

Jak mluvit s dětmi o sexu



Mark Laaser

PŘEDMLUVA

NÁROČNÝ ÚKOL

Počátek poznání je bázeň před Hospodinem, moudrostí a kázní pohrdají pošetilci. Můj synu, poslouvej otcovo kárání a matčíným poučováním neopovrhuj. Bude to půvabným věncem na tvé hlavě a náhrdelníkem na tvém hrdle. Můj synu, kdyby tě lákali hříšníci, nepřivoluj.

PŘÍSLOVÍ 1, 7-10

Když Šalomoun psal tato přísloví, předpokládal, že rodiče své děti učí a poskytují jim poučení. A většina rodičů se skutečně usilovně snaží vést své děti k moudrosti a k bázni před Bohem. Šalomoun by se však velmi mýlil, kdyby zároveň předpokládal, že všechny matky a všichni otcové mluví se svými dětmi o sexu a ukazují jim Boží cestu ke zdravé sexualitě.

Většina dnešních rodičů by souhlasila s tím, že je lepší poučit děti o sexualitě doma než to jednoduše ponechat v rukou učitelů, kamarádů nebo časopisů a médií. Avšak i rodiče pevně odhodlaní poskytnout svým dětem sexuální výchovu a učit je křesťanským hodnotám někdy nevědí, kde začít, kolik toho říci a jak často se tomuto tématu věnovat.

Ještě rozpačitější jsou mnozí rodičové při představě, že by měli dětem ukázat model zdravé sexuality na vlastním životě a na vlastních vztazích. V tomto hříšném světě trpí velké procento dospělých sexuálními poruchami a složitými problémy ve vztazích. Jak by mohli učit své děti ideálům, kterých sami nedokázali dosáhnout? Co je tím hlavním, co mají Boží děti vědět o sexualitě? Co by měli rodiče říci svým dětem o kontroverzních otázkách, které přináší současnost?

Mluvit s dětmi o sexu – to je obávaný úkol. Mállokterí rodiče se při takovém rozhovoru cítí uvolněně. Na sexualitě je něco, kvůli čemu se nám o ní špatně mluví, a je tedy pravděpodobné, že o ní budeme mluvit s despektem nebo se zlehčováním. V 1. Mojžíšově 3,6 je popsáno to osudné kousnutí do ovoce, které představuje prvotní hřích.

Prvním důsledkem tohoto hříchu bylo poznání Evy a Adama, že jsou nazí, a zjištění, že se stydí. Jinými slovy, jedním z důsledků prvotního hříchu je sexuální stud. Od tohoto okamžiku se zábrany při mluvení o sexu staly součástí naší přirozenosti.

Myslím, že největším nepřítelem zdravé sexuality je mlčení. Mlčení je jedním z nástrojů, které satan používá, aby lidem znemožnil správnou sexuální volbu. Byl jsem vychováván v 50. a 60. letech a rodiče se mnou o sexu nikdy nemluvili, s výjimkou tradičních mechanických otcovských rad, kterých se mi dostalo v době, kdy už jsem dávno biologii sexu znal. Ani žádný z mých přátel se od svých rodičů o sexu nic nedozvěděl. Nikdo z nás neměl o sexu dost informací, abychom se o něm mohli rozumně nebo zrale bavit. Když už jsme o něm mluvili, byli jsme tak ostýchaví, že jsme nedokázali diskutovat upřímně. A už vůbec by nás nenapadlo o sexu mluvit s dívkami.

V církvi to bylo stejné. Pamatuji si jedno setkání středoškolské mládeže, kdy byli chlapani shromážděni v jedné místnosti a dívky ve druhé. Místo pastora k nám promluvil lékař. Popsal nám velice zevrubně všechny choroby přenosné pohlavním stykem, na které si vzpomněl. Zřejmě doufal, že nás tak dostatečně odradí od pouhého pomýšlení na sex. Samozřejmě se v té době většina z nás chlapců sexualitou živě zaobírala. Dívky byly předmětem našeho velkého zájmu a skutečnost, že je zavřeli do oddělené místnosti, jen rozjitřila naši fantazii.

V posledním ročníku střední školy jsme absolvovali „sexuální výchovu“. Vysvětlili nám anatomii a fyziologii. Jako nejdůležitější informaci jsem si zapamatoval, že máme používat kondom a že musíme být obzvláště pečliví při jeho nasazování. Děvčata byla opět odvedena do oddělené místnosti, aby zhlédla film o porodu. Z toho jsem usoudil, že sledování tohoto filmu by bylo pro chlapce nesnesitelné. Byla to tajemná doména žen.

Tolik jsem si přál promluvit si s někým o těch ohromujících sexuálních pocitech, které mne zaplavovaly. Když mi bylo jedenáct, zjistil jsem, že zdroj informací přece jen existuje. Jednoho horkého letního dne k nám přijel na kole jeden můj kamarád s očima navrch hlavy. Řekl mi, abych s ním hned vyrazil do místního obchůdku. Nechtělo se mi a bylo horko – ale nakonec mě přemluvil. V obchůdku mne dovedl k novinovému stojanu, vedle něhož byly v dřevěné skříňce ukryty ty nejtlustší časopisy, jaké jsem kdy viděl. S naprostým zděšením jsem sledoval, jak můj kamarád jeden z těch časopisů ukradl. V soukromí naší garáže jsme pak časopis otevřeli a já jsem poprvé v životě uviděl obrázek nahé ženy. Ta žena vypadala, jako by se na mne usmívala. Moji mysl okamžitě zaplavila změť strachu, vzrušení a sexuálního potěšení. Byl to pocit, jaký jsem ještě nikdy nezakusil. Pocit, který jsem pak vyhledával až do dospělosti.

Stejný časopis nám byl také zdrojem „rad“. Byly tam pravidelné sloupky a dopisy o sexuálních zkušenostech. Jako houby jsme do sebe nasávali otevřené diskuze o sexu. Aniž jsme to tehdy tušili, přijali jsme velké množství nesprávných informací o zdravé sexualitě. Dokonce i kreslené vtipy v tomto časopise, který tak zapůsobil na mou dět-

skou zvědavost, mne informovaly o takových morálních problémech, kterými bych se jinak nezabýval ještě několik následujících let.

Ještě téhož roku jsem jel na letní církevní tábor. Hlavní vedoucí nás shromáždil u táborového ohně a řekl nám, ať napíšeme svůj největší hřích na kousek papíru. Bez zaváhání jsem napsal „časopis Playboy“. Vedoucí nám řekl, že pokud se chceme toho hříchu odříct, máme hodit papírek do ohně a Bůh si ho od nás vezme. To byla úleva! Avšak jaké bylo mé zklamání, když jsem se o týden později vrátil domů a hned jsem skočil na kolo a uháněl do toho obchůdku. Jak naštvaný jsem byl na Boha, jaké zklamání jsem cítil!

Dovedete si představit, jak by se mi ulehčilo, kdybych tehdy večer u stolu, když se mě otec zeptal: „Tak jak ses dnes měl?“ mohl říct: „Víš, tati, jsem rád, že se mě ptáš, protože bych si s tebou rád popovídal o tom, co jsem si přečetl o sexu v tomhle časopise.“ Zajímalo by mě, jak bych reagoval, kdyby mi někdy maminka řekla: „Marku, já vím, že sis v garáži prohlížel ty časopisy. Nezlobím se na tebe. Myslím, že je normální, že tě zajímá sex. Ráda bych si s tebou popovídala o tom, jaké ženy skutečně jsou a co pro ně znamená zdravá sexualita.“

Moji rodiče mne vychovávali, jak nejlépe uměli. Neobviňuji je za to, že mě nepoučili. Jsem si jistý, že v době jejich dětství s nimi o sexu nikdo moc nemluvil. A jako rodiče o těchto věcech s jinými rodiči nejspíš také nemluví. Když byli sami mladými rodiči, žádné informace o sexualitě neexistovaly. Určitě neměli k dispozici ani žádné křesťanské materiály na toto téma.

Sexuální revoluce, která začala v 60. letech, přinesla mnoho hříšných důsledků. Na druhou stranu vedla snaha naší společnosti alespoň částečně odstranit nádech studu obklopující téma sexu k mnohem otevřenějším a upřímnějším diskuzím.

V naší současné sexuální kultuře je mnoho věcí, za které se nelze než stydět. Zároveň bychom však neměli zapomínat, že Bůh nás stvořil jako muže a ženy a že sex předurčil k tomu, abychom se mohli radovat ze stvoření. Stud a rozpaky se však stávají problémem v okamžiku, kdy nám brání sdílet navzájem skutečnost, že sex je Bohem darovaným radostným zážitkem mezi manželi.

Zdravé chápání sexuality dnes dětem nepředáváme jednorázovou formální diskuzí „o kytičkách a včeličkách“. Spíše se rodičům doporučuje využít „výchovných momentů“ v každém stádiu vývoje jejich dítěte. Mým cílem je připravit vás na to, abyste mohli v průběhu celého života vést se svými dětmi o sexu efektivní dialog odpovídající jejich věku. Ukáži vám, jak zdůraznit informace, které děti potřebují v různém věku slyšet, a jak najít láskyplný, duchovně vyspělý způsob komunikace.

Kapitoly 4 až 8 vás seznámí s typickými vývojovými mezníky, s nimiž se děti v určitém věku setkávají, a nastíní úkoly, které vás čekají jako průvodce vašich dětí na cestě zdravého sexuálního vývoje. Uvědomuji si, že v době, kdy čtete tuto knihu, vaše děti již možná prošly některými vývojovými stupni. Nepodlehnete prosím pocitu, že už je

pozdě učit vaše děti zdravé sexualitě. Neexistuje žádný magický okamžik, po němž už se nemůžeme přiblížit Božímu záměru. Sexualita je něco, čemu se učíme celý život. Takže pokud jsou vaše děti právě uprostřed svého sexuálního vývoje, nenechte se odradit. Uvedené principy vám pomohou navázat takový druh dialogu, který bude pokračovat celý život. Může to znamenat, že se budete muset vrátit zpět a hovořit o věcech týkajících se ranějších vývojových období.

Zároveň mějte na paměti, že uvedená členění vycházejí z obecně přijatých kategorií, avšak děti se psychicky, citově i duchovně vyvíjejí různým tempem. Informace, která v určitém okamžiku odpovídá potřebám většiny dětí, nemusí vyhovovat potřebám všech. Je na vás, abyste rozhodli, zda je vaše dítě na konkrétní informace připraveno.

Druhá kapitola popisuje model zdravé sexuality, který považuji za mimořádně užitečný a z něhož vychází i většina mých doporučení uvedených v této knize. Věřím, že jej shledáte biblickým a vyváženým. Obávám se, že pod vlivem klinické praxe, kterou už léta vykonávám, snad příliš zdůrazňuji případné problémy. Nechci vás děsit. Jen bych byl rád, abyste tyto otázky brali vážně a mohli být svým dětem milující oporou.

Třetí kapitola nabízí několik principů zdravého efektivního dialogu. Doufám, že vás tyto principy osloví, lépe vás připraví na rozhovory o sexu a zároveň vám připomenou základní komunikační prostředky, které jsou pro vaše děti naprosto zásadní.

První kapitola knihy patří mezi nejpodnětější a zároveň nejdůležitější. Pomůže vám řešit některé vaše vlastní problémy, a stát se tak opravdovějšími muži či ženami. Pokud žijete v manželském svazku, pomůže vám tato kapitola prohloubit váš partnerský vztah. Naučíte se také hovořit se svým partnerem nebo důvěryhodným přítelem o otázkách, které vám možná brání hovořit s vašimi dětmi o sexu otevřeně a efektivně. Výsledky mé práce s jednotlivci i manželskými páry mne přesvědčily o tom, že obtíže v oblasti sexuality v širokém slova smyslu jsou skrytou příčinou mnoha našich problémů ve vztahu s Bohem, s námi samými i s naším okolím. Čím zdravější budete v oblasti své vlastní sexuality, tím efektivněji budete pomáhat svým dětem stát se takovými muži a ženami, jakými je Bůh chce mít.

Cílem této knihy není seznámit vás se všemi lékařskými či vědeckými informacemi o sexualitě. Nejsou zde žádné grafy ani odborné lékařské informace. Otázkami anatomie a fyziologie lidské sexuality se zabývají jiné knihy, a to i křesťanské. Máme dnes k dispozici výsledky výzkumů, které odhalily řadu škodlivých mýtů a díky nimž byla zahájena léčba mnoha sexuálních dysfunkcí. Tyto informace nám mohou přinést užitek, pokud si uvědomujeme, že patří do kontextu manželství.

Na konci knihy najdete názvy několika publikací, které vám mohou pomoci v okamžiku, kdy při rozhovoru s dětmi vyčerpáte své vlastní náměty.

Můj vlastní ostych, pramenící především z mé hříšné minulosti, mi říká, že bych neměl psát knihu o tomto tématu. Obávám se také, že lidé budou zkoumat, zda jsou

moje děti příkladem toho, co učím. A tak se zdá, že stejně jako Daniel vstupují do lví jámy. Modlím se, abyste vy, mí čtenáři, přijali skutečnost, že většinu toho, co jsem napsal, jsem se naučil na vlastních chybách. K napsání knihy mne přiměly hlasy stovek mužů a žen trpících následky sexuálního hříchu, s nimiž jsem během uplynulých patnácti let pracoval. Jejich problémy se sexualitou začínaly bez výjimky v období dětství. Všichni se také shodli, že by si přáli, aby v minulosti se svými rodiči více mluvili o sexu.

Věřím v existenci duchovního boje. Věřím, že satan nechce, abychom o tomto tématu hovořili. Pokud čtete tuto knihu, abyste se stali lepšími rodiči, dejte si pozor na ten tichý vnitřní hlas, který vás nabádá, abyste byli zticha, abyste si to sami nekomplikovali a neotvírali témata, do kterých se vám nechce. Dejte si pozor na sexuální demony z vaší vlastní minulosti, kteří vám budou našeptávat, abyste svá tajemství drželi v tajnosti, a tvrdit, že nemáte právo učit své děti zdravé sexualitě, když jste sami neobstáli. Jedním z největších darů, které můžete svým dětem dát, je ochota s nimi hovořit, třeba i o svém vlastním sexuálním hříchu a o podobných otázkách. Já sám musím překonávat hlasy, které mi našeptávají, že musím být dokonalý, abych napsal dobrou knihu. Vás žádám, abyste stejně tak překonávali hlasy, které vám budou tvrdit, že k tomu, abyste mohli své děti poučit o jejich Bohem darované sexualitě, musíte být nejprve dokonalými rodiči.

Modlím se, aby tato kniha pro vás byla přínosem a napomáhala prohloubení láskyplných vztahů mezi vámi a vašimi dětmi. Modlím se, aby mé vlastní chápání Božích záměrů a biblických pravd bylo vedeno Duchem svatým a abyste i vy během četby této knihy byli povzbuzeni Boží láskyplnou přítomností ve svém životě. Přál bych si, abyste při četbě těchto stránek našli to, co potřebujete, abyste mohli vychovávat své děti a ukazovat jim, jak zakoušet a uchovávat krásu, kterou Bůh pro lidské bytosti připravil.

PŘÍPRAVA NA EFEKTIVNÍ DIALOG

Bill a Barbara byli hrdými rodiči třináctiletého syna a patnáctileté dcery. Před tím, než se seznámili, chodili oba s několika partnery ve snaze najít „toho pravého“. Na tom by nebylo nic divného. Avšak vzhledem k tomu, že vyrůstali v liberálním prostředí, přejali brzy myšlenku sexuální svobody, a jak to bylo u teenagerů v jejich okolí běžné, měli už za sebou v době, kdy se seznámili, první sexuální zkušenosti.

Bill dokonce vystřídal několik partnerek. Když se do sebe zamilovali, cítili, že hovořit o svých předchozích sexuálních zkušenostech by bylo pro oba bolestivé. Styděli se a uvěřili tomu, že když o tom ten druhý nebude vědět, alespoň ho to nezraní.

V prvních letech manželství se Bill a Barbara těšili dobrému sexuálnímu životu. Když se skrze svědectví jiného mladého páru stali křesťany, trápila však oba vina spojená s předešlými sexuálními zkušenostmi. Oba si však mysleli, že si teď budou navždy věrní, a tak se každý z nich opět v tichosti rozhodl uchovat i své tajemství a nezraňovat toho druhého pravdou.

Jak je postupně vyčerpával stres spojený s výchovou dětí, kariérou a vyděláváním peněz, uvědomili si, že už na sebe nemají tolik času. Jejich sexuální život tím trpěl. Bill cítil rozmrzelost nad poklesem četnosti pohlavního styku, ale Barbaře o svých pocitech neřekl. Cítil, že jej stále více přitahují jiné ženy. Nevěděl, co si má s těmito pocity počít. Začal si prohlížet pornografické časopisy. Omlouval si to tím, že ve svém životě potřebuje prožívat nějaké sexuální vzrušení. Uvažoval, zda by časopisy neměl ukázat Barbaře – třeba to zpestří jejich vztah.

Jejich dcera se začala scházet s chlapcem o tři roky starším. Oba s ní chtěli mluvit o svých zkušenostech, avšak jelikož s ní ještě nikdy nemluvili o romantických vztazích obecně, nevěděli, jak rozhovor začít. Jednoho dne Barbara objevila v synově

pokoji pornografický časopis. Když o tom řekla Billovi, očekávala, že se synem promluví. Bill zjistil, že pouhé pomyšlení na takový rozhovor v něm vyvolává tak silné pocity studu a viny, že vůbec nevěděl, co říci.

Bill a Barbara reprezentují mnohem více manželských párů, než bychom si mysleli. Neschopnost upřímně a otevřeně hovořit o své sexuální minulosti a o svých potřebách vedla k prohloubení jejich silného pocitu studu a vytvářela v jejich rodině atmosféru mlčení v otázkách sexu. Toto mlčení by mohlo mít zhoubný vliv nejen na manželství, ale i na jejich děti, kterým by chyběly odpovídající informace a morální podpora během jejich vlastního sexuálního vývoje.

Jedním z hlavních důvodů, proč rodiče nemluví se svými dětmi o sexu, je skutečnost, že hovořit o tomto tématu je pro ně samé obtížné. Vzhledem k tomu, že osobní příklad zdravého sexuálního vztahu mezi mužem a ženou je stejně důležitý jako dialog s dětmi, je naším prvořadým úkolem naučit se zkoumat a sdílet své vlastní představy a pocity. Tato kapitola vám pomůže cítit se při společných rozhovorech o sexu lépe.

Uvědomuji si, že je to nelehký úkol, představující pro některé z vás řadu bolestivých otázek. Než vás strach a frustrace přimějí tuto knihu odložit a rezignovat na vedení vlastních dětí v oblastech, které jsou pro vás obtížné, rád bych vám řekl několik povzbudivých slov. Jelikož jsem sám řešil vlastní problémy v oblasti sexu a pomáhal dalším jednotlivcům i rodičům dělat totéž, nabyl jsem přesvědčení, že Bůh každou naši cestu láskyplně řídí, pokud mu to umožníme. Bůh nedopustí, abychom se setkali s problémem, aniž by nám připravil prostředky k jeho řešení. Vzhledem k tomu, že úkol zkoumání vašich sexuálních zkušeností a představ pro vás může být bolestivý, rád bych vás ujistil, že pokud se jej rozhodnete podstoupit, přinese to prospěch vašim dětem. Vaše rozhodnutí pro růst v oblasti vlastního sexuálního života může být úžasným darem vašemu manželskému partnerovi i vašim dětem.

Jak o sexu mluvit

V určitém okamžiku života dětí mnozí rodičové seberou odvahu a snaží se děti seznámit se základními fakty o sexualitě a rozmnožování. Moje osobní i profesionální zkušenosti však svědčí o tom, že většina rodičů sdělí příliš málo a příliš pozdě. Dokonce i když se podaří předat dětem informace o biologii sexu, většina rodičů si neuvědomuje, že rozhodující je přejít na vyšší úroveň. Naše děti potřebují vědět mnohem víc, než odkud se berou děti a jak zabránit početí. Myslím, že jedním z našich hlavních rodičovských úkolů je ukázat dětem, jak vypadají zdravé vztahy mezi mužem a ženou, a vytvořit v jejich myslích a srdcích představu hlubokého rozvinutého vztahu, jakému se mohou manželské páry těšit.

Jedním z nejlepších způsobů takové výchovy je hovořit s dětmi jako pár, nikoli jako jednotlivci. Ale jak bychom mohli s dětmi hovořit o sexu jako pár, když o něm nemluvíme spolu? Rozvedení či ovdovělí rodičové stejně jako ti, jejichž manželský partner není biologickým rodičem dítěte, se rovněž potřebují naučit přirozeně hovořit o svých zkušenostech, názorech a pocitech ohledně sexuality.

V této kapitole předkládám několik různých způsobů, jak se propracovat k lepšímu osobnímu pocitu, k zdravějšímu, láskyplnějšímu vztahu v manželství a k větší jistotě při seznamování dětí s celým rozsahem sexuálního vývoje. Někteří z vás už udělali velký kus práce, jiní budou právě začínat. Pokud vám problémy uvedené v této kapitole budou připadat odstrašující, chápu vás. Příprava na výchovu vašich dětí ke zdravé sexualitě není jednoduchým úkolem.

Nemyslete si prosím, že nejste schopni efektivně hovořit se svými dětmi dřív, než splníte všechny uvedené úkoly. Žádný rodič nebude nikdy dokonalý, bez ohledu na to, s jakou intenzitou na sobě pracuje. Cesta k sexuální vyspělosti představuje pro většinu z nás dlouhý proces. Možná zjistíte, že některé problémy, na které narazíte při zkoumání své vlastní sexuality, bude nutné vyřešit později. K této kapitole se možná budete několikrát vracet. Třeba i tehdy, až celou knihu přečtete a začnete některé z doporučených postupů uplatňovat v dialogu se svými dětmi. Nevěřte tomu, že k tomu, abyste mohli dobře vychovávat děti, musíte nejprve splnit všechny úkoly uvedené v této kapitole a stát se zářným příkladem zdravé sexuality. Kdyby tomu tak bylo, nikdo z nás by neměl šanci. Berte tedy obsah této kapitoly vážně, ale nikoli smrtelně vážně. Pracujte na svých vlastních problémech a nechte svého manželského partnera dělat totéž.

Další častou chybou je pocit, že všechno musíte řešit sami. Možná zjistíte, že jako jednotlivec nebo jako pár potřebujete něčí pomoc. Na konci této knihy najdete telefonní čísla některých organizací, kam se můžete obrátit. Lidé, kteří v nich pracují, vám navrhnou vhodný druh pomoci a poradí, kde ji najít. (Do tohoto seznamu jsme zařadili poradny působící v České republice. Pozn. red.)

Můžete rovněž požádat o pomoc svého pastora nebo církevního vedoucího, kterému důvěřujete, nebo se obrátit na kvalifikovaného poradce. Možná jsou ve vaší církvi jiné manželské páry, které prošly stejnými problémy, jaké řešíte vy, a které by byly ochotny se s vámi podělit o své zkušenosti.

Všiml jsem si, že jedním z nejzlobnějších prostředků, které satan používá při ničení vztahů, je obviňování. Jste ochotni si uvědomit svoji zodpovědnost v okamžiku, kdy jako pár musíte řešit nějaký problém? Víím, že to není vždy jednoduché. Váš manželský partner možná dělá chyby. Dokážete se však místo obviňování soustředit na řešení problému, ať už je jakýkoli? Schopnost podívat se na sebe upřímně a nestranně je bezpochyby důležitá, avšak neznamená to, že byste se měli otevírat sebeobviňování. Páry, které úspěšně řeší své problémy, tvoří obvykle lidé, kteří jsou schopni převzít

odpovědnost za své chování a zároveň hledají citový a duchovní růst. Než tedy začnete číst a zkusíte spolu hovořit o otázkách sexu a svého vztahu, ztište se společně při následující modlitbě:

„Otče, chceme být dobrými rodiči svých dětí a poskytnout jim tu nejlepší výchovu, jaké jsme schopni. Chceme, aby náš domov byl bezpečným domovem. A jak naše děti rostou, chtěli bychom, aby se poučily o mnoha věcech včetně zdravé sexuality, která je Tvým darem. Pomoz nám být jim dobrým příkladem a ukázat jim, jak mají tento Tvůj dar užívat. Veď prosím naše společné rozhovory. Pomoz nám jako manželskému páru vyrůst v našem duchovním a citovém vztahu. A pokud v našem vztahu nebo v naší minulosti zůstala nějaká neuzdravená zranění související se sexualitou, veď nás prosím na cestě k jejich uzdravení. Amen.“

Poznámka pro osamělé rodiče a znovu sezdané páry

Nezavírejte tuto knihu, pokud vychováváte děti sami! Pokud jste rozvedení či ovdovělí, anebo váš manželský partner není biologickým rodičem vašeho dítěte, nenechte se odradit tím, že se tato kniha obrací na páry. I vy můžete a potřebujete projít úkoly, které zde předkládám. Vaším partnerem může být přítel, kterému důvěřujete, nebo současný manželský partner. Můžete také vytvořit skupinu osamělých rodičů a studovat knihu společně. Taková skupina vám poskytne nestrannou podporu a pomůže při praktickém uplatňování některých uvedených principů.

Pokud jste rozvedení a máte dobrý vztah se svým bývalým manželským partnerem, možná budete tak stateční, že při tomto úkolu budete spolupracovat právě s ním. Možná to bude vyžadovat přítomnost odborníka. Velice vám však doporučuji, abyste se společně pokusili najít alespoň základní shodu a učinili oboustranné rozhodnutí, jak učit své děti sexualitě stejně jako dalším životním pravdám.

Pokusit se o to je vaší povinností vůči vašim dětem. Uvědomuji si však, že pro některé rozvedené páry je taková spolupráce nemožná. Pokud žijete v novém svazku, budete zřejmě chtít hovořit o uvedených tématech se svým současným manželským partnerem. Svatou povinností dvou dospělých osob žijících pod jednou střechou s dětmi je nalézt shodu při jejich výchově a při vytváření bezpečného domova.

Pokud žijete se svými dětmi sami bez partnera, můžete je také úspěšně vychovávat ke zdravé sexualitě. I když je pro děti dobré, aby slyšely o sexualitě od muže i od ženy, není to vždy možné ani v některých úplných rodinách.

Jedním ze škodlivých mýtů je představa, že s dívkami může o sexu hovořit jen žena a s chlapci jen muž. Některé z nejpřínosnějších rozhovorů se odehrávají mezi matkou a synem nebo mezi otcem a jeho dcerou. Takové rozhovory ukazují, že muž a žena pro sebe navzájem nemusí být záhadou a že se naše sexuální potřeby v mnoha