

Principy sexuální výchovy



O Principech

Touha milovat a být milován patří k přirozenosti člověka. Šťastný život stejně tak jako šťastné manželství a rodina patří k těm nejnáléhavějším přáním mladých mužů a žen. Každodenní vhléd do médií nám ale ukazuje, jak je těžké zacházet se sexualitou, s tělesností, se závazkem nebo strachem ze závazku a s vlastní identitou. „Máme vůbec správnou představu o lásce? Často se tento pojem stává sentimentálním (...) Moderní doba uvažuje o lásce jako o něčem mnohem dalekosáhlejší, plodnější a mocnější, než čím láska skutečně je“, říká Romano Guardini.

Nejsme jen bezmocně „zchvácení“ láskou, ale můžeme se také učit ze zkušeností jiných. K tomu, abychom mohli mezi spoustou nabídek najít vlastní cestu, jsou zde shrnuty zkušené úvahy a podněty.

Jsou určeny všem, kdo jsou činní ve výchově (teoretické či praktické) v rodinách, ve školách a výchovných zařízeních. Stejně tak jsou určeny mladým lidem, kteří ve své fázi zrání hledají spolehlivou radu.

Tulipány jsou krásným symbolem: nejdříve jsou uzavřené, ale uvnitř se postupně probouzí. Dříve je ale nelze vůlí rozevřít - nerozvinou se dřívě. Rozkvetou samy, až přijde jejich čas. Toto ponechání růst a čekání na správný čas je viditelně odměněno krásou rozvinutého tulipánu.

1. Obecně

Touha po štěstí je základní potřebou každého člověka. A právě sexualita může být zdrojem velkého štěstí – často ale i velkého neštěstí. Proto je nezbytná výchova k zralému a zodpovědnému zacházení s vlastní sexualitou, jakož i se sexualitou ostatních. Dlouhodobý vztah mezi mužem a ženou, stejně tak možnost mít vlastní děti patří pro velkou většinu mladých lidí k představě šťastného života. V této touze by měli být podporováni, a to i v případě, kdy tomu jejich stávající rodinná situace neodpovídá (rozvod, výchova nevlastním nebo jen jedním z rodičů apod.). Mladí lidé by měli být schopni najít cestu k smysluplnému a naplněnému životu jako muž nebo žena a činit ohledně své budoucnosti vlastní rozhodnutí. Přitom je třeba brát ohled na skutečnost, že člověk se svojí sexualitou podléhá určitým řádům lidského bytí. Existují životní zákony a zkušenosti společné všem lidem, které se jeví jako rozumné a sdělitelné. Nelze je jednoduše svévolně změnit, neboť jsou objektivně platné i za hranicemi jednotlivých kultur a náboženství.

Sexualita se dotýká celého člověka. Má psychickou, emocionální, kognitivní, sociální, kulturní a duchovní dimenzi. Sexuální vývoj je součástí vývoje identity každého člověka a je zásadní pro vytvoření schopnosti budovat a udržovat vztahy. Na rozdíl od sexuality zvířat se lidská sexualita nedá redukovat na pudové jednání. Jako vitální životní síla se schopností formovat osobnost je současně darem i úkolem, neboť sexuální jednání a jeho následky jsou spojeny s odpovědností. Svojí sexualitou se člověk vyjadřuje ve své plnosti. Jakožto neverbální komunikace však může být snadno špatně pochopena. Aby sexualita přispívala ke šťastnému životu, je potřeba se jí jako tělesné řeči lásky naučit a musí být brán zřetel na její zákonitosti.

Je důležité zprostředkovat dětem a mládeži nejdříve pozitivní a ucelený pohled na sexualitu, aby si tak k ní mohly vytvořit co možná nejpřirozenější a nebojácný postoj. Má být vnímána jako základní životní síla, kterou je třeba kultivovat. Stejně tak ale musí být děti a mládež upozorňovány na různá nebezpečí v oblasti sexuality.

Zásadní úkol při vývoji dospívajících spočívá v integraci sexuality do celkové osobnosti a ve vyrovnání se se

sociálním a kulturním okolím. Pokud se toto podaří, je vytvořen důležitý základ pro citlivé zacházení se sebou samým a s ostatními. Proto potřebují děti a mládež výchovu a podporu, která zohledňuje jejich celkový osobní vývoj. Omezení se na ryze technické, resp. biologické vysvětlení je nedostačující.

Vzhledem k tomu, že sexuální stránka osobnosti potřebuje formaci, je sexuální výchova primárním právem a povinností rodičů. Rodina je nejdůležitějším učebním prostorem pro zdravý sexuální vývoj. Škola má pak za úkol podporovat rodiče v této jejich odpovědnosti.

2. Cíle sexuální výchovy

Komplexní sexuální výchova se zaměřuje na následující cíle:

- » Doprovází mladé lidi při integraci vlastního sexuálního vývoje do celkového vývoje osobnosti a napomáhá jim v sebepřijetí.
- » Pomáhá mladým lidem nalézt svou vlastní identitu jako muže či ženy a uvědomit si svou důstojnost. K tomu patří i nalezení pozitivního postoje k opačnému pohlaví a poznání a ocenění jeho komplementární funkce.
- » Zprostředkovává znalosti o sexuálním vývoji a vytváření vztahů, aby se mladí lidé naučili v sexuální oblasti odpovědně rozhodovat. Zároveň také napomáhá předcházet rozvratům ve vztazích a rozvodům.
- » Umožňuje porozumění v oblasti pohlavnosti, citů a vztahů a vytváří pro to adekvátní řeč.
- » Dává mladým lidem ucelenou orientaci v otázkách přátelství, lásky a plodnosti a pomáhá jim rozpoznávat zákonitosti lásky a sexuality (protikladnost pohlaví, bezpodmínečnost lásky, věrný a trvalý vztah jako ochranný prostor pro vzájemné odevzdání se, touhu po dětech).
- » Pomáhá vytvářet přirozený, radostný a zodpovědný přístup k sexualitě; k čemuž patří také schopnost pociťovat touhu a ovládat ji.
- » Napomáhá zabráňovat těhotenství u mladistvých, jakož i potratům, a vede k uznání hodnoty každého člověka od momentu početí do přirozené smrti.
- » Pomáhá předcházet sexuálně přenosným nemocem.
- » Napomáhá zvýšit citlivost pro zranění v sexualitě způsobená nedodržením určitých hranic a působí proti sexuálnímu násilí a pornografii.
- » Podporuje názorové vyrovnávání se s rozličnými hodnotovými směry v době, kdy jsou mladí lidé stále více pod tlakem společnosti k určitým postojům a orientačním proudům v oblasti sexuality. Tím jim umožňuje též toleranci vůči lidem s odlišnou sexuální orientací.
- » Při uskutečňování těchto cílů pomáhá mladým lidem porozumět sexualitě v celém jejím širokém kontextu. To jim umožňuje jednat v této oblasti tak, aby to bylo prospěšné pro jejich celkovou osobnost.

Komplexní sexuální výchova je v tomto směru ve velkém společenském zájmu. Kromě pozitivní podpory osobnosti jednotlivce napomáhá nejen při vzdělávání mladé generace, ale také podporuje všeobecně zdravý a kladný postoj společnosti k rodinám a dětem.

3. Standardy kvality sexuální výchovy

Pedagogické standardy

- » Sexuální výchova musí odpovídat věku, zralosti a stavu osobního rozvoje mladého člověka. Proto je nutné přizpůsobit sexuální výchovu každého mladého člověka jeho individuální psychologické a vývojové fázi. Rámec zkušeností v patřičné fázi nesmí být překročen.
- » Sexuální výchova přistupuje k dětem a mladistvým jakožto jedinečným osobnostem, bere je vážně a dává jim prostor vyslovit své otázky, strachy a očekávání. Emoce totiž musí být vyjádřeny a hodnoty aktivně zpracovány s možností pokládat další otázky.
- » Dobrá sexuální výchova pracuje celostně. Vedle tělesných a psychických změn se zabývá rovněž pocity, úlohou rozumu a významem rozhodnutí, vytvářením přátelství a vlivem sociokulturního prostředí. Pře-

devším jde o schopnost převzít odpovědnost za sebe a za ostatní.

- » Při sexuální výchově je nutné respektovat přirozený pocit studu a zohlednit ho při výběru vyučovacích obsahů a materiálů. Vlastní sexuální zkušenosti do hodin sexuální výchovy nepatří.
- » V průběhu puberty by měl být vytvořen prostor, ve kterém by si děvčata a chlapci upevnili svou pohlavní identitu a posílili vědomí své hodnoty. Proto je při probírání určitých sexuálních témat smysluplné oddělení chlapců a děvčat. Až následně je smíšené vzdělávání účelné, neboť skrze pochopení vlastního pohlaví se otevírá nový pohled na pohlaví opačné.
- » U specifických sexuálních témat by měli být vyučováni převážně chlapci muži a dívky ženami.
- » Mladistvým je třeba poskytnout dostatek času, aby se vyrovnali s různorodými tématy souvisejícími se sexualitou a vytvořili si na ně vlastní podložený názor.
- » Obsah sexuální výchovy má být zpracován interaktivně. Vytvoření vlastních názorů a promyšlených rozhodnutí má velký vliv na další individuální vývoj a osobní růst jednotlivce.

Standardy vzdělávání pedagogů sexuální výchovy

- » Pedagogové sexuální výchovy musí projít interdisciplinárním vzděláním v oblasti biologické, psychologické, etické, pedagogicko-didaktické a duchovní.
- » Vzdělávání pedagogů sexuální výchovy zahrnuje také osobní rozvoj v oblasti sexuality. Pedagogové sexuální výchovy musí být zralými osobnostmi, které dokážou správně odhadnout a aplikovat potřeby osobnějšího přístupu nebo naopak zachování určitého odstupů, a zároveň dokážou s žáky vytvořit prostředí, ve kterém jsou ctěny hodnoty a které nabízí prostor pro vytvoření vlastního názoru.
- » Kvalitu výuky by měl zajišťovat mentoring, supervize a další pravidelné vzdělávání.
- » Koncepty sexuální výchovy mají být vypracovávány společně ženami i muži, a to tak, aby byly na aktuální vědecké úrovni. K tomu je potřeba vést v oblasti sexuálního vývoje a pedagogiky potřebný výzkum.
- » Koncepty vzdělávání v oblasti sexuální pedagogiky musí být pravidelně vyhodnocovány.

4. Obsah sexuální výchovy

V popředí sexuální výchovy stojí posílení vlastní identity, získání jazykových a komunikačních dovedností, věcnost, sociální a etické normy, média, mezikulturní a mezináboženské znalosti, stejně jako učení skrze vztahy. Zároveň sexualita slouží životu a jeho rozvoji, je základem pro identitu člověka, výrazem lásky a znamením spojení, zdrojem života a štěstí.

Obsahové body sexuální výchovy jsou:

- » Sexuální výchova pomáhá vyvíjecímu se dítěti a mladistvému porozumět, co se děje v jeho těle. To se týká nejen vývoje pohlavních orgánů a hormonálních změn, ale také vývoje intelektu a změněného vnímání okolí. Doprovodný trénink rozvoje osobnosti může posílit při různých znejistěních a obavách a pomáhá objevit sexualitu jako zdroj pro osobní rozvoj.
- » Sexuální výchova informuje o přirozeném průběhu ženského cyklu. Dívky se učí vážit si své ženskosti a plodnosti. Dále zpracovává témata lásky a plodnosti v přirozených souvislostech a zdůrazňuje odpovědnost muže a ženy za vznik a vývoj nové rodiny. Také chlapci se učí vážit si své probouzející se plodnosti a mužskosti. Probírají se rozdílné sexuální reakce obou pohlaví a dívky a chlapci se učí se svojí sexualitou odpovědně zacházet.
- » Uvědomění si vlastní plodnosti má klíčovou roli: skrze pochopení schopnosti stát se otcem či matkou je poznáván dosah sexuální aktivity zahrnující odpovědnost.
- » Je procvičováno vnímání vlastních pocitů, jejich vyjadřování a pozorné zacházení s nimi. To se týká

zásadně všech pocitů, nejvíce ale těch sexuálních, které jsou odhalovány v mladistvém věku.

- » Zpracovávání a probírání životních představ přispívá k odpovědnému jednání. Důkladně je rozebírán význam lásky a vzájemné odevzdanosti.
- » Sexualita se týká vždy vztahu k sobě samotnému a k druhým. Z tohoto důvodu je důležitou částí sexuální výchovy podpora schopnosti vztahů a komunikačních dovedností. Nejprve se přiměřeným způsobem probírá téma vytváření přátelství. Aby se předcházelo zraněním z rozpadů vztahů, je rozebírán význam spolehlivého, věrného a láskyplného partnerství. Přitom je zdůrazněno manželství mezi mužem a ženou jako nejlepší ochranný prostor pro sexualitu a pro vyrůstání dětí.
- » Mladý člověk se učí porozumět tomu, že sexualita podléhá v průběhu života různým psychickým faktorům a že se v průběhu života vyvíjí a mění.
- » Sexuální výchova osvětluje vztah muže a ženy z biologického a kulturního hlediska a zprostředkovává obraz obou pohlaví, který stojí za to žít. Otcovství a mateřství představuje jako smysluplné a stejně zodpovědné životní úkoly. Základní rodina (otec, matka a dítě/děti) je v tomto ohledu brána jako určitá zákonitost, protože je zároveň výchozím bodem, jakož i toužebným cílem dospívajících.
- » Sexuální výchova představuje dětem přiměřeně jejich věku různé sexuální orientace podle jejich reálného zastoupení ve společnosti. Menšiny nejsou diskriminovány ani idealizovány, většiny nejsou umenšovány ani zesměšňovány. Zprostředkovává úctu ke každému člověku. Se zármutkem dětí a mladistvých, kteří trpí z důvodu rozpadů rodin duševními zraněními, je zacházeno obzvláště opatrně. Tato témata jsou probírána vhodným způsobem a nejsou relativisticky bagatelizována. Témata jako těhotenství mladistvých nebo pohlavně přenosné choroby jsou rovněž zmiňována, ale nejsou středem výuky. Jsou probírána tělesná a duševní rizika předčasné sexuální aktivity, promiskuitního chování stejně tak jako význam čekání, zřeknutí se či sebeovládání.
- » Za pomoci ilustrativních obrázků je představen prenatální vývoj dítěte od samotného početí. Současně je v závislosti na věku upozorňováno na tělesné a duševní následky potratu.
- » Jsou představeny všechny metody plánování rodičovství a je rozebírán jejich vliv na muže, ženu a jejich partnerský vztah. Rovněž jsou probírány hlavní a vedlejší účinky antikoncepčních přípravků. To vše přiměřeně k věku žáků.
- » Aby se předešlo sexuálnímu násilí a rozšířilo se obecné povědomí, je poukazováno na právní a osobní hranice v sexuálním chování. Je procvičováno poznávání vlastních hranic a schopnost odmítnutí (asertivita).
- » Sexuální výchova se zabývá jak hygienou těla, tak duše, např. vyhýbání se pornografií, sexuálním telefonátům, sexu chápanému jako zboží apod.
- » Sexuální výchova posiluje mediální kompetence. Realita a fikce jsou vysvětlovány v protikladu vůči sobě. Mladistvým je nabízena pomoc, jak se kriticky podívat na svůj přístup k využívání medií z hlediska vlastního osobnostního vývoje a životních cílů obzvláště s ohledem na vztahy ohrožující vliv konzumace pornografie. Také je kladen důraz na předcházení závislostem.

5. Rámcové podmínky

Sexuální výchova je především právem rodičů nebo osob pověřených výchovou namísto rodičů. Pokud je nabízena sexuální výchova na školách, je třeba vždy informovat a zapojit rodiče a osoby oprávněné výchovou dětí. Někteří rodiče jsou však příliš přetížení, aby své děti doprovázeli v oblasti sexuální výchovy. Často sami potřebují podporu a zaškolení.

Současně je třeba respektovat vývojově nutnou potřebu mladistvých postupně se osvobodit od vlivu rodičů. Z tohoto důvodu jsou důležitým doplňkem a oporou rodičovské výchovy v této oblasti právě nabídky poskytované mimo rodinu. Jak školní, tak mimoškolní nabídky sexuální výchovy však mají mít podpůrnou a doplňkovou funkci. Přitom musí mít jak rodiče pro své děti, tak mladiství možnost se tohoto vyučování dobrovolně zúčastnit nebo účast na něm svobodně odmítnout.