



## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ, ИЛИ КОМУ НУЖНЫ ЭТИ РАЗГОВОРЫ . . . . .	9
МИФЫ И РЕАЛЬНОСТЬ, ИЛИ ЧТО МЫ ЗНАЕМ О ПОЛОВОМ ВОСПИТАНИИ . . . . .	15
Миф 1. Половое воспитание — это про секс. . . . .	17
<i>Реальность</i> . . . . .	17
Миф 2. Зачем воспитывать? Вырастут и сами узнают! . . . . .	20
<i>Реальность</i> . . . . .	20
Миф 3. Чем позже, тем лучше . . . . .	22
<i>Реальность</i> . . . . .	22
Миф 4. Не мое это дело — заниматься половым воспитанием . . . . .	24
<i>Реальность</i> . . . . .	24
Миф 5. У меня не получится! . . . . .	26
<i>Реальность</i> . . . . .	26

## Содержание

АНАТОМИЯ . . . . .	29
Почему анатомия действительно так важна? . . . . .	31
Как нужно говорить? . . . . .	34
Задания для самостоятельной тренировки . . . . .	36
Анатомия половых органов . . . . .	38
<i>Половые органы девочек</i> . . . . .	40
<i>Половые органы мальчиков</i> . . . . .	45
ИЗУЧЕНИЕ СЕБЯ . . . . .	49
0–2 года. Знакомство с малышом. Закладываем фундамент . . . . .	51
3–5 лет. Все про границы. Любопытство и подражание родителям . . . . .	58
<i>Границы</i> . . . . .	61
<i>Любопытство</i> . . . . .	70
<i>Правило трусиков</i> . . . . .	72
<i>Чего не стоит делать родителям</i> . . . . .	74
<i>Копирование родителей</i> . . . . .	75

6–7 лет. Любопытство . . . . .	77
<i>Неудобные вопросы.</i> . . . . .	79
<b>ГИГИЕНА ПОЛОВЫХ ОРГАНОВ . . . . .</b>	<b>89</b>
Правила гигиены . . . . .	95
<i>Гигиена половых органов девочек</i> . . . . .	96
<i>Гигиена половых органов мальчиков</i> . . . . .	100
<b>ПРОБЛЕМЫ ЗДОРОВЬЯ ПОЛОВЫХ ОРГАНОВ . . . . .</b>	<b>105</b>
Воспаления . . . . .	107
Синехии вульвы . . . . .	112
Инородное тело во влагалище . . . . .	115
<b>ДЕТСКАЯ МАСТУРБАЦИЯ . . . . .</b>	<b>119</b>
Стоит ли бить тревогу? . . . . .	121
<i>Норма</i> . . . . .	122
<i>Не норма.</i> . . . . .	123
<b>ФРОТТЕРИСТЫ И ЭКСГИБИЦИОНИСТЫ</b>	<b>125</b>
Что должны знать о них дети . . . . .	127

## Содержание

Правила безопасности дошкольников . . . . .	129
<b>ДЕТСКИЙ ГИНЕКОЛОГ . . . . .</b>	<b>133</b>
Половое развитие девочек . . . . .	136
Половое развитие мальчиков . . . . .	140
<b>АНАТОМИЧЕСКИЙ СЛОВАРИК ПОЛОВЫХ ОРГАНОВ . . . . .</b>	<b>143</b>
<b>НАЧАЛО ВАШЕГО ПУТИ . . . . .</b>	<b>149</b>
<b>АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ . . . . .</b>	<b>154</b>

ВВЕДЕНИЕ,  
ИЛИ КОМУ НУЖНЫ  
ЭТИ РАЗГОВОРЫ



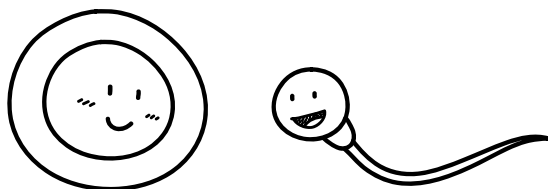
Прежде всего хотим поблагодарить вас за то, что купили эту книгу. Значит, вы, как и мы, заинтересовались вопросами полового воспитания или задумались над тем, что это такое и нужно ли оно или нет.

**КАК ГОВОРИТЬ, ЧТО И КОГДА?**

**НЕ РАНО ЛИ?**

**НЕ НАВРЕДИТ ЛИ ЭТО МОЕМУ РЕБЕНКУ?**

Так или иначе мнения общества по этому поводу разнятся: одни считают, что надо, другие — что это безнравственно и только испортит воспитание.





## **Введение, или кому нужны эти разговоры**

Мы не первые и, надеюсь, не последние, кто обсуждает столь непростую и табуированную тему, где вопросы сопровождаются смущением, страхом, а иногда и стыдом.

### **НЕ ЧИТАЙТЕ ДАЛЬШЕ, ЕСЛИ ВЫ:**

- **СЧИТАЕТЕ, ЧТО ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ ВРЕДИТ ВАМ И ВАШЕМУ РЕБЕНКУ;**
- **И ТАК ДАВНО ВСЕ ЗНАЕТЕ;**
- **ЗАНИМАТЬСЯ ПОЛОВЫМ ВОСПИТАНИЕМ — НЕ ВАШЕ ДЕЛО;**
- **ВЫРАСТЕТ — САМ РАЗБЕРЕТСЯ.**

В этой книге вы не найдете пошагового руководства к действию. Возможно, поймете, что многое из написанного уже знаете. Наша задача — систематизировать знания, развеять страхи и тревоги (если они есть, ведь это нормально), помочь донести до ребенка известную вам информацию.

И сразу же нюанс: делать это нужно согласно возрастному развитию, ведь все очень индивидуально.

## Введение, или кому нужны эти разговоры

Общаясь с малышом, вы закладываете фундамент для дальнейшего контакта, дарите ему любовь и безопасность. Самое важное — это доверительные отношения.

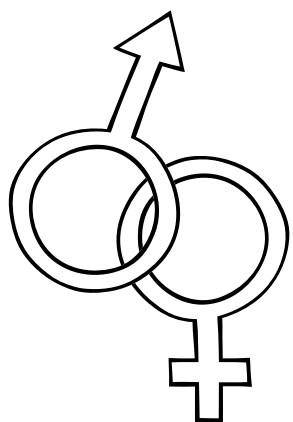
### ПОМНИТЕ О ТРЕХ ОСНОВНЫХ ПРИНЦИПАХ:

- НЕ НАВРЕДИ;
- НЕ СТЫДИ;
- ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД.

Ваша задача при воспитании детей, как девочки, так и мальчика, — дать им уверенность в том, что они будут поняты и услышаны. Напомню: у вас один рот и два уха. Используйте это — меньше говорите и больше слушайте (особенно с подростками).

Вы еще с нами? Готовы учиться сами и учить своих детей? Тогда попробуем разобраться в самых больших мифах о половом воспитании.

*Ксения Раздвогина и Ольга Карасева*



МИФЫ  
И РЕАЛЬНОСТЬ,  
ИЛИ ЧТО МЫ ЗНАЕМ  
О ПОЛОВОМ  
ВОСПИТАНИИ



# **МИФ 1. ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ — ЭТО ПРО СЕКС**



К сожалению, до сих пор бытует мнение, что половое воспитание — только про секс и это неизбежно приведет к ранним половым контактам, разврату, беременности, насилию и т. д.

## **РЕАЛЬНОСТЬ**

Простите, сейчас, возможно, будет немного скучно, но без базовых терминов не обойтись. Обратимся к словарям.

**ПОЛОВОЕ ВОСПИТАНИЕ** («Педагогический словарь») — это направление полового развития молодежи с нравственной, физической и эстетической точек зрения. Это система медико-педагогических мер по формированию у родителей, детей, подростков и молодежи правильного отношения к вопросам пола.

Казалось бы, на первый взгляд все понятно. Ожидаемо, что воспитатели, учителя и врачи должны быть включены в этот процесс. Но, увы, в настоящее время специалистов, способных этим заниматься, не хватает. Можно ждать, пока появятся такие профессионалы, но мы предлагаем вариант лучше: расширять свои знания и принимать участие в половом воспитании самостоятельно. У вас есть такая уникальная возможность. Начните с себя!

**СЕКСУАЛЬНОЕ ВОСПИТАНИЕ** — о восприятии своего тела, сексуальности и взаимоотношениях между полами. Как видите, в этом понятии нет ничего о разврате, насилии, извращении.

## Миф 1. Половое воспитание — это про секс

Кто я? Какой я мальчик/юноша/мужчина? Какая я девочка/девушка/женщина?

В будущем из этих вопросов будут следовать отношения с родителями, сверстниками, партнерами и ответственность, которую каждый берет на себя. Занимаясь половым воспитанием, мы закладываем основу для осознанного супружества и родительства.

**СЕКСУАЛЬНОЕ ПРОСВЕЩЕНИЕ** — это часть сексуального воспитания, передача необходимых знаний в этой области (наша книга — его частичка).