

# Voľba aktivít pri formovaní hodnôt a postojov dnešných dospelých v preventívnom programe Partnerské vzťahy a sexualita

Morvayová, Daniela, Gregussová Monika

Výskumný ústav detskej psychológie a patopsychológie,  
Trnavská cesta 112, 821 02 Bratislava  
gregussova@vudpap.sk, morvayova@vudpap.sk

## Abstrakt

*Pri tvorbe a realizácii programu výchovy k manželstvu a rodičovstvu sme boli konfrontovaní s potrebou flexibilne reagovať na zmeny, ktoré súčasná doba prináša, a na aktuálny socio-kultúrny kontext, v ktorom dnešní dospelí vyrastajú. Jednou z charakteristík tejto doby je masívne rozšírenie dostupnosti internetu. Dospelí sú pod záplavou informácií o partnerských vzťahoch a sexualite, ktoré formujú ich hodnoty a postoje. Úlohou preventívneho programu je učiť dospelých orientovať sa v mediálnych informáciách a vedieť odolávať spoločenským tlakom. V našom príspevku uvádzame praktické skúsenosti z práce s rôznymi skupinami. Aktivity sme volili nielen podľa tém, ale aj podľa charakteristík skupiny, ako je napríklad skupina detí s poruchami správania a pozornosti alebo málo motivovaná skupina. Poukazujeme na problémy a výzvy pri vedení preventívnych programov na školách, ktoré súvisia so súčasnou dobou.*

*Kľúčové slová:* sexuálna výchova, adolescenti, preventívny program

## Kontext sexuálnej výchovy v súčasnej dobe

Pojem sexualita chápeme v kontexte sexuálnej výchovy ako bio-psycho-sociálny konštrukt, do ktorého sa premietajú jednak individuálne hodnoty, očakávania, vlastnosti, aspirácie, jednak hodnoty a normy spoločnosti, v ktorej jedinec žije. Preto považujeme za dôležité neobmedzovať sexualitu len na jej biologickú rovinu, ale aj na jej sociálny kontext. V sexuálnej výchove venujeme pozornosť všetkým témam, ktoré sa dotýkajú sexuality: napr. mužská a ženská rola, očakávania od vzťahu, výber partnera, prezentácie sexuality v médiách, hodnoty a i. Považujeme za nutné prispôbovať obsah aj formu sexuálnej výchovy faktorom meniacej sa spoločnosti, ktorými sú:

- **Forma prezentácie sexuality v médiách.** Častá prezentácia sexuality v médiách prináša pozitívne aj negatívne efekty. Za pozitívum považujeme odtabuizovanie sexuality a šírenie osvedčených v tejto oblasti, ktorá je prostredníctvom médií dostupná širokým masám. Na druhej strane niektoré prezentácie sexuality môžu deformovať utváranie predstáv o tom, čo je sexuálne (ne)žiaduce, (ne)príťažlivé, (ne)prijateľné, čím ovplyvňujú hodnoty a normy spoločnosti a vytvárajú tlak ku konformite voči týmto očakávaniam. Prezentovanie sexuality

sa stáva nástrojom komerčných záujmov médií, ktoré si tak chcú zvýšiť sledovanosť, resp. predajnosť. Sexualita je tak často vytrhnutá z kontextu partnerského vzťahu. Navyše takto prezentovaná sexualita často nezodpovedá realite.

- **Rozšírenie internetu.** Internet sa stáva najvýznamnejším informačným zdrojom pre dospelých. Vo svojom záujme a zvedavosti o sexualitu siahajú dospelí práve po internete, kde sa ľahko dostávajú k stránkam s nekontrolovateľným obsahom. Internet je anonymný, dostupný a človek si tam ľahko nájde to, čo chce. Na internete sú však informácie rôznej úrovne spoľahlivosti a pravdivosti, stránky s vyhrotenými jednostrannými názormi, stránky s pornografickým obsahom. Mladí využívajú internet čoraz viac na zoznamovanie, čo tiež prináša určité riziká.

Dospelí sú zaplavení informáciami o sexualite, ale často sa v nich nevedia orientovať. Problémom teda už nie je dostať sa k informáciám, ale vedieť ich selektovať. Práve mladí sú ešte ľahko ovplyvnitelní a majú nedostatok skúseností na to, aby vedeli posúdiť adekvátnosť a hodnovernosť informácií prezentovaných v masovokomunikačných prostriedkoch. Sexuálna výchova poskytuje priestor pre zodpovedanie otázok adolescentov, ako aj na konfrontáciu nesprávnych a skreslených predstáv dospelých o sexualite a vzťahoch.

## **Obsah a forma výučby v sexuálnej výchove - súčasné trendy**

Ak chceme v súčasnej dobe formovať postoje a rozšíriť vedomosti dospelých, nemôžeme zotrvať pri klasickej forme výučby, teda prednáške. Je potrebné zaujať a zapojiť žiakov a podávať informácie interaktívnym spôsobom. Na rozdiel od doby pred revolúciou, kedy sexualita nebola natoľko prezentovaná v médiách a dospelí priam „hltali“ informácie z tejto oblasti, pre dnešných dospelých sú tieto informácie ľahko dostupné. Masmédiá v snahe upútať mládež používajú rafinované a niekedy až agresívne marketingové stratégie. My musíme vytvoriť alternatívny spôsob zaujatia, ktorý by bol pre dospelých prítiahľivý a prijateľný. Deti sú naučené pasívne prijímať informácie, ktoré im médiá naservujú. Keby sme zvolili metódu prednášky, aj my by sme vlastne od dospelých čakali, že budú pasívne prijímať informácie, pre zmenu od nás. Jedným z cieľov sexuálnej výchovy by malo byť naučiť dospelých pristupovať k informáciám aktívne a kriticky myslieť (Täubner, 2004). Na základe toho môžu jednať podľa svojich pocitov a presvedčení, ale budú schopní aj zvážiť dôsledky svojich činov a prevziať zodpovednosť za ne.

Ďalším dôvodom, prečo treba zvoliť zaujímavé a interaktívne metódy výučby, je vyšší počet detí so špeciálnymi výchovno-vzdelávacími potrebami. Tieto deti neudržia pozornosť dlhší čas a často vyrušujú. Práve tieto deti sú však rizikovou skupinou, čo sa týka skoršieho zahájenia sexuálneho života, a sú náchylnejší k rizikovému správaniu (ľahšie podľahnutie nátlaku, výber rizikového partnera, zanedbávanie prevencie pohlavných chorôb a i.). Aj kvôli nim je dôležité časté striedanie rôznorodých typov aktivít a sledovanie zapojenia žiakov.

V našom programe Partnerské vzťahy a sexualita sme striedali nasledovné typy aktivít: vedomostné kvízy, tvorba skupinových posterov na danú tému, príbehy, diskusie, simulácia a scénky, voľné otázky, interaktívna prednáška (Morvayová, Gregussová, 2004). Myslíme si, že aktivity treba flexibilne prispôbovať charakteristikám danej skupiny ako sú: pohlavie, typ triedy, charakteristiky jednotlivcov a ich postavenie v kolektíve.

## Voľba aktivít na základe pohlavia

Pre takýto druh programu je výhodné, ak sú zmiešané skupiny, ale chlapci a dievčatá môžu preferovať iný typ aktivít. Preto je dôležité na každom stretnutí striedať aktivity. Zistili sme, že chlapci preferovali voľné otázky, diskusie, hranie scénok, dievčatá diskusie, scénky a príbehy. U chlapcov sme identifikovali tri skupiny. Prvý typ tvoria tzv. teoretici, ktorí sú verbálne zdatní a uprednostňujú diskusiu, majú však problém s neverbálnymi metódami výučby a vyjadrovaním emócií. Ďalší typ; tzv. zabávači sa usilujú strhnúť pozornosť na seba vtipkovaním, ale dobre sa uplatňujú v scénkach a majú odvahu opýtať sa to, čo ostatní nie. Tretí typ sú tzv. tichí, ktorých treba povzbudzovať k vyjadreniu, ale často majú trefné postrehy a zaujímavé myšlienky. Dievčatá sa líšili podľa skúseností so vzťahmi. Dievčatá, ktoré ešte nemajú skúsenosti s partnerským vzťahom, sú skôr tichšie, introvertnejšie, majú romantické až idealizované predstavy o láske. Vyhovujú im prednášky, z ktorých sa dozvedia odpovede na otázky bez pýtania a práca v malých skupinách. Dievčatá s prvými skúsenosťami vo vzťahoch a sexe boli extrovertnejšie, otvorenejšie, často problematické. Vyhovovali im diskusie a voľné otázky, kedy mohli rozprávať o svojich problémoch.

Žiaci zväčša preferujú diskusie, pretože majú možnosť sa vyjadriť, berieme ich ako rovnocenných, môžu začať tému, ktorá ich zaujíma. Avšak dospievajúci ešte nevedia správne diskutovať a argumentovať, väčšinou prechádzajú do ostrejších konfrontácií, nedržia sa témy, nepočúvajú ostatných. Preto treba diskusiu neustále monitorovať a usmerňovať, podporiť aj ojedinelý názor, povzbudiť k vyjadreniu názoru aj tichších žiakov, zamedziť urážanie. Chlapci chcú diskutovať o sexuálnych praktikách, pohybujú sa v teoretickej a abstraktnej rovine, téma je často vzdialená realite. Dievčatá preferujú diskusiu o vzťahoch, pričom spomínajú vlastné zážitky. Vidíme, že dievčatá majú menšie zábrany vyjadrovať vlastné emócie, zároveň pripisujú vzťahu väčší význam než chlapci.

## Voľba aktivít podľa typu triedy

V prípravnej fáze sme vychádzali z predpokladu, že sa dá vytvoriť jeden univerzálne použiteľný program sexuálnej výchovy. Pri aplikácii v praxi sa ukázalo, že v niektorých triedach aktivity nemali očakávaný efekt. Zistili sme, že nemôžeme očakávať, že všetkým žiakom bude vyhovovať rovnaký typ aktivít. Aby bol preventívny program efektívny, vždy treba citlivo zvážiť typ triedy a na základe toho vybrať aktivity, ktoré žiakov oslovia. Na základe našich skúseností vám ponúkame niektoré naše postrehy.

### Typ triedy:

**Tichá trieda:** Takáto trieda sa vyznačuje disciplinovanosťou a poslušnosťou. Žiaci sa správajú slušne, ticho, neprovokujú. Väčšinou to bývajú výberové triedy, žiaci majú nadpriemerný intelekt. Problémom v týchto triedach je pasivita žiakov, ktorí sú adaptovaní na náš školský systém a očakávajú aktivitu len zo strany učiteľa. Neosvedčili sa nám aktivity, v ktorých sa majú žiaci prezentovať pred celou triedou (diskusie, scénky a pod.). Avšak títo žiaci dobre pracujú v malých skupinách, lebo sa vyznačujú dobrou koordináciou činnosti v skupine, kooperáciou a nevyžadujú si časté zásahy vedúceho. Títo žiaci nemajú odvahu sa pýtať priamo, ale ak im dáme možnosť pýtať sa anonymne prostredníctvom lístočkov, kladú inteligentné a adekvátne otázky k téme. S takýmto

typom triedy sa dobre pracuje, lebo dokážu dlho udržať pozornosť a sú disciplinovaní, ale konečný efekt programu je zvyčajne menší ako v iných typoch triedy. Tieto deti totiž sú zvyčajne dobre informované, vedia si vyhľadať odpovede na svoje otázky a celkovo nepredstavujú rizikovú skupinu. Keďže majú dostatočné vedomosti, konečný posun po programe je menší.

**Divoká trieda:** Takáto trieda je nedisciplinovaná a ťažko zvládnuteľná. Nachádza sa v nej veľa problémových žiakov s poruchami pozornosti a správania. Triedny kolektív je nesúdržný, medzi žiakmi sú narušené vzťahy, môže sa vyskytovať aj šikana. Títo žiaci potrebujú dlhší čas na vytvorenie dôvery, majú tendenciu testovať si otvorenosť vedúcich. Dávajú im často osobné a provokatívne otázky, ale sú senzitívni voči moralizovaniu a poučovaniu. Ich dôveru si získame jedine vtedy, ak budeme úprimní a autentickí. Lepšie prijímajú informácie, ktoré vychádzajú z osobných skúseností, ako všeobecné a odborné fakty. Bežný školský systém im nevyhovuje, lebo nedokážu dlhšie udržať pozornosť. Vhodný pre nich je iný štýl výučby, ktorý aj im umožní realizovať sa a uspieť. Preto sme namiesto prednášok volili zážitkový typ aktivít (scénky, výtvyry a pod.). Dôležité je často striedať činnosti a vylúčiť dlhé aktivity, alebo napr. diskusie, ktoré sa pohybujú na intelektuálnej, abstraktnej úrovni. Vyhovuje im pýtať sa priamo, nehanbia sa, ale zvyčajne dávajú nepodstatné alebo extrémne otázky.

Ak si získame ich dôveru a dáme im možnosť prezentovať sa v pozitívnom svetle, efekt programu je veľký. Zapamätajú si veľa nových poznatkov, opravia si svoje často veľmi skreslené predstavy o vzťahu a sexualite. Aj keď je práca s takýmito deťmi veľmi ťažká, má skutočný preventívny účinok, nakoľko tieto deti patria do rizikovej skupiny čo sa týka skorého zahájenia pohlavného života, rizikového sexuálneho správania a voľby nevhodného partnera. Okrem nadobudnutia nových vedomostí má pre ne zážitkový typ programu aj ďalšie psychologické zisky. Veľmi veľa pre ne znamená prijatie zo strany vedúceho, každé ocenenie, vyzdvihnutie ich pozitívnych vlastností, zážitok úspechu.

### **Voľba aktivít podľa charakteristík jednotlivcov a ich postavenia v kolektíve**

Nie vždy sa však stretávame s uvedenými vyhranenými typmi tried, častejšie sa vyskytujú triedy s oboma typmi žiakov, a preto je potrebné aktivity vhodne kombinovať a striedať. Takéto zmiešané triedy sú charakteristické prítomnosťou výrazných jedincov, ktorí značne ovplyvňujú dynamiku skupiny:

**Žiak s ojedinelým názorom:** Je to nekonformný žiak, ktorý sa nebojí prejsť svoj názor, aj keď je odlišný od väčšinového. Dostáva sa kvôli tomu do pozície outsidera skupiny. V Bratislave sú to často deti z rodín so silnou náboženskou výchovou, v iných častiach Slovenska to môžu byť deti s veľmi liberálnymi názormi. Do konfrontácie s ostatnými sa dostávajú najmä v téme predmanželská sexualita, interrupcie, použitie antikoncepcie. Považujeme za nevhodné viesť diskusiu medzi ním a ostatnými do otvorenej konfrontácie alebo jeho názor vyvracať resp. kritizovať. Tým by sme len zväčšovali izoláciu tohto žiaka v triede. Naopak, oceníme jeho odvahu vyjadriť odlišný názor a tým vedieme žiakov k tolerancii odlišných pohľadov. Bude to signál aj pre ostatných, že sa nemusia báť vyjadriť odlišný názor, čím navodíme atmosféru dôvery v skupine. Celkovo sa vyhýbame diskusiám o citlivých otázkach, ktoré sa týkajú osobných presvedčení jednotlivcov. Dospievajúci totiž ešte nemajú ustálené názory a prezentujú len názory z rodiny. Ich názory sú čierno-biele, navyše ich nevedia dostatočne zargumentovať. Vekom a skúsenosťami sa

budú ich názory ešte formovať, preto ich nepresviedčame o svojom názore, ktorý považujeme za správny.

**Žiak s poruchou pozornosti a/alebo správania, hyperaktívny žiak:** Takýto žiak často v triede vyrušuje a dostáva sa do konfliktu s ostatnými žiakmi a učiteľom. Snaží sa upútať pozornosť provokatívnym alebo zabávačským správaním. Nedokáže sa dlho sústrediť pri aktivitách. Niekedy sa stáva triednym šašom, ktorého ostatní zosmiešňujú a ponizujú. Považujeme za dôležité zbaviť ho nálepky, poukázať na pozitívne stránky jeho osobnosti. Osvedčilo sa nám zapájať ho čo najviac do aktivít poverovaním špeciálnymi úlohami (napr. písaním na tabuľu, predvádzanie situácie v scénke).

**Dominantný žiak:** Väčšinou býva hviezdou triedy, často je verbálne zdatný, výrazne extrovertný, zvyknutý na pozornosť a dominantné postavenie v skupine. Má veľký vplyv na názory ostatných. V pozícii hviezdy triedy bývajú pekné a extrovertné dievčatá. Môže sa nám stať, že my prideme do triedy so zaujímavou témou a toto dievča sa zrazu dostáva mimo stredu záujmu. Ak sa nevie v aktivitách presadiť, začína s nami bojovať o moc, ku všetkému sa stavia negativisticky, bojkotuje aktivity. Vtedy sa musíme snažiť zapojiť ostatných, aby ich so sebou nestrhla. Môže však nastať iný prípad, že takéto dievča naopak príliš presadzuje svoje názory. Na jednej strane je to výhoda, že rozprúdi diskusiu, na druhej strane môže ovládnuť celú diskusiu, lebo sa jej nik neodváži protirečiť. Nie je na úžitok vstúpiť s ňou do konfrontácie a spochybňovať jej názory, lepšie je využiť jej vplyv na naše ciele. Podporíme tie jej názory a postoje, ktoré podporujú ciele nášho programu (napr. dievča prezentovalo svoj názor: „No ja by som sa do sexu nikdy nenechala nútiť.“). Dospievajúci lepšie prijímu názory od vrstovníka, ktorý im imponuje, ako od dospelaj autority. Názory, ktoré nie sú v súlade s našimi cieľmi („Lepšie je neviazať sa na jedného partnera, človek by si mal užívať, kým je mladý.“) alebo názory, ktoré znižujú sebavedomie ostatných („Nechápem, ako môže mať niekto problém oslovit' chalana.“) nevyvraciame priamo, radšej uvedieme naše skúsenosti, ktoré sú odlišné.

**Rizikové dievča:** Je veľká pravdepodobnosť, že v každej triede sa vyskytuje takéto dievča, resp. dievčatá. Vyznačujú sa skorším pohlavným dozrievaním, pochádzajú z problematickeho rodinného prostredia s narušenými vzťahmi. Nedostatok lásky a pozornosti z domova snažia sa kompenzovať v partnerských vzťahoch. Sú nekritické, čo sa týka výberu partnera, často si začínajú so staršími, rizikovými mužmi. V triede sa snažia zaujať prezentovaním svojich sexuálnych skúseností. Aj tak však patria medzi okrajových členov kolektívu, lebo spolužiaci ich odsudzujú. Nemáme právo odsudzovať ich životný štýl, ale mali by sme zdôrazňovať jeho riziká, resp. možnosť chrániť sa. Tieto dievčatá majú potrebu nájsť niekoho, s kým sa o tom môžu porozprávať. Preto je dobré im nechať priestor na individuálny rozhovor po hodine, resp. kontakt na seba.

## **Aktivity v preventívnych programoch**

Efektivita preventívnych programov, oveľa viac než v iných predmetoch, závisí od vytvoreného vzťahu vedúceho (učiteľa, psychológa a pod.) a žiakov. Nejde totiž len o osvojenie nových vedomostí, ale hlavne o to, aby ich dospievajúci preniesli do svojho života. Úplne nevhodné je vystupovať autoritatívne, vedúci by mal zvolit' kamarátsky prístup k žiakom. Dospievajúci si ho tak skôr vyberú za vzor hodný nasledovania, informácie od neho budú považovať za hodnoverné, a

vedúci tak môže ovplyvniť aj ich rizikové postoje. Pri takomto prístupe však musíme rátať s väčšou nedisciplinovanosťou a chaosom na hodinách. Hodiny by však nemali byť rigidne štruktúrované, ale vedúci by mal byť otvorený aj témam, o ktorých chcú dospelávajúci diskutovať. Žiadna téma by nemala byť tabu, dôležitý je však spôsob, akým sa rozoberá. Vedúci by mal o všetkom dokázať hovoriť síce bez zábran, ale primerane veku žiakov a s ohľadom na zameranie programu.

Každý preventívny program by mal byť vedený zážitkovou formou. Využívame široké spektrum aktivít, najčastejšie používané aktivity sú:

**Diskusie:** Použitie diskusií je problematické vo veľmi tichých a ťažko zvládnuteľných triedach. Diskusie používame ako prídavnú, sumarizujúcu aktivitu, ktorá nasleduje po inej aktivite. V skupine dospelávajúcich treba diskusiu viac štruktúrovať, často sa diskusia sama vyvinie z nejakej otázky. Diskusiu začíname aj my tým, že sa pýtame na ich názory na určitú tému. Nesprávny názor je vhodnejšie korigovať vyvolaním diskusie než priamym vyvracaním.

**Príbely:** Ukázalo sa, že je to najuniverzálnejšia aktivita, ktorá oslovuje a vyhovuje väčšine žiakov. Vyberáme príbehy zo života mladých písané ich slovníkom, v ktorých je zobrazené ich konanie aj s chybami a omylmi. Po príbehu nasleduje diskusia, ktorú usmerňujeme tak, aby dospelávajúci sami prišli na možnosti predísť rizikovej situácii, resp. na spôsoby riešenia.

V našom programe sa ukázalo ako užitočné využitie **letáku**. Tieto letáky sme vytvorili vždy na danú tému stretnutia. Začínali príbehom k téme, nasledovali vysvetlenie pojmov a souhrnom informácií. Na záver nechýbali odkazy na ďalšie zdroje, predovšetkým internetové. Snažíme sa upriamiť ich pozornosť na také informačné zdroje, ktoré sú spoľahlivé a hodnoverné. Leták obsahoval aj kontakty na poradne, na nás, prípadne ďalšie inštitúcie, kde mladí môžu nájsť odbornú pomoc. Pri tvorbe letáku využívame tínedžerský slovník a pútavú grafickú úpravu. Leták slúži na to, aby sa deti mohli vrátiť k informáciám, ktoré im sme im poskytli, príp. ktoré im unikli.

## **Záver**

Vzhľadom na meniace sa podmienky súčasnej doby je neudržateľné a efektívne zotrvať pri tradičnej forme vedenia hodín sexuálnej výchovy. Sledujúc aktuálne trendy možno konštatovať, že zážitkové, rôznorodé typy aktivít viac oslovia dospelávajúcich. Vyučujúci preventívnych programov by však mal byť oboznámený a pripravený na problémy, ktoré prináša zážitková forma výučby. Mal by mať aspoň minimálne psychologické vedomosti, mal by sa vedieť priblížiť mysleniu a prežívaniu dnešnej mládeže. Pri voľbe aktivít musí brať do úvahy skupinovú dynamiku a potreby konkrétnej skupiny adolescentov. Keď zvládne úskalia netradičnej formy výučby, preventívny efekt je oveľa vyšší ako pri prednáške.

## Literatúra

GREGUSSOVÁ, M.; MORVAYOVÁ, D. 2005. Predstavy žiakov 8. ročníka ZŠ o pohlavných rolách, partnerských vzťahoch a sexualite. In HELLER, D.; PROCHÁZKOVÁ, J.; SOBOTKOVÁ, I. (ed.). *Psychologické dny 2004 : Svět žen a svět mužů : polarita a vzájemné obohacování : sborník příspěvků z konference Psychologické dny, Olomouc 2004*. Olomouc : Universita Palackého v Olomouci, 2005. Acta Universitatis Palackianae Olomucensis. Facultas Philosophica, Psychologica 35 - suppl. ISBN 80-244-1059-1. ISSN 1214-3251.

MORVAYOVÁ, D., GREGUSSOVÁ, M. 2004. Návrh programu Partnerské vzťahy a sexualita pre žiakov 9. ročníka ZŠ. In TESAŘ, M. (ed.) *.40 rokov skúmania psychického vývinu detí a mládeže, súčasné problémy a perspektívy v zjednotenej Európe*. Bratislava VÚDPaP, 2004, CD-ROM.

PREVENDÁROVÁ, J. 2000. *Výchova k manželstvu a rodičovstvu*. SPN, Bratislava, 2000. 1. vydanie. s. 121. ISBN 80-08-02933-1.

ŠULOVÁ, L. 1995. *Jak učit výchovu k manželství a rodičovství?* Grada Publishing, Praha, 1995. 1. vydání. s. 120. ISBN 80-7169-218-2.

TÄUBNER, V. 2004. Kritické myšlení v sexuální výchově. In MITLÖHNER, M. (ed.) 2004. *12. celostátní kongres k sexuální výchově v České republice, Pardubice 2004. Sborník referátů. 2004*. SPRSV, Praha, 2004. s.148-154. ISBN 80-86559-31-9.