

# Sexuální výchova

Můžete tomu říkat sexuální výchova, výchova ke zdraví nebo vztahová či společenská výchova, taky biologie. Pravdou je, že témata sexuální výchovy obsahují kousek od každého a ještě něco navíc – lidské tělo, vztahy, sex, etiku, intimitu, gender, taky názory, postoje, vědecké výzkumy a poznatky... Následující řádky vám mohou pomoci k tématům přistoupit **otevřeně a s respektem** k sobě i k druhým.

**Projděte si BOZP sexuální výchovy.**

---

## 1. Intimní téma neznamená osobní sdílení

- Témata sexuální výchovy jsou intimní, dotýkají se každého z nás. Přesto a právě proto je vhodné zůstat na obecné rovině a **nesdílet žádné osobní zážitky** (jak ze strany vás, tak i žáků). Kromě ochrany sebe samých tím předáváme žákům hned dvě důležité zprávy:

A) Není OK sdílet všechno s každým.

B) Můžeme se bavit o intimních tématech a přesto zůstat „nad věcí“.

- **TIP:** *Položili vaši žáci osobní otázku? Zkuste s úsměvem, jednoduše odpovědět: „Dveře méj ložnice zůstávají zavřené.“ A pokračujte v tématu dál.*

## 2. Protřepat, nemíchat!

- V tématech sexuální výchovy se mísí mnoho oblastí. Co je ale důležité nemíchat, jsou postoje (názory) a vědecké poznatky. Základem vaší výuky musí být vždy **aktuální vědecké poznatky**.
- Takže nemůžu říct svůj názor?! Můžete, ale... U mladších dětí (1. stupeň ZŠ) je dobré názory úplně vynechat, děti ne vždy dobře rozliší, co je náš postoj a co ověřená fakta. U dětí starších (2. stupeň ZŠ a SŠ) je nutné vždy jasně sdělovat, kdy předkládám obecná, ověřená fakta a kdy mluvím o vlastní zkušenosti/postoji. I zde je na místě opatrnost (viz bod č. 1).
- A co když se mě na to sami zeptají? Máte možnost volby – můžete se rozhodnout, že svůj názor nechcete sdílet (čímž můžete inspirovat žáky, že také nemusí každému odpovídat na osobní dotazy), anebo svůj názor řeknete.
- **TIP:** *Zkuste si pár svých názorů říct před zrcadlem tak, abyste nikoho neurazili a aby byl pro žáky vytvořen prostor pro jejich vlastní úvahy a rozhodnutí. (Nečekejte od žáků, že budou umět hned svoje postoje a názory vyjádřit klidně a s respektem k druhým. Nicméně i tohle lze natrénovat, zvláště když jim dáte dobrý příklad.)*

## 3. Minulost – současnost - budoucnost

- Všichni žáci mají minulost, současnost a budoucnost, o které nevíme (a o mnohém neví ani sami žáci). Možná je ve třídě někdo, kdo zažil sexuální zneužívání, možná je tam někdo, kdo má doma dva táty, možná se někdo rozhodne pro kariéru duchovního. Možností je nepřeberně, a proto je důležité o věcech mluvit otevřeně, ale zároveň s respektem ke každé možnosti.

- Možná si myslíte, že tohle jsou příliš extrémní případy, že nejsou moc časté. Zkušenost nám ale říká, že tyhle věci se stávají častěji, než si myslíme.
- TIP:** Otevřenou a přitom respektující komunikaci nám pomůže zajistit znalost správné terminologie. U nových témat není od věci udělat sobě i žákům slovníček – rozbijete ledy a budete si lépe rozumět.

#### 4. MOJI ŽÁCI

- Ideální je pouštět se do témat sexuální výchovy s žáky, které už alespoň trochu znáte. Právě vytvořená třída s novým třídním druhý týden v září není zrovna značka ideál ;-). Kromě znalosti konkrétních žáků není od věci připomenout si obecné zákonitosti jejich vývoje, na které mnohdy během běžné výuky zapomínáme (třeba fakt, že nesouhlas s autoritami je přirozenou součástí puberty).
- TIP:** Vyplatí se připomenout si, že některé „otravné“ reakce žáků patří k jejich přirozenému vývoji, a tudíž nejsou míněné proti nám nebo proti tématu.

#### 5. Věda, výzkum, fakta

- Než se pustíte do jakéhokoliv tématu, ujistěte se, že znáte všechna důležitá fakta. Faktem není cokoli, co visí na internetu, a už vůbec ne to, co se stále opakuje (viz např. „4 % lidí jsou homosexuálové“). Faktem zde rozumíme aktuální informace podložené výzkumem, zaručené některou vědeckou autoritou.
- Žáci tvrdí něco jiného? Zkuste srovnat vaše a jejich zdroje. Nejlepším argumentem bývá důkaz. Když ho nemáte po ruce, zkuste se nad tím zamyslet do příště.
- POZOR!** V této oblasti panuje obrovské množství mýtů, polopravd a falešných závěrů. Pokud se chcete dopátrat co nejlíže pravdě, je mnohdy nutné srovnat více zdrojů a dávat pozor na zadavatele výzkumu/projektu. Zadavatelé mnohdy sledují spíše svoje vlastní cíle, a ne platné vědecké závěry.
- TIP:** Ověřování zdrojů je pracné, ale nutné. Zajímavé a ověřené zdroje můžete získat třeba na webu [Sexuologické společnosti ČLS JEP](#) nebo na [Wikiskriptech](#).

#### 6. Čas a blbý kecy

- Možná budou mlčet, anebo se naopak šíleně rozpovídají. Sami to jako pedagogové znáte, je to s některými tématy loterie. Počítejte vždy radši s časem navíc pro diskuzi, pro otázky a doplnění. A taky s „blbými kecy“ a divnými komentáři. Za tím se totiž často skrývá otázka, kterou se někdo stydí položit.
- Může se stát, že je hodně ticha, až moc. Někdy je příčinou ticha to, že jsme zašli „příliš daleko“ – zkuste se vrátit do obecnější roviny tématu. Pokud je ticho hlavně na začátku, zkuste rozbít ledy vypracováním společného slovníčku k tématu nebo zadejte něco, na co mají zkusit najít odpověď na internetu. Na ticho také dobře pomáhají práce v menších skupinách a následně sdílení nápadů v jasně daném pořadí skupin.
- TIP:** Zkuste objevit otázky, na které asi vaši žáci svými „kecy“ naráží, protože se nechtějí zeptat přímo. Objevte je a bez ptaní zodpovězte.

## 7. Rodiče (zákonní zástupci)

- Témata sexuální výchovy spadají do témat RVP, tudíž mnoho škol a vyučujících nepovažuje souhlas rodičů za nutný. Pokud máte ale dopředu podezření, že by se „mohlo něco dít“, zvažte například možnost rodiče dopředu informovat o plánované výuce, anebo s nimi témata sdílejte v rámci třídních schůzek.
- Přímé konflikty ohledně dobře uchopených témat bývají vzácné, o to častější jsou ale nedorozumění („Paní učitelka dneska pouštěla nahatý obrázky.“, „Říkali nám dneska, že máme mít sex... s kondomem.“) Případná nedorozumění zkuste odhalit hned v počátku a nebojte se objasnit, kde je pravda a co skutečně při výuce zaznělo.
- **TIP:** Zamyslete se, co by vás v roli rodiče vyděsilo a co naopak příjemně překvapilo?

### JSTE PŘIPRAVENI? Zamyslete se...

- Mám dost informací o tématu?
- Nevadí mi bavit se o intimních tématech?
- Mám dost času a prostoru?
- Myslím si, že jde o témata důležitá pro žáky?
- Vím, co si o tématu myslím já sám/sama?
- Chci se tématům sexuální výchovy věnovat v rámci své výuky?

*Odpověděli jste na všechny otázky nadšeně ANO? Tak vzhůru do toho!*

**TIP:** Nejste si jistí, na co je kdy vhodný čas? Pomoci může (samozřejmě kromě RVP, respektive ŠVP) například tento dokument od WHO [Standardy pro sexuální výchovu v Evropě](#) nebo podrobnější publikace od [UNICEF](#) (ta je ale v angličtině).



Autor: Tereza Lubasová

Toto dílo je licencováno pod licencí Creative Commons [CC BY-NC 4.0]. Licenční podmínky navštivte na adrese [<https://creativecommons.org/choose/?lang=cs>].