



откровенный разговор

про «ЭТО»



Москва
2021

УДК 087.5:392.6
ББК 74.200.56
К31

Кащенко Евгений Августович — профессор кафедры психотерапии, медицинской психологии и сексологии, доктор социологических наук, Действительный член Академии военных наук, ученый секретарь Российского научного сексологического общества (РНСО)

В оформлении переплета использованы фото и иллюстрации:
Deklofenak, lemony, PILart / Shutterstock.com
Используется по лицензии от Shutterstock.com

Кащенко, Евгений Августович.

К31 Откровенный разговор про это / Кащенко Евгений Августович. — Москва : Эксмо, 2021. — 96 с. : ил.

ISBN 978-5-699-55323-5

Многие психологи и врачи считают, что нормальное развитие и интимное счастье взрослой жизни зависит от первых детских впечатлений. Но до сих пор многие взрослые не обладают достаточным словарным запасом, знаниями и правильным отношением к вопросам пола, чтобы грамотно, не краснея говорить об этом в семье.

Подростки уверены, что найдут заинтересовавшую их информацию в Интернете или другим способом. Но большинство родителей, бабушки и дедушки справедливо полагают, что именно они должны открыть этот неведомый мир детям, опираясь на научный подход. Автор глубоко исследует психологию сексуальности более 20 лет. Для этой книги им выбраны только те сведения, которые необходимы в возрасте 6—12 лет. Они изложены в простой, доверительной форме диалога и проиллюстрированы прекрасными картинками и знаменитыми скульптурами. Тщательный отбор материала позволит родителям сформировать у детей здоровое отношение к сексуальности и сделать реальный шаг к их счастливой личной жизни.

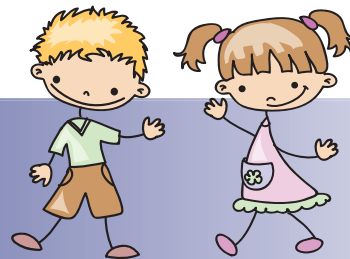
Эта книга — надежный источник информации: она нужна в каждой семье, особенно где есть дети младшего и среднего школьного возраста.

УДК 087.5:392.6
ББК 74.200.56

ISBN 978-5-699-55323-5

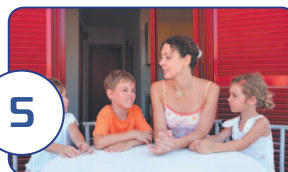
© Кащенко Е. А., 2011
© ООО «Айдиономикс», 2011
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2021

Содержание



ОТ АВТОРА — РОДИТЕЛЯМ.....

5



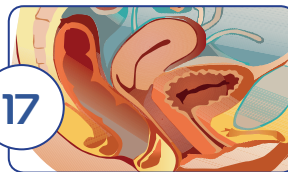
СЕКСОЛОГИЯ.....

11



ЖЕНСКИЕ ПОЛОВЫЕ ОРГАНЫ.....

17



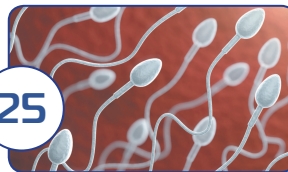
МЕНСТРУАЦИЯ.....

21



МУЖСКИЕ ПОЛОВЫЕ ОРГАНЫ.....

25



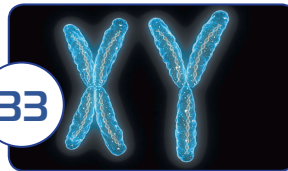
ПОЛОВАЯ ГИГИЕНА.....

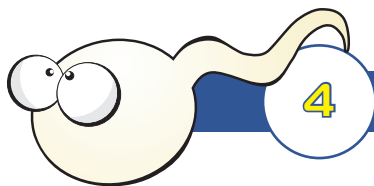
29



ПОЛОВЫЕ ЖЕЛЕЗЫ.....

33





ВЗРОСЛЕНИЕ.....

43



БЕРЕМЕННОСТЬ.....

49



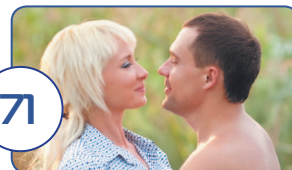
РОЖДЕНИЕ РЕБЁНКА.....

63



ЛЮБОВЬ И СЕКС.....

71



ПРЕДОХРАНЕНИЕ.....

79



СОВЕТЫ СЕКСОЛОГА.....

85



СЛОВАРИК.....


91



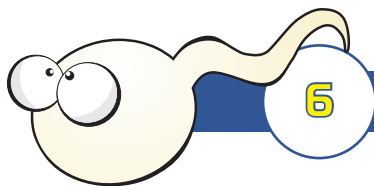
ОБ АВТОРЕ.....

94



A photograph of a young child with light hair and blue eyes, wearing a white long-sleeved shirt with a pink collar and blue pants, sitting amidst a field of large, vibrant green cabbages. The child is looking upwards and to the right with a curious expression. The background is filled with rows of similar cabbages, creating a lush, green environment.

От автора —
родителям



Дети, как жители иностранные
Или пришельцы с других планет,
Являются в мир, где предметы странные,
Вещи, которым названия нет...
Они ощупывают переборочки,
Они заглянуть стараются за...
А мы их гиды, их переводчики,
И не надо им пыль пускать в глаза!..

Юрий Левитанский

Говорить ли с детьми о сексе — этот вопрос волнует родителей всегда. Мне часто приходится слышать от пап и мам, что в детстве взрослые никогда не обсуждали с ними подобные темы. Да и время было совсем другое. Целое поколение выросло без элементарных знаний, понятий и чёткого

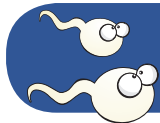
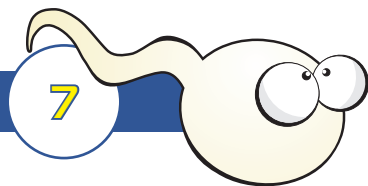
представления об «этом». Сегодня же, в век компьютерных технологий, коммерческого телевидения и СМИ, всё происходит иначе. Родители, заботящиеся о здоровье своего ребёнка, справедливо обеспокоены тем, когда и как грамотно преподнести детям информацию о сексе.

Только вот где взять толковую книгу об «этом», понятную детям? На каком сайте найти необходимый материал, который можно понять самому, а затем показать ребёнку? Какие слова нужно подбирать, беседуя с ним о сексуальном развитии и о сексуальных отношениях, как подавать эту



В семье важно говорить об «этом»





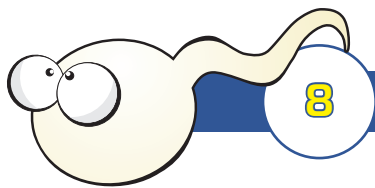
Рассказы про аиста
и капусту сегодня неактуальны



информацию в зависимости от возраста? Многие не знают ответы на эти вопросы.

Обобщённый опыт специалистов РНСО и зарубежных коллег в области сексологии послужил основой для создания данной книги. Это учебное пособие написано в особом жанре: в виде художественного рассказа

с элементами научно-публицистического и энциклопедического характера по вопросам физиологической, психологической и социальной культуры человека. В первую очередь материал предназначен для родителей, а также учителей, психологов, воспитателей. Получив необходимую информацию о половом воспитании



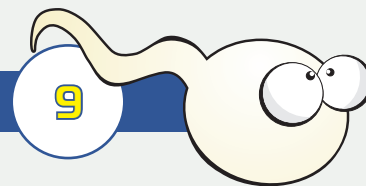
из надежного источника, им будет легче донести её до детей, которых ждёт сложный подростковый период.

Сегодня шутки о капусте и аистах кажутся архаичными. Все хорошо понимают — детей надо готовить к взрослой жизни с учётом современного восприятия мира. Дошкольникам достаточно сказать правду: «Тебя родила мама», а на дополнительные вопросы ответить, что «из животика», «в роддоме» и т. д. Дети младшего школьного возраста могут получить ответы на свои вопросы от взрослых, прочитавших эту книгу. Подростки вправе самостоятельно изучить данный материал с разрешения родителей. Помните, дорогие взрослые читатели, ваша помощь (совет, подсказка) очень важна и необходима ребёнку. Достигнув подросткового периода, каждый мальчик и каждая девочка должны знать тот минимум, который и представлен в данном пособии. Тогда, получая в будущем новые сведения, взрослеющий человек будет иметь свою позицию и не потеряется



Информацию о сексе нужно преподносить аккуратно, иначе вреда будет больше, чем пользы





в потоке обильной, не всегда грамотной информации о сексе.

Самое тревожное для детей — это страхи по поводу собственного сексуального развития. Тема секса всегда эмоционально перегружена; она связана с незнанием, запретами, стыдом и интересом одновременно. Большая проблема заключается в неумении многих взрослых людей говорить на интимные, деликатные темы. Данная книга поможет снять неловкость, преодолеть тревогу и сориентироваться в мире интимных отношений и взрос-

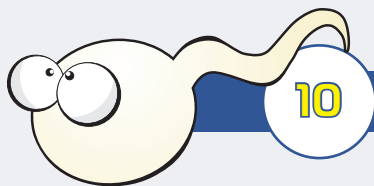
лым, и детям. Поднимая тему секса, родители дают ребёнку понять, что они открыты для разговора. А это как раз та необходимая доверительность в общении, которая способствует воспитанию здоровой и гармоничной личности.

Хочу напомнить родителям и всем тем взрослым, у кого в руках окажется эта книга: для начала прочитайте её и посмотрите картинки сами. Не ориентируйтесь только на собственные воспоминания детства. Знайте, что у каждого человека своя, особая



Родители, сначала прочитайте эту книгу сами и научитесь без смущения произносить «неудобные» слова





сексуальность. Никогда не сажайте вместе с вами читать эту книгу малыша и его взрослых братьев и сестёр. У каждого из них своё время для получения этих знаний. Не навязывайте сексуальную информацию ребёнку и не будите его любопытство раньше времени, глядя на окружающих. Кому-то можно начинать читать в шесть лет, а кому-то и постарше. Будьте дели-

катны и бдительны. Не забывайте, что только вы — родители — вправе запретить, ограничить или предоставить информацию о сексе своему ребёнку. Считаете, что она не нужна? Молчите. Видите появившееся любопытство? Берите эту книгу и начинайте кропотливо трудиться.

*Доктор социологических наук,
профессор Е. А. Каценко*

Не всегда уместно рассказывать об «этом» всем детям в семье одновременно. Лучше, если это будет доверительная беседа с глазу на глаз

