



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



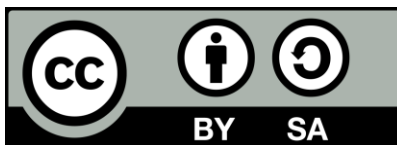
Název projektu:

Internacionalizace, spolupráce, inovace, reflexe a evaluace v přípravě budoucích učitelů

Registrační číslo:

CZ.02.3.68/0.0/0.0/19_068/0015764

Toto dílo podléhá licenci Creative Commons 4.0 ve variantě BY-SA



Sexuální výchova ve škole

Ladislav Podroužek

Sexuální výchova dnes...

- Proces sexuální výchovy musí probíhat již od nejútlejšího věku dítěte - obavy z toho, abychom dětem neřekli příliš málo, příliš pozdě.
- Působení sexuální výchovy na dítě má komplexní charakter.
- Nezastupitelné místo má rodina dítěte - rodiče předávají svým dětem důležité životní hodnoty a formují jejich postoj k sexualitě.
- Sexuální výchova – náboženství
- Sexuální výchova – média
- Sexuální výchova - vrstevníci

Hlavní okruhy sexuální výchovy

- **Člověk**
- **Vztahy mezi lidmi**
- **Osobní dovednosti – sexuální chování**
- **Sexuální chování**
- **Sex a zdraví**
- **Sex a kultura**

Člověk

- **Anatomie a fyziologie**

Každá část těla má svůj správný název a svoji funkci

Pohlavní ústrojí, žlázy a chromozómy určují, zda jde o muže či ženu

Chlapci a muži mají pohlavní úd (penis, pyj), šourek a varlata

Dívky a ženy mají zevní pohlavní orgány (vulvu), poštváček, pochvu, dělohu, vejcovody a vaječníky

V pubertě dochází ke zrání zevních i vnitřních pohlavních orgánů

U chlapců s objevuje semeno, u dívek menstruace

- **Rozmnožování**

Muži a ženy mají pohlavní orgány, které jim umožňují rozmnožování - spojením vajíčka spermie dojde k oplození - početí

Když je žena těhotná, plod roste v děloze uvnitř jejího těla

Dítě přichází na svět obvykle pochvou

Některé ženy rodí operací zvanou "císařský řez"

Ženy mají prsy s mléčnými žlázami, v nichž se tvoří mléko pro dítě

Soulož se uskutečňuje zavedením pohlavního údu muže do pochvy ženy

Lidé se mohou před oplozením chránit, když dítě nechťejí. Mluvíme o antikoncepci

Člověk

- **Puberta**

Jak dítě roste mění se tělesně i duševně.

Lidé jsou schopni mít dítě až od puberty.

Puberta začíná a končí u každého jinak.

Rozdíly jsou i několik roků.

U dívek je puberta o něco dříve.

- **Tělesný vzhled**

Tělo jednotlivých lidí se liší velikostí, tvarem a barvou.

Také mužské a ženské tělo se od sebe liší.

Vzhled těla je dán podobou rodičů i dalších předků.

Lidské tělo má společné charakteristiky i své osobité vlastnosti, i tělo člověka postiženého nějakou tělesnou či duševní vadou.

Hodnota člověka však není dána jen jeho vzhledem

Tělesně postižení lidé mají většinu pocitů, potřeb a přání stejných jako lidé zdraví.

Člověk

- **Pohlavní příslušnost**

Každý se narodil jako chlapec nebo děvče

sexualita, souhrn tělesných a duševních složek osobnosti člověka.

Sexuální chování je ovlivňováno centry v mezimozku. Má dvě fáze: přípravnou (sblížení s imponujícím partnerem, probíhá veřejně) a výkonovou (soulož, probíhá většinou v intimitě).

Reálný či zprostředkovaný (obraz, četba) sexuální podnět nebo i představa vyvolávají sexuální reakci. Sexualita má vývojové fáze (dětství, puberta, dospělost). Uvědomování si vlastní sexuální identity se objevuje kolem třetího roku věku, fyziologicky se utváří zejm. v pubertě.

Sexualita se projevuje mj. prostřednictvím naučených sociálních rolí a zprostředkovaně souvisí s estetickými a etickými projevy.

- **Imunitní systém**

Člověk se brání infekci ničením mikrobů a vytvářením protilátek proti nim.

Vytváří tak svoji imunitu.

Tuto imunitu zajišťují především bílé krvinky

Vztahy mezi lidmi

- **Rodina**

Dobře fungující rodina je jedním ze základů fungování každé společnosti.

Rodinu tvoří dvě nebo více příbuzných osob, které se o sebe v mnoha směrech starají a projevují si lásku.

K pravidlům rodiny patří dobré soužití, vzájemná pomoc, úcta k rodičům a prarodičům a zabezpečení zdravého vývoje dětí.

Každý člen rodiny má svoji funkci.

Rodina vytváří svůj životní styl

Všichni členové rodiny mají svá práva a povinnosti.

Dospělí členové rodiny rozhodují o rozsahu práv a odpovědností dětí.

Rodina vštěpuje dětem mravní zásady.

- **Kamarádství a přátelství**

Lidé mohou mít mnoho přátel.

Existují různé typy přátelství.

Přátelé spolu rádi tráví volný čas, baví se a poznávají se navzájem. Mohou se na sebe v nesnázích spolehnout.

Přátelé si sdělují svoje pocity a pomáhají si.

Přátelství je založeno na důvěře a společných zájmech.

I přátelé se mohou někdy citově zranit, ale úmyslně si neublíží.

Přátelé se mohou na sebe zlobit, ale dovedou si odpustit.

Přátelé mohou být lidé stejného nebo opačného pohlaví.

Přátelství je dlouhodobé i krátkodobé povahy a vznikají celý život.

Vztahy mezi lidmi

- **Láska**

Láska znamená hluboký a vřelý vnitřní pocit k druhému.

Láska v sobě zahrnuje prospěch druhého i zodpovědnost za něj.

Láska má mnoho podob: k rodičům, rodině, milému, přátelům, k určitému místu, předmětu nebo zvířeti.

Lidé prožívají během života různé lásky.

Je mnoho způsobů, jak vyjadřovat lásku.

Lidé jsou schopni lásku dávat i přijímat.

- **Známosti**

Když dva lidé spolu úmyslně tráví volný čas a poznávají se, říká se, že spolu chodí nebo že mají známost.

Lidé prožijí často více známostí než se rozhodnou pro společné soužití s jedním partnerem.

Známost znamená záměrné společné kulturní, sportovní, společenské aj. aktivity, poznávání nových věcí a uplatňování společných dovedností.

I dospělí, pokud nežijí v manželství, hledají nový vztah a navazují známost.

Vztahy mezi lidmi

- **Manželství a trvalé soužití**

Většina lidí se rozhodne s někým žít a uzavřít manželství či partnerství.

Některé dvojice se milují a žijí ve společné domácnosti, aniž by se stali manželi.

Manželství i partnerství je třeba považovat za celoživotní vztah.

Když manželství či partnerství ztroskotá, ukáže se někdy jako nutné řešení rozvod.

Rozvod je těžkou životní zkouškou obvykle pro oba rodiče a především trpí děti.

Vztahy rodičů a dětí se po rozvodu mění.

- **Rodičovství**

Rodiče odpovídají za své děti a jsou povinni o ně pečovat.

Většina lidí si přeje stát se rodiči.

Rodičovství je úkol pro zralé, dospělé lidi.

Výchova není jen radost. Vyžaduje značné úsilí, odpovědnost, starost a oběti.

Děti potřebují domov, lásku a péči rodičů.

Rodiče, kteří děti adoptují, je mají stejně rádi jako ostatní biologičtí rodiče a jsou za ně stejně odpovědní.

Dítě, které se narodilo mimo manželství, má ze zákona stejná práva.

Rodiče stejného pohlaví mohou v některých zemích adoptovat děti.

Osobní dovednosti – sexuální chování

- **Morální zásady a hodnotový systém**

Zásady jsou silnými pocity podložená přesvědčení, jak správně řešit důležité problémy. Většinou je od někoho přebíráme (rodiče, církev, společnost).

Zásady se mohou lišit i uvnitř rodiny, mohou se vyvíjet a měnit.

Zásady pomáhají lidem v jejich rozhodování a vzájemném jednání.

Hodnota je něco, co má význam pro život. Podle toho, jaký význam člověk jednotlivým věcem přikládá, vytváří si hodnotový systém.

Děti si utvářejí své zásady a hodnoty nejprve podle rodičů i ostatních členů rodiny, později podle vrstevníků, učitelů, pod vlivem společnosti, své církve a později stále více podle vlastní zkušenosti.

- **Rozhodování**

Každý se musí naučit rozhodovat - správně rozhodovat znamená zvážit všechny možné důsledky a vybrat si jednání, o němž je člověk přesvědčen, že je správné a povede k nejlepšímu výsledku.

Rozhodování je dovednost, kterou lze stále zdokonalovat. Děti potřebují při rozhodování radu a pomoc dospělých. Člověk je odpovědný za důsledky svých rozhodnutí.

Lidé se potřebují vzájemně dorozumět. Vyjadřovat se slovy i jinak, gesty, posunky, znaky, písmem, „řečí těla“. Někdy si lidé nerozumí, i když spolu mluví, často jejich slova vyjadřují něco jiného než jejich výraz, chování či tón hlasu.

Lidé se mají naučit dorozumívat se srozumitelně. Je třeba znát a rozlišovat slovník, jehož lze užívat ve společnosti, doma či mezi kamarády.

Osobní dovednosti – sexuální chování

- **Asertivita**

Být asertivní znamená říci otevřeně a klidně, jak se cítím, co potřebuji, co chci a co nechci, umět ustoupit nebo řešit situaci kompromisem.

První krok k dosažení toho, co potřebuji, je o to požádat.

Asertivita je vlastnost, kterou lze postupně získat a zdokonalovat se v ní.

Dítě musí dělat i některé věci, které dělat nechce, třeba poslechnout rodiče.

I práva dítěte jsou chráněna zákonem a nesmí je nikdo porušovat, ani rodiče.

- **Hledání pomoci**

Členové rodiny a přátelé si obvykle pomáhají.

Neví-li dítě, jak řešit svůj problém, je rozumné požádat o radu rodiče.

Nemohou-li pomoci vlastní rodiče, je možné požádat o pomoc rodiče kamaráda, učitele, psychologa aj. osobu.

I dítě je často samo schopno pomoci druhému, který pomoc potřebuje.

Osobní dovednosti – sexuální chování

- **Sexualita v průběhu života**

Děti jsou zvědavější a více se zabývají svými pohlavními pocity.

Pohlavní záležitosti patří mezi témata intimní, o kterých se na veřejnosti běžně nemluví.

S dospíváním se v člověku probouzí sexualita.

Je třeba vést děti, aby byly schopny si o těchto tématech pohovořit otevřeně s rodiči a nebo s jinými důvěryhodnými lidmi.

Každý člověk má svoji sexualitu. Sexuální pocity, představy a touhy jsou přirozené. Je třeba jim rozumět a nestydět se za ně.

- **Partnerské a sexuální chování**

Dospělí lidé, kteří se mají rádi a patří k sobě, se často líbají, objímají a laskají, a dávají tak najevo svou lásku.

Vzájemně si tím dávají radost a potěšení.

I děti mohou vyjadřovat své pocity mazlením, líbáním, které má však jiný charakter než erotické líbání dospělých.

Každý člověk má právo odmítnout jakékoliv důvěrné dotyky člověka, od něhož je přijímat nechce.

Dítě by to mělo učinit vždy, když má pocit, že důvěrnosti dospělého člověka k němu jsou nepatřičné.

Sexuální zdraví

- **Antikoncepce**

Všechny děti by měly být chtěné.

Když se mladí lidé rozhodnou spolu pohlavně žít a nejsou ještě zralí, aby se mohli postarat o případného potomka, musí se poučit o možnostech antikoncepce a domluvit se na společném postupu jejich používání.

Nejvhodnější a nejdostupnější je pro mladé lidi používat kondom, který současně chrání před nákazou pohlavními chorobami při nahodilém styku.

Při pravidelném pohlavním životě je nejvhodnější zábranou početí hormonální „pilulka“, která však před nákazou nechrání.

- **Pohlavně přenosné choroby a AIDS**

Pohlavně přenosné choroby (syfilis, kapavka) jsou způsobeny mikroby.

Onemocnění AIDS způsobuje virus HIV.

HIV virus ničí bílé krvinky, které organismus chrání a upozorňují na infekci a podílí se na jejich zneškodnění.

K onemocnění AIDS dojde tehdy, když se virus dostane do krve. To je možné pohlavním stykem, nesterilní injekční jehlou, zraněním a stykem s krví nakaženého člověka.

Dítě může být nakaženo nemocnou matkou ještě před narozením.

Od nemocného se nemůžeme nakazit běžným společenským stykem, dotykem, polibkem, kašlem, příborem, koupáním v bazénu, na WC.

Sexuální zdraví

- **Zneužití dítěte**

Tělo každého patří jen jemu.

Jen někteří dospělí lidé jsou oprávněni dotýkat se těla dítěte, např. rodiče při koupání, oblékání nebo lékař při vyšetřování.

K pohlavnímu zneužití dochází, jestliže starší, silnější nebo vlivnější osoba si prohlíží nebo se dotýká dětského pohlavního ústrojí, aniž by k tomu byla oprávněna.

Jestliže cizí člověk usiluje o to, aby s ním dítě někam šlo, mělo by ho rázně odbýt, rychle odejít a sdělit to rodičům, učiteli, sousedovi nebo jinému dospělému, který je nablízku.

Dítě není nikdy vinno tím, že se ho někdo nevhodně či špatně dotýká.

Pohlavně zneužito může být každé dítě (dívka i chlapec).

Dítě nesmí být nepřiměřeně tělesně trestáno, duševně týráno či vydíráno.

- **Plodnost**

Dívky a chlapci musí pečovat o své tělo.

I pohlavní ústrojí je třeba udržovat v čistotě.

Kouření, alkohol, drogy mohou poškozovat budoucí plodnost.

Společnost a sex

- **Pohlavní role (gender role)**

Gender studies [džendr stadys], *sociální antropologie* studium rolí mužů a žen obecně. Na rozdíl od feminismu nemá tak silný politický náboj a nesoustřeďuje se pouze nebo dominantně na studium a kritiku postavení ženy.

Po narození si většina lidí začne uvědomovat svou pohlavní odlišnost od druhého pohlaví a naučí se podle toho chovat.

Muž a žena jsou stejně hodnotnými lidmi. Ženská a mužská role jsou stejně nepostradatelné a navzájem se doplňují v zaměstnání, manželství i rodině.

Obě pohlaví mají před zákonem stejná práva a stejná omezení. Nikoho nelze zvýhodňovat proto, že je chlapec nebo děvče, muž nebo žena.

- **Sexualita a zákon**

Všechny pohlavní aktivity s dítětem, které nedovršilo 15. rok věku jsou trestné.

Poruchy sexuálních reakcí: a) zvýšená dráždivost, přecitlivělost (časté poluce, předčasný výron semene); b) snižená až chybějící pohlavní dráždivost (porucha erekce, impotence, frigidita); c) nekoordinovaný průběh pohlavních reakcí (dyspaureníe).

Sexuální deviace, scestné směřování pohlavního zájmu (děti, mrtvoly, zvířata) nebo nepřiměřené sexuální chování (týrání ap.). Odchylnost se týká sexuálního objektu, tj. pedofilie, gerontofilie, zoofilie, nekrofilie, fetišismus, narcismus, mysofilie, nebo způsobu, tj. erotografomanie, voyerismus, transvestitismus, exhibicionismus, frotérství, sadismus, masochismus;

Společnost a sex

- **Předsudky a diskriminace**

Lidé rozdílně myslí, jednají, vypadají a žijí.

Když o svých rozdílnostech hovoří, pomáhá jim to k vzájemnému porozumění.

Je nezdravé zevšeobecňovat názor svůj a své skupiny.

Se všemi lidmi je třeba jednat stejně a slušně.

Je nesprávné brát na někoho jiné měřítko v jednání jen proto, že je v něčem odlišný, diskriminovat ho.

- **Sexualita a sdělovací prostředky**

Jen část toho, co se ukazuje, píše nebo říká v televizi, filmech, knihách, časopise a rozhlasu, odpovídá skutečnosti.

Z komerčních důvodů jsou lidé i věci předváděny jinak či lépe.

Málokdo vypadá ve skutečném životě tak jako herci a herečky na obrazovce či plátně.

Často je předváděn neskutečný nebo nesprávný obraz toho, co to je být mužem či ženou, co znamená láska, co je rodičovství a manželství.

Zásady sexuální výchovy

- **Zásada spolupráce rodičů a školy**, která respektuje právo rodičů vědět o obsahu sexuální výchovy, které si jejich dítě osvojuje ve škole a respektovat jejich právo podílet se na sexuální výchově svého dítěte a tolerovat různé alternativní postoje rodičů k sexualitě.
- **Zásada začlenění sexuální výchovy do obecného projektu výchovy dítěte** - zásada vyžaduje respektování integrovaného a interdisciplinárního charakteru
- **Zásada vědeckosti v sexuální výchově** vyžaduje, aby informace poskytované žákům byly věcně a formálně správné, odpovídaly současnému vědeckému poznání, byly objektivní a pravdivé.
- **Zásada aktuálnosti, latentnosti a projekce budoucnosti v sexuální výchově** vyjadřuje to, aby poskytované informace byly žákům užitečné v přítomnosti.
- **Zásada etičnosti v sexuální výchově**. Poskytované informace z oblasti sexuální výchovy současně formují a celkově kultivují celou osobnost žáka.

Zásady sexuální výchovy

- **Zásada koedukovanosti** v sexuální výchově respektuje to, že poskytované informace a dovednosti jsou předávány společně chlapcům a dívkám.
- **Zásada aktivity žáka a spolupráce s žákem** znamená, že žák má být v sexuální výchově co nejvíce aktivní, tvořivý.
- **Zásada komplexnosti a harmonie v sexuální výchově** vyjadřuje nutnost rozvíjet všechna témata sexuální výchovy současně a v jednotlivých ročnících je rozšiřovat a prohlubovat.
- **Zásada osobnosti sexuálního pedagoga** předpokládá, že ve škole bude přítomen odborně připravený učitel – sexuální pedagog, který bude koordinovat sexuální výchovu ve škole a bude schopen poskytnout ostatním vyučujícím fundované informace a rady.
- **Zásada přiměřenosti v sexuální výchově** se zaměřuje na zachování přiměřenosti v rovině forem, metod a prostředků sexuální výchovy a zachování přiměřenosti v rovině obsahu a cílů sexuální výchovy.

POUŽITÁ LITERATURA:

JANIŠ, K., TÄUBNER, V. *Didaktika sexuální výchovy*. Hradec Králové: Gaudeamus, 1999.

OAKLEYOVÁ, A. *Pohlaví, gender a společnost*. Praha: Portál, 2000.

SIELERT, V., KEIL, S. *Sexuální výchova*. Praha: Trizonia, 1994. ISBN 80-85573-36-9

TÄUBNER, V., JANIŠ, K. *Na pomoc studentům a učitelům v sexuální výchově*. Hradec Králové: Gaudeamus, 1998.

TAXOVÁ, J. *Pedagogicko-psychologické zvláštnosti dospívání*. Praha: SPN, 1987.

ZVĚŘINA, J. *Lékařská sexuologie*. Praha: H a H, Praha 1994.