

لذت از نوع کویر

برای نوجوانان



نام مقاله: لذت از نوع کوبیر

برای رده‌ی سنی نوجوانان

منبع اصلی: Teen Health Source

برگردان از: مینا معرفت، ایمان فیروزی فرد

انتشارات: کارگاه خبر ژوپی‌آ

تاریخ نشر: مارس ۲۰۱۸ – اسفند ۱۳۹۶

شابک: ۹۷۸-۹۴-۹۲۹۵۵-۰۶-۷

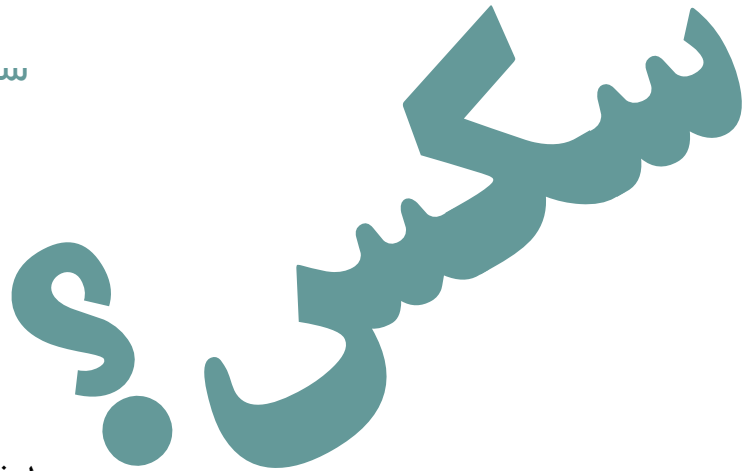


<https://joopea.news>

حق چاپ و بازنشر کل و یا قسمتی از مقاله با ذکر منبع مجاز است.

اگر دوست نداری به تو زن یا مرد گفته بشه،
اگر می‌خوای بدنت رو اون‌طوری تعریف کنی که
خودت می‌خوای و نه اون‌طوری که توی کتاب
زیست‌شناسی اومده، اگه هنوز کلی سوال داری که
جوابشون رو هیچ‌جا نمی‌تونی پیدا کنی، اگه فقط
دلت می‌خواد خودت باشی و با همونی که هستی
حال می‌کنی، این کتابچه مال تو هست؛ این کتابچه
برای کوییرهای جوانه که اولین قدم‌هاشون رو
برای کشف و تجربه‌ی بدن خودشون و یا بدن‌های
دیگه برمی‌دارن.

سکس؟ چی هست؟



انسان‌های متفاوت معنای متفاوتی از سکس دارند. بالاتر از همه این که سکس یک فعالیت طبیعی و سالم است. سکس فعالیتی است که بیشتر انسان‌ها از آن لذت می‌برند و با وجود این که آن‌ها به شکل‌های متفاوتی به آن معنا می‌دهند، همه‌شان آن را معنادار می‌دانند.

مهم نیست که تو دگرجنسگرا، همجنسگرا، دوجنسگرا، کویر و یا در حال کشف خودت هستی، تو این حق را داری که برای تعریف خودت از سکس تصمیم بگیری.

آیا تو در مورد علاقه‌های جنسی خودت نامطمین هستی؟ آیا نسبت به چیزهایی که ممکن است از آن لذت ببری کنجکاوی؟ آیا به این فکر می‌کنی که برای برقراری رابطه‌ی جنسی آماده هستی یا نه؟ سوال‌هایی از این دست کاملن طبیعی هستند.

سکس فقط دخول واژنی^۱ نیست. سکس تقریبین هرچیزی که احساس جنسی بدهد می‌تواند باشد. این که تو سکس را چگونه تعریف می‌کنی می‌تواند هدفی در حال تغییر در دوران نوجوانی تو باشد. علاقه‌های جنسی تو ممکن است در طول زمان تغییر کنند و این یک موضوع کاملن طبیعی است.

حرف زدن برای من سخت درباره‌ی سکس؟ است!

یک راه آسان برای شروع، گفتگو با خودت است.

برای واریسی خصوصی تمام بخش‌های بدن خودت وقت بگذار. وقتی که با خودت وقت می‌گذرانی به این فکر کن که از چه تجربه‌ی جنسی‌ای با یک فرد دیگر ممکن است لذت ببری و چه فکرها، فانتزی‌ها و احساس‌هایی به تو احساس خوبی می‌دهند.

آیا چیزی هست که با انجام‌دادنش صحبت‌کردن در مورد سکس برای من آسان‌تر شود؟

به نظرم سکس‌کردن کار درستی نیست. آیا این اشکال دارد؟

• بدون شک مشکلی ندارد. زمانی که به موضوع سکس می‌رسیم، تنها این تو هستی که می‌توانی تصمیم بگیری چه چیزی درست به نظر می‌رسد.

• تو کاملن حق داری که به سکس نه بگویی و هیچ‌کسی هم نمی‌تواند و نباید تو را مجبور به انجام کاری کند که به نظر تو درست نیست.

• برای مثال، اگر نمی‌خواهی سکس واژنی داشته باشی، روش‌های بسیار مختلف دیگری برای کاوش میل جنسی‌ات و لذت‌بردن از یک رابطه‌ی عاشقانه و لذت‌بخش با یک فرد دیگر وجود دارند.

سکس کردن یعنی چه؟

فعالیت جنسی یعنی چه؟

فعالیت جنسی هر نوع فعالیتی است که افراد درگیر آن را جنسی می‌دانند. این فعالیت می‌تواند شامل موردهای زیر و چیزهای بیشتری باشد:

سکس واژنی / سکس مقعدی / درآغوش گرفتن / بوسیدن / هر نوع تماس جنسی / سکس دهانی / به‌نمایش‌درآوردن بدن برای یک فرد دیگر / گرفتن عکس‌های جنسی از یک فرد دیگر / نشان‌دادن عکس‌های تحریک‌کننده به یک فرد دیگر / و چیزهای دیگر!

سکس:

اصل مطلب چیست؟

تو درباره‌ی دیدگاهی که به سکس داری فکر کرده‌ای و با شریک و یا شریک‌های جنسی‌ات هم در مورد نظرشان صحبت کرده‌ای.

فکر می‌کنی که برای امتحان کردن سکس آماده هستی.

خب حالا چه؟؟ چطور می‌توانی از سکس بیشترین لذت را ببری؟
خب حالا چه؟؟

چند نکته برای این کار

اگر قصد داری که دخول واژنی* و یا مقعدی را
امتحان کنی، اول از همه فروکردن انگشت‌هایت و
یا اشیای ایمن دیگر را در درون واژن و یا مقعد خودت
امتحان کن*

تمرین کردن بهترین
راه است.

در آغاز ممکن است دخول
کار کمی ناراحت‌کننده‌ای
باشد، اما هیچ‌وقت نباید
دردش خیلی طول بکشد.
عجله نکن و خیلی آرام پیش
برو.

اگر می‌خواهی از از کاندوم، سد دندان
(dental dam) و یا دستکش‌های لاتکس
استفاده کنی، اول باید به‌تنهایی آن‌ها را
امتحان کنی تا هم استفاده از آن‌ها را
تمرینی کرده باشی و هم از این‌که بوابت
اندازه هستند مطمئن شوی.

تمرین
تمرین
تمرین
تمرین
تمرین
تمرین
تمرین
تمرین
تمرین
تمرین



اصول اولیه‌ی اولین رابطه‌ی جنسی

اگر دفعه‌ی اول است که سکس می‌کنی، ممکن است تو و شریکت به ارگاسم نرسید

و یا ارگاسم^۱ متفاوتی را تجربه کنید. این مساله طبیعی است. با فهمیدن این که چه چیزی برای هردوی شما جذاب‌تر و تحریک‌کننده‌تر است این (نرسیدن به ارگاسم) ممکن است تغییر کند. ارگاسم تنها یکی از لذت‌های زیادی است که سکس به همراه دارد.





برای کسانی که کُس^۱ دارند

به تنهایی خودارضایی کردن روش بسیار خوبی برای شناخت بدن است و شناخت چیزهایی که به تو احساس خوبی می‌دهد. می‌توانی نوک پستان‌هایت، لب‌های (labia) بزرگ و کوچک کس، چوچوله (clitoris)، خط جنینی (محدوده‌ی بین کس و مقعد)، کس و یا مقعد خودت را واریسی کنی.

هرگز چیزی را که توی مقعد بوده است را داخل کس نکن چون باعث انتقال میکروب‌ها می‌شود.

بعد از اولین سکس از کس ممکن است مقدار کمی خونریزی داشته باشی یا لکه‌هایی را روی شرتت ببینی. البته این خونریزی برای همه پیش نمی‌آید.

برای کسانی که کیر دارند

به تنهایی خودارضایی کردن روش بسیار خوبی برای شناخت بدن است و شناخت چیزهایی که به تو احساس خوبی می دهد. می توانی با بدنه و کلاهک کیرت، پوست ختنه گاه، خط جنینی (محدوده بین تخم ها و مقعد)، دهانه و داخل مقعدت، غده ی پروستات و یا نوک پستان هایت ور بروی.

اگر متوجه شدی که کیرت در حال خوابیدن است، نباید نگران شوی. تحریک جنسی می تواند در موج های متعددی پیش بیاید. پس آرام باش و سعی کن چیزهای متفاوتی را انجام بدهی.

ما می دانیم که گاهی این واژه برای توهین به کار برده می شود اما این کار درست نیست. کیر معادل مرسوم تر به جای «آلت تناسلی مردانه» و یکی از اعضای بدن است.

کافی معرفی نمی شوند

گونه‌هایی از سکس وجود دارند که درباره‌ی آن‌ها زیاد می‌شنویم. گونه‌های دیگر سکس، به‌ویژه گونه‌هایی از سکس که افراد کوئیر یا ترنس ممکن است به آن‌ها علاقه‌مند باشند، زیاد مورد توجه قرار نمی‌گیرند.

این کتابچه‌ی راهنما برای این طراحی شده است تا اطلاعات بیشتری درباره‌ی عمل‌های جنسی‌ای به تو بدهد که فکر می‌کنیم خیلی به آن‌ها توجه نمی‌شود.

تعدادی کارت خالی هم گذاشته‌ایم تا روی آن‌ها بتوانی چیزهای دیگری را اضافه کنی که تو فکر می‌کنی باید اضافه شوند یا حتی اگر چیز جدیدی به نظرت می‌رسد که برای تو سکسی است. یادت باشد که برای این که در سکس حرفه‌ای بشوی، باید مثل آشپزی کردن، تمرین و وقت کافی بگذاری. اشکالی ندارد اگر بخواهی با دستور پخت مرسوم و یا مواد اولیه بازی کنی، چیزهایی را تغییر بدهی و طرز تهیه‌ی را از آن خود کنی.

سکس مقعدی

Anal Sex

استفاده از اسباب‌بازی‌های جنسی یا قسمت‌هایی از بدن درون و اطراف کون یک فرد

تعداد افراد: دو یا بیشتر

وسایل مورد نیاز: کاندوم یا دستکش / کون / ژل روان‌کننده / انگشت / اسباب‌بازی‌های جنسی / کیر / و مقدار بسیار زیادی رضایت

جایگزین‌ها: انشگت کردن و یا دخول‌های دیگر

نکته: به آرامی پیش برو؛ ممکن است مدتی طول بکشد تا احساس راحتی کنی.

زمان مورد نیاز جهت آمادگی: تا هرزمانی که طول بکشد. ممکن است بیشتر از آن‌چه که انتظارش را داشتی طول بکشد. بعضی روزها برای سکس مقعدی خوب نیستند.

یادداشت

مراحل:

۱ کسب رضایت از همه‌ی افراد

۲ از آرامش شخصی که قرار است

داخلش شوی (خودت یا شریک جنسی‌ات) مطمئن شو

۳ مقدار زیادی ژل روان‌کننده استفاده کن

۴ خیلی آهسته شروع کن، اول از همه با وارد کردن یک

انگشت شروع کن و آرام‌آرام انگشت‌های بیشتر یا کیر

یا اسباب‌بازی‌های جنسی را وارد کن

۵ فراموش نکن تا در تمام طول کار از رضایت شریکت

برای ادامه بررسی

لیسیدن کون

Rimming

تحریک کردن معقد یک فرد با استفاده از زبان و دهان

تعداد افراد: دو یا بیشتر

وسایل مورد نیاز: زبان، کون، سد دندان و مقدار بسیار زیادی رضایت

جایگزین‌ها: سکس دهانی

نکته: بسیاری از افراد احساس می‌کنند این راهنما زمانی بهتر عمل می‌کند که همه‌ی قابلمه‌ها و تابه‌های ضروری به شکل کامل تمیز شده باشند. اگر نگران تمیزی هستی، بهتر است پیش از لیس زدن کون، یک دوش بگیری.

زمان مورد نیاز: تا هر زمانی که طول بکشد.

یادداشت

مراحل:

۱ کسب رضایت

۲ به پایین شیرجه رفتن

۳ از زبان یا دهان خود برای تحریک اطراف سوراخ

کون استفاده کن

۴ اگر شریکت علاقه دارد، یک انگشت را داخل کون کن

۵ فراموش نکن تا در روند کار از رضایت شریکت بررسی

اسارت

Bondage

بستن بدن یک فرد به منظور محدود کردن حرکتهای او برای لذت
جسمی و روانی

تعداد افراد: دو یا بیشتر

وسایل مورد نیاز: مقدار بسیار زیادی رضایت، یک کلمه‌ی امن و مرزهای روشن، طناب / تسمه / روسری / نوارچسب / کمر بند / زنجیر و....

جایگزین‌ها: نقش بازی کردن

نکته: یک نمونه از این که چگونه می‌شود از کلمه‌های امن استفاده کرد «قرمز، زرد و سبز» است. کلمه‌ی قرمز یعنی توقف، زرد به معنای آهسته‌تر و سبز یعنی ادامه بده.

زمان مورد نیاز: تا هر زمانی که طول بکشد. ممکن است کمتر از انتظار باشد.

یادداشت

مراحل:

۱ کسب رضایت

۲ ساده شروع کن؛ با وسایل نرم و گره‌هایی که به راحتی باز می‌شوند.

۳ مطمئن شو که گره‌ها گردش خون را در هیچ بخشی از بدن متوقف نکنند.

تسلط

Domination

بازی با قدرت میان افراد در یک زمینه‌ی جنسی: گرفتن یک نقش
سلطه‌گر

تعداد افراد: دو یا بیشتر

وسایل موردنیاز: فردی که از مورد سلطه قرار گرفتن لذت می‌برد / فردی که از سلطه‌گر بودن لذت می‌برد / کنترل کردن / مقدار بسیار زیادی رضایت و در صورت علاقه اسباب‌بازی‌های جنسی

جایگزین‌ها: اطاعت / نقش‌بازی کردن

نکته: می‌تواند با اسارت ترکیب شود.

زمان موردنیاز: تا هر زمانی که طول بکشد.

یادداشت

مراحل:

۱ کسب رضایت

۲ بر اساس اولویت تنوع ببخش. می‌تواند نقش‌بازی کردن، اسارت یا دستوردادن‌های کلامی را شامل شود.

آزارخواهی

Sadomasochism (SM)

بازی کردن با گرفتن و یا دادن درد و تحقیر برای لذت

تعداد افراد: دو یا بیشتر

وسایل موردنیاز: کسی که از آزار دیگران لذت می‌برد (آزاردهنده) / کسی که از آزار دیدن لذت می‌برد (آزارگیرنده) / و یا هر دو (کسی که از آزار دادن و آزار دیدن لذت می‌برد) / درد / تحقیر / مقدار بسیار زیادی رضایت / در صورت علاقه، اسباب‌بازی‌های مانند شلاق و زنجیر

جایگزین‌ها: شکل‌های دیگری از فانتزی‌های جنسی، نقش‌بازی کردن و اسارت

نکته: می‌توانی از شمع استفاده کنی.

زمان موردنیاز: تا هر زمانی که طول بکشد.

گاهی وقت‌ها طولانی‌تر بهتر است.

یادداشت

مراحل:

۱ کسب رضایت؛ ارتباط و رضایت ادامه‌دار مهم هستند.

۲ پیش از شروع، درباره‌ی چیزهایی که دوست دارید

با هم صحبت کنید.

انگشت کردن

استفاده از انگشت‌ها در کُن یا کُس یک فرد

تعداد افراد: دو یا بیشتر

وسایل مورد نیاز: انگشت / دستکش / ژل روان کننده / کون / واژن / سوراخ جلو / مقدار بسیار زیادی رضایت

جایگزین‌ها: خودارضایی / سکس بدون دخول / سکس دهانی / آلت‌های سکس / کیر

نکته: نگاهی به دور و بر خانه ببیند شاید چیز به درد بخوری پیدا کردی. ممکن است از همراه شدن یک دوست لذت ببری.

زمان مورد نیاز: تا هر زمانی که طول بکشد.

مراحل:

یادداشت

۱ کسب رضایت

۲ احساس آرامش و راحتی

۳ درباره‌ی چیزهایی که به شما احساس خوبی

می‌دهند و چیزهایی که احساس خوبی

نمی‌دهند با هم صحبت کنید

۴ فضا را با کمی مالش و ماساژ گرم کنید

۵ انگشت یا انگشت‌ها را وارد کن و به درون و بیرون

حرکت بده. درباره‌ی چیزهایی که احساس خوبی به شما

می‌دهند با هم صحبت کنید (گاهی وقت‌ها آهسته

خوب است و بعضی وقت‌های دیگر سریع بهتر است)

۶ با لذت و سرعت امتحان کن

۷ دریافت رضایت مداوم

مافینگ

Muffling

استفاده از انگشت و یا وسایل دیگر برای تحریک داخلی از طریق کانال‌های کشاله‌ی ران یک زن ترنس یا فردی که در هنگام تولد مذکر بودن به او نسبت داده شده است.

تعداد افراد: یک نفر یا بیشتر

وسایل مورد نیاز: ژل روان کننده / انگشت / کانال‌های کشاله‌ی ران / مقدار بسیار زیادی رضایت

جایگزین‌ها: سکس مقعدی / انگشت کردن / خودارضایی

نکته: کانال‌های درونی کشاله‌ی ران در هر بدنی وجود دارند. آن‌ها لوله‌هایی مورب و جهت‌دار هستند که در محدوده‌ی کشاله‌ی ران و دور میانه‌ی لگن در جریان هستند (نمی‌توانی آن‌ها را ببینی). معمولن در زمان داخل‌بردن کیر (tucking) در میان زنان ترنس از آن استفاده می‌شود.

یادداشت

زمان مورد نیاز: هر چقدر که طول

بکشد. عجله نکنید!

مراحل:

۱ کسب رضایت

۲ کانال‌های کشاله‌ی ران را پیدا کن. آن‌ها پشت کیسه‌ی بیضه قرار دارند و به‌صورت زاویه‌دار به سمت بیرون مورب هستند.

۳ از ژل روان کننده استفاده کن

۴ به آرامی شروع کن؛ شاید با انگشت کوچک بهتر باشد چون کانال‌ها می‌توانند تنگ باشند.

خودارضایی

Masturbation

استفاده از وسایل / اسباب‌بازی‌ها / اعضای بدن برای لذت جنسی
خودت

تعداد افراد: یک نفر یا بیشتر

وسایل مورد نیاز: دست / انگشت / اسباب‌بازی‌های جنسی / سردوش / ژل روانکننده /
مقدار بسیار زادی رضایت و در صورت تمایل فیلم پورن یا تحریک‌کننده

جایگزین‌ها: خودارضایی دوطرفه

نکته: نگاهی به دور و اطراف خانه ببنداز چون ممکن است چیز به‌دردبخوری پیدا کنی.
ممکن است همراهی یک دوست هم لذت‌بخش باشد.

زمان مورد نیاز: هر اندازه که طول بکشد.

یادداشت

مراحل:

۱ با بدن خود احساس راحتی کن

۲ شروع به لمس کردن خودت کن و به چیزهایی توجه
کن که احساس خوبی به تو می‌دهند

۳ در صورت نیاز تکرار کن

تمامی کتابچه‌های پرونده‌ی «لذت جنسی زنان» را در این لینک ببینید:

<https://joopea.news/?p=39143>

<https://twitter.com/JoopeANews>



<https://telegram.me/JoopeANews>



<https://instagram.com/joopeanews>



<https://facebook.com/JoopeANews>



لذت جنسی زنان چیست؟ برای لذت بردن و لذت بخشیدن در رابطه‌ای که یک طرفش خودش را زن می‌داند چه باید کرد و چه کارهایی را بهتر است انجام ندهیم؟ وقت پریود یعنی که سکس تعطیل؟ لذت جنسی زنان تراجنسی و بیناجنسی چگونه است؟ آن‌هایی که خود را کویر می‌دانند چگونه؟

پرسش‌ها زیاد هستند و نقطه‌های مبهم هم کم نیستند. دلیلش هم این است که ما آدم‌ها پیچیده و مبهم هستیم و از سویی هم سکس و هرچه به سکس ربط پیدا کند، حرف مگو به حساب می‌آید.

برای همین، ژوپی‌آ دست‌به‌کار تهیه‌ی پرونده‌ای با نام «لذت جنسی زنان» شده است تا چندتایی از این سوال‌ها را جواب بدهد. برای پاسخ به سوال‌هایی که در کتابچه‌های این پرونده مطرح کرده‌ایم، به سراغ اهل کار رفتیم و خواستیم تا ما را نسبت به این مقوله روشن کنند.

این مجموعه شامل مقاله‌ها، مصاحبه‌ها و ترجمه است که در هفت کتابچه‌ی مجزا بر روی وبسایت کارگاه خبر، در این‌جا در دسترس همگان هستند.

اگر نقد، پیشنهاد و یا سوالی دارید، می‌توانید از طریق آدرس زیر با ما تماس بگیرید: fsp.project@joopea.com



ISBN 978-94-92955-06-7



9 789492 955067