




# SEXUÁLNÍ VYCHOVÁ

Varvara Vasileva, UČO: 499844, PdF B-VZ3S [sem 3],  
BMA3S [sem 3], prezenční studium PdF:VZpB33/02  
Reprodukční zdraví PS 2022



# Historický kontext sexuální výchovy ve školách

- Objev „adolescence“ v kontextu „sexuální revoluce“ v 70. letech 20. století
- Sexuální výchova ve školách – jako reakce společnosti na tyto sociální změny
- 3 Vývoj sexuální výchovy ve školách v Evropě
- Různá uspořádání sexuální výchovy v Evropě
- Evropa v globální perspektivě

# Sexualita, sexuální zdraví a sexuální výchova – definice a pojmy

- Pohlaví
- Sexualita
- Sexuální zdraví
- Sexuální práva

# Zdůvodnění sexuální výchovy

- Základní úvahy o sexuální výchově
- Psychosexuální vývoj dětí

# Psychosexuální vývoj dětí

## Stádium 1: 0-3 let

- Objevování a zkoumání
- Kojenci: věk 0 až 1 rok (objevování)
- Sexuální vývoj dítěte začíná narozením.
- Děti se zcela zaměřují na své
- smysly: hmat, sluch, zrak, chuť a čich.
- Prostřednictvím svých smyslů malé děti zažívají příjemné, bezpečné pocity. Mazlení a hlazení vlastního dítěte je velmi důležité, neboť tvoří základ jeho zdravého sociálního a emocionálního vývoje.
- Děti rychle objevují svět kolem sebe. To je zřejmé z jejich tendence cucat hračky (hmat), pozorovat tváře nebo pohybující se objekty (zrak) a poslouchat hudbu (sluch). Děti také objevují své vlastní tělo. Často se dotýkají samy sebe, někdy také svých genitálií. To se děje spíše náhodně než záměrně.
- Batolata: věk 2 až 3 roky
- (zvědavé/zkoumají své tělo)
- Batolata si začínají uvědomovat samy sebe a vlastní tělo. Také zjišťují, že vypadají jinak než ostatní děti a dospělí (rozdělují svou identitu).
- Batolata poznávají, že existují kluci nebo holky (dochází k uvědomění vlastní pohlavní identity).
- Batolata se začínají velmi zajímat o své tělo a těla lidí okolo nich. Často velmi podrobně studují své vlastní tělo a genitálie a také je ukazují ostatním dětem a dospělým.
- Batolata se začínají vědomě dotýkat svých genitálií, protože jim to je příjemné.
- Batolata mají stále velkou potřebu fyzického kontaktu. Rádi sedí někomu na klíně a rádi se mazlí.
- Také začínají poznávat, co „se může a co nesmí“ (sociální normy).

# Stádium 2: 4-6 let

## Učení se pravidlům, hraní a navazování přátelství

- Děti mají mnohem více kontaktů s většími skupinami lidí. Stále více se učí, jak „by se měly“ chovat.
- Zjišťují, že dospělí je neschvalují, když se odhalují na veřejnosti a osahávají sebe nebo někoho jiného. Postupně stále méně chodí na veřejnosti nazí a osahávají své genitálie.
- Zkoumání vlastního a cizího těla se uplatňuje více při hraní („sexuální hry“): děti si hrají „na maminky a tatínky“ a také „na doktory a sestřičky“, zpočátku otevřeně, ale později často tajně, protože se učí, že není dovoleno být na veřejnosti nahý.
- „Fáze sprostých slov“: děti poznávají hranice. Zjišťují, že když řeknou jistá slova, vyvolá to reakci u lidí kolem nich. Je to pro ně zajímavé a legrační, takže ta slova opakují.
- V tomto věku se děti velmi zajímají o rozmnožování a kladou nekonečné otázky, jako např. „odkud se berou děti?“
- Většina dětí začíná cítit ostych v souvislosti se svým tělem a začínají si stanovovat hranice.
- Děti vědí, že jsou kluci nebo holky a vždy jimi budou.
- Vyvíjí se u nich jasné představy o tom „co dělá kluk“ a „co dělá holka“ (genderové role).
- Děti se vzájemně přátelí: s oběma pohlavími nebo někdy pouze s jinými kluky nebo děvčaty (příslušníky jejich vlastního pohlaví).
- V tomto věku děti často dávají najevo přátelství a oblíbenost někoho jiného do souvislosti s „být zamilovaní“. Např. často říkají, že milují svou maminku, učitele nebo králíka. Toto obvykle nemá nic společného s pocity sexuality a touhy. Je to prostě jejich způsob vyjádření, že mají někoho rádi.

# Stádium 3: 7-9 let

## Stud a plachost

Děti už mohou začít pociťovat nepohodlí, jsou-li nazí v přítomnosti jiných lidí. Už se nechtějí vysvlékat, když jsou kolem dospělí a už se přestávají procházet nazí.

Děti se ptají na méně otázek ohledně sexu, což neznamena, že se o něj méně zajímají.

Děti hodně fantazírují, při čemž používají to, co vidí kolem sebe (rodina, škola, TV, atd.). Fantazie a realita se často mísí. Jejich fantazie může být např. o lásce, někdy také o tom být zamilovaný do někoho stejného pohlaví.

Formují se skupiny chlapců a dívek, které se vzájemně zkoumají. Chlapci si často myslí, že holky jsou „hloupé“ a „dětské“, zatím co děvčata mají sklon si myslet, že kluci jsou „přílišní rváči“ a chovají se „hrubě“.

Ve skupině (třída, kamarádi) považují často za důležité ukázat, jak dospělí, silní a chytří jsou. Děti se snaží překonat jeden druhého. Chtějí ukázat, že něco vědí o světě starších dětí a dospělých. Jedním ze způsobů jak toho docílit je, ukázat, kolik toho vědí o sexu a použitím sexuálního jazyka. Děti vymýšlí rýmy se sexuálními slovy a vzájemně si říkají vtipy o sexu (sprosté vtipy). Často nerozumí tomu, co říkají.

V tomto věku také zažívají první pocity zamilovanosti.

# Stádium 4: 10–15 let

- 10 a 11 let: pre-puberta
- Pohlavní hormony se stávají aktivními. Projevují se v chování a fyzickém vývoji, ale také ve vnímání a rychlých změnách pocitů. Děvčata obvykle zahajují pubertu o 2 roky dříve než chlapci. Zřejmé fyzické změny představují růst prsou a nárůst tělesné výšky.
- Asi od 10 let se děti začínají více zajímat o dospělou sexualitu. Více fantazírují o sexualitě, různé věci slyší a vidí v knihách, televizi a na internetu, což podněcuje jejich zvědavost. Nicméně pokud se snažíte s nimi o sexualitě mluvit, jejich reakce může být odtahitá nebo naopak drsná a přehnaná.
- 12 – 15 let: puberta
- V průběhu této fáze mohou být učiněny první kroky k lásce.
- Většina chlapců už také vstupuje do puberty. Projevuje se to vývojem sekundárních pohlavních příznaků. Chlapci mívají svou první ejakulaci ve 13 letech (v průměru), což je známka jejich sexuální dospělosti a toho, že mohou zplodit dítě.
- Děvčata také pokračují ve vývoji. Děvčata mívají svou první menstruaci ve 12 letech (v průměru), což znamená, že jsou sexuálně dospělé a mohou otěhotnět.
- Masturbace může být častější, častěji chlapců než u dívek.
- Adolescenti bývají velmi nejistí ohledně velikosti svého těla: „Je to normální?“; „Nevyvíjím se příliš pomalu v porovnání s ostatními vrstevníky?“
- Adolescenti si musí zvyknout na své „nové tělo“, často z něj mají pocit trapnosti a nepohodlí.
- Mladí lidé rozvíjí představu sebe sama jako sexuální. Protože jsou často nejistí ohledně svého vlastního těla, často jsou stejně nejistí ohledně své atraktivnosti (vůči potenciálnímu partnerovi).
- V tomto věku jsou mladí lidé často velmi citliví na názory ostatních: bývají ovlivňováni svými vrstevníky.
- Začínají také shledávat lidi stejného věku sexuálně přitažlivými.
- Chlapci a dívky postupně zjišťují, jestli se jim líbí kluci nebo děvčata (sexuální orientace).
- Často se poprvé opravdu zamilují
- . Vzájemně flirtují a zažívají své první vztahy.
- Sbírají další zkušenosti s líbáním a mazlením.



# Stádium 5: 16-18 let

## Na prahu dospělosti

- ▪ Mladí lidé se stávají více nezávislí a rozvolňují se jejich původně těsné vazby na rodiče.
- ▪ Mladí lidé nyní jasněji vědí, jestli jsou hetero - nebo homosexuálové.
- ▪ Experimentují ve vztazích.
- ▪ Mladí lidé získávají sexuální zkušenosti: líbají se a mazlí se, někteří dříve než ostatní.
- ▪ Sexuální „kariéra“ mladých lidí obvykle postupuje následovně: líbání, dotyky a mazlení v oblečení, mazlení bez oblečení, sexuální styk (heterosexuálové) a konečně orální sex a v některých případech anální sex.
- ▪ Získávají více zkušeností jak jednat s opačným pohlavím: velmi důležité jsou schopnosti uzavírat dohody, vzájemná komunikace, vyjádření přání a stanovení hranic a vyjádření respektu.

# Sedm vlastností sexuální výchovy

- Kvalita sexuální výchovy je zesilována systematickou spoluúčastí mladých lidí.
- Sexuální výchova by měla být předávána interaktivním způsobem.
- Sexuální výchova je vyučována průběžně a je založena na pochopení toho, že vývoj sexuality je celoživotní proces.
- Sexuální výchova neprobíhá ve vakuu, ale je těsně provázána s prostředím žáků a s jejich specifickými zkušenostmi. Z tohoto důvodu je sexuální výchova orientovaná na souvislosti a věnuje patřičnou pozornost potřebám žáků.
- Pro vytvoření podporujícího prostředí sexuální výchova buduje těsnou spolupráci s rodiči a komunitami.
- Sexuální výchova je založena na respektování genderových odlišností.

Dekuju za pozornost

# Literatura

- Standardy pro sexuální výchovu v Evropě
- [https://www.planovanirodiny.cz/storage/Standardy\\_pro\\_sexualni\\_vychovu\\_v\\_Evropce.pdf?fbclid=IwAR0RXk-d5DG6ZfQ2zhZ7MMSkM64ryQLIHfHSKYz06B-tB6Jn9vpNR5P2KAY](https://www.planovanirodiny.cz/storage/Standardy_pro_sexualni_vychovu_v_Evropce.pdf?fbclid=IwAR0RXk-d5DG6ZfQ2zhZ7MMSkM64ryQLIHfHSKYz06B-tB6Jn9vpNR5P2KAY)