

BZgA

Federal Centre
for
Health
Education

Regionální kancelář WHO pro
Evropu a BZgA

Standardy pro sexuální výchovu v Evropě

*Rámec pro tvůrce osnov,
vzdělávací a zdravotnické instituce
a odborníky*

České vydání:
Společnost pro plánování rodiny a sexuální výchovu
Praha 2017



SPRSV



EUROPE



**Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung**

Regionální kancelář WHO pro
Evropu a BZgA

Standardy pro sexuální výchovu v Evropě

Rámec pro tvůrce osnov,
vzdělávací a zdravotnické instituce
a odborníky

Federální centrum pro zdravotní výchovu, BZgA
Kolín 2010

Obsah

Předmluva k anglickému vydání	6
Poděkování	8
Předmluva k českému vydání	9
ČÁST 1: ÚVOD	11
1. Pozadí a účel vzniku dokumentu	11
1.1 Formální a neformální sexuální výchova	12
1.2 Historický kontext sexuální výchovy ve školách	13
1.3 Vývoj sexuální výchovy ve školách v Evropě	14
1.4 Různá uspořádání sexuální výchovy v Evropě	15
1.5 Evropa v globální perspektivě	17
1.6 Paralelní mezinárodní iniciativy sexuální výchovy	18
2. Sexualita, sexuální zdraví a sexuální výchova – definice a pojmy	21
Stručná odbočka: „intimní občanství“	24
Další definice sexuální výchovy od UNESCO a IPPF	26
3. Zdůvodnění sexuální výchovy	27
3.1 Základní úvahy o sexuální výchově	27
3.2 Psychosexuální vývoj dětí	28
Proces sexuálního vývoje	30
4. Zásady a výstupy sexuální výchovy	35
5. Cílové skupiny a partneři pro sexuální výchovu	36
6. Jak předávat sexuální výchovu – všeobecný rámec a základní požadavky	37
6.1 Sedm vlastností sexuální výchovy	37
6.2 Způsobilost vzdělavatelů	39

ČÁST 2: MATICE SEXUÁLNÍ VÝCHOVY **41**

1. Úvod	41
1.1 Kontext matice	41
1.2 Význam pomocných struktur	42
1.3 Proč by měla sexuální výchova začít před čtvrtým rokem věku?	43
1.4 Jak číst tuto matici	44
2. Matice	46

BIBLIOGRAFIE **61**

A. Odkazy	61
B. Vědecká literatura o psychosociálním vývoji dětí	63
C. Učební osnovy a vzdělávací knihy	67
D. Internetové stránky	70
Seznam použitých zkratk	72

Předmluva k anglickému vydání

Světová zdravotnická organizace (WHO) v evropském regionu čelí mnoha úkolům v oblasti sexuálního zdraví: stoupající míra HIV a dalších sexuálně přenosných infekcí (**STI**), neplánovaná otěhotnění mladistvých a sexuální násilí, když jmenujeme pouze některé z nich. Děti a mladí lidé jsou klíčové osoby při snahách zlepšit sexuální zdraví. Potřebují vědět o sexualitě jak z hlediska rizik, tak i obohacení, aby k ní rozvíjeli pozitivní a zodpovědný postoj. Pak se budou schopni chovat zodpovědně nejen vůči sobě, ale také vůči ostatním ve společnosti, ve které žijí.

Tento dokument byl vytvořen jako odpověď na potřebu určit standardy sexuální výchovy. Tato potřeba je zřejmou v celém evropském regionu WHO, který zahrnuje 53 zemí a pokrývá obrovskou geografickou oblast od Atlantiku až po Tichý oceán. Většina západoevropských zemí má nyní národní směrnice, nebo alespoň minimální standardy pro sexuální výchovu, ale dosud nebyl učiněn žádný pokus doporučit standardy v evropském regionu nebo na evropské úrovni. Tento dokument je prvním krokem k zaplnění této mezery pro celý evropský region WHO.

Tento dokument má také za cíl přispět k zavedení ucelené sexuální výchovy. Ucelená sexuální výchova dává dětem a mladým lidem objektivní, vědecky správné informace o všech aspektech sexuality a současně jim pomáhá vyvinout schopnosti jednat v souladu s těmito informacemi. Tak přispívá k vývoji respektujícího, tolerantního postoje a pomáhá vybudovat rovnoprávnou společnost.

Tradičně se sexuální výchova zaměřovala na potenciální rizika sexuality, jako jsou neplánovaná otěhotnění a **STI**. Toto negativní zaměření je často pro děti a mladé lidi zstrašující; navíc neodpovídá jejich potřebám získávat potřebné informace a dovednosti. A navíc, v mnoha případech zkrátka nemá žádný přímý vztah k jejich životu.

Ucelený přístup založený na pochopení sexuality jako oblasti lidského potenciálu, pomáhá dětem a mladým lidem rozvíjet základní dovednosti, které jim umožní svobodně se rozhodovat o své sexualitě a svých vztazích v různých vývojových fázích. Podporuje je, aby vzali do vlastních rukou svůj sexuální život a své vztahy a prožívali je naplňujícím a zodpovědným způsobem. Tyto znalosti a dovednosti jsou zároveň nezbytné pro ochranu před možnými riziky.

Sexuální výchova je také součástí všeobecného vzdělání, a tím tedy ovlivňuje rozvoj dětské osobnosti. Její preventivní povaha nejen, že přispívá k prevenci negativních následků spojených se sexualitou, ale může také zlepšit kvalitu života, zdraví a celkového pocitu životní pohody. Tímto způsobem sexuální výchova obecně přispívá k podpoře zdraví.

Zavedení sexuální výchovy - zejména ve školách - není vždy snadné: často se setkáváme s odporem, většinou založeným na strachu a nepochopení sexuální výchovy. Doufáme, že tyto Standardy pomohou a podpoří státy, aby zaváděly sexuální výchovu a nebo rozšířily již existující programy s cílem dosáhnout ucelené sexuální výchovy.

Tato iniciativa byla zahájena *Regionální kanceláří WHO pro Evropu* v roce 2008 a rozvíjena *Federálním centrem pro zdravotní vzdělání (BZgA)*, Spolupracujícím centrem pro sexuální a reprodukční zdraví WHO, v těsné spolupráci se skupinou expertů. Tato skupina zahrnuje 19 odborníků z devíti západoevropských zemí, z různých oblastí od medicíny po psychologii a společenské vědy. Všichni odborníci mají široké zkušenosti na poli sexuální výchovy v teoretické nebo spíše praktické oblasti. Vládní a nevládní organizace, mezinárodní organizace a akademická oblast se účastnily tohoto procesu trvajícího více než jeden a půl roku, během něhož se skupina čtyřikrát setkala při pracovních schůzkách. Tato skupina se dohodla na současných standardech pro sexuální výchovu, které, jak doufáme, budou sloužit jednotlivým zemím jako návod pro zavedení ucelené sexuální výchovy. Tyto Standardy budou

poskytovat praktickou pomoc při vytváření vhodných osnov; současně mohou být nápomocné při prosazování zavedení ucelené sexuální výchovy v každé zemi.

Tento dokument je rozdělen do dvou hlavních částí: první část udává přehled o základní filozofii, důvodech vzniku, definicích a principech sexuální výchovy a prvcích, které rozvíjí. Představuje širší koncept ucelené sexuální výchovy a dokazuje, proč je nezbytně nutná pro mladé lidi a adolescenty.

Jádrem druhé části tohoto dokumentu je tabelární přehled základních témat, jež sexuální výchova musí pokrýt v určitých věkových skupinách. Tato část je vedena spíše směrem praktické realizace ucelené sexuální výchovy na školách, i když cílem těchto Standardů není být jen průvodcem při praktické realizaci.



V době mezi listopadem 2008 a prosincem 2009 BZgA v Kolíně zorganizovalo sérii 4 workshopů, na které pozvaní experti společně vytvořili tyto Standardy.

[Sem zadejte text.]

Poděkování

Federální centrum pro zdravotní výchovu (BZgA) jako vydavatelská instituce těchto Standardů by ráda vyjádřila svou hlubokou vděčnost mnoha osobám: Dr. Gunta Lazdane z Regionální kanceláře WHO pro Evropu za iniciaci tohoto důležitého procesu a expertní skupině skládající se z prof. Dan Apter (Klinika sexuálního zdraví, Väestöliitto), Doortje Braeken (Mezinárodní federace pro plánované rodičovství – IPPF), Dr Raisa Cacciatore (Klinika sexuálního zdraví, Väestöliitto), Dr Marina Costa (PLANeS, švýcarská Nadace pro sexuální a reprodukční zdraví) Dr Peter Decat

(Mezinárodní centrum pro reprodukční zdraví, Univerzita Ghent), Ada Dortch (IPPF), Erika Frans (SENSOA), Olaf Kapella (Rakouský Institut pro rodinné studie, Univerzita Vídeň), Dr Evert Ketting (Konzultant sexuálního a reprodukčního zdraví a HIV/AIDS), prof. Daniel Kunz (Univerzita aplikovaných věd a umění, Lucern), Dr Margareta Larsson (Univerzita Uppsala), Dr Olga Loeber (Evropská společnost pro antikoncepci), Anna Martinez (Sexuální vzdělávací forum, Národní úřad pro děti, Spojené království), Dr Kristien Michielsen (Mezinárodní centrum pro reprodukční zdraví, Univerzita Ghent), Ulla Ollendorff (Norský direktorát pro zdraví), Dr Simone Reuter (Služby pro antikoncepci a sexuální zdraví), Saderijn van der Doef (Světová nadace pro obyvatelstvo), Dr Inke van der Vlugt (Skupina Rutgers Nisso) a Ekuu Yankah (UNESCO), kteří pracovali neúnavně a s velkým zájmem na tomto projektu. Bylo potěšením pracovat s tak obětavými a nadšenými kolegy.

Předmluva k českému vydání

Standardy sexuální výchovy poskytují základní rámec pro výuku o tělesnosti a sexualitě. Nabízejí přehled témat, která je dobrá mít na zřeteli při práci s příslušnou věkovou skupinou, vysvětlují základní terminologii a zprostředkovávají definice nově se objevujících pojmů, jako je kupříkladu sexuální občanství. Prosazují holistickou koncepci sexuální výchovy, která kromě aspektů zdravotních, preventivních a morálních, zahrnuje také otázky rovnosti, diverzity a demokracie. Jde o rozsáhlý dokument, který ale nepředstavuje manuál, podle kterého by bylo možné do puntíku postupovat. Konkrétní manuály a metodiky jsou již v kompetenci každého státu a jeho vzdělávacího systému, který zohledňuje regionální, systémová i historická specifika.

V České republice má sexuální výchova bohatou tradici a souvisí se silnou pozicí české sexuologie, která se zrodila již za první republiky. Na federální úrovni se jí zabývala vládní populační komise. Výchova se soustředila především na prevenci sexuálně přenosných nemocí, ale existovaly i programy zaměřené na informování o antikoncepci podporující plánované rodičovství. Praxe sexuální výchovy ve školách záležela na vedení každé konkrétní školy, takže se v jednotlivých institucích hodně lišila. Stejná situace panuje však i v České republice 21. století.

V oblasti výchovy k plánovanému rodičovství docházelo i k mezinárodním výměnám zkušeností, nejintenzivněji s NDR (společnost Ehe und Familie), která měla ve východním bloku relativně nejvyspělejší sexuální výchovu kopírující do značné míry NSR. Již od šedesátých let 20. století bylo Československo přidruženým členem International Planned Parenthood Federation (IPPF).

Na knižním trhu byly dostupné publikace a informační brožury, k jejichž nejznámějším autorkám a autorům patří MUDr. Marta Brtníková, MUDr. Jaroslava Pondělíčková, prof. Josef Hynie, MUDr. Jiří Mellan a další členové Sexuologického ústavu v Praze. Z dnešního pohledu mohou být některé knížky a informace v nich úsměvné, avšak ve své době představovaly cenný zdroj informací, které nebylo možné si jen tak vyhledat na internetu, a jejich vydání očekávala československá veřejnost s velkým zájmem. Četná řádka těchto publikací dokazuje, že sexualita a reprodukční strategie obyvatel socialistického Československa nebyly zdaleka tak násilně regulovány, jako tomu bylo třeba v Rumunsku, kde existoval přísný zákaz antikoncepce i potratů.

Historii české sexuologie a především státních politik zaměřených na rodinu a ženy dnes mapuje například socioložka doc. Kateřina Lišková, která uvádí, že od padesátých let 20. století došlo k výrazným emancipačním snahám spojeným se sexualitou, které přinesly mnohá pozitiva. Jako příklady můžeme uvést odtabuizování předmanželského sexu, zrovnoprávnění dětí nenarozených v manželství, zdůraznění rovnosti žen a mužů v životě nejen pracovním, ale i rodinném a partnerském.

Ne vždy se však snahy sexuologů setkaly s přijetím strany či stranou kontrolovaných institucí. Když na sklonku osmdesátých let ukázal MUDr. Radim Uzel v přímém přenosu československé televize prezervativ, vysloužil si zákaz veřejného vystupování. MUDr. Uzel vzpomíná i na to, že se za socialismu nesmělo na veřejnosti říci, že onanie není škodlivá. Sféra sexuality je kolbištěm společenských i politických představ a tlaků za každého režimu. Nám nezbývá než doufat, že standardy přispějí k tomu, aby ti, kdo se podílejí na vzdělávání dětí a mládeže, byli schopni citlivě poskytnout informace a vychovávat jedince, kteří budou schopni vést spokojený, sebevědomý a zdravý sexuální život, respektovat diverzitu a hranice své i druhých.

[Mgr. Lucie Jarkovská, Ph.D.](#)

POZNÁMKA K ČESKÉMU PŘEKLADU

Český překlad vznikl za spolupráce několika odborníků s cílem najít pro anglické výrazy kulturně a obsahově relevantní český název. Jedním z klíčových pojmů v tomto dokumentu je slovo *holistic*. Slovo *holistic* se do češtiny zpravidla překládá jako holistický nebo celostní, tato slova se ale v českém jazyce používají hlavně v oblasti alternativní medicíny, proto volíme pro *holistic* překlad *ucelený s vědomím*, že není zcela přesný. Pro anglický výraz *holistic sexual education* používáme tedy pojem *ucelená sexuální výchova*.

Část 1: Úvod

1. Pozadí a účel vzniku dokumentu

Tento dokument představuje doporučené standardy pro sexuální výchovu. Tyto standardy shrnují to, co by děti a mladí lidé v daném věku měli znát, čemu by měli rozumět, které situace nebo problémy by měli být schopni zvládnout a které hodnoty a postoje potřebují rozvíjet; všechno tak, aby se mohli vyvíjet uspokojivým, pozitivním a zdravým způsobem ve vztahu k jejich sexualitě.

Tento dokument může být použit při prosazování sexuální výchovy, stejně jako vývoji nebo aktualizaci osnov na různých úrovních vzdělávání.

V oblasti prosazování sexuální výchovy může sloužit k přesvědčování tvůrců osnov o významu zavedení sexuální výchovy nebo k rozšíření existujících přístupů. Tyto standardy jsou dobrým výchovzím bodem pro dialog o sexuální výchově s těmi, kteří o výchově rozhodují a partneři (investory) v této oblasti. Pokud chceme tyto standardy použít pro vytvoření nových nebo aktualizaci existujících osnov, tento dokument musí být přizpůsoben specifickým potřebám a situaci dané země. Standardy pomáhají určit, jaké by měly být další kroky směrem k ucelenému přístupu k sexuální výchově a poskytují

specifické vedení při definování učebních výstupů – nedílnou součást každých osnov.¹

Tento dokument byl vytvořen v reakci na zřejmou potřebu standardů sexuální výchovy, jež se nedávno v evropském regionu projevila. Několik evropských zemí požádalo o podporu Regionální kanceláře WHO při vytváření programů sexuální výchovy. Evropské standardy, které staví na zkušenostech evropských zemí s dlouhou tradicí v poskytování tohoto vzdělání a které představují kombinované odborné znalosti evropských specialistů v tomto oboru v mnoha zemích, poskytují cenný rámec pro vytváření takovýchto programů.

„Nová“ potřeba sexuální výchovy

Potřeba sexuální výchovy byla vyvolána vývojem v posledních dekádách.

Zahrnuje globalizaci a migraci 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 sexuální zneužívání dětí a adolescentů a také měnící se postoje k sexualitě a konečně

¹ Na poli sexuální výchovy již vzniklo mnoho aktivit a iniciativ. Materiály a nástroje pro jednotlivé aspekty sexuální výchovy naleznete v Bibliografii, část C. Pokud je potřeba vytvořit nové učební osnovy, dobrým zdrojem mohou být databáze UNESCO,

rozsáhlé přehledy sexuální výchovy v Evropě od BZgA a IPPF (srov. UNESCO HIV and AIDS Education Clearinghouse; IPPF (2006a, 2007), Lazarus & Liljestrand (2007) and BZgA/WHO Regional Office for Europe (2006).

i změny v sexuálním chování mladých lidí. Tento nový vývoj vyžaduje efektivní strategie, aby se mladí lidé byli schopni vyrovnat se svou sexualitou bezpečně a uspokojivě. Formální sexuální výchova by měla být schopna ovlivnit většinu cílové populace.

Evropské standardy by také mohly být cenným nástrojem pro více i méně rozvinuté 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.

Pro správné porozumění tomuto dokumentu je nezbytné nejprve prodiskutovat, co tyto standardy mohou znamenat v praxi, jak se lidská sexualita vyvíjí během dětství a adolescence a jak široká je rozmanitost sociálních, kulturních, náboženských vlivů ovlivňujících její formování a vytváření.

1.1 Formální a neformální sexuální výchova

Během procesu dospívání děti a adolescenti postupně získávají znalosti a rozvíjí představitost, hodnoty, postoje a schopnosti související s lidským tělem, intimními vztahy a sexualitou. K tomu využívají širokou škálu zdrojů poznávání. Nejdůležitější, zejména v počátečních stádiích vývoje, jsou neformální zdroje včetně rodičů, kteří jsou nejdůležitější od útlého věku. Úloha odborníků, ať už lékařských, pedagogických, sociálních nebo psychologických, obvykle není v tomto procesu zřetelná. Je to pochopitelné, protože odborníci jsou obvykle voláni až v případě problému, který mají pomoci vyřešit. Nicméně v západních kulturách všeobecně roste důraz na prevenci vzniku problémů, což se také více promítá do oblastí intimity a lidské sexualitě - zvýšil se tak počet

požadavků na aktivnější zapojení odborníků v této oblasti.

Důležitost pozitivního profesionálního přístupu

Jak už bylo popsáno, významná část poznání na poli sexuality se objevuje mimo sféru působení odborníků, ti ale přesto hrají významnou roli. Formální výchova samozřejmě stěží „zformuje“ lidskou sexualitu a vzdělavatelé v oblasti sexuality mají tendenci zaměřovat se na negativní jevy (jako jsou neplánované těhotenství a pohlavně přenosné infekce - STI) a jak jim předcházet. Což snadno vede ke kritice, že jejich přístup je převážně negativistický, orientovaný jen na potíže. Soustředění se na problémy a rizika není vždy v souladu se zvědavostí, zájmy, potřebami a zkušenostmi samotných mladých lidí. Proto často nemá takový dopad na jejich chování, jaký bychom si přáli. Toto postupně vede k požadavku pozitivnějšího přístupu, který je nejen efektivnější ale také realističtější. Vývoj sexuální výchovy je proto svým způsobem historií hledání, jak uvést do souladu doplňkovou, profesionální a na prevenci orientovanou roli, s požadavkem, aby byla zároveň relevantní, efektivní, přijatelná a přitažlivá pro mladé lidi.

Mladí lidé potřebují jak neformální, tak formální sexuální výchovu

Je důležité zdůraznit, že mladí lidé potřebují jak formální, tak neformální sexuální výchovu. Ty by neměly být v protikladu, ale vzájemně se doplňovat. Na jednu stranu potřebují mladí lidé pro rozvoj své sexuální identity lásku, prostor a podporu ve svém každodenním společenském prostředí, na druhou stranu také potřebují získat specifické znalosti, postoje a schopnosti, v čemž hrají důležitou roli odborníci. Hlavním zdrojem odborných informací a zprostředkovatelem vzdělávání jsou školy, výchovné knihy, brožury, letáky a datové nosiče; vzdělávací stránky na internetu; výchovné rozhlasové a televizní

programy a kampaně; a konečně poskytovatelé (zdravotnických) služeb.

Tento dokument se zaměřuje na sexuální výchovu na školách, ale neměl by být ve svém významu interpretován tak, že škola je jediný relevantní prostředek sexuální výchovy.

1.2 Historický kontext sexuální výchovy ve školách

Objev „adolescence“ v kontextu „sexuální revoluce“ v 70. letech 20. století

Zavedení sexuální výchovy do škol v západní Evropě úzce souvisí s vývojem a širokou dostupností moderních a spolehlivých metod antikoncepce, zejména „pilulek“, a legalizací interrupce ve většině zemí v 70. a 80. letech 20. století. Tyto inovace otevřely zcela nové možnosti pro oddělení sexuality od reprodukce. Tato změna spustila okolo roku 1970 „sexuální revoluci“ a v kombinaci s dalšími faktory podnítila proces ženské emancipace. Hodnoty a normy související se sexualitou se začaly posouvat a sexuální chování se začalo měnit nebo přinejmenším přestalo být tolik tabuizované. Stalo se tématem otevřeným veřejné diskuzi. Tyto procesy také podpořily vznik nové přechodné životní fáze mezi dětstvím a dospělostí, která se stala známou jako „adolescence“. Tato přechodná fáze byla postupně charakterizována rostoucí nezávislostí na rodičích, zapojením se do milostných vztahů a sexuálními kontakty (dlouho) před vznikem manželství, soužitím bez manželství a odkládáním manželství a založení rodiny. Zhruba řečeno, na začátku třetího milénia lidé v Evropě prožijí své první sexuální kontakty v průměru ve věku 16 – 18 let. Mají několik partnerů před svatbou (nebo trvalým soužitím), k níž dochází okolo 25. roku a mají své první dítě ve věku 28 –

30 let². Během tohoto období před navázáním stabilního vztahu, se rizika neplánovaného otěhotnění a sexuálně přenosných infekcí stávají důležitými aspekty jak individuálního, tak veřejného zdraví. Počátek epidemie HIV/AIDS v 80. letech 20. století přinesl velmi vážná rizika, která vedla ke zvýšené snaze o prevenci.

Také další faktory přispěly k tomu, aby se společnost více soustředila na sexualitu adolescentů a na jejich sexuální zdraví. Témata sexuálního zneužívání a násilí, tradičně tabuizované záležitosti, které měly tendenci zůstat skryté, byla otevřena a vyvolala morální pobouření a volání po preventivních akcích. Také „sexualizace“ médií a reklam byla čím dál více chápána jako negativně ovlivňující vnímání sexuality u mladých lidí a vyžadovala nějakou formu protiakce.

Sexuální výchova ve školách – jako reakce společnosti na tyto sociální změny

Všechny tyto základní sociální změny, zejména vznik nových sociálních věkových skupin situovaných mezi dětstvím a dospělostí, se svou vlastní kulturou, chováním a potřebami, vyžadovaly od společnosti nové odezvy. Oblast sexuality vyžadovala nové typy zdravotních služeb, přizpůsobení těch existujících změněným potřebám a poskytování nových informací a výchovných programů. Potřeba sexuální výchovy v 2. polovině 20. století v celé Evropě by tedy měla být prvotně vnímána z této perspektivy. Nově vznikající vize, zejména zdůraznění významu lidských práv včetně sexuálních, a role výše zmíněné přechodové věkové skupiny ve společnosti vedly k potřebě prohloubit sexuální vzdělávání. Je důležité poznamenat, že tento proces probíhal ve všech evropských zemích, ačkoliv některé

² Srov. OECD (2008). Viz také WHO Regional Office for Europe (2008).

země se tomu přizpůsobily dříve nebo rychleji než jiné. Sexuální výchova, prováděná zejména prostřednictvím škol, je základní složkou tohoto procesu adaptace.

Původní důvody pro zavedení sexuální výchovy na školách se po letech měnily a lišily se mezi jednotlivými zeměmi od prevence nechtěného otěhotnění až po HIV a další STI. Skandály sexuálního zneužívání daly sexuální výchově silnou podporu ve veřejné sféře a vedly k požadavku zavedení sexuální výchovy u mladších dětí. Tento požadavek je podporován změnou vnímání dítěte obecně – nyní je dítě subjektem.³ Tyto odlišné motivace postupně směřovaly k více ucelenému pohledu na sexuální výchovu. Zásadní motivací k tomu se stalo přesvědčení, že mladí lidé by měli být podporováni a mělo by jim být umožněno zacházet se svou sexualitou zodpovědně, bezpečně a uspokojivě a neměli bychom se soustřeďovat primárně na individuální záležitosti nebo hrozby. Poslední dobou dominuje mezi odborníky na sexualitu a sexuální zdraví napříč Evropou tento komplexní pohled, v němž je sexualita definována v mnohem širších termínech a není zaměřena pouze na fyzický akt soulože.

1.3 Vývoj sexuální výchovy ve školách v Evropě⁴

Sexuální výchova jako předmět školních osnov má v Evropě již více než padesátiletou historii, což je déle než v jakékoliv jiné části světa. V roce 1955 bylo Švédsko oficiálně první zemí, kde byl tento předmět zaveden jako povinný ve všech školách. Ve skutečnosti ale trvalo mnoho

let integrovat tento předmět do osnov, protože vytvoření směrnic, manuálů a dalších vzdělávacích materiálů, stejně jako výcvik učitelů, trvalo několik let.

Sexuální výchova nejdříve v západoevropských zemích ...

V 70. a 80. letech 20. století přijalo sexuální výchovu mnohem více západoevropských zemí. Nejprve další skandinávské země, pak také jinde. Například v Německu byla zavedena v roce 1968 a v Rakousku v roce 1970. V Nizozemsku a Švýcarsku byla zavedena také v 70. letech ačkoliv, kvůli vysokému stupni nezávislosti škol (nebo kantonů v případě Švýcarska), se hned od začátku nestala sexuální výchova povinnou.⁵ Zavádění školní sexuální výchovy pokračovalo v posledním desetiletí 20. století a v prvním desetiletí 21. století, nejprve ve Francii, Velké Británii a dalších západoevropských zemích, později přibyly jihoevropské země, zejména Portugalsko a Španělsko. Dokonce i v Irsku, kde je náboženská opozice tradičně velmi silná, se sexuální výchova v roce 2003 stala povinnou na základních a středních školách. Pouze v několika starých členských zemích EU, obzvláště jihoevropských ještě nebyla sexuální výchova ve školách zavedena.

...pak ve střední a východní Evropě

Ve střední a východní Evropě zavádění sexuální výchovy začalo po pádu komunismu. Předtím v jednotlivých zemích existovalo několik iniciativ, ale při zpětném pohledu je stěží můžeme nazvat „sexuální výchovou“. Většinou to byly „přípravy na manželství a rodinu“, které popíraly fakt, že se u mladých lidí postupně vyvíjí silný zájem o milostné vztahy a zejména to, že by mohli

³ Dítě je tak vnímáno jako nezávislá osoba se specifickými kompetencemi a potřebami, mimo jiné s respektem k jeho/jejím formám vyjadřování blízkosti, citlivosti a (tělesné) zvědavosti. O potenciál dítěte je třeba adekvátně pečovat.

⁴ Informace o sexuální výchově na školách je založena převážně ze zpráv ze SAFE projektu. Srov. IPPF (2006a, 2007), Lazarus & Liljestrand (2007).

⁵ v Nizozemsku se nikdy nestala povinnou a ve Švýcarsku pouze o dvě desetiletí později, poté co začala epidemie AIDS.

být sexuálně aktivní před manželstvím. Příprava na sexuální život byla málokdy jejich tématem. Následkem toho země střední a východní Evropy začaly se sexuální výchovou, tak jak je v současné době chápána a praktikována ve většině zemí, o 20 – 30 let později než v západní Evropě. Pouze v některých zemích střední a východní Evropy, hlavně v České republice a Estonsku, se začalo se seriózními kroky k modernímu pojetí sexuální výchovy, na rozdíl od výchovy k rodinnému životu. V mnoha dalších zemích střední a východní Evropy je tento vývoj poslední dobou zpomalen díky rozvíjejícímu se fundamentalismu (politickému, kulturnímu a náboženskému) v různých sférách veřejného života.

Chybějící sdílení standardů a metod mezi jednotlivými zeměmi

Existuje překvapivě velmi malý vzájemný vliv mezi evropskými zeměmi při vytváření metodik sexuální výchovy, jejich osnov a standardů. Je pravděpodobné, že je to hlavně v důsledku jazykových bariér - dokumenty jsou zřídka překládány a publikovány v mezinárodních časopisech. Totéž platí pro výzkum v tomto oboru. Výzkum vzdělávacích potřeb mladých lidí resp. kvality a efektivity vzdělávacích programů je většinou prováděn pro národní účely a publikován v národních jazycích spíše, než aby se stal součástí poznatků na mezinárodním vědeckém poli. Proto nepřekvapuje, že v posledním přehledu vlivu evaluačních studií sexuální výchovy, obsaženém v „Mezinárodní odborné směrnici sexuální výchovy“ UNESCO⁶, bylo pouze 11 studií z „ostatních rozvinutých zemí“ oproti 47 studiím z USA. Většina z jedenácti evropských studií pocházela z Velké Británie a pouze pár zbývajících bylo

z jiných evropských zemí. Tak může snadno vzniknout falešný dojem, že je v Evropě nezájem o studie z oblasti sexuální výchovy, což – jak bylo výše vysvětleno – by byl špatný úsudek⁷. Evropa má spoustu zkušeností a pravděpodobně také kvalitní data v národních databázích. Ta by se měla stát mezinárodně přístupnými prostřednictvím systematického publikování studií a jejich výsledků.

1.4 Různá uspořádání sexuální výchovy v Evropě

Způsob, jakým mohou být standardy v tomto dokumentu používány, závisí převážně na tom, jak je sexuální výchova organizována a realizována. Tyto způsoby se výrazně liší napříč celou Evropou. Některé informace o těchto odlišnostech a jejich pozadí jsou proto nepostradatelné pro správné pochopení a ocenění těchto standardů.

Široký koncept sexuální výchovy – začínáme brzy

Věk, v němž začíná sexuální výchova, se napříč Evropou velmi liší. Podle údajů ze zprávy projektu SAFE⁸ tento věk kolísá od pěti let v Portugalsku až po čtrnáct let ve Španělsku, Itálii a Kypru. Nicméně bližší pohled ukazuje, že tyto rozdíly nejsou tak velké, jak by se mohly na první pohled zdát. Souvisí s tím, co je chápáno pod pojmem „sexuální výchova“. V tomto dokumentu se užívá široká definice, která zahrnuje nejen fyzické, emocionální a interakční aspekty sexuality a sexuálních kontaktů, ale také celou řadu jiných aspektů, jako jsou přátelství, pocit bezpečí, bezpečnost a přitažlivost. Pokud používáme tento širší koncept, vidíme, že v mnoha zemích sexuální výchova začíná na úrovni základních škol. Pro to, co oficiálně začíná na druhém stupni se obvykle používá

⁶ Srov. UNESCO (2009a).

⁷ Viz také kapitola 1.5, Evropa v globální perspektivě.

⁸ Srov. IPPF (2006a).

mnohem užší definice „sexuální kontakty“. Tento rozdíl v definici také vysvětluje, proč je v některých zemích termín „sexuální výchova a vztahy“ resp. podobné termíny, upřednostňován před termínem „sexuální výchova“.

V tomto dokumentu bylo záměrně rozhodnuto vyžadovat přístup, v němž sexuální výchova začíná od narození. Děti se od narození učí významu a potěšení z tělesného kontaktu, vroucnosti a intimity. Brzy poté se učí, co je „čisté“ a co je „špinavé“. Později poznávají rozdíl mezi mužem a ženou a mezi blízkými a cizími lidmi. Zásadní je, že od narození zejména rodiče vysílají svým dětem zprávy, které souvisí s lidským tělem a intimitou. Jinými slovy, rodiče tak praktikují sexuální výchovu.

Sexuální výchova musí být odpovídající danému věku

Termín „věku odpovídající“ je v tomto kontextu důležitý. Ve skutečnosti je přesnější používat termín „vývoji odpovídající“, protože ne všechny děti se vyvíjí stejným tempem. Nicméně termín „věku odpovídající“ je zde používán jako zástupce pro oba termíny věk i vývoj. Tento termín se vztahuje k postupnému vývoji toho, co je ve středu zájmu, co je podstatné a jaká úroveň podrobností je nutná v daném věku a/nebo vývojové fázi.

Čtyřleté dítě se může ptát, odkud se berou malé děti a maminka odpověď „z břicha“ je obvykle dostatečná a jeho věku odpovídající. Totéž dítě se o něco později začne zajímat o to, „jak se děťátko dostalo do maminka břicha“ a věku odpovídající odpověď bude jiná. Odpověď, která není vhodná, pak je: „Jsi na to ještě příliš malý(á)“. Věku odpovídající přístup objasňuje, proč musí být stejná témata v sexuální výchově opakovaně probírána

v různém věku - v pokročilejším věku budou zkoumána více zevrubně.

Sexuální výchova jako multidisciplinární předmět

Předmět, v němž je sexuální výchova vyučována a vzdělávací průprava zodpovědného učitele, se liší napříč Evropou. Někdy je sexuální výchova vyučována jako samostatný předmět, ale častěji je integrována do jiných předmětů. Nejzjevnější je souvislost s biologií, ale závisí to na zemi, typu školy a dalších podmínkách. Někdy je sexuální výchova vyučována v rámci 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 předmětem⁹. Zkušenosti ukazují, že v takovýchto případech je důležité, aby byl jeden učitel zodpovědný za celkovou koordinaci různých materiálů a dalších používaných informací.

Jiný běžně používaný přístup je přivést specialisty z mimoškolního prostředí (externisty), kteří se zabývají specifickými záležitostmi. Mohou to být lékaři, zdravotní sestry, porodní asistentky, pracovníci s mládeží nebo psychologové, kteří jsou speciálně vzděláni v sexuální výchově. Také se využívá pomoci nevládních

⁹ Např. ve Francii je sexuální výchova vyučována několika různě zaměřenými učiteli.

organizací působících v oblasti sexuálního zdraví nebo služeb zařízení poskytující zdravotní služby mladým lidem.

V některých zemích jako je Švédsko nebo Estonsko děti získávají část svého sexuálního vzdělání v centrech zdraví pro mladé. Má se za to, že to podporuje i jejich zájem tato centra v budoucnu vyhledat a v případě potřeby je požádat o odbornou péči.

Povinné zavedení sexuální (a vztahové) výchovy do školních osnov, je důležitým aspektem pro její předávání, protože – jak ukazují zkušenosti v některých zemích – pozornost, kterou jí věnujeme, se pravděpodobně zmenší pokud již není jako povinný předmět. Na druhou stranu to, že je povinnou součástí osnov, automaticky nepovede k její dobré kvalitě a k ucelenému vzdělávání. Je zde též potřeba vztupného procesu, ve kterém jsou vyučující motivováni, školeni a podporováni.

V posledních dekádách se v Evropě prosazuje trend zavést sexuální výchovu jako povinný předmět, bez možnosti volby rodičů uvolnit své děti z těchto hodin, i kdyby měli vážné výhrady k obsahu osnov. V praxi je to tak, že rodiče (včetně těch z minoritních populací) často podporují sexuální výchovu ve školách, protože oni sami nedokážou tento úkol zvládnout nebo je jim trapné tyto otázky řešit.

Zde je důležité podotknout, že sexuální výchova stěží kdy bude klasifikačním předmětem, ačkoliv některé její prvky mohou být předmětem zkoušení, protože jsou součástí povinných předmětů jako např. biologie. Nicméně pro získání dostatečné pozornosti je důležité, aby se i tento předmět stal předmětem klasifikovaným.

Při vytváření osnov je užitečné spolupracovat s rodiči, nejen proto, abychom zabezpečili nezbytnou podporu z jejich strany, ale také pro ustavení optimálního „poměru“ mezi neformální rolí rodičů a formální rolí školy. Přinejmenším v jedné evropské zemi (Rakousko) je tato spolupráce dokonce oficiálně vyžadována. Ale škola určitě není jedinou institucí nebo organizací, která může hrát důležitou roli na tomto poli. Mnoho dalších organizací, které jsou v těsném kontaktu s dětmi a mladými lidmi, včetně médií, mohou užitečně přispět k realizaci sexuální výchovy.

Konečně, stupeň decentralizace úřadů a orgánů, které vytváří a implementují vzdělávací osnovy, včetně sexuální výchovy, se velmi liší. Výsledkem je, že se praktické uplatňování sexuální výchovy v jednotlivých zemích významně liší. Např. ve Švédsku, kde je silná tradice centralizace vzdělávacích organizací, jsou osnovy centrálně určovány. V kulturně srovnatelných zemích jako je Dánsko a Nizozemsko jsou naopak takovoto rozhodnutí dělána místními úřady nebo jednotlivými školními představiteli.

1.5 Evropa v globální perspektivě

Mezinárodní přehled UNESCO o evaluačních studiích programů sexuální výchovy ukazuje, že programy sexuální výchovy jsou dnes implementovány v široké škále rozvinutých i rozvojových zemí.¹⁰ Mnoho programů v rozvojových zemích je inspirováno a podpořeno programy z rozvinutých zemí – zejména z USA a zemí západní Evropy.

Tři kategorie programů

Z historické globální perspektivy, programy sexuální výchovy mohou být v zásadě rozděleny do tří kategorií:

¹⁰ Srov. UNESCO a kol. (2009a), str. 13 ff.

1. Programy, které se primárně nebo výhradně soustředí na sexuální abstinenci před manželstvím známé jako programy „jak říci ne“ nebo „pouze abstinence“. (Typ 1)
2. Programy, kde je abstinence jednou z možností, ale pozornost je také věnována antikoncepci a praktikám bezpečného sexu. Tyto programy jsou často nazývány jako „komprehensivní sexuální výchova“ ve srovnání s typem „pouze abstinence“. (Typ 2)
3. Programy, které obsahují prvky Typu 2, a navíc jim dávají širší perspektivu osobního a sexuálního růstu a vývoje. V tomto dokumentu jsou označovány jako „ucelená sexuální výchova“. (Typ 3)

Programy prvního typu byly v poslední dekádě silně prosazovány a podporovány republikánskou administrativou z USA, a v jisté míře ovlivnily vývoj všude jinde, zejména v některých rozvojových zemích východní Evropy.

Programy druhého typu byly vytvořeny jako reakce na přístup „pouze abstinence“. Extenzivní studie porovnávající výsledky programů prvního a druhého typu v USA ukazuje, že programy „pouze abstinence“ nemají žádný pozitivní dopad na sexuální chování nebo na riziko otěhotnění mladistvých, zatímco komprehensivní programy takovýto efekt mají.¹¹

Hranice mezi programem druhého a třetího typu není striktní a závisí hlavně na definici.

Bohužel v USA existují skoro výhradně programy prvního a druhého typu, zatímco v západní Evropě převládají programy třetího typu. Mezinárodní literatura

o sexuální výchově je téměř výhradně v anglickém jazyce, ale většina dokumentů o sexuální výchově v Evropě, ať jsou to směrnice, příručky, vyučovací materiály nebo dokonce evaluační zprávy, jsou v národních jazycích evropských států. A protože jsou obvykle nedostupné pro mezinárodní čtenářstvo, snadno se vytváří falešný dojem, že programy v anglickém jazyce, z nichž většina pochází z USA, jsou skoro jediné, které existují.

V tomto bodě je důležité zdůraznit, že programy typu 3 vycházejí z filozofie, která je odlišná od typu 1 a 2. Poslední trend, který mnohem více žádá „hmatatelné výsledky“, se soustřeďuje zejména na výsledky v chování lidí. Důležité otázky pro evaluaci osnov sexuální výchovy typu 1 a 2 jsou: „Posouvá tento program věk prvního sexuálního styku?“; „Snižuje počet sexuálních partnerů?“; nebo dokonce „Snižuje frekvenci sexuálního styku?“.

V Evropě se sexuální výchova v první řadě orientuje na osobnostní rozvoj, zatímco v USA je primárně zaměřena na řešení problémů nebo prevenci. Existuje široká škála historických, sociálních a kulturních důvodů pro tento zásadní rozdíl, o kterém se v rámci rozsahu tohoto dokumentu nedá podrobně diskutovat, ale je důležité jej tady zmínit. V západní Evropě sexualita, jejíž význam narůstá během adolescence, není primárně vnímána jako problém a hrozba, ale jako cenný zdroj osobního obohacení.

1.6 Paralelní mezinárodní iniciativy sexuální výchovy

Tento dokument doporučující evropské standardy pro sexuální výchovu doplňuje další iniciativy na evropské a globální úrovni prosazující kvalitní sexuální výchovu.

¹¹ Srov. Kohler a kol. (2008).

V roce 2001 byla publikována *Evropská regionální strategie pro sexuální a reprodukční zdraví WHO*.¹² Tato desetiletá strategie zavázala evropské členské státy informovat a vzdělávat adolescenty ve všech aspektech sexuality a reprodukce a pomáhat jim při vytváření životních dovedností potřebných při zvládnutí těchto záležitostí uspokojivým a zodpovědným způsobem. Požadovala také aby legislativní a regulační struktury zajistili přezkoumání zákonů a uplatňovaných metody tak, aby byl zajištěn snadný a spravedlivý přístup k výchově k sexuálnímu a reprodukčnímu zdraví.

V listopadu 2006 BZgA a Regionální kancelář WHO pro Evropu zorganizovaly v Kolíně nad Rýnem evropskou konferenci na téma „Sexuální výchova mladých v multikulturní Evropě“. Tato konference nabídla více než 100 expertům z 26 zemí prostor pro prezentaci a diskuzi strategií a úspěšných iniciativ sexuální výchovy na národní úrovni. Podpořila také vytvoření sítě spolupráce na tomto poli v evropském regionu. Při přípravě na tuto konferenci byl, jako první pokus shromáždit a integrovat zkušenosti ze sexuální výchovy v 16 evropských zemích, vytvořen soubor s názvem „Národní dokumenty o sexuální výchově mladých v Evropě“.¹³ Tyto standardy symbolizují další posun ve vývoji sexuální výchovy v Evropě.

Téměř současně s touto konferencí v Kolíně nad Rýnem se staly dostupnými první výsledky „Projektu SAFE“¹⁴. Tento projekt začal v roce 2005 a byl iniciativou evropské sítě IPPF a jeho 26 členských asociací, spolu s Lundskou Universitou ve Švédsku a Regionální kancelář WHO pro

Evropu. Finančně byl podpořen Generálním ředitelstvím Evropské komise pro zdraví a ochranu spotřebitelů. Toto partnerství má za cíl hájit zájmy mladých lidí v Evropě v oblasti sexuálního a reprodukčního zdraví a souvisejících práv.

Výstupem tohoto rozsáhlého a inovačního projektu jsou tři hlavní zprávy¹⁵, z nichž jedna je „Referenční průvodce pro plánování a provádění sexuální výchovy v Evropě“, ze které se široce čerpá v celém tomto úvodu. Jedním z doporučení v této zprávě o provádění projektových postupů byl nutnost zabezpečit, aby ucelená sexuální výchova bylo povinným předmětem jak na základních, tak na středních školách, s jasně stanoveným minimem standardů a vyučovacích cílů“¹⁶. Tyto Standardy sexuální výchovy, ačkoliv byly plánovány nezávisle, naplňují výsledky projektu SAFE.

V roce 2009 UNESCO (spolu s ostatními organizacemi OSN) vydalo ve dvou svazcích „Odborné směrnice sexuální výchovy“¹⁷. S autory těchto směrnic proběhla výměna informací, zkušeností a názorů, ale pouze ve druhé fázi vzniku současných standardů. Tyto dva dokumenty se částečně překrývají, nicméně dokument UNESCO prezentuje globální doporučení, zatímco tyto Standardy jsou regionálně specifické.

V roce 2009 vydala Rada pro populaci příručku o sexuální výchově nazvanou: „*Všechno jsou to jedny osnovy. Směrnice a aktivity pro jednotný přístup k sexualitě, genderu, HIV a vzdělávání v oblasti lidských práv*“. Tyto směrnice byly vytvořeny pracovní skupinou zahrnující

¹² Srov. Regionální kancelář WHO pro Evropu (1999/2001).

¹³ BZgA/ Regionální kancelář WHO pro Evropu (2006).

¹⁴ Doslovný překlad „bezpečí“; jde o akronym z angl. Sexual Awareness for Europe - sexuální povědomí v Evropě.

¹⁵ Srov. IPPF (2006a, 2007, Lazarus & Liljestrand 2007).

¹⁶ IPPF (2007), str. 18.

¹⁷ UNESCO (2009a, 2009b).

několik nevládních organizací včetně IPPF.¹⁸

Výše zmíněná sestava akcí a dokumentů ukazuje, že v poslední dekádě vzniklo množství iniciativ v oblasti sexuální výchovy. Mají za cíl vyplnit jistou mezeru v Evropě, při čemž staví na předešlých a obdobných publikacích.

¹⁸ Srov. Population Council (2009).

2. Sexualita, sexuální zdraví a sexuální výchova – definice a pojmy

Pojmy pohlaví, sexualita, sexuální zdraví a práva a s nimi přímo související pojmy jsou do jisté míry interpretovány odlišně v různých zemích a kulturách.¹⁹ Pokud je přeložíme do jiných jazyků, mohou být opět odlišně pochopeny. Jisté objasnění způsobu, jakým jsou zde tyto pojmy používány, je proto nutné.

V lednu roku 2002 Světová zdravotnická organizace (WHO) svolala odbornou konzultační schůzi jako součást širší iniciativy, která byla zaměřena na vyjasnění některých z těchto pojmů, protože neexistovaly mezinárodně odsouhlasené definice.²⁰ Výsledkem byly pracovní definice pojmů pohlaví, sexualita, sexuální zdraví a sexuální práva. Ačkoliv se tyto definice ještě nestaly oficiálními definicemi WHO, jsou dostupné na webových stránkách WHO a jsou stále více používány. V tomto dokumentu jsou rovněž používány jako pracovní definice.

„**Pohlaví**“ odpovídá charakteristickým biologickým vlastnostem, které definují člověka všeobecně jako ženu nebo muže, ačkoliv v běžném jazyce (angličtina – „sex“) je toto slovo často interpretováno jako sexuální aktivita.

„**Sexualita**“ – všeobecně je „sexualita“ definována v souladu s pracovní definicí WHO následovně: „Lidská sexualita je přirozenou součástí lidského vývoje v každé fázi života a zahrnuje fyzické, psychické a sociální složky (...)“.²¹

Širší definice navržená WHO zní následovně:

„**Sexualita** je ústředním aspektem lidského bytí po celý život a zahrnuje pohlaví, pohlavní identitu a pohlavní roli, sexuální orientaci, erotiku, potěšení, intimitu a reprodukci. Sexualita je prožívána a vyjadřována v myšlenkách, fantaziích, tužbách, přesvědčeních, postojích, hodnotách, chování, praktikách, rolích a vztazích. Zatímco sexualita může zahrnovat všechny tyto rozměry, ne všechny z nich jsou vždy prožívány a vyjádřeny. Sexualita je ovlivněna interakcí biologických, psychologických, sociálních, ekonomických, politických, etických, právních, historických, náboženských a duchovních faktorů.“²²

Z mnoha důvodů je tato definice velmi užitečná. Zdůrazňuje, že sexualita je ve středu lidského bytí; není omezena na věkově skupiny; úzce souvisí s pohlavím a pohlavní identitou; zahrnuje různé sexuální orientace a je to mnohem širší pojem než reprodukce. Také ozřejmuje, že sexualita zahrnuje více než pouze prvky chování, a že se může výrazně lišit v závislosti na široké škále vlivů. Definice nepřímou uvádí, že sexuální výchova by měla být také interpretována tak, aby pokrývala mnohem širší a mnohem rozmanitější oblast než „vzdělávání ohledně sexuálního chování“, s nímž je bohužel často mylně zaměňována.

¹⁹ Viz také kapitola 1.

²⁰ WHO (2006).

²¹ Regionální kancelář WHO pro Evropu (1999/2001), str. 13.

²² WHO (2006), str. 10.

„Sexuální zdraví“ bylo původně definováno WHO v roce 1972 na odborném setkání²³ a zní následovně:

„Sexuální zdraví je spojení somatických, emocionálních, intelektuálních a sociálních aspektů sexuální bytosti takovými způsoby, které pozitivně obohacují a zlepšují osobnost, komunikaci a lásku“.

Ačkoliv je tato definice poněkud zastaralá, je stále často používána. Během odborné konzultace WHO v roce 2002 byl dohodnut nový návrh definice sexuálního zdraví. Tento nový návrh zní:

„Sexuální zdraví je stav fyzické, emocionální, mentální a sociální pohody ve vztahu k sexualitě; není to pouze nepřítomnost nemoci, poruchy funkce nebo vady. Sexuální zdraví vyžaduje pozitivní a ohleduplný přístup k sexualitě a sexuálním vztahům, stejně jako možnost mít příjemné a bezpečné sexuální zkušenosti, bez nátlaku, diskriminace a násilí. Má-li být dosaženo a udržováno sexuální zdraví, musí být respektována, chráněna a naplňována sexuální práva osob.“²⁴

Tento návrh definice zdůrazňuje nejen potřebu pozitivního přístupu, ale také základní hledisko zohledňující pocit potěšení a názor, že sexuální zdraví zahrnuje nejen fyzické, ale také mentální a sociální aspekty. Varuje také uživatele před potenciálně negativními prvky a poprvé zmiňuje existenci „sexuálních práv“ – dvě věci, které téměř chyběly v definici z roku 1972. Na tyto potenciálně negativní prvky také není zaměřena nadměrná pozornost, jak je to často v případě literatury o HIV a AIDS. Stručně řečeno je to vyvážená definice.

Sexuální zdraví je jedním z pěti klíčových aspektů globální Strategie reprodukčního zdraví WHO schválené Sněmem pro světové zdraví v roce 2004.²⁵

Je potřeba zdůraznit, že od počátku 50. let 20. století WHO definuje „zdraví“ a přistupuje k němu velmi širokým a pozitivním způsobem, odkazuje na něj jako na „lidský potenciál“ a ne pouze vyloučení nemoci a zahrnuje nejen fyzické, ale také emocionální, mentální, sociální a jiné aspekty. Z těchto důvodů se má za to, že definice WHO jsou přijatelným a užitečným počátečním bodem pro diskuzi o sexuální výchově. Tudíž je v tomto dokumentu používán termín „sexuální zdraví“, který ale zahrnuje význam a obsah pojmu „pocit sexuální pohody“. Sexuální zdraví je ovlivňováno nejen osobními faktory, ale také sociálními a kulturními.

²³ WHO (1975).

²⁴ WHO (2006), str. 10.

²⁵ WHO 2004), str. 21.

„**Sexuální práva**“ – zahrnují zejména právo na informaci a vzdělání. Jak už bylo dříve zmíněno, setkání WHO z roku 2002 také přišlo s návrhem definice sexuálních práv, která zní následovně:

„Sexuální práva zahrnují lidská práva, která jsou už zohledněna v národních zákonech, mezinárodních dokumentech pro lidská práva a dalších schválených rozhodnutích. Bez nátlaku, diskriminace a násilí mají všechny osoby právo:

- na nejvyšší možnou dosažitelnou úroveň sexuálního zdraví, včetně přístupu ke zdravotnickým službám sexuální a reprodukční péče;
- hledat a získat důležité informace související se sexualitou;
- vzdělávání v oblasti sexuality;
- na respekt k tělesné integritě;
- volbu partnera;
- rozhodnout se, zda být či nebýt sexuálně aktivní;
- na sexuální vztahy na základě vzájemné dohody;
- na manželství uzavřené na základě vzájemné dohody;
- rozhodnout se, zda mít či nemít děti a kdy;
- vést uspokojující, bezpečný a potěšující sexuální život.

Zodpovědné uplatňování lidských práv vyžaduje, aby každý člověk respektoval práva ostatních.“²⁶

Ačkoliv je toto jen pouhý náčrt definice, je používán jako výchozí bod tohoto dokumentu, protože se má za to, že zde obsažené body mají širokou podporu napříč Evropou. Navíc je důležité poznamenat, že je v této definici explicitně zahrnuto právo na informaci a vzdělání.

Nicméně je třeba vzít na zřetel, že zmíněná práva jsou formulována s ohledem na dospělé osoby. Ne všechna tato práva jsou automaticky aplikovatelná na děti a adolescenty. Např. je zřejmé, že věci jako uzavření manželství na základě vzájemné dohody nebo právo rozhodnout se mít dítě ještě neplatí pro děti, resp. mladé adolescenty.

Právo dítěte na informace bylo též uznáno OSN **Úmluvou o právech dítěte**, která byla přijata v roce 1989 a od tohoto roku byla ratifikována výraznou většinou států. Jasně udává právo na svobodu vyjadřování a svobodu hledat, přijímat a sdílet informace a myšlenky všech druhů (Článek 13); Článek 19 se týká povinnosti států poskytnout dětem takovou míru vzdělání, která je bude mimo jiné chránit před sexuálním zneužíváním.²⁷

²⁶ WHO (2006), str. 10.

²⁷ OSN (1989).

Stručná odbočka: „intimní občanství“

V tomto kontextu je užitečné představit koncept „intimního občanství“, který pojímá sexuální práva z perspektivy sociálních věd.

Vědci a vědkyně na poli společenských věd a studia sexuality požadují, aby se dnešní sexuální morálka zakládala na morálním vyjednávání. Smyslem této morálky je, aby sexuální záležitosti byly dohodnuty v duchu vzájemného souhlasu dospělých účastníků, kteří jsou si rovni z hlediska postavení, práv a moci. Nezbytným předpokladem je, aby účastníci rozvíjeli společné pochopení konceptu „souhlasu“ a byli si vědomi následků svého jednání – zejména v souvislosti vztahového a sexuálního chování.

Za předpokladu, že je tato podmínka splněna, můžeme začít používat koncept „intimního občanství“. Je to sociologický koncept popisující uplatňování občanských práv v občanské společnosti. Je založen na principu morálního vyjednávání. Kromě sexuality zahrnuje také sexuální preference, sexuální orientaci, různé výklady mužnosti a ženskosti, různé formy vztahů a různé způsoby soužití rodičů a dětí. Termín intimity tak z velké části odpovídá širokému pochopení sexuality předloženému v tomto dokumentu. Intimní občanství se zaměřuje na rovnost sociálního a ekonomického postavení jednotlivců, kteří jsou ve svém životě autonomní a zároveň respektují hranice ostatních.²⁸

Požadavky, které intimní občanství klade na jednotlivce, se odráží na společenské úrovni lidských a sexuálních práv. Požadavek naplňování těchto práv předpokládá respekt a stálé uplatňování rovnosti mezi pohlavími a právo na sexuální samostatnost jedince bez nátlaku a vykořisťování. Tento nárok posiluje jedince vůči zásahům rodiny nebo společnosti. Uznání a přijetí sexuálních práv je nezbytné, máme-li vyžadovat, prosazovat a chránit tato práva také u ostatních jedinců.²⁹

Úkolem centrální vzdělávací politiky vztahující se k sexuálním, právům je proto vyzdvihnout význam výuky a podpory specifických schopností a dovedností a uplatňování kritického myšlení v rodině, školách a vzdělávacích zařízeních. Toto umožní dětem a mladým lidem – budoucím dospělým – zhostit se náročného úkolu skloubit anautonomii a hledání vzájemné shody s partnerem.

Musí být také schopni vyjádřit své pocity, myšlenky a jednání slovy a přemýšlet o nich. Ucelená a věku přiměřená sexuální výchova je obzvláště vhodná pro výuku a reflexi příslušného obsahu – např. pro získání nezbytných schopností.

²⁸ Plummer (2001), Schmidt (2004), Weeks (1998).

²⁹ WHO (2006) a IPPF (2008), str. 10-11).

IPPF, hlavní mezinárodní nevládní organizace v oblasti sexuálního a reprodukčního zdraví, nedávno přijala **Deklaraci sexuálních práv**.³⁰ Tato deklarace, která je založena hlavně na mezinárodně uznávaných lidských právech, má podobnou strukturu jako již dříve široce přijatá **Charta sexuálních a reprodukčních práv IPPF**.³¹ Tato deklarace rovněž obsahuje právo na vzdělání a informace.³²

Světová asociace pro sexuální zdraví (World Association for Sexual Health) vydala v roce 2008 deklaraci o sexuálním zdraví. Tento dokument také označuje sexuální práva jako nezbytná pro dosažení sexuálního zdraví pro všechny.³³

V souvislosti se stanovením výše zmíněných definic a na základě uceleného a pozitivního přístupu, který vytváří základy těchto standardů, je sexuální výchova v tomto dokumentu chápána následovně:

Sexuální výchova znamená učení se o kognitivních, emocionálních, sociálních, interakčních a fyzických aspektech sexuality.

Sexuální výchova začíná brzy v dětství a pokračuje v období adolescence

a dospělosti. U dětí a mladých lidí je jejím cílem podpora a ochrana sexuálního vývoje.

Postupně vybavuje a posiluje děti a mladé lidi informacemi, schopnostmi a pozitivními hodnotami, aby pochopili a užívali si svou sexualitu a měli bezpečné a naplňující vztahy. Také je vede k zodpovědnosti za svou vlastní sexualitu a za sexuální zdraví a pocit pohody ostatních lidí.

Dává jim možnost volby, což zvyšuje kvalitu jejich života a umožňuje jim přispět ke zkvalitnění společnosti.

Všechny děti a mladí lidé mají právo na přístup k věku přiměřené sexuální výchově.

V této definici je primárním cílem pohlížet na sexualitu jako na pozitivní lidský potenciál a zdroj uspokojení a potěšení. Zřetelná potřeba rozvíjet znalosti a dovedností k tomu, aby se předešlo sexuálnímu onemocnění, je v tomto celkově pozitivním přístupu na druhém místě. Sexuální výchova by měla být dále založena na mezinárodně uznávaných lidských právech, zejména na právu vědět, jak předcházet onemocněním.

³⁰ IPPF (2008).

³¹ IPPF (1996).

³² IPPF (2008).

³³ Světová organizace pro sexuální zdraví (2008).

Další definice sexuální výchovy od UNESCO a IPPF

„Ucelená sexuální výchova má za cíl vybavit mladé lidi znalostmi, schopnostmi, postoji a hodnotami, které potřebují, aby se sami rozhodovali o své sexualitě a měli z ní potěšení – fyzické a emocionální, individuální a vztahové. Na „sexualitu“ se nahlíží uceleně a v kontextu emocionálního a sociálního vývoje. Připouští, že informace samy o sobě nestačí. Mladí lidé musí dostat možnost získat základní životní dovednosti a rozvíjet pozitivní postoje a hodnoty.“³⁴

Podle nedávno vzniklých mezinárodních odborných směrnic o sexuální výchově vytvořených organizací UNESCO a dalšími organizacemi OSN, je sexuální výchova popisována následovně:

„Sexuální výchova je definována jako věku přiměřený, kulturně relevantní přístup k výuce o pohlaví a vztazích, který poskytuje vědecky přesné, realistické a objektivní informace. Sexuální výchova poskytuje příležitosti poznávat své vlastní hodnoty a postoje a vybudovat si rozhodovací, komunikační a rizika snižující dovednosti a schopnosti v mnoha aspektech sexuality.“³⁵

³⁴ IPPF (2006b), str. 6.

³⁵ UNESCO (2009b), str. 2.

3. Zdůvodnění sexuální výchovy

3.1 Základní úvahy o sexuální výchově

Sexualita je základní součástí lidského bytí

Všichni lidé se rodí jako sexuální bytosti, a tak či onak musí rozvíjet svůj sexuální potenciál. Sexuální výchova pomáhá mladým lidem celkově se připravit na život, zejména budovat a udržovat uspokojivé vztahy a přispívat k pozitivnímu vývoji osobnosti a sebeurčení.

Lidé mají právo být informováni

Úmluva OSN o právech dítěte³⁶ jasně stanovuje právo na informace a povinnost státu zajistit pro děti vzdělání v patřičném rozsahu.

Sexuální práva jako lidská práva související se sexualitou nabízí další rámec, který obsahuje právo každého jedince mít přístup k sexuální výchově. Článek 8 Deklarace IPPF říká: „Právo na vzdělání a informace: Každý člověk bez omezení má právo na vzdělání a informace obecně a na ucelenou sexuální výchovu a informace užitečné a nezbytné k plnohodnotnému uplatňování občanských práv a rovnoprávnosti v osobním, veřejném a politickém životě.“³⁷

Lidská práva jsou vůdčím principem Strategie reprodukčního zdraví WHO pro urychlení procesu dosažení cílů mezinárodního rozvoje³⁸. Mezi jejich pět hlavních aspektů patří podpora sexuálního zdraví.

Světová asociace pro sexuální zdraví rovněž chápe sexuální práva jako nedílnou složku základních lidských práv a proto je vnímá jako nezadatelné a univerzální.³⁹ Ve své nedávné publikaci nazvané „Sexuální zdraví pro toto tisíciletí“⁴⁰, tato asociace přichází s myšlenkou, že sexuální zdraví musí být základní strategií při k dosahování Rozvojových cílů tisíciletí (MDGs⁴¹). V této souvislosti je určeno osm cílů, z nichž čtvrtý stanovuje všeobecnou dosažitelnost ucelené sexuální výchovy a souvisejících informací. Sexuálního zdraví může být dosaženo pouze tehdy, když mají všichni lidé, včetně mladých lidí, po celý svůj život přístup k všeobecné sexuální výchově a informacím a službám týkajících se sexuálního zdraví.⁴² Obava, že sexuální výchova by mohla vést k větší nebo dřívější sexuální aktivitě mladých lidí, je neoprávněná, což ukazují výsledky vědeckého výzkumu.⁴³

³⁶ OSN (1989).

³⁷ IPPF (2008), viz také Kapitola 2.

³⁸ WHO (2004), str. 21.

³⁹ Světová organizace pro sexuální zdraví (1999).

⁴⁰ Srov. Světová organizace pro sexuální zdraví (2008), str. 2..

⁴¹ MDGs = Millennium Development Goals

⁴² Světová organizace pro sexuální zdraví (2008), str. 4-5.

⁴³ Přehled výsledků výzkumu obsažený v UNESCO (2009a) (Vol. 1, str. 13-17) jasně ukazují, že sexuální výchova, v souladu s většinou studií, má tendenci odsunout první pohlavní styk, redukuje frekvenci sexuálních kontaktů a počet sexuálních partnerů a zlepšuje preventivní sexuální chování.

Neformální sexuální výchova je nedostatečná pro moderní společnost

Jak již bylo výše zdůvodněno, rodiče, ostatní členové rodiny a další neformální zdroje jsou důležité pro proces učení se o lidských vztazích a sexualitě, zejména pro mladší věkové skupiny. Nicméně v moderní společnosti je to nedostačující, protože tyto neformální zdroje samy o sobě často postrádají nezbytné vědomosti, zejména když jsou zapotřebí ucelené a odborné informace (jako např. ty které se týkají antikoncepce nebo přenosu STI). Navíc i samotní mladí lidé v době začínající puberty se často raději učí z jiných zdrojů než od svých rodičů, protože mají pocit, že ti jsou k nim příliš blízko.

Mladí lidé jsou vystaveni mnoha novým zdrojům informací

Moderní média, především mobilní telefony a internet, se ve velmi krátké době staly důležitým zdrojem informací. Ale mnoho z těchto informací, zejména ty, které se týkají sexuality, jsou překroucené, nevyvážené, nerealistické a často ponižující, hlavně pro ženy (internetová pornografie). Proto se objevil nový důvod pro sexuální výchovu, kterým je potřeba reagovat a korigovat tyto zavádějící informace a zobrazení poskytovaná médii.

Potřeba podpory sexuálního zdraví

V průběhu lidské historie byla sexualita chápána jako hrozba vůči lidskému zdraví: nevyléčitelné pohlavně přenosné choroby a neplánovaná otěhotnění představovaly skoro vždy vážná rizika spojovaná se sexuálními vztahy. Ve 21. století můžeme těmto a jiným zdravotním rizikům předcházet, nejen proto, že jsou dostupné nutné

znalosti, ale také proto, že sexualita je nyní mnohem méně tabuizovanou záležitostí, a tak o ní můžeme diskutovat v rámci prevence. Tím sexuální výchova naplňuje vysoce potřebnou funkci podpory sexuálního zdraví.

Sexuální a reprodukční zdraví je dnes také vysoce ceněno na celosvětové úrovni. Tři z osmi mezinárodně přijatých Rozvojových cílů milénia (MDGs) s ním přímo souvisí (Cíl 3 o pohlavní rovnoprávnosti, Cíl 5 o mateřském zdraví a Cíl 6, který se týká HIV/AIDS). Sexuální výchova může zásadně přispět k dosažení těchto všeobecných vývojových cílů.

3.2 Psychosexuální vývoj dětí

Tato sekce obhajuje potřebu brzkého začátku sexuální výchovy a vysvětluje, proč se konkrétní témata zavádí v určitém věku. Dvě renomované organizace v oboru sexuální výchovy, SENSOA z Belgie a Rutgers Nisso Group z Nizozemí, laskavě poskytly již existující přehledy, které byly zkráceny a mírně upraveny.⁴⁴ Tato vědecká literatura, na níž je následující sekce založena, je k dispozici v části B – Bibliografie.

Psychologie, zejména vývojová psychologie, ukazuje, že děti se rodí jako sexuální bytosti a že jejich sexualita se vyvíjí v různých stádiích, která souvisejí s dětským vývojem. Tato stádia sexuálního vývoje jsou detailně rozpracována a vysvětlují výše zmíněnou potřebu začít se sexuální výchovou brzy. Dále ukazují, že specifický obsah, schopnosti a postoje jsou předávány v souvislosti s vývojem dítěte. V ideálním případě jsou tato témata představena ještě před tím, než dítě dosáhne odpovídajícího stupně

⁴⁴ Srov. Rutgers Nisso Groep (2008) and Frans E & Franck T (2010).

vývoje, aby bylo připraveno na změny, které u něj nastanou (např. dívka by měla vědět o menstruaci předtím, než ji zažije poprvé).

Když mluvíme o sexuálním chování dětí a mladých lidí, je velmi důležité mít na vědomí, že sexualita je u dětí a dospělých odlišná a že dospělí by neměli posuzovat sexuální chování dětí a mladých lidí ze své vlastní perspektivy.

Dospělí dávají význam sexuálnímu chování na základě svých dosavadních zkušeností a někdy je pro ně obtížné nahlížet na věci dětskýma očima. Přesto je nutné se pohledu dětí přizpůsobit.

Jedinci mají důležitou a aktivní roli ve svém vlastním procesu vývoje v průběhu jednotlivých fází života. Integrace sexuality spolu s ostatními aspekty jejich osobnosti, jako je rozvoj sebeúcty, kompetence ve vztazích a závazcích, je pro mladé lidi důležitým vývojovým úkolem. Všechny změny v sexuálním vývoji jsou také ovlivňovány biologickými, psychologickými a sociálními faktory: na základě svých vlastních zkušeností lidé rozvíjí představu o tom, jaký typ sexuálního chování – kdy a s kým – je „vhodný“, které dojmy a reakce očekávat a jaké pocity můžeme očekávat.

Vývoj sexuálního chování, cítění a poznání začíná v děloze a pokračuje po celý život člověka. Od narození jsou přítomny prekurzory pozdějšího sexuálního vnímání – např. schopnost mít potěšení z fyzického kontaktu. Sexuální a osobnostní vývoj lidské bytosti se vyznačuje zejména čtyřmi hlavními oblastmi, se kterými máme zkušenosti již ve velmi mladém věku v souvislosti s potřebami dítěte, jeho tělem, vztahy a sexualitou:

Může se u dítěte vyvinout základní důvěra v to, že jeho pocity hladu a žízně

budou uspokojeny a potřeba fyzické blízkosti a bezpečí bude zajištěna? Jsou jeho pocity brány na vědomí a akceptovány? Co se dítě naučilo ze vztahů s rodiči a sourozenci? Jaké zkušenosti získalo? Naučilo se dítě mít dobrý pocit ve svém vlastním těle, miluje je a stará se o něj? Bylo dítě uznáno jako děvče nebo chlapec?

Všechny tyto zkušenosti nejsou v úzkém slova smyslu sexuální, ale jsou klíčové pro vývoj osobnosti a sexuality lidské bytosti.

Sexuální chování se u dětí a mladých lidí obvykle objevuje v rámci jednotlivce nebo mezi vrstevníky, ve kontextu hry anebo škádlení, jako způsob, jakým poznávají sami sebe a ostatní. Takto děti a mladí lidé poznávají, co se jim líbí a nelíbí, učí se zacházet s intimitou a učí se pravidla chování v sexuálních situacích. Jejich normy a hodnoty související se sexualitou se formují stejným způsobem.

Všechny druhy hodnot a norem chování (ať už genderově specifické či nikoli) jsou od mladého věku předávány prostřednictvím médií, rodičů a jiných vychovatelů. V každém určitém životním období, je sexualita jinak vyjadřována a nabývá nového významu.

Rozvoj efektivních interakčních schopností je centrem sexuálního života člověka a je široce ovlivňován jeho vlastní osobní historií. Rodinné zázemí, vliv vrstevníků, sexuální výchova, autoerotika a první sexuální zkušenosti – to vše ovlivňuje sexuální vnímání, cítění, motivace, postoje a schopnost interakce.

Tyto zkušenosti nám nabízí rámec pro pochopení vlastních pocitů, učí porozumění a interpretaci chování ostatních. V tomto procesu se děti a mladí lidé učí také rozpoznávat limity.

Protože existuje více názorů na sexualitu existuje také větší tendence k uplatňování individuální volby a rozhodnutí. Navíc v současné době proces biologického dospívání začíná dříve a sexualita je mnohem častěji tématem v médiích a v kultuře mladých. To znamená, že vychovatelé a rodiče musí vynaložit větší úsilí, aby pomohli dětem a mladým lidem zvládnout jejich sexuální vývoj.

Proces sexuálního vývoje

Prvních deset let

Obecně řečeno, během prvních šesti let se děti rychle přesouvají z úplné závislosti do omezené nezávislosti. Začínají si všimnout svého vlastního těla. Děti mají sexuální citění dokonce už v raném dětství. Mezi druhým a třetím rokem jejich života odhalují fyzické odlišnosti mezi mužem a ženou. Během tohoto období děti začínají poznávat své vlastní tělo (masturbace v raném dětství, autostimulace) a také se snaží zkoumat tělo svých kamarádů (hra na doktora). Děti poznávají své okolí prostřednictvím pokusů a v tomto ohledu není sexualita v ničem odlišná. Rozsáhlý pozorovací výzkum určil běžné sexuální chování u dětí jako druh chování, které je považováno za normální.

Děti se více dozvídají o sexualitě tím, že prozkoumávají sexuální pocity a tužby a kladou otázky. Od tří let chápou, že dospělí jsou v této věci tajemní. Testují limity dospělých např. tím, že se bez upozornění vysvěčou nebo že používají výrazy soucisející se sexualitou. Malé děti jsou extrémně zvědavé a ptají se na spoustu otázek. Jak postupně ztrácejí svůj egocentrismus, jsou čím dál více schopné vcítit se do ostatních. Tak jak se u nich rozvíjí jazykové schopnosti, fyzický kontakt má tendenci být odsunut na druhé místo. Děti pak mají více možností,

jak se vyjádřit. U starších dětí se začíná vyvíjet pocit studu a rodinné zázemí je v tomto směru často jedním z ovlivňujících faktorů.

Kolem šestého roku jsou děti stále velice zvědavé, ale začínají si všimnout, že dospělí už nejsou tak vnímaví k jejich otázkám. Aby se dozvěděli více, obracejí se na své vrstevníky. Školáci (děti ve věku prvního stupně základní školy) se stávají uzavřenější a rezervovanější. Sexualita je latentní a morální vývoj dětí posiluje nárůst pocitu studu v oblasti sexuality. V této fázi přichází na řadu „sexuální hry“. Toto je pozorováno u jedné třetiny osmiletých chlapců a uvedené procento s věkem postupně narůstá. Rozsah sexuální aktivity je nižší u dívek, ale sexuální zájem také vzrůstá s jejich rostoucím věkem. Děti (od pěti let a zejména mezi sedmým a osmým rokem) rády ukazují své genitálie a také se chtějí dívat na genitálie ostatních dětí.

Jejich hlavní motivací je zvědavost a touha po znalostech. Sexualita dětí je v tomto směru mnohem větší než u průměrného dospělého. To se dá považovat za jeden z aspektů vývoje pocitu smyslnosti, což je součástí celkového psychického, sociálního a biologického vývoje.

Předadolescentní změna zájmů a sexuální vývoj během puberty

Mezi jedenáctým a třináctým rokem se zájmy dětí začínají soustředit spíše na detailní znalosti lidského těla a sexuální orgány, zejména u opačného pohlaví. Během puberty je sociální identita nahrazována hledáním psychické identity. Adolescenti se soustředí na své osobní kvality a vlastní důležitost, zvažují své místo ve světě. Formování identity je úzce spjata s formováním vlastního image. Puberta je také obdobím, kdy se

zvýšuje intelektuální kapacita adolescentů a probíhá morální vývoj.

Sexuální vývoj se během puberty zrychluje. Vjemy a motivy spojené se sexualitou dostávají sociální rozměr: rozvíjejí se spolu s jinými lidmi a jejich prostřednictvím. Proces sexuálního dozrávání je také v plném proudu. Zvýrazňují se rozdíly mezi chlapci a dívkami. Přátelé stejného pohlaví jsou během období brzké puberty významní jako někdo, s kým se může mluvit a rovněž začíná sblížování s opačným pohlavím. Během období puberty vzniká nesoulad mezi fyzickým a psychickým vývojem.

V tomto bodě svého života mladí lidé procházejí obdobím zásadní reflexe. Postupně se učí přemýšlet o věcech, které nejsou zjevné, a událostech, které osobně nezažili. Často se jedná o sebepoznávání. Navíc mladí lidé rozahují schopnosti kombinovat individuální kvality tak, že mohou přemýšlet takovým způsobem, který dokáže řešit problémy.

Mezi dvanáctým a dvacátým rokem věku se u mladých lidí postupně vyvíjí poznání jejich sexuální orientace; současně si vytváří a upevňují své sexuální preference.

Abychom získali jasnější obraz o specifických vývojových fázích – na nichž je založena matice sexuální výchovy v Části 2 tohoto dokumentu – následuje *přehled*, který shrnuje a specifikuje záležitosti výše zmíněné.

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 (rozdělí 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 (v mateřské školce a škole). Stále více se učí, jak „**by se měly**“ chovat (sociální pravidla).
- 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 zamilovaný**“. 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 neznamená, že se o něj méně zajímají. Už si všimly, že sex je „nebezpečné“ téma a že není vhodné o něm mluvit na veřejnosti.
- 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

Pre-puberta a puberta

10 a 11 let: pre-puberta

- Začíná **příchod puberty**. 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 odtažitá nebo naopak drsná a přehnaná.

- V průběhu této fáze mohou být učiněny **první kroky** k lásce: mladí lidé spolu začínají chodit a činí opatrné vzájemné pokusy o sblížení (držení se za ruce, polibky na tváře, atd.).

12 – 15 let: puberta

- Většina **chlapců** už také vstupuje do puberty. Jejich varlata a penis začínají růst, stejně tak i ochlupení v podpaží a pubické ochlupení. Následuje náhlý tělesný růst. Jejich hlas se stává hlubší a začíná růst vousů. 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. Už vyrostly a nyní u nich roste ochlupení v podpaží a pubické ochlupení. 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 bytosti**: vidí sami sebe jako někoho, kdo může mít sex, proto je pro ně

důležité být přitažliví. Protože jsou často nejistí ohledně svého vlastního těla, často jsou stejně nejistí ohledně své atraktivity (vůči potenciálnímu partnerovi).

- V tomto věku jsou mladí lidé často velmi citliví na **názory ostatních**: bývají ovlivňováni svými vrstevníky.
- Začínají také sledovat 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**; petting.

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.

4. Zásady a výstupy sexuální výchovy

Ucelená sexuální výchova by měla být založena na následujících **principech**:

1. Sexuální výchova je věku přiměřená, s ohledem na úroveň vývoje a chápání mladého člověka, je kulturně a sociálně odpovídající a respektuje pohlaví mladého člověka. Odpovídá realitě života mladých lidí.
2. Sexuální výchova je založena na přístupu zohledňujícím lidská (sexuální a reprodukční) práva.
3. Sexuální výchova je založena na uceleném konceptu celkového pocitu pohody, který zahrnuje zdraví.
4. Sexuální výchova je pevně založena na rovnosti pohlaví, sebeurčení a přijetí rozdílností.
5. Sexuální výchova začíná narozením.
6. Sexuální výchova musí být chápána jako příspěvek k rovnoprávné a soucitné společnosti tím, že posiluje jednotlivce a komunity.
7. Sexuální výchova je založena na vědecky přesných informacích.

Sexuální výchova usiluje o následující **výstupy**:

1. Přispívat ke společenskému klimatu tak, aby bylo tolerantní, otevřené a ohleduplné vůči sexualitě, různým životním stylům, postojům a hodnotám.
2. Respektovat sexuální rozmanitost a pohlavní odlišnosti a být si vědom pohlavní identity a genderových rolí.
3. Podporovat lidi, aby činili informovaná rozhodnutí založená na

porozumění situaci a aby jednali zodpovědně vůči sobě a svému partnerovi.

4. Uvědomovat si své tělo a znát ho - jeho vývoj a funkce, zejména s ohledem na sexualitu.
5. Být schopen se rozvíjet jako sexuální bytost, což znamená naučit se vyjadřovat své potřeby, prožívat sexualitu příjemným způsobem a rozvíjet svou vlastní pohlavní roli a pohlavní identitu.
6. Získat patřičné informace o fyzických, kognitivních, sociálních, emocionálních a kulturních aspektech sexuality, o antikoncepci, prevenci STI a HIV a sexuálním násilí.
7. Mít nezbytné životní dovednosti pro zvládnutí všech aspektů sexuality a vztahů.
8. Být informován o přístupu k poradenským a zdravotnickým službám, zejména v případě vzniku potíží a otázek týkajících se sexuality.
9. Přemýšlením o sexualitě a různých normách a hodnotách s ohledem na lidská práva docílit budování vlastního kritického postoje.
10. Být schopen budovat (sexuální) vztahy se vzájemným porozuměním a respektem k potřebám a hranicím druhého a vytvářet s nimi rovnocenné vztahy. To přispívá k prevenci sexuálního zneužívání a násilí.
11. Být schopen mluvit o sexualitě, emocích a vztazích a mít k tomu nezbytnou jazykovou výbavu .

5. Cílové skupiny a partneři pro sexuální výchovu

Cílové skupiny a partneři v sexuální výchově se mohou zaměřovat a často překrývat. Dobrým příkladem je samotná mládež: zatímco mládež je často výhradně chápána jako nejdůležitější cílová skupina, skutečnost, že je to také vlivný partner – jak ukázaly zkušenosti s vrstevnickým vzděláváním – je často přehlížena.

Sexuální výchova je celoživotní proces

Sexuální výchova je celoživotní proces, ale nejdůležitější je během dětství a adolescence. Měla by být přiměřená různým věkovým skupinám na různých sociálních úrovních, neboť sexualita je zásadní záležitostí v životě všech lidí. Zvláštní pozornost by měla být věnována mladým žijícím v ohroženém prostředí, jako jsou migranti, sexuální menšiny, tělesně postižení a lidé v prostředí omezeného vzdělávání. Znalost toho, jaké potřeby v rámci sexuálního a reprodukčního zdraví má cílová populace, je nezbytná pro vytváření odpovídající sexuální výchovy. Navíc strategie pro sexuální výchovu by měla být vytvářena formou spolupráce. Aby byly vytvořeny a implementovány optimální strategie pro různorodou společnost, je zapotřebí plodná vzájemná spolupráce mezi vědci, metodiky, vychovateli a představiteli cílových skupin.

Přímí i nepřímí partneři jsou důležití

Školní sexuální výchova je dobrou strategií, jak oslovit vysoké procento dětí a dospělých, ale provést tento úkol vyžaduje různé partnery. Existují dva druhy partnerů – přímí a nepřímí, ačkoliv

hranice mezi nimi není vždy jasná. Přímí partneři v sexuální výchově jsou rodiče a další vychovatelé, vyučující, sociální pracovníci, zástupci různých skupin vrstevníků a samotní mladí lidé, zdravotnický personál a poradci – osoby v přímém kontaktu s dětmi a mladými lidmi. Na druhou stranu, nepřímí partneři také hrají důležitou roli v sexuální výchově. Jsou to ti, kteří rozhodují, podporovatelé a zastánci, včetně nevládních organizací, metodologů, představitelů různých komunit, univerzity a právní a vědecké instituce.

Náboženské a kulturní organizace stejně jako mládežnické organizace jsou také potencionální partneři – záleží na okolnostech a souvislostech, zda jsou přímými partnery (mají přímý přístup k mladým lidem) nebo nepřímými partnery. Doporučuje se vytvořit systém spolupráce a výměny zkušeností s těmito organizacemi a institucemi, které umožní oslovení dalších skupin (migranti, kulturní minority, atd.) pro které by škola nemusela být jedinou efektivní cestou pro šíření sexuální výchovy.

Je zřejmé, že přístup založený na spolupráci vede ke kvalitnějším a silnějším výstupům. Plánování sexuální výchovy by mělo zahrnovat určení klíčových partnerů a způsobů jejich účasti při vytváření a provádění vzdělávacích aktivit. Nicméně je důležité poznamenat, že tito partneři musí být také nejdříve proškoleni, aby mohli efektivně přispět k vytvoření vysoce kvalitní sexuální výchovy.

6. Jak předávat sexuální výchovu – všeobecný rámec a základní požadavky

Centrálním nezbytným předpokladem pro sexuální výchovu je – a může to znít příliš jednoduše, avšak je to často opomíjeno – že potřebuje ve školách své vlastní specifické místo. Proto by měla být obsažena v osnovách poměrně detailním způsobem. Zavádění sexuální výchovy vyžaduje, aby byl tento proces zastřešen různými institucemi, např. samotnou školou ale i institucemi, které nad ní zajišťují dohled. Proto, aby se sexuální výchova skutečně mohla realizovat, je nutné jí zabezpečit místo, čas a vyškolený personál. Sexuální výchova se ovšem může implementovat i tehdy, když toto všechno ještě není uspokojivě zajištěno.

6.1 Sedm vlastností sexuální výchovy

Jak již bylo dříve zmíněno, ucelená sexuální výchova pokrývá širokou škálu témat souvisejících s fyzickými, emocionálními, sociálními a kulturními aspekty. Neměla by být omezena na prevenci nemocí, ale měla by zahrnovat tyto aspekty širším, nepředpojatým způsobem. Navíc by neměla být založena na strachu. Proto se třeba pozitivní postoj k pocitu sexuálnímu pohody. Toto komplexní chápání sexuální výchovy ukazuje na nutnost pečlivé volby odlišných metod, jež jsou uplatňovány, pro různé typy osob s různými potřebami.

Důležitým požadavkem pro sexuální výchovu je, aby se studenti vždy cítili v bezpečí: jejich soukromí a hranice musí být respektovány. I když je podporujeme, aby byli otevření, neměli by sdělovat své vlastní zážitky, protože ty nepatří do třídy a mohlo by jim to

ublížit. Atmosféra důvěry by měla být určena tím, že najdeme pravidla, se kterými bude celá skupina souhlasit. Sexuální výchova, která je založena na genderově citlivém přístupu, také přispívá k pocitu bezpečí studujících.

Při splnění těchto všeobecných požadavků by sexuální výchova měla sledovat následující body:

- Kvalita sexuální výchovy je zesilována systematickou **spoluúčastí mladých lidí**. Žáci nejsou pasivními příjemci sexuální výchovy, ale naopak hrají aktivní roli při organizování, výuce a evaluaci sexuální výchovy. Tak je zajištěno, že sexuální výchova je orientována na potřeby mladých lidí a nenaplnuje pouze program, který předem stanovili učitelé.

V různých souvislostech se vrstevnické vzdělávání (jeden ze speciálních způsobů účasti mladých) ukázalo úspěšné, zejména v obtížně dostupných skupinách. Ale je důležité si uvědomit skutečnost, že tito vrstevníci musí být vyškoleni, mají-li se aktivně účastnit sexuální výchovy.

- Sexuální výchova by měla být předávána **interaktivním způsobem**. Interaktivní výměna mezi učiteli/vychovateli a tvůrci programů na jedné straně a studenty na straně druhé, se uskutečňuje na několika úrovních a začíná tím, že respektujeme studenty jako na partnery v sexuální výchově. Jejich zkušenosti a zážitky

musí být brány v potaz a jejich potřeby a přání jsou zásadní při určování témat a záležitostí, které budou obsahem sexuální výchovy.

Sexuální výchova by měla být předávána jazykem přiměřeným věku dětí a mladých lidí. Měla by umožnit studentům získat adekvátní slovní zásobu, aby se zvýšily jejich komunikační schopnosti na poli sexuality. Pro sexuální výchovu je komunikace zásadní; prakticky to znamená, že vychovatel by se měl vzdát své centrální pozice a místo toho jednat spíše jako ten, kdo usnadňuje a umožňuje smysluplnou komunikaci mezi studujícími, a kdo podněcuje diskusi. Takto je studujícím umožněno určovat svá vlastní stanoviska a reflektovat své vlastní postoje.

V neposlední řadě interaktivní způsob práce také znamená používat ve třídě různé metody, abychom se přizpůsobili různým preferencím žáků a žákyň a abychom zapůsobili na všechny. Hudba a hraní rolí umožňují různé strategie učení a přímo působí na žáky.⁴⁵

- Sexuální výchova je **vyučována průběžně** a je založena na pochopení toho, že vývoj sexuality je celoživotní proces. Sexuální výchova není jednotlivá událost, ale plán a/nebo proces a odpovídá změnám v životních situacích žáků. S tím těsně souvisí koncept věkové přiměřenosti: opakovaně se objevují stejná témata a s tím související informace jsou předkládány podle

věku a vývojového stádia žáků. Zdravotnické a poradenské služby by měly být zabezpečeny tak, aby odpovídaly potřebám adolescentů, byly pro ně důvěryhodné a snadno dostupné. Mladí lidé potřebují o těchto službách vědět a vytvořit si s jejich personálem vztah vzájemného respektu a důvěry, aby získali pocit, že tyto služby mohou využívat, kdykoliv je budou potřebovat.

- Kontinuita sexuální výchovy je zajištěna svou **multisektoriální povahou**. Školní sexuální výchova je propojena s ostatními sektory tím, že existuje spolupráce s partnery uvnitř a mimo školy, např. se zdravotnickými službami, poradenskými centry, aj. Sexuální výchova v užším pojetí, které je aplikováno ve školních podmínkách, by měla prostupovat interdisciplinárně mezi různými předměty.
- 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. Ti se velmi liší ve svém sociálním a kulturním zázemí, což musí být adekvátně reflektováno (neexistuje jeden „všeobecný, na vše pasující“ přístup). Věk, pohlaví, sociální zázemí, sexuální orientace, vývojové stádium a individuální schopnosti žáka jsou faktory, které

⁴⁵ Existuje několik rozsáhlých přehledů o metodách výuky sexuální výchovy, viz např.

Hedgepeth & Helmich (1996) a Population Council (2009).

mají velký vliv. Širší rámec je vytvářen specifickými osnovami, které určují rozsah a obsah sexuální výchovy, a univerzálními lidskými právy, v nichž by měla být sexuální výchova pevně zakotvena.

- Pro vytvoření podporujícího prostředí sexuální výchova buduje těsnou **spolupráci s rodiči a komunitami**. Rodiče jsou součástí sexuální výchovy ve škole, což znamená, že budou předem informováni o konání sexuální výchovy a že mají příležitost vyjádřit svá přání a výhrady. Školy a rodiče se mají v procesu kontinuální sexuální výchovy vzájemně podporovat. Spolupráce s ostatními partnery (veřejná či církevní práce s mládeží, sociální služby pro mladé, zdravotnické služby, poradenská centra, náboženské skupiny) na poli sexuální výchovy je také velmi prospěšná.
- Sexuální výchova je založena na **respektování genderových odlišností**, aby zabezpečila, že potřeby a zájmy různých genderů budou náležitě uspokojeny, např. pohlavně podmíněné rozdíly ovlivňující způsoby učení nebo chápání sexuality by se měly odrazit ve výběru adekvátních výukových metod. Jedním ze způsobů, jak toho docílit, je dočasné rozdělení skupiny podle pohlaví a vytvoření učitelského týmu, v němž je jeden muž a jedna žena.

6.2 Způsobnost vzdělavatelů

Klíčovým bodem sexuální výchovy je způsobnost vzdělavatelů. Nicméně je důležité zdůraznit, že vzdělavatelé, kteří šíří sexuální výchovu, nemusí být úzce specializovanými profesionáli. Vzdělavatelé vyučující sexuální výchovu by měli být ideálně vyškoleni přímo v tomto oboru. Pokud nejsou k dispozici žádní vyškolení lektori, neměla by to být výmluva pro to, že se sexuální výchova nevyučuje. Sexuální výchova by měla být zaváděna, i když současně s ní probíhá školení učitelů. Při organizování školení je nutné, aby programy braly v úvahu úroveň školy, na níž učitel/lektor bude vyučovat sexuální výchovu – požadavky se liší podle typu škol a věkových skupin, např. učitelka mateřské školy potřebuje jinou přípravu než učitel střední školy. Kompetentní vzdělavatelé v sexuální výchově potřebují výcvik, stejně jako otevřenost vůči tomuto předmětu a vysokou motivaci ho vyučovat. Potřebují mít pevnou víru v zásady sexuální výchovy, které byly výše načrtnuty. To znamená, že představitelé školy by neměli vytvářet tlak na někoho, kdo není ochotný vyučovat sexuální výchovu; místo toho učitelé musí být stimulováni a podporováni. Nezbytným předpokladem je ochota vzdělavatelů reflektovat své vlastní postoje k sexualitě, k hodnotám a normám společnosti, neboť pro žáky budou představovat vzor. Lektoři sexuální výchovy potřebují podporující zázemí a měli by mít přístup k supervizi.

Vzdělavatelé prosazují vývoj schopností a dovedností prostřednictvím sexuální výchovy

Při výuce sexuální výchovy by měli vzdělavatelé předkládat fakta, ale také pomáhat žákům vytvářet si patřičné postoje a schopnosti komunikace, dohody, sebereflexe, rozhodování a řešení problémů. Tyto schopnosti jsou jádrem kvalitní sexuální výchovy. Vzdělavatelé musí důsledně dbát na použití neutrálního jazyka, když

hovoří o sexuálních věcech, aby neurazili žáky a respektovali jejich hranice. Pevně staví svou sexuální výchovu na lidských právech a na akceptování různorodosti – a tak chápou sexualitu také jako výchovu k lidským právům a různorodosti.

Role, porozumění a výcvik vzdělavatelů, stejně jako strukturální rámec, v němž pracují, jsou velmi důležité pro vysokou kvalitu sexuální výchovy.

Část 2:

Matrice sexuální výchovy

1. Úvod

1.1 Kontext matice

Sexuální výchova je široké, komplexní téma a jeho obsah se mění s tím, jak se dítě vyvíjí do adolescence a později do mladého dospělého věku. Ve třech letech dítě potřebuje jiné informace a podporu, než jaké potřebuje o deset let později. Kromě toho sexuální výchova ovlivňuje vývoj sexuálních postojů a chování a tak pomáhá jedinci ve vývoji své vlastní sexuality.

Následující matice byla navržena proto, aby poskytla přehled o tématech, která by měla být představena ve specifických věkových skupinách. Tyto podklady jsou strukturovány podle jednotlivých věkových skupin a zahrnují osm hlavních tematických kategorií. Mohou být používány flexibilním způsobem, s cílem přizpůsobit je potřebám jedince nebo skupin. Mohou být uzpůsobeny lidem se speciálními potřebami a také menšinám. Je to rámec, z něhož učitelé/lektoři mohou čerpat náměty, které jsou zvláště zajímavé pro skupinu, kterou právě vzdělávají.

Sexuální výchova se skládá nejen z informací, ale také z podpory při získávání schopností, dovedností a dalších kompetencí a pomoci při rozvoji vlastního přístupu k sexualitě. Tím umožňuje dětem a mladým lidem dělat vlastní rozhodnutí na základě dobré informovanosti. Z tohoto důvodu je každá specifická položka, která je uvedena v jedné z hlavních tematických kategorií, dále specifikována z pohledu znalostí, dovedností a postojů.

Vědomosti/informace

V této matici jsou informace chápány tak, aby poskytly fakta z oboru sexuální výchovy vyváženým, uceleným a věku přiměřeným způsobem, jako je vývoj lidského těla, rozmnožování, pozitivní a negativní aspekty sexuality, prevence neplánovaného těhotenství, STI a zneužití. Nikdy se nejedná o zastrašování nebo o odsouzení. Podává dětem informace o posílení jejich postavení a jejich sexuálních právech.⁴⁶

⁴⁶ „Sexuální práva“, jak jsou definována v Kapitole 2, tj. ne všechna práva se dají automaticky aplikovat na děti a mladé lidi.

Schopnosti

V těchto podkladech jsou schopnosti definovány jako schopnost chovat se adekvátně v souladu s vědomostmi. Tyto schopnosti odpovídají praktickým dovednostem souvisejícím s probranými tématy: jak by měl být žák schopen po realizované výuce jednat. V sexuální výchově to zahrnuje velmi rozdílné schopnosti, jako např. jak komunikovat, jak se dohodnout, jak vyjádřit své pocity, jak jednat v nežádoucích situacích. Je také důležité mít schopnosti potřebné pro používání antikoncepce a efektivní prevenci před STI a rovněž schopnost požádat o pomoc v případě potíží.

Postoje

V těchto podkladech jsou postoje definovány jako přijetí názorů a hodnot souvisejících s daným tématem.

Postoje vytváří základní principy, které řídí naše chování. Je povinností rodičů a lektorů při výchově poskytnout dětem a adolescentům pevné základy. Malé dítě potřebuje mít pocit, že je v bezpečí a že je stejně hodnotné jako ostatní lidé. U starších dětí by se rodiče a vychovatelé měli snažit podněcovat úctu k odlišnostem a u adolescentů a mladých dospělých je důležitým postojem zodpovědnost vůči sobě a ostatním. Další důležitou věcí je i vytváření pozitivního postoje k sexualitě.

1.2 Význam pomocných struktur

Kromě vědomostí, schopností a postojů mladí lidé také vyžadují podporu pro úspěšné zvládnutí patřičných vývojových úkolů. Nebylo možné zahrnout do matice všechny formy potřebné podpory, a tak se následující odstavce snaží načrtnout, jaký druh

podpory by mohl být zapotřebí. Když děti a mladí lidé dospívají, neděje se to v izolaci, ale jako součást společenského a sociálního systému, který formuje a ovlivňuje jejich vývoj a zkušenosti. Možné podpůrné struktury zahrnují následující:

Mezilidské vztahy

Pomoc a podpora může přicházet od rodičů, širší rodiny, přátel a také odborníků. Pomoc a podpora znamená, že mladý člověk se může podělit o pocity a zážitky, že může najít někoho, kdo ho vyslechne a věří mu. Také to znamená, že sami mladí lidé mohou hrát důležitou roli při pomoci těm, kdo o pomoc požádají nebo ji potřebují.

Vnější zdroje

Cílové skupině přizpůsobené informace (webové stránky, letáky, knihy, atd.) a média (noviny, internet, televize, atd.) mohou sehrát důležitou roli. Mohou ukázat vhodné modely a dobré příklady nebo poskytnout mladým lidem jistotu, že se mohou spolehnout na přesné informace, které jsou uzpůsobené jejich potřebám

Vzdělávací prostředí

Zahrnuje prostředí pro výuku dětí a mladých lidí, usnadňování procesu učení, komunikaci a organizaci vzdělávacích materiálů přizpůsobených jejich speciálním potřebám a otázkám. Současně by měly být vytvářeny možnosti, které umožní dětem učit se tak, aby získávaly své vlastní zkušenosti v bezpečném a podnětném prostředí.

Služby a přístupy

V tématu sexuální výchovy by měli působit takoví odborníci, kteří jsou přístupní dětem a mladým lidem, umí

odpovědět na jejich otázky a přijít s pomocí, kterou mladí lidé potřebují. Přístup by měl garantovat práva a bezpečí dětí a mladých lidí. Takové služby vyžadují adekvátní financování, musí být dostupné mladým lidem a v ideálním případě vycházet z běžného života.

1.3 Proč by měla sexuální výchova začít před čtvrtým rokem věku?

V tomto dokumentu je sexuální výchova – jak již bylo dříve zmíněno – chápána široce a komplexně a je založena na chápání sexuality jako pozitivního lidského potenciálu. Dítě je od začátku bráno jako sexuální bytost, ačkoliv se dětská sexualita liší od té dospělé v mnoha způsobech, např. ve způsobu vyjadřování, obsahu a cílech. V každé věkové skupině a vývojovém stádiu se objevují specifické otázky a chování (např. vzájemné objevování a zkoumání mezi vrstevníky – hry „na doktory a sestřičky“, potěšení z ukazování částí vlastního těla a pozorování ostatních, projevy studu před ostatními, atd.), na což je nutno pedagogicky reagovat.

Psychosexuální vývoj během dětství představuje vývoj mnoha fyzických, emocionálních, kognitivních a sociálních dovedností dítěte odpovídající dané věkové úrovni. Pro detailní popis psycho-sexuálního vývoje dětí vás odkazujeme na Kapitulu 3.2 tohoto dokumentu.

V tomto pojetí je sexuální výchova mnohem více než předávání faktů o rozmnožování a prevenci nemocí. Pomáhá vývoji dětských smyslů, vnímání tělesnosti a představ o těle. Současně posiluje sebevědomí dítěte a přispívá k vývoji jeho nezávislosti: dítě

se bude moci chovat zodpovědně vůči sobě a ostatním.

Od okamžiku kdy se dítě narodí, začíná jeho výchova, zpočátku hlavně prostřednictvím nonverbálních sdělení, později také více a více verbálních. Sexuální výchova je součástí všeobecného vzdělání dítěte a je vždy předávána dítěti, i když to není činěno vědomě. Způsob, jakým spolu rodiče vzájemně jednají, dává dítěti jasný příklad, jak fungují vztahy. Rodiče také slouží jako příklad genderových rolí a nastavují model, jak vyjadřovat emoce, sexualitu a něhu. I když rodiče nehovoří o sexualitě přímo (např. nepojmenovávají pohlavní orgány), učí také něco o sexualitě (ve výše uvedeném příkladu jejich mlčení může být interpretováno jako znepokojení). Celkové prostředí také ovlivňuje dětskou socializaci, (např. ostatní děti v mateřské škole) a jejich zvědavost ohledně vlastního těla a těla ostatních dětí.

Bezděčný nebo přirozený způsob výuky nebo učení se o sexualitě může být doplněn aktivním způsobem učení a informování. Výhodou tohoto přístupu je, že sexualita se stane normálním tématem. Na dětské otázky je odpovídáno způsobem přiměřeným jejich věku a dítě zjišťuje, že záležitosti související se sexualitou jsou pozitivní a příjemné. A tak si dítě může též vytvářet pozitivní postoj k svému tělu a učit se patřičným komunikačním dovednostem (např. správně pojmenovat části těla). Současně je dítě učeno, že existují hranice a společenská pravidla, která musí respektovat (nemůžeš se dotýkat kohokoliv chceš). Dokonce ještě důležitější je, že se dítě učí vytvářet a vyjadřovat své vlastní hranice (můžeš říci ne; můžeš požádat o pomoc).

V tomto smyslu je sexuální výchova také společenskou výchovou a přispívá k prevenci sexuálního zneužití.

1.4 Jak číst tuto matici

V procesu vytváření obsahu toho, co by mělo být vyučováno v jistém věku, jsou věkové skupiny definovány podle vývojových úkolů⁴⁷. Věkové skupiny jsou 0-4, 4-6, 6-9, 9-12, 12-15 a 15 a více a byly vybrány v souladu s věkovými skupinami definovanými WHO, protože odráží vývojová stádia. Jelikož záleží na individuálním vývoji, nelze pochybovat, že dítě někdy spadá do odlišné věkové kategorie, než ukazuje jeho kalendářní věk, takže hranice věkových skupiny by měly být používány flexibilně. U témat adresovaných více věkovým skupinám se předpokládá informování před dalším stádiem vývojové fáze tak, aby děti na ně byly lépe připraveny. Také je třeba zohlednit odlišné úrovně chápání.

Pro všechny věkové skupiny byla témata shrnuta do **hlavních kategorií**: „**Lidské tělo a vývoj člověka**“, „**Plodnost a rozmnožování**“, „**Sexualita**“⁴⁸, „**Emoce**“, „**Vztahy a životní styl**“, „**Sexualita, zdraví a pocit pohody**“, „**Sexualita a práva**“ a „**Sociální a kulturní faktory ovlivňující sexualitu**“. Tato témata byla vybrána, protože jsou zásadní pro dynamický proces fyzického, sociálního a emocionálního sexuálního rozvoje mladých lidí.

⁴⁷ Vývojový úkol je takový úkol, který vyvstává okolo určitého období života jedince a jeho úspěšné splnění jej vede k pocitu štěstí a také k úspěšnému zvládnutí pozdějších úkolů, zatímco jeho neúspěšné zvládnutí vede k pocitu neštěstí jedince, nelibosti ze strany společnosti a potížím

Je důležité poznamenat, že všechna témata by měla být adresována věku a vývoji přiměřeným způsobem. Např. ve věkové skupině (0-4) by měly děti získat postoj „respekt k rovnocennosti pohlaví“. Pro tuto mladou věkovou skupinu se to zdá být přitažené za vlasy, ale má se na mysli, aby se děti učily postoji, že chlapci a děvčata jsou si rovni. Je důležité, aby tyto základní postoje zde byly od začátku, jako pevný základ pro další hodnoty a normy. V ranném věku se zavádí základy jistého tématu, v pozdějších vývojových stádiích se tato témata znovu objevují a upevňují.

Uživatel této matice zde nalezne různá značení: **tučně zvýrazněná témata** jsou hlavní témata nebo minimální standardy, které je potřeba obsáhnout v sexuální výchově. Témata, která nejsou tučně zvýrazněná, jsou rozšiřující, jejich zavedení v osnovách je volitelné. Písmo bez podtržení značí, že toto specifické téma, schopnost nebo postoj už byly zmíněny v dřívější věkové skupině. Je to častý případ, protože mnohá témata se vrací v pozdějších věkových skupinách, často s odlišným důrazem a podrobněji.

- **Hlavní téma (nové)**
- Hlavní téma (upevnění)
- **Dodatečné téma (nové)**
- Dodatečné téma (upevnění)

Některá témata jsou průřezová a mohou být nalezena pod různými hlavními tematickými kategoriemi.

při zvládnutí pozdějších úkolů. Srov. Havighurst (1971), str. 2.

⁴⁸ V matici se termín „sexualita“ objevuje z praktických důvodů ve zúženém smyslu a odkazuje pouze na tělo, intimitu a sexuální zkušenosti.

Nejlepším příkladem je sexuální zneužívání, jehož různé aspekty můžeme najít v části „Sexualita, zdraví a pocit pohody“, další v části „Sexualita a práva“.

Matice

Věková skupina 0-4	46
Věková skupina 4-6	48
Věková skupina 6-9	50
Věková skupina 9-12	52
Věková skupina 12-15	54
Věková skupina 15 a více	57

0 - 4	Informace Poskytovat informace o...	Dovednosti Umožňuje...	Postoje Pomáhá rozvíjet...
Lidské tělo a vývoj člověka	<ul style="list-style-type: none"> všech částech těla a jejich funkcích tělesné rozdílnosti a rozdílnosti pohlaví tělesné hygieně rozdílech mezi mnou a ostatními 	<ul style="list-style-type: none"> pojmenovat části těla provádět hygienu (umývat všechny části těla) rozeznat tělesné rozdíly vyjádřit potřeby a přání 	<ul style="list-style-type: none"> pozitivní představy o svém těle a o sobě samotném: sebeúcta respekt k odlišnostem vážít si vlastního těla vážít si smyslu pro pohodu, blízkost a vytváření důvěry prostřednictvím zkušeností z tělesných prožitků a vazby na druhého respekt k pohlavní rovnocennosti
Plodnost a rozmnožování	<ul style="list-style-type: none"> těhotenství, porodu a miminkách základech lidského rozmnožování (odkud se berou děti) různých způsobech, jak se stát součástí rodiny (př. adopce) skutečnosti, že někteří lidé mají děti a někteří ne 	<ul style="list-style-type: none"> hovořit o těchto záležitostech tím, že jim poskytneme správnou slovní zásobu 	<ul style="list-style-type: none"> přijetí odlišných způsobů, jak se dítě může stát součástí rodiny
Sexualita	<ul style="list-style-type: none"> potěšení a příjemných pocitů z dotýkání se vlastního těla, masturbace v raném dětství objevování vlastního těla a vlastních genitálií skutečnosti, že potěšení z fyzické blízkosti je normální součástí lidského života něže a fyzické blízkosti jako výrazu lásky a citu 	<ul style="list-style-type: none"> získat povědomí o své pohlavní identitě mluvit o (ne)příjemných pocitech ve vlastním těle vyjádřit své vlastní potřeby, přání a hranice (např. v souvislosti s „hrou na doktora“) 	<ul style="list-style-type: none"> pozitivní postoj ke svému tělu se všemi jeho funkcemi = rozvoj pozitivní představy o vlastním těle respekt k ostatním zvědavost týkající se vlastního těla a těla ostatních
Emoce	<ul style="list-style-type: none"> různých typech lásky pocitech „souhlasu“ a „nesouhlasu“ slozech pro vyjádření pocitů pocitech potřeby soukromí 	<ul style="list-style-type: none"> cítit a projevovat empatii říci ano/ne vyjádřit a mluvit o vlastních emocích, přáních a potřebách vyjádřit vlastní potřebu soukromí 	<ul style="list-style-type: none"> pochopení, že emoce se dají vyjádřit mnoha různými způsoby pozitivní pocity k vlastnímu a opačnému pohlaví (je dobré být děvče – nebo chlapec!) postoj, že jejich prožívání a vyjádření emocí je v pořádku pozitivní postoj k různým emocím za různých okolností

0 - 4	Informace Poskytovat informace o...	Dovednosti Umožňuje...	Postoje Pomáhá rozvíjet...
Vztahy a životní styl	<ul style="list-style-type: none"> různých druhů vztahů různých rodinných vztahů 	<ul style="list-style-type: none"> mluvit o vlastních vztazích a rodině 	<ul style="list-style-type: none"> pocit blízkosti a důvěry založen na prožitku vazby k druhé osobě pozitivní postoj vůči různým životním stylům vědomí, že vztahy jsou důležité
Sexualita, zdraví a pocit pohody	<ul style="list-style-type: none"> dobrych a špatných zážitků s vlastním tělem/ co má dávat dobrý pocit? (naslouchej svému tělu) tom, že pokud zážitek/pocit není dobrý nemusíš si to vždy nechat líbit 	<ul style="list-style-type: none"> důvěřovat svým instinktům používat třístupňový model (říct ne, jít pryč, mluvit s někým, komu důvěřuji) docílit pocitu pohody 	<ul style="list-style-type: none"> vážít si vlastního těla uvědomění, že požádat o pomoc je v pořádku
Sexualita a práva	<ul style="list-style-type: none"> právu být v bezpečí a chráněn zodpovědnosti dospělých za bezpečí dětí právu klást otázky o sexualitě právu zkoumat pohlavní identitu právu zkoumat nahotu a tělo, být zvědavý 	<ul style="list-style-type: none"> říct „ano“ a „ne“ rozvíjet komunikační dovednosti vyjadřovat potřeby a přání rozlišovat mezi „dobrým“ a „špatným“ tajemstvím 	<ul style="list-style-type: none"> uvědomění si vlastních práv, které vede k důvěře v sebe sama postoj „moje tělo patří mně“ pocit, že mohu dělat svá vlastní rozhodnutí
Sociální a kulturní faktory ovlivňující sexualitu (hodnoty/normy)	<ul style="list-style-type: none"> společenských pravidlech a kulturních normách/hodnotách pohlavních rolích udržení společenského odstavu vůči různým lidem vliv věku na sexualitu a věku přiměřené chování normy týkající se nahoty 	<ul style="list-style-type: none"> rozlišovat mezi chováním v soukromí a na veřejnosti respektovat společenská pravidla a kulturní normy chovat se přiměřeně dané situaci vědět, kde se mohou dotýkat 	<ul style="list-style-type: none"> respekt k vlastnímu tělu a tělu ostatních přijetí společenských pravidel týkajících se soukromí a intimity respekt k „souhlasu“ nebo „nesouhlasu“ ostatních

4 - 6	Informace Poskytovat informace o...	Dovednosti Umožňuje...	Postoje Pomáhá rozvíjet...
Lidské tělo a vývoj člověka	<ul style="list-style-type: none"> všech částech těla a jejich funkcích tělesné rozdílnosti a rozdílnosti pohlaví tělesné hygieně tělesných odlišnostech a vývoji v závislosti na věku 	<ul style="list-style-type: none"> pojmenovat části těla provádět hygienu (umývat všechny části těla) rozeznat tělesné rozdíly vyjádřit potřeby a přání rozpoznat vlastní a cizí potřebu soukromí 	<ul style="list-style-type: none"> pozitivní pohlavní identitu pozitivní představy o svém těle a o sobě samotném: sebeúcta respekt k odlišnostem respekt k genderové rovnosti
Plodnost a rozmnožování	<ul style="list-style-type: none"> mýty související s rozmnožováním (př. „děti přináší čáp“) těhotenství, porodu a miminkách základech lidského rozmnožování (odkud se berou děti) 	<ul style="list-style-type: none"> hovořit o těchto záležitostech tím, že jim poskytneme správnou slovní zásobu 	<ul style="list-style-type: none"> respekt k odlišnostem: někteří lidé mají děti, někteří ne
Sexualita	<ul style="list-style-type: none"> potěšení a příjemných pocitů z dotýkání se vlastního těla, masturbace v ranném dětství objevování vlastního těla a vlastních genitálií význam a vyjádření sexuality (př. vyjádření pocitů lásky) vhodné slovní zásobě pro oblast sexuality sexuálních pocitech (blízkost, potěšení, vzrušení) jako součást všech lidských pocit (měly by to být pozitivní pocity, neměly by obsahovat nátlak nebo ublížení) 	<ul style="list-style-type: none"> mluvit o sexuálních záležitostech (kounikační dovednosti) upevňovat svoji sexuální identitu hovořit o sexualitě neurážlivým způsobem 	<ul style="list-style-type: none"> pozitivní představu o vlastním těle respekt k ostatním
Emoce	<ul style="list-style-type: none"> žárlivosti, zlobě, agresi, zklamání přátelství a lásce k lidem stejného pohlaví rozdílech mezi přátelstvím a láskou tajné lásce, první lásce (pobláznění, „zabouchnutí se“, neopětovaná láska) 	<ul style="list-style-type: none"> zvládnout zklamání vyjádřit a mluvit o vlastních emocích, přáních a potřebách vyrovnat se se svou vlastní a cizí potřebou soukromí adekvátně pojmenovat vlastní pocity 	<ul style="list-style-type: none"> přijetí toho, že pocity lásky (jako součást všech emocí) jsou přirozené postoj, že prožívání a vyjádření emocí je v pořádku

4 - 6	INFORMACE Poskytovat informace o...	DOVEDNOSTI Umožňuje...	POSTOJE Pomáhá rozvíjet...
Vztahy a životní styl	<ul style="list-style-type: none"> ▪ přátelství ▪ vztazích s osobami stejného pohlaví ▪ různých (rodinných) vztazích ▪ různých pojetí rodiny 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ jednat mezi sebou navzájem a se členy rodiny a přáteli patřičným způsobem ▪ žít společně v rodině založené na vzájemném respektu ▪ budovat a udržovat vztahy 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ přijetí odlišnosti ▪ respekt k odlišným životním stylům
Sexualita, zdraví a pocit pohody	<ul style="list-style-type: none"> ▪ dobrých a špatných zážitcích s vlastním tělem/ co mi dává dobrý pocit? (naslouchej svému tělu) ▪ tom, že pokud zážitek/pocit není dobrý nemusíš si to vždy nechat líbit 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ důvěřovat svým instinktům ▪ používat třístupňový model (říct ne, jít pryč, mluvit s někým, komu důvěřuji) ▪ docílit pocitu pohody 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ postoj, že mají volbu ▪ uvědomění si existence rizik ▪ vážit si vlastního těla ▪ uvědomění, že požádat o pomoc je v pořádku
Sexualita a práva	<ul style="list-style-type: none"> ▪ zneužívání; existují lidé, kteří nejsou dobří; předstírají, že jsou laskaví, ale mohou být zlí ▪ jejich právech (vč. práva na informace a práva na ochranu) ▪ zodpovědnosti dospělých za bezpečí dětí 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ptát se na otázky ▪ obrátit se na někoho, komu důvěřuji, když mám potíže ▪ vyjadřovat potřeby a přání 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ uvědomění si vlastních práv ▪ postoj „moje tělo patří mně“
Sociální a kulturní faktory ovlivňující sexualitu (hodnoty/normy)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ pohlavních, kulturních a věkových odlišnostech ▪ hodnotech a normách lišících se dle země a kultury ▪ tom, že všechny pocity jsou v pořádku, ale ne všechny skutky, které na jejich základě činíme ▪ společenských pravidlech a kulturních normách/hodnotách 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ rozpoznat a vypořádat se s odlišnými hodnotami druhých ▪ respektovat společenská pravidla a kulturní normy ▪ mluvit o odlišnostech 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ společensky zodpovědné chování ▪ otevřený postoj bez předsudků ▪ přijetí rovnosti práv ▪ přijetí odlišných norem souvisejících se sexualitou ▪ respekt k vlastnímu tělu a tělu ostatních

6 - 9	INFORMACE Poskytovat informace o...	DOVEDNOSTI Umožňuje...	POSTOJE Pomáhá rozvíjet...
Lidské tělo a vývoj člověka	<ul style="list-style-type: none"> ▪ tělesných změnách, menstruaci, ejakulaci, individuálních rozdílech ve vývoji těla ▪ (biologických) rozdílech mezi muži a ženami (vnitřních i vnějších) ▪ tělesné hygieně 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ znát a být schopen používat správná slova pro části těla a jejich funkce ▪ pozitivně přijmout tělesné změny ▪ zkoumat tělo a starat se o něj 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ přijetí různých nejistot, které si v souvislosti s tělem uvědomují ▪ pozitivní představy o svém těle a o sobě samotném: sebeúcta ▪ pozitivní vztah ke své genderové identitě
Plodnost a rozmnožování	<ul style="list-style-type: none"> ▪ možnostech ohledně rodičovství a otěhotnění, neplodnosti, adopci ▪ základní myšlenky antikoncepce (je možné plánovat a rozhodovat se o své vlastní rodině) ▪ různých metodách početí ▪ základních představách o cyklu plodnosti ▪ mýtech o početí 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ rozvíjet komunikační schopnosti ▪ pochoptit, že ovlivňujeme svou vlastní plodnost 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ respekt k odlišnostem: někteří lidé mají děti, někteří ne
Sexualita	<ul style="list-style-type: none"> ▪ lásce, pocitu zamilovanosti ▪ něžnostech ▪ sexu a v médiích (vč. internetu) ▪ potěšení a příjemných pocitů z dotýkání se vlastního těla, masturbace v raném dětství ▪ odpovídajícímu sexuálnímu jazyku ▪ sexuálním styku 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ akceptovat vlastní i cizí potřebu soukromí ▪ vyrovnat se se sexem zobrazovaným v médiích ▪ hovořit o sexualitě neurážlivým způsobem 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ pochopení „přijatelného sexu“ (za vzájemného souhlasu zúčastněných, dobrovolný, rovnocenný, věku přiměřený, situaci odpovídající a seberepektující) ▪ vědomí, že sex je v médiích zobrazován různými způsoby
Emoce	<ul style="list-style-type: none"> ▪ rozdílech mezi přátelstvím, láskou a sexuální touhou ▪ žárlivosti, zlobě, agresi, zklamání ▪ přátelství a lásce k lidem stejného pohlaví ▪ tajné lásce, první lásce (pobláznění, „zabouchnutí se“, neopětovaná láska) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ zvládnout zklamání ▪ vyjádřit a mluvit o vlastních emocích, přáních a potřebách ▪ vyrovnat se se svou vlastní a cizí potřebou soukromí ▪ adekvátně pojmenovat vlastní pocity 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ přijetí toho, že pocity lásky (jako součást všech emocí) jsou přirozené ▪ postoj, že jejich prožívání a vyjádření emocí je v pořádku

6 - 9	INFORMACE Poskytovat informace o...	DOVEDNOSTI Umožňuje...	POSTOJE Pomáhá rozvíjet...
Vztahy a životní styl	<ul style="list-style-type: none"> různých vztazích souvisejících s láskou, přátelstvím atp. různých (rodinných) vztazích manželství, rozvodu, společném soužití 	<ul style="list-style-type: none"> vyjádřit sebe sama v rámci vztahů být schopen se dohodnout na kompromisu, projevit toleranci a empatii vytvářet společenské kontakty a přátelství 	<ul style="list-style-type: none"> přijetí pocitu závazku, zodpovědnosti a cti jako základu pro vztah respekt k ostatním přijetí odlišností
Sexualita, zdraví a pocit pohody	<ul style="list-style-type: none"> pozitivním vlivu sexuality na zdraví a pocit pohody nemocem spojených se sexualitou sexuálním násilím a agresí tom, kde získat pomoc 	<ul style="list-style-type: none"> stanovit si hranice důvěřovat svým instinktům používat třístupňový model (říct ne, jít pryč, mluvit s někým, komu důvěřuji) 	<ul style="list-style-type: none"> smysl pro zodpovědnost za vlastní zdraví a pocit pohody uvědomění si existence volby a možností uvědomění si existence rizik
Sexualita a práva	<ul style="list-style-type: none"> právu na sebevyjádření sexuálních právech dětí (informace, sexuální výchova, tělesná integrita) zneužívání zodpovědnosti dospělých za bezpečí dětí 	<ul style="list-style-type: none"> požádat o pomoc a informace obrátit se na někoho, komu důvěřuji, když mám potíže znát svá práva vyjadřovat potřeby a přání 	<ul style="list-style-type: none"> pocity zodpovědnosti za sebe a ostatní vědomí si práv a volby
Sociální a kulturní faktory ovlivňující sexualitu (hodnoty/normy)	<ul style="list-style-type: none"> genderových rolích kulturních rozdílech věkových rozdílech 	<ul style="list-style-type: none"> hovořit o vlastních zážitcích, přáních a potřebách v souvislosti s kulturními normami rozpoznat a vypořádat se s odlišnostmi 	<ul style="list-style-type: none"> respekt k odlišným životním stylům, hodnotám a normám

9-12	INFORMACE Poskytovat informace o...	DOVEDNOSTI Umožňuje...	POSTOJE Pomáhá rozvíjet...
Lidské tělo a vývoj člověka	<ul style="list-style-type: none"> tělesné hygieně (menstruace, ejakulace) počátečních změnách v pubertě (mentální, fyzické, sociální a emocionální změny a jejich možné varianty) vnitřních a vnějších sexuálních a rozmnožovacích orgánech a jejich funkcích 	<ul style="list-style-type: none"> integrovat tyto změny do svého vlastního života znát a používat správnou slovní zásobu komunikovat o změnách v pubertě 	<ul style="list-style-type: none"> pochopení a přijetí změn a rozdílů každého těla (velikost a tvar penisu, prvu a pochvy se mohou výrazně lišit; standardy krásy se mění s časem a liší se mezi kulturami) pozitivní představy o svém těle a o sobě samotném: sebeúcta
Plodnost a rozmnožování	<ul style="list-style-type: none"> rozmnožování a plánování rodičovství různých druzích antikoncepce a jejich použití; mýty o antikoncepci příznacích, rizicích a nechráněného sexu (neplánované otěhotnění) 	<ul style="list-style-type: none"> pochopit vztah mezi menstruací/ejakulací a plodností v budoucnu efektivně používat kondomy a antikoncepci 	<ul style="list-style-type: none"> pochopení, že za antikoncepci zodpovídají obě pohlaví
Sexualita	<ul style="list-style-type: none"> prvních sexuálních zkušenostech sexuální orientaci sexuálním chování mladých lidí (různost sexuálního chování) lásce, pocitu zamilovanosti potěšení, masturbaci, orgasmu rozdílech mezi pohlavní identitou a biologickým pohlavím 	<ul style="list-style-type: none"> pochopit a hovořit o rozdílných sexuálních pocitech a hovořit o sexualitě patřičným způsobem vědomě se rozhodnout mít nebo nemít sexuální zážitky rozišovat mezi sexualitou v „reálném životě“ a sexualitou v médiích používat moderní média (mobilní telefon, internet) a být s vědomí rizik a výhod s tím spojených 	<ul style="list-style-type: none"> přijetí, respekt a pochopení různosti v sexualitě a sexuální orientaci (sex by měl být za vzájemného souhlasu zúčastněných, dobrovolný, rovnocenný, věku přiměřený, situaci odpovídající a seberepektující) pochopení sexuality jako procesu učení se přijetí odlišností ve vyjádření sexuality (líbání, dotyky, mazlení atd.) uznání, že každý má svůj vlastní „harmonogram“ sexuálního vývoje
Emoce	<ul style="list-style-type: none"> různých emocích, např. zvědavost, zamilovanost, nerozhodnost, nejistota, stud, strach a žárlivost rozdílech v individuálních potřebách intimity a soukromí rozdílech mezi přátelstvím, láskou a sexuální touhou přátelství a lásce k lidem stejného pohlaví 	<ul style="list-style-type: none"> vyjadřovat a rozpoznat různé emoce u sebe a ostatních vyjadřovat potřeby, přání, stanovit hranice a respektovat je u ostatních zvládnout zklamání 	<ul style="list-style-type: none"> pochopení emocí a hodnot (např. nepočítovat stup nebo vinu ze sexuálních pocitů nebo tužeb) respekt k soukromí ostatních

9-12	INFORMACE Poskytovat informace o...	DOVEDNOSTI Umožňuje...	POSTOJE Pomáhá rozvíjet...
Vztahy a životní styl	<ul style="list-style-type: none"> ▪ rozdílech mezi přátelstvím, vztahy v partě a partnerskými vztahy a o různých způsobech randění ▪ různých druzích příjemných a nepříjemných vztahů – vliv (genderových) nerovností ve vztazích 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ vyjádřovat přátelství a lásku různými způsoby ▪ vytvářet sociální kontakty, přátelství, budovat si a udržovat kontakty ▪ mluvit o vlastních očekáváních a potřebách ve vztahu 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ pozitivní postoj k rovnosti pohlaví ve vztazích a svobodné volbě partnera ▪ přijetí pocitu závazku, zodpovědnosti a cti jako základu pro vztah ▪ respekt k ostatním ▪ pochopení vlivu pohlaví, věku, náboženství, kultury atd. na vztahy
Sexualita, zdraví a pocit pohody	<ul style="list-style-type: none"> ▪ symptomech, rizicích a následcích nebezpečných, nepříjemných a nechtěných sexuálních zážitků (STI, HIV, neplánované otěhotnění, psychické následky) ▪ různých typech sexuálního zneužívání a častosti jeho výskytu, jak se mu vyhnout a kde sehnat pomoc ▪ pozitivním vlivu sexuality na zdraví a pocit pohody 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ převzít zodpovědnost za bezpečné a příjemné sexuální zážitky u sebe a blízkých osob ▪ stanovit hranice, vyjadřovat přání a vyhnout se nebezpečným a nechtěným sexuálním zážitkům ▪ požádat o pomoc a podporu v případě problémů (puberta, vztahy, atd.) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ uvědomění si existence volby a možností ▪ uvědomění si existence rizik ▪ pociz vzájemné zodpovědnosti za zdraví a pocit pohody
Sexualita a práva	<ul style="list-style-type: none"> ▪ sexuálních právech (jak jsou definována IPPF a WAS)⁴⁹ ▪ národních zákonech a předpisech (zákonem stanovená hranice) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ jednat v rámci těchto práv a povinností ▪ požádat o pomoc a informace 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ vědomí si práv a možností volby ▪ přijetí sexuálních práv pro sebe a ostatní
Sociální a kulturní faktory ovlivňující sexualitu (hodnoty/normy)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ vlivu vrstevníků, médií, pornografie, kultury, náboženství, pohlaví, zákonů a socioekonomického postavení na sexuální rozhodování, partnerství a chování 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ diskutovat o těchto vnějších vlivech a vytvářet si osobní stanoviska ▪ osvojit si kompetence zacházení s moderními médii (mobilní telefon, internet, zacházení s pornografií) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ respekt k odlišným životním stylům, hodnotám a normám ▪ přijetí různých názorů, pohledů a chování s ohledem na sexualitu

⁴⁹ International Planned Parenthood Federation (IPPF): Sexual Rights: an IPPF declaration. London 2008
World Association for Sexual Health (WAS): Declaration of Sexual Rights. Hongkong 1999

12 - 15	INFORMACE Poskytovat informace o...	DOVEDNOSTI Umožňuje...	POSTOJE Pomáhá rozvíjet...
Lidské tělo a vývoj člověka	<ul style="list-style-type: none"> ▪ lidském těle, tělesném vzhledu a tělesných modifikacích (mužská a ženská obřízka, panenská blána a možnosti její obnovy, anorexie, bulimie, piercing, tetování) ▪ menstruačním cyklu; sekundárních tělesných charakteristikách, jejich funkcích u mužů a žen a doprovodných pocitech ▪ poselství o kráse v médiích; tělesných změnách v lidském životě ▪ zařízeních poskytujících služby související s těmito tématy, kam se dospívající mohou obrátit v případě obtíží 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ popsat, jak pocity z vlastního těla mohou ovlivnit jejich zdraví, chování a vnímání sebe sama ▪ seznámit se s termíny související s pubertou a odolávat tlaku vrstevníků ▪ být kritický ke zprávám z médií a kosmetického průmyslu 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ kritické myšlení související s různými tělesnými modifikacemi ▪ pochopení a přijetí změn a rozdílů každého těla
Plodnost a rozmnožování	<ul style="list-style-type: none"> ▪ dopadech (časného) mateřství a otcovství (ve smyslu výchovy dětí, plánování rodiny kariéry, antikoncepce, rozhodování a péče v případě neplánovaného těhotenství) ▪ o službách související s antikoncepcí ▪ neúčinné antikoncepci a jejích příčinách (alkohol, vedlejší účinky, zapomnětlivost, rozdíly mezi pohlavími, atd.) ▪ těhotenství (také v homosexuálním vztahu) a neplodnost ▪ fakta a mýty (spolehlivost, výhody a nevýhody) související s různými druhy antikoncepce (vč. pohotovostní antikoncepce) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ rozpoznat příznaky těhotenství ▪ získat antikoncepci na správném místě, např. návštěvou zdravotnického odborníka ▪ vědomě se rozhodnout, zda mít nebo nemít sexuální zážitky ▪ mluvit o antikoncepci ▪ vědomě si zvolit antikoncepci a používat vybranou antikoncepci efektivně 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ osobní postoje (normy a hodnoty) k (časnému) rodičovství, antikoncepci, potratu a adopci ▪ pozitivní postoj k převzetí oboustranné zodpovědnosti za antikoncepci

12 - 15		INFORMACE	DOVEDNOSTI	POSTOJE
		Poskytovat informace o...	Umožňuje...	Pomáhá rozvíjet...
Sexualita	<ul style="list-style-type: none"> různých očekávání a chování souvisejícím se sexuální vzrušením a pohlavními odlišnostmi genderové identity a sexuální orientace, vč. coming outu a homosexuality jak si užívat sexualitu vhodným způsobem (nepospíchat) první sexuální zážitky potěšení, masturbaci, orgasmu 	<ul style="list-style-type: none"> rozvíjet schopnosti v intimní komunikaci a dosahování dohod na základě zhodnocení následků, výhod a nevýhod každé možné volby (partneři, sexuální chování); učinit svobodné a zodpovědné rozhodnutí užít si sexualitu ohleduplným způsobem rozlišovat mezi sexualitou v „reálném životě“ a sexualitou v médiích 	<ul style="list-style-type: none"> přijetí, respekt a pochopení různosti v sexualitě a sexuální orientaci (sex by měl být za vzájemného souhlasu zúčastněných, dobrovolný, rovnocenný, věku přiměřený, situaci odpovídající a seberepektující) pochopení sexuality jako procesu učení se 	
Emoce	<ul style="list-style-type: none"> různých emocích, např. zvědavost, zamilovanost, nerozhodnost, nejistota, stud, strach a žárlivost rozdílech mezi přátelstvím, láskou a sexuální touhou 	<ul style="list-style-type: none"> vyjadřovat přátelství a lásku různými způsoby vyjadřovat potřeby, přání, stanovit hranice a respektovat je u ostatních zacházet s různými konfliktními emocemi a touhami 	<ul style="list-style-type: none"> přijetí, že se lidé cítí odlišně (v závislosti na jejich pohlaví, kultuře, náboženství atd. a jejich vlastním pochopení těchto pojmů) 	
Vztahy a životní styl	<ul style="list-style-type: none"> vlivu věku, pohlaví, náboženství a kultury různých stylech komunikace (verbální a neverbální) a jak je zlepšovat jak rozvíjet a udržovat vztahy rodinných strukturách a jejich variacích (např. jen jeden rodič) různých druhích (příjemných a nepříjemných) vztahů, rodiny a způsobů života 	<ul style="list-style-type: none"> zaměřit se na nespravedlnost, diskriminaci, nerovnoprávnost vyjadřovat přátelství a lásku různými způsoby vytvářet sociální kontakty, přátelství, budovat si a udržovat kontakty a vztahy mluvit o vlastních očekáváních a potřebách ve vztahu 	<ul style="list-style-type: none"> snahu vytvořit si rovnocenný a naplňující vztah pochopení vlivu pohlaví, věku, náboženství, kultury atd. na vztahy 	

12 - 15		INFORMACE	DOVEDNOSTI	POSTOJE
		Poskytovat informace o...	Umožňuje...	Pomáhá rozvíjet...
Sexualita, zdraví a pocit pohody		<ul style="list-style-type: none"> ▪ tělesné hygieně a péči o sebe sama ▪ četnosti výskytu a typech sexuálního zneužívání, jak se mu vyhnout a kde získat pomoc ▪ rizikovém (sexuálním) chování a jeho následcích (alkohol, drogy, tlak vrstevníků, šikana, prostituce, média) ▪ příznacích, přenosu a prevenci STI, včetně HIV ▪ zdravotnickém systému a službách ▪ pozitivním vlivu sexuality na zdraví a pocit pohody 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ dělat zodpovědná a informovaná rozhodnutí (v souvislosti se sexuálním chováním) ▪ požádat o pomoc a podporu v případě problémů ▪ zlepšovat svoje komunikační a vyjednávací schopnosti s cílem bezpečnějšího a uspokojivého sexu ▪ odmítnout nebo ukončit nepříjemný/nebezpečný sexuální kontakt ▪ záskat a používat kondomy (antikoncepci) efektivně ▪ rozpoznat rizikové situace a být schopen s nimi pracovat ▪ rozpoznat příznaky STI 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ smysl pro zodpovědnost v souvislosti s prevencí STI/HIV ▪ smysl pro zodpovědnost v souvislosti s nechtěným otěhotněním ▪ smysl pro zodpovědnost v souvislosti s prevencí sexuálního zneužívání ▪ pocit vzájemné zodpovědnosti za zdraví a pocit pohody
	Sexualita a práva	<ul style="list-style-type: none"> ▪ sexuálních právech (jak jsou definována IPPF a WAS)⁵⁰ ▪ národních zákonech a předpisech (zákonem stanovená hranice) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ uznávat sexuální práva svá i ostatních ▪ požádat o pomoc a informace 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ přijetí sexuálních práv pro sebe a ostatní
	Sociální a kulturní faktory ovlivňující sexualitu (hodnoty/normy)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ vlivu vrstevníků, médií, pornografie, kultury, náboženství, pohlaví, zákonů a socioekonomického postavení na sexuální rozhodování, partnerství a chování 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ vypořádat se s konfliktními osobními normami a hodnotami v rodině a společnosti ▪ osvojit si kompetence zacházení s moderními médii (mobilní telefon, internet, zacházení s pornografií) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ osobní náhled na sexualitu (jež je proměnlivá) v měnící se společnosti nebo skupině

⁵⁰ International Planned Parenthood Federation (IPPF): Sexual Rights: an IPPF declaration. London 2008; World Association for Sexual Health (WAS): Declaration of Sexual Rights. Hongkong 1999

15 a více	INFORMACE Poskytovat informace o...	DOVEDNOSTI Umožňuje...	POSTOJE Pomáhá rozvíjet...
Lidské tělo a vývoj člověka	<ul style="list-style-type: none"> ▪ psychických změnách v pubertě ▪ tělu, tělesném vzhledu, tělesných proměnách ▪ mužské a ženské obřízce, panenské bláně a možnosti její obnovy, anorexii, bulimii ▪ poselství o kráse v médiích; tělesných změnách v lidském životě ▪ zařízeních poskytujících služby související s těmito tématy, kam se dospívající mohou obrátit v případě obtíží 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ rozpoznat rozdíly mezi tím, co je v médiích a co v reálném životě ▪ vyrovnat se s pubertou a odolávat tlaku vrstevníků ▪ být kritický ke zprávám z médií a kosmetického průmyslu a reklamy a možným rizikům úprav lidského těla 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ kritický náhled na kulturní normy související s lidským tělem ▪ přijetí a uznání různosti tvarů těla
Plodnost a rozmnožování	<ul style="list-style-type: none"> ▪ neúčinnosti antikoncepci a jejích příčinách (alkohol, vedlejší účinky, zapomnětlivost, rozdíly mezi pohlavími, atd.) ▪ těhotenství (také v homosexuálním vztahu) a neplodnost, potrat, antikoncepce, pohotovostní antikoncepce (prohloubení informací) ▪ informace o službách souvisejících s antikoncepcí ▪ plánování rodiny a kariéry/vlastní budoucnosti ▪ následky otěhotnění u mladých dospívajících (děvčat i chlapců) ▪ možnostech genetických modifikací embrya, genetika 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ budovat partnerskou komunikaci založenou na rovnosti, diskutovat o obtížných tématech s respektem k názorům druhým ▪ vyjednávat a snažit se dosáhnout dohody ▪ činit informovaná rozhodnutí týkající se antikoncepce a (neplánovaného) otěhotnění ▪ vědomě si zvolit antikoncepci a používat vybranou antikoncepci efektivně 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ochota počítat s pohlavními odlišnostmi v souvislosti s plodností, rozmnožováním a potratem ▪ kritický pohled na odlišné kulturní/náboženské normy související s otěhotněním, rodičovstvím, atd. ▪ uvědomění si důležitosti pozitivní role muže v průběhu těhotenství a porodu, pozitivní vliv aktivních otců ▪ pozitivní postoj ke vzájemné zodpovědnosti za antikoncepci

15 a více	INFORMACE Poskytovat informace o...	DOVEDNOSTI Umožňuje...	POSTOJE Pomáhá rozvíjet...
Sexualita	<ul style="list-style-type: none"> o tom, že sex zahrnuje více než pouhý pohlavní styk významu sexu v různém věku, genderových rozdílech sexualitě a handicapu, vlivu nemocí na sexualitu (cukrovka, rakovina, atd.) komerčním sexu (prostituce, ale také sex za malé dárky, jídlo/noc strávenou jinde, malé obnosy peněz), pornografii, sexuální závislosti odchylkách sexuálního chování, rozdílech v cyklu vzrušení 	<ul style="list-style-type: none"> diskutovat o tom, jak se vztahy utváří a o důvodech proč mít/nemít sex otevřít se ostatním (sdělit svoje homosexuální nebo bisexuální pocity) rozvíjet schopnosti v intimní komunikaci a snažit se o dosažení dohody poradit si s obtížemi při kontaktu s druhým, zládnout konfliktní tužby být schopen ohleduplně vyjádřit svá vlastní přání, stanovit hranice a brát v úvahu přání ostatních uvažovat o moci(vlivu) související se sexualitou 	<ul style="list-style-type: none"> pozitivní postoj k sexualitě a potěšení přijetí odlišných sexuálních orientací a pohlavních identit přijetí toho, že sexualita v různých formách se týká všech věkových skupin změnu od možných negativních pocitů, odporu a nenávisti vůči homosexualitě až po přijetí a znání sexuálních odlišností
Emoce	<ul style="list-style-type: none"> různých typech emocí (lásce, žárlivosti), rozdílech mezi pocity a činy uvědomování si rozdílu mezi racionálními myšlenkami a pocity nejistotě na počátku vztahu 	<ul style="list-style-type: none"> vypořádat se s pocity zamilovanosti, nerozhodnosti, zklamání, neštvanosti, žárlivosti, zrady, důvěry, viny, strachu a nejistoty diskutovat o emocích zacházet s různými konfliktními emocemi a touhami 	<ul style="list-style-type: none"> přijetí, že se lidé cítí odlišně (v závislosti na jejich pohlaví, kultuře, náboženství atd. a jejich vlastním pochopení těchto pojmů)
Vztahy a životní styl	<ul style="list-style-type: none"> chování souvisejícím s genderovými rolemi, očekáváním a nedorozuměních rodinných strukturách a jejich změnách, manželství z donucení, homosexualitě, bisexualitě, asexualitě, rodinách s jedním rodičem jak si vytvořit a udržet vztah 	<ul style="list-style-type: none"> zaměřit se na nespravedlnost, diskriminaci, nerovnoprávnost postavit se nespravedlnosti a přestat (vůči sobě i ostatním) používat ponižující výrazy nebo říkat ponižující vtipy prozkoumávat, co to znamená být otcem/matkou 	<ul style="list-style-type: none"> otevřenost k různým vztahům a životním stylům; pochopení sociálních a historických vlivů ve vztazích

15 a více	INFORMACE Poskytovat informace o...	DOVEDNOSTI Umožňuje...	POSTOJE Pomáhá rozvíjet...
Sexualita, zdraví a pocit pohody	<ul style="list-style-type: none"> ▪ zdravotnickém systému a poskytovacích službách ▪ rizikovém sexuálním chování a jeho dopadu na zdraví ▪ tělesné hygieně a sebevšeťřování ▪ pozitivním vlivu sexuality na zdraví a pocit pohody ▪ sexuálním násilím; riskantních způsobech potratu; mateřské úmrtnosti; sexuálních deviacích ▪ HIV/AIDS a STI, přenosu, prevenci, léčbě a pomoci 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ bránit se sexuálnímu harašení; mít sebeobranné schopnosti ▪ požádat o pomoc a podporu v případě problémů ▪ získat a používat kondomy (antikoncepci) efektivně 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ přijetí zodpovědnosti za své vlastní i partnerovo sexuální zdraví
Sexualita a práva	<ul style="list-style-type: none"> ▪ sexuálních právech: přístup, informace, dostupnost, porušení sexuálních práv ▪ konceptech držitelů práv a nositelů povinností tato práva respektovat, chránit a prosazovat ▪ genderově podmíněném násilím ▪ právu na potrat ▪ organizacích zabývajících se lidskými právy a Evropském soudním dvoru ro lidská práva 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ pochopit jazyk lidských práv ▪ být schopný trvat na sexuálních právech ▪ rozpoznat porušení práv a promluvit proti diskriminaci a násilím založenému na pohlaví 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ přijetí sexuálních práv pro sebe a ostatní ▪ uvědomění si rozložení moci mezi držiteli práv a nositeli povinností tato práva respektovat, chránit a prosazovat ▪ smysl pro sociální spravedlnost
Sociální a kulturní faktory ovlivňující sexualitu (hodnoty/normy)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ společenských hranicích, komunitních standardech ▪ vlivu vrstevníků, médií, pornografie, kultury, náboženství, pohlaví, zákonů a socioekonomického postavení na sexuální rozhodování, partnerství a chování 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ definovat osobní hodnoty a názory ▪ vypořádat se s konfliktními osobními normami a hodnotami v rodině a společnosti ▪ umět oslovit člověka, který je utlačován, umět na komunitní úrovni řešit osoby žijící s HIV/AIDS ▪ získat mediální kompetence 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ uvědomění si sociálních, kulturních a historických vlivů na sexuální chování ▪ respekt k různým hodnotám a systémům víry ▪ uznání vlastní spolehlivosti a ceny ve svém kulturním prostředí ▪ smysl pr zodpovědnost za vlastní úlohu/názor související se společenskými změnami

Bibliografie

A. Odkazy

BZgA/WHO Regional Office for Europe (2006). Country papers on youth sex education in Europe. Cologne (<http://www.sexualaufklaerung.de/cgi-sub/fetch.php?id=489>).

Frans E, Franck T (2010). Vlaggensysteem. Praten met kinderen en jongeren over seks en seksueel grensoverschrijdend gedrag [Flagsystem. Talking with children and youngsters about sexuality and inappropriate sexual behaviour]. Antwerp, Sensoa.

Havighurst RJ (1971). Development tasks and education. New York, Longman.

Hedgepeth E, Helmich J (1996). Teaching about sexuality and HIV. Principles and methods for effective education. New York, New York University Press.

IPPF (1996). Charter on Sexual and Reproductive Rights. London (<http://www.ippf.org/NR/rdonlyres/6C9013D5-5AD7-442A-A435-4C219E689F07/0/charter.pdf>).

IPPF (2006a). Sexuality education in Europe. A reference guide to policies and practices. The Safe project. Brussels, IPPF European Network (http://www.ysafe.net/SAFE/documents/Design_sex%20ed%20guide%20final%20final_30nov2006.pdf).

IPPF (2006b). Framework for comprehensive sexuality education. London (<http://www.ippf.org/NR/rdonlyres/CE7711F7-C0F0-4AF5-A2D5-1E1876C24928/0/Sexuality.pdf>).

IPPF (2007). A guide for developing policies on the sexual and reproductive health and rights of young people in Europe. The Safe Project. Brussels (http://www.ysafe.net/SAFE/documents/Design_ippf-policy%20guide%20final_Sep07.pdf).

IPPF (2008). Sexual rights: an IPPF declaration. London (<http://www.ippf.org/en/Resources/Statements/Sexual+rights+an+IPPF+declaration.htm>).

Kohler PK, Manhart LE, Lafferty WE (2008). Abstinence-only and comprehensive sex education and the initiation of sexual activity and teen pregnancy. *Journal of Adolescent Health*, 42, 4:344-351.

Lazarus JV, Liljestrand J (2007). Sex and young people in Europe. A research report of the Sexual Awareness for Europe Partnership. The Safe Project. Lund, IPPF (http://www.ysafe.net/SAFE/documents/Design_Safe%20Research%20Report%20final%20final_27Sep07.pdf).

OECD Social Policy Division Directorate of Employment, Labour and Social Affairs (2008). SF 5: Age of mother at first child's birth. Paris (<http://www.oecd.org/dataoecd/62/49/41919586.pdf>).

Plummer K (2001). The square of intimate citizenship. Some preliminary proposals. *Citizenship Studies*, 5, 3:237-253.

- Population Council (2009). It's all one curriculum. Guidelines and activities for a unified approach to sexuality, gender, HIV, and human rights education. New York (http://www.popcouncil.org/pdfs/2010PGY_ItsAllOneGuidelines_en.pdf, http://www.popcouncil.org/pdfs/2010PGY_ItsAllOneActivities_en.pdf).
- Rutgers Nisso Groep (2008). Opgroeien met liefde. Seksuele opvoedingsondersteuning aan ouders [Growing up with love. Sex education support for parents]. Utrecht.
- Schmidt G (2004). Das neue DER DIE DAS. Über die Modernisierung des Sexuellen. [The new DER DIE DAS. On the Modernisation of the Sexual]. Giessen, Psychosozial Verlag.
- UNESCO (2009a). International technical guidance on sexuality education. Vol. I – Rationale for sexuality education. Paris (<http://unesdoc.unesco.org/images/0018/001832/183281e.pdf>).
- UNESCO (2009b). International technical guidance on sexuality education. Vol. II – Topics and learning objectives. Paris (http://data.unaids.org/pub/ExternalDocument/2009/20091210_international_guidance_sexuality_education_vol_2_en.pdf).
- UNESCO HIV and AIDS Education Clearinghouse. HIV and AIDS Library (http://hivaidsclearinghouse.unesco.org/search/index_expert.php).
- United Nations (1989). Convention on the Rights of the Child. New York (<http://www.un.org/documents/ga/res/44/a44r025.htm>).
- Weeks J (1998). The sexual citizen. *Theory, Culture & Society*, 15, 3-4:35-52.
- WHO (1975). Education and treatment in human sexuality. The training of health professionals. Report of a WHO Meeting (WHO Technical Report Series, No. 572). Geneva (http://whqlibdoc.who.int/trs/WHO_TRS_572.pdf).
- WHO (2004). Reproductive health strategy to accelerate progress towards the attainment of international development goals and targets. Global strategy adopted by the 57th World Health Assembly. Geneva (http://whqlibdoc.who.int/hq/2004/WHO_RHR_04.8.pdf).
- WHO (2006). Defining sexual health. Report of a technical consultation on sexual health, 28–31 January 2002. Geneva (http://www.who.int/reproductivehealth/topics/gender_rights/defining_sexual_health.pdf).
- WHO Regional Office for Europe (1999/2001). Definitions and indicators in family planning, maternal and child health and reproductive health used in the WHO Regional Office for Europe. Copenhagen (www.euro.who.int/reproductivehealth).
- WHO Regional Office for Europe (2001). WHO Regional Strategy on Sexual and Reproductive Health. Copenhagen (www.euro.who.int/document/e74558.pdf).
- WHO Regional Office for Europe (2008). Inequalities in young people's health. HBSC international report from the 2005/2006 survey. Edinburgh (http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0005/53852/E91416.pdf).
- World Association for Sexual Health (WAS) (1999). Declaration of Sexual Rights. Hong Kong (<http://worldsexualhealth.org/sites/default/files/Declaration%20of%20Sexual%20Rights.pdf>).
- World Association for Sexual Health (WAS) (2008). Sexual health for the millennium. A declaration and technical document. Minneapolis (<http://worldsexualhealth.org/millennium-declaration>).

B. Vědecká literatura o psychosociálním vývoji dětí

Bancroft J (2006). Normal sexual development. Barbaree HE, Marshall WL (eds.). The juvenile sex offender. New York/London, Guilford Press.

Bancroft J et al. (eds.) (2003). Sexual development in childhood. Bloomington, Indiana University Press.

Barbaree E, Marshall WL (eds.) (2006). The juvenile sex offender. New York/London, Guilford Press.

Berger M (1994). Sexualerziehung im Kindergarten. [Sexuality education in the kindergarten]. Frankfurt am Main, Brandes & Apsel.

Bornemann E (1994). Childhood phases of maturity. Amherst, NY, Prometheus Books.

Burian B (ed.) (2005). Doktorspiele. Die Sexualität des Kindes [Playing doctors and nurses. Child sexuality]. Vienna, Picusverlag.

Cohen-Kettenis PT, Sandfort T (1996). Seksueel gedrag van kinderen. Een kwantitatief onderzoek onder moeders [Sexual behaviour of children. A quantitative survey]. Tijdschrift voor Seksuologie, 20:254-265.

Creemers C, Vermeiren R, Deboutte D (2007). Seksueel grensoverschrijdend gedrag door kinderen [Inappropriate sexual behaviour in children]. In: Van Wijk AP, Bullens RAR, Van Den Eshof P (eds.). Facetten van zedencriminaliteit [Facets of sexual criminality]. The Hague.

de Graaf H, Rademakers J (2003). Seks in de groei. Een verkennend onderzoek naar de (pre-)seksuele ontwikkeling van kinderen en jeugdigen [A growing interest in sex. An exploratory study into the presexual and sexual development of children and young people] (RNG-studies, No. 2). Delft, Rutgers Nisso Groep.

de Graaf H; Rademakers J (2007). Seksueel gedrag en seksuele gevoelens van prepuberale kinderen [Sexual behaviour and sexual feelings of prepubertal children]. Tijdschrift voor Seksuologie, 31:184-194.

de Graaf H et al. (2004). De seksuele levensloop [Sexual development]. In: Gijs L. et al. (eds.). Seksuologie [Sexology]. Houten, Bohn Stafleu van Loghum, pp. 167-190.

Delfos MF (1996). Kinderen in ontwikkeling. Stoornissen en belemmeringen [Child development. Interference and obstacles]. Lisse, Pearson.

De Wit J, Van Der Veer G, Slot NW (1995). Psychologie van de adolescentie [The adolescent psychology]. Baarn, Intro.

Dieltjens S, Meurs P (2008). Seksuele ontwikkeling en de rol van broers en zussen. Siblingseks: spelletjes, nieuwsgierigheid, misbruik en incest [Sexual development and the role of brothers and sisters. Sibling sex: games, curiosity, abuse and incest]. Cahiers seksuele psychologie en seksuologie, 3. Antwerp/Apeldoorn.

Dunde SR (1992). Handbuch Sexualität [Guide to sexuality]. Weinheim, Deutscher Studien-Verlag.

Frans E (ed.) (2008). Seksueel grensoverschrijdend gedrag. Algemene gids [Inappropriate sexual behaviour. A general guide]. Antwerp, Sensoa (http://www.sensoa.be/downloadfiles_shop/algemene_gids_grensoverschr_gedrag.pdf).

- Fried L (2000). Sexualität in Kindertagesstätten – immer noch ein Tabu? [Sexuality in kindergartens – still taboo?] In: Colberg-Schrader H et al. (eds.). KIT. Kinder in Tageseinrichtungen. Ein Handbuch für Erzieherinnen [Children in daycare. A guide for care workers. Velber, Sensoa.
- Friedrich WN (2003). Studies of sexuality of nonabused children. In: Bancroft J et al. (eds.). Sexual development in childhood. Bloomington, Indiana University Press, pp. 107-120.
- Friedrich WN et al. (1991). Normative sexual behavior in children. *Pediatrics*, 88:456-464.
- Friedrich WN et al. (1998). Normative sexual behavior in children: A contemporary sample. *Pediatrics*, 101:9.
- Friedrich WN et al. (2000). Cultural differences in sexual behaviour. 2-6 year old Dutch and American children. In: Sandfort T, Theodorus GM, Rademakers J (eds.). Childhood sexuality. Normal sexual behaviour and development. *Journal of Psychology and Human Sexuality [Special issue]*, 12:117-129.
- Fthenakis WE, Textor M (eds.) (2004). *Knaurs Handbuch Familie. Alles was Eltern wissen müssen [Knaurs guide – family. Everything parents need to know]*. München, Knauer.
- Gavey N (2005). *Just sex? The cultural scaffolding of rape*. London, Routledge.
- Goldman R, Goldman J (1982). *Children's sexual thinking. A comparative study of children aged 5 to 15 years in Australia, North America, Britain and Sweden*. London, Routledge & Kegan Paul.
- Haeberle EJ (1983). *The sex atlas*. New York, Continuum Publishing Company.
- Haug-Schnabel G (1997). *Sexualität ist kein Tabu. Vom behutsamen Umgang mit einem schwierigen Thema [Sexuality is not taboo. Dealing sensitively with a delicate subject]*. Freiburg, Herder.
- Hayez J-Y (2005). *Ook kinderen hebben een lichaam. Kinderen leren omgaan met seksualiteit [Children have a body too. Teaching children to deal with sexuality]*. Tielt, Lanoo.
- Heuves W (2006). *Pubers. Ontwikkeling en problemen. [Puberty. Development and problems]*. Assen, Koninklijke Van Gorcum BV.
- Isaacs S (1933 – reprint 2001). *Social development in young children*. London, Routledge.
- Jenkins P (2003). Watching the research pendulum. In: Bancroft J et al. (eds.). *Sexual development in childhood*. Bloomington, Indiana University Press.
- Klai T, Vermeire K (2006). *La vie sexuelle des jeunes [Young people's sex life]*. *Antenne*, 24, 3:19-27.
- Lamb S, Coakley M (1993). "Normal" childhood sexual play and games. Differentiating play from abuse. *Child Abuse & Neglect*, 17:515-526.
- Langfeldt T (1990). Early childhood and juvenile sexuality, development and problems. In: Perry ME (ed.). *Handbook of sexology, Vol. 7. Childhood and adolescent sexology*. New York, Elsevier, pp. 179-200.
- Larsson I, Svedin CG (2002). Teachers' and parents' reports on 3- to 6-year-old children's sexual behavior. A comparison. *Child Abuse & Neglect*, 26:247-266.
- Maccoby EE (2000). *Die Psychologie der Geschlechter. Sexuelle Identität in den verschiedenen Lebensphasen [The psychology of the sexes. Sexual identity at various life stages]*. Stuttgart,

- Klett-Cotta. [Originally published in English as: Maccoby EE (1998). *The two sexes: growing up apart, coming together*. Cambridge, MA, The Belknap Press of Harvard University Press.]
- McKee A et al. (2010). Healthy sexual development: A multidisciplinary framework research. In: *International Journal of Sexual Health*, 22, 1:14-19.
- Ohlrichs Y (2007). Normale seksuele ontwikkeling [Normal sexual development]. In: Van Wijk AP, Bullens RAR, Van Den Eshof P. *Facetten van zedencriminaliteit [Facets of sexual criminality]*. The Hague, Reed Business BV.
- Okami P, Olmstead R, Abramson PR (1997). Sexual experiences in early childhood. 18-year longitudinal data from the UCLA Family Lifestyles Project. *Journal of Sex Research*, 34, 4:339-347.
- Rademakers J (2000). Het kind als subject. De seksuele ontwikkeling van kinderen (0-12 jaar) [The child as subject. The sexual development of children (from birth to age 12)]. *Tijdschrift voor Seksuologie*, 24:17-23.
- Ravesloot J (1992). Jongeren en seksualiteit [Young people and sexuality]. In: Du Bois-Reymond M. *Jongeren op weg naar volwassenheid [Young people moving into adulthood]*. Groningen, Wolters-Noordhoff.
- Rossmann P (1996). Einführung in die Entwicklungspsychologie des Kindes- und Jugendalters [Introduction to developmental psychology of children and adolescents]. Bern, Huber.
- Ryan G, Lane S (eds.) (1997). *Juvenile sexual offending. Causes, consequences and correction*. San Francisco, Jossey-Bass.
- Sandfort TGM, Rademakers J (2000). *Childhood sexuality. Normal sexual behavior and development*. New York, London and Oxford, Haworth Press.
- Schenk-Danzinger L (1988). *Entwicklungspsychologie [Developmental psychology]*. Vienna, Österreichischer Bundesverlag.
- Schmidt G (1988). *Das große DER DIE DAS [The big DER DIE DAS]*. Reinbek bei Hamburg, Rowohlt.
- Schmidt G (2004). Kindessexualität – Konturen eines dunklen Kontinents [Childhood sexuality – outlines of a dark continent]. *Zeitschrift für Sexualforschung*, 4:312-322.
- Schurke B (1991). Körperentdecken und psychosexuelle Entwicklung. Theoretische Überlegungen und eine Längsschnittuntersuchung im zweiten Lebensjahr [Discovery of one's body and psychosexual development. Theoretical considerations and a longitudinal study of children in their second year]. Regensburg, Roderer.
- Schurke B (1997). Genitalentdecken im zweiten Lebensjahr [Discovery of the genitals in children in their second year]. In: *Zeitschrift für Sexualforschung*, 10:106-126.
- Schurke B (1999). Scham, körperliche Intimität und Familie [Shame, physical intimacy and family]. In: *Zeitschrift für Familienforschung*, 11:59-83.
- Schurke B (2002). Curiosity and privacy. The management of children's sexual interest in the family. In: Götttert M, Walser K (eds.). *Gender und soziale Praxis [Gender and social practice]*. Königstein, Ulrike Helmer, pp.121-143.
- Schurke B (2005). Sexuelles Verhalten von Kindern. Zwischen Normalität und Abweichung [Sexual behaviour of children. Between normality and deviance]. In: Burian-Langegger B, ed. *Doktorspiele. Die Sexualität des Kindes [Playing doctors and nurses. Child sexuality]*. Vienna, Picus, pp.34-62.

Schuster P, Springer-Kremser M (1994). Bausteine der Psychoanalyse [Basic elements of psychoanalysis]. Vienna, WUV.

Straver CJ, Cohen-Kettenis PT, Slob AK (1998). Seksualiteit en levensloop [Sexuality and course of life]. In: Slob AK et al. (1998). Leerboek seksuologie [Textbook of sexology]. Houten/Diegem, Bohn Stafleu Van Loghum.

Trautner HM (2002). Entwicklung der Geschlechtsidentität [Development of sexual identity]. In: Oerter R, Montada, L (eds.). Entwicklungspsychologie [Developmental psychology]. Weinheim, Beltz, pp.648-674.

van der Doef S (1994). Kleine mensen grote gevoelens. Kinderen en hun seksualiteit [Little people, big feelings. Children and their sexuality]. Amsterdam, de Brink. Verhofstadt-Denève L (1998). Adolescentiepsychologie [Adolescent psychology]. Leuven/Apeldoorn, Garant.

Volbert R, van der Zanden R (1996). Sexual knowledge and behaviour of children up to 12 years. What is age appropriate? In: Davies G et al. (eds.). Psychology, law and criminal justice. International development in research and practice. Berlin, De Gruyter, pp.198-215.

Zwiep C (2005). Kinderen en seksualiteit. Pedagogische begeleiding in de kinderopvang [Children and sexuality. Educational guidance in the context of childcare]. Amsterdam, SWP Publishers.

C. Učební osnovy a vzdělávací knihy

Advocates for Youth (2002). Guide to Implementing TAP (Teens for AIDS prevention). A peer education programme to prevent HIV and STI. Washington, DC (<http://www.advocatesforyouth.org/storage/advfy/documents/TAP.pdf>).

Blake S, Muttock S (2004). Assessment, evaluation and sex and relationships education. A practical toolkit for education, health and community settings. London, National Children's Bureau.

BZgA (1994). General Concept for Sex Education of the Federal Centre for Health Education in cooperation with the Federal States. Cologne (<http://www.bzga.de/infomaterialien/?sid=1&idx=777>).

BZgA (2004). Concept Sex Education for Youths. Cologne (<http://www.sexualaufklaerung.de/index.php?docid=694>)

BZgA (2006). Über Sexualität reden. Zwischen Einschulung und Pubertät. Ein Ratgeber für Eltern zur kindlichen Sexualentwicklung zwischen Einschulung und Pubertät [Talking about sexuality. From school entry to puberty. A guide for parents about child sexual development from school entry to puberty]. Cologne (<http://www.sexualaufklaerung.de/index.php?docid=900>).

BZgA (2006). Über Sexualität reden. Die Zeit der Pubertät. Ein Ratgeber für Eltern zur kindlichen Sexualentwicklung in der Pubertät [Talking about sexuality. Puberty. A guide for parents about child sexual development in puberty]. Cologne (<http://www.sexualaufklaerung.de/index.php?docid=901>).

BZgA (2007). Youth. Forum sex education and family planning, No. 3/2007. Cologne (<http://www.sexualaufklaerung.de/index.php?docid=1331>).

International Bureau of Education (2006). Manual for integrating HIV and AIDS education in school curricula. Geneva (www.ibe.unesco.org/fileadmin/user_upload/HIV_and_AIDS/publications/IBE_CurrManual_3v_en.pdf).

IPPF (2006). Framework for Comprehensive Sexuality Education. London (updated version 2010: <http://www.ippf.org/NR/rdonlyres/CE7711F7-C0F0-4AF5-A2D5-1E1876C24928/0/Sexuality.pdf>).

IPPF (2007). Included, involved, inspired: a framework for youth peer education programmes. London (<http://www.ippf.org/NR/rdonlyres/60B87E63-649B-4523-B1F2-8599438249DE/0/peeredu.pdf>).

IPPF (2008). Sexual rights. An IPPF declaration. London (<http://www.ippf.org/NR/rdonlyres/9E4D697C-1C7D-4EF6-AA2A-6D4D0A13A108/0/SexualRightsIPPFdeclaration.pdf>).

IPPF (2009). From evidence to action. Advocating for comprehensive sexuality education. London (www.ippf.org/en/Resources/Guides-toolkits/From+evidence+to+action+advocating+for+comprehensive+sexuality+education.htm).

IPPF (2010). Voices of hope: guide to inspire dialogues on religion, faith, sexuality and young people. London (<http://www.ippf.org/en/Resources/Guides-toolkits/Voices+of+hope.htm>).

IPPF (in press). EXCLAIM! IPPF's guide to young people's sexual rights. London (www.ippf.org).

- Irvin A (2004). Positively informed. Lesson plans and guidance for sexuality educators and advocates. New York, International Women's Health Coalition (<http://www.iwhc.org/index.php?option=content&task=view&id=2594>).
- Kirby D, Laris BA, Roller L (2006). Sex and HIV Education programs for youth. Their impact and important characteristics. FHI, Washington, DC (<http://www.etr.org/recapp/documents/programs/SexHIVedProgs.pdf>).
- Kirby D, Roller LA, Wilson MM (2007). Tool to assess the characteristics of effective STD/HIV education programs. Healthy Teen Network, Washington, DC (<http://www.healthyteennetwork.org/vertical/Sites/%7BB4D0CC76-CF78-4784-BA7C-5D0436F6040C%7D/uploads/%7BAC34F932-ACF3-4AF7-AAC3-4C12A676B6E7%7D.PDF>).
- Lafa Stockholm County AIDS Prevention Programme (2004). The main thread. Handbook on sexuality and personal relationships among young people. Stockholm (http://www.lafa.nu/upload_files/dokument/The%20Main%20Thread%20-%20a%20hanbook%20on%20sexuality%20and%20personal%20relationships%20%20from%20Lafa.pdf).
- Pädagogische Hochschule Luzern; Hochschule Luzern, Soziale Arbeit [Lucerne University of Teacher Education; Lucerne University of Applied Sciences and Arts, Social Work Department] (2007). Sexualpädagogik und Schule. Eine Situationsanalyse [Sexuality education and the school. A situation analysis]. Lucerne (http://www.bildungundgesundheit.ch/dyn/bin/87023-87027-1-situationsanalyse_sexualp_dagogik_und_schule_definitive_fassung.pdf).
- Pädagogische Hochschule Luzern; Hochschule Luzern, Soziale Arbeit [Lucerne University of Teacher Education; Lucerne University of Applied Sciences and Arts, Social Work Department] (2008). L'éducation sexuelle à l'école. Analyse de la situation [Sexuality education and the school. A situation analysis]. Lucerne (http://www.amorix.ch/upload/docs/Analyse%20de%20la%20situation_version_11-08.pdf).
- Pädagogische Hochschule Luzern; Hochschule Luzern, Soziale Arbeit [Lucerne University of Teacher Education; Lucerne University of Applied Sciences and Arts, Social Work Department] (2008). Grundlagenpapier Sexualpädagogik und Schule [Statement of principles on sexuality education and the school]. Lucerne (http://amorix.phz.ch/upload/docs/Grundlagenpapier_Sexualpaedagogik_Version%204%201-D.pdf).
- Pädagogische Hochschule Luzern; Hochschule Luzern, Soziale Arbeit [Lucerne University of Teacher Education; Lucerne University of Applied Sciences and Arts, Social Work Department] (2008). Document établissant les bases d'une éducation sexuelle à l'école [Statement of principles on sexuality education and the school]. Lucerne (http://amorix.phz.ch/upload/docs/Grundlagepapier_version_4_1_F_DEF_V3.pdf).
- Path (2002). Games for adolescent reproductive health. An international handbook. Washington, DC (<http://www.path.org/files/gamesbook.pdf>).
- PLANEs, Schweizerische Stiftung für sexuelle und reproduktive Gesundheit [Swiss Foundation for sexual and reproductive health] (2008). Positionspapier von PLANEs zu Sexualpädagogik [PLANEs position paper on sexuality education]. Zürich (http://www.plan-s.ch/IMG/pdf_PositionspapierPLANEsSexualpadagogik5_11_08.pdf).
- Population Council (2009). It's all one curriculum. Guidelines and activities for a unified approach to sexuality, gender, HIV, and human rights education. New York

(http://www.popcouncil.org/pdfs/2010PGY_ItsAllOneGuidelines_en.pdf,
http://www.popcouncil.org/pdfs/2010PGY_ItsAllOneActivities_en.pdf).

Rutgers Nisso Groep (2007). RAP-Tool of the Youth Incentives Programme of the Rutgers Nisso Groep The Netherlands. Utrecht
(http://hivaidsclearinghouse.unesco.org/search/resources/bie_rap_tool_engels_jan_2007.pdf).

Senderowitz J, Kirby D (2006). Standards for curriculum-based reproductive health and HIV education programs. Arlington, FHI (http://www.ibe.unesco.org/fileadmin/user_upload/_temp_/FHI_standards_senderowitz_kirby.pdf).

Sensoa (2000). Good lovers. A new concept of sex education. Ghent
(http://www.sensoa.be/download-filles_shop/concept_good_lovers.pdf).

Sensoa (2007). International resources on sexual and reproductive health education. Ghent
(http://www.sensoa.be/pdf/docucentrum/infopakket_internationale_leermiddelen.pdf).

Sex Education Forum (2009). Celebrating sex and relationships education: Past, present and future. London, National Children's Bureau
(http://www.ncb.org.uk/members_area/publication_view.aspx?PubID=611&searchTitle=Celebrating+Sex+and+Relationships+Education&searchAuthor=&searchISBN=&searchYear=2009&searchSeries=-1&searchKeyword=&pageIndex=1&searchSubject=0).

Siecus (1998). Right from the start. Guidelines for sexuality issues (birth to five years). New York
(www.siecus.org).

Siecus (2000). Developing guidelines for comprehensive sexuality education. New York
(http://www.siecus.org/_data/global/images/guideintl.pdf).

Siecus (2004). Guidelines for comprehensive sexuality education. Kindergarten through 12th grade. New York
(www.siecus.org/_data/global/images/guidelines.pdf).

Siecus (2005). Talk about sex. New York (<http://www.siecus.org>).

TARSHI (2005). Basics and beyond: integrating sexuality, sexual and reproductive health and rights – a manual for trainers. New Delhi.

Wight D, Abraham C (2000). From psycho-social theory to sustainable classroom practice. Developing a research-based teacher-delivered sex education programme. In: Health education research, 15, 1:25-38. (<http://her.oxfordjournals.org/cgi/reprint/15/1/25.pdf>).

World Population Foundation (WPF) (2008). IM toolkit for planning sexuality education programs. Using intervention mapping in planning school-based sexual and reproductive health and rights education programs. Maastricht (www.wpf.org/documenten/20080729_IMToolkit_July2008.pdf).

Y-Peer (2003). Peer education. Training of trainers manual. New York, United Nations Population Fund
(http://www.aidsmark.org/ipc_en/pdf/sm/tm/Peer%20Education%20Training%20of%20Trainers%20Manual.pdf).

D. Internetové stránky

Advocates for Youth, United States of America: www.advocatesforyouth.org

Aids Action Europe. Clearinghouse on HIV and AIDS in Europe and Central Asia:
www.aidsactioneurope.org/index.php?id=186&L=http%3A%25

Austrian Institute for Family Studies (ÖIF), University of Vienna: www.oif.ac.at

Deutsche Gesellschaft für Sexualforschung [German Association for Sexual Research]:
www.dgfs.info

European Society of Contraception and Reproductive Health (ESC): www.contraception-esc.com www.contraception-esc.com/weblibrary/index.htm

Family Health International (FHI), United States of America: www.fhi.org/en/index.htm

Family Planning Association (FPA), United Kingdom: www.fpa.org.uk

Federal Centre for Health Education (BZgA), Germany:

www.bzga-whocc.de

www.sexualaufklaerung.de

www.loveline.de

www.familienplanung.de

www.komm-auf-tour.de

www.forschung.sexualaufklaerung.de

www.frauengesundheitsportal.de

German Foundation for World Population (DSW): www.dsw-online.de

Guttmacher Institute, United States of America: www.guttmacher.org

International Centre for Reproductive Health (ICRH), University of Ghent, Belgium: www.icrh.org

International Centre for Research on Women (ICRW): www.icrw.org

International Planned Parenthood Federation (IPPF): www.ippf.org

International Women's Health Coalition (IWHC): www.iwhc.org

Kaiser Family Foundation (KFF), United States of America: www.kff.org

Kompetenzzentrum Sexualpädagogik und Schule [Skills Centre Sex Education and Schools],
Switzerland: www.amorix.ch

NHS Choices, United Kingdom: www.nhs.uk/Livewell/Sexandyoungpeople/Pages/Sex-and-young-people-hub.aspx

Population Council: www.popcouncil.org

Pro familia - German association for family planning, sex education and sexual counselling:
www.profamilia.de

Rutgers Nisso Groep (RNG), Netherlands: www.rutgersnissogroep.nl/English

Schweizerische Stiftung für sexuelle und reproduktive Gesundheit [Swiss Foundation for Sexual and Reproductive Health – PLANeS]: www.plan-s.ch www.isis-info.ch

SENSOA, Belgium: www.sensoa.be

Sex Education Forum, United Kingdom: www.ncb.org.uk/sef/home.aspx

Sexuality Information and Education Council of the United States (SIECUS), United States of America: www.siecus.org www.sexedlibrary.org

Swedish Association for Sexuality Education (RFSU): www.rfsu.se

UNESCO HIV and AIDS Education Clearinghouse. HIV and AIDS Library: www.hivaidsclearinghouse.unesco.org/search/index_expert.php

United Nations Population Fund (UNFPA): www.unfpa.org/adolescents/education.htm

United Nations Programme on HIV/AIDS (UNAIDS): www.unaids.org/en

World Health Organization (WHO): www.who.int/reproductive-health/index.htm
www.apps.who.int/rhl/en/index.html

World Health Organization Regional Office for Europe (WHO/Europe): www.euro.who.int/reproductivehealth

World Population Foundation (WPF), Netherlands: www.wpf.org
www.theworldstarts.org/start/begin.html

Youth peer education Network (Y-Peer): www.youthpeer.org
www.youthpeer.org/web/guest/ypeer-toolkit

Seznam použitých zkratk

AIDS	Syndrom získaného selhání imunity (Acquired Immunodeficiency Syndrome)
BZgA	Federální centrum pro zdravotní vzdělání (Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung)
HIV	Virus lidské imunitní nedostatečnosti (Human Immunodeficiency Virus)
IPPF	Mezinárodní federace plánovaného rodičovství (International Planned Parenthood Federation)
MDGs	Rozvojové cíle tisíciletí (Millenium Development Goals)
OSN	Organizace spojených národů
SAFE	V dosl. překladu z aj "bezpečí", v tomto textu název projektu - akronym – Sexuální povědomí v Evropě (Sexual Awareness for Europe)
SPRSV	Společnost pro plánování rodiny a sexuální výchovu
STI	Sexuálně přenosné infekcechoroby (infekce) (Sexual Transmitted Infections)
WHO	Světová zdravotnická organizace (World Health Organisation)

Údaje k původnímu anglickému vydání

Standards for Sexuality Education in Europe was jointly developed by The Federal Centre for Health Education (BZgA), the WHO Regional Office for Europe and an international working group comprising representatives from the following organisations (in alphabetical order):

- Austrian Institute for Family Studies: Olaf Kapella
- Contraception and Sexual Health Service, Nottinghamshire Community Health (UK): Simone Reuter
- Department of Women's and Children's health, University of Uppsala (Sweden): Margareta Larsson
- European Society for Contraception: Olga Loeber
- Evert Ketting, Consultant (The Netherlands)
- Federal Centre for Health Education, BZgA (Germany): Christine Winkelmann, Stefanie Amann, Angelika Heßling, Monika Hünert, Helene Reemann
- International Centre for Reproductive Health at the University of Ghent (Belgium): Peter Decat, Kristien Michielsen
- International Planned Parenthood Federation, IPPF: Doortje Braeken, Ada Dortch
- Lucerne University of Applied Sciences and Arts (Switzerland): Daniel Kunz
- Norwegian Directorate of Health: Ulla Ollendorff
- Rutgers Nisso Group (The Netherlands): Ineke van der Vlugt
- Sex Education Forum, National Children's Bureau (UK): Anna Martinez
- Sexual Health Clinic Väestöliitto, The Family Federation of Finland: Dan Apter, Raisa Cacciatore
- Swiss Foundation for Sexual and Reproductive Health, PLANeS: Marina Costa
- SENSOA (Belgium): Erika Frans
- UNESCO: Ekuu Yankah
- WHO Regional Office for Europe: Gunta Lazdane
- World Population Foundation: Sanderijn van der Doef

Edited by Christine Winkelmann

Design and Layout: Kühn Medienkonzept & Design, Hennef

Printing: Rasch, Bramsche

Edition: 1.1.9.10

Published by Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, BZgA [Federal Centre for Health Education (BZgA)], Cologne <http://www.bzga.de>, <http://www.bzga-whocc.de>

Copyright 2010 BZgA

This brochure is provided by the BZgA free of charge. It is not intended for resale by the recipient or third parties.

By post: BZgA, 51101 Köln

By fax: 0221 8992-257

By e-mail: order@bzga.de

Order number: 60059500

Bibliographic information from the German Library:

A record of this publication has been entered in the National German Bibliography by the German Library. Detailed bibliographical information is available for download at <http://dnb.d-nb.de> ISBN 978-3-937707-82-2

Překladaelé odpovídají za správnost překlada.
The translator alone is responsible for the accuracy of the translation.

Na překlada se podíleli:
Lucie Jarkovská, Olga Makarova, Ivo Procházka, Petr Štulajter

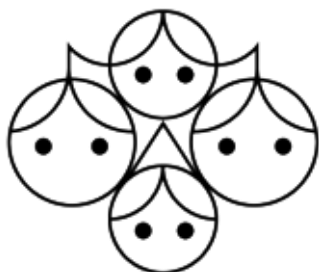
Editorka:
Tereza Sadková

Vydání první

Vydavatel: Společnost pro plánování rodiny a sexuální výchovu, z.s.

2017

www.planovanirodiny.cz



SPRSV

Tento dokument je volně stažitelný, není určen k prodeji.



EUROPE



Federal Centre
for
Health
Education

ISBN 978-80-905696-6-9