

## Содержание

Введение.....	2
1. Сексуальное поведение.....	3
2. Проявления сексуального поведения у дошкольников.....	6
3. Проявления сексуального поведения у детей в младших классах.....	7
4. Сексуальное поведение подростков.....	9
5. Начало половой жизни.....	13
6. Физическая привлекательность мужчин и женщин.....	15
7. Сексуальные приставания.....	20
Заключение.....	22
Список используемой литературы.....	23

## **Введение**

В настоящее время проблема полового воспитания детей, подростков и молодежи является как ни когда актуальной. Из-за недостатка доступной, объективной, исчерпывающей информации об интимных отношениях между мужчиной и женщиной, а главное, о возможных трагических последствиях этих отношений (нежелательной беременности, заражении венерическими болезнями и СПИДом) молодежь вынуждена познавать данную сложную сферу человеческой жизни методом проб и ошибок. Поэтому одним из важнейших направлений деятельности современной системы воспитания и образования должна являться подготовка подрастающего поколения к семейной жизни, формирование объективных представлений о сложной сфере интимных отношений между мужчиной и женщиной, о вреде абортов, а также мерах профилактики СПИДа, о венерических и других заболеваниях, передаваемых половым путем. Для осуществления этой деятельности необходимо со школьной скамьи целенаправленно учить молодежь психологическим особенностям представителей мужского и женского пола, рассказывать о сексуальных отношениях и их возможных последствиях. В связи с этим введение предмета «Половое воспитание» явилось актуальным и своевременным. Кроме того, в настоящее время заметно усилилось влияние на все группы населения, в том числе и на детское, средств массовой информации, не всегда корректно раскрывающих интимные стороны человеческих отношений. В этих условиях общество особенно нуждается в квалифицированных педагогах, способных воспитывать школьников, гармонично сочетающих в себе нравственность и физическое совершенство.

## 1. Сексуальное поведение

Сексуальное поведение - один из аспектов социального поведения человека. Культура формирует эротический ритуал ухаживания и сексуальной техники. Регламентируя наиболее важные аспекты сексуального поведения, культура оставляет место для индивидуальных или ситуативных вариаций, содержание которых может существенно варьироваться. Социокультурные сдвиги влияют на сексуальное поведение, ритм сексуальной активности, ее интенсивность и социальные формы. Молодежь раньше начинает половую жизнь, добрачные связи стали допустимы для обоих полов при наличии и отсутствии любви.

Исследования показывают, что мотивация ухаживания, кульминацией которого является интимная близость, сегодня в значительной мере автономна и даже независима от матримониальных (брачных) планов. Так, 3 721 студентам из 18 вузов был задан вопрос: "Как вы думаете, с какой целью юноша и девушка вступают сегодня в интимные отношения?" Основные мотивы (в процентах к общему числу респондентов) распределились так: взаимная любовь - 36,6%, приятное времяпрепровождение - 15,4, стремление получить удовольствие - 14,2, желание эмоционального взаимодействия - 9,8, предполагаемое вступление в брак - 7, любопытство - 5,5%. Очевидно, что любовь занимает ведущее место. Между тем возникает вопрос: насколько серьезно и глубоко молодые люди взвешивают свои чувства и основанные на них решения?

Либерализация половой морали, частая смена партнеров, в сочетании с низкой сексуальной культурой порождают ряд серьезных последствий - аборты, распространение венерических заболеваний, СПИД, растет число разводов. Жить только для себя - это значит гнаться за все новыми удовольствиями. Секс становится развлечением, рассматривается как

сфера индивидуального самоутверждения. Девушка ищет поклонников ради социального престижа. Юноша сближается с девушкой не потому, что ему этого хочется, а потому, что "так принято". Таким образом, увеличилась возможность личности самой выбирать наиболее подходящий ей стиль сексуального поведения. Но чем меньше внешних запретов, тем важнее индивидуальный самоконтроль и выше ответственность за свои решения, тем выше значение морального выбора.

17-25 лет - это возраст максимальной активности половых гормонов. "Бомбардировка" ими мозговых эмоциональных зон вызывает бурное проявление эмоций любви, которые требуют соответствующего волевого и этического поведения, заставляют молодых людей быть более активными и целеустремленными. Однако сексуальные эмоции управляемы, и с помощью волевых усилий их можно, если они чрезмерны, переключить на другой вид активности - интеллектуальную, физическую, эстетическую. Необходимой предпосылкой гармонизации сексуального стиля является здоровый образ жизни, с его двигательной активностью, регулярными физическими нагрузками и т.д.

Сексуальная жизнь всегда была тесно связана с состоянием физического и психического здоровья, им во многом определяется продолжительность и интенсивность сексуального возбуждения и физиологических реакций. Сексуальные возможности у лиц с ослабленным здоровьем понижены. Во время сексуального контакта сжигается около 500 ккал, некоторые колебания зависят от продолжительности любовной игры и энтузиазма партнеров, но расход энергии соответствует примерно получасовой пробежке или 40 мин непрерывных физических упражнений. Физическая привлекательность лежит в основе полового внимания (красивая фигура, осанка, стройные ноги,

легкость походки и др.), и поэтому необходимо уделять, особенно в молодые годы, внимание культуре физической и ее составной части - телесной, формировать и улучшать свое телосложение в необходимом направлении. Отмечается прямая связь между соответствием соматического облика и здоровья. Женщины, например, регулярно занимающиеся физическими упражнениями, спортом, приобретают такие качества, как соревновательность, упорство, бескомпромиссность в борьбе и др., что делает богаче их поведенческий репертуар, психическое благополучие, они лучше чувствуют себя в сексуальной сфере. В период гиперсексуальности использование правильно дозированных физических упражнений позволяет направить сексуальную энергию на другой вид деятельности.

Активная сексуальная жизнь требует соблюдать здоровый образ жизни. Так, у лиц, злоупотребляющих алкоголем, сексуальная жизнь постепенно нарушается, ее расстройства встречаются в 41-43% случаев. Чрезмерное курение в 11% случаев ведет к развитию импотенции; никотин оказывает угнетающее воздействие на центры эрекции, вызывая ее ослабление, а у женщин явление фригидности.

Сексуальная удовлетворенность повышает самоуважение и самооценку. Высокая самооценка и уверенность в собственной привлекательности чрезвычайно важны для молодых людей. Сексуальная удовлетворенность у молодых людей положительно коррелирует с удовлетворенностью другими (интеллектуальными, спортивными, эстетическими и др.) увлечениями, общительностью, жизнерадостностью, и этим способствует их общекультурному развитию.

## **2. Проявления сексуального поведения у дошкольников**

За понятием взрослого сексуального поведения скрывается в полное определенный смысл. Если же суммировать мнения разных исследователей о сексуальном поведении детей, то в него войдут мастурбация и другие формы раздражения гениталий; поглаживание, почесывание, царапание тела; все виды сосательных действий (сосание языка, пальцев, вещей); обкусывание ногтей, облизывание губ, ковыряние в носу, трихотилломания, чрезмерная нежность, сквернословие, связанные с полом фантазии; надписи и рисунки на стенах полового (или кажущегося таковыми) содержания; задержка дефекации и мочеиспускания, подглядывание за обнажением и естественными отправлениями других детей, стремление причинить физическую или душевную боль другим либо быть объектом такового причинения; вообще все формы любознательности и любопытства, так или иначе обращенные на пол и т.д. Такое расширительное толкование детской сексуальности, во многом обязанное ассоциациям взрослых, требует осторожности тем большей, чем младше ребенок. Диагностическое их значение различно. Действительно, многие из перечисленных явлений могут обретать сексуальную окраску. Например, неоднократно наблюдалось, как резкое прекращение сосания пальца сменялось мастурбацией и наоборот. Но в целом подавляющее большинство этих проявлений следует считать условно сексуальными и судить об их сексуальности по сочетанию с другими прямыми ее проявлениями или смене друг другом.

### **3. Проявления сексуального поведения у детей в младших классах**

Этот период не выглядит столь впечатляющим, как дошкольное детство с интенсивной половой социализацией или пубертатный период с напряженным психосексуальным развитием. Но при ближайшем рассмотрении мнение о сексуальной латентности этого возраста наталкивается на множество опровержений, хорошо согласующихся с данными о динамике гормональной секреции; безусловно, сексуальное поведение не есть прямое производное от гормонального статуса, но связь между ними существует, и игнорировать ее было бы ошибкой.

По данным А. Kinsey и соавторов, при сохранении свойственного дошкольникам интереса к своему телу и манипуляций с гениталиями мастурбация в собственном смысле отмечается к 10 годам у 13-16% детей. У мальчиков этого возраста эрекция пениса возникает быстрее и провоцируется более широким кругом влияний, чем у подростков; уже за 3-5 лет до начала пубертатного периода почти все мальчики способны переживать оргазм. Младшие школьники, особенно девочки, в несколько раз чаще «открывают» мастурбацию сами, чем следуют примеру или сведениями о ней. Круг ситуаций, наводящих на это «открытие», практически непредсказуем. Чем ниже социально-культурный уровень среды, в которой растет ребенок, тем больше исследовательские сексуальные игры вытесняются коитальными; это, однако, не значит, что мотивы и переживания детей в таких играх тождественны коитальным переживаниям взрослых. Подобно тому, как в раннем возрасте полоролевое поведение относительно пассивно и половые роли еще не усвоены, сексуальное поведение младших школьников во многом подражательно либо носит поисковый характер; оно имеет значение

сексуальной типизации поведения как знака маскулинности или фемининности. Это первые фрагментарные «пробы» сексуального сценария, в которых взаимодействие биосоциальных детерминантов порождает поведение, исходящее скорее из сексуальных ощущений и простых чувств, чем из переживания сексуальной потребности. В этих «пробах» создаются предпосылки и возможности для того, чтобы учиться переживать данную потребность.

#### 4. Сексуальное поведение подростков

Едва ли верно считать пубертат «возрастом пробуждения либидо», но бесспорно, что начало развернутых проявлений либидо (полового влечения) приходится именно на этот период. Широкий круг сексуальных проявлений в этом возрасте обусловлен не только биологическими, но и социокультурными факторами. Взрыв сексуальной активности в этом возрасте намного резче, чем довольно равномерное повышение уровня андрогенов, а сходство этого уровня у мальчиков и девочек пубертатного возраста никак не объясняет различий маскулинных и фемининных ролей и различий сексуального поведения мальчиков и девочек. Поэтому даже такое принятое мнение, как то, гормоны обеспечивают энергетику пубертатной сексуальности, а средовые факторы-направление и стиль сексуальной активности, составляет лишь одну сторону проблемы. Другую образует тот факт, что сексуальная активность может значительно опережать сексуальную зрелость и потребность.

Для адекватного понимания подростковой сексуальности важен учет, по крайней мере, трех обстоятельств. Первое заключается в том, что сексуальность еще изолирована от других составляющих любви. В древнеиндийском трактате «Ветви персика» читаем: «Три источника имеют влечения человека-душу, разум, тело. Влечение душ порождают дружбу. Влечения разума порождают уважение. Влечение тела порождают желание. Соединение трех влечений порождает любовь». У подростка все эти влечения и порождаемые ими переживания в значительной мере автономны, и он, ища себя в любви, чаще всего мечется между этими крайностями, не умея объединить их. У мальчиков этот разлад особенно драматичен: их, как точно отмечено, влечет к женщинам, которых они не любят, и они любят женщин, к которым не влечет. Любовь и телесное влечение еще исключают друг друга. Любовь-дружба, любовь-идеализация, любовь-мечта,

влюбленность издали, целомудренная возвышенность отношений, с одной стороны, и отвергаемая, вызывающая отвращение, но и влекущая «низменность» телесных отношений-с другой. У некоторых людей этот конфликт духовного и телесного («возвышенного» и «низменного») сохраняется в течении всей жизни. Столкновение романтической любви с развивающейся сексуальностью драматично для подростка вне зависимости от того, умеют ли взрослые увидеть и понять эту драму, переживаемую как жизненная катастрофа. Но зрителей в этой драме нет, ибо все, с кем подросток общается, особенно родители, товарищи, педагоги, желая того или нет, догадываясь о том или нет, становятся ее участниками и так или иначе влияют на финал.

Второе обстоятельство заключается в том, что переживание сексуального влечения, только в этом возрасте отливающееся в форму эротики, часто оказывается значительно сильнее самого влечения. Ограниченные возможности реализации сексуального влечения и неограниченные возможности эротических представлений и фантазий создают своеобразную и напряженную психоэстетическую диспропорцию, выход из которой может быть чреват крайними формами сексуального поведения.

Наконец, третье обстоятельство состоит в том, что сексуальное поведение на этом этапе носит прежде всего и преимущественно характер экспериментирования-самостоятельного, гомосоциального и лишь затем гетеросексуального с формированием окончательной сексуальной направленности.

Пубертатная мастурбация представляет собой суррогатное средство, позволяющее снять или смягчить проявления физиологического дискомфорта, порождаемые биологической потребностью, не находящей адекватного удовлетворения. Вместе с тем она является и способом

сексуального экспериментирования, испытания созревающих сексуальных функций. Подростковая мастурбация-этап, который проходят (сообщают о ее наличии в подростковом возрасте) 96% мужчин и 62% женщин. Начинаясь в среднем в 14,1 года, она длится 4,3 года с частотой 3-3,5 раза в неделю; очевидно, что не каждый человек укладывается в эти усредненные параметры. Она наиболее часта среди здоровых в будущем мужчин и наиболее редка среди страдающих в будущем сексуальными расстройствами. Среди страдающих аноргазмией женщин в 3 раза чаще, чем среди достигающих оргазма, встречаются не мастурбировавшие в пубертатном периоде.

У подростков с пубертатной мастурбацией связаны сложные, порой достигающие невротического уровня переживания. Даже подростка, не отягощенного традиционными запугиваниями, акт мастурбации столько же влечет, сколько отталкивает. Разрядка полового влечения еще слишком нова, чтобы не казаться предосудительной. Удовлетворение возникающего желания становится тщательно скрываемой даже от себя самоцелью, а волевые задержки еще недостаточны. Неизбежное поражение, которое терпит подросток в борьбе с «демоном мастурбации», может вести к снижению самоуважения, сомнениям в своей полноценности, опасениям за будущее. Предшествующая мастурбации внутренняя борьба, следующие за мастурбаторным актом угрызения совести, опасения, неприязнь к себе-все это приводит к внутренне конфликтному сопряжению физического удовлетворения и душевного дискомфорта. Мастурбация при этом может приобретать оттенок навязчивого влечения: чем больше на ней фиксация и стремление перебороть себя, тем больше потребность в разрядке и меньше ее эффект, что может вести к эксцессивной мастурбации. Личностные конфликты такого рода присущи в основном мальчикам, хотя не обязательно каждому.

Часто используемое выражение «взаимное мастурбация» по форме и содержанию неверно, а обозначаемые им действия следует относить к петтингу.

Петтинг – взаимные сексуальные ласки, приводящие к сексуальному возбуждению и включающие в себя любые действия кроме интроитуса. По глубине петтинг может быть поверхностным, или легким и глубоким. По сексуальной направленности он может быть гетеро- и гомосексуальным, завершенным и незавершенным. Петтинг-безусловно, более зрелая форма удовлетворения сексуального влечения. Но разрядка сексуального влечения- лишь одна сторона этой формы поведения. Петтинг-это отражение и один из путей формирования взрослого сексуального поведения, феномен прежде всего психологический а лишь затем физический. Это форма и школа общения в области сексуального поведения. Опыт петтинга формирует диапазон приемлемости ласк и учит считаться с диапазоном приемлемости партнера, т.е. подводит к овладению этикетом сексуального поведения.

## 5. Начало половой жизни

Долгое время было темой для сентенции типа: «Лучший способ половой жизни для молодежи-воздержание». Обратимся к фактическим данным. Средний возраст первой близости для мужчин составляет 17-18, а для женщин-19 лет, но за этим «средним» скрывается вариативность, зависящая от культурных, образовательных, социальных и других характеристик.

Мотивы первой близости не исчерпываются только «высокой любовью» или «низкой похотью». В сложном мотивационном комплексе прослеживаются самые разнообразные мотивы: любовь, потребность в доверительном общении, сексуальное желание, любопытство, настоящие партнера, пример сверстников, желание быть «как все», совращение, прямое или косвенное понуждение и т.д. Но чем меньше возраст первой близости и начала половой жизни, тем более фрагментарны и незрелы ее мотивы. У каждой 10-й женщины и каждого 4-го мужчины первая близость происходила на фоне алкоголизации, особенно частой (38,4%) у мальчиков-подростков.

Сдерживающие мотивы включают в себя моральные убеждения (чаще у женщин), отсутствие достаточной потребности (чаще у женщин), страх последствий (чаще у женщин), страх заражений (чаще у мужчин), просто отсутствие удобного случая. Реакция на начало половой жизни не обнаруживает достоверных различий в зависимости от возраста и пола. Прогнозировать на основании таких реакций дальнейшую динамику половой жизни трудно.

На возраст начала половой жизни влияет не только сила либидо, но и существующие в обществе установки, которые тем более либеральны, чем выше уровень урбанизации, образования и благосостояния. Но в рамках

конкретного общества, конкретной культуры установки на добрачное сексуальное поведение практически не зависят ни от социального статуса, ни от образования, ни от места жительства, ни даже от традиций родительской семьи.

## 6. Физическая привлекательность мужчин и женщин

Важным фактором установления сексуальных контактов является физическая привлекательность. Как показано В. Л. Ситниковым (2001), во всех возрастах и мальчики, и девочки больше внимания уделяют телесным характеристикам симпатичных сверстников противоположного пола, а не эмоциональным и социальным. Можно сказать, что они не читали Цицерона и не знают о его предупреждении: «Высшая доблесть и главная обязанность мудреца — не пленяться внешностью». Тем не менее и умудренные жизненным опытом мужчины, и даже читавшие Цицерона, все равно пленяются физической привлекательностью женщин. Да и женщины отнюдь не пренебрегают этим фактором, хотя для них, как показали исследования, он играет меньшую роль. Известный в нашей стране философ Б. Рассел считал поэтому, что в целом женщины любят мужчин за характер, а мужчины склонны любить женщин за внешность. Вероятно, зная это, женщины в большей степени заботятся о своей внешности. Так, пациентами клиник косметической хирургии на 90 % являются женщины (Dion et al., 1990).

Стереотипу мужественности соответствует мезоморфный (атлетический) тип телосложения, а стереотипу женственности - эктоморфный, признаком которого является стройность.

Е. Метс и А. Кан (E. Mathes, A. Kahn, 1975) исследовали 211 мужчин и женщин — студентов старших курсов университетов. Физическая привлекательность измерялась методом экспертных оценок, а факторы, которые, по мнению авторов, связаны с физической привлекательностью — ощущение счастья, самооценка и наличие неврозов — методом специально организованных самоотчетов.

«Красивая женщина — рай для глаз, ад для души и чистилище для кармана. Б. де Фонтенель, французский философ»

Выяснилось, что у женщин физическая привлекательность положительно коррелирует с ощущением счастья и с самооценкой и отрицательно — с невротическими реакциями. У мужчин показатели физической привлекательности положительно коррелировали с ощущением счастья и с невротическими реакциями и отрицательно — с самооценкой.

«Низкорослый, узкоплечий, широкобедренный пол мог назвать красивым только отуманенный половым побуждением рассудок мужчины. А. Шопенгауэр»

Авторы полагают, что эти различия объясняются тем, что физическая привлекательность для женщин этого возраста является более значимой, чем для мужчин, поскольку успешность женщины больше зависит от ее способности вступать в прочный союз с мужчиной, в то время как успешность мужчины определяется его личными достижениями. В социальном плане привлекательная женщина может рассчитывать на больший выигрыш от производимого ею впечатления, чем столь же привлекательный мужчина. Но раз это так, то и коэффициенты корреляции привлекательности с ощущением счастья, психическим здоровьем и самооценкой у женщин должны быть выше, чем у мужчин.

Р. Лернер и соавторы (R. Lerner et al., 1976) выявили, какие части тела являются наиболее важными для оценки своей привлекательности юношами и девушками. У юношей таковыми оказались рост, телосложение, бедра, ширина плеч и рот; у девушек — лицо, талия, грудь, рот и зубы.

«Не ищи красоты, а ищи доброты. Русская пословица»

К. Муса и М. Роуч (K. Musa, M. Roach, 1973) установили, что девушек, имевших претензии к своей внешности, в основном не удовлетворяли (в порядке убывания значимости) волосы, вес, одежда и фигура; юношам же не нравились в собственной внешности одежда, затем лицо, волосы и вес.

Объяснения различным у мужчин и женщин критериям физической привлекательности даются разные. Одни авторы полагают, что эволюция предрасполагает мужчину восхищаться женскими чертами, ассоциирующимися с юностью и здоровьем и, следовательно, с хорошим репродуктивным потенциалом. Женщину же эволюция предрасполагает ценить те мужские черты, которые подразумевают способность быть добытчиком и защитником. С точки зрения Д. Басса (D. Buss, 1989), это объясняет, почему мужчины, изученные им в 37 культурах, предпочли те женские качества, которые подразумевали репродуктивную способность, а также то, почему физически привлекательные женщины стремятся выйти замуж за мужчин, имеющих высокий социальный статус. В свою очередь, это заставляет мужчин стремиться к успеху и славе, которые при ухаживании за женщинами являются таким же сильным аргументом в свою пользу, как для павлина хвост (G. Wilson, 1994).

«Чем более красив мужчина, тем менее он надежен как муж и отец. М. Горький»

Другие ученые полагают, что поскольку мужчины во все времена (исключая матриархат) имели больше власти, они считают более привлекательными тех женщин, во внешности которых есть что-то «детское» (большие глаза, миниатюрность фигуры), что как бы наводит на мысль об отсутствии у таких женщин склонности к доминированию. Мужчины кажутся более привлекательными для женщин, когда их лица и поведение говорят о властности и социальной зрелости (Cunningham, 1986; Keating, 1985). Эти закономерности проявляются независимо от этнических различий между людьми. У гомосексуалистов наблюдается обратная тенденция: многие мужчины-гомосексуалисты предпочитают мужчин с детскими лицами, а многие лесбиянки женщин с детскими лицами не любят.

Однако не всем людям достается от природы физическая привлекательность. В этом случае мужчины и женщины формируют пары с теми, кто настолько же привлекателен. Люди склонны выбирать себе партнера и вступать с ним в брак в соответствии с феноменом «ровни»: решаясь к кому-нибудь подойти для знакомства и зная, что другой может ответить «да» или «нет», люди обычно подходят к тому, чья привлекательность примерно соответствует их собственной (Berscheid et al., 1971; Huston, 1973; Stroebe et al., 1971).

Женщины сильнее, чем мужчины, реагируют на физическое старение, так как в западном обществе о женщине обычно судят по внешности, и, для того чтобы считаться привлекательной, она должна молодо выглядеть. Поэтому женщины так усиленно борются с морщинами на лице, с седыми волосами и другими признаками старения.

Физическая привлекательность обеспечивается и внешним оформлением себя, поэтому забота о том, как я выгляжу, тоже имеет половые различия. Достаточно сослаться на то, сколько тратят денег на косметику и времени на уход за своим лицом и прической мужчины и женщины, чтобы понять, для кого это более важно. Начиная с 5-7 лет, а нередко и раньше, у девочек развивается более-менее осознанное стремление к украшениям, нарядам, причем многое зависит не только от воспитания, но и от выраженности природной индивидуальной склонности.

Влияние тендерных стереотипов здесь несомненно. Ш. Берн (2001) приводит в качестве примера комикс одного из художников: два персонажа с красными от мороза ушами стоят на улице. Один говорит: «Зачем мне шапка, мне холод нипочем». Второй: «Я не ношу шапки, она портит мне прическу». Ш. Берн пишет, что смотрящему на эту картинку нетрудно догадаться, какая фраза принадлежит мужчине, а какая — женщине. И действительно, при изучении мотивации А. В. Ермолин (1996) выявил, что именно так и

отвечают юноши и девушки в ситуации, когда родители предлагают им надеть шарф и шапку в сильный мороз. У девушек ответы почти в 100 % случаев соответствовали заботе о своем внешнем виде: «Мне это не идет», «Нарушу прическу», а у юношей — «Мне не холодно».

## 7. Сексуальные приставания

Сексуальные приставания (харассмент) - распространенная форма сексуальной дискриминации.

Сексуальным приставанием являются следующие действия, если они производятся без предварительного согласия:

- сексуальные притязания в любой форма;
- просьбы о сексуальных услугах;
- прочие устные или физические действия сексуального свойства.

Основные типы сексуального приставания:

1. Оскорбления –высказывания суждений и выражений, дискриминирующих или оскорбляющих собеседника по половому признаку в любой форме;
2. Нежеланные или оскорбительные приглашения к совместным действиям, которые могут быть расценены как сексуальные или связанные с сексом (неоднократно повторяемые приглашения к сексу, телефонные звонки, письма и прочие приглашения к контакту, не имеющему отношения к работе и др.);
3. Предложения сексуальной активности или других, связанных с сексом действий, если они дополняются обещанием любой формы вознаграждения;
4. Принуждения к сексу или связанных с сексом действиям под угрозой нападения или порицания в любой форме;

5. Прикосновения, включающие в себя прикосновения к телу человека противоположного пола.

Последствия сексуальных приставаний. Сексуальные приставания способны вызвать у тех, кто им подвергается, различные расстройства и иные негативные психологические и физиологические последствия.

Что делать, если вы подвергались харассменту:

1. Будьте решительны, скажите сексуальному агрессору «нет»;
2. Расскажите друзьям, подругам о случившемся. В разговоре может выясниться, что вы не единственная жертва агрессора;
3. Обратитесь за советом к человеку, которому вы доверяете, педагогу, врачу.

## **Заключение**

Культура сексуального поведения у каждого человека своя. В каждом возрасте сексуальное поведение проявляется по своему. Больше всего родителям и педагогом следует обращать внимание и объяснять проблемы, последствия случайных связей. В любом обществе, сексуальность, кроме биологической, репродуктивной роли, имеет социальное и культурное значение. Деление сексуальных отношений на пристойные и непристойные, специфических половых актов на нормальные и патологические всегда переносится на несексуальные области, например, половые роли и образ жизни. Таким образом, не бывает бессмысленного секса. Даже кратчайшее половое общение незнакомых людей вынуждает их размышлять на темы культуры, например о различии между сексом в браке и вне его, между ролью женщины и мужчины в обществе (даже при гомосексуальном поведении) и т.д. Даже если пара не обсуждает вслух эти проблемы, они влияют на их взаимодействие, поскольку затрагивают все, от способа использования их тел для удовлетворения себя и партнера, до того, что они будут думать о данном половом акте и друг о друге после завершения физической части акта.

## Список используемой литературы

1. Евсеев Ю.И. Физическая культура / Ю.И. Евсеев.- Изд. 3-е.- Ростов н/Д.: Феникс, 2005.-382 с.
2. Марков В.В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней: Учеб. пособие для студ. Высш. пед. Учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 320 с.
3. Ильинич В.И. Физическая культура студентов и жизнь: Учебник.- М.: Гардарики, 2005. – 366 с.
4. Трушкин А.Г. Половое воспитание: Учебник для высших учебных заведений. – Ростов н/Д: Издательство «Феникс», 2001.-320 с.
5. Дубровский В.И. Валеология. Здоровый образ жизни / Предисл. В.Н. Мошков. – М.: RETORIKA – А: Флинта, 1999.-560 с.
6. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины – Спб: Питер, 2007.- 544 с.