



OBSAH

Předmluva	7
věk tři roky	8
1. Sexuální výchova? Vždyť má teprve tři roky!	8
2. Ucho je ucho...	10
3. Ukaž mi tvoje, já ti ukážu moje	12
4. Pravý čas i místo, nebo ne?	13
věk čtyři roky	15
1. Sex není žádným tajemstvím	15
2. Co's to řekl?	17
3. Někdo spí v mé posteli	18
4. Chraňte děti před sexuálním zneužitím	19
5. Co řeknu a co udělám?	20
věk pět let	22
1. Děti se musí dozvědět...	22
2. „Co si pomyslí sousedi?“	22
3. A už zase	23
4. Zrovna jste si mysleli, jak jste to dobře zvládli...	28
5. Těhotenství a narození dítěte	29
6. A zase znovu?	30
Zdraví především I.	32
Předškolní věk	33
první třída – věk 6-7 let	35
1. Popovídejme si	35
2. Přestaňte mlčet	36
3. Omezení pohlavím	38
4. Ale co když...	39
5. Nejdůležitější je přijmout sám sebe	41
druhá třída – věk 7-8 let	42
1. Už na základní škole se děti dozvědí o sexu všechno	42
2. Co mám ale říci???	43
3. Mysleli jste si, že je to těžké, ale počkejte teď	44
4. Nemůžete-li je porazit...	45
5. Víc, než se na první pohled zdá	47
třetí třída – věk 8-9 let	50
1. Je čas si říci...	50
2. Cos to provedl?!	51
3. Povídej mi o tom!	52
4. Závany změny	53
5. Rozhodnutí... rozhodnutí...	54
Zdraví především II.	55
čtvrtá třída – věk 9-10 let	57
1. Povídej si se mnou, prosím!	57
2. Co se to se mnou děje?	58
3. Mluvíme s dětmi o AIDS – Co potřebují vědět...Ted?	59
4. Rodinná záležitost	61
5. Jak se vyrovnat s tlakem kamarádů	62
Mladší a střední školní věk	64
pátá třída – věk 10-11 let	67
1. Chci vědět...	67
2. Brnkání na nervy	68



3. Seznam	73
4. Fakta versus strachy	74
5. Řekni mi, že jsem v pořádku	76
šestá třída – věk 11-12 let	78
1. I tohle je třeba probrat	78
2. Časy se mění	79
3. Petr miluje Blanku	81
4. Poselství z éteru... ..	82
5. Co mám říci o... ..	83
sedmá třída – věk 12-13 let	85
1. Mluvte otevřeně!	85
2. Puberta	87
3. Hra na chození	88
4. Děti by měly vědět	89
5. Už jste dnes objali své dítě?	90
osmá třída – věk 13-14 let	92
1. Strasti a zisky	92
2. Ale raději bych mluvil s... ..	93
3. Ve vědění je síla	95
4. Fakta o AIDS	96
5. Šílenství sdělovacích prostředků – prodej sexu	97
Puberta – starší školní věk	99
Zdraví především III.	100
devátá třída (první ročník střední školy) – věk 15 let	103
1. Opravdu chci vědět... ..	103
2. Zdi a mosty	104
3. Nátlak kamarádů	106
4. Druhá strana mince... ..	107
5. Čas na stručné shrnutí	108
6. Dvě kapitoly o antikoncepci	109
věk 16 let	113
1. Hovoříme s dospívajícími	113
2. Co má rodič dělat?	114
3. Umění stanovit meze	116
4. Proč by škola měla zastupovat rodiče při sexuální výchově?	117
5. Nejen základní fakta	119
věk 17 let	121
1. Podělte se o svou moudrost	121
2. Kontroverznost potratu	122
3. Měli byste si promluvit	124
4. Pohlavní úchytky	125
5. Pěstování sebejistoty	126
6. Ještě další problém... ..	128
věk 18 let	130
1. Hodnota hodnot	130
2. Co dělat?!	131
3. Bourání mýtů	133
Adolescence – mladistvý věk	134
Zdraví především IV.	136
4. Dopis z lásky	137
Co říci závěrem?	138
abc o antikoncepci	139
Co je antikoncepce (kontracepce)?	139
Slovníček často užívaných pojmů	142
Kam se obrátit o pomoc	145