

Obsah

PŘEDEVŠÍM DOSPÍVAJÍCÍM

- | | |
|------------------------------|----|
| 1. Jsem dospělá | 12 |
| 2. Jaký bude? | 19 |
| 3. Zakázané ovoce a jiné | 24 |
| 4. Co děláme, když jsme samy | 29 |
| 5. Nejkrásnější láska | 35 |

PŘEDEVŠÍM DOSPĚLÝM ŽENÁM

- | | |
|-----------------------------|----|
| 6. Buď sexy! | 43 |
| 7. Dopisy pro Tebe | 51 |
| 8. Dej pozor, miláčku! | 65 |
| 9. Rok je hodně /nebo málo/ | 73 |
| 10. Musím ti něco říct | 82 |

PŘEDEVŠÍM ZRALÝM ŽENÁM

- | | |
|------------------------------|-----|
| 11. To je přece život | 92 |
| 12. Jsem žena, kterou hledáš | 102 |

Obsah

1. Jsem dospělá

- charakteristika dívek v pubertě, dospívání tělesné, duševní i sociální,
- představy a přání dívek,
- ženské poprsí, fyziologický popis, erotická funkce, další funkce /IVIS/,
- menstruace včetně fyziologických a psychických pochodů a důsledků na chování ženy /IVIS/,
- hry na rodičovství.

2. Jaký bude?

- co dívka očekává od svých rodičů,
- vztah otce a dcery,
- co jsou to afekty, vášně /IVIS/,
- psychická rovnováha /IVIS/,
- životní plány /IVIS/.

3. Zakázaní ovoce a jiné

- negativní vliv alkoholu a kouření na ženský organismus,
- charakteristika negativních a nevhodných životních partnerů,
- alkohol a těhotenství /IVIS/,
- drogová závislost, vliv nikotinu na ženský organismus,
- co znamená drogová závislost /IVIS/,
- co děláme, když jsme samy,
- neverbální komunikace /IVIS/,
- promiskuita /IVIS/,
- hledání životního partnera.

5. Nejkrásnější láska

- představy dívek o lásce,
- láska /IVIS/,
- stadia lásky /IVIS/.

6. Buď sexy!

- sexuální výchova, obsah, taktika, strategie,
- milostná předehra,
- sexuální výbava,
- fáze sexuálního spojení /IVIS/,
- sexuální aktivity bez soulože /IVIS/,
- význam sexuálního vzdělání pro partnerský život,
- milostné systémy /SIVIS/,
- význam sexuálních aktivit před založením manželství.

7. Dopisy pro Tebe

- zákon o rodině, konstruktivní hádka,
- význam věrnosti v partnerství a v manželství,
- způsoby bydlení, jak zařizovat byt,
- problémy společného bydlení s rodiči,
- láska k matce, k otci na rozdíl od lásky k manželovi,
- záliby manželů, trávení volného času,
- mimomanželský vztah a jeho problémy.

8. Dej pozor, miláčku

- antikoncepce,

- praktické pokyny pro přirozené plánování rodiny /IVIS/,
- antikoncepční tablety, jejich historie, nebezpečí, formy použití,
- plodnost ženy a její možnosti,
- léčení neplodnosti, příprava na mateřství.

9. Rok je hodně /nebo málo/

- situace po sňatku, adaptace, neformální sňatky,
- úvahy o stabilitě rodiny, možnosti odborné pomoci,
- historie manželství,
- význam a úkoly manželství z dnešních hledisek /IVIS/,
- manželské poruchy,
- názory žen, jak se muž mění po svatbě,
- kvalita manželské adaptace,
- jak řešit problémy v manželství /IVIS/.

10. Musím Ti něco říci

- příprava na rodičovství - podmínky pro rodičovství,
- význam, lékařského vyšetření před založením rodiny,
- genetika a její současné možnosti,
- kvalita populace, umělé oplodnění, počty plánovaných dětí,
- děti zdravotně narušené /IVIS/,
- interrupce, miniinterrupce,
- možnosti mateřství,
- představy rodičovství.

11. To je přece život

- střední věk ženy, problémy,
- sexuální kapacita /IVIS/,
- problematika rozvodu, porozvodové situace /IVIS/,
- infarkt a sexuální život,
- soulady a nesoulady ve zralém partnerském vztahu,
- význam obou rodičů pro život dítěte,
- hodnocení vlastního života.

12. Jsem žena, kterou hledáš

- nestabilita rodiny, problémy současné rodiny,
- význam odpovědného rodičovství,
- příprava na stáří a stárnutí,
- menopauza,
- přehled vývojových funkcí ženy,
- životní poznání.

Obsah

PŘEDEVŠÍM DOSPÍVAJÍCÍM

- | | |
|------------------------------|----|
| 1. Jsem dospělý | 13 |
| 2. Jaká bude? | 20 |
| 3. Zakázané ovoce a jiné | 26 |
| 4. Co děláme, když jsme sami | 31 |
| 5. Nejkrásnější láska | 35 |

PŘEDEVŠÍM DOSPĚLÝM MUŽŮM

- | | |
|-----------------------------|----|
| 6. Buď sexy! | 42 |
| 7. Dopisy pro Tebe | 51 |
| 8. Dej pozor, miláčku! | 67 |
| 9. Rok je hodně /nebo málo/ | 74 |
| 10. Musím ti něco říct | 83 |

PŘEDEVŠÍM ZRALÝM MUŽŮM

- | | |
|----------------------------------|-----|
| 11. To je přece život | 92 |
| 12. Jsem muž, kterého potřebuješ | 101 |

Obsah

1. Jsem dospělý

- charakteristika dospívání chlapce, dospívání tělesné, duševní a sociální,
- co způsobuje dospívání /IVIS/,
- mužské pohlavní orgány /IVIS/,
- vysvětlení růstu vousů, funkce holení,
- charakterové vlastnosti, patřící k dospívání,
- schopnost sebeovládání, představitivosti,
- co je rozhodující pro dospělost.

2. Jaká bude?

- představa budoucnosti,
- příprava pro život,
- význam přátelství,
- tým, týmová práce a spolupráce /IVIS/,
- co je to strach /IVIS/,
- potřeby mladého člověka pro život.

3. Zakázané ovoce a jiné

- proč lidé kouří, škodlivost kouření /IVIS/,
- spotřeba a škodlivost alkoholu,
- škodlivost drog, důsledky drogové závislosti.

4. Co děláme, když jsme sami

- co je to inteligence,
- nadání, talent, genius,
- rozvoj počítačů, co se očekává od počítačů /IVIS/,
- počítačové hry.

5. Nejkrásnější láska

- co je to láska /IVIS/,
- význam milostného vztahu pro život,
- jak vzniká láska,
- láska a literatura.

6. Buď sexy!

- návrh obsahu časopisu pro rodiče dospívajících,
- informace o kondomech, jejich historie, návod ke správnému používání /IVIS/,
- sexuální informace,
- poruchy sexuální aktivity u mužů /IVIS/,
- sexuální chování, postoje k sexualitě.

7. Dopisy pro Tebe

- potřeba ochrany rodiny,
- využití vojenské základní služby pro výchovu k rodičovství,
- moderní bydlení, nábytek, zařízení domácnosti,
- význam zálib pro rozvoj osobnosti,
- samoobslužná domácnost,
- problematická situace syna po opuštění domova otcem,
- názory na přítomnost otce u porodu.

8. Dej pozor, miláčku!

- informace o AIDS,

- rady a pokyny k prevenci AIDS/IVIS/,
- propagace kondomů jako ochrany proti nežádoucímu otěhotnění i ochrana proti nemocem přenosným sexuálním stykem,
- antikoncepční pilulky pro muže,
- početí nového života/IVIS/.

9. Rok je hodně/nebo málo/

- věk uzavírání sňatků,
- paragrafy, týkající se uzavírání sňatku,
- ochrana rodiny,
- sňatky v cizině /IVIS/,
- změny ženy po sňatku,
- co je vlastně manželství,
- kdo a jak má pomáhat udržování stability manželství a rodiny,
- manželská krize, prevence, možnosti řešení /IVIS/.

10. Musím ti něco říci

- uznání otcovství /IVIS/,
- léčení mužské neplodnosti,
- vývoj lidského plodu v děloze podle týdnů /IVIS/,
- umělé přerušení těhotenství, podmínky zákona,
- vysvětlení zákroku umělého přerušení těhotenství /IVIS/,
- problematika AIDS,
- homosexualita a AIDS,
- zkratky pro AIDS anglicky, francouzsky, španělsky, rusky.

11. To je přece život

- sexuální krize ve zralém věku,
- světová populační situace,
- návrh hodnocení občana a politika podle toho, jak plní své povinnosti v rodině a vůči rodině /IVIS/,
- nevěra, mimomanželské vztahy /IVIS/,
- vztahy mezi rodiči a dětmi při spokojeném manželství,
- hodnocení vlastního života.

12. Jsem muž, kterého potřebuješ

- vznik a význam rodiny pro děti i pro společnost,
- spor o děti, význam rodiny pro muže ve zralém věku,
- příprava na stáří a stárnutí,
- psychická rovnováha mužů podle profesí,
- pohlavní aktivita ve stáří,
- životní poznání.

Použitá literatura

- Barták V.: Čtení před manželstvím. Práce, Praha 1985.
Brtníková M.: AIDS – otázky a odpovědi. ÚZV, Praha 1988.
Brtníková M.: Muž a jeho svět. Horizont, Praha 1982.
Fromm E.: Umění milovat. Orbis, Praha 1966.
Holub M.: Zákon o rodině a předpisy související. Panorama, Praha 1986.
Kotál L.: Sexuální poruchy nemocných po srdečním infarktu. OZV KÚNZ
Plzeň 1979.
Kratochvíl S.: Manželská terapie. Avicenum, Praha 1985.
Macek M.: Možnosti prevence dědičných chorob a vad. OZV ÚNZ NVP,
Praha 1984.
Mašek J.: Výživa a stárnutí. ČÚV SAK, Praha.
Pondělíčková-Mašlová J.: Manželská sexualita. Avicenum, Praha 1986.
Rozinasová M.: Sex, manželstvo, rodičovstvo. Osvěta, Martin 1980.
Salas R. M.: Reflections on Population. Pergamon Press, New York 1984.
Šejda J. a kolektiv: AIDS. MZ ČSR, ÚZV Praha, Na pomoc přednášejícím,
svazek 228. Praha 1986.
Štáva Z.: Sexuálně přenosné nemoci. Avicenum, Praha 1987.

Odborné materiály z OSN.

Kolektiv autorů: Lékařské repetitorium. Avicenum 1981.

Kolektiv autorů: Sborník referátů z celostátní konference o předmanželském a manželském poradenství. MPSV ČR, Praha 1984.

Časopis lékařů českých, ročník 126, 127, 1987, 1988.

Československá gynekologie, roč. 1986, 1987, 1988.

Československé zdravotnictví, roč. 1986, 1987.

Demografie – revue pro výzkum populačního vývoje, roč. 1987.

Impuls 1987.

Informatorium č. 3, Mladá fronta, Smena, Naše vojsko a Lidové nakladatelství.

Pedagogika, roč. 36, 37.

Sociologický časopis, roč. 23.

T 87, roč. XXX.

Věda a život, roč. 1986, 1987.

Praktický lékař, roč. 67, 68.

Populační zprávy, FMPSV, roč. 1986, 1987.

Zdraví, roč. 36, 37.