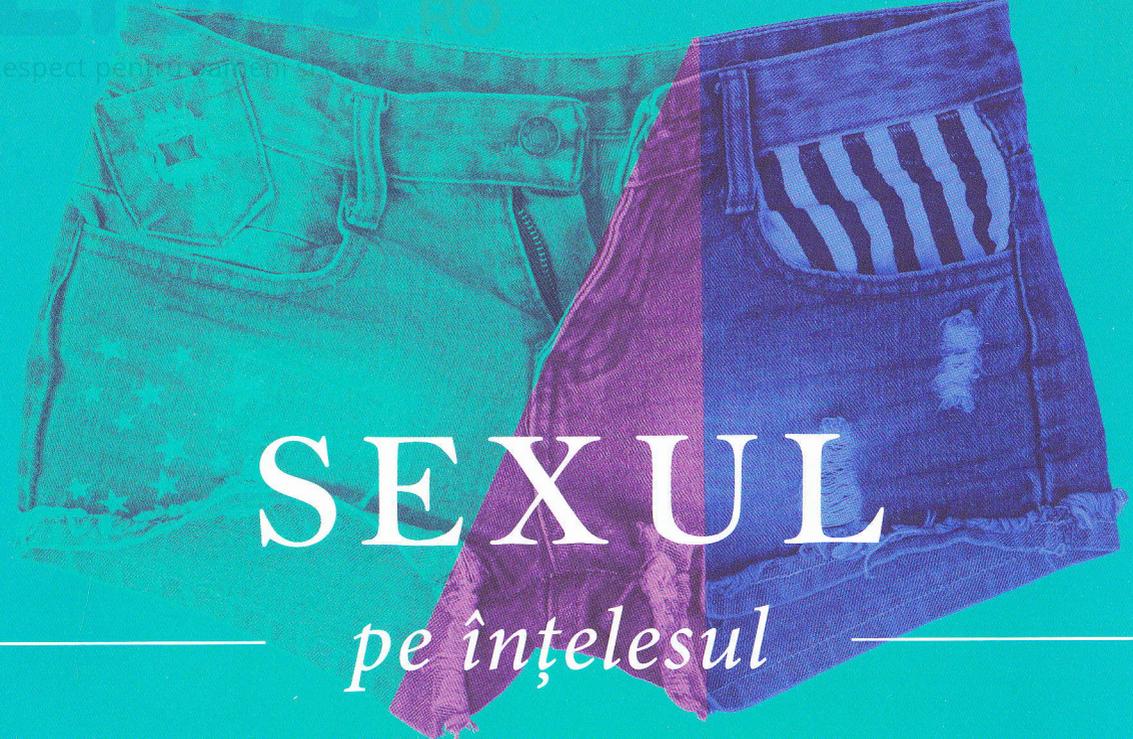


NIKOL HASLER
RO

Respect pentru varietate



SEXUL

pe înțelesul

ADOLESCENȚILOR

GHID NECENZURAT AL CORPULUI TĂU ȘI
AL SEXULUI FĂCUT ÎN SIGURANȚĂ



Libris

Respect pentru oameni și cărți

Nikol Hasler

SEXUL pe înțelesul adolescenților

Ghid necenzurat al corpului tău
și al sexului făcut în siguranță

În românește de Mihnea Gafița

CURTEA @ VECHE

București • 2017

Tabla de materii

Respect pentru om

1

Trupul tău

Cum funcționează și cum să te porți cu el

p. 8

2

Identitatea sexuală

Cine ești?

p. 30

3

Masturbarea

Cea mai grozavă dintre toate plăcerile

p. 46

4

Prima experiență

Ce trebuie să știi, la ce să te aștepți

p. 58

5

Preludiul

Cum să te pui în mișcare înainte să ți-o pui

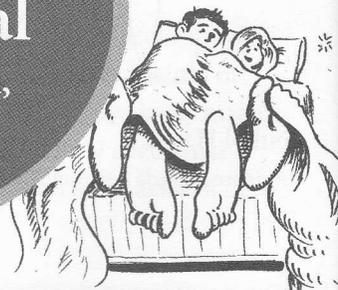
p. 74

6

Sexul oral, vaginal și anal

Ai de gând să ți-o pui, dar cum și pe unde?

p. 90





7

Autoprotecția

Cum te ferești de boli

p. 108

8

Contracepția

Arta de a NU face copii

p. 126

9

Întâlniri și relații

Ce-are de-a face sexul cu ele?

p. 146

10

Capricii, fantezii, fetișuri

Nu numai în imaginația ta

p. 158

Resurse

p. 182

11

Comunicarea despre sex

Gura e făcută și pentru vorbit

p. 168

Indice

p. 184

Trupul tău

Cum funcționează și cum să te porți cu el

Când vine vorba despre sex, punctul de plecare cel mai bun al discuției îl reprezintă o privire atentă la propriul tău trup. Poate că sună ca o banalitate, dar o mulțime de oameni își ignoră propriile trupuri — dacă nu cumva habar nu au la ce folosește una sau alta dintre părțile lor componente —, după care intră în panică, văzând că li se întâmplă cine-știe-ce care li se pare ciudat, deși e normal.

Acest prim capitol nu se referă la funcționarea inimii sau a plămânilor tăi, pentru că așa ceva te-ar plictisi (și o carte pe teme sexuale nu trebuie să ți se pară plictisitoare chiar de la început). În el vei găsi, totuși, o bună trecere în revistă a părților componente sexuale ale trupului tău, a felului în care funcționează ele și a ce trebuie să faci ca să le menții într-o bună stare de funcționare. Și ține minte: este la fel de important să înveți tot ce trebuie să știi despre trupurile celorlalți. Chiar dacă nu ai tu penis ori vagin, tot se cuvine să te familiarizezi cu felul cum funcționează fiecare, mai ales dacă intenționezi să ai de-a face ori cu unul, ori cu celălalt într-un viitor previzibil.

Ce este orientarea sexuală?

Orientarea sexuală, sau preferințele sexuale, se referă la ce te atrage din punct de vedere sexual. Se referă și la persoana care-ți cade cu tronc, pe care vrei să ți-o faci cât mai apropiată, de care te îndrăgostești lulea — ba chiar, în ultimă instanță, alături de care ai vrea să-ți petreci restul vieții. Majoritatea oamenilor se înscriu într-una dintre aceste categorii: **heterosexuali** (persoane atrase de alte persoane de sex opus, pe scurt hetero), **homosexuali** (persoane atrase de persoane de același sex; se mai spune, simplu, homo pentru băieți și lesbiene pentru fete) sau **bisexuali** (persoane atrase de ambele sexe). Persoanele care sunt lesbiene, homo, bi-sau trans-sexuale se identifică, adeseori, sub acronimul din limba engleză LGBT (*Lesbians, Gay, Bisexual, and Transsexual*).

Dar cum se determină orientarea sexuală? Oamenii de știință și cercetătorii încă mai studiază problema, dar cei mai mulți cred că ea se tranșează, cel puțin în parte, încă de pe vremea când te afli în burta mamei. Ceea ce nu înseamnă că te naști gata de a face sex (indiferent de ce povestești în cercul tău de prieteni, ca să te dai mare). Înseamnă doar că te naști cu preferințele sexuale gata formulate. Pe măsură ce crești,

unii factori de mediu sunt de natură să-ți influențeze sexualitatea, iar dacă te naști cu tendința redundantă de a resimți atracție față de ambele sexe, așa cum li se întâmplă multor oameni, s-ar putea să constăți că ai o sexualitate fluidă — adică preferințele sexuale ți se schimbă pe parcursul vieții.

Hetero, homo sau lesbiană?

Unii oameni știu de la bun început dacă sunt hetero sau homo. Pentru alții, lucrurile pot să provoace anumite confuzii — acum este într-un fel și în clipa următoare este în alt fel. Adolescența nu e neapărat vârsta cea mai potrivită pentru a-ți defini propria sexualitate, fiindcă viața de liceu exercită o mare presiune asupra fiecăruia, de a fi într-un anumit fel, pentru a fi acceptat(ă) de ceilalți. De cele mai multe ori, îți vine mai ușor să te hotărăști care este orientarea ta sexuală după ce mai crești și, în general, ajungi să te înțelegi mai bine.

Este important să ții minte că sexualitatea e ceva fluid la unii oameni și că preferințele sexuale se schimbă. Deci, se poate foarte bine să te simți hetero până pe la treizeci de ani și pe urmă să te sucești la 180 de grade și să formezi un cuplu cu o persoană de același sex ca și tine.

Dar se poate să se întâmple și invers. Este absolut normal să joci când într-o echipă, când în cealaltă pe parcursul vieții.

Dar dacă-mi plac ambele sexe?

Oamenii care se simt atrași de ambele sexe (ce norocoși!) trec adesea drept bisexuali. Bisexualitatea era monedă curentă în Grecia antică, de exemplu, și este și astăzi un fenomen destul de obișnuit. Deși cei mai mulți dintre noi își exprimă preferința fermă pentru unul sau celălalt dintre sexe, mulți recunosc faptul că au avut experiențe sexuale cu persoane de ambele sexe.

La fel ca orice altceva, și nivelul tău de bisexualitate se poate schimba pe parcursul vieții și pot apărea perioade în care să te simți mai degrabă hetero sau homo, decât bisexual(ă). După cum, la fel de bine, te poți folosi de bisexualitate ca să experimentezi. Chiar dacă ești aproape convins că ești homo, se poate să fii curios, la un moment dat, cum e sexul hetero. Și e perfect natural, chiar dacă te consideri sută-la-sută hetero, să găsești atrăgătoare, dintr-un motiv sau altul, o persoană de același sex ca și tine, chiar dacă nu faci absolut nimic pentru a-ți dovedi atracția. La urma urmei, cei/cele de același sex ca și tine au aceeași conformație fizică pe care ți-o vezi în oglindă zilnic — și doar te consideri sexy, nu?



Care-i treaba cu dubla relație?

Dacă ești hetero sau ai o relație heterosexuală și te hotărăști că vrei să faci o încercare pe tărâmul bisexualității, nu pleca de la premisa că este în regulă dacă te îndepărtezi de relația ta de cuplu, numai fiindcă îți propui să experimentezi cu o persoană de același sex ca și tine. Dacă nu-ți dă partenerul sau partenera ta de cuplu permisiunea explicită de a face sex și în afara cuplului, se consideră că ți-ai înșelat perechea, indiferent cu cine ai de-a face.

Doar nu poți spune că e-n regulă dacă ai o relație cu o blondă, în schimb faci sex cu o roșcată, fără ca blondă să știe, nu-i așa? E-același lucru. Linia de demarcație dintre cele două relații nu e deloc neclară. Prin urmare, dacă te gândești măcar să devii bisexual cu oricine altcineva (fie și numai cu titlu de experiment), trebuie să stai de vorbă mai întâi cu persoana cu care se cheamă că ai o relație stabilă.

Ce înseamnă să fii trans-sexual(ă)

O altă problemă care le creează dificultăți oamenilor când ajung la vârsta adolescenței este aceea a sexului căruia îi aparțin. Dacă marea majoritate a celor care sunt băieți din punct de vedere biologic se simt mai mult sau mai puțin băieți și dacă marea majoritate a celor care sunt fete din punct de vedere biologic se simt mai mult sau mai puțin fete (indiferent dacă, în privința orientării sexuale, sunt hetero sau homo), sunt și persoane care simt că nu reușesc să se identifice cu sexul care le-a fost atribuit la naștere. Asemenea oameni se identifică și cu mai mult decât un singur sex ori nu se identifică deloc — adică se simt străini de ambele sexe.

Cei care întreprind orice pentru a schimba ceea ce se vede pe dinafară, pentru a face ca exteriorul să se potrivească felului în care se simt pe dinăuntru, în general se declară a fi trans-sexuali. Cuvântul *trans-sexual* (uneori prescurtat, simplu, trans), este un termen-umbrelă în sine, iar cei care vor să fie mai preciși în exprimare se auto-descriu, câteodată, ca fiind trans-bărbați, trans-femei sau ambiguu-sexuali. Unele persoane, care au făcut tratamente cu hormoni ori au suferit operații de transformare sexuală, poate că preferă termenul trans-sexual, în timp ce alții îl consideră ofensator și folosit mai cu seamă în comunitatea medicală.

Dar cuvântul în sine, prin care cineva își descrie propria identitate sexuală, se poate

dovedi ceva foarte personal și nu are de-a face neapărat cu vreuna dintre procedurile medicale.

Decizia de a face schimbare de sex

Așadar, ce se face și cum se face, pentru a trece de la un sex la celălalt? Unii dintre cei care-și pun sub semnul întrebării propriul sex atribuit la naștere încep, de obicei, prin a se îmbrăca în ținute specifice sexului opus, în intimitatea dormitorului lor, ca să-și dea seama singuri cum se simt în acele haine și cum arată. Apoi, aceleași persoane pot să înceapă să se îmbrace așa și în public, pot să-și schimbe coafura, chiar și numele, folosind pronumele el și/sau ea ale sexului opus. După ce își duc viața în felul acesta, mimând celălalt sex o vreme, pasul următor poate fi acela de a se angaja într-un proces de tranziție mai concretă, de ordin fizic. Este vorba de un proces destul de complex, care presupune consultarea unui terapeut, pentru siguranța că decizia în sine e corectă. Abia după aceea se poate vorbi de terapie hormonală, de chirurgie transformațională sau de amândouă. Fiecare trebuie să decidă ce anume i se potrivește, fizic și financiar (nu toți trans-sexualii își permit operații costisitoare), în fiecare moment al vieții.

Pentru persoanele care pot fi catalogate ca trans-sexuale, există, de obicei, o perioadă în care luptă cu propria psihologie, ca să-și dea seama dacă e ceva în neregulă cu ele. Nu există reguli specifice în legătură cu ce trebuie să faci, dacă te identifiți cu celălalt sex. Unele persoane își camuflează dorința de apartenență la sexul opus. Este ca și cum ai fi homo și te-ai îmbrăca numai în haine de mascul dur, ca să te ascunzi, numai că atunci s-ar da la tine alți masculi tot ca tine. Nu-ți convine, pentru că nu poți trăi viața cum ai vrea și cum ți-ar conveni — în cazul de față, să te îmbraci și să trăiești ca și cum ai aparține celuilalt sex —, și asta de teamă că lumea din jurul tău te-ar judeca după criteriile ei sau te-ar potopi cu insulte. Rămâne speranța, totuși, ca o persoană trans-sexuală, sprijinită și iubită de prieteni și rude, să fie încurajată să trăiască precum sexul cu care se identifică, nu cu cel căruia îi aparține prin naștere.