

УДК 159.922.77
ББК 74.200.56
К16

Raisa Cacciatore & Erja Korteniemi-Poikela
RAKKAUS, ILO, RÖHKEUS.
SEKSUAALISUUDEN PORTAAT

Original text copyright © Raisa Cacciatore and Erja Korteniemi-Poikela, 2019.
Original edition published by Minerva Publishers, 2019.
Hungarian edition published by agreement with Raisa Cacciatore,
Erja Korteniemi-Poikela and Elina Ahlback Literary Agency, Helsinki, Finland

Каччиаторе, Райса.

К16 Как говорить с детьми о любви и сексе : бережно направляем ребенка на всех стадиях сексуального развития с первых лет жизни / Райса Каччиаторе, Ерья Кортениеми-Поикела ; [перевод с финского М. В. Стренг]. — Москва : Эксмо, 2020. — 192 с. : ил.

ISBN 978-5-04-111836-5

Очень часто мы избегаем разговоров с детьми на деликатные темы, потому что не знаем, как и когда уместно делиться такой информацией.

Из этой книги вы узнаете: какие стадии сексуального развития проходит человек в первые 20 лет жизни. Как реагировать, если малыш целует своего друга в губы? Как тактично говорить с ним о теле, его изменениях и границах? Как обсудить такие острые темы, как порнография или контрацепция? Как поддержать ребенка в разнообразных любовных переживаниях? Как научить его безопасно выстраивать отношения в соцсетях? Как детская дружба и первая влюбленность влияют на способность создавать гармоничные отношения в будущем?

УДК 159.922.77
ББК 74.200.56

© Стренг М.В.,
перевод на русский язык, 2020
© Оформление.
ООО «Издательство «Эксмо», 2020

ISBN 978-5-04-111836-5

СОДЕРЖАНИЕ

Часть I	
ДА ЗДРАВСТВУЕТ ЛЮБОВЬ!	7
Можно ли говорить о любви?	9
Эмоциональные пути развития.	11
Часть II	
ДРУЖБА КАЖЕТСЯ ПРИЯТНОЙ.	15
Дружба и партнерские отношения	18
Часть III	
ЛЮБОВЬ КАК ЧАСТЬ СЕКСУАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА И ПОДРОСТКА	25
Ты прекрасный!	31
Любовь к другу детства	38
Желанный родитель.	48
Кумиры	64

6 • Содержание

Тайная влюбленность	82
Влюбленность раскрывается	93
Ты мне нравишься	103
Рука об руку	117
Восторг поцелуев	130
Приятные ласки	148
Любовь и секс	166
Часть IV	
ВО ВЗРОСЛОЙ ЖИЗНИ	185
Зрелые отношения	187
ОБ АВТОРАХ	189

ЧАСТЬ I

Да здравствует любовь!

Мы предлагаем вам прочитать эту книгу по одной хорошей причине. И имя ее — любовь. Надеемся, что отношения между людьми всегда будут наполнены любовью, а разговоров о любви станет больше.

Многие стесняются произносить слово «любовь», сомневаясь в том, что это чувство реально. Им кажется, что разговоры о любви преувеличены — слишком много обещаний, клятв о вечной любви.

Любовь — это нечто радостное, что приносит в жизнь силу, краски, смелость.

МОЖНО ЛИ ГОВОРИТЬ О ЛЮБВИ?

Можно ли ребенку говорить о том, как любовная жизнь меняется из года в год? Или о том, что объекты любви не постоянны: иногда они знакомые, в другой раз чужие, порой далекие, а бывают близкие. Как рассказывать детям и подросткам об этих глубоких, важных чувствах? У каждого ребенка есть право развивать свою сексуальность в собственном темпе, когда никто не вмешивается, а поддерживает и защищает. Поддерживаете ли вы исключительное право ребенка на его тело и сексуальность? Хотите ли вы, чтобы он доверял вам и чувствовал себя в безопасности? Яркие эмоциональные переживания детства и юности могут впоследствии казаться фантазией, обычными увлечениями. Все-таки любовь реальна именно тогда, когда ее испытываешь, на каждой жизненной стадии. Глубина чувств бывает разной. Любовь живет и меняется со временем, она подобна морским волнам. Позвольте ей расти и прочувствуйте смело.

Настало время взглянуть на сильные увлечения и любовь детства. События этого периода — интригующий путь ко взрослой жизни. Ранний опыт сильно влияет на дальнейшее развитие сексуальности. Стоит помнить об их важном значении, поддерживать и оберегать постепенно созревающие навыки любви, взаимоотношений и сексуального опыта своего ребенка

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ПУТИ РАЗВИТИЯ

Самооценка и образ собственного тела начинают формироваться у ребенка еще во младенчестве. Затем развитие продолжается на протяжении всей жизни. В книге мы сконцентрируемся на этих важных первых опытах и шагах. Нашей темой является способность любить. Мы рассмотрим первый опыт проявления любви и попытки примерить роль партнера во взаимоотношениях. Ранние годы жизни также важны для развития сексуальной самооценки и самосознания. Их определенно стоит поддерживать и оберегать.

График эмоциональной жизни и сексуальности не привязан к возрасту, хотя определенные этапы отметить можно. Созревание проходит индивидуально: у некоторых медленнее, у других быстрее. Иногда плохое обращение с детьми может привести к остановке в развитии. Порой уже по другой причине захочется вернуться на несколько ступеней назад и начать сначала. Даже во взрослом возрасте по лестнице сексу-

ТЫ ЖЕ ИСПЫТЫВАЕШЬ ЧУВСТВА!

Эмоции просыпаются в самом раннем возрасте. Поэтому сильно переплетаются практически со всем, что мы делаем. Конечно, повзрослев, мы часто забываем сильные чувства родом из детства. Тем не менее их нужно ценить.

В ходе сексуального развития эмоции защищают и руководят нашей деятельностью. Не все люди испытывают эмоции одинаковой силы, у некоторых чувства любви и страха почти отсутствуют. Эта книга для чувствующих людей: любовь, влюбленность, радость, восторг, горе, неудачу, симпатию, застенчивость, смелость, нежность и прочие чувства, которые можно испытывать в этом мире.

альности иногда взбираются по новой, например, при смене партнера. К счастью, хотя человеку периодически приходится возвращаться после разочарований или неудач, всегда можно начать восхождение с первой ступени и продолжать в своем темпе. Партнерство, дружба и любовь обогащают жизнь каждого человека. Для дружеских отношений важны равноправие и доверие. Построение всех взаимосвязей практикуется с ранних лет. Очень важно, чтобы детей окружали сверстники, с которыми они могут дружить. Это учит строить свои границы и уважать границы друга, позволяет практиковаться в партнерстве. Правила дружбы хороши во всех близких отношениях, включая семейные. Этот этап один из самых важных при взрослении. Без участия других людей обучение не состоится.

Раиса Каччиаторе и Эрья Кортениеми-Поикела
Декабрь 2018

ЧАСТЬ II

Дружба кажется приятной

Ребенок должен уметь оценивать дружбу. То есть понимать, кто является настоящим другом. Для этого мы описали такие особенности дружбы, которые расскажут ребенку, что значит хорошая дружба и как она должна чувствоваться.

Эти правила важно соблюдать взаимно, им следует учить братьев и сестер, а также учеников в детских садах и школах.

Каждый может спросить самого себя, действует ли он по правилам дружбы и поступают ли его друзья в соответствии с ними. Свое поведение реально исправить. А другому можно лишь указать, что он поступил против правил дружбы.

Дружба — это повторяющиеся маленькие встречи, похожие на совместное путешествие двоих или целой компании. В дружеских отношениях один не может указывать, как проводить время всем остальным. Дружба основывается на хороших поступках по отношению друг к другу. Хотя каждый сам решает, как строить дружеские отношения, добрые дела как минимум обогащают жизнь человека