

ČÁST 2:

Tyče a kolíky

TY

# SEXUALITA A CITOVOST



**Střední škola**

**Kdo jsi?**

**Znalost vlastní sexuality a citů mi pomáhá poznat tebe**

**V rovnosti a odlišnosti**

**V lásce**

# 4. Mé první lásky

**“Především však mějte lásku, která všechno spojuje k dokonalosti.”**  
(Kol 3,14)



**Budeme přemýšlet o tom, jak se v tomto věku prožívají city, první partnerské vztahy či první zamilování.**

Hodina začne čtením dvou příběhů, které zachycují odlišný pohled na lásku. První se týká dvou starých lidí: zatímco si starý pán nechává ošetřit malé zranění, vypráví ošetřovatelce příběh. Spěchá, protože má dohodnutou schůzku.

Po určité chvíli ošetřovatelce přiznává, že manželka žije v domově pro nemocné Alzheimerovou chorobou a už ho nepoznává.

Druhý příběh je názor mladého chlapce na způsob zábavy a „balení“ dívek.

**Aktivita 1:** Po přečtení dvou příběhů vyzveme mladé lidi, aby řekli své postřehy. Je důležité, aby učitel zdůraznil nutnost vyjádření pocitů, které v nich příběhy vyvolaly.

Z druhého příběhu se vybere několik slov a diskutuje se o tom, zda mohou být spojeny s příběhem dvou starých lidí.

**SVŮDCE - HRA - BALENÍ - STRATEGIE - OSLOVENÍ - ÚSPĚCH - CHTÍČ - MÍT VZTAH**

Požádáme žáky, aby našli termíny, kterými by popsali první příběh. V tomto cvičení chceme ukázat dva protichůdné pohledy na vztah. Chlapci a děvčata jsou ve věku, kdy začíná fáze zamilování a prvních vztahů. Důležité je, aby začali tušit, co znamená opravdová láska, kdy nějaký vztah pomáhá a zda jsou připraveni ho začít.

Hovoří se také o tom, jak žije dnešní společnost, kdy převažuje model velmi pomíjivé a přechodné lásky. Žáci by měli začít rozeznávat, co je dobré pro ně, co přispívá k jejich obohacení, a dokázat se pro to rozhodnout.

**Aktivita 2 a 3:** Učitel žáky nejprve motivuje a poté je požádá, aby popsali následující vztahy:

- chodit s někým
- balit někoho
- mít s někým vztah
- být přátel s právem na něco víc
- být zasnoubeni
- uzavřít manželství

Obecně se myslí, že téma lásky a pocitu zamilování zajímá víc děvčata než chlapce. Je důležité vzít na vědomí, že v tomto věku se jedni i druzí zamilovávají nebo cítí přitažlivost k opačnému pohlaví stejně. Způsob, jak to poznat nebo vyjádřit, se může lišit, ale zkušenost s tím, že člověk touží po uznání a chce se líbit druhému, mají obě pohlaví.

Poté, co jsme se věnovali těmto úvahám, rozdělíme žáky do pětičlenných skupin, v nichž budou odpovídat na otázky:

- Myslíš, že chodit s někým je důležité rozhodnutí?
- Je třeba si to dobře rozmyslet, než se k tomu odhodláš?
- Je vhodné čekat? S čím se má podle tebe počkat?
- Je důležitý věk pro začátek vztahu?
- Myslíš, že je důležité dosáhnout osobní zralosti?
- Do jaké míry musím znát druhého, než si s ním něco začnu?
- Co myslíš, že by se mělo ve vztahu sdílet?
- Je to stejné pro děvčata i chlapce?
- Jak se pozná, že se jedná o opravdovou lásku?

Mohou se připojit také další otázky:

- Co cítíme, když se nám někdo líbí?
- Co děláme, když jsme s ním/s ní?
- Je snadné se přiblížit a povídat si?
- Kdy řekneme, že jsme se zamilovali/y?
- Co je láska?

Potom je učitel – nebo učitelka – požádá, aby někteří dobrovolně pohovořili o tom, co vyšlo najevo ve skupině. Poté hovoříme na téma láska. Předtím se doporučuje vytvořit ve skupině atmosféru důvěry a úcty, aby se mohla tato aktivita uskutečnit: je třeba zabránit tomu, aby někdo žertoval nebo se smál tomu, co kdokoliv řekne nebo sdílí. Je třeba dát přednost otevřenému a upřímnému rozhovoru. Je nutno zaručit, aby to, co zastávají kluci nebo dívky, nebylo zlehčováno, zvláště kvůli tomu, co bylo řečeno předtím, to znamená, že tuto zkušenost prožívají obě pohlaví.

**Aktivita 4:** Prostřednictvím písně chceme, aby mladí lidé objevili, že jsou skutečným pokladem; aby měli k sobě úctu jako k osobě a aby pochopili, že jsou vzácným darem, o který musí pečovat a nemohou ho darovat komukoli. Měli by začít tušit, že s láskou jsou spojeni dar a volba.

V mém životě, kde všechno je stvořené, kde jsou všechny mé obavy, kam půjdu, když jsem sama.  
Kde uchovávám svá pohlazení, jako by to byly poklady, kde uchovávám ve skrytosti své úsměvy jako zlato,  
daleko od tvého života, a v mém.

Bude to pro tebe dar, který máš rozbalit. Musíš věnovat péči tomu, abych se ti více otevřela, a budeš pro mne ten největší až do smrti, budu tě milovat nade vše, podívej se na mne, jsem zde.

V centru mého života, kde se všechno narodilo, kde jsem od malička, kde cítím, věřím a pláču,  
kde je ten, kdo mne zve, abych se přiblížila a abych nebyla sama.  
Proto ti to daruji, pečuj o to, protože je to můj poklad,  
daleko od tvého života a uvnitř mého.

Bude to pro tebe dar, který máš rozbalit. Musíš věnovat péči tomu, abych se ti více otevřela, a budeš pro mne ten největší až do smrti, budu tě milovat nade vše, podívej se na mne, jsem zde.

A uvnitř lásky existuje cíl, pomyšlení na něj vyvolává strach,  
vyvolává strach představa mu čelit a skončí, když to chceš změnit,  
a dnes to změním, abych se nechala uchvátit, budu se snažit ukázat to, co je třeba darovat pohledem,  
s jistotou, že moje tvář zvítězí.

V nitru mého života, kde všechno je stvořené,  
kde jsou mé obavy, kam vstupuji, když jsem sama.

(Píseň, "Será", ZAPATILLAS: <http://bit.ly/295AtjA>)

**Více jsem si uvědomil/a, že jsem osoba. Uvědomil/a jsem si hodnotu svého těla, které vyjadřuje mé osobní bytí způsobem, který se liší od druhého člověka, protože moje sexualita mě ovlivňuje a vede mě k setkání s druhým, který je jiný než já.**

**Tato odlišnost mě přitahuje. A najednou cítím, že někdo velmi silně získává převahu nad mými myšlenkami a v mém srdci.**

**Objevuji, že ten druhý se mi líbí, chci jeho dobro, chci ho pro sebe, protože je darem (opravdovým darem).**

**Nemohu zapomenout, že i já jsem dar pro druhého. Moje osoba, moje sexualita, mé city, moje svoboda, moje vůle jsou opravdovým pokladem, o který musím pečovat, který musím chránit...**

**Zjistíme, že láska je cesta, silnice s výstupem a s cílem. Jak chci naložit se svým pokladem?**

## ČASOVÝ PLÁN A MATERIÁLY

Tento manuál je určen žákům třetího ročníku střední školy a uskuteční se v jedné hodině.

| Aktivita          | Čas (minuty) | Materiál                  |
|-------------------|--------------|---------------------------|
| Četba příběhů     | 6            | pracovní list             |
| Slova             | 10           | pracovní list             |
| Otázky a rozhovor | 20           | obrázky v pracovním listě |
| Píseň             | 20           | přehrávač a píseň         |
| Závěry            | 4            |                           |