

MOJE PSYCHOLOGIE

ČASOPIS, KTERÝ VIDÍ POD POVRCH / KVĚTEN 2018 / 69 Kč

EKO
ČÍSLO

Všechno o józe

- proč a jak začít
- co vyzkoušet
- jak vám změní život

Anna Polívková

„Čím víc se člověk
pohybuje, tím lépe
se ve svém těle cítí.“

5 DŮVODŮ, PROČ SI PŘESTAT BARVIT VLASY

Jak mít pro sebe víc času?

ZPOMALTE A NAJDĚTE SAMA SEBE

15

eko trendů

Green styl
vás bude bavit!



9 771802 207003 05



MÁME SEX! *NO A?!*

Vášeň, touha a intimita nepatří jen zdravým a krásným. Vzpomínáte si na scénu z filmu *Nedotknutelní*, kdy jedna z placených společnic masíruje ochrnutému Philippovi ušní lalůčky, protože to je právě to jediné místo, kde pociťuje sexuální vzrušení? Služby sexuální asistence si už přes dva roky mohou objednat lidé s hendikepem i u nás.

TEXT: MONIKA OTMAROVÁ

Život a svět hendikepovaných lidí je opředen řadou mýtů. Výjimkou není ani sexuální oblast. „Mezi největší mýty pochopitelně patří názor, že hendikepovaní lidé nemůžou provozovat sex jako takový a ani mít děti. U mužů na vozíčku lidé předpokládají, že nemůžou mít erekci ani ejakulaci. A také kolují jisté představy o tom, že například žena s kvadruplegií nemůže mít orgasmus. To vše jsou mýty a nesmysly,“ říká sexkoučka Julie Gaia Poupětová. „Lidé se domnívají, že člověk s hendikepem nemůže mít přece vůbec nějaké pomyšlení na sex,“ potvrzuje její slova vo-

zíčkář Jakub Šudák, kterému jsem položila stejnou otázku, a dodává: „ale to se těžce mýlí, neboť člověk s postižením má úplně stejné potřeby jako každý jiný.“ Podobně to vidí i Tomáš Pik, jeden z protagonistů filmu *Miluj mě, jestli to dokážeš*, který otevřel téma sexuální asistence v ČR a který v roce 2016 získal diváckou cenu na Mezinárodním festivalu dokumentárních filmů Jihlava. „Ještě před několika lety byla sexualita lidí s hendikepem obrovské tabu. Naštěstí se o tomto tématu začíná více mluvit a dostává se i k lidem, kterých se to přímo netýká. A to je skvělá zpráva. Sexualita je přirozená součást

života každého, dokonce i lidí se zdravotním hendikepem,“ říká Tomáš, který je od svých 21 let kvůli vzácnému genetickému onemocnění upoutaný na vozík.

NEBOJTE SE MLUVIT

Na nutnost prolomit tabu kolem sexuality lidí s hendikepem upozorňuje také Michaela Řeřichová, zakladatelka a mluvčí hnutí Freedomtosex, které mimo jiné upozorňuje i na překážky v poskytování sexuálních služeb pro hendikepované. „Situace je navíc komplikována také tím, že téma sexuality, i když se to na první pohled nemusí zdát, je stále tak tro-

Největší mýtus?

„U hendikepovaných žen se nepředpokládá, že by vůbec měly o sex zájem,“ říká sexkoučka Julie Gaia Poupětová.

chu tabuizováno. A u lidí s postižením to platí dvojnásob. Rodiče své děti, třebaže čtyřicetileté, vnímají jako nedospělé. Mnohdy je ani nenapadne, že takové potřeby mohou mít. Když je pak vidí masturbovat, nezřídka bývají zaskočeni, nedokážou o sexualitě, praktikách komunikovat. Mnohdy dokonce své svěřence kárají a ponižují, pokud je při masturbaci zastihnou. To se děje i v zařízeních, kde tito lidé žijí a čerpají zdravotní a sociální služby. Personál si rovněž neví se sexualitou lidí s postižením rady. Protože se neorientují ani ve své vlastní sexualitě. Stává se, že lidé nejsou schopni spontánně pojmenovat pohlavní orgány,“ upozorňuje na obtížnost v komunikaci Michaela.

„Nejčastější chybou je o sexualitě vůbec nemluvit a dělat jako že neexistuje. Nejhorší je, když se rodič snaží tuto potřebu v dítěti úplně potlačit pomocí medikamentů. Setkal jsem se s názorem rodičů, že svému synovi s těžkým fyzickým hendikepem žádnou službu neposkytnou, protože nechtějí riskovat, že se mu to zalíbí a bude to chtít znovu. A že když bez toho žil do teď, už bez toho i dožije,“ sděluje své zkušenosti Tomáš Pik. „Myslím si, že když se bude o tomto tabuizovaném tématu více mluvit,

tak hendikepovaní získají mnohem větší sebevědomí. Tím pádem to napomůže tomu, že začnou toužit po nalezení způsobu, jak ty potřeby mohou vůbec uspokojit,“ potvrzuje také Jakub.

NEJHORŠÍ JE DĚLAT, ŽE SEX VŮBEC NEEXISTUJE.

SEXUÁLNÍ ASISTENCE

Lidé s hendikepem vedle sexuální touhy pocítí uťj tedy stejně jako lidé zdraví touhu po intimitě, blízkosti a vztazích, ale bohužel ne všem se podaří navázat partnerský vztah. Už přes dva roky mají lidé s postižením možnost objednat si profesionální služby sexuálních asistentů, kteří procházejí speciálním školením, a ani jedna strana se přitom nedopouští trestného činu kuplířství. Bohužel za tu dobu prošlo školením pouze pět žen a ani jeden muž.

„Sexuální asistence zatím není dostupná pro všechny a jako největší výtku slýchávám velmi malý výběr žen, nedostatek mladých slečen a absenci mužů,“ konstatuje Tomáš.

Hnutí Freedomtosex vidí problém v monopolizaci těchto služeb. Kdo se totiž dnes chce stát profesionálním sexuálním asistentem, musí projít speciálním školením a následně pracovat za jednotnou cenu, a to podle zástupců hnutí některé lidi odrazuje. „Známe zájemce z řad bodyworkerů, sexworkerů, ale i obyčejných nadšenců, kteří by rádi poskytovali sexuální služby postiženým. Kdybychom zájemcům usnadnili přístup do oboru, vznikla by přirozená konkurence a s ní by vzrostla i dostupnost a kvalita služeb,“ domnívá se Michaela Řeřichová.

A jak na služby sexuální asistence pohlíží sexkoučka Poupětová? „Vnímám pozitivně, že existuje nabídka asistenční služby pro klienty s nějakým druhem postižení, od které se dá očekávat, že bude ke klientům přístupováno s respektem a vědomím jejich individuálních omezení. To je naprosto super. A co se otázky zdraví týče, jediný sex, při kterém vám nehrozí riziko pohlavně přenosné choroby, je masturbace. U všech ostatních intimních aktivit je třeba přihlídnout k míře rizika, používat dostupnou ochranu, občas si zajít na testy a zajímat se i o zdravotní stav asistenta,“ uzavírá Julie Gaia. ■

FREEDOMTOSEX

Hnutí Freedomtosex vzniklo v roce 2016. Hnutí nabízí semináře, workshopy nebo školení, na nichž si zájemci mohou z vlastní iniciativy doplňovat vzdělání. Za dva roky svého působení už zorganizovalo desítky přednášek, seminářů a workshopů pro rodiče postižených, dospělé i dospívající. Chystají

také projekt Haptic Group, kde se hendikepovaní budou setkávat s lidmi bez postižení a za pomoci bodyworkerů se naučí pracovat se svým tělem. Od února hnutí nově pořádá v prostorách neziskové organizace Paralelní Polis setkání nazvaná Relationship Anarchy Meetup, která mají otevřít a odtabuizovat témata jako mezilidské vztahy a lidská sexualita.