

odborný časopis 

cena: 69 Kč / 3 €

sociální služby

Umístování dětí
do pěstounské péče

Výzvy pro nutriční péči
v pobytových zařízeních
sociálních služeb

Kampaň

Odolnější

„Každá infekční nemoc, které se můžeme vyhnout
nebo kterou můžeme prodělat s lehčím průběhem,
je pro staršího člověka důležitá,“
říká praktická lékařka Astrid Matějková

Pomůcky pro práci se sexualitou u lidí se znevýhodněním

Sexuální výchova/osvěta by měla dítěti nabídnout informace, které mu umožní orientovat se v tématu sexuality a vztahů. Každé dítě by mělo získat odpovědi na svoje otázky spojené se sexualitou a vztahy adekvátně ke svému věku.

■ **Text: Věra Petlanová**

lektorka a konzultantka pro oblast sexuality a vztahů u lidí se znevýhodněním v organizaci Freya, z. s. (www.freya.live)

S věkem se u dítěte bude měnit okruh otázek a témat, které ho budou zajímat. Předpokládáme, že dítě samo otevírá prostor pro sexuální výchovu nejen zvládnutými otázkami, ale také svým vlastním chováním. U dítěte začnete pozorovat stud a větší potřebu soukromí, posléze první sexuální projevy. Rodiče a blízcí lidé dítěte tak mají prostor otevřeně hovořit o sexualitě a dítěti poskytnout základní informace, které potřebuje.

U dítěte se znevýhodněním může být situace zcela rozdílná. Dítě se neptá, nemá žádné otázky, neprojevuje zájem o téma ani není viditelné, že by se stydělo. Kde bychom zcela přirozeně očekávali stud, tak dítěti se znevýhodněním nemusí dělat potíže odhalit svou intimitu na veřejnosti nebo před zraky neznámých osob.

Můžeme se tedy domnívat, že dítě se znevýhodněním nepotřebuje provést sexuální výchovu? Naopak. Potřebuje, jen nemůžeme vždy čekat, až samo přijde s otázkami. Důvodem může být nejen míra znevýhodnění, omezené komunikační schopnosti, ale také stud, strach a obava dítěte se „zeptat“. V neposlední řadě je také třeba zmínit, že dítěti se znevýhodněním neustále někdo vstupuje do jeho intimitu a soukromí, například z důvodu poskytnutí péče v osobní hygieně. Dítě tak nemusí mít zažitý pocit, co je jeho soukromí a intimita a co do ní patří, protože ji sdílí s dalšími osobami.

Základním předpokladem sexuální výchovy je vytvořit důvěrné prostředí, ve kterém se dítě může zeptat na to, co ho zajímá. Mnoho rodičů s námi sdílí, že nikdy neměli sexuální výchovu doma a ve škole jen velmi okrajově, a to především v tématech, jako je antikoncepce, těhotenství, porod a péče o dítě. Poté je pro ně těžké si představit, že by se svým dítětem měli hovořit o sexualitě. Nejen z důvodu vlastního studu, nejistoty a obav, ale také nejistoty, jakým způsobem dítěti předat informace, pokud je například neverbálně komunikující, má sníženou úroveň mentálních schopností nebo má poruchu autistického spektra.

Mluvíme o dítěti, které neklade otázky, nesedí u knihy a neprohlíží si obrázky, ne navazuje běžným způsobem vztahy s vrstevníky a nebo mu například nečiní potíže odhalit svoji intimitu před ostatními dětmi. Na trhu jsou již k dostání pomůcky pro práci se sexualitou u lidí se znevýhodněním, ale to, co schází, je povědomí rodičů (a osob blízkých člověku se znevýhodněním), jakou pomůcku zvolit a jak s ní následně pracovat.

Nezbytné je také zmínit, že sexuální výchova se nám nejčastěji pojí s dětským věkem a obdobím dospívání. Nicméně i mladým dospělým a dospělým osobám je třeba poskytovat podporu v oblasti sexuality a vztahů a informace o této tematice. U dospělých osob se znevýhodněním volíme takové pomůcky, které odpovídají jejich věku a aktuálním potřebám, rozšířené například o téma sexuálních pomůcek a sexuálních služeb.

➤ Co je důležité zvážit, pokud chcete pořídit pomůcku pro práci se sexualitou?

- **Věk**
Pro koho pomůcku pořizují? Pro dítě, dospívajícího, či dospělého?
- **Míru znevýhodnění, diagnózu**
Jakou míru znevýhodnění má dítě/dospívající/dospělý člověk? Pořizujete pomůcku pro člověka s mentálním, či kombinovaným znevýhodněním? Měla

by pomůcka splňovat specifika pro člověka s poruchou autistického spektra? Pro člověka se smyslovým znevýhodněním?

- **Způsob komunikace**
Jakým způsobem komunikuje daný člověk? Jaké pomůcky preferuje v běžné komunikaci, např. volí spíše vizuální pomůcky? Učí se spíše pomocí nápodoby, videí nebo pomocí obrázkových kartiček?
- **Úroveň sexuální výchovy**
Začínáte se sexuální výchovu, nebo už má daný člověk nějaké informace? Odкуда informace získal a jakým způsobem? Ze kterých oblastí a o kterých tématech sexuální výchovy má informace?

➤ Jakou pomůcku/pomůcky pro sexuální výchovu zvolit u člověka se znevýhodněním?

Pro každého člověka se znevýhodněním bude vhodná jiná pomůcka nebo metoda práce. Řídíme se pravidlem, že volba pomůcky je závislá nejen na výše zmíněných bodech, ale také na osobní volbě každého člověka. Nelze se spoléhat na to, že pokud se např. dítě učí nové věci/pojmy/dovednosti pomocí obrázkových kartiček a podrobného slovního popisu, že tuto zkušenost přenesení do sexuální výchovy. Můžete se setkat s tím (a opravdu se s tím často setkáváme), že dítě běžně komunikuje pomocí piktogramů, ale v sexuální výchově dítě preferuje edukační videa nebo obrázky. Vždy je potřeba si ověřit, zda dítě (dospívající/dospělý) informacím rozumí.

V rámci služby odborného sociálního poradenství spolupracujeme s rodičem dospívajícího syna s mentálním znevýhodněním a poruchou autistického spektra. Zakázkou bylo, jak začít se sexuální výchovou u dospívajícího syna. Podstatné bylo dobře zmapovat, jaké metody a pomůcky dospívající chlapec při běžném učení přijímá. Jako vhodná se ukázala kombinace obrázků, textu v jednoduchém čtení, piktogramů a také modelových situací. Využili jsme všechny způsoby a propojili je do výroby individuální edukační pomůcky pro chlapce.

Základním předpokladem sexuální výchovy je vytvořit důvěrné prostředí, ve kterém se dítě může zeptat na to, co ho zajímá. Mnoho rodičů s námi sdílí, že nikdy neměli sexuální výchovu doma a ve škole jen velmi okrajově, a to především v tématech, jako je antikoncepce, těhotenství, porod a péče o dítě.

Rodiče pořídili chlapci desky s barevnými pořadníky, kam postupně vkládali obrázky a další materiály. Každé téma sexuální výchovy mělo svou barvu a bylo pojato pomocí obrázků, piktogramů a textu v jednoduchém čtení. Zásadním krokem bylo využití modelových situací, jejichž účelem bylo téma propojit do života chlapce. Cílem bylo vysvětlit chlapci nejen, co je soukromí, ale také kde ho najde doma a jak si ho zabezpečí, a naučit ho, jak respektovat soukromí rodičů. Tento způsob práce se sexualitou a vztahy ukazuje na potřebu vnímat individualitu každého člověka a propojit ji do tvorby vhodných pomůcek.

► Jaké pomůcky k sexuální výchově můžete využít?

Pokud začínáte se sexuální výchovou u dítěte/dospívajícího či dospělého člověka, je vhodné si předem zmapovat, jaké vědomosti již člověk má a která témata ho zajímají. Popřípadě lze využít edukační knihy, které vás provedou základními tématy sexuální výchovy tak, abyste nezapomněli na podstatná témata. U dětí můžete začít s dětskými obrázky, piktogramy nebo edukační knihou vhodnou pro daný věk dítěte. Oblíbená jsou edukační videa, nácviky so-

Bude důležité nejen vše podrobně vysvětlit, ale také si zpětně ověřit, že vám daný člověk porozuměl, pochopil informaci/situaci/téma, které chcete předat. Každou nabízenou pomůckou je proto vhodné kombinovat s metodami, které umožní člověku se znevýhodněním lépe uchopit získané informace.

► Které metody jsou vhodné využít při sexuální výchově?

- Modelové situace,
- nácvik sociálních dovedností,
- práci s dotekem,
- myšlenkové mapy,
- kruhy podpory,
- tvorbu příběhů,
- a mnoho dalších.¹

Metody, které uvádíme, vycházejí z naší praxe a pozitivního hodnocení od rodičů, klientů/klientek, ale také osob, které se věnují sexuální výchově/osvětě jak ve školských, tak sociálních službách. Pokud budete například dítě učit vhodné a nevhodné doteky, můžete využít nejen postavy, obrázky, knihy, videa, ale také si modelově zahrát situaci, kdy se vás chce někdo cizí dotknout na nevhodném místě a to, jakým

využít kombinaci názorné ukázky spolu s vizuální pomůckou.

► Jak konkrétně můžete při vysvětlování, co znamená pojem soukromí, postupovat?

1. Nejprve dítěti podrobně slovně popište, co je soukromí a kde ho najde. Vycházejte z toho, co je opravdu reálné. Tedy z informací, kde dítě ve svém domácím prostředí najde soukromí. Můžete váš slovní popis doplnit vhodnou edukační knihou nebo videem.

2. Dítě proveďte po jeho domově (tam kde žije a bydlí) a ukažte mu každou místnost. Zároveň dítě provedte těmi místnostmi, kde najde soukromí, a řekněte mu, jak soukromí může zabezpečit. Např.: „*Tady je tvůj pokojíček a tady máš své soukromí. Když si zavřeš dveře, tak jsi tady sám/sama. Když budu chtít jít za tebou, musím zaklepat na dveře.*“ Vše si s dítětem názorně ukažte.

3. Vytvořte dítěti vizuální pomůcku, kde znázorníte, ve kterých částech svého domova najde soukromí. Doporučuji vyfotit všechny místnosti v bytě a ty posléze rozdělit na ty, kde má a nemá dítě soukromí. Fotografie těch místností, kde dítě nemá soukromí (předpokládáme, že to bude např. obývací pokoj, ložnice rodičů a jídelna), nalepte na červené kolečko, které označuje prostor bez soukromí. Ty místnosti, kde má dítě soukromí (např. dětský pokoj, toaleta, koupelna), poté nalepte na zelené kolečko, které označuje soukromí. Nezapomeňte také znázornit nejen, kde má dítě soukromí, ale také jak si ho zabezpečí, např. fotografií zavřených dveří.

4. S dítětem každý den opakujte, kde má a nemá soukromí. Můžete například postupovat takto: „*Jdu se koupat a v koupelně potřebuji mít soukromí, proto si za sebou zavřu dveře, abych měla soukromí.*“ Dítě potřebuje „vidět“, co po něm chcete, a názorný příklad od rodiče mu umožní více navnímat, co je soukromí.

5. Na dveře od koupelny a toalety můžete umístit terčík (jakékoliv označení pro volno/obsazeno), kterým dítě může viditelně ohraničit prostor pro soukromí.

Pomůcky pro sexuální výchovu by měly být volně přístupné a dostupné, své místo by měly mít nejen v dětském pokoji, u dospívajících, ale také dospělých osob. Když jsem se ptala lidí se znevýhodněním, co jim nejvíce chybí v oblasti sexuality a vztahů, tak jsem často slyšela, že informace. Nejde tedy jen o to nabídnout pomůcky. Protože to, co schází, jsou informace, kterým lidé porozumí.

Na trhu jsou již k dostání pomůcky pro práci se sexualitou u lidí se znevýhodněním, ale to, co schází, je povědomí rodičů (a osob blízkých člověku se znevýhodněním), jakou pomůckou zvolit a jak s ní následně pracovat.

ciálních dovedností nebo modelové situace. U dospívajících poté můžete nabídnout filmy, seriály nebo krátká videa. U dospělých osob poté můžete zvolit reálné fotografie, modely intimních míst, sexuální pomůcky sloužící například k nácviku nasazení kondomu a modelové situace opřené o témata mezilidských vztahů.

► Které konkrétní pomůcky můžete využít při sexuální výchově/osvětě?

- Edukační knihy, brožury,
- obrázky,
- piktogramy,
- pexeso,
- panenky (které mají ušitá intimní místa),
- edukační videa,
- modely intimních míst + sexuální pomůcky určené k edukaci
- a mnoho dalších.

Při výběru vhodné pomůcky byste měli myslet na to, že člověk se znevýhodněním bude nejspíše potřebovat podporu. Někomu, kdo mu vysvětlí, co je na obrázku, co vidí ve videu nebo co které slovo znamená.

způsobem můžete adekvátně reagovat. Pokud tuto zkušenost dítě jen „vidí“ na obrázku nebo je mu slovně popisována, nemusí mu to stačit. Avšak spolu s nácvikem pomocí modelových situací má možnost si situace modelově vyzkoušet a názorně vidí, jak může reagovat na nevhodné doteky.

V rámci sexuální výchovy se mi osvědčilo upozorňovat, že pokud umíte velmi podrobně slovně popsat nějakou novou informaci/situaci/pojem, může to dítěti poskytnout kýženou odpověď, podporu a vytvářet prostor pro důvěru a otevřenou komunikaci. Zároveň však slovo nemůžete zastavit, vzít ho do ruky, zhmotnit jej a nemůžeme se k němu vrátit. Slovní popis je proto vhodné propojit s vizuální pomůckou, na které je dané slovo znázorněno. Pro příklad uvádím jedno ze základních témat sexuální výchovy, kde je vhodné slovní popis doplnit vizuální pomůckou.

Představte si nyní, že máte dítěti se znevýhodněním vysvětlit, co je soukromí a kde ho najde. Nejprve začněte podrobným slovním popisem a zaměřte se na domov (místo, kde dítě žije). Je možné, že tento způsob ale nebude pro dítě dostačující. Doporučuji

¹ Více o pomůckách a metodách k sexuální výchově v knize: *Jak na sexuální výchovu u dětí a dospívajících s PAS*, zakupte na e-shopu APSS ČR: www.obchodapssc.cz