

УДК 087.5:613.8
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 Только не говорите, что меня нашли в капусте : как правильно объяснить ребенку, откуда он появился, почему его тело меняется и что такое половые различия / Евгений Кащенко. — Москва : Эксмо, 2022. — 112 с. : ил. — (Переходный возраст).

ISBN 978-5-04-164149-8

Детские 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.

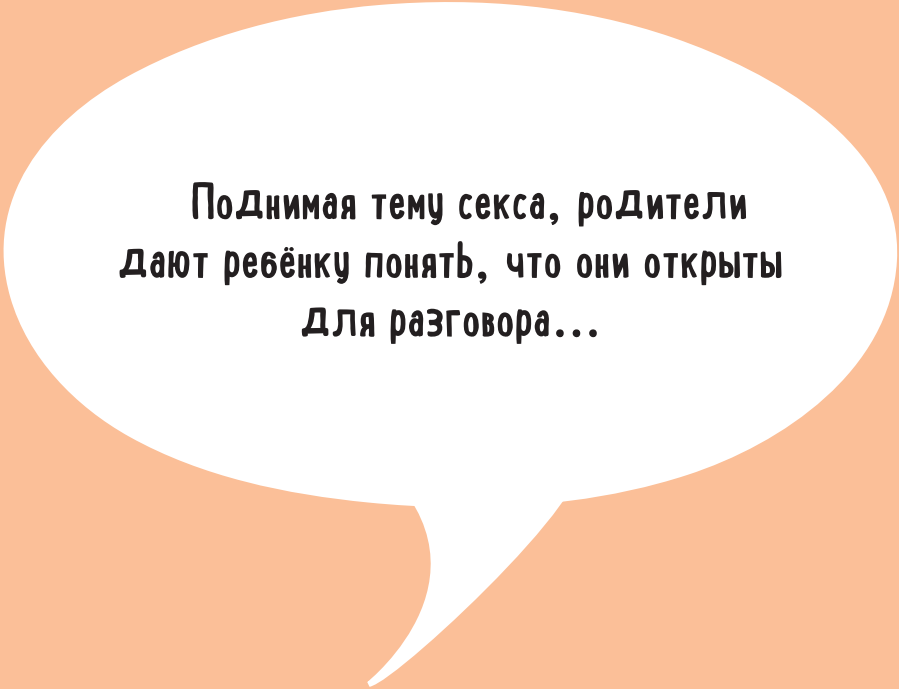
Автор глубоко исследует психологию сексуальности, и для этой книги им выбраны только те сведения, которые необходимы в возрасте 6—12 лет. Они изложены в простой доверительной форме диалога и проиллюстрированы прекрасными рисунками детского художника. Тщательный отбор материала позволит родителям сформировать у детей здоровое отношение к сексуальности и сделать первый шаг к их будущей счастливой взрослой личной жизни. Эта книга — надежный источник информации: она нужна в каждой семье, особенно где есть дети младшего и среднего школьного возраста.

Книга выходит также в других оформлениях под названиями «Откуда берутся дети» и «Откровенный разговор про Это».

УДК 087.5:613.8
ББК 74.200.56



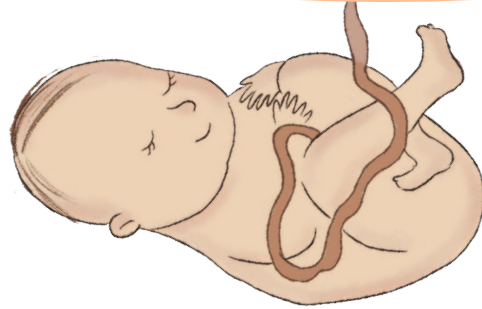
ОТ АВТОРА – РОДИТЕЛЯМ



**Поднимая тему секса, родители
дают ребёнку понять, что они открыты
для разговора...**

Дети, как жители иностранные
Или пришельцы с других планет,
Являются в мир, где предметы странные,
Вещи, которым названья нет...

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.

**В СЕМЬЕ ВАЖНО
ГОВОРИТЬ ОБ «ЭТОМ»!**

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 информацию в зависимости от возраста? Многие не знают ответы на эти вопросы. Обобщённый опыт специа-

листов РНСО и зарубежных коллег в области сексологии послужил основой для создания данной книги. Это учебное пособие написано

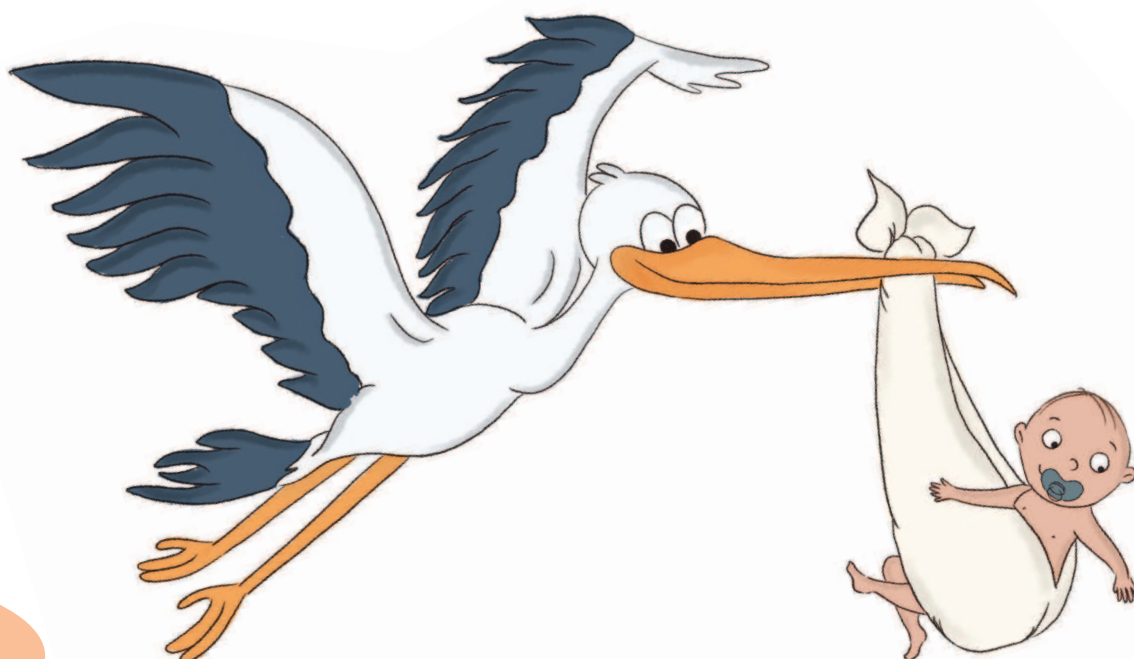


в особом жанре: в виде художественного рассказа с элементами научно-публицистического и энциклопедического характера по вопросам физиологической, психологической и социальной культуры человека. В первую очередь материал предназначен для родителей, а также учителей, психологов, воспитателей. Получив необходимую 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 необхо-

**РАССКАЗЫ ПРО АИСТА
И КАПУСТУ СЕГОДНЯ
НЕАКТУАЛЬНЫ**





**РОДИТЕЛИ, СНАЧАЛА
ПРОЧИТАЙТЕ ЭТУ КНИГУ
САМИ И НАУЧИТЕСЬ БЕЗ
СМУЩЕНИЯ ПРОИЗНОСИТЬ
«НЕУДОБНЫЕ» СЛОВА**

дима 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 в потоке обильной,

**ИНФОРМАЦИЮ О СЕКСЕ
НУЖНО ПРЕПОДНОСИТЬ
АККУРАТНО, ИНАЧЕ ВРЕДА
БУДЕТ БОЛЬШЕ,
ЧЕМ ПОЛЬЗЫ**

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 взрослым, 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 сексуальность. Ни-

когда не сажайте вместе с вами читать эту книгу малыша и его взрослых братьев и сестёр.

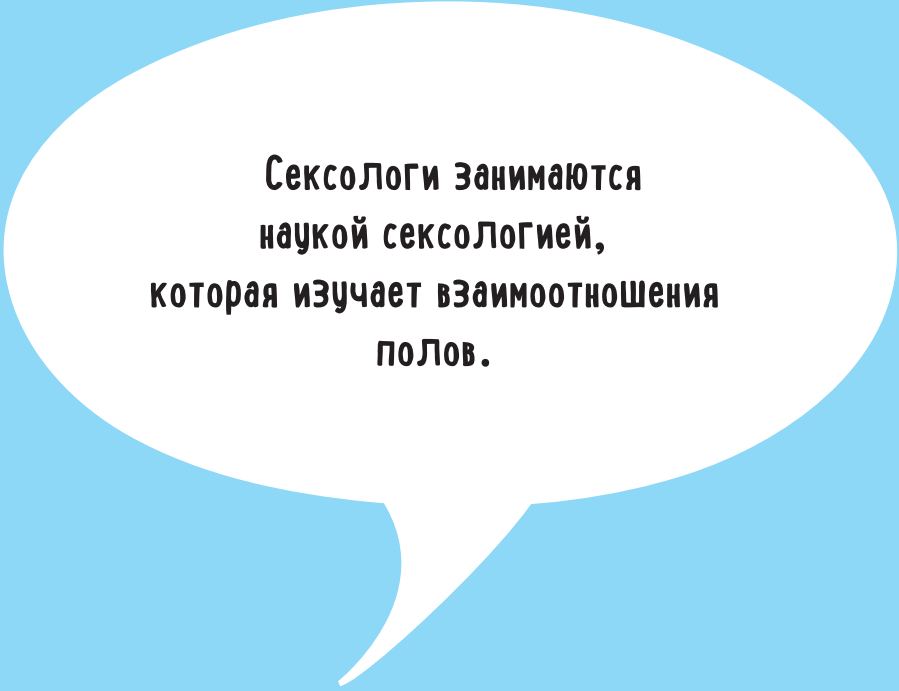
У каждого из них своё время для получения этих знаний. Не навязывайте сексуальную информацию ребёнку и не будите его любопытство раньше времени, глядя на окружающих. Кому-то можно начинать читать в шесть лет, а кому-то и постарше. Будьте деликатны и бдительны. Не забывайте, что только вы — родители — 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.

**НЕ ВСЕГДА УМЕСТНО
РАССКАЗЫВАТЬ ОБ «ЭТОМ»
ВСЕМ ДЕТЯМ
В СЕМЬЕ ОДНОВРЕМЕННО.
ЛУЧШЕ, ЕСЛИ ЭТО БУДЕТ
ДОВЕРИТЕЛЬНАЯ БЕСЕДА
С ГЛАЗУ НА ГЛАЗ**

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



СЕКСОЛОГИЯ



**Сексологи занимаются
наукой сексологией,
которая изучает взаимоотношения
полов.**

За окном целый день моросило. Капли дождя струились по стеклу в последние дни летних каникул. Дима и Настя сидели дома, скучали, вздыхали, о чём-то шептались. На улицу выходить не хотелось. Телевизор не работал, компьютер надоел. Скоро в школу, и от этого на душе становилось по-осеннему грустно.

Вдруг дед в своём кабинете запел что-то весёленькое. Он писал очередную книгу и радовался, когда получалось задуманное. Ребята знали, что, напевая песенки, дедушка заканчивает работать, и наперегонки побежали к нему.

— Дедуля! Когда мама с папой приедут? — спросила Настя.

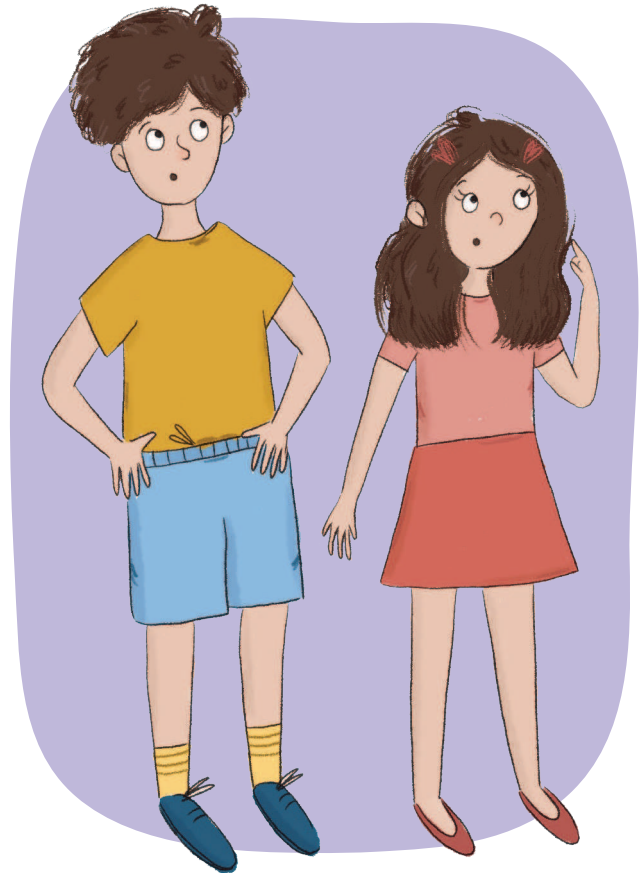
— А разве со мной вам неинтересно? — улыбнулся он.

— Дед, нам интересно. Но они вчера так быстро и неожиданно уехали...

— Родит мама сестричку и вернётся домой.

— Она рождает? — удивлённо спросил Дима.

**ДЕТИ МОГУТ
БЫТЬ УДИВЛЕННЫ, УЗНАВ
ПРАВДУ О ТОМ, ОТКУДА
ОНИ ВЗЯЛИСЬ**



— А ты что, не знал об этом? — дед снял очки.

— Нет.

— Может, ты до сих пор не знаешь, откуда дети берутся? — настала очередь удивиться Насте. — Как с браузером обращаться, знаешь, а такие простые вещи — нет!

— Можно подумать, ты знаешь, мелкая! — вскипел брат.

— Знаю. Их в роддоме берут! — Настя показала ему язык.

— Оба всего не знаете. Восполним пробел!.. Димка у нас компьютерщи-

ком растёт! — дед приобнял внука. — Он просто информацию о репродукции в свой кучерявый процессор ещё не закачал. А ты, — он поцеловал Настю в макушку, — знаешь, но не всё.

— Дед, расскажи, что я должен знать!

— И мне! Ты же сексолог...

— Хорошо. Давайте поговорим. Вот с этого слова и начнём, раз вы его уже слышали и можете правильно произносить.

Дети сели удобнее и приготовились слушать.

— Настя правильно сказала, что есть такая профессия — сексолог. Сексологи занимаются наукой сексологией, которая изучает взаимоотношения полов.

**СЕКСОЛОГИЯ ИЗУЧАЕТ
ВЗАИМООТНОШЕНИЯ МУЖЧИНЫ
И ЖЕНЩИНЫ**

— «Логос» — это «наука», а «секс» — значит «пол»?

— Правильно, Анастасия, правильно. Психология изучает психику...

— Биология — растения, зоология — животных... Это мы проходили.

— В школе вы уже изучали разные простейшие — амёбы, инфузории. Знаете, как из клетки рождается и вырастает организм. И это тоже изучает сексология.

— Дед! Ближе к теме! — не терпелось Диме.

— Ближе, так ближе. Маленькие голенькие мальчики и девочки со спины похожи?

— Да! Если причёски одинаковые.

— А когда повернутся?

— Нет, — засмеялась Настя.

— Правильно. Потому что они относятся к разным полам. Мальчики — к мужскому полу, а девочки — к женскому.

— Как папы и мамы?

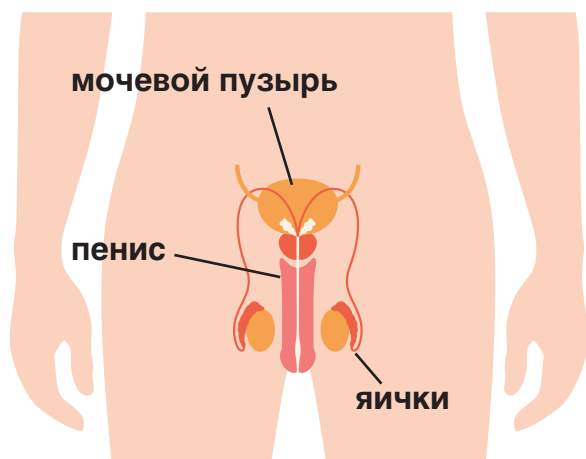
— Да. И отличаются они тем, что у них разные гениталии. Так у людей называются половые органы. У мальчика есть пенис — мужской половой орган. Как краник. А у девочки — вульва — небольшая щель между ног.

— Именно из них льётся моча, когда мы ходим в туалет!

— Это верно, Настя. Но не только для этого нужны эти органы. Благодаря им соединяются яйцеклетка сперматозоид.

— Чего-чего?

— У женщин вырабатываются яйцеклетки, а у мужчин — спермато-



зоиды. Когда сперматозоид попадает в яйцеклетку, начинается сложный процесс формирования маленького человечка. Из клетки рождается, вырастает и развивается целый организм.

— А как они соединяются? Подробнее можно? — тараторили дети.

— Конечно. Только для начала вы должны представлять строение

мужских и женских половых органов, — дед взял компьютерную мышку, сделал несколько быстрых движений, и на экране ноутбука появились картинки.

— Лихо ты обращаешься с компом! — поразился Димка.

— Посмотрите. На экране вы видите некоторые известные произведения искусства. О бельгийских писающих мальчике и девочке, установленных в центре Брюсселя, вы слышали. Копию Давида, которую создал италянец Микеланджело, видели в музее. Посмотрите теперь на работы Рафаэля, Рембрандта, Петрова-Водкина, Тициана. Многие художники и скульпторы обращались к обнажённой натуре.

— Значит, они голых рисовали? — заулыбалась Настя.

— Да. Только правильно говорить обнажённые, то есть люди без одежды, когда речь идёт о произведении

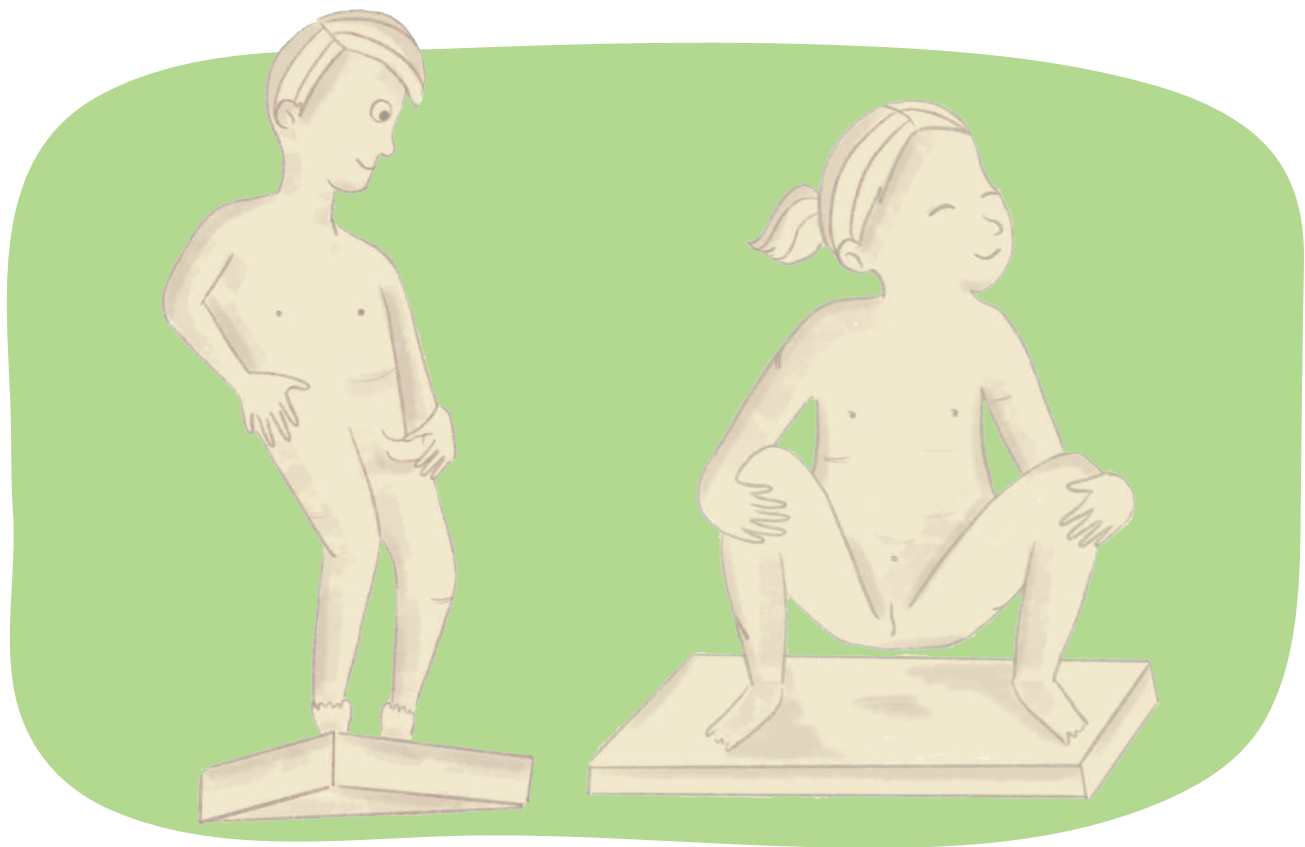
ВУЛЬВА — женский наружный половой орган

ПЕНИС — мужской наружный половой орган

ГЕНИТАЛИИ — мужские и женские наружные половые органы

СПЕРМАТОЗОИД — мужская половая клетка

ЯЙЦЕКЛЕТКА — женская половая клетка



«Писающий мальчик», Брюссель

«Писающая девочка», Брюссель

ях искусства. Многими картинами и скульптурами, подчёркивающими красоту человеческого тела, люди восхищаются столетиями. Эротическое искусство тоже изучают сексологи... А смеёшься ты, Настя, от смущения, потому что на эту очень деликатную тему с тобой раньше никто не говорил. Сексуальную лексику, кстати, тоже изучает сексология.

— Лексика — это что?

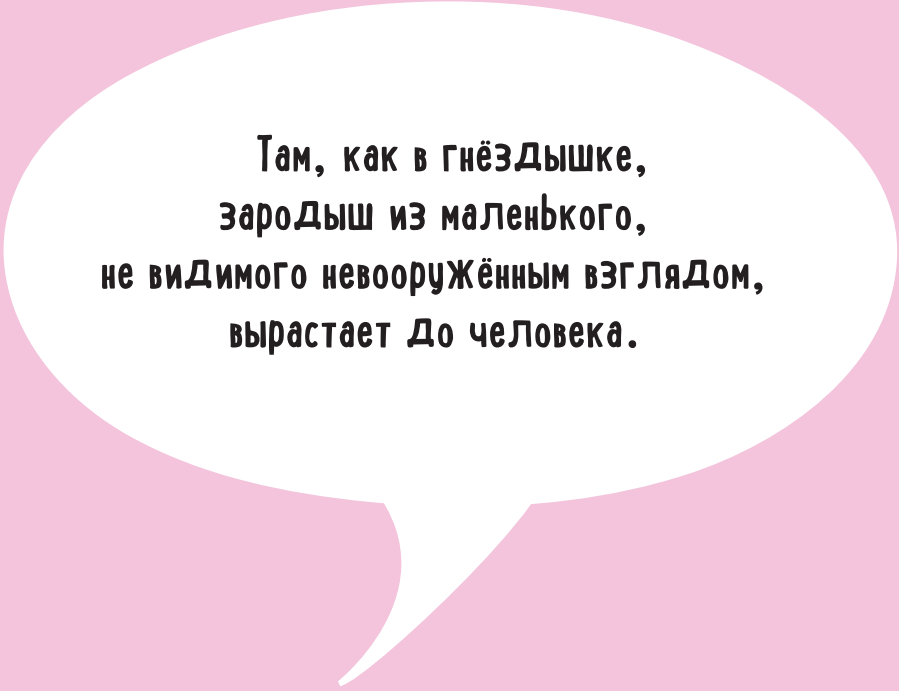
— Определённый словарный запас. Это те слова, которые нужны,

чтобы говорить о сексуальности. В сексологии много непонятных для вас слов. Но знать их необходимо, чтобы многое понимать, например откуда берутся дети.

**К ОБНАЖЁННОЙ НАТУРЕ
ХУДОЖНИКИ ОБРАЩАЛИСЬ
ВО ВСЕ ВЕКА**



ЖЕНСКИЕ ПОЛОВЫЕ ОРГАНЫ



**Там, как в гнёздышке,
зародыш из маленького,
не видимого невооружённым взглядом,
вырастает до человека.**

На экране появились новые картинки.

— Вот смотрите, перед вами основные фрагменты женского органа, отвечающего за деторождение. Видите, если вульва, как щель между двумя кожаными складками, расположена снаружи, то самое интересное и важное у женщины спрятано внутри.

— Значит, у женщин под кожей не только кости и мясо?

— В вульве расположен вход во влагалище, которое иногда называют вагиной. Она представляет собой некую трубку, выполняющую роль родового канала. Этот канал

соединен с маткой — местом, где формируется и развивается зародыш, или плод, — так называют маленького ребёнка, который ещё не родился и находится в утробе матери.

— А как он туда попадает?

— Не спеши, Настя! Все своё время. Видите, между тазобедренными костями находится матка, она соединена фаллопиевыми трубами с небольшими шариками. Это яичники. Именно в них рождается яйцеклетка. А из яйцеклетки, в свою очередь, и вырастает будущий человек.

— А как?

