers, 1992; 1995, kā minēts Byers, 1999). Tas ir sarežģīts konstrukts, kurš sastāv no dažiem komponentiem. Vadoties pēc SSAAM, seksuālā apmierinātība balstās uz četriem galvenajiem faktoriem: līdzsvars starp seksuāliem ieguvumiem un seksuāliem zaudējumiem attiecībās; veids, kā tiek salīdzināti seksuāli ieguvumi un zaudējumi ar sagaidāmo seksuālo ieguvumu un zaudējumu līmeni; uztverta seksuālo ieguvumu un zaudējumu vienlīdzība starp partneriem un attiecību neseksuālo aspektu kvalitāte (Lawrance & Byers, 1992, kā minēts Byers, 1999). Un pēc Mestones un Trapnela modeļa galvenie sieviešu seksuālās apmierinātības komponenti ir apmierinātība ar attiecībām kopumā, seksuālā komunikācija, savienojamība, raizes par attiecībām un personiskas raizes.

Seksuālo apmierinātību saista ar dažiem nozīmīgiem mainīgajiem lielumiem, tādiem kā apmierinātība ar attiecībām un pašcieņu (Byers, 2005). Seksuālā apmierinātība ir saistīta arī ar tādu svarīgu jēdzienu kā ķermeņa tēls.

Ķermeņa tēls

Ķermeņa tēla definīcija

Sieviešu ķermeņa tēls ir daudzpusējs jēdziens un tika definēts kā apmierinātība ar ķermeņa daļām (piemēram, apmierinātība ar vēderu, rokām, seju utt.), saskaņa ar ķermeņa izmēru vai svaru un komforts ar savu ķermeni partera un citu cilvēku priekšā (Wiederman, 2005, kā minēts Pujols et al., 2010). Jūtas pret savu ķermeni un to uztveri ietekmē sociokulturālie un starppersonu viedokļi. Tie var ietekmēt gan seksuālo pieredzi gan apmierinātību ar šo pieredzi. Ķermeņa pieņemšanu sievietēm lielā mērā ietekmē nopietnas veselības problēmas (piemēram, krūts vēzis) (Luzi, Guaraldi, Murri, De Paola, Orlando, Squillace, Esposito, Rochira, Zirilli, Martinez, 2009, kā minēts Pujols et al., 2010), ka arī ķermeņa bojājumi, nepilnības, kuras var būt saistītas ar citām situācijām, tādām kā negadījumi, apdegumi, seksuāla vai fiziska vardarbība (Dorholt, D.; Noeker, M.; Ranke, M.; Haverkamp, 1999, kā minēts Pujols et al., 2010).

Kešs un citi autori definē ķermeņa tēlu kā attieksmi pret sava ķermeņa izskatu, kura iekļauj emocionālo (afektīvo), kognitīvo un uzvedības komponentus (Cash, & Green, 1986). Afektīvais komponents ir jūtas pret sava ķermeņa izskatu, tā novērtēšana un apmierinātības pakāpe. Kognitīvs aspekts ir cilvēka uzskats, domas par sava ķermeņa izskatu un izmēru, par to kā viņam vajadzētu izskatīties vai arī ko tieši vajadzētu mainīt tajā, tie var būt priekšstati par savu pievilcības pakāpi salīdzinājumā ar vienaudžiem, domas par to vai indivīda ķermenis ir normālā izmērā utt. (Butters, & Cash, 1987). Uzvedības aspekts tiek attiecināts uz aktivitātēm, kuras tiek veiktas saistībā ar savu ķermeni, kurus determinēja attieksme pret savu ķermeni (Cash, & Green, 1986).

Ķermeņa tēls un seksuālā apmierinātība

Tika pierādīts, ka dažas ķermeņa tēla sastāvdaļas, īpaši zema apmierinātība ar ķermeņa tēlu seksuālās aktivitātes laikā vai neapmierinātība ar ķermeņa daļām, ir saistīti ar zemāko seksuālo pārlicinātību un var novest pie izvairīšanās no seksa. Pozitīva ķermeņa tēls tika saistīts ar lielāko seksuālo aktivitāti, optimismu un funkcionēšanu (Fauerbach, et al., 2000, kā minēts Pujols et al., 2010).

Apmierinātība ar sava ķermeņa tēlu ir saistīta ar lielāku komfortu ar savu ķermeni seksa laikā, biežāka iesaistīšanās seksuālajā darbībā un seksuālo aktivitāšu iniciēšana sievietēm, kā arī lielāks orgasmu skaits (Ackard, Kearney-Cooke, Peterson, 2000, kā minēts Pujols et al.,

2010). Tika pierādīts, ka attiecības starp ķermeņa tēlu un seksualitāti ne vienmēr ir saistīti ar ķermeņa reālo izmēru. Ķermeņa izmēra uztvere sievietēm, nevis reāls izmērs ietekmē sieviešu seksuālo pieredzi (Weaver, Byers, 2006, kā minēts Pujols et al., 2010).

Veicot pētījumu Y. Pujolsa, C. M. Mestone, B. N. Seala atlasīja 154 sievietes, vecumā no 18 līdz 49 gadiem ar vidēji 15,5 izglītības gadiem, kuras bija romantiskās attiecībās. Tika noskaidrots, ka pārlicība par ķermeni kopumā un domas par ķermeņa izskatu seksa laikā augsti korelē ar seksuālas apmierinātības kopējām ballēm. Pētot ķermeņa tēlu tika izmantota Ķermeņa Pārlicības Skala (angl. Body Esteem Scale), kura sastāv no trīs apakšskalām (Franzoi, Shields, 1984, kā minēts Pujols et al., 2010). Pirmā bija svāra apakšskala, kura sastāv no ķermeņa daļām, kuru izskatu var mainīt ar vingrinājumu palīdzību un kurus ir viegli redzēt (piemēram, vēders, ciska). Fiziskā stāvokļa apakšskala sastāv no vienībām, saistītām ar fiziskām īpašībām, kurus nav viegli redzēt (piemēram, fiziskā noturība, koordinācija). Seksuālās pievilcības apakšskala satur vienības, kuras nevar mainīt ar vingrinājumiem un kuras bieži tiek saistītas ar fizisko pievilcību (piemēram, krūtis, seja). Tika konstatēts, ka vienības, kuras tika iekļautas pirmā un pēdējā apakšskalā ir cieši saistītas ar seksuālo apmierinātību. Arī vienības, kuras tika iekļautas otrajā apakšskalā tika saistītas ar seksuālo apmierinātību, bet mazākā mērā. Vajag pieminēt, ka neskatoties uz to, ka daudzām sievietēm bija pārlietu liels svārs un vairāk nekā trešajai daļai no sievietēm bija fiziska vai psiholoģiska rakstura problēmas, daudzas parādīja, ka viņas ir seksuāli apmierinātas (Pujols et al., 2010).

Apkopojot šo nodaļu var apgalvot, ka sievietes, kuras ir vairāk apmierinātas ar savu ķermeni, izjūt lielāko komfortu ar savu ķermeni seksa laikā, biežāk iesaistās seksuālajā darbībā un iniciē seksu, viņām ir lielāks orgasmu skaits (Ackard, Kearney-Cooke, Peterson, 2000, kā minēts Pujols et al., 2010), ka arī augstāka seksuālā apmierinātība kopumā (Pujols et al., 2010).

Dzimuma lomas

Seksuālo scenāriju teorija

Seksuālo scenāriju teorija mēģina izskaidrot seksuālas lomas, kuras sievietes un vīrieši, meitenes un zēni izmanto savās seksuālajās attiecībās (Gagnon, 1990; Gagnon & Simon, 1973; Simon & Gagnon, 1986, 1987, kā minēts Sanchez et al., 2012). Pēc seksuālo scenāriju teorijas,

lielāka daļa no seksuālās uzvedības heteroseksuālajās attiecībās atbilst noteiktam sociāli definētam scenārijam, kas atspoguļo kultūras normas. Dominējošais kultūras scenārijs sagaida no vīriešiem seksuālo aktivitāšu uzsākšanu un vadīšanu. Pēc šī scenārija vīrieši determinē seksuālo aktivitāšu gaitu un izvēli (Blumstein & Schwartz, 1983; Byers, 1996; Lawrence, Taylor, & Byers, 1996; Lips, 1981; Rutter & Schwartz, 2000; Sprecher & McKinney, 1993, kā minēts Sanchez et al., 2012). Kontrastā, heteroseksuālām sievietēm jābūt vairāk pasīvām seksuālo aktivitāšu laikā, kas paredz pakļaušanos vīriešu vēlmēm, ka arī viņu iniciatīvas sagaidīšanu (Gagnon & Simon, 1973; Rutter & Schwartz, 2000; Tevlin & Leiblum, 1983, kā minēts Sanchez et al., 2012). Kultūras scenārijs piedāvā veidu kā vīrieši un sievietes var mijiedarboties seksuālā kontekstā, ka arī prizmu, caur kuru vīrieši un sievietes var uztvert un emocionāli reaģēt uz seksuālo uzvedību (Gagnon, 1990, kā minēts Sanchez et al., 2012). Tradicionāls kultūras scenārijs nosaka seksuālās mijiedarbības fāzes (piemēram, LaPlante, McCormick, & Brannigan, 1980, kā minēts Sanchez et al., 2012), stilus kā piesaistīt seksuālo partneri (piemēram, Perper & Weis, 1987, kā minēts Sanchez et al., 2012), seksuālo iniciatīvu un pārrunas par drošu seksu (Amaro, 1995; Wingood & DiClemente, 1998, kā minēts Sanchez et al., 2012). Tradicionālie seksuālie scenāriji vairāk ietekmē attiecības partneru piesaistīšanas fāzē un attiecību sākumā. Kaut gan attiecībām attīstoties lielāks uzsvars var tikt likts uz attiecību kontekstu (piemēram, zināšanas par partnera vēlmēm).

Pētījumi rāda, ka sievietes un meitenes Amerikā bieži izrāda iesaistīšanos nevēlamās seksuālās aktivitātēs, kā arī viņas mazāk iniciē seksu, nekā vīrieši (Impett & Peplau, 2003; Kiefer & Sanchez, 2007b; O'Sullivan & Allgeier, 1994, kā minēts Sanchez et al., 2012). Nav skaidrs vai šie rezultāti uzrāda uzvedību vai arī sieviešu uztveri, kas brīžiem neatbilst patiesībai. Piemēram, sievietes var redzēt sevi kā tradicionālo scenāriju un pakļaušanās lomu sekotājas, kaut gan iespējams, ka objektīvā skatījumā kaut daļa no viņu uzvedības var tikt raksturota kā dominējoša. Ir pētījumi, kuri konstatēja, ka pat tad, ja sievietes un vīrieši mainās lomām, ir varbūtība, ka viņi vēl joprojām uzskata, ka uzvedas pēc tradicionāliem scenārijiem (piemēram, McCabe, Tanner, & Heiman, 2010, kā minēts Sanchez et al., 2012), kur sievietes redz sevi kā mazāk spēcīgas lomas sekotājas seksuālajās attiecībās un vīrieši redz sevi kā lielākas varas pārstāvjus.

Pēdējo 20 gadu laikā pētnieki pamanīja dominējošo seksuālo uzvedību pieaugumu sievietēm (Kamen, 2003; O'Sullivan & Byers, 1992; Segal, 1995, 1997; Vannier &

O'Sullivan, 2011, kā minēts Sanchez et al., 2012). Kaut gan tradicionālo scenāriju sekotāju ir daudz vairāk, ko var saistīt ar tradicionālo lomu un scenāriju popularizēšanu un normalizēšanu kultūrā (piemēram, Baker, 2005; Kim et al., 2007; Wiederman, 2005, kā minēts Sanchez et al., 2012).

Tika pierādīts, ka ir mazāka varbūtība, ka sievietes izrādīs īpašības, kuras asociējas ar spēku, tādas kā dominance, uzstājība, agresivitāte un sevis reklamēšana (piemēram, Costa, Terracciano, & McCrae, 2001; Moss-Racusin & Rudman, 2010, kā minēts Sanchez et al., 2012). Lielāka varbūtība, ka sievietes izrādīs īpašības, kuras ir saistītas ar pasivitāti, tādas kā paklausība, piekāpšanās, audzinātību (piemēram, Carli, 1989, 1990; Feingold, 1994, kā minēts Sanchez et al., 2012). Tas nenozīmē, ka sievietes nekad neizrāda spēku vai agresivitāti. Saskaņā ar tradicionāliem scenārijiem, sievietes un vīrieši uzskata, ka ir vairāk pievilcīgi, kad vīrieši izrāda dominējošas īpašības, kuras tiek asociētas ar vīrišķību un sievietes izrāda vairāk pasīvas īpašības, kas tiek asociētas ar sievišķību (Prentice & Carranza, 2002; Rudman, Moss-Racusin, Phelan, & Nauts, 2012, kā minēts Sanchez et al., 2012). Kad cilvēki novirzās no tradicionāliem scenārijiem viņi bieži saskaras ar nosodīšanu, kas savukārt palielina varbūtību, ka viņi sekos tradicionālām lomām nākotnē (Rudman & Fairchild, 2004, kā minēts Sanchez et al., 2012).

Tika veikti pētījumi, kuri parādīja, ka tad, kad priekšplānā izvirzās romantiskie mērķi, sievietēm ir tendence izradīt mazāk intereses pret iesaistīšanos tādu intelektuālo uzdevumu izpildē, kuri tiek asociēti ar vīrišķību, piemēram, zinātni, matemātiku un tehnoloģijas (Park, Troisi, Young, & Eastwick, 2011, kā minēts Sanchez et al., 2012). Sievietes uzrādīja sliktākus rezultātus intelekta testos, kad viņas testēja fiziski pievilcīgs vīrietis (Zanna & Pack, 1975, kā minēts Sanchez et al., 2012). Pastāv pārliecība, ka intelektuāli attīstīta, ambicioza sieviete nav seksuāli pievilcīga. Tas var kļūt par cēloni iekšējiem konfliktam starp vajadzību pret mīlestību un cieņu, kas var ietekmēt sievietes progresu. Sievietes, kuras salīdzina savus partnerus ar bruņiniekiem un varoņiem ir mazāk ieinteresētas augstākas izglītības un augstāka statusa saņemšanā, salīdzinājumā ar sievietēm, kurām tādu fantāziju nebija (Rudman & Heppen, 2003, kā minēts Sanchez et al., 2012). Sievietēm, kuras seko romantiskam scenārijam, pēc kura vīrietis ir uzskatīts par aizstāvi un apgādātāju, var būt grūtības sevi ekonomiski nodrošināt. Vīrieši, vairāk nekā sievietes, uzskata, ka situācijas, kad sievietes vēlas būt

finansiāli neatkarīgas var novest pie problēmām attiecībās, tajā skaitā seksuālām problēmām (Rudman & Fairchild, 2007, kā minēts Sanchez et al., 2012).

Sieviešu pakļaušanās un vīriešu dominances sekas

Stereotipi par dzimuma lomām ierobežo sievietes un vīriešus abu dzimumu pieredzes saņemšanā. Cieša sekošana vienam scenārijam un sevis ierobežošana tā ietvaros psiholoģiski ietekmē indivīdu tik lielā mērā, cik šis scenārijs nesakrīt ar viņa personiskajām vēlmēm. Pakļaušanās loma sievietēm Amerikā ir uzskatīta par šķērsli brīvi izpaust sevi seksuāli (Sanchez, Crocker, & Boike, 2005, kā minēts Sanchez et al., 2012). Pakļaušanās loma sievietēm mazina viņas seksuālo autonomiju un seksuālo apmierinātību gan viņai, gan viņas partnerim (Kiefer & Sanchez, 2007b; Sanchez et al., 2006, kā minēts Sanchez et al., 2012).

Tika konstatēts, ka sievietes Pakļaušanās loma negatīvi ietekmē viņu un viņas partneri pat tādā gadījumā, kad tiek fiksēts seksuāls uzbudinājums, seksuāla interese un apmierinātība ar attiecībām (Kiefer & Sanchez, 2007b, kā minēts Sanchez et al., 2012). Kaut gan tika pierādīts, ka Pakļaušanās loma ir vairāk saistīta ar vēlmes trūkumu (Kiefer & Sanchez, 2007b, kā minēts Sanchez et al., 2012).

Par seksuālo autonomiju tiek saukta pakāpe, kurā indivīds uzskata, ka viņš kontrolē vai var ietekmēt, izvēlēties seksuālas mijiedarbības gaitu. Apziņa, ka indivīds kontrolē darbības un viņa pārlicība sevī sekmē seksuālo pārlicību, seksuālo funkcionēšanu un drošo seksu (Sprecher & Regan, 2000; Tevlin & Leiblum, 1983; Weinberg, Swensson, & Hammersmith, 1983, kā minēts Sanchez et al., 2012).

No seksuālās autonomijas gūst labumu gan vīrieši, gan sievietes (Smith, 2007, kā minēts Sanchez et al., 2012).

Kā tiek veidotas dzimuma lomas

Bērnībā meitenes un zēni izjūt lielu spiedienu no vienaudžu, vecāku puses un citiem uzvedības modeļiem, kas liek viņiem adaptēt dzimuma lomas (piemēram, Egan & Perry, 2001, kā minēts Sanches et al., 2012). Izaugot, sievietes un vīrieši turpina sekot dzimuma lomām, jo baidās no nosodīšanas šo lomu neievērošanas gadījumā. Darbavietās sievietes, kuras ir spēcīgākas un vairāk sevi reklamē tiek uztvertas kā mazāk patīkamas un tiek mazāk uzņemtas

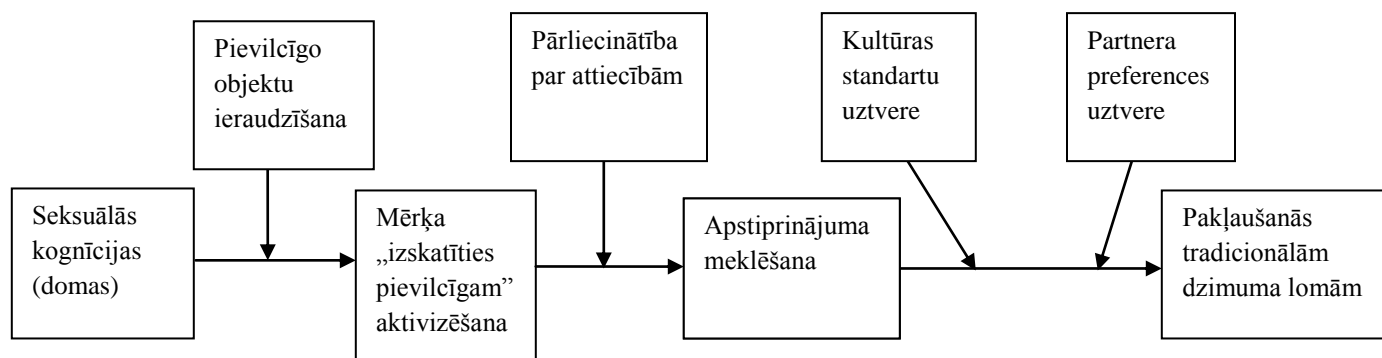
darbā (Rudman, 1998; Rudman & Glick, 1999, 2001; Rudman et al., 2012, kā minēts Sanchez et al., 2012).

Sievietes baidās no nosodīšanas par pārliecinātību seksuālos aspektos, jo tas var norādīt uz viņu velmi pēc seksa vai par seksuālo pieredzi (Tolman, 1994, kā minēts Sanchez et al., 2012). Sabiedrībā sievietes, kuras izrāda seksuālo interesi nosoda un vīriešus, kuri izrāda seksuālo dominanci un vēlmi uzskata par vīrišķīgiem un atbalsta (Holland, Ramazanoglu, Sharpe, & Thomson, 1996; Jackson & Cram, 2003; Lees, 1993, kā minēts Sanchez et al., 2012). Sabiedrība nosoda sievietes, ja viņām ir daudz seksuālo partneru (Milhausen & Herold, 1999, kā minēts Sanchez et al., 2012).

Vai sekošana tradicionālajām dzimuma lomām vienmēr asociējas ar negatīvo pieredzi? Noteikta cilvēku daļa izvēlas šīs lomas savu vēlmju dēļ, nevis sociālo ietekmju varā. Pakļaušanās loma var neizraisīt problēmas seksa laikā, kad tā sakrīt ar indivīda vēlmēm, kas var būt raksturīgs gan sievietēm, gan vīriešiem. Pakļaušanās loma negatīvi ietekmē seksuālo apmierinājumu tikai tad, kad tā neatbilst individuālajam vēlmēm, kaut gan tā nevar paredzēt arī augstu seksuālas apmierinātības līmeni. Pakļautības lomas trūkums vai tās maza izpausme pozitīvi ietekmē attiecības (Sanchez, 2012).

Dzimuma lomu saskaņas seksuālo kognīciju modelis

Dzimuma lomu saskaņas seksuālo kognīciju modelis (angl. Sexual cognition model of gender-role conformity) tika izstrādāts, lai saprastu kā indivīds nonāk līdz tradicionālo scenāriju adaptēšanai.



1. Shēma. Dzimuma lomu saskaņas seksuālo kognīciju modelis

Balstoties uz dzimuma lomu saskaņas seksuālo kognīciju modeli, seksuālās kognīcijas (domas par seksu) aktivizē mērķus izskatīties pievilcīgām un vēlamām, īpaši ja romantiskais objekts ir klāt (fiziski tiek ieraudzīts vai arī kognitīvi pastāv cilvēka prātā). Par romantisko objektu var saukt gan pašreizējo partneri, gan potenciālo partneri. Kad sievietei vai vīrietim ir mērķis izskatīties pievilcīgam, viņi sāk prezentēt sevi tādā veidā, lai saņemtu atzinību no objekta puses (Morier & Seroy, 1994; Zanna & Pack, 1975, kā minēts Sanchez et al., 2012). Lai saņemtu atzinību indivīdi prezentē savas īpašības un fiziskos raksturojumus, kuri tiek uzskatīti par vēlamajiem (Zanna & Pack, 1975, kā minēts Sanchez et al., 2012). Domas par romantiskām attiecībām automātiski aktivizē domas par savu ārējo izskatu sievietēm, kuras ir motivētas piesaistīt partneri (Sanchez & Broccoli, 2008, kā minēts Sanchez et al., 2012).

Vadoties pēc modeļa, saikni starp mērķi būt pievilcīgam un stratēģijām, kuras indivīds izmanto, lai saņemtu apstiprinājumu tam, ka viņš ir pievilcīgs, ietekmē pārliecības par attiecībām kopumā. Piemēram, sievietes, kuras atrodas ilgstošās attiecībās biežāk iniciē seksuālas attiecības, jo nebaidās no partnera nosodījuma, jo zina kā viņš reagēs, zina kādas ir viņa vēlmes un pārliecības (Vannier & O'Sullivan, 2011, kā minēts Sanchez et al., 2012). Sievietes ar nedrošo piesaisti vairāk iesaistās pakļāvīgā uzvedībā (piemēram, piekrt nevēlamam seksam), jo baidās zaudēt attiecības (Impett & Peplau 2002, kā minēts Sanchez et al., 2012). No tā var secināt, ka cilvēki brīvāk novirzās no tradicionālajām seksuālām lomām, ja viņi ir pārliecināti par savu partneru mīlestību un atbalstu (viņi ir pārliecināti par attiecībām), viņi ir pārliecināti, ka partneris nenosodīs viņu rīcību (Sanchez, 2012).

Apstiprinājuma meklēšana noved pie sekošanas tradicionālajām dzimuma lomām, kas paredz to, ka sievietēm jābūt pakļautīgām un vīriešiem - dominējošiem, tā to pieprasa kultūras normas. Vadoties pēc tradicionālam dzimuma lomām attiecību sākumā indivīds pieņem, ka partneris dod priekšroku vispārpieņemtām pārliecībām, normām un uzvedas atbilstoši tām (Sanchez et al., 2012). Ja partneris izsaka netradicionālas pārliecības, vēlmes, tad ir lielāka varbūtība ka indivīds novirzīsies no tradicionālajām dzimuma lomām, lai saņemtu partnera atzinību (Morier & Seroy, 1994, kā minēts Sanchez et al., 2012).

Apkopojot šo nodaļu, mēs varam secināt, ka klasiskas, sabiedrībā pieņemtas dzimuma lomas ierobežo sievietes un vīriešus abu dzimumu pieredzes saņemšanā. Cieša sekošana vienam scenārijam un sevis ierobežošana tā ietvaros psiholoģiski ietekmē indivīdu tik lielā mērā, cik šis scenārijs nesakrīt ar viņa personiskajām vēlmēm. Pakļaušanās loma sievietēm

mazina viņas seksuālo autonomiju un seksuālo apmierinātību gan viņai, gan viņas partnerim (Kiefer & Sanchez, 2007b; Sanchez et al., 2006, kā minēts Sanchez et al., 2012).

1983.gadā tika veikts pētījums, lai noskaidrot saistību starp sieviešu dzimuma lomām, viņu ķermeņa tēliem un seksuālo apmierinātību (Kimlicka, Cross, & Tarnai, 1983). Tika konstatēts, ka sievietēm ar androgēnām un vīrišķīgām dzimuma lomām seksuālā apmierinātība un ķermeņa tēla pieņemšanas rādītāji ir augstāki, nekā sievietēm ar sievišķīgām dzimuma lomām. Šos rezultātus autori skaidro ar to, ka sievietes ar sievišķīgām dzimuma lomām ir vieglāk ietekmējamas un pasīvas, savukārt sievietes ar androgēnām un vīrišķīgām dzimuma lomām ir vairāk pārliecinātas par sevi.

Pēc visiem pētījumiem, kurus es aprakstīju iepriekš var pieņemt, ka dzimuma lomas sievietēm ir saistītas ar to kā viņas pieņem savu ķermeni un arī ar viņu seksuālo apmierinātību. Kā arī ķermeņa tēls un seksuālā apmierinātība ir savstarpēji saistīti konstrukti. Balstoties uz iepriekšējiem pētījumiem tika definēta pētījuma hipotēze - *Sievietēm ar izteiktāku vīrišķību ir augstāka apmierinātība ar savu ķermeni un seksuālā apmierinātība, nekā sievietēm ar izteiktākām sievišķīgām dzimuma lomām.*

METODE

Pētījuma dalībnieki

Izlase tika veidota pēc nejaušības principa. Pētījumā piedalījās 102 sievietes. Respondentu vecums bija no 18 līdz 39 gadiem. Vidējais vecums bija 24,9 gadi. Visi respondenti aptaujas veikšanas laikā atradās heteroseksuālās attiecībās. 71 sieviete bija neprecējusies, 10 precējušās, bez bērniem, 10 precējušās, ar bērniem, 1 šķīrusies un 10 izvēlējās citu variantu, neprecizējot savu ģimenes stāvokli. Respondenti atšķiras pēc attiecību ilguma laika. 37 sievietes atradās attiecībās mazāk par gadu, 12 - no 1 līdz 2 gadiem un 53 - vairāk par 2 gadiem. Sievietes bija dažādas pēc tautības. Lielākā daļa no respondentiem bija no Rīgas (83 sievietes), 1 no Daugavpils, 2 no Jūrmalas, 2 no Jelgavas un 7 respondenti atzīmēja Rīgas rajonu un 7 citu pilsētu vai mazpilsētu. Respondenti atšķiras pēc izglītības līmeņa. 7 respondentiem bija vidēja izglītība, 8 - vidēja profesionāla izglītība, 22 - nepabeigtā augstākā izglītība, 41 - bakalaura grāds, 16 - maģistra grāds, 8 - augstākā profesionālā. Izlases veidošana notika pēc brīvprātības principa.

Instrumentārijs

Dzimuma lomu noskaidrošanai tika izmantota "S. Bemam dzimumlomu aptaujas īsā forma" (Bem Sex-Role Inventory short form, /BSRI/, Bem, S., 1981). Metodika iegūta no M. Brices maģistra darba "Ķirurgu dzimumstereotipi: auto- un hetero- stereotipu salīdzinājums." (2003). Aptauja sastāv no 30 īpašību saraksta, kuras jānovērtē pēc 7 punktu Likerta skalas. Aptauja ietver vīrišķības un sievišķības skalas. Aptaujas Kronbaha alfas koeficients ir 0,89.

Seksuālās apmierinātības mērīšanai. "Seksuālās apmierinātības aptauja" (Sexual Satisfaction Scale /SSS/ Derogatis & Melisaratos, 1979; Young, Denny, Luquis, & Young, 1998). Latvijā adaptāciju veikusi K. Medne (2010). Metodika iegūta no K. Mednes maģistra darba "Autovadītāju seksuālās apmierinātības saistība ar agresīvu un bīstamu braukšanu." (2010). Aptauja sastāv no 10 apgalvojumiem, kurus jānovērtē pēc 5 punktu Likerta skalas. Aptaujas Kronbaha alfas koeficients ir 0,90.

Lai novērtētu apmierinātību ar savu ķermeni tika izmantota "Ķermeņa daļu novērtēšanas aptauja", kuru izstrādāja Anda Bērziņa maģistra darba "8-10 gadus vecu bērnu ķermeņa paštēla saistība ar mātes ķermeņa paštēlu un attieksmi pret bērna ķermeņa izskatu." ietvaros (2011). Aptauja sastāv no 9 apgalvojumiem par noteiktām ķermeņa daļām (seja, kakls, rokas,

krūtis, vēders, gurni, sēžamvieta, augšstilbi, apakšstilbi, ķermenis), kas jānovērtē pēc 5 punktu Likerta skalas, kur 1 ir nemaz nepatīk, bet 5 ir pilnībā patīk. Aptaujas Kronbaha alfas koeficients ir 0,91. Tika izmantota arī “Ķermeņa attēlu novērtēšanas aptauja” (Figure Rating Scale, Collins, 1991). Metodi Latvijā adaptējusi Anda Bērziņa maģistra darba “8-10 gadus vecu bērnu ķermeņa paštēla saistība ar mātes ķermeņa paštēlu un attieksmi pret bērna ķermeņa izskatu.” ietvaros (2011). Aptauja sastāv no 7 bērnu un 7 pieaugušo abu dzimuma attēliem, kur attēls nr. 1 ir ar izteikti pazeminātu svaru, bet attēls nr. 7 ar izteikti palielinātu svaru. Respondentam atbildot uz jautājumiem lūdz izvēlēties vienu no attēliem, kurš visvairāk atbilst viņa domām. Pētījumā tika izmantotas pieaugušas sievietes attēli no aptaujas un divi jautājumi. 1. Kurš attēls visvairāk izskatās kā Jūs? 2. Kurš attēls visvairāk izskatās tā kā Jūs gribētu izskatīties?

Procedūra

Aptaujas tika aizpildītas anonīmi internetā, jo, ņemot vērā tēmas specifiku daudziem respondentiem būs ērtāk, drošāk to darīt vienatnē.

REZULTĀTI

Sieviešu izlases dzimuma lomu, apmierinātību ar ķermeņa daļām, ķermeņa tēlu un seksuālas apmierinātības aprakstošo statistiku (vidējie aritmētiskie, standartnovirzes, minimālās un maksimālās vērtības) var redzēt 1.tabulā.

1.tabula.

Sieviešu izlases dzimuma lomu, apmierinātības ar ķermeņa daļām un ķermeņa tēlu, seksuālās apmierinātības aprakstošas statistikas rādītāji

Sievietes (n=102)				
	M	SD	Min	Max
Sievišķības skala	5,39	0,9	3,3	7
Vīrišķības skala	4,50	1,1	2,3	7
Apmierinātība ar ķermeņa daļām	37,92	7,7	10	50
Apmierinātība ar ķermeņa tēlu	0,76	1,2	0	6
Seksuālā apmierinātība	40,79	7,8	10	50

Lai pārbaudītu saistības starp sievišķības un vīrišķības skalām un apmierinātību ar ķermeņa daļām, apmierinātību ar ķermeņa tēlu un seksuālo apmierinātību tika izmantots neparametriskas statistikas Spirmena korelācijas koeficients, jo aptaujām nav normālā sadalījuma. Tika konstatēts, ka pastāv statistiski nozīmīga saistība starp sievišķības skalu, apmierinātību ar ķermeņa daļām un seksuālo apmierinātību. Pastāv statistiski nozīmīga korelācija arī starp vīrišķības skalu un apmierinātību ar ķermeņa daļām. Starp sievišķības skalu un apmierinātību ar ķermeņa tēlu statistiski nozīmīgu saistību nav. Ka arī starp vīrišķības

skalu, apmierinātību ar ķermeņa tēlu un seksuālo apmierinātību nav statistiski nozīmīgu saistību (skat.2.tabulu).

2.tabula.

Dzimumlomu aptaujas skalu, ķermeņa daļu novērtēšanas aptaujas, ķermeņa tēlu novērtēšanas aptaujas un seksuālās apmierinātības aptaujas rezultātu korelācija sievietēm

Mainīgie lielumi	Apmierinātība ar ķermeņa daļām	Apmierinātība ar ķermeņa tēlu	Seksuālā apmierinātība
Sievišķības skala	0,20*	0,07	0,32*
Vīrišķības skala	0,29*	0,01	0,18

n=102; *p < 0,05, **p < 0,01

Lai pārbaudītu cik lielā mērā sievišķības un vīrišķības skalu rādītāji var izskaidrot apmierinātību ar ķermeņa daļām, tika veikta Stepwise regresijas analīze. Regresijas koeficientus starp sievišķības un vīrišķības skalām un apmierinātību ar ķermeņa daļām var redzēt 3.tabulā. Pēc regresijas analīzes rezultātiem var secināt, ka izteiktie sievišķības rādītāji izskaidro apmierinātību ar ķermeņa daļām par 10% ($R^2=0,10$) un izteiktie vīrišķības rādītāji izskaidro apmierinātību ar ķermeņa daļām par 14,9% ($R^2=0,15$).

3.tabula.

Regresijas analīze apmierinātībai ar ķermeņa daļām

	B	SE B	Beta
Sievišķības skala	23,69	4,33	
	2,63	0,80	0,37
Vīrišķības skala	18,98	4,66	
	1,65	0,79	0,37

Lai pārbaudītu saistības seksuālo apmierinātību, apmierinātību ar ķermeņa daļām un apmierinātību ar ķermeņa tēlu tika izmantots neparametriskās statistikas Spirmena korelācijas

koeficients, jo aptaujām nav normālā sadalījuma. Tika konstatēts, ka pastāv statistiski nozīmīga saistība starp seksuālo apmierinātību un apmierinātību ar ķermeņa daļām. Starp seksuālo apmierinātību un ķermeņa tēlu nav statistiski nozīmīgu saistību (skat. 4.tabulu).

4.tabula.

Ķermeņa daļu novērtēšanas aptaujas, ķermeņa attēlu novērtēšanas aptaujas un seksuālās apmierinātības aptaujas rezultātu korelācija sievietēm

Mainīgie lielumi	Apmierinātība ar ķermeņa daļām	Apmierinātība ar ķermeņa tēlu
Seksuālā apmierinātība	0,27**	0,09

n=102; *p < 0,05, **p < 0,01

Lai pārbaudītu cik lielā mērā sievišķības skalas rādītājiem apmierinātība ar ķermeņa daļām var izskaidrot seksuālo apmierinātību, tika veikta Stepwise regresijas analīze. Regresijas koeficientus starp sievišķības skalu, apmierinātības ar ķermeņa daļām skalas un seksuālo apmierinātību var redzēt 5.tabulā. Pēc regresijas analīzes rezultātiem var secināt, ka izteiktie sievišķības skala rādītāji izskaidro seksuālo apmierinātību par 18,9% ($R^2=0,19$) un apmierinātības ar ķermeņa daļām skalas rādītāji izskaidro seksuālo apmierinātību par 12% ($R^2=0,12$).

5.tabula.

Regresijas analīze seksuālai apmierinātībai

	B	SE B	Beta
Sievišķības skala	21,01	4,16	
	3,67	0,76	0,43
Apmierinātība ar ķermeņa daļām	27,47	3,67	
	0,35	0,09	0,35

Analizējot rezultātus var secināt, ka izteiktākie sievišķības rādītāji spēj lielākā mērā izskaidrot seksuālo apmierinātību, nekā izteiktāki vīrišķības rādītāji. Izteiktākie vīrišķības rādītāji spēj lielākā mērā izskaidrot apmierinātību ar ķermeņa daļām, nekā sievišķības rādītāji. Kā arī apmierinātība ar ķermeņa daļām spēj izskaidrot seksuālo apmierinātību. Jo lielāka ir apmierinātība ar savu ķermeni, jo lielāka ir seksuālā apmierinātība.

DISKUSIJA

Pētījuma mērķis bija noskaidrot vai tradicionālie dzimuma scenāriji sievietēm, kas ir izteiktākie sievišķības rādītāji (Sanchez et al., 2012), var būt lielākā mērā saistīti ar neapmierinātību ar ķermeņa tēlu un seksuālo neapmierinātību, nekā izteiktākie vīrišķības rādītāji. Ņemot vērā ķermeņa tēla plašo konstruktus, tika izmantotas divas aptaujas. Viena mēra apmierinātību ar ķermeņa daļām, otrā mēra apmierinātību ar ķermeņa tēlu kopumā. Lielākai daļai no respondentu grupas bija izteiktākie sievišķības rādītāji. Vidējais sievišķības izteiktības rādītājs ir 5,39 un vīrišķības izteiktības rādītājs ir 4,50. Kad dzimuma lomu skala pārsniedz robežu 4,9, indivīds tika klasificēts kā izteiktās sievietes vai vīriešu lomu pārstāvis, atkarībā no skalas. Vadoties pēc šiem rezultātiem sievišķības skala var tikt klasificēta kā dominējoša. Ka arī kopumā sievietes parādīja apmierinātību ar savām seksuālām attiecībām. Vidējais seksuālas apmierinātības rādītājs ir 40,79 un 50 ir maksimālā vērtība, līdz ar ko var secināt, ka respondentu seksuālais apmierinājums ir virs vidēja. Pētījuma rezultāti parādīja, ka izteiktākie sievišķības rādītāji spēj lielākā mērā izskaidrot seksuālo apmierinātību, nekā izteiktākie vīrišķības rādītāji, kaut gan iepriekšējie pētījumi parādīja pretējus rezultātus. Sievišķības skalas un seksuālas apmierinātības saistība $r_s=0,32$, kas norāda uz statistiski nozīmīgu korelāciju. Ka arī sievišķības skala spēj izskaidrot seksuālo apmierinātību par 18,9%. Kaut gan, vadoties pēc iepriekšējiem pētījumiem, tika konstatēts, ka sievietēm ar androgēnam un vīrišķīgām dzimuma lomām seksuālas apmierinātības rādītāji ir augstāki, nekā sievietēm ar sievišķīgām dzimuma lomām (Sanchez et al., 2012).

Izteiktākie vīrišķības rādītāji ir saistīti ar lielāko apmierinātību ar ķermeņa tēlu, nekā izteiktākie sievišķības rādītāji. Korelācija starp vīrišķības skalu un apmierinātību ar ķermeņa daļām $r_s=0,29$ un starp sievišķības skalu un apmierinātību ar ķermeņa daļām $r_s=0,20$. Vīrišķības skala spēj izskaidrot apmierinātību ar ķermeņa daļām par 14,9% un sievišķības skala spēj izskaidrot apmierinātību ar ķermeņa daļām par 10%. Tas sakrīt ar iepriekšējo pētījumu rezultātiem, kuri apgalvo, ka sievietēm ar androgēnam un vīrišķīgām dzimuma lomām ķermeņa tēla pieņemšanas rādītāji ir augstāki, nekā sievietēm ar sievišķīgām dzimuma lomām (piemēram, Ackard, Kearney-Cooke, Peterson, 2000, kā minēts Pujols et al., 2010). Šos rezultātus autori skaidro ar to, ka sievietes ar sievišķīgām dzimuma lomām ir vieglāk ietekmējamas un pasīvas, savukārt sievietes ar androgēnam un vīrišķīgām dzimuma lomām ir vairāk pārliecinātas par sevi (Kimlicka, Cross, & Tarnai, 1983).

Šī pētījuma rezultāti parāda, ka pastāv saistība starp apmierinātību ar ķermeņa tēlu un seksuālo apmierinātību $r_s=0,27$. Apmierinātības ar ķermeņa daļām skalas rādītāji izskaidro seksuālo apmierinātību par 12%. Par to liecina arī pētījumi, kuri tika veikti agrāk. Pēc iepriekšējo pētījumu rezultātiem, sievietes, kuras ir vairāk apmierinātas ar savu ķermeni izjūt lielāku komfortu ar savu ķermeni sekса laikā, biežāk iesaistās seksuālajā darbībā un iniciē seksu, viņām ir lielāks orgasmu skaits (Ackard, Kearney-Cooke, Peterson, 2000, kā minēts Pujols et al., 2010), ka arī augstāka seksuālā apmierinātība kopumā (Pujols et al., 2010). Lai novērtēt izlases apmierinātību ar savu ķermeni tika izmantotas divas aptaujas. Ķermeņa daļu novērtēšanas aptauja tika izmantota, lai noskaidrotu respondentu attieksmi pret dažādām sava ķermeņa daļām, ka arī ķermeni kopumā un ķermeņa attēlu novērtēšanas aptauja tika izmantota, lai noskaidrotu respondentu attieksmi pret savu un citu cilvēku ārējo izskatu. Divu aptauju izmantošana dod iespēju apskatīt ķermeņa tēlu plašāk, no divām perspektīvām.

Rezultātus par dzimuma lomām un seksuālo apmierinātību var skaidrot no dažādam pozīcijām. Kā tika minēts iepriekš, daži autori apgalvoja, ka stereotipi par dzimuma lomām ierobežo sievietes un vīriešus abu dzimumu pieredzes saņemšanā un cieša sekošana vienam scenārijam un sevis ierobežošana tā ietvaros psiholoģiski ietekmē indivīdu tik lielā mērā, cik šis scenārijs nesakrīt ar viņa personiskajām vēlmēm. Kaut gan noteikta cilvēku daļa izvēlas šīs lomas savu vēlmju dēļ, nevis sociālo ietekmju varā. Pakļaušanās loma var neizraisīt problēmas sekса laikā, kad tā sakrīt ar indivīda vēlmēm, kas var būt raksturīgs gan sievietēm, gan vīriešiem. Pakļaušanās loma negatīvi ietekmē seksuālo apmierinātību tikai tad, kad tā neatbilst individuālajām vēlmēm, kaut gan tā nevar paredzēt arī augstu seksuālās apmierinātības līmeni. Pakļaušanas loma ir raksturīga sievietēm ar izteiktākiem sievišķības rādītājiem (Sanchez, 2012). Sievietēm Latvijā ir raksturīgi izteiktie sievišķības rādītāji un varētu pieņemt, ka arī pakļaušanas loma, ka daļa no sievišķīgas lomas. Šis fenomens varētu būt saistīts ar to, ka feminisma idejas nav tik populāras Latvijā, ka tas ir citās valstīs. Veiko Spolītis to skaidro to tādas pozīcijas: „Pirmkārt, sabiedrībā feminisms tiek uztverts kā elitāra kustība. Apstākļos, kur uzticība valdības institūcijām ir nepārtraukti zema, kur vidusslānis joprojām veidojas un ekonomiska nevienlīdzība turpinās, dzimumu līdztiesības projekti tiek uzskatīti par otršķirīgiem. Otrkārt, plašākā sabiedrībā informācija par feminismu tiek sasaistīta ar padomju režīma savdabīgo dzimumu līdztiesības mantojumu. Treškārt, feminisms Latvijas sabiedrībā tradicionāli tiek saistīts ar Rietumeiropas sieviešu kustību, jo Latvijas feministu kustība ir

salīdzinoši jauna. Sava laikmeta progresīvās pārstāves Aspazija, Zenta Mauriņa un Regīna Ezera sabiedrības apziņā nesaistās ar feminisma emancipācijas ideāliem.”

Ir daži aspekti, kurus varētu uzlabot šajā pētījumā. Pētījuma grupas respondenti atšķiras pēc vecuma, izglītības līmeņiem, ģimenes stāvokļa, attiecību ilguma, tautības, nodarbošanās. Iepriekšējie pētījumi parāda, ka šie mainīgie lielumi var būt saistīti ar seksuālo apmierinātību un apmierinātību ar ķermeņa tēlu, līdz ar to šos rādītājus jāņem vērā un jākontrolē (Fahn, & Swank, 2010). Piemēram, Amerikā tika veikts pētījums, kura mērķis bija salīdzināt afroamerikāņu un balto sieviešu ķermeņa tēlu un pašcieņu. Afroamerikāņu sievietes uzrādīja izteiktākos vīrišķības rādītājus, ka arī lielāko apmierinātību ar savu ķermeņa tēlu, nekā baltas sievietes (Molloy, & Herzberger, 1998). Šie rezultāti apstiprina domu, ka etniskā piederība var ietekmēt mainīgos lielumus. Cits pētījums uzrāda, ka seksuālā apmierinātība un apmierinātība ar ķermeņa tēlu ir cieši saistīti ar sieviešu vecumu. Jo vecāka ir sieviete, jo korelācija starp apmierinātību ar ķermeņa tēlu un seksuālo apmierinātību ir zemāka (Pujols, Meston, & Seal, 2009). Tika konstatēts, ka sievietes ar zemāko izglītības līmeni, ka arī jaunākas sievietes uzrāda zemāko seksuālo apmierinātību un augstāko seksuālo aktivitāti (Fahn, & Swank, 2010).

Iespējams, ka arī izlases apjoms nav pietiekami liels, jo bija daudz vairāk sieviešu, kurām ir izteiktākie sievišķības rādītāji, nekā sievietes, kurās ir izteiktākie vīrišķības rādītāji.

Šajā pētījumā sievietes aizpildīja aptauju par savām dzimuma lomām, kaut gan būtu svarīgi saprast ne tikai lomas, bet arī to cik lielā mērā sievietes ir apmierinātas ar tām, cik lielā mērā tie atbilst viņu personīgām vēlmēm un cik daudz tas ir sociāli vēlamas.

Šo pētījumu varētu paplašināt iekļaujot arī homoseksuālos respondentus. Iepriekšējie pētījumi parādīja, ka nevar attiecināt heteroseksuālas normas uz visām attiecībām (Holmberg, Blair, & Phillips, 2010). Sievietes homoseksuālās attiecībās uzrāda mazāko seksa biežumu, nekā heteroseksuālās sievietes (Blumstein & Schwartz, 1983; Lever, 1995, kā minēts Holmberg, Blair, & Phillips, 2010), ka arī tika konstatēts, ka viņas novērtē emocionālo intimitāti vai juteklību vairāk nekā fizisko baudu (Nichols, 2004; Rothblum, 1994; Holmberg, Blair, & Phillips, 2010).

Būtu vērtīgi iekļaut nākamajos pētījumos arī vīriešus, tas dotu iespēju runāt par lielāko populāciju, jo iepriekšējie pētījumi uzrāda, ka pastāv gan līdzības, gan atšķirības šajās grupās attiecībā pret seksuālo apmierinātību. Piemēram, pētījums, kurš tika veikts Austrālijā parādīja, ka tikai 46% vīriešu un 58% sieviešu ir apmierināti ar patreizējo seksa biežumu savā dzīvē. Gandrīz visi vīrieši gribēja palielināt seksa biežumu un tikai divas trešdaļas no sievietēm

gribēja to pašu. Atšķiras arī laiks, kuru abu dzimuma pārstāvji gribēja veltīt seksam un seksuālo mijiedarbību veidi (Smith, Lyons, Ferris, Richiers, Pitts, Shelley, & Simpson, 2011).

Šī pētījuma rezultātus varētu izmantot individuālajā un pāra terapijā, kaut gan turpmākie pētījumi varētu paplašināt zināšanas seksuālās apmierinātības sfērā attiecībā uz populāciju Latvijā. Darbā ar klientiem būtu lietderīgi pētīt arī seksuālās apmierinātības sfēras komponentus atsevišķi, lai varētu saprast kādu tieši daļu vajadzētu uzlabot. Piemēram, tika konstatētas, ka seksuālā apmierinātība un komunikācija pozitīvi korelē (Byers, 2005). Līdz ar to, uzlabojot komunikāciju var uzlabot arī seksuālo dzīvi. Attiecību terapijā var pievērst uzmanību partneru kopīgi pavadītā laika kvalitātes un kvantitātes paaugstināšanai, problēmu risināšanas iemaņām un savstarpējai komunikācijai, negatīvu uzvedību mazināšanai un nereālistisko gaidu mainīšanai (Byers, 1999).

SECINĀJUMI

Seksuālā apmierinātība ir afektīva atbildes reakcija, kura radās no indivīda seksuālo attiecību pozitīvo un negatīvo dimensiju subjektīva novērtējuma (Lawrance, & Byers, 1995). Tas ir sarežģīts konstrukts, kurš sastāv no dažiem komponentiem. Vadoties pēc Starppersonu Seksuālas Apmierinātības Apmaiņas Modeļa, seksuālā apmierinātība balstās uz četriem galvenajiem faktoriem: līdzsvars starp seksuāliem ieguvumiem un seksuālam zaudējumiem attiecībās; veids, ka tiek salīdzināti seksuāli ieguvumi un zaudējumi ar sagaidāmo seksuālo ieguvumu un zaudējumu līmeni; uztverta seksuālo ieguvumu un zaudējumu vienlīdzība starp partneriem un attiecību neseksuālo aspektu kvalitāte (Lawrance & Byers, 1995). Lielākai indivīdu daļai seksuālā apmierinātība ir svarīgs labklājības komponents (Meston & Trapnell, 2005). Seksuālā apmierinātība ir viens no svarīgākajiem laulības stabilitātes priekšnosacījumiem gan sievietēm, gan vīriešiem (Karney & Bradbury, 1995, kā minēts Meston & Trapnell, 2005). Seksuālā apmierinātība ir saistīta arī ar ķermeņa tēlu, ko definē kā attieksmi pret sava ķermeņa izskatu, kura iekļauj emocionālo (afektīvo), kognitīvo un uzvedības komponentus (Cash & Green, 1986). Tika konstatēts, ka sievietes, kuras ir vairāk apmierinātas ar savu ķermeni, izjūt lielāko komfortu ar savu ķermeni seksa laikā, biežāk iesaistās seksuālajā darbībā un iniciē seksu, viņām ir lielāks orgasmu skaits (Ackard, Kearney-Cooke, Peterson, 2000, kā minēts Pujols et al., 2010), ka arī augstāka seksuālā apmierinātība kopumā (Pujols et al., 2010).

Iepriekšējie pētījumi parādīja, ka šie divi konstrukti ir saistīti arī ar sievietes dzimuma lomām. Vadoties pēc tradicionāliem dzimuma lomu scenārijiem, sievietēm jābūt pakļautīgām un vīriešiem - dominējošiem, kaut gan abi dzimumi var izrādīt gan sieviešu, gan vīriešu dzimumu lomas (Morier & Seroy, 1994, kā minēts Sanchez et al., 2012). Tika konstatēts, ka sievietēm ar androgēnam un vīrišķīgām dzimuma lomām seksuālas apmierinātības un ķermeņa tēla pieņemšanas rādītāji ir augstāki, nekā sievietēm ar sievišķīgām dzimuma lomām (Kimlicka, Cross, & Tarnai., 1983).

Šī pētījuma mērķis bija noskaidrot vai tradicionālie dzimuma scenāriji sievietēm, kas ir izteiktākie sievišķības rādītāji, arī Latvijā var būt lielākā mērā saistīti ar neapmierinātību ar ķermeņa tēlu un seksuālo neapmierinātību, nekā izteiktākie vīrišķības rādītāji.

Pētījumā piedalījās 102 sievietes, kuras atradās attiecībās. Respondenti aizpildīja aptaujas par dzimuma lomām, seksuālo apmierinātību, apmierinātību ar sava ķermeņa daļām un apmierinātību ar savu ķermeni anonīmi internetā. Respondenti bija dažādi pēc tautības, dzīves vietas, vecuma, izglītības, nodarbošanās, ģimenes statusa un attiecību ilguma.

Pētījuma rezultāti parādīja ka izteiktākie sievišķības rādītāji spēj lielākā mērā izskaidrot seksuālo apmierinātību, nekā izteiktāki vīrišķības rādītāji. Kā arī apmierinātība ar ķermeņa daļām spēj izskaidrot seksuālo apmierinātību. Jo lielāka ir apmierinātība ar savu ķermeni, jo lielāka ir seksuālā apmierinātība. Izteiktākie vīrišķības rādītāji spēj lielākā mērā izskaidrot apmierinātību ar ķermeņa daļām, nekā izteiktākie sievišķības rādītāji.

Saistība starp dzimuma lomām un seksuālo apmierinātību atšķiras to saistības, kura tika konstatēta iepriekšējos pētījumos, kas var būt saistīts ar to, ka noteikta cilvēku daļa izvēlas dzimuma lomas savu vēlmju dēļ, nevis sociālo ietekmju varā. Pakļaušanās loma var neizraisīt problēmas seksa laikā, kad tā sakrīt ar indivīda vēlmēm (Sanchez, 2012). Balstoties uz šo apgalvojumu, mēs varam pieņemt, ka sievietēm Latvijā ir raksturīgi izteiktie sievišķības rādītāji.

Ir daži aspekti, kurus varētu uzlabot šajā pētījumā. Būtu vēlams kontrolēt tādas mainīgos lielumus kā vecums, izglītības līmenis, ģimenes stāvoklis, attiecību ilgums, tautība, nodarbošanos. Ka arī varētu palielināt izlases apjomu. Vajadzētu pievērst uzmanību arī sieviešu apmierinātības ar viņu dzimuma lomām.

Pētījumu varētu paplašināt ar homoseksuāļu un vīriešu izlases respondentiem.

Šī pētījuma rezultātus varētu izmantot individuālajā un pāra terapijā. Darbā ar klientiem būtu lietderīgi pētīt arī seksuālās apmierinātības sfēras komponentus atsevišķi, lai varētu saprast kādu tieši daļu vajadzētu uzlabot.

IZMANTOTAS LITERATŪRAS UN AVOTU SARAKSTS

- Ackard, D. M., Kearney-Cooke, A., Peterson, C. B. (2000). Effect of body image and self-image on women's sexual behaviors. *Journal of Eating Disorders*, 28, 422–429.
- Amaro, H. (1995). Love, sex, and power: Considering women's realities in HIV prevention. *American Psychologist*, 50, 437–447.
- Baker, C. N. (2005). Images of women's sexuality in advertisements: A content analysis of black- and white-oriented women and men's magazines. *Journal of Sex Roles*, 52, 13–27.
- Blumstein, P., & Schwartz, P. (1983). *American couples: Money, work, and sex*. New York: Morrow.
- Butters, J. W., & Cash, T. F. (1987). Cognitive-behavioral treatment of women's body-image dissatisfaction. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, Vol. 55, No. 6, 889-897.
- Byers, E. S. (1996). How well does the traditional sexual script explain sexual coercion? *Journal of Psychology and Human Sexuality*, 8, 7–25.
- Byers, E. S. (1999). The interpersonal exchange model of sexual satisfaction: implication for sex therapy with couples. *Canadian Journal of Counseling*, Vol. 33:2, 95-110.
- Byers, E. (2005). Relationship satisfaction and sexual satisfaction: A longitudinal study of individuals in long-term relationships. *Journal of Sex Research*, 42, 113-118.
- Byers, E. S., Demmons, S., & Lawrance, K. (1998). Sexual satisfaction within dating relationships: A test of the Interpersonal Exchange Model of Sexual Satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15, 257-67.
- Carli, L. L. (1989). Gender differences in interaction style and influence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 565–576.
- Carli, L. L. (1990). Gender, language, and influence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 941–951.
- Cash, T. F., & Green, G. K. (1986). Body weight and body image among college women: perception, cognition, and affect. *Journal of Personality Assessment*, 50(2), 290-301.
- Cate, R., Lloyd, S., Henton, J., & Larson, J. (1982). Fairness and reward level as predictors of relationship satisfaction. *Journal of Social Psychology Quarterly*, 45, 177-81.
- Cate, R., Lloyd, S., & Long, E. (1988). The role of rewards and fairness in developing premarital relationships. *Journal of Marriage and the Family*, 50, 443-52.

- Christopher, F., & Sprecher, S. (2000) Sexuality in marriage, dating, and other relationships: A decade review. *Journal of Marriage and the Family*, 62,999–1017.
- Costa, P., Jr., Terracciano, A., & McCrae, R. R. (2001). Gender differences in personality traits across cultures: Robust and surprising findings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 322–331.
- Davidson, B. (1984). A test of equity theory for marital adjustment. *Social Psychology Quarterly*, 47,36-42.
- Dorholt, D., Noeker, M., Ranke, M., Haverkamp, F. (1999). *Body height, body image and general well-being in adult women with Turner's syndrome: Growth, stature, and psychosocial well-being* (pp. 95-103). Ashland, OH: Hogrefe & Huber Publishersp.
- Egan, S. K., & Perry, D. G. (2001). Gender identity: A multidimensional analysis with implications for psychosocial adjustment. *Journal of Developmental Psychology*, 37, 451–463.
- Fahs, B., & Swank, E. (2011). Social identities as predictors of women's sexual satisfaction and sexual activity. *Archives of Sexual Behavior*, 40, 903-914.
- Fauerbach, J., Heinberg, L., Lawrence, J., Munster, A. M., Palombo, D.A., Richter, D., Spence, R.J., Stevens, S.S., Ware, L., & Muehlberger, T. (2000). Effect of early body image dissatisfaction on subsequent psychological and physical adjustment after disfiguring injury. *Journal of Psychosomatic Medicine*, 62,576–582.
- Feingold, A. (1994). Gender differences in personality: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 116, 429–456.
- Foa, E. Z., & Foa, U .G . (1980). Resource theory: Interpersonal behavior as exchange. *Social exchange: Advances in theory and research*. New York: Plenum.
- Franzoi, S.L., & Shields, S.A (1984). The Body Esteem Scale: Multidimensional structure and sex differences in a college population. *Journal of Personal Assessment*, 48,173–178.
- Gabre, A. (2012). Statistikas apkopojums: Biežāk šķiras ar ilgu laulības stāžu. Iegūts 2013. g. 1. martā no <http://nra.lv/latvija/riga/75413-biezak-skiras-ar-ilgu-laulibas-stazu.htm>.
- Gagnon, J. H. (1990). The explicit and implicit use of the scripting perspective in sex research. *Annual Review of Sex Research*, 1, 1–44.
- Gagnon, J. H., & Simon, W. (1973). *Sexual conduct*. Chicago: Aldine.
- Gottman, J., Notarius, C , Markman, H . , Bank, S., Yoppi, B., & Rubin, M . (1976). Behavior exchange theory and marital decision making. *Journal of Personality and Social Psychology*, 34,14-23.

- Hally, C., & Pollack, R. (1993). The effects of self-esteem, variety of sexual experience, and erotophilia on sexual satisfaction in sexually active heterosexuals. *Journal of Sex Education and Therapy, 19*, 183-192.
- Hawkins, D., & Booth, A. (2005). Unhappily ever after: Effects of long-term, low-quality marriages on wellbeing. *Journal of Social Forces, 84*, 451-471.
- Holland, J., Ramazanoglu, C., Sharpe, S., & Thomson, R. (1996). Reputations: Journeying into gendered power relations. *Sexual cultures, communities, values and intimacy* (pp. 239-260). London: Macmillan.
- Holmberg, D., Blair, K.L., & Phillips, M. (2010). Women's sexual satisfaction as a predictor of well-being in same-sex versus mixed-sex relationship. *Journal of Sex Research, 47*(1), 1-11.
- Impett, E. A., & Peplau, L. A. (2002). Why some women consent to unwanted sex with a dating partner: Insights from attachment theory. *Psychology of Women Quarterly, 26*, 360-370.
- Impett, E. A., & Peplau, L. A. (2003). Sexual compliance: Gender, motivational, and relationship perspectives. *Journal of Sex Research, 40*, 87-100.
- Jackson, S. M., & Cram, F. (2003). Disrupting the sexual double standard: Young women's talk about heterosexuality. *British Journal of Social Psychology, 42*, 113-127.
- Kamen, P. (2003). *Her way: Young women remake the sexual revolution*. New York: Random House.
- Karney, B.R., & Bradbury, T.N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability; A review of theory, methods, and research. *Psychological Bulletin, 118*, 3-34.
- Kiefer, A. K., & Sanchez, D. T. (2007b). Men's sex-dominance inhibition: Do men automatically refrain from sexually dominant behavior? *Personality and Social Psychology Bulletin, 33*, 1617-1633.
- Kimlicka, T., Cross, H., & Tarnai, J. (1983). A comparison of androgynous, feminine, masculine, and undifferentiated women on self-esteem, body satisfaction, and sexual satisfaction. *Psychology of Women Quarterly, Vol. 7*(3), 291-294.
- Kim, J., Sorsoli, L., Collins, K., Zylbergold, B., Schooler, D., & Tolman, D. (2007). From sex to sexuality: Exposing the heterosexual script on primetime network television. *Journal of Sex Research, 44*, 145-157.
- LaPlante, M. N., McCormick, N., & Brannigan, G. G. (1980). Living the sexual script: College students' views of influence in sexual encounters. *Journal of Sex Research, 16*, 338-355.

- Lawrance, K., Taylor, D., & Byers, E. S. (1996). Differences in men's and women's global, sexual, and ideal-sexual expressiveness and instrumentality. *Journal of Sex Roles*, 34, 337–357.
- Lees, S. (1993). *Sugar and spice*. London: Penguin.
- Lips, H. M. (1981). *Women, men, and the psychology of power*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Lawrance, K., & Byers, E. S. (1992). Development of the Interpersonal Exchange Model of Sexual Satisfaction in long term relationships. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 1, 123-28.
- Lawrance, K., & Byers, E. S. (1995). Sexual satisfaction in long-term heterosexual relationships: The Interpersonal Exchange Model of Sexual Satisfaction. *Personal Relationships*, 2, 267-85.
- Levinger, G., & Huesman, L. R. (1980). An "incremental exchange" perspective on the pair relationship: Interpersonal reward and level of involvement. *Social exchanges: Advances in theory and research*. New York: Plenu.
- Luzi, K., Guaraldi, G., Murri, R., De Paola, M., Orlando, G., Squillace, N., Esposito, R., Rochira, V., Zirilli, L., & Martinez, E. (2009). Body image is a major determinant of sexual dysfunction in stable HIV-infected women. *Journal of Antiviral Therapy*, 14, 85–92.
- McCabe, J., Tanner, A. E., & Heiman, J. (2010). The impact of gender expectations on meanings of sex and sexuality: Results from a cognitive interview study. *Sex Roles*, 62, 252–263.
- Meston, C., & Trapnell, P. (2005). Development and validation of a five-factor sexual satisfaction and distress scale for women: the sexual satisfaction scale for women (SSS-W). *Journal of Sexual Medicine*, 2, 66-81.
- Michaels, J., Edwards, J., Acock, A. (1984). Satisfaction in intimate relationships as a function of inequality, inequity, and outcomes. *Social Psychology Quarterly*, 47, 347-58.
- Milhausen, R. R., & Herold, E. S. (1999). Does the sexual double standard still exist? Perceptions of university women. *Journal of Sex Research*, 36, 361–368.
- Molloy, B.L., & Herzberger, S.D. (1998). Body image and self-esteem: a comparison of african-american and caucasian women. *Sex roles*, Vol. 38, 102-117.
- Morier, D., & Seroy, C. (1994). The effect of interpersonal expectancies on men's self-presentation of gender role attitudes to women. *Sex Roles*, 31, 493–504.

- Moss-Racusin, C. A., Phelan, J. E., & Rudman, L. A. (2010). When men break the gender rules: Status incongruity and backlash against modest men. *Psychology of Men and Masculinity, 11*, 140–151.
- Moss-Racusin, C. A., & Rudman, L. A. (2010). Disruptions in women's self-promotion: The backlash avoidance model. *Psychology of Women Quarterly, 34*, 186–202.
- Mulhall, J., King, R., Glina, S., & Hvidsten, K. (2008). Importance of and satisfaction with sex among men and women worldwide: Results of the global better sex survey. *Journal of Sexual Medicine, 5*, 788-795.
- Nye, F. I. (1982). Family mini theories as special instances of choice and exchange theories. *Family relationships: Rewards and costs* (pp.171-83). Beverly Hills: Sage Publications.
- O'Sullivan, L. F., & Byers, E. S. (1992). College students' incorporation of initiator and restrictor roles in sexual dating interactions. *Journal of Sex Research, 29*, 435–446.
- O'Sullivan, L. F., & Allgeier, E. R. (1994). Disassembling a stereotype: Gender differences in the use of token resistance. *Journal of Applied Social Psychology, 24*, 1035–1055.
- Park, L. E., Young, A. F., Troisi, J. D., & Pinkus, R. T. (2011). Effects of everyday romantic goal pursuit on women's attitudes toward math and science. *Personality and Social Psychology Bulletin, 37*, 1259–1273.
- Pujols, Y., Meston, C. M., & Seal, B. N. (2010). The association between sexual satisfaction and body image in women. *Journal of Sexual Medicine, 7* (2 Pt 2), 905 – 916.
- Perper, T., & Weis, D. (1987). Proceptive and rejective strategies of U.S. and Canadian college women. *Journal of Sex Research, 23*, 455–480.
- Prentice, D. A., & Carranza, E. (2002). What women and men should be, shouldn't be, are allowed to be, and don't have to be: The contents of prescriptive gender stereotypes. *Psychology of Women Quarterly, 26*, 269–281.
- Renaud, C., Byers, E. S., & Pan, S. (1997). Sexual and relationship satisfaction in Mainland China. *The Journal of Sex Research, 34*, 399-410.
- Rosen, R.C., & Bachman, G.A. (2008). Sexual well-being, happiness and satisfaction in women: The case for a new conceptual paradigm. *Journal of Sexual Marital Therapy, 34*, 288–294.
- Rudman, L. A., & Heppen, J. (2003). Implicit romantic fantasies and women's interest in personal power: A glass slipper effect? *Personality and Social Psychology Bulletin, 29*, 1357–1370.
- Rudman, L. A., & Fairchild, K. (2004). Reactions to counterstereotypic behavior: The role of backlash in cultural stereotype maintenance. *Journal of Personality and Social Psychology, 87*, 157–176.

- Rudman, L. A. (1998). Self-promotion as a risk factor for women: The costs and benefits of counterstereotypical impression management. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*, 629–645.
- Rudman, L. A., & Fairchild, K. (2007). The F word: Is feminism incompatible with beauty and romance? *Psychology of Women Quarterly, 31*, 125–136.
- Rudman, L. A., & Glick, P. (1999). Feminized management and backlash toward agentic women: The hidden costs to women of a kinder, gentler image of middle managers. *Journal of Personality and Social Psychology, 77*, 1004–1010.
- Rudman, L. A., & Glick, P. (2001). Prescriptive gender stereotypes and backlash toward agentic women. *Journal of Social Issues, 57*, 743–762.
- Rudman, L. A., Moss-Racusin, C. A., Phelan, J. E., & Nauts, S. (2012). Status incongruity and backlash effects: Defending the gender hierarchy motivates prejudice toward female leaders. *Journal of Experimental Social Psychology, 48*, 165–179.
- Rusbult, G. (1983). A longitudinal test of the investment model: The development of satisfaction and commitment in heterosexual involvements. *Journal of Personality and Social Psychology, 45*, 101–117.
- Rusbult, C., Johnson, D., & Morrow, G. (1986). Predicting satisfaction and commitment in adult romantic involvements: An assessment of the general ability of the investment model. *Social Psychology Quarterly, 49*, 81–89.
- Rutter, V., & Schwartz, P. (2000). Gender, marriage and diverse possibilities for cross-sex and same-sex pairs. *Handbook of family diversity* (pp. 59–81). New York: Oxford University Press.
- Sanchez, D. T., & Broccoli, T. L. (2008). The romance of self-objectification: Does priming romantic relationships induce states of self-objectification among women? *Journal of Sex Roles, 59*, 545–554.
- Sanchez, D. T., Crocker, J., & Boike, K. R. (2005). Doing gender in the bedroom: Investing in gender norms and the sexual experience. *Personality and Social Psychology Bulletin, 31*, 1445–1455.
- Sanchez, D. T., Kiefer, A., & Ybarra, O. (2006). Sexual submissiveness in women: Costs for autonomy. *Personality and Social Psychology Bulletin, 32*, 512–524.
- Sanchez, D. T., Fetterolf, J. C., & Rudman, L. A. (2012). Eroticizing inequality in the United States: the consequences and determinants of traditional gender role adherence in intimate relationship. *Journal of Sex Research, 49*, 168–183.

- Segal, L. (1995). *Straight sex: Rethinking the politics of pleasure*. Berkeley: University of California Press.
- Segal, L. (1997). *Slow motion: Changing masculinities, changing men*. New Brunswick, NJ: Rutgers University Press.
- Simon, W., & Gagnon, J. H. (1986). Sexual scripts: Permanence and change. *Archives of Sexual Behavior, 15*, 97–120.
- Simon, W., & Gagnon, J. H. (1987). A sexual scripts approach. *Theories of Human Sexuality*, 363–383.
- Smith, A., Lyons, A., Ferris, J., Richters, J., Pitts, M., Shelley, J., & Simpson, J.M. (2011). Sexual and relationship satisfaction among heterosexual men and women: the importance of desired frequency of sex. *Journal of Sex & Marital Therapy, 37*, 104-115.
- Sprecher, S. (2002). Sexual satisfaction in premarital relationships: Associations with satisfaction, love, commitment, and stability. *Journal of Sex Research, Vol. 39*, 190-196.
- Sprecher, S., & McKinney, K. (1993). *Sexuality*. Newbury Park, CA: Sage.
- Sprecher, S., & Regan, P. C. (2000). *Sexuality in a relational context. Close relationships: A source book* (pp. 217–227). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Sprecher, S. (2002). Sexual satisfaction in premarital relationships: Associations with satisfaction, love, commitment, and stability. *Journal of Sexual Research, 39*, 190–196.
- Stephenson, K. R., & Meston, C. M. (2010). Differentiating components of sexual well-being in women: are sexual satisfaction and sexual distress independent constructs? *Journal of Sexual Medicine, 7*, 2458-2468.
- Stephenson, K. R., & Meston, C. M. (2011). The association between sexual costs and sexual satisfaction in women : An exploration of the Interpersonal exchange model of sexual satisfaction. *The Canadian Journal of Human Sexuality, Vol. 20*, 31-38.
- Swenson, C. (1973). *Introduction to interpersonal relations*. Glenview, IL: Scott, Foresman
- Tevlin, H. F., & Leiblum, S. R. (1983). *Sex role stereotypes and female sexual dysfunction. The stereotyping of women: Its effects on mental health* (pp. 129–150). New York: Springer.
- Thibaut, J. W., & Kelley, H. H. (1959). *The social psychology of groups*. New York: Wiley.
- Tolman, D. (1994). Doing desire: Adolescent girls' struggles for = with sexuality. *Journal of Gender and Society, 8*, 324–342.

- Vannier, S. A., & O'Sullivan, L. F. (2011). Communicating interest in sex: Verbal and nonverbal initiation of sexual activity in young adults' romantic dating relationships. *Archives of Sexual Behavior, 40*, 961–969.
- Veiko Spolītis (2005). Feminisms - atbrīvojošs, bet nemīlēts. Iegūts 2013. gada 27. maijā no <http://politika.lv/article/feminisms-atbrivojoss-bet-nemilets>.
- Walster, E., Walster, G., & Berscheid, E. (1978). *Equity: Theory and research*. Boston: Allyn and Bacon.
- Weaver, A. D., & Byers, E. S. (2006). The relationships among body image, body mass index, exercise, and sexual functioning in heterosexual women. *Psychology of Women Quarterly, 30*, 333–339.
- Weinberg, M. S., Swenson, R. G., & Hammersmith, S. K. (1983). Sexual autonomy and the status of women: Models of female sexuality in the U.S. sex manuals from 1950 to 1980. *Journal of Social Problems, 30*, 312–324.
- Wiederman, M. (2000). Women's body image self-consciousness during physical intimacy with a partner. *Journal of Sexual Research, 37*, 60–68.
- Wiederman, M. W. (2005). The gendered nature of sexual scripts. *Family Journal, 13*, 496–502.
- Wingood, G. M., & DiClemente, R. J. (1998). Partner influences and gender-related factors associated with noncondom use among young adult African American women. *Journal of Community Psychology, 26*, 29–51.
- Walster, E., Walster, G., & Berscheid, E. (1978). *Equity: Theory and research*. Boston: Allyn and Bacon.
- Young, M., Denny, G., Luquis, R., & Young, T. (1998). Correlates of sexual satisfaction in marriage. *Journal of Human Sexuality, 7*, 115–127.
- Zanna, M. P., & Pack, S. J. (1975). On the self-fulfilling nature of apparent sex differences in behavior. *Journal of Experimental Social Psychology, 11*, 583–591.