

## OBSAH

|   |    |
|---|----|
| <i>Poděkování</i>   | 5  |
| <i>Předmluva</i>  | 11 |
| <b>A. Rodičovství je poslání</b>  | 15 |
| Děláme skutečně vše pro děti?   | 15 |
| Odkud pramení netečnost rodičů k dítěti v děloze?   | 17 |
| Člověkem od početí  | 18 |
| Nový pohled na těhotenství  | 19 |
| Základní poslání otce a matky   | 20 |
| První velká etapa v životě člověka  | 21 |
| Program správného a hlubokého prožívání prvního<br>těhotenství                              | 22 |
| <b>B. Úvodní poznámky k výchově</b>   | 24 |
| Vztahy duchovních a duševních projevů člověka   | 24 |
| Vyvážená osobnost   | 25 |
| Láska   | 26 |
| Egoismus  | 30 |
| Láska bez podmínky a s podmínkou  | 31 |
| Sebepřijetí - úkol každého člověka  | 32 |
| Láska spočívá v osobním vztahu  | 34 |
| <b>C. Celková výchova</b>   | 36 |
| Nezralost a nevychovanost mnohých rodičů  | 36 |
| Láskyplné vztahy v rodině   | 37 |
| Vztahy mezi manželi   | 38 |
| Vztah rodičů k dětem  | 40 |
| Pořadí vztahů v rodině  | 41 |
| Výchova dětí po porodu  | 42 |
| Umíme dobře předávat lásku pohledem, tělesným<br>dotykem, bdělou pozorností a nasloucháním? | 43 |
| Vedení dítěte s láskou  | 51 |
| Další druhy nesprávné (deformované) lásky   | 52 |
| Trestání dítěte   | 54 |
| Jak budovat v dětech zdravou sebedůvěru proti pocitu<br>méněcennosti?                       | 58 |

|  |     |
|--|-----|
| Láskyplné vztahy mimo rodinu   | 60  |
| Dialog by měl být setkáním   | 65  |
| Výchova dítěte k lásce a citům   | 66  |
| Několik myšlenek k veřejné péči o malé děti                            | 70  |
| Závěrečná slova k celkové výchově                                      | 71  |
| <b>D. Sexuální výchova v rodině v předškolním věku</b>                 | 73  |
| Sexuální vývoj a jeho závažná období                                   | 73  |
| Pravdivost a zodpovědnost sexuální výchovy                             | 75  |
| Děti poznávají svět otázkami   | 77  |
| Kdy, co a jak říkat dětem o sexualitě?                                 | 78  |
| První otázky o vzniku života   | 79  |
| Rozdílnost pohlaví   | 80  |
| Dětské hry   | 83  |
| Nevhodné "hry" dětí  | 85  |
| Těhotenství - ideální příležitost k výchově k rodičovství              | 86  |
| Kojení   | 90  |
| Čas pro děti   | 91  |
| Sepětí dítěte s přírodou   | 92  |
| Následky zamlčování  | 94  |
| Kvalita sexuální výchovy   | 95  |
| <b>E. Sexuální výchova v rodině ve školních letech<br/>a v pubertě</b> | 97  |
| Sexualita v klidu  | 97  |
| Nebezpeční "přátelé" dětí  | 98  |
| Rozhovor mezi matkou a dítětem   | 99  |
| Pohlavní spojení manželů - kdy a jak o něm s dětmi mluvit              | 101 |
| Poučení děvčátek o měsíčkách   | 109 |
| Sexuální výchova na školách a její návaznost<br>na výchovu v rodině    | 109 |
| Jakou sexuální výchovu by měli rodiče očekávat<br>od školy?            | 110 |
| Zkušenosti lektorky výchovy k rodičovství                              | 112 |
| Obsahuje kapička touhy spermie?  | 115 |
| Jaký by měl být vztah výchovy v rodině a ve škole?                     | 116 |
| Význam velké rodiny pro výchovu k rodičovství                          | 116 |
| Příprava na pubertu  | 117 |

|  |     |
|--|-----|
| Souhrnné poučení o mužských pohlavních orgánech  | 122 |
| Některé poruchy vývoje a hygiena pohlavních orgánů<br>u chlapců  | 126 |
| Souhrnné poučení o rodidlech<br>a měsíčním cyklu ženy  | 129 |
| Hygiena pohlavních orgánů děvčat   | 137 |
| Porod s láskou   | 140 |
| Úcta k matce a mateřství   | 142 |
| Souhrnné poučení o onanii  | 144 |
| Ochrana dětí před sexuálně úchylnými lidmi   | 154 |
| Puberta (pubescence)   | 155 |
| Co usnadňuje výchovné působení rodičů v době<br>puberty?   | 157 |
| Jaké je sebevědomí mladého člověka v pubertě?  | 159 |
| Které životní hodnoty kladou vyzrálí rodiče na přední místa?   | 161 |
| Prevence a léčení pocitu méněcennosti u dětí   | 163 |
| Přátelství i jiné projevy pubescentů   | 164 |
| Šikana   | 167 |
| Tělesný vývoj v době puberty   | 169 |
| Vývoj rozmnožovacích orgánů u chlapců v pubertě  | 170 |
| Vývoj rozmnožovacích orgánů u děvčat před pubertou<br>a v pubertě  | 171 |
| Pohlavní nedotknutelnost dětí  | 171 |
| Zamilovanost   | 172 |
| Promiskuita  | 177 |
| <i>Co by se starší pubescenti měli postupně dozvídat<br/>o sexualitě, lásce a zlobných závislostech?</i> | 178 |
| Sexuální chování   | 178 |
| Lidská sexualita   | 179 |
| Poslání lidské sexuality   | 181 |
| Pohlavní spojení   | 182 |
| Konzumní sexualita   | 183 |
| Skutečná láska zmnožuje sexuální slast   | 184 |
| Sexuální dysfunkce v kostce  | 185 |
| Předmanželská sexualita "na zkoušku"   | 186 |
| Správné programování sexuálních styků  | 187 |
| To nejdůležitější o předmanželské a manželské sexualitě  | 188 |

|  |     |
|--|-----|
| Základní rada pubescentovi a dospívajícímu   | 189 |
| Které jsou způsoby regulace početí?  | 190 |
| Má antikoncepce budoucnost?  | 197 |
| Co by měli rodiče říci školním dětem a pubescentům<br>o umělém (násilném) potratu?                               | 200 |
| Kdo je vinen katastrofálně vysokou potratovostí<br>ze "sociálních" důvodů?                                       | 207 |
| Sexuální deviace (úchytky)   | 209 |
| Incest - soumrak demoralizované společnosti  | 210 |
| Kdy začít s pohlavním životem?   | 211 |
| Vlastnosti lásky a vlastnosti zamilovanosti  | 212 |
| Slovo o zralé lásce  | 225 |
| Lhostejnost a význam jejího opaku v uzdravování  | 227 |
| Hypersexualizace současné společnosti a pornografie  | 229 |
| Proč je velký konzum televize nepřitelem rodinného života?   | 233 |
| Škola a "Stop AIDS" - návrh řešení   | 237 |
| Šíření HIV - AIDS při různých způsobech pohlavního styku<br>a možnost snížení rizika přenosu pomocí prezervativu | 244 |
| Odpovědnost za své zdraví a sexuálně přenosné nemoci (SPN)   | 251 |
| Drogové závislosti   | 267 |
| Být sám sebou  | 282 |
| Panenství  | 284 |
| Manželská sexualita  | 285 |
| Jsou nějaká pravidla nebo doporučení pro "umění"<br>pohlavního styku manželů?                                    | 287 |
| Láskyplné tělesné spojení muže a ženy  | 289 |
| Koitaální sexualita - terminologie   | 291 |
| Nekoitaální sexualita  | 291 |
| Přirozený pohlavní styk  | 292 |
| Pravdivost a řád sexuality   | 297 |
| <i>Rodiče a děti - a pak již slova na závěr</i>  | 301 |
| Výzva pro rodiče   | 301 |
| Dialog s pubescentem   | 301 |
| Rodiče mohou změnit svět   | 303 |
| Vidoucí pohled současného filozofa   | 303 |
| Rodina   | 304 |
| Seznam odborné a krásné literatury   | 307 |