

Češky nerady mluví o orgasmu, pomoci může podpora partnera

O sexu by se podle žen měly děti začít učit už na prvním stupni.

Většina českých žen čerpá informace o sexualitě z diskusí na sociálních sítích, ale jako zdroj informací pro teenagery by je doporučila pouze necelá pětina. Devět z deseti Češek věří, že pro teenagery je lepší vlastnit sexuální pomůcku než mít náhodný sex. Vyplývá to z průzkumu e-shopu pro zdravou sexualitu YOO.cz, který mapoval i další otázky: o čem se ženám nenasnadno mluví s partnery nebo co jim přijde v sexu a vztazích přirozené a napak.

Je to i na rodičích

„Ženy sice nejsou z Venuše a muži z Marsu, přesto je ve srovnávacích průzkumech dobře vidět, že jako společnost vnímáme různé rozdíly mezi pohlavími. Ať už jsou dány zakoreněnými konvencemi, společenskými trendy, nebo biologicky,“ vysvětluje Michal Večeřa, specialista osvěty v sexshopu YOO.cz. „Rozdíly existují také mezi zástupci jednoho pohlaví. Proto jsme se tentokrát rozhodli na vybrané otázky sexuality podívat z ženského úhlu a v budoucnu podobně i z pohledu mužů,“ říká Večeřa.

Mezi zdroji, ze kterých ženy čerpají informace o sexualitě a vztazích, jednoznačně vedou zkušenosti lidí v jejich okolí a v těsném závěsu jsou články a rozhovory s odborníky v médiích. Na třetím místě je erotická literatura nebo pornografie, nicméně velmi podobná část žen využívá diskuse na sociálních sítích.

Především mladší ročníky by však měly brát informace z internetu s rezervou. „Zodpovědný rodič by určitě měl své nezletilé potomky upozorňovat na rizika – například že mohou narazit na někoho, kdo se je bude snažit vydírat na základě informací z diskusí o choulostivých záležitostech,“ upozorňuje Marek Broul, primář sexuologického oddělení Masarykovy nemocnice v Ústí nad Labem.

Co na to matky

Sexuální výchova dětí je tématem, které v současné společnosti rezonuje. Jedna z otázek výzkumu proto směřovala k tomu, jaký je optimální věk, kdy je vhodné s dětmi o těchto tématech hovořit, a to přiměřeně jejich vyspělosti. Většina žen uvádí první stupeň základní školy. Na druhém místě je druhý stupeň základní školy, ale jen s velmi malým rozdílem následuje předškolní věk.

Jaký je v této otázce rozdíl mezi matkami a bezdětnými ženami? Zanedbatelný,



u obou skupin převládá nejčastější názor, že by se s dětmi mělo o sexualitě začít mluvit na prvním stupni základní školy. „Děti vnímají sexualitu a rozdílnost pohlaví již od velice nízkého věku,“ uvádí Broul. „Není třeba jim nic zatajovat a určitě je dobré s pohlavní výchovou začít včas. Pokud začnou mít děti otázky už v předškolním věku, je vhodné je poučit již hodně mladé. Je ale potřeba zvolit jazyk a výrazy takové, aby rozuměly, co jim chceme říct,“ doplňuje Broul.

Se sexuální výchovou mladistvých souvisí také problematika nezodpovědného kontaktu s náhodnými partnery a z toho plynoucích možných rizik. „Kvůli nedostatku zkušenosti a často také ze snahy utajit své první sexuální zkušenosti může dojít k nechtěnému otěhotnění, přenosu

pohlavních onemocnění nebo k ohrožení sexuálním predátorem,“ upozorňuje Broul.

O čem je nenasnadné mluvit

Ženy odpovídaly také na otázku, zda je pro ně těžké soukromě hovořit o některých citlivých tématech. Výsledky ukázaly, že pro třetinu respondentek je více či méně obtížné mluvit se svým protějškem o svých problémech s dosahováním orgasmu a nespokojenosti s vlastním sexuálním výkonem. Každá třetí žena také považuje za obtížné sdělit při sexu svému protějšku, po čem právě touží. Pro čtvrtinu jsou nelehké diskuse o nespokojenosti s vlastním tělem a fyzických překážkách v sexu, jako je bolestivost či vaginální suchost. O nespokojenosti s vlastním sexuálním výko-

nem se však ženám podstatně hůř mluví s někým z blízkých přátel – obtížné je to pro více než polovinu žen.

Podle vztahové psycholožky Zdeňky Pospíšilové z poradny Varias.cz je celkem časté, že pro ženy i muže je obtížné se jejich protějšku v otázkách intimity otevřít. „Je to jeden z důvodů, proč se na mne klienti obracují – chtějí v rámci individuálního setkání probrat, jak vlastně o těchto věcech začít s partnerem či partnerkou hovořit, nebo přijdou společně a otevírají toto téma s mou pomocí na partnerském setkání,“ popisuje Pospíšilová.

Důvodem ostychu je podle její zkušenosti často obava z odmítavé reakce. Tu mohou způsobovat například negativní zkušenosti nebo to, jak se komunikaci vlastních potřeb a respektu k nim naučili v původní rodině.

Jak může partner či partnerka ženě pomoci navázat uvolněnější diskuzi, když vyčítá, že něco není v pořádku? „Záleží na tom, jak jsou partneri zvyklí se bavit celkově. To, co může pomoci, je reflektování, že partnerku zřejmě něco trápí, a snaha podpořit ji v tom. Dát najevo, že ji rádi vyslechneme, pokud si o tom bude chtít promluvit. Dala bych tomu čas a zaměřila se celkově na prohlubování vzájemné důvěry, která vytváří bezpečné prostředí i pro tato témata,“ radí Pospíšilová.