



# откровенный разговор

про «ЭТО»



Москва  
2021

УДК 087.5:613.88  
ББК 74.100.5  
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, P1Art / Shutterstock.com  
Используется по лицензии от Shutterstock.com

**Кащенко, Евгений Августович.**

К31 Откуда берутся дети. Простой способ рассказать ребенку, кто мы,  
чем отличаемся и как появляемся на свет / Кащенко Евгений Авгу-  
стович. — Москва : Эксмо, 2021. — 96 с. — (Переходный возраст).

ISBN 978-5-04-120374-0

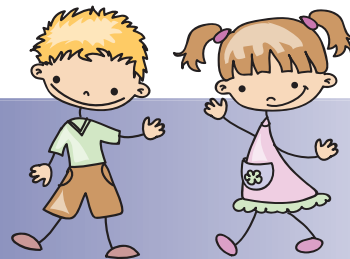
Известный детский психолог Евгений Кащенко однажды столкнулся с весьма неожиданной ситуацией: его внуки задали первые неудобные вопросы не своим родителям, а ему — дедушке — во время летнего отдыха. Тот сперва растерялся, а дальше нашел выход — все-таки он профессиональный сексолог. Ситуация переросла в целую книгу. В форме художественного вымысла автор рассказывает мальчикам и девочкам о половых различиях, изменениях тела с возрастом, о том, как правильно ухаживать за собой в момент взросления. Теперь у пап и мам есть надежный помощник в ответе на каверзные вопросы детей — без обмана, без «неприличных» моментов, правдиво и по делу.

УДК 087.5:613.88  
ББК 74.100.5

ISBN 978-5-04-120374-0

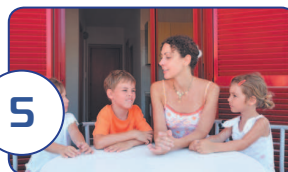
© Кащенко Е.А., 2011  
© ООО «Айдиономикс», 2011  
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2021

# Содержание



ОТ АВТОРА — РОДИТЕЛЯМ.....

5



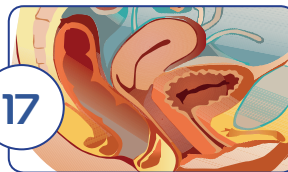
СЕКСОЛОГИЯ.....

11



ЖЕНСКИЕ ПОЛОВЫЕ ОРГАНЫ.....

17



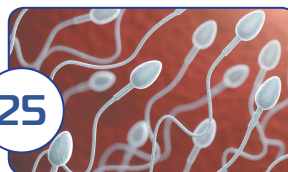
МЕНСТРУАЦИЯ.....

21



МУЖСКИЕ ПОЛОВЫЕ ОРГАНЫ.....

25



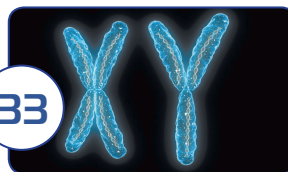
ПОЛОВАЯ ГИГИЕНА.....

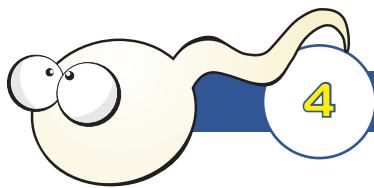
29



ПОЛОВЫЕ ЖЕЛЕЗЫ.....

33





ВЗРОСЛЕНИЕ.....

43



БЕРЕМЕННОСТЬ.....

49



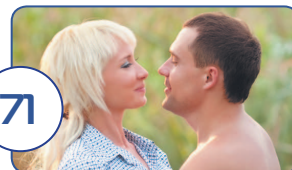
РОЖДЕНИЕ РЕБЁНКА.....

63



ЛЮБОВЬ И СЕКС.....

71



ПРЕДОХРАНЕНИЕ.....

79



СОВЕТЫ СЕКСОЛОГА.....

85



СЛОВАРИК.....


91



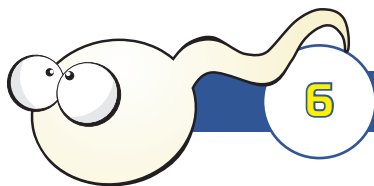
ОБ АВТОРЕ.....

94



A photograph of a baby 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 leaves. The baby is looking upwards and to the right with a curious expression. The background is filled with similar large leaves, creating a lush, natural setting.

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

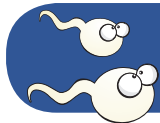
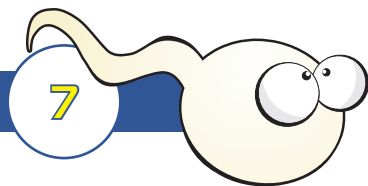
представления об «этом». Сегодня же, в век компьютерных технологий, коммерческого телевидения и СМИ, всё происходит иначе. Родители, заботящиеся о здоровье своего ребёнка, справедливо обеспокоены тем, когда и как грамотно преподнести детям информацию о сексе.

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»





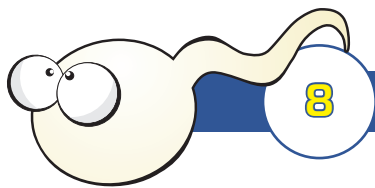
Рассказы про аиста  
и капусту сегодня неактуальны



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.

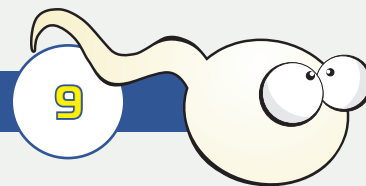
Сегодня шутки о капусте и аистах кажутся архаичными. Все хорошо понимают — детей надо готовить к взрослой жизни с учётом современного восприятия мира. Дошкольникам достаточно сказать правду: «Тебя родила мама», а на дополнительные вопросы ответить, что «из животика», «в роддоме» и т. д. Дети младшего 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-

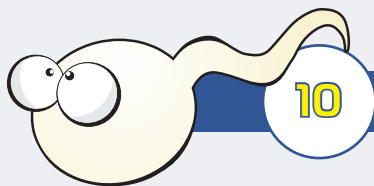
лым, и детям. Поднимая тему секса, родители дают ребёнку понять, что они открыты для разговора. А это как раз та необходимая доверительность в общении, которая способствует воспитанию здоровой и гармоничной личности.

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. Кащенко*

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

