

Szexuális kommunikáció

Dr. Váradyné Horváth Ágnes¹, Petrovics Maja²

¹Főiskolai adjunktus, Pécsi Tudományegyetem, Egészségtudományi Kar, Ápolástudományi Tanszék

²Diplomás ápoló

Bevezetés

A szexuális kapcsolat a közelség, az együttlét, a másik emberrel való összeolvadás, intimitás kölcsönös és jelentős érzelmi hőfokú lehetősége és élményformája, egyfajta különleges kommunikáció. Mai tudásunk szerint e kommunikáció képessége nagy fejlődési teljesítmény az emberi ontogenezisben. [22] Nagyon fontos az *őszinteség*, de szavak nélkül is sok közlés zajlik, ezért figyelniük kell a *mimikára, a gesztusokra, a mögöttes üzenetekre* is. [5] A kölcsönös figyelem, a bizalmas közlések nagyobb érzelmi közelséget jelentenek, tehát mintegy szexuális ingerként hatnak. Ha tehát a partnerek „*tanulmányozzák*” egymást, illetve

ezen felül megvitatják, mire vágnak, a szexuális kommunikáció segítségével megtanulhatnak „szeretkezni”.

Amennyiben a partnerek mindezt képesek sikeresen megvalósítani, akkor az igazán jó, változatos, mindkét félnek örömet okozó szex nagy kommunikációs teljesítmény. Az emberek azonban gyakran nem szentelnek figyelmet e folyamatnak, vagy nem ismerik fel ennek jelentőségét. Aki jó szexuális kommunikációt alakít ki, az az élet más területein is képes a nehézségek megbeszélésére, rendezésére. [5]

A kommunikációt többféle tényező befolyásolhatja, például a párkapcsolat mélysége, a lelki összhang, valamint az, hogy mely tényezők alakították, formálták a pár egyéniségét *pszicho-*

szexuális fejlődésük során. A nemi viselkedés szabályai az együttélés szabályaiból, normáiból erednek, ezekhez az egyén a személyiségfejlődés során tanul meg alkalmazkodni.

Az ember nemisége általában egész élete folyamán olyan, amilyenné személyiségfejlődése során válik. [17]

A vizsgálati módszer

A kutatás a Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Karának nappali tagozatos hallgatói között, illetve Pécs városának különböző pontjain elhelyezkedő háztartásokban és kereskedelmi munkahelyeken készült 2007-ben. Az adatgyűjtés módja önkitöltős *kérdőív*, amely zárt, illetve nyitott kérdésekből,

1. táblázat

*né: nem értelmezhető

Demográfiai adatok (N:193)

		HALLGATÓK Fő n= 106		PÉCSI LAKOSOK Fő n=87		SZIGNIFIKANCIA
Nem	Nő	95	90%	77	89%	0,804
	Férfi	11	10%	10	11%	
Családi állapot	Kapcsolatban él	72	68%	66	76%	<0,001
	Nem él kapcsolatban	34	32%	21	24%	
Vallás gyakorlása	Vallásos	46	43%	33	38%	0,442
	Nem vallásos	60	57%	54	62%	
Szülők vallás-gyakorlása	Vallásos	14	13%	41	47%	<0,001
	Nem vallásos	92	87%	46	53%	
Anyai iskolai végzettsége	Általános iskola/ Szakmunkásképző	28	26%	51	59%	<0,001
	Gimnázium/ Szakközépiskola	47	44%	12	14%	
	Főiskola/Egyetem	31	30%	24	28%	
Apa iskolai végzettsége	Általános iskola/ Szakmunkásképző	40	38%	59	68%	né*
	Gimnázium/ Szakközépiskola	41	39%	15	17%	
	Főiskola/Egyetem	25	24%	13	15%	

valamint skálázási eljárásokból állt. A Likert-skálák 1-től 5-ig, illetve 1-től 10-ig terjedtek.

A hallgatók és a pécsi lakosok részére összeállított kérdőívek csak a megszólításban tértek el. A kérdőív *egyéni*leg összeállított, illetve *standard* kérdésekből állt.

A felmérésben való részvétel anonim és önkéntes volt. A kérdőív megszerkesztésénél arra törekedtünk, hogy minél őszintébb válaszokat kapjunk. Ugyanarra a témára vonatkozóan több kérdés is szerepelt.

A kérdések *négy kérdéskörbe* sorolhatók:

1. *Demográfiai* kérdések (nem, életkor, iskolai végzettség, szülők iskolai végzettsége, családi állapot)

2. Szexuális *szocializációra* vonatkozó kérdések (a család, az iskola, a média jelentősége)

3. Párkapcsolati *harmóniára* vonatkozó kérdések

2. táblázat

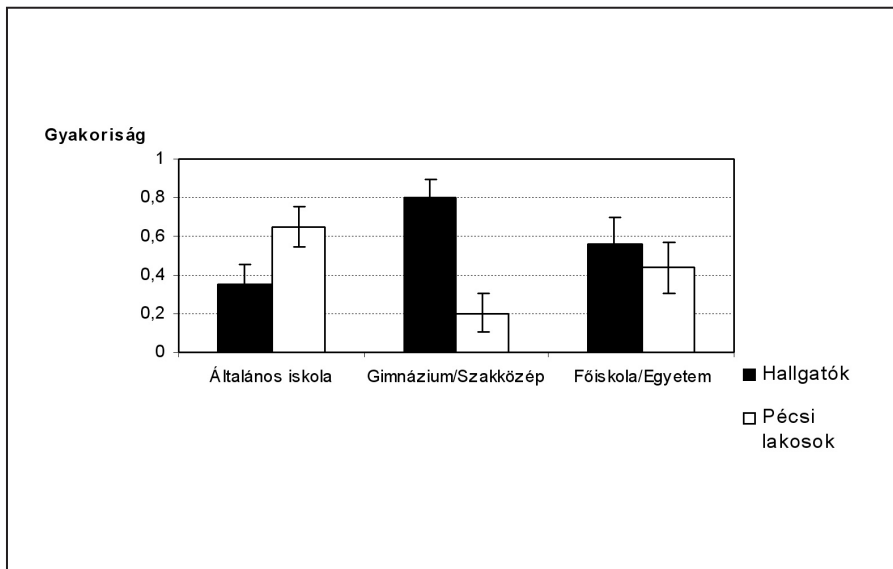
A szexuális szocializációra vonatkozó eredmények (N:193)

*né: nem értelmezhető

		HALLGATÓK Fő n=106		PÉCSI LAKOSOK Fő n=87		SZIGNIFIKANCIA
Szülők házasságának megítélése	Példás	75	71%	48	55%	0,025
	Elromlott	31	29%	39	45%	
Szülők szexualitás témájához való viszonya	Könnyedén beszélnek róla	32	30%	15	17%	0,030
	Feszélyezve, de beszélnek róla	59	56%	49	56%	
	Nem beszélnek róla	15	14%	23	26%	
Szülői szexuális tájékoztatásban részesült	Igen	50	47%	27	31%	0,022
	Nem	56	53%	60	69%	
Igényli, hogy házastársa szűzen jöjjön a házasságba	Igen	3	3%	3	3%	0,805
	Nem	103	97%	84	97%	
Részesült szexuális felvilágosításban iskolai keretek között	Igen	99	93%	79	91%	0,503
	Nem	7	7%	8	9%	
Koedukált középiskolába járt	Igen	99	93%	70	80%	né*
	Nem	7	7%	17	20%	
Élt szexuális kapcsolatot az első együttlét után	Igen	95	89%	83	95%	0,150
	Nem	7	7%	4	5%	
	Még nem volt szexuális kapcsolata	4	4%	0	0%	
Ha újra tizenéves lenne másképpen élne-e szexuális életet	Igen	25	23%	24	28%	0,166
	Nem	77	73%	63	72%	
	Még nem volt szexuális kapcsolata	4	4%	0	0%	
Jelenleg él szexuális életet	Igen	82	77%	75	86%	0,116
	Nem	24	23%	12	14%	
Milyen rendszerességgel él jelenleg szexuális életet	Hetente	72	68%	59	68%	0,088
	Havonta	10	10%	16	18%	
	Nem él szexuális életet	24	22%	12	14%	

1. ábra

Az anya iskolai végzettségének megoszlása



4. Szexuális magatartásra vonatkozó kérdések (verbális, nonverbális csatornák megvalósulása)

Az adatok feldolgozása

Az elemzés alkalmával a következők hasonlítottuk össze:

- a nem, az életkor, az iskolai végzettség és a szexuális kommunikáció
- a család, az iskola szerepe és a szexuális kommunikáció
- a női–férfi attitűd különbözőségei és a szexuális kommunikáció
- a párkapcsolatok harmóniája és a szexuális kommunikáció kapcsolata

A feldolgozást Microsoft Office Excel 2003 táblázatkezelő program felhasználásával végeztük. Az adatok kódolása betűk és számok formájában történt. Az elemzés Chi-négyzet-próba segítségével zajlott. Ezen kívül átlag-, gyakoriság- és megbízhatósági tartomány számítása történt, utóbbiak ábrákon is feltüntettük.

Az eredmények

Az első kérdéskör a demográfiai adatokra vonatkozott (1. táblázat).

Az adatokból megállapítható, hogy a válaszadók nembeli összetételében nem volt szignifikáns különbség a két csoport között, ugyanakkor jelentősen nagyobb volt a női válaszadók száma.

A vizsgálat szempontjából fontos volt, hogy hányan élnek partnerkapcsolatban, mert a szexuális kommunikáció megvalósulását közöttük lehet felmérni.

Mindkét csoportban szignifikánsan magasabb ($p < 0,001$) volt a párkapcsolatban élők száma. A főiskolások közül 106 fő, a pécsi lakosok közül 87 fő töltötte ki kérdőívünket. Az átlagéletkor a

2. ábra

A szülők közötti kommunikáció a szexualitásról



hallgatók körében 21 év, míg a lakosok körében 35 év volt.

A vallásos szülők aránya a pécsi lakosok körében sokkal magasabb ($p < 0,001$) volt, mint a hallgatók körében. Ugyanakkor a hallgatók szüleihez képest többen vallották magukat vallásosnak, míg a pécsi lakosok kevesebben. Valószínűsíthető, hogy a vallás a főiskolások körében értékközvetítő és emellett divattá is vált.

Egy Szilágyi Erzsébet és munkatársa (1994) által vezetett kutatásban bizonyítást nyert, hogy minél magasabb az anya iskolai végzettsége, annál magasabb a gyermekek szexuális intelligenciája. [21] Felvételém során azonban mindkét korosztályban kirajzolódott a szülők alacsony végzettsége. A fiatalabb, főiskolára járó minta szülei – főleg az édesanyák – már magasabb arányban ($p < 0,001$) végeztek közép- vagy felsőfokú iskolát (1. ábra), ellentétben a pécsi lakosokkal, ahol a szülők közül többen csak általános iskolai vagy szakmunkás végzettséggel rendelkeztek.

A második kérdéskörben a különböző szocializációs színterek befolyásoló összetevőit vizsgáltuk (2. táblázat).

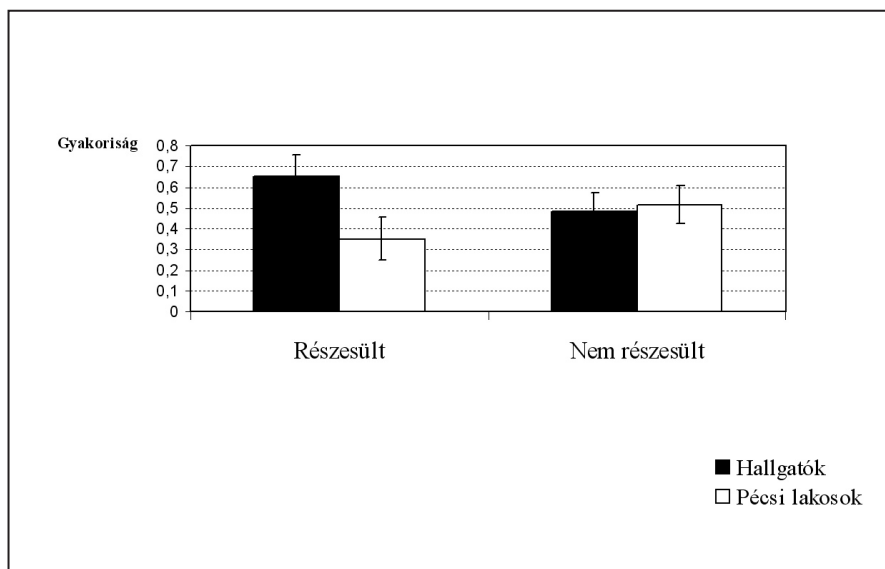
A kutatás során kiderült, hogy a hallgatók között szignifikánsan magasabb ($p < 0,025$) volt a példás szülői házasságok száma, mint a pécsi lakosoknál. A kapott válaszok alapján szignifikáns különbséget ($p < 0,030$) mutatott a családon belüli szexuális kommunikáció is. A hallgatók többen állítják, hogy szüleiik feszélyezve ugyan, de beszélnek a szexualitásról (2. ábra).

Jelentős eltérést mutatott ($p < 0,022$) azonban a szülők által tartott felvilágosítások száma. A hallgatók 47%-a állította, hogy részesült szülői felvilágosításban, de a pécsi lakosoknak csak 31%-a (3. ábra). Az információ forrásaként a minta csak az iskola, a barátok és a könyvek után jelölte meg a szülőket.

A szülői minta mellett kiemelt jelentőségű a családon belüli bizalmi kérdések személyes megbeszélése is. A hallgatók közül 19% (20 fő), míg a pécsi lakosok közül csak 7% vallotta azt, hogy valamely családtagjával beszélte meg az öt foglalkoztató kérdéseket. Az első szexuális élményt befolyá-

3. ábra

A szülői felvilágosítás megítélése



soló tényezőknél, valamint a jelenlegi szexuális élettel kapcsolatban azonban a nevelés mindkét csoport esetében előkelő helyre került.

Azonban nemcsak a szülők hibáznak a nemi nevelésben, nem állnak feladatuk magaslatán az iskolák sem. A korszerű és időben történő szexuális nevelés helyett jobb esetben semmiféle, rosszabb esetben egyenesen káros hatással vannak a fiatalokra, mert büntetéssel, tilalmakkal próbálkoznak, segítséget és megértést viszont keveset nyújtanak. [12]

A szocializáció másik fontos színterére tehát – a családi háttér mellett – az iskola, ahol tanító, viselkedésformáló befolyások sorozata éri az embert. [7] A pszichoszexuális érése szempontjából azonban nem mindegy, hogy az adott iskola koedukált vagy sem. Itt kezdődnek a próbálkozó partnerkapcsolatok, az első szexuális élmények. A kutatás során mindkét csoport jellemző többsége koedukált középiskolába járt, tehát a pszichoszexuális fejlődést nagyban befolyásolhatták a kortársak, az ifjúsági kultúra. Ezt a tényt bizonyítja az is, hogy az első szexuális élményt befolyásoló tényezők közül a kortársakat mindkét csoport hat válaszból a harmadik helyen jelölte meg. A hallgatók és a pécsi lakosok többsége azonban az első szexuális együttlét időpontját 17 és 18 év közé tette, ami napjainkban nem mondható korainak. Azt, hogy esetleg

a kortársak negatív irányba terelnék az első szexuális aktus idejét, cáfolja az a tény is, hogy a hallgatók 73 %-a, a pécsieknek pedig 72%-a válaszolta azt, ha újra tizenéves lenne, nem élne másképpen szexuális életet. A barátoktól kapott információknak azonban sokszor nagyobb jelentőséget tulajdonítanak, mint a szülői vagy iskolai felvilágosításnak. Ezt támasztja alá, hogy információforrásként a barátokat hat válaszból a hallgatók a második, a pécsiek pedig a harmadik helyre rangsorolták. A pécsi lakosoknál sok esetben a szülők nem világosítják fel gyermeküket. Ezt a hiányt az iskoláknak kellene pótolniuk.

A minta magas arányban vallotta azt, hogy részesült szexuális felvilágosításban oktatási intézmények keretei között. Az információközlés egyéb módjai (nyomtatott, vizuális) előkelő helyet töltenek be a szexuális szocializáció intézményesített formájában.

A harmadik kérdéskör a szerelem, a szexualitás, a partner melletti biztonság és a párkapcsolati harmónia szubjektív megítélését vizsgálta. A párkapcsolati összhang vonatkozásában első helyen áll a szerelem. A szexualitás, mint élet-tani szükséglet kapta a legalacsonyabb pontot – tehát nem a testiséget tartja fontosnak egyik csoport sem, hanem a mögöttes érzelmeket.

Dr. John Gottman (2006), a washingtoni egyetem pszichológiai profesz-

szora összeállított egy tesztet házasságban élők részére, hogy felmérje a partnerek közötti őszinteséget. [17] Kutatásunkban a kapcsolattartásra és a nemi életre vonatkozó kérdéseket használtuk fel, a válaszokat pedig átlagszámítással dolgoztuk fel. Hármastól felfelé kommunikációs válságra utalnak az eredmények. A válaszokból egyértelműen kiderült, hogy mindkét populáció többsége szeretné, ha társa feltenne rávonatkozó kérdéseket, illetve, ha társa szavakkal is kifejezné szerelmét.

A verbális kommunikáció egy másik dimenzióját megcélzó kérdések válaszai nem mutattak szignifikáns eltéréseket. A hallgatók és a pécsi lakosok körében is a válaszadók egyértelműen azt vallották, hogy beszélgetnek partnerükkel a szexualitásról, és az ezzel kapcsolatban felmerülő igényeiket, problémáikat is megosztják egymással. Ez azonban ellentmond a *szexuális élmények közlésének megoszlásával* (4. ábra).

Annak ellenére, hogy a hallgatók szignifikánsabban kevesebben közlik a szexuális ingerlés módjait, 86%-uk vallotta azt, hogy teljes mértékben el tudja magát engedni a szex során, míg a pécsi lakosoknak csak 75%-a.

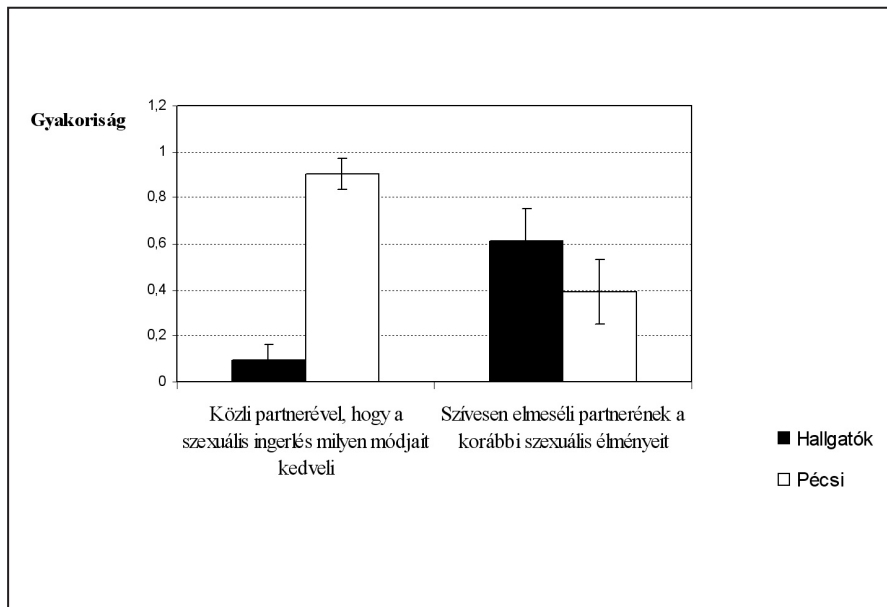
A *negyedik kérdéskör* a szexuális magatartásra vonatkozó kérdéseket tartalmazta.

A verbális kommunikáció nem az egyetlen és nem feltétlenül a legjobb kifejezőmód. Párunk tudtára adhatjuk érzéseinket, kívánságainkat a *nonverbális csatorna* eszközeivel is. A szem, a mimika, a különböző testi reakciók sok mindent elmondanak a másik fél számára. A hallgatók 91,8%-a, a pécsiek 81,6%-a adott igazat annak az állításnak, hogy *figyeli párja szexuális reakcióit*. A két csoport közötti különbség közel szignifikáns volt ($p < 0,068$).

Egyértelmű különbséget mutatott azonban, hogy a hallgatók magasabb arányban (95,9%) veszik fel a *szemkontaktust* partnerükkel szex közben, míg a pécsiek sokkal kevesebben (75%) mondhatják el ugyanezt. Az idősebbnek mondható generáció, a pécsi lakosok szignifikánsan kevesebben ($p < 0,030$) adtak igazat annak az állításnak, hogy elégedettek azzal az *odafigyeléssel* (5. ábra), amit párjuk

4. ábra

A szexuális élmények közlésének megoszlása



a szex során szexuális igényeik kielégítésére nyújt.

Megbeszélés

A szexuális nevelés az *elsődleges és másodlagos prevenció* fontos terepe, nemcsak a *testi* egészség, hanem a *lelki* és *pszichoszexuális*, illetve *pszichoszociális* fejlődés szempontjából is. [22]

Az emberi viselkedést, a két, illetve több ember közötti kapcsolatot – beleértve a szexuális magatartás normáit is – konkrét formában mindig egy *közösség* határozza meg. Minden közösségnek – legyen az *családi, iskolai vagy vallási közösség* – megvan a mindenkitől elvárt erkölcsi normája. Az elmúlt évtizedek során az egész világon alapvető változások zajlottak a *szexuális magatartásban*, amelynek megítélésébe a szexuális forradalom sok újat hozott. [6]

A két nem kommunikációja között nagy a stratégiai, stílusbeli különbség. A nők alapvetően verbális lények, hajlamosabbak a kapcsolatorientált kommunikációra, míg a férfiak nehezebben beszélnek érzéseikről, az információ közlésére helyezik a hangsúlyt. Ezen felül az évek múltával a párok egyre kevesebbet beszélgetnek egymással. [18, 20]

A *szülők* érzelmi és szexuális viselkedési mintái jelentős hatással vannak

a gyermekek pszichoszexuális fejlődésére. Sajnálatos tény, hogy a szülők a gyermekek előtt szigorúan titkolják egymás iránti gyengéd megnyilvánulásait. [10, 11]

Kutatásunk során kiderült, hogy a főiskolások között szignifikánsan magasabb volt ($p < 0,025$) a példás szülői házasság, mint a pécsiek körében. A hallgatóknak összesen 85%-a vallotta azt, hogy szüleik könnyedén, vagy kicsit feszélyezve, de valamilyen formában beszélnek a szexualitásról, míg a pécsi lakosoknak ugyanezt csak 73%-a mondhatja el (2. ábra).

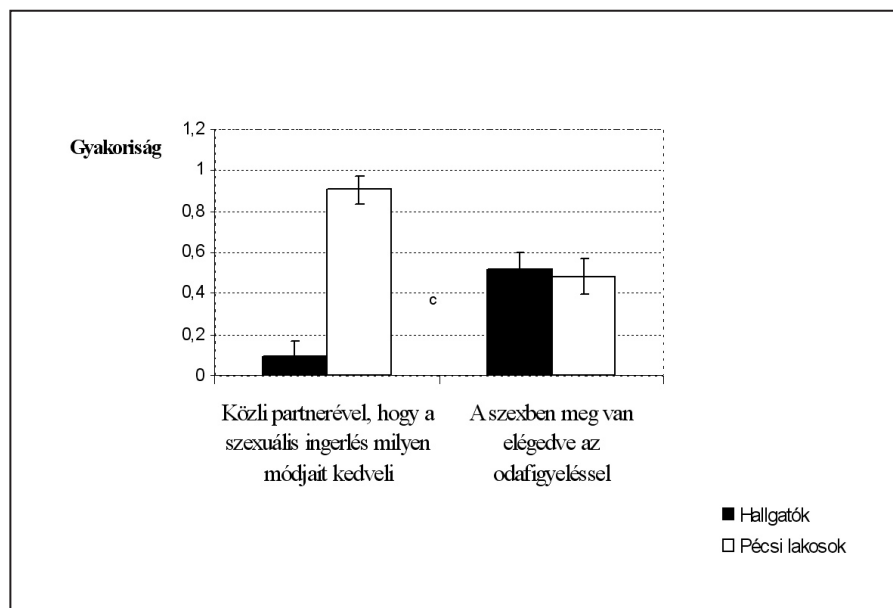
A szülők ugyanakkor téves feltételezéseket alkothatnak gyermekük szexuális tevékenységeiről, mert nem tudják, hogyan beszélgessenek a szexről. [3, 8, 9, 13]

A család és az iskola mellett azonban a kortársak is szerepet játszanak a pszichoszociális fejlődésben. [4, 23, 24] A kérdőívet kitöltők az első szexuális élményt befolyásoló tényezők esetében, illetve információforrásként is az első helyeken jelölték.

A vizsgálatokból kiderült, hogy a verbális kommunikációra utaló kérdések nem mutattak szignifikáns eltéréseket. Mindkét csoport tagjai közel azonos arányban beszélgetnek párjukkal a szexről, megosztják egymással elképzeléseiket, igényeiket és problémáikat.

5. ábra

A szexuális attitűd megítélése



A nonverbális kommunikációra vonatkozó adatokból azonban kirajzolódik, hogy a hallgatók és a pécsi lakosok is bevallásuk szerint magas számban figyelik párjuk szexuális reakcióit, felveszik a szemkontaktust a szex során. Többségük megtanulta, hogyan elégtetheti ki párját és tudja, melyek partnereinek azon testtájai, amelynek érintését szereti. Ezek az állítások azonban szignifikánsan magasabbak voltak a hallgatók körében. *A szexuális összhang, a harmónia, az érzelmek* kutatásunkban a hallgatók körében kaptak szignifikáns hangsúlyt. Számos tanulmány foglalkozik a magyarok szexuális szokásaival, amelyekből kiderül, hogy többségük fontosnak tartja a *partner kielégülését*, a szexuális összhangot. [14, 15, 16]

Összefoglalás

A vizsgálatot 2007-ben, kérdőívek segítségével végeztük a Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Karának nappali tagozatos hallgatói között, illetve Pécs városának különböző pontjain elhelyezkedő háztartásokban és kereskedelmi munkahelyeken.

Célunk az volt, hogy bizonyítsuk: a szexuális szocializáció színterein belül – kiemelve a család és az iskola szerepét – nem valósul meg a fiatalok megfelelő szexuális felkészítése. Szerettük volna továbbá bemutatni ennek hatásait

a szexuális kommunikációra, valamint rávilágítani arra, hogy a szexuális összhang fontos eleme a szexuális kommunikáció, s az intim harmónia a párkapcsolatok tartópillére.

Az eredmények igazolják, hogy a szexuális forradalom hatásai érződnek a mai társadalomban. A fiatalabb korosztály körében a szexualitás kevésbé jelent tabutémát, mint az idősebb generációk körében. A hallgatók családjában a szexualitásról való kommunikáció kevésbé jelent gondot, mint a pécsiek között. Ezt egyértelműen igazolták a szülők iskolai végzettsége és a családokon belüli harmónia, a példás házasságok száma. A szexuális attitűdök terén is a fiatalabbak nyíltabbak a verbális és nonverbális tényezők kifejezésére. Igaz, a pécsiek válaszai alapján szintén egyértelmű a partnerek közötti verbális kommunikáció, az eredmények azt tükrözik, hogy sokan még maguk sem ismerik fel, vagy nem vallják be, hogy párkapcsolatukban nem beszélgetnek eleget, ezáltal az összhang sem alakul ki. A fiatalok körében bizonyítást nyert, hogy a családon belüli minta pozitív hatással van a későbbi párkapcsolatokra és azok összetartó erejére, a kommunikációra, de ugyanez a pécsi lakosok körében megkérdőjelezhető.

Mai tudásunk szerint az emberi szexualitásban a biológiai vezérlés önma-

gában gyenge, leginkább a *szexuális reakcióciklusra* korlátozódik. [1]

Általában nem úgy születik az ember, hogy ért valamihez. Bármibe is fog a világban, csak a tapasztalat és gyakorlat tehet hozzáértővé. A jártasság viszont csak úgy érhető el, ha jó pár leckét vett már – és ez alól a szex sem kivétel. A legtöbb embertől nem várható el, hogy ösztönösen tudja, mit élvez a partner – még ha tudják is – gyakran verbális kommunikációra szorulnak, hogy tudassák, mi izgatja őket. A bizalmas közlések cseréje segíti a jobb fizikai kapcsolat kiépítését, és gyakran egyidejűleg nagyobb érzelmi közelséget is teremt. [19]

A szexuális együttlét sajátos kommunikáció, „párbeszéd”, amiben azonban elsősorban a gesztusok, a mozdulatok „nyelvének” van szerepe. Az önzetlen partner, aki szinte el tud feledkezni önmagáról, teljesen a másikra figyel. [2]

Summary

The aim of our study was twofold; to prove that the sexual education available at schools is inadequate in general, and it has got special effects on sexual behaviour and communication, and to highlight that sexual communication and balanced private life are two major elements of intimate harmony and relationships.

The questionnaire-based study was performed among full-time students of Faculty of Health Sciences, University of Pécs. The other group was formed by people of randomly chosen households and workplaces in city of Pécs. The studies were started and completed in 2007.

Results show the effects of sexual revolution in present society. Sexuality is less taboo among youngsters than among older people. Talking about sex means fewer problems for our students than for citizens of the city. Parents' education and balanced family life have clearly demonstrated the association. Adolescents are more open-minded and can express – verbally or non-verbally – their opinions in connection with sexual attitudes. Although citizens claimed they have remarkable verbal

communication about sexuality, a lot of people do not realise or admit that they do not talk to each other enough, so to reach intimate harmony is hardly possible. In students group, the intra-familial pattern has a great positive effect on relationships and its cohesive force and communication later on, but not the same with citizens of Pécs.

As far as we know nowadays, bio

control is relatively weak in connection with human sexuality and rules the 'sexual reaction cycle' only. [1] Man is not born with full spectrum of skills but gradually acquires them. Practice and experience make the master. Sexuality is no exception at all. Most people do not know instinctively what is most enjoyable for their partner – consequently, they have to express it

verbally. This way of "private talking" is an information exchange process that could help to build up better physical contact and emotional closeness. [19] From this viewpoint, sexual intercourse is a special dialogue – mainly formed by movements, gestures and other non-verbal tools. The most unselfish person can pay maximum attention to his/her partner's needs. [2]

Irodalom

1. Buda B. dr.: „A szexualitás, mint kommunikáció.” *Új Ember Magazin*, 2002., III/3.
2. Buda B. dr.: *Önzetlenség és önzés a szexben*. www.szexterapia.hu/index.php?m=article&aid=17. 2002.
3. C. B. Aspy, PhD.–S. K. Vesely, PhD.–R. F. Oman, PhD.–S. Rodine, Med.–LaDonna Marshall–Janene Fluhr, MS.–K. McLeroy, PhD.: „Youth-Parent Communication and Youth Sexual Behavior: Implications for Physicians.” *Fam Med*, 2006., 38(7):500–4.
4. Frenkl R. dr.–Batovszky K.: „Orvostanhallgatók és testnevelési főiskolások véleménye a szexuális életéről.” *Egészségnevelés*, 1990., XXXI/2. p. 57–61.
5. Gritz A.: „A harmonikus párkapcsolat kialakításának művészete.” *Egészségfejlesztés*, 2005., XLVI/4., p. 10.
6. Huszta H.–dr. Paulik E.: „A család és a vallás szerepe a fiatalok szexuális magatartásának alakításában.” *Egészségnevelés*, 1995., XXXVI/3., p. 100–104.
7. J. D. Brown–S. N. Keller: „Sex Education Outside Of School.” *Family Planning Perspectives*, 2000., Vol. 32., Nr. 5., September.
8. K. L. Eastman–R. Corona–G. W. Ryan–A. L. Warsofsky–M. A. Schuster: „Worksite – Based Parenting Programs to Promote Healthy Adolescent Sexual Development: A Qualitative Study Of Feasibility and Potential Content.” *Perspectives on Sexual and Reproductive Health*, 2005., 37(2):62–69.
9. L. Duberstein–K. Leighton–F. Sonenstein: „Adolescent's Reports of Reproductive Health Education, 1988 and 1995.” *Family Planning Perspectives*, 2000., 32(5):220–226.
10. Lux E. dr.: *Szexuálpaszichológia*. Medicina, Budapest, 1981.
11. Lux E. dr.: *Szexkontroll*. Saxum, Budapest, 2005.
12. Lux E. dr.: *Szexológiai olvasókönyv*. Osiris, Budapest, 2000.
13. L. O'Donnell–A. Stueve–G. Agronick–R. Wilson–Simmons–R. Duran–J. Varzi: „Saving Sex for Later: An Evaluation Of a Parent Education Intervention Perspectives on Sexual and Reproductive.” *Perspectives on Sexual and Reproductive Health*, 2005., 37(4): 166–173.
14. Magyar Szexuális Medicina Munkacsoport: *Párkapcsolat és szexualitás*. www.depresszio.hu/reszletes.php?id=158. 2005.
15. Marketing Centrum Országos Piackutató Intézete & ELTE Pszichológiai Intézete: Országos felmérés a magyarok szexuális szokásairól. www.marketingcentrum.intronet.hu/content.php. 2002.
16. Medián 2006.: *A magyar férfiak és a szex*. www.ma.hu/page/cikk/i/0/56002/1.
17. Oláh Tamás (szerk.): *Fejezetek a szexualitás történetéből*. [Készült az *Élet és Tudomány* cikksorozata alapján.] Gondolat, Budapest, 1986.
18. „Titkok és hazugságok a házasságban.” *Új Szó* (szlovákiai magyar hetilap), 2006. január 14. www.ujso.com/clanok.asp?vyd=20060114-&cl=147131.
19. R. Walker: *A szex és az emberi kapcsolatok*. Akadémiai Kiadó, Budapest, 1997.
20. „A házasság egyre hallgatagabbá tesz.” *Riza Pszichosomatica*, 2005., Nr. 276., Febbraio. <http://origo.hu/noilapozo/temegen/20050614ahazasok.html>.
21. Szilágyi E. dr.–Barci M. dr.: „A 14–20 éves magyar lakosság szexuális kultúrája, AIDS ismeretei.” *Egészségnevelés*, 1994., XXXVI/ szupplementum, december, p. 28.
22. Szilágyi V. dr.: *Szexuálpedagógia. A szexuális egészségnevelés tankönyve*. Tankönyvkiadó, Budapest, 2006.
23. Varga I. dr.–Kömüves T.: „Serdülőkorúak nemi neveltségi vizsgálata.” *Egészségnevelés*, 1996., XXXVII/5., p. 220–223.
24. V. Strange–S. Forrest–A. Oakley–The Ripple Study Team: „Peer-led sex education-characteristics of peer educators and their perceptions of the impact on them of participation in a peer education programme.” *Health Education Research*, 2002., Vol. 17., Nr. 3., p. 327–337.