

Peter Koliba, Petr Weiss, Martin Němec, Markéta Dibonová

Sexuální výchova

pro studenty
porodní asistence a ošetrovatelství



Peter Koliba, Petr Weiss, Martin Němec, Markéta Dibonová

Sexuální výchova

pro studenty
porodní asistence a ošetrovatelství

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude trestně stíháno.

**Doc. MUDr. Peter Koliba, CSc., prof. PhDr. Petr Weiss, Ph.D., DSc.,
MUDr. Martin Němec, MBA, MUDr. Markéta Dibonová**

SEXUÁLNÍ VÝCHOVA

pro studenty porodní asistence a ošetrovatelství

Recenzenti:

Prof. PhDr. Lenka Šulová, CSc., MUDr. Pavel Turčan

Vydání odborné knihy schválila Vědecká redakce nakladatelství Grada Publishing, a.s.

© Grada Publishing, a.s., 2019

Cover Photo © depositphotos.com 2019

Vydala Grada Publishing, a.s.

U Průhonu 22, Praha 7

jako svou 7303. publikaci

Odpovědná redaktorka Karla Hejduková

Sazba a zlom Jakub David

Obrázky Eva Adamcová, MUDr. Kamila Šubová

Počet stran 184

1. vydání, Praha 2019

Tiskárna v Ráji s.r.o., Pardubice

Názvy produktů, firem apod. použité v této knize mohou být ochrannými známkami nebo registrovanými ochrannými známkami příslušných vlastníků, což není zvláštním způsobem vyznačeno.

Postupy a příklady v knize, rovněž tak informace o lécích, jejich formách, dávkování a aplikaci jsou sestaveny s nejlepším vědomím autorů. Z jejich praktického uplatnění ale nevyplývají pro autory ani pro nakladatelství žádné právní důsledky.

ISBN 978-80-271-2655-2 (ePub)

ISBN 978-80-271-0951-7 (pdf)

ISBN 978-80-271-2039-0 (print)

Obsah

Úvod.....	9
1 Definice sexuality a sexuální výchovy (Peter Koliba).....	11
2 Sexuální výchova včera a dnes (Peter Koliba)	14
2.1 „Nová“ potřeba sexuální výchovy, nebo potřeba „nové“ sexuální výchovy?	17
3 Metodika výuky sexuální výchovy (Markéta Dibonová)	20
3.1 Definice pojmů dle WHO.....	20
3.2 Zásady sexuální výchovy.....	21
3.3 Předávání sexuální výchovy.....	22
3.4 Sexuální výchova v České republice	23
4 Lékařská sexuologie (Peter Koliba)	24
5 Fyziologické sexuální reakce, sexuální cyklus muže, sexuální cyklus ženy (Peter Koliba).....	29
5.1 Sexuální stimulace u žen.....	32
5.1.1 Reakce jednotlivých orgánů u ženy na sexuální dráždění	34
5.2 Sexuální stimulace u muže	37
5.2.1 Reakce jednotlivých orgánů na sexuální stimulaci u muže	37
5.2.2 Fyziologie a mechanismus ejakulace	39
5.3 Biologie pohlavního styku	40
5.3.1 Nekoitální intimní praktiky	41
5.3.2 Statistika pohlavních styků	43
6 Láska, sex a hormony (Peter Koliba)	45
7 Rozdíly mezi mužskou a ženskou sexualitou (Peter Koliba)	48
7.1 Rozdíly v sexuálním vzrušení ženy.....	50
7.2 Sexuální reaktivita mužů.....	50
7.3 Sexuální paradox	51
7.4 Erotogenní zóny u ženy	51
7.5 Erotogenní stimuly muže.....	52
7.6 Sexuální atraktivita žen.....	52
7.7 Sexuální atraktivita mužů	53
8 Sexuální chování v pubertě a edukace teenagerů (Martin Němec)	55
8.1 Co je to puberta a k jakým změnám v jejím průběhu dochází	55
8.2 Dělení adolescence.....	57
8.3 Dospívání a vývoj psychosociálního chápání.....	57

8.4 Co ovlivňuje sexuální chování adolescentů a kdo je nejčastějším zdrojem informací?.....	58
8.5 Kdy a jak mluvit s dětmi o sexualitě a jak je správně informovat?	58
9 Sexuální výchova na školách (Martin Němec)	62
9.1 Naléhavost sexuální výchovy	63
9.2 Komplexní pojetí sexuální výchovy	63
9.3 Sexuální výchova ve školních dokumentech	63
9.4 Personální podmínky	63
9.5 Organizační podmínky, formy a metody výuky	64
9.6 Podmínky spolupráce školy s rodinou	65
9.7 Specifika sexuální výchovy u žáků se speciálními vzdělávacími potřebami	65
10 Sexualita v různých věkových obdobích	
Vliv menopauzy a andropauzy (Peter Koliba)	67
11 Metody plánovaného rodičovství – možnosti antikoncepce u ženy a muže (Markéta Dibonová)	71
11.1 Mužská antikoncepce	72
11.2 Ženská antikoncepce	73
12 Možnosti sterilizace u ženy a muže (Martin Němec)	82
12.1 Sterilizace u ženy	82
12.2 Mužská sterilizace	83
13 Interrupce – pro a proti, etické a psychologické aspekty nechtěného těhotenství (Martin Němec)	85
13.1 Základní přístup k interrupcím	85
13.2 Historie interrupcí ve světě	87
13.3 Historie legislativy interrupcí v českých zemích	88
13.4 Dva různé pohledy na provádění potratů cizinkám	89
13.5 Možnosti provedení interrupce	90
13.6 Indikace k interrupci	91
13.7 Vedlejší následky a komplikace interrupce	91
14 Pohlavně přenosné nemoci (sexual transmitted diseases – STD) (Markéta Dibonová)	93
14.1 Prevence a ochrana	93
14.2 Rizikové faktory a rizikové skupiny	93
14.3 Preventivní opatření	94
14.4 Komplikace a následky některých pohlavně přenosných onemocnění	95
14.5 Rozdělení pohlavně přenosných nemocí	95
14.5.1 Klasické pohlavní nemoci bakteriálního původu	96

14.5.2 Pohlavní nemoci virového původu	97
14.5.3 Pohlavně přenosné nemoci v širším slova smyslu	98
14.5.4 Exotické pohlavně přenosné nemoci.....	100
14.5.5 Jiné pohlavně přenosné nemoci	101
15 Sexuální orientace (Petr Weiss, Ivo Procházka)	103
15.1 Coming out.....	104
15.2 Zdravotnické problémy.....	105
15.3 Homosexualita a rodičovství.....	105
15.4 „Terapie“ homosexuality	106
16 Transsexualita (Petr Weiss)	108
16.1 Pohlavní identita	108
16.2 Definice transsexuality	109
16.3 Výskyt transsexualismu v populaci.....	109
16.4 Diagnostika.....	110
16.5 Charakteristiky pohlavní role.....	112
16.6 Základní etapy procesu přeměny pohlaví.....	113
16.7 Právní aspekty transsexuality	114
17 Sexuální dysfunkce (Petr Weiss)	115
17.1 Sexuální dysfunkce u mužů.....	115
17.2 Sexuální dysfunkce u žen.....	117
18 Sexuální deviace (parafile) (Petr Weiss).....	120
18.1 Deviace v aktivitě	120
18.2 Deviace v objektu.....	127
18.3 Sexuální deviace u žen	133
18.4 Sexuální delikvence	134
19 Viktimologické aspekty sexuální delikvence (Petr Weiss)	137
19.1 Sexuální agrese	137
19.2 Sexuální zneužití v dětství	138
20 Právní aspekty sexuálního chování (Peter Koliba)	142
21 Rodinné a manželské poradenství (Peter Koliba)	146
21.1 Manželské a rodinné poradny.....	147
21.2 Formy poradenství.....	148
22 Sexualita osob se zdravotním postižením (Peter Koliba)	150
22.1 Sexualita osob s mentálním postižením	150
22.2 Sexualita osob s tělesným postižením	153
22.3 Sexuální asistence	154

23 Význam sexuální výchovy pro porodní asistentky v komunitní péči (<i>Peter Koliba</i>)	156
Závěr	159
Seznam použitých zkratk	160
Příloha	163
Rejstřík	176
Souhrn	181
Summary	183

Úvod

„Sex je kořením života...“ A tak jak je to s kořením, když chybí, jídlo nemá správnou chuť, a když je ho příliš, může to i tu nejlepší specialitu zkazit. Četl jsem, že první věta rozhoduje o osudu celé knihy, proto jsem velmi pečlivě zvažoval, jak začít a doufám, že naše malá „kuchařka sexuální výchovy“ bude přijata příznivě.

Hlavním důvodem pro napsání knihy byla současná potřeba nabídnout přehled aktuální situace v oblasti sexuální výchovy, především jako studijní materiál pro studenty lékařských fakult, v rámci magisterského studia Komunitní péče v gynekologii a porodnictví, stejně tak jako předměty „Výchova k reprodukčnímu zdraví“ a „Sexuální poruchy a deviace“. Kniha SEXUÁLNÍ VÝCHOVA PRO STUDENTY PORODNÍ ASISTENCE A OŠETŘOVATELSTVÍ (a nejen pro ně) podává přehled problematiky sexuální výchovy pro potřeby studia tohoto předmětu zvláště pro obor porodní asistentky. Seznamuje čtenáře s problematikou sexuálního chování a významu sexuální role v různých věkových obdobích jedince. Poskytuje informace, které mají pomoci prevenci nežádoucího těhotenství, a také prevenci pohlavně přenosných chorob v rámci zdravého sexuálního chování. Kniha obsahuje základní přehled možností antikoncepce, odpovídá na otázky citového a fyzického dospívání ve vztahu k přátelům a rodině. Důležitou součástí knihy jsou základní pojmy ze sexuologie, kapitoly o sexuálních poruchách a deviacích, které zpracoval známý český sexuolog prof. PhDr. Petr Weiss, Ph.D., DSc. a které jsou velkým obohacením této knihy.

Cílem každé sexuální výchovy je rozšířit poznatky z oblasti sexuálního zdraví, uspokojování sexuálních potřeb člověka z hlediska sociálně přijatelných projevů. Součástí je znalost fyziologie sexuálních procesů, rozdílů mezi sexualitou ženy a muže, změn v procesu stárnutí a také znalost sexuálních dysfunkcí. Pro porodní asistentky je cílem naučit se aplikovat sexuální výchovu v terénu včetně podávání informací a rad týkajících se bezpečného sexu, plánování rodičovství a také znát jednotlivé druhy antikoncepce a jejich použití.

U nás chybí aktuální odborná literatura, z které by páry informace čerpaly, učebnice a odborné články poskytují pár řádků, které se opakují ve stejném znění již několik desetiletí. Odborníci, lékaři i porodní asistentky, poskytují v dobré víře spíše vlastní názory a postoje než informace založené na vědeckých studiích.

V čem je naše kniha jiná? V poslední době se v našem životě mnoho změnilo – globalizace přinesla možnosti cestování po celém světě; internet a sociální sítě jsou dnes hlavním kanálem komunikace atd. Ale každá mince má dvě strany. Zvýšilo se riziko zneužívání sociálních sítí, přibývá drogově závislých, hlavně mladých lidí, a s tím také souvisí nárůst rizikového chování a zvýšení incidence sexuálně přenosných infekcí. Naše publikace dává odpovědi na otázky, které jsou důležité a zajímají nejenom dospívající mládež, ale také mladé rodiče, a proto je určena nejenom pro zdravotníky.

1 Definice sexuality a sexuální výchovy

Peter Koliba

Sexualita je projevem lidské přirozenosti. Může být **zdrojem životního optimismu**, kladných pocitů radosti a štěstí, základem pro tvořivou práci. Může vést také k **závažným poruchám**, těžkým duševním stresům, beznaději, bezvýchodnosti a k nepříznivým sexuálníм jevům, jako je sexuální kriminalita, agresivita, sebevraždnost.

Definice sexuality jako souboru projevů rozdílnosti pohlaví předpokládá existenci pouhých dvou druhů sexuality podle pohlaví. Existuje značná diverzita projevů i v rámci jedinců téhož pohlaví. Sexualita jedince je jedinečnou kombinací dispozic, případně projevů. Tradiční dichotomický model byl v moderním západním světě postupně nabourán nejprve reflexí existence homosexuální orientace, různými směry feministického uvažování, později též akceptováním transsexuality, případně asexuality (absence sexuální orientace i sexuální touhy).

Antropoložka Suzanne G. Frayserová definovala lidskou sexualitu jako „systém sestávající z biologických, sociálních, kulturních a psychologických atributů, které se navzájem překrývají a prolínají, produkujíce sexuální vzrušení nebo orgasmus, a které, ač nikoli nutně, jsou spjaty s reprodukcí.“

Lidská sexualita popisuje způsoby, jimiž lidé projevují, pociťují, provozují a ovládají svou sexualitu. Jejím studiem se zabývá sexuologie. Zahrnuje biologické, erotické, emoční, sociální, právní, morální, filozofické i duchovní aspekty lidského chování související s rozmnožovacími a pohlavními funkcemi člověka. Do této oblasti patří i témata jako jsou láska a zamilovanost, partnerské soužití, erotika, manželství, antikoncepce, homosexualita i další formy lidské sexuality, a především pohlavní styk.

Sexualita je jednou ze základních potřeb člověka. Na jednu stranu přináší lidem radost, radost a potěšení, ale na druhé straně i úzkost, deprese a sexuálně přenosné nemoci. Každý jedinec má určité potřeby a dokáže je nejen vyjádřit, ale také své potřeby uspokojit. Lidská sexualita plní několik funkcí. Základní funkcí je funkce reprodukční, která je důležitá pro zachování lidského rodu. Nejčastějším záměrem pohlavního styku je dosažení slasti s cílem vyvrcholení sexuálního prožitku. Další funkcí pohlavního styku je funkce komunikační a jedná se o intimní druh komunikace, kdy se jeden partner snaží o příjemný prožitek ve prospěch partnera druhého. Sexualita také přispívá k uvolnění napětí. Lidská sexualita neplní pouze základní reprodukční funkci, ale je také zdrojem spokojenosti, zábavy, slasti, či obživy.

Podle profesora Petra Weisse je lidská sexualita vyjadřována a prožívána v myšlenkách, touhách, fantaziích, přesvědčeních, postojích, hodnotách, v chování, činnostech, rolích a vztazích. Sexualita může obsahovat všechny tyto dimenze, ne všechny však v ní musí být vždy prožívány nebo vyjadřovány. Sexualita je ovlivňována interakcí biologických, psychologických, sociálních, ekonomických, politických, kulturních, etických, právních, historických, náboženských a duchovních faktorů.

Projevy sexuality souvisí s pohlavním rozmnožováním, genitální a erotickou slastí ze styku, genitálního sebeuspokojování, erotickou láskou a přitažlivostí. V neodborném

jazyce je někdy **obsah pojmu zužován** ještě více, a to pouze na genitální a orgasmické aktivity, **lidově sex**. Do širší definice patří **projevy pohlavní rozdílnosti**, které s erotikou slastí bezprostředně nesouvisí (sociální kompetence a empatie). Diskutovaná je také otázka sexuální normality. Souhrnně můžeme říci, že určitým kritériem pro normální sexuální chování je chování, které lidé dělají **dobrovolně**, nepřinášejí jim tělesnou nebo duševní újmu a veřejně **nepohoršuje**.

Přehled pojmů z oblasti sexuologie

Sex se týká těch biologických charakteristik, které definují jedince jako muže nebo ženu, ale sex je často definován spíše jako sexuální aktivita.

Sexualita v českém názvosloví označuje především soubor vlastností a jevů, které vyplývají z pohlavních rozdílů. Jde o anatomické, hormonální a reprodukční rozdíly mezi mužem a ženou (resp. samcem a samicí). V širším slova smyslu jde také o souhrn projevů chování a citění (resp. reaktivitu, tedy dispozice k určitému chování a citění) vyplývajících z tělesných i psychických rozdílů mezi pohlavími, včetně reprodukčních jevů a aktivit.

Sexuální zdraví je stav fyzického, emocionálního, duševního a sociálního blaha a pro dosažení a pro podporu sexuálního zdraví musí být respektována, chráněna a naplňována sexuální práva všech lidí.

Erotika (z řeckého *erós* – láska, touha) nebo smyslnost je označení erotické lásky.

Erotologie je zkoumání otázek týkajících se pohlavní lásky a jejích projevů. V současné době je v akademické vědě částečně zahrnuta v sexuologii.

Sexuologie je vědecký obor zabývající se všemi aspekty pohlavního života (fyziologií, lékařskými, pedagogickými, psychologickými, etickými otázkami atd.).

Sexuální výchova je školní předmět, který je vyučován na základních a středních školách. Snahou tohoto předmětu je seznámit budoucí dospělé se základními fakty, které se vztahují k lidské sexualitě a připravit je na zodpovědný sexuální život. Veškeré informace by měly být podávány nezaujatě a pravdivě, bez důrazu na náboženské hledisko, které by ale mělo být uvedeno jako jedna z možností.

Hlavní náplní jsou otázky bezpečného sexuálního života, psychické připravenosti na sex, uvědomění si nebezpečnosti pohlavních chorob, seznámení s jejich dopady, způsoby šíření a možnosti léčby. Seznámení žáků s možnostmi ochrany (kondomy, stálost sexuálního partnera, pohlavní zdrženlivost atd.), ochrany proti nechtěnému těhotenství v podobě antikoncepce. Navazujícím předmětem, který doplňuje a částečně i rozvíjí sexuální výchovu, je rodinná výchova.

Sexuální výchova představuje nejen přípravu na sexuální život, ale vychovává i k mezilidským a rodinným vztahům. Klade důraz na antikoncepci a prevenci sexuálně přenosných nemocí, ale řeší i psychologické a psychosexuální problémy spojené s každým partnerským soužitím. Odborníci právem poukazují na to, že sexuální výchova představuje širší obsah, než tradiční rodinná výchova, kterou v sobě zahrnuje. Bylo by totiž naivní předpokládat, že třeba problémy předmanželské sexuality, onanie, homosexuality, ale i důrazná prevence sexuálního zneužívání dětí můžeme jednoznačně zahrnout pod pojem rodinná výchova.

Úspěšná sexuální výchova má pozitivní vliv na dítě a jeho citový a sexuální vývoj, je přínosná i pro vzájemný vztah rodičů a dětí, zejména pro rodiče samotné. Sexuální výchova v rodině se uplatňuje od dětství, přes dospívání a její účinky jsou podstatné pro

celý život jedince. Jejím úkolem je také ochrana dětí před předčasnou sexualizací a sexuální traumatizací.

Evropské standardy sexuální výchovy by také mohly být cenným nástrojem pro další země mimo Evropu. Mnoho z těchto zemí vzhlíží k Evropě zejména jako k důležitému zdroji, od kterého se může učit a mnoho evropských vlád a nevládních organizací aktivně podporuje tyto země při rozvoji sexuální výchovy.

Doporučená literatura

1. ŠILEROVÁ, L. Sexuální výchova. Praha: Grada Publishing 2003. ISBN 80-247-0291-6
2. UZEL, R. Sexuální výchova. Praha: Vzdělávací institut ochrany dětí 2006. ISBN 80-86991-69-5
3. WEISS, P, a kol. Sexuologie. Praha: Grada Publishing 2010. ISBN 978-80-247-2492-8
4. <https://cs.wikipedia.org/wiki/Sexuologie>

2 Sexuální výchova včera a dnes

Peter Koliba

Současná sexuální výchova je výsledkem mnohaletého historického vývoje, od pohlavní výchovy přes pohlavní osvětu až do dnešní podoby sexuální výchovy. Sex, sexualita a sexuální chování zasahují do života lidí již od nepaměti. Získání a předávání informací o sexuálních praktikách probíhalo v různých formách po celou historii lidstva.

Po nástupu křesťanství byla sexuální výchova po dlouhá staletí ovlivňována touto tradicí, která sexualitu nepřipouštěla a sex dospělých byl oficiálně přípustný pouze v manželském svazku. Šíření křesťanského učení od 9. století n. l. přineslo nejenom náboženská dogmata, víru v jediného boha, ale také jiný pohled na sex a pohlavní styk.

V období první světové války došlo k velkému rozšíření pohlavních nemocí. Jednalo se hlavně o kapavku, měkký vřed a syfilis. To vyvolalo potřebu zvláštního *zákona o potírání pohlavních nemocí* (zákon č. 241/1922 Sb.), který zrušil nevěstince a zakázal jejich nové zřizování. Významnou roli má po první světové válce stále katolická církev, která hlásá, že cílem pohlavní výchovy je manželství s předchozí pohlavní abstinencí. Ve zdravotnictví se objevují nové vědní obory – sexuologie a sexuální psychologie, které pomáhají vyvracet četné mýty o lidské sexualitě.

V době vzniku Československa v roce 1918 existovalo mnoho sociálních problémů. Větší koncentrace obyvatelstva přinesla další negativní jevy (prostituce, promiskuita, pohlavně přenosné choroby atd.), které bylo nutné řešit. Možná východiska hledalo zdravotnictví, ale i školství. Pohlavní výchova byla zařazena do učebních osnov středních škol až v roce 1919.

Ve dvacátých letech 20. století se začínají objevovat první seriózní vědecké studie lidské sexuality. Rozvoj sexuální výchovy souvisel také s rozvojem české sexuologie, která se zrodila již za první republiky. V tomto období dochází k postupnému odtabuizování lidské sexuality. Sexuální výchova v průběhu 20. století prošla mnohými koncepčními změnami včetně hledání adekvátního názvu, který se změnil například z pohlavní výchovy, výchovy k rodičovství, výchovy k manželství a rodičovství, rodinné a sexuální výchovy, až na současný název sexuální výchova. Jako první se v české škole v období dvacátých a třicátých let 20. století prosadila tzv. výchova pohlavní, která však přímo necítila na všechny věkové stupně dnešní primární školy, ale jen na žáky kolem 12. roku života. K problematice pohlavní výchovy se v této době vyjádřil i prezident T. G. Masaryk v knize „Mravní názory“ z roku 1923, ve které otázku pohlavní výchovy spojoval s rovinou mravní. Podobné názory vyjadřoval i K. Štech ve svém díle „O pohlavní výchově“, ve kterém zdůrazňoval, že cílem pohlavní výchovy je manželství a je nutná pohlavní abstinence před sňatkem. Opačné postoje prezentoval M. Škořepa, podle kterého by pohlavní výchova měla mít trojí úkol. Měla udělit nutné pohlavní poučení, podat dítěti informace o původu člověka a poučit jej o hygieně pohlavního života. V tomto období by měli mít pohlavní výchovu na starosti lékaři, kteří ji ve školách na požádání přednášeli chlapcům či děvčatům a pohlavní výuka se vedla odděleně. Pozitivní byl fakt, že si lidé uvědomovali, že zamlčováním informací přispívají k tomu, že děti získávají nesprávné, nejasné a ne-

adekvátní poznatky z pohlavní výchovy nevhodnou cestou. V roce 1928 bylo na kongresu v Kodani přijato deset bodů o sexuální výchově, jež zdůrazňovaly plánovitou a cílevědomou sexuální výchovu a osvětu. Roku 1928 se Československo stává členem „Světové ligy pro sexuální reformu“.

V době nacistické okupace došlo ke stagnaci vývoje v oblasti sexuální problematiky. Druhá světová válka opět způsobila stejnou situaci jako válka předchozí – prostituce, znásilnění atd. Po válce se školství snaží vrátit na stejnou úroveň, jaká byla před válkou, a pokračovat v tehdejších vizích. Pohlavní výchova byla chápána pouze z hlediska medicínského, a dokonce ji přednášeli lékaři. Po druhé světové válce byla v Československu provedena světově ojedinělá akce v oblasti prevence pohlavních nemocí (v roce 1950 až 1951), během které byli sérologicky na syfilis vyšetřeni všichni obyvatelé ve věku 15 až 40 let. Tak došlo ke zjištění všech případů a k úplné redukci čerstvých onemocnění. Tím se naše země vyhnula explozivnímu nárůstu pohlavních chorob. V roce 1952 byla založena největší globální nevládní organizace na světě, která se zabývá plánováním rodiny a sexuálním a reprodukčním zdravím IPPF (*International Planned Parenthood Federation* = *Mezinárodní federace pro plánované rodičovství*). Československo prostřednictvím „Společnosti pro plánování rodiny a sexuální výchovu“ (SPRSV) bylo a je přidruženým členem této organizace.

V západních zemích, díky hnutí „hippies“ na začátku šedesátých let 20. století nastává období uvolnění sexuální morálky, období sexuální volnosti a svobody. O sexu se začíná otevřeně mluvit. Ve školách se mění osnovy, lidská sexualita je sice probírána v rámci přírodopisu, ale jedná se pouze o témata spojitelná s biologií člověka. Jako reakci na časté interrupce a nárůst rozvodovosti Ministerstvo školství a kultury vydává pokyny pro základní školy k realizaci tzv. výchovy k rodičovství. Školy měly ve spolupráci se zdravotníky pořádat besedy a přednášky pro žáky a rodiče, jednalo se však pouze o poučení o anatomii, fyziologii a hygieně. Objevuje se předmět biologie dítěte a školní hygiena. Přes všechna doporučení a snahy stále chyběla ucelená koncepce výuky sexuální výchovy.

V sedmdesátých letech došlo ke zvýšení zájmu o sexuální výchovu. To přispělo k rozvoji koncepce a vypracování zásad výchovy k rodičovství pro všechny stupně základní školy. Došlo k zavedení „Koncepce výchovy k rodičovství na Základní devítileté škole (ZDŠ)“. Sexuální výchova se členila do tří etap, kdy první stupeň ZDŠ spadal do první etapy výchovy k rodičovství (1. až 5. ročník), druhou etapu tvořil 6. až 7. ročník a třetí 8. až 9. ročník. Výchova se soustředila především na prevenci sexuální přenosných nemocí, ale existovaly i programy zaměřené na informování o antikoncepci podporující plánované rodičovství. K zavedení sexuální výchovy do školních osnov významně přispěla Jaroslava Pondělíčková – Mašlová dílem „O sexuální výchově bez rozpaků“ (1973). Zdůrazňovala, že cílem je mladé lidi a děti vychovávat k potřebě lásky a citu, nikoli jen poučovat. Zdůrazňovala roli rodiny, která dítěti, které ještě není schopno zralé pohlavní a erotické lásky, poskytuje atmosféru důvěry a první příklady. V roce 1984 vydalo ministerstvo školství dokument *Zásady a obsahové zaměření výchovy k rodičovství pro střední školy*, který zdůrazňoval výchovnou práci školy. V té době se přeceňoval význam školských zařízení a byla opomíjena role rodiny.

Velkou roli v přístupu k sexuální výchově sehrálo rozšíření AIDS. V roce 1981 byl objeven virus HIV a pohlavně přenosná nemoc zvaná AIDS, na kterou dodnes nebyl vynalezen lék, který by ji úplně vyléčil. V rámci sexuální výchovy vznikla potřeba informovat mladé

lidi o závažnosti tohoto onemocnění a možnostech prevence. Výchova k manželství a rodičovství byla zařazena do učebních osnov jednotlivých předmětů. Týkalo se to zejména občanské výuky, přírodopisu, pracovního vyučování, ale i českého jazyka, tělesné a sportovní výchovy. Do nových učebních osnov byla zavedena i příprava chlapců na výběr partnerky a výchova ke spoluzodpovědnosti za rodinu. Podíl na výuce mají kromě školy i další organizace, např. Červený kříž a Svaz žen. V tomto období dochází k přeceňování úlohy školy v oblasti sexuální výchovy na úkor rodiny. Bohužel ani všechna opatření nevedla ke zlepšení situace v Československu. Nadále přetrvával vysoký počet interrupcí, rozvodů či promiskuita a sexuální delikvence mládeže. Zavedení sexuální výchovy do škol mělo za cíl zvýšit informovanost o moderních antikoncepčních metodách, především tzv. „antikoncepční pilulky“. To vedlo k osvobození dívek a žen od strachu z nechtěného těhotenství a tím oddělení sexuality od reprodukce. Pozitivem však bylo, že se také začal uplatňovat multidisciplinární přístup. Se změnou politického režimu došlo v médiích k odtabuizování mnohých témat z oblasti lidské sexuality (pedofilie, pornografie atd.). Změny nastaly hlavně v oblasti komerčního sexu (nárůst pouliční prostituce, vznik erotických klubů, sexshopů a erotických telefonních linek, volný prodej pornografie atd.). Média se stala hlavním zdrojem informací mládeže o sexuálních otázkách. Sexuální výchova byla zařazena do vyučovacích předmětů Přírodopis a Rodinná výchova od roku 1996. Jde o multidisciplinární předmět, který v sobě shrnuje poznatky a dovednosti z dalších vyučovacích předmětů. Náplní tohoto předmětu je, aby si žáci uvědomili problémy a potřeby v oblasti zdraví a rodinného života. Aby si osvojili odpovědné chování a uměli se orientovat v konfliktních a krizových situacích, které souvisí se zdravím, mezilidskými vztahy a osobním bezpečím. Obsah rodinné výchovy je společný pro dívky i chlapce.

Po roce 1989 přišlo mnoho reforem a novel v oblasti školství. V této oblasti byl důležitý zákon č. 561/2004 Sb., o *předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání* (tzv. *školský zákon*). Sexuální výchova se nevyučovala jako samostatný předmět, ale jako součást několika vyučovacích předmětů, které se prolínaly. Přesto sexuální výchova narážela na odpor zejména rodičů žáků. Někteří se domnívali, že poskytované informace v rámci školní výuky by jejich dítě mělo dostat později, jinak, nebo dokonce vůbec.

Proto Evropská unie v roce 2009 reagovala na nedostatečnost sexuální výchovy u nás a vyzvala Českou republiku k zintenzivnění výuky v oblasti sexuální výchovy na školách. V roce 2010 Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy (MŠMT) vydalo Doporučení k realizaci sexuální výchovy v základních školách. Materiál je dostupný na webových stránkách MŠMT a je určen vedením škol, metodikům prevence, výchovným poradcům a především pak učitelům, kteří sexuální výchovu učí (Doporučení MŠMT, 2010). Přestože témata sexuální výchovy a jejich obsah tento materiál dostatečně vymezuje, není jasně dána povinnost vyučovat sexuální výchovu na základních školách. Doporučení MŠMT k realizaci sexuální výchovy na základních školách je jen doporučením, a tak je výuka sexuální výchovy pouze v rukách vedení jednotlivých škol a pedagogů, kteří sexuální výchovu do výuky zavedou. Při výběru metod a forem práce vyučující uplatňuje tři základní hlediska:

1. Hledisko biologické a psychologické (obecná, zdravotní, biologická a psychologická stránka sexuální výchovy, respektování věkových zvláštností žáků).
2. Hledisko sociální a etické (vzory chování, které již děti získaly a jejich vztah k etickým normám společnosti).

3. Pedagogicko-didaktické a osobnostně zkušební hledisko (ve smyslu získávání vzorců chování v různých situacích běžného života a jejich ovlivňování pedagogickým působením).

Někdy je sexuální výchova vyučována jako samostatný předmět, ale častěji je součástí jiných předmětů. Sexuální výchova může být vyučována v rámci biologie, občanské výchovy, výuky sociálních schopností a dovedností, výchovy ke zdraví, filozofie, náboženství, jazykové nebo sportovní výchovy. Zastřešující předmět a vzdělávací podklady pro učitele významně ovlivňují její obsah a používané metody. V rámci biologie bude převažovat zaměření sexuální výchovy na fyzické a zdravotní aspekty. Naproti tomu, je-li zastřešující předmět z oblasti humanitních věd, bude více pozornosti věnováno sociálním, interakčním a morálním aspektům. Pro zajištění uceleného přístupu je vhodné jednotlivé oblasti sexuální výchovy svěřit různým učitelům, tím se sexuální výchova stává multidisciplinárním předmětem.

Podstatu a cíle sexuální výchovy tvoří vše, co přispívá k výchově celistvé osobnosti, schopné poznávat a chápat sociální, mravní, psychologické a fyziologické zvláštnosti jedinců podle pohlaví a díky tomu zformovat optimální mezilidské vztahy s lidmi svého i opačného pohlaví.

2.1 „Nová“ potřeba sexuální výchovy, nebo potřeba „nové“ sexuální výchovy?

Sexuální morálka v České republice vychází z židovsko-křesťanské tradice, která uznává monogamní heterosexuální partnerský vztah. Sexualita je podle tradiční morální teologie nástroj rozmnožování v manželství, ale také výrazem vzájemné lásky a odevzdanosti.

V současné době je potřeba sexuální výchovy stále aktuální. Dorůstají další generace mladých lidí, a proto kontinuita adekvátní sexuální výchovy je nezbytná. Potřeba sexuální výchovy je potencována vývojem společnosti v posledních letech. Dochází k zásadním společenským změnám – rozvoji komunikačních technologií, sociálních sítí (facebook, twitter atd.) Další změnou je migrace nových populačních skupin z různých kulturních a náboženských prostředí, rychlé šíření nových médií, zejména internetu a technologií mobilních telefonů, šíření HIV/AIDS, rostoucí obavy ze sexuálního zneužívání dětí a adolescentů a také měnící se postoje k sexualitě a konečně i změny v sexuálním chování mladých lidí. Tyto změny vyžadují efektivní strategie také v oblasti edukace a prevence, aby mladí lidé byli schopni vyrovnat se se svou sexualitou bezpečně a uspokojivě. O sexu se vede nejvíce diskuzí, setkáváme se s nimi každý den v médiích, ve škole atd. a to z různých aspektů. Homosexualita a její přiznání je dnes zcela běžné, legitimní je registrované partnerství a diskutuje se otázka adopce pro homosexuální páry. Rozšiřují se erotické online služby přes internet. Existují pilulky pro posílení erekce, operace na zvětšení penisu, nebo na zvětšení prsou, plastickou úpravu rodidel apod. Na druhé straně se zhoršuje kvalita spermatu, roste počet neplodných párů a doba trvání pohlavního styku mezi mužem a ženou se snižuje.

S rozvojem nových komunikačních technologií, především pak s masivním rozšířením internetu v druhé polovině devadesátých let 20. století, souvisí i změny v oblasti sexuality a sexuálního chování ve společnosti. Řada výzkumů a studií z oblasti sexuologie,

psychologie či sociologie, se proto zabývá otázkami, jak se mění lidské chování a jednání ve vztahu k ostatním lidem při používání moderních technologií.

Internet je nástrojem pro efektivní komunikaci, mezi jednotlivými uživateli. Přesun nejrůznějších aktivit, včetně těch sexuálních do umělého virtuálního světa přináší jak pozitivita, tak negativa, a ovlivňují tak náš každodenní život.

Základním jevem „virtuálního světa“ je bezesporu anonymita, která vede především k odstraňování zábran. Lidé se schovávají za jinou identitu a mohou se tak, alespoň na chvíli, stát někým, kým by si opravdu přáli být. Anonymita má jak své kladné, tak i záporné stránky. U homosexuálů či transsexuálů tato anonymizace vede k potlačení zábran, může vést k lepšímu sebepřijetí vlastní identity a navázání kontaktů s ostatními členy těchto menšin, případně výměně osobních zkušeností.

Na druhé straně virtuální realita vede k odcizení se reálnému světu a může narušovat navazování běžných partnerských vztahů a přímou komunikaci mezi partnery.

Dalším negativem spojeným s oblastí sexuality a internetu může být nereálnost očekávání ve světě reálném. Jde hlavně o negativní vliv pornografie, která je na internetu lehce dostupná, dále poskytování sexuálních služeb na erotických seznamkách. Masturbací fantazie pak narážejí na tvrdou realitu při sexu s vlastním partnerem, kdy ten se stává „nudným“ ve srovnání s online verzí. Další nemalé riziko je zneužívání anonymity internetového prostředí k velmi závažnému nebezpečí sexuálního zneužívání dětí a dospívajících. Pachatelé se často vydávají za jinou osobu a zneužívají důvěřivost dětí a nedostatečnou kontrolu rodičů. Toto chování pak může u dětí či mladistvých vyvolávat dojem, že komunikují s člověkem, který je jim věkově blízký, ale realita je pak úplně jiná. Takto podvedené děti se pak nemusí zdráhat poskytnout osobní údaje, které po nich pachatel požaduje, a to včetně materiálu se sexuálním obsahem, jako jsou fotky či videa.

Dalším negativním jevem, který souvisí s rozšířením tzv. „chytrých“ mobilních telefonů a tabletů, je tzv. kyberšikana. Jedná se o moderní podobu klasické šikany, kdy prostředky šikanujících jedinců se stávají nejrůznější sociální a komunikační sítě. Tento jev je nebezpečný nejen z pohledu dalšího vývoje šikanované osoby, ale především z pohledu rychlosti a dosahu takto zveřejněných materiálů, které se tak mohou téměř kdykoliv znovu objevit.

Tato oblast by neměla v „moderní“ sexuální výchově chybět, naopak by měla být prioritou, a to už u mladších školáků. Rodiče si často tohoto rizika vůbec nejsou vědomi, proto by o tomto problému měli být více informováni.

Doporučená literatura

1. FIFKOVÁ, H. Sexuální výchova – vybraná témata. MŠMT ve spolupráci s VÚP v Praze 2009. ISBN 978-80-87000-29-8
2. Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. Doporučení MŠMT k realizaci sexuální výchovy v základních školách. Praha 2009.
3. Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. Výchova ke zdraví, Sexuální výchova, vybraná témata. Příručka pro učitele. Praha 2009.
4. PASTOR, Z. Sexualita ženy. Praha: Grada Publishing 2007. ISBN 978-80-247-1989-4
5. PONDĚLÍČEK, I., PONDĚLÍČKOVÁ – MAŠLOVÁ, J. Jak (se) lidé milují. Praha: SNTL – Státní nakladatelství technické literatury 1990. ISBN 978-80-03-00599-X