

— ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΑ ΑΠΟ 1 ΕΚΑΤΟΜΜΥΡΙΟ ΑΝΤΙΤΥΠΑ ΠΑΓΚΟΣΜΙΩΣ —



As μιλήσουμε για το σεξ

Η ΑΝΑΠΤΥΞΗ, ΟΙ ΑΛΛΑΓΕΣ ΣΤΟ ΣΩΜΑ,
ΣΕΞ ΚΑΙ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΥΓΕΙΑ



ΡΟΜΠΙ Χ. ΧΑΡΡΙΣ • εικονογράφηση ΜΑΪΚΛ ΕΜΠΕΡΛΥ



As μιλήσουμε για το σεξ

ΟΙ ΑΛΛΑΓΕΣ ΣΤΟ ΣΩΜΑ,
Η ΑΝΑΠΤΥΞΗ,
ΣΕΞ και ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΥΓΕΙΑ

ΚΡΙΤΙΚΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΒΙΒΛΙΟ

As μιλήσουμε για το σεξ

«Καταπληκτικό βιβλίο... Όλα τα στοιχεία παρουσιάζονται χωρίς αναστολές, αλλά με μια ευαίσθητη, καθησυχαστική προσέγγιση».

The Times Educational Supplement

«Όλα όσα θα θέλατε να μάθετε για το σεξ, αλλά με σαφήνεια και χιούμορ».

The Independent on Sunday

«Διδακτικό, σαφές και αστείο, περιέχει όλα όσα θα ήθελαν να μάθουν τα παιδιά τώρα που μεγαλώνουν. Το καλύτερο βιβλίο που έχω διαβάσει γι' αυτό το θέμα».

Nanette Newman στην *The Sunday Express*

«Εντυπωσιάστηκα από την πληρότητα και τη θαρραλέα παρουσίαση του θέματος».

Judith Hann στην *The Guardian*

«Ένα εκπληκτικό καινούριο βιβλίο για παιδιά 10-14 χρονών».

She

«Είναι τέλειο για την προεφηβική και εφηβική ηλικία. Και, πού ξέρεις, μπορεί να ανακαλύψεις κι εσύ πράγματα που δε γνώριζες!»

Best

«Ένα εξαιρετικό βιβλίο για παιδιά 10-14 χρονών. Καλύπτει ευαίσθητα θέματα όπως η σύλληψη, τα μωρά, η εφηβεία, η οικογένεια, η αντισύλληψη με ειλικρινή και ζωντανό τρόπο».

Essentials

«Απόλαυση να το διαβάζεις... διασκεδαστικό, διδακτικό και συνάμα κατανοητό».

Shout Magazine

«Είναι βέβαιο πως τα παιδιά θα το χαρούν...

Ειλικρινές, διδακτικό και υπεύθυνο. Δεν κάνει διδαχή, ούτε υποτιμά τους νεαρούς αναγνώστες».

The School Librarian

«Το *As μιλήσουμε για το σεξ* είναι το καλύτερο βιβλίο σχετικά με την ερωτική πράξη.

Η εικονογράφηση είναι ευαίσθητη. Αυτή η χαλαρή προσέγγιση, γεμάτη λεπτό χιούμορ, βγάζει τους αναγνώστες από πιθανή αμηχανία».

Books for Keeps

«Ένας ειλικρινής οδηγός της εφηβείας για παιδιά 10-14 χρονών, καλύπτει εξίσου στοιχεία και συναισθήματα. Το κείμενο είναι σοβαρό, με ευχάριστο ύφος που πληροφορεί χωρίς να είναι σχολαστικό. Η εικονογράφηση διαθέτει χιούμορ και λεπτότητα».

The Bookseller

«Η άμεση προσέγγιση του θέματος, είναι αυτο ακριβώς που χρειάζονται παιδιά και έφηβοι για να έχουν σωστή πληροφόρηση – αλλά και η εικονογράφηση το κάνει φιλικό και όχι στεγνό και απωθητικό».

Time Out

«Εξαιρετικό».

Junior Education

«Ένας έξοχος οδηγός για παιδιά και νέους που ανοίγουν πανιά για τις φουρτουνιασμένες θάλασσες της εφηβείας».

School Library Journal



Σημείωμα για τον αναγνώστη

*Γιορτάζοντας την 20ή επετειακή έκδοση
του Ας μιλήσουμε για το σεξ*



Από τότε που εκδόθηκε για πρώτη φορά το *Ας μιλήσουμε για το σεξ*, είκοσι χρόνια πριν, δεν έχουμε σταματήσει να συζητάμε με παιδιά, εφήβους, και ενήλικους για τα θέματα αυτού του βιβλίου. Μας δόθηκε έτσι η ευκαιρία να μάθουμε ακόμα περισσότερα για ό,τι εσείς –οι νέοι μας– χρειάζεται να ξέρετε για να είστε ενήμεροι και υγιείς.

Όλα αυτά τα χρόνια μιλάμε, επίσης, συνεχώς με ειδικούς, μεταξύ των οποίων και γονείς, εκπαιδευτικούς, βιβλιοθηκονόμους, γιατρούς, νοσοκόμες, ψυχολόγους, ψυχαναλυτές, επιστήμονες και κληρικούς για ό,τι τυχόν στοιχεία για την εφηβεία, το σεξ και τη σεξουαλική υγεία χρειάζεται να αλλάξουν ή να προστεθούν ώστε να παραμείνετε υγιείς. Πραγματοποιήσαμε όλες τις απαιτούμενες αλλαγές στο κείμενο και στην εικονογράφηση ώστε το βιβλίο να είναι πλήρως ενημερωμένο και ακριβές. Για αυτήν την επετειακή έκδοση ενημερώθηκαν τα επιστημονικά και ιατρικά στοιχεία για την αναπαραγωγή, την αντισύλληψη, τις εκτρώσεις, τη σεξουαλική κακοποίηση και τις σεξουαλικά μεταδιδόμενες ασθένειες, περιλαμβανομένου και του ιού HIV/AIDS, καθώς νέες πληροφορίες ήρθαν στο φως.

Έχουμε επίσης συμπεριλάβει πληροφορίες περί της έμφυλης ταυτότητας. Εφόσον τόσοι από εσάς χρησιμοποιείτε κινητά τηλέφωνα, τάμπλετ και υπολογιστές με τα οποία συνδέεστε στο διαδίκτυο και αναζητάτε πληροφορίες ή επικοινωνείτε με άλλα άτομα, έχουμε επίσης προσθέσει περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τα οφέλη και τους κινδύνους του διαδικτύου. Πιστεύουμε ότι θα σας βοηθήσει να χρησιμοποιείτε το διαδίκτυο για να βρίσκετε ακριβείς και υπεύθυνες πληροφορίες για την αναπαραγωγική σας υγεία και επίσης θα σας βοηθήσει να προστατεύετε τον εαυτό σας καθώς και τους φίλους και την οικογένειά σας.

Καθώς γράφαμε και εικονογραφήσαμε αυτό το βιβλίο, ελέγχαμε και επανελέγχαμε τις επιστημονικές πληροφορίες και τις πρόσφατες έρευνες. Αυτά που μάθαμε από τους επιστήμονες και τους επαγγελματίες υγείας είναι ότι η γνώση για αυτό το αντικείμενο συνεχώς εξελίσσεται και αλλάζει. Ενώ γενικώς υπάρχει ομογνωμία, υπάρχουν και κάποιοι που διαφωνούν και κάποια ερωτήματα παραμένουν ακόμα αναπάντητα. Αυτή τη στιγμή, οι πληροφορίες που βρίσκονται σε αυτό το βιβλίο είναι επικαιροποιημένες και όσο πιο ακριβείς γίνεται. Αλλά αν έχετε περισσότερες ερωτήσεις ή χρειάζεστε περισσότερες πληροφορίες, σχεδόν πάντα μπορεί να είναι πολύ βοηθητικό να μιλάτε με κάποιον που ξέρετε και εμπιστεύεστε: γονέα, γιατρό, νοσοκόμα/ο, δάσκαλο/δασκάλα, σχολικό/ή σύμβουλο, θεραπευτή ή κληρικό.

Σήμερα, ακόμα πιο πολλά παιδιά και έφηβοι έχουν την ευκαιρία να διαβάσουν το βιβλίο μας, *Ας μιλήσουμε για το σεξ*, αφού έχει μεταφραστεί σε περισσότερες από τριανταπέντε γλώσσες και συνεχίζει να χρησιμοποιείται σε όλο τον κόσμο – από τις Ηνωμένες Πολιτείες έως το Ηνωμένο Βασίλειο, τη Δανία και την Ολλανδία, από τη Γερμανία έως την Ιταλία, την Ισπανία και την Πολωνία, από την Ιαπωνία και την Ταϊβάν έως τη Μογγολία και τη Νότια Αμερική.

Ελπίζουμε ότι η νεότερη έκδοση θα βοηθήσει εσάς –αλλά και την επόμενη γενιά– να παραμείνετε ασφαλείς και υγιείς. Ελπίζουμε επίσης πως θα βοηθήσει εσάς και τους φίλους σας να έχετε σωστή πληροφόρηση και να παίρνετε υπεύθυνες αποφάσεις καθώς θα περνάτε από την εφηβεία στην ενηλικίωση.

Ρόμπι Χ. Χάρρις και Μάικλ Έμπερλυ



As μιλήσουμε για το σεξ

*Ένα βιβλίο για την ανάπτυξη,
για τις αλλαγές στο σώμα, για το σεξ
και τη σεξουαλική υγεία*

Κείμενο

Robie H. Harris

Εικονογράφηση

Michael Emberley

Μετάφραση

Γιώργος Σαφός, Νίκος Γάσπαρης



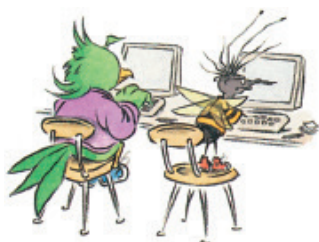
ΕΚΔΟΣΕΙΣ
ΠΑΤΑΚΗ

Περιεχόμενα

Εισαγωγή

Πολλά ερωτηματικά

- Οι αλλαγές στο σώμα – Η ανάπτυξη
– Σεξ και Σεξουαλική Υγεία 1



Μέρος Πρώτο

Τι είναι το σεξ;

1. Κορίτσι ή αγόρι, θηλυκό
ή αρσενικό; 2
Φύλο και γένος
2. Κάνοντας μωρά 3
Σεξουαλική αναπαραγωγή
3. Ισχυρά συναισθήματα 4
Σεξουαλική επιθυμία
4. Κάνοντας έρωτα 6
Συνουσία
5. Ποιος είσαι; 8
Στρέιτ, Λεσβία, Γκέι, Μπάι, Τρανς

Μέρος Δεύτερο

Το σώμα μας

6. Το ανθρώπινο σώμα 12
Όλα τα είδη των σωμάτων
7. Απέξω κι από μέσα 16
Τα γεννητικά όργανα του θηλυκού
8. Απέξω κι από μέσα 19
Τα γεννητικά όργανα του αρσενικού
9. Λέξεις 22
Μιλώντας για σώματα και σεξ

Μέρος Τρίτο

Εφηβεία

10. Αλλαγές και μηνύματα 24
Εφηβεία και ορμόνες
11. Τα ταξίδια του ωαρίου 27
Θηλυκή εφηβεία
12. Τα ταξίδια του σπερματοζωαρίου 32
Αρσενική εφηβεία
13. Όχι όλα μαζί! 36
Πώς αλλάζει το σώμα μεγαλώνοντας

14. Περισσότερες αλλαγές! 38
Πώς να προσέχεις το σώμα σου
15. Μπρος και Πίσω, Πάνω και Κάτω 40
Καινούρια και διαφορετικά συναισθήματα
16. Εντελώς φυσιολογικό 43
Αυνανισμός



Μέρος Τέταρτο

Οικογένειες και μωρά

17. Κάθε είδους οικογένεια 45
Φροντίζοντας τα μωρά και τα παιδιά
18. Οδηγίες από τη μαμά και τον μπαμπά 48
Το κύτταρο: Γονίδια και χρωμοσώματα
19. Ένας τρόπος να μοιράζεσαι 50
Αγκαλιές, φιλιά, χάδια και σεξουαλική επαφή
20. Πριν από τη γέννηση 54
Εγκυμοσύνη
21. Τι ταξίδι! 58
Γέννηση
22. Άλλες αφίξεις 62
Κι άλλοι τρόποι για να αποκτήσεις μωρό και οικογένεια

Μέρος Πέμπτο

ΑΠΟΦΑΣΕΙΣ

23. Σχεδιάζοντας για το μέλλον 65
Αναβολή, αποχή και αντισύλληψη
24. Νόμοι και κανόνες 71
Αμβλωση

Μέρος Έκτο

ΖΩΝΤΑΣ ΥΓΙΕΙΝΑ

25. Χρήσιμο – διασκεδαστικό – ανατριχιαστικό – επικίνδυνο 74
Τέξτινγκ, μηνύματα, e-mail, συνδεδεμένος
26. Συζήτησέ το 80
Σεξουαλική κακοποίηση
27. Κάνοντας τσεκαπ 83
Σεξουαλικά Μεταδιδόμενα Νοσήματα (ΣΜΝ)
28. Επιστήμονες εργάζονται μέρα και νύχτα 86
HIV και AIDS
29. Ζώντας υγιεινά 90
Υπεύθυνες επιλογές



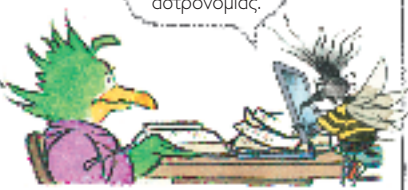
Συνάντηση
με το
πουλί
και τη
μέλισσα



Ει, θέλεις να μάθεις
τι διαβάζω;

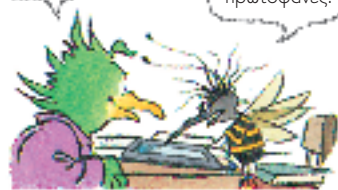


Όχι. Όχι, τώρα.
Είμαι στη μέση
ενός βιβλίου
αστρονομίας.



Και εγώ διαβάζω
ένα επιστημονικό
βιβλίο, ξέρεις;

Ναι;
Αυτό είναι
πρωτοφανές!



Αυτό το βιβλίο θα 'ναι
πρωτοφανές μάλλον για σένα.
Ρίξε μια ματιά, θα σ' αρέσει.



Ω... Θεέ μου!
Αυτό είναι ένα
βιβλίο για...



Σεξ!
Έχεις κανένα
πρόβλημα;



Βεβαίως έχω!
Προτιμώ
τ' αστέρια,
σ' ευχαριστώ.

Είσαι κότα.



Το 'χασες τελείως;
Είμαι μέλισσα,
και οι μέλισσες
είναι πολύ
γενναίες.



Αν είναι αλήθεια, τότε ρίξε
μια ματιά σ' αυτό το βιβλίο.



Καλά, αλλά
μια γρήγορη ματιά.



Πολλά ερωτηματικά

Οι αλλαγές στο σώμα - Η ανάπτυξη - Σεξ & σεξουαλική υγεία

Κάπου ανάμεσα στην ηλικία των εννέα με δεκαπέντε χρόνων, στα παιδικά σώματα αρχίζουν να συμβαίνουν πολλές αλλαγές και να γίνονται σώματα ενηλίκων (μεγάλων).



Οι πιο πολλοί νέοι έχουν πολλές απορίες για το τι θα τους συμβεί αυτό το χρονικό διάστημα που τα σώματά τους αλλάζουν και αναπτύσσονται.



Είναι φυσιολογικό για τους νέους να είναι περίεργοι και να θέλουν να ξέρουν πώς τα σώματά τους

αλλάζουν και μεγαλώνουν. Οι πιο πολλές αλλαγές –αλλά όχι όλες– που γίνονται αυτό το χρονικό διάστημα προσφέρουν τη δυνατότητα στους ανθρώπους να «κάνουν» και να γεννήσουν μωρά. Και το να «κάνεις» μωρό έχει να κάνει με το σεξ.



Το σεξ έχει να κάνει με πολλά πράγματα – σώματα, ανάπτυξη, οικογένειες, μωρά, αγάπη, φροντίδα, περιέργεια, αισθήματα, σεβασμός, υπευθυνότητα, βιολογία και υγεία. Υπάρχουν στιγμές που η αρρώστια και ο κίνδυνος μπορεί επίσης να αφορούν το σεξ.

Πολλοί νέοι αναρωτιούνται και έχουν απορίες για το σεξ. Και είναι εντελώς φυσιολογικό να θέλεις να ξέρεις για το σεξ.



Αναρωτιέται κανείς γιατί είναι καλό να μαθαίνει ορισμένα πράγματα για την ανάπτυξη του σώματος, για το σεξ και τη σεξουαλική υγεία. Είναι σημαντικό επειδή αυτά μπορούν να σε βοηθήσουν να μείνεις υγιής, να φροντίζεις τον εαυτό σου και να παίρνεις σωστές αποφάσεις για σένα για όλη σου τη ζωή. Άλλωστε, το να μάθεις γι' αυτά τα πράγματα μπορεί να είναι εντυπωσιακό και διασκεδαστικό.



Τι είναι το σεξ;

I

Κορίτσι ή αγόρι, θηλυκό ή αρσενικό Φύλο και γένος

Τι είναι σεξ; Αυτή είναι μια απορία που έχουν πολλοί νέοι. Δε χρειάζεται να νιώθεις αμήχανος ή χαζός αν δεν ξέρεις την απάντηση, γιατί το σεξ δεν είναι μία απλή υπόθεση.

Το σεξ είναι πολλά πράγματα, και οι άνθρωποι έχουν πολλά συναισθήματα και γνώμες γύρω απ' αυτό. Γι' αυτό υπάρχουν περισσότερες από μία απαντήσεις στην ερώτηση «Τι είναι σεξ;».

Ένας τρόπος για να μάθεις τι είναι σεξ είναι να ρωτήσεις κάποιον που ξέρεις και εμπιστεύεσαι. Ου-



μήσου, δεν υπάρχουν χαζές ερωτήσεις. Ένας άλλος τρόπος για να μάθεις γύρω από το σεξ είναι να διαβάσεις γι' αυτό. Για παράδειγμα, μπορείς να κοιτάξεις σ' ένα λεξικό για να βρεις τη σημασία της αγγλικής λέξης.

Είναι χαρακτηριστικό ότι στην αγγλική γλώσσα, για παράδειγμα, η λέξη sex σημαίνει και το φύλο και αυτό που εμείς ονομάζουμε σεξ, δηλαδή ό,τι αναφέρεται στις σεξουαλικές σχέσεις μεταξύ των δύο φύλων.

Οι άνθρωποι θέλουν πάντα να ξέρουν το φύλο ενός μωρού που έρ-

χεται. Έτσι δεν είναι περίεργο όταν, τη στιγμή που γεννιέται ένα μωρό, κάποιος πάντα με χαρά αναφωνεί: «Είναι κορίτσι!» ή «Είναι αγόρι!».

Και συνήθως η πρώτη ερώτηση που κάνουν τα παιδιά, όταν μαθαίνουν ότι κάποιο άλλο παιδί θα έρθει στην τάξη τους, είναι: «Είναι



αγόρι ή κορίτσι;» Όταν οι άνθρωποι χρησιμοποιούν τη λέξη φύλο, θέλουν να μιλήσουν για το γένος κάποιου – αν δηλαδή ένας άνθρωπος είναι θηλυκού ή αρσενικού γένους, κορίτσι ή αγόρι, γυναίκα ή άντρας.

Το γένος είναι μία άλλη λέξη για το αν ένας άνθρωπος έχει φύλο θηλυκό ή αρσενικό. Το φύλο έχει να κάνει και με τις σκέψεις και τα συναισθήματα που έχει ένα άτομο σχετικά με το αν είναι θηλυκό ή αρσενικό.



2

Κάνοντας μωρά Σεξουαλική αναπαραγωγή

Το λεξικό μπορεί να λέει κι άλλα γύρω από το σεξ. Για παράδειγμα: Σεξουαλική αναπαραγωγή. Το σεξ δηλαδή έχει να κάνει και με την αναπαραγωγή – το να κάνει κάποιος παιδιά. Το αναπαράγω σημαίνει παράγω ή κάνω ξανά.



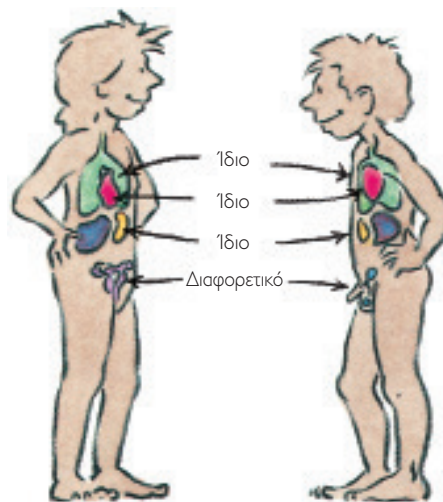
Ορισμένα μέρη των ανεπτυγμένων θηλυκών ή αρσενικών σωμάτων λειτουργούν με σκοπό την αναπαραγωγή – το να κάνεις παιδιά. Τα μέρη των σωμάτων μας που το κάνουν αυτό λέγονται όργανα αναπαραγωγής.

Τα όργανα είναι μέρη των σωμά-

των μας που έχουν συγκεκριμένη λειτουργία. Για παράδειγμα, η καρδιά είναι ένα όργανο και η λειτουργία της είναι να αντλεί αίμα από τις φλέβες με χαμηλή πίεση και να το στέλνει στις αρτηρίες με υψηλή πίεση, ώστε το αίμα να κυκλοφορήσει σε όλο το σώμα. Οι επιστήμονες γνωρίζουν ότι τα περισσότερα όργανα που βρίσκονται μέσα στο σώμα μας, όπως η καρδιά μας, οι πνεύμονές μας και το στομάχι μας, είναι τα ίδια είτε είμαστε άντρες είτε είμαστε γυναίκες. Αλλά τα όργανα αναπαραγωγής δεν είναι τα ίδια στους άντρες και στις γυναίκες.

Αυτά τα όργανα οι άνθρωποι τα ονομάζουν όργανα αναπαραγωγής ή γεννητικά όργανα. Τα θηλυκά και αρσενικά γεννητικά όργανα λειτουργούν μ' έναν απίστευτα ενδιαφέροντα τρόπο.

Είναι διαφορετικά στον καθένα



γιατί έχουν διαφορετικές λειτουργίες. Τόσο τα αρσενικά όσο και τα θηλυκά έχουν εξωτερικά γεννητικά όργανα αλλά και εσωτερικά γεννητικά όργανα. Ορισμένα είναι τοποθετημένα ανάμεσα στα πόδια μας και προεξέχουν από το σώμα μας. Άλλα βρίσκονται στο εσωτερικό του σώματός μας, αλλά συμμετέχουν στην αναπαραγωγή.

Αν είσαι θηλυκού γένους, ο κόλπος και οι ωοθήκες σου ανήκουν στα γεννητικά σου όργανα· ενώ αν είσαι αρσενικού γένους, θα διακρίνεσαι από το πέος και από τους όρχεις σου.

Έτσι, το σεξ, που προϋποθέτει τη χρήση των γεννητικών οργάνων, έχει και την έννοια της αναπαραγωγής, δηλαδή να φέρνεις στον κόσμο ένα νέο ανθρώπινο πλάσμα – να κάνεις ένα μωρό.



3

Ισχυρά συναισθήματα Σεξουαλική επιθυμία

Στο λεξικό μπορείς να βρεις κι άλλα για το σεξ. Παραδείγματα χάρη: Σεξουαλική επιθυμία.

Το σεξ είναι επίσης η επιθυμία να βρεθείς σωματικά πολύ κοντά με κάποιον, όσο πιο κοντά γίνεται. Αυτή η επιθυμία μπορεί να είναι τόσο δυνατή, όπως όταν θέλεις πραγματικά κάποιος να είναι ο καλύτερός σου φίλος ή όταν πραγματικά θέλεις παγωτό σοκολάτα.

Δεν ξέρεις γιατί θέλεις αυτά τα πράγματα. Ούτε που αναρωτιέσαι γιατί τα θέλεις, μόνο τα θέλεις.



Αυτά είναι απλώς συναισθήματα επιθυμίας.

Η σεξουαλική επιθυμία είναι όμως διαφορετική απ' αυτές τις επιθυμίες – διαφορετική απ' το να θέλεις απλά ένα παγωτό σοκολάτα ή να θέλεις να είναι κάποιος ο καλύτερός σου φίλος ή να παίζεις με τη μαμά και τον μπαμπά σου, ένα φίλο, το ζωάκι σου ή με ένα αγαπημένο παιχνίδι.

Σεξουαλική επιθυμία σημαίνει να νιώθεις κάποιον να σε τραβάει πολύ δυνατά, σαν να μαγνητίζεσαι (σαν να σε τραβάει ένας μα-

γνήτης). Θέλεις να είσαι όσο πιο κοντά μπορείς σωματικά με αυτό τον άνθρωπο.

Ακόμα κι αν σκέφτεσαι συνέχεια αυτό τον άνθρωπο, η σεξουαλική επιθυμία είναι κάτι που το σώμα σου αισθάνεται γι' αυτό τον άνθρωπο. Το σώμα σου μπορεί να αισθάνεται διέγερση ή ζέστη ή τρέμουλο ή ρίγος. Μερικές φορές αυτά τα συναισθήματα μπορεί να είναι πολύ έντονα.

Για πολλούς νέους ανθρώπους, μέρος της σεξουαλικής επιθυμίας μπορεί να είναι το ερωτικό κυνήγι





(το να «ρίξεις» κάποιον του αντίθετου φύλου). Συχνά είναι δύσκολο να σταματήσεις να σκέφτεσαι αυτό τον άνθρωπο, και μπορείς ίσως να πιστεύεις ότι είσαι ερωτευμένος μ' αυτόν ή μ' αυτήν. Αυτό σημαίνει «την έχω πατήσει με κάποιον».

Και τ' αγόρια και τα κορίτσια ερωτεύονται. Ερωτεύονται ανθρώπους που ξέρουν, καθώς και ανθρώπους που δεν ξέρουν – όπως αστέρια της τηλεόρασης ή του κινηματογράφου, τραγουδιστές ή αθλητές.

Τα αγόρια και τα κορίτσια ερωτεύονται. Ερωτεύονται ανθρώπους

του ίδιου ή του αντίθετου φύλου, ανθρώπους της ίδιας ηλικίας, μεγαλύτερους ή νεότερους. Το να την «πατήσεις» με κάποιον είναι απολύτως φυσιολογικό.



Εγώ
δεν την
έχω πατήσει
με κανέναν!

Αυτό δεν είναι αλήθεια.
Την έχεις πατήσει
με τραγουδιστές
ή αθλητές.
Έχεις αφίσεις των
Tokyo Hotel
και της *Rihanna*
γύρω γύρω στο
μελισσόσπιτό σου.

Ορισμένοι από εσάς τους νέους ίσως παρατηρείτε τις αλλαγές στα σώματά σας και τις διαφορές ανάμεσα στο σώμα σας και στο σώμα των φίλων σας.

Τα αισθήματα και οι σκέψεις που μπορεί να έχεις για τα σώματα άλλων ανθρώπων μπορεί να σε κάνουν να νιώσεις κάπως περίεργα. Μερικοί, για να περιγράψουν αυτά τα αισθήματα, λένε «αισθάνομαι ερεθισμένος».

Το σεξ λοιπόν μπορεί να είναι και οι καινούριες σκέψεις και τα αισθήματα που μπορεί να έχεις γι' αυτά που συμβαίνουν σε σένα και στο σώμα σου όσο μεγαλώνεις.

Κάνοντας έρωτα Συνουσία

Το λεξικό μπορεί να μας λέει και κάτι άλλο για το σεξ. Παραδείγματος χάρη: συνουσία.

Η λέξη σεξ σημαίνει επίσης συνουσία. Μερικοί άνθρωποι λένε τη συνουσία «κάνω σεξ».



Όταν συμβαίνει αυτό, τότε μπορεί ένα θηλυκό και ένα αρσενικό να αποκτήσουν παιδί – από τη



στιγμή που τα αναπαραγωγικά τους όργανα έχουν αναπτυχθεί.

Αλλά οι περισσότεροι άνθρωποι δεν έρχονται σε συνουσία μόνο

όταν θέλουν να αποκτήσουν ένα παιδί. Συνήθως έχουν σεξουαλική επαφή γιατί αυτό τους κάνει να αισθάνονται ωραία.

Οι άνθρωποι έχουν σεξουαλική επαφή και σε μεγάλη ηλικία. Τη σεξουαλική επαφή τη λένε «κάνω έρωτα», γιατί είναι ένας τρόπος να δείχνεις την αγάπη σου.

Οι αγκαλιές, το χάιδεμα, τα φιλήματα, το να κρατάς το χέρι του άλλου, να τον αγγίζεις – είναι μερικοί από τους τρόπους έκφρασης αγάπης. Το σεξ λοιπόν έχει και την έννοια του να βρίσκεσαι με κάποιον που σου αρέσει πολύ και να του λες «σ' αγαπώ».

Συνουσία συμβαίνει όταν δύο άτομα –ένα θηλυκό και ένα αρσενικό ή δύο θηλυκά ή δύο αρσενικά– αισθάνονται πολύ σέξι και νιώθουν έλξη ο ένας για τον άλλο και θέλουν να είναι πολύ κοντά μεταξύ τους με σεξουαλικό τρόπο. Όταν ένα θηλυκό και ένα αρσενικό είναι τόσο κοντά ώστε το πέος του αρσενικού να μπαίνει στον κόλπο του θηλυκού, τότε ο κόλπος τεντώνεται έτσι ώστε να περιβάλλει το πέος.





Υπάρχουν ορισμένα πράγματα γύρω από το σεξ και τη σεξουαλική επαφή που είναι σημαντικά και πρέπει να τα ξέρεις και να τα θυμάσαι:

- Είναι σημαντικό να περιμένεις να μεγαλώσεις μέχρι να έχεις σεξουαλική επαφή για να είσαι αρκετά υπεύθυνος και να παίρνεις υγιείς αποφάσεις γύρω από το σεξ.
- Κάθε θηλυκό και κάθε αρσενικό άτομο έχει το δικαίωμα να αρνηθεί οποιοδήποτε σεξουαλικό άγγιγμα, ακόμα και όταν προέρχεται από άτομο μεγαλύτερο ή πολύ μεγαλύτερο ή δυνατότερο ή πολύ δυνατότερο από αυτό.
- Σε μία σχέση που περιλαμβάνεται η σεξουαλική επαφή υπάρχουν συνήθως πολύπλοκα συναισθήματα.
- Μετά τη σεξουαλική επαφή η γυναίκα μπορεί να μείνει έγκυος. Υπάρχουν όμως τρόποι με τους οποίους οι άνθρωποι προστατεύονται από την πιθανότητα μιας εγκυμοσύνης.

- Κατά τη διάρκεια της σεξουαλικής επαφής σοβαρές λοιμώξεις, όπως ο HIV, ο ιός που προκαλεί το AIDS, καθώς επίσης και άλλες σοβαρές ασθένειες, μπορούν να μεταδοθούν από τον έναν άνθρωπο στον άλλο. Υπάρχουν όμως τρόποι που οι άνθρωποι μπορούν να χρησιμοποιήσουν για να προφυλαχτούν από τη μετάδοση αυτών των λοιμώξεων.



Έτσι λοιπόν το σεξ είναι πολλά πράγματα, ακόμα και αισθήματα και σκέψεις.

Το σεξ είναι η επιθυμία να είσαι πολύ κοντά σε κάποιον.

Το σεξ είναι επικοινωνία.

Το σεξ είναι το να κάνεις παιδιά. Μερικές φορές οι άνθρωποι χρησιμοποιούν τη λέξη σεξουαλικότητα όταν θέλουν να μιλήσουν για σεξ. Όταν οι άνθρωποι χρησιμοποιούν τη λέξη σεξουαλικότητα, αναφέρονται συνήθως σε καθετί που στην καθημερινή μας ζωή μάς κάνει σεξουαλικά ανθρώπινα όντα (το φύλο μας, τα σεξουαλικά μας αισθήματα, σκέψεις και επιθυμίες, καθώς επίσης και κάθε σεξουαλική επικοινωνία από το σεξουαλικό άγγιγμα μέχρι τη σεξουαλική επαφή).



Ποιος είσαι

Στρέιτ, Λεσβία, Γκέι, Μπάι, Τρανς



Στρέιτ, λεσβία, γκέι και μπάι είναι λέξεις που έχουν σχέση με τη σεξουαλική επιθυμία και τη συμπεριφορά των ατόμων.

Ένα άτομο που είναι στρέιτ έλκεται σεξουαλικά από άτομα του αντίθετου ή, όπως λένε κάποιοι, του άλλου φύλου. Ετεροφυλόφιλος είναι μία άλλη λέξη για το στρέιτ άτομο.

Έτερος στα αρχαία ελληνικά σημαίνει *άλλος*.

Σε μια στρέιτ σχέση δύο άτομα αντίθετων φύλων –ένα αρσενικό και ένα θηλυκό– έλκονται, μπορεί να ερωτευτούν ή να έχουν σεξουαλική σχέση μεταξύ τους.

Γκέι είναι ένα άτομο που ελκύεται σεξουαλικά από άτομα του ίδιου φύλου.

Τα άτομα αυτά ονομάζονται αλλιώς ομοφυλόφιλα. «Ομο-» στα αρχαία ελληνικά σημαίνει «*το ίδιο*».

Μια γκέι σχέση ανάμεσα σε δύο γυναίκες αποκαλείται συχνά και λεσβιακή σχέση.

Η λέξη *λεσβία* παραπέμπει στην ποιήτρια Σαπφώ από τη Λέσβο (γύρω στο 600 π.Χ.) που έγραψε ποιήματα για τη φιλία και

Μ' αρέσουν αυτές οι αρχαιοελληνικές λέξεις.



Εγώ προτιμώ τις φωτογραφίες. Πιστεύω ότι μία φωτογραφία αξίζει όσο χίλιες λέξεις.



τον έρωτα μεταξύ των γυναικών.

Για τους ομοφυλόφιλους άντρες υπάρχουν σήμερα πολλές λέξεις που χρησιμοποιούνται καθημερινά – παραδείγματος χάρη, γκέι, αδερφή, τοιούτος κτλ. Οι ομοφυλοφιλικές σχέσεις μεταξύ αντρών έχουν κι αυτές καταγραφεί από τα αρχαία χρόνια, από την εποχή που ο σπαρτιάτικος στρατός θεωρούνταν ένας από τους ισχυρότερους της αρχαίας Ελλάδας.

Οι αρχαίοι Έλληνες θεωρούσαν ότι ο έρωτας μεταξύ δύο ανδρών ήταν η ύψιστη μορφή έρωτα. Στην αρχαία Σπάρτη, περίπου το 1000 π.Χ., ήλπιζαν ότι οι άνδρες

σύντροφοι θα βρίσκονταν στην ίδια στρατιωτική ομάδα. Πίστευαν ότι έτσι θα πολεμούσαν καλύτερα για να εντυπωσιάσουν το σύντροφό τους.

Ένα άτομο που είναι *μπάι* είναι κάποιος που ελκύεται σεξουαλικά και από άτομα του αντίθετου και του ίδιου φύλου. Κάποιος που είναι *μπάι* –αλλιώς αμφιφυλόφιλος– ελκύεται, μπορεί να ερωτευτεί και μπορεί να έχει σεξουαλική σχέση τόσο με αρσενικά όσο και με θηλυκά. «*Αμφι*» στα αρχαία ελληνικά σημαίνει «*και τα δύο*».

Δεν έχει αποδειχτεί επιστημονικά γιατί ένα άτομο παραμένει ετε-

ροφυλόφιλο ή μπορεί να γίνει ομοφυλόφιλο ή αμφιφυλόφιλο. Μερικοί επιστήμονες πιστεύουν ότι η σεξουαλική εξέλιξη κάθε ατόμου



είναι καταγραμμένη στο γενετικό του κώδικα και καθορίζεται με τον ίδιο τρόπο που καθορίζεται το χρώμα των ματιών ή του δέρματος.

Οι επικρατέστερες θεωρίες όμως υποστηρίζουν ότι η ομοφυλοφιλική ή αμφιφυλοφιλική τάση που μπορεί να υπάρχει σε κάθε άτομο ξεκινά, εκδηλώνεται και εξελίσσεται υποστηριζόμενη από το οικογενειακό ή το κοινωνικό περιβάλλον καθώς και τις συγκυρίες που μπορεί να τύχουν στη ζωή του ατόμου.

Κάποιες φορές, καθώς τα παιδιά αναπτύσσονται είναι φυσιολογικό τα αγόρια να νιώθουν περιέργεια για το σώμα των άλλων αγοριών ή κοριτσιών και τα κορίτσια να νιώθουν περιέργεια για το σώμα των άλλων κοριτσιών ή αγοριών. Μπορεί ακόμα και να αγγίζουν ο ένας το σώμα του άλλου. Αυτό είναι μια φυσιολογική εξερεύνηση και δεν σχετίζεται κα-



θόλου με το αν ένα αγόρι ή κορίτσι θα γίνει στρέιτ, γκέι, λεσβία ή μπάι. Επίσης, φυσιολογικά είναι και τα όνειρα ενός παιδιού στα οποία ερωτεύεται ένα άτομο του ίδιου φύλου, χωρίς να σημαίνει ότι



είναι ή θα γίνει στρέιτ, γκέι ή λεσβία ή μπάι.

Πολλοί άνθρωποι χρησιμοποιούν τον όρο ΛΟΑΤ. Αυτά τα αρχικά—Λ για Λεσβίες, Ο για ομοφυλόφιλους, Α για αμφιφυλόφιλους και Τ για τρανς—είναι ένας τρόπος να αναφερόμαστε σε ανθρώπους που είναι λεσβίες, γκέι, μπάι ή τρανς.

Τρανς είναι μια λέξη που έχει να κάνει με το κοινωνικό φύλο και σημαίνει *απέναντι*. Το κοινωνικό φύλο αφορά και τις σκέψεις και τα συναισθήματα που έχει ένα άτομο για το αν είναι θηλυκό ή αρσενικό. Ένα άτομο «τρανς» είναι κάποιος που περνά από το φύλο με το οποίο γεννήθηκε στο αντίθετο φύλο ή όπως λένε κάποιοι στο άλλο φύλο.



Αυτό σημαίνει ότι ένα άτομο που γεννήθηκε με αρσενικό σώμα, αλλά αισθάνεται, συμπεριφέρεται και ξέρει ότι είναι θηλυκό ή ένα άτομο που γεννήθηκε με θηλυκό σώμα, αλλά αισθάνεται, συμπεριφέρεται και ξέρει ότι είναι αρσενικό είναι ένα τρανς άτομο. Κάποιοι μπορεί να αισθάνονται έτσι συνεχώς και θα αισθάνονται έτσι σε όλη τους τη ζωή. Άλλοι μπορεί να αισθάνονται έτσι για μερικούς μόνο μήνες ή μερικά χρόνια. Και κάποιοι μπορεί να αισθάνονται ότι κάποιες φορές είναι το ένα και κάποιες φορές το άλλο φύλο.

Οι άνθρωποι που αισθάνονται έτσι μπορεί να αλλάξουν τον τρόπο με τον οποίο ντύνονται ή το όνομά τους για να αντανακλά το φύλο στο οποίο πιστεύουν ότι ανήκουν. Μπορεί επίσης να ζητήσουν να τους αποκαλούν με το αρσενικό αντί με το θηλυκό γένος και

το αντίθετο. Οι τρανς μπορεί να είναι στρέιτ, λεσβίες, γκέι ή μπάι.

Υπάρχουν κάποιοι που αποδοκιμάζουν τα άτομα που είναι γκέι, λεσβίες, μπάι ή τρανς ή τους αποκαλούν με προσβλητικά ονόματα ή τους πειράζουν ή τους κάνουν μπούλινγκ ή ακόμα και τους μισούν μόνο και μόνο επειδή είναι αυτό που είναι. Κάποιοι επίσης αισθάνονται ότι τα άτομα ΛΟΑΤ δεν θα έπρεπε να έχουν το δικαίωμα να παντρεύονται. Μπορεί να αισθάνονται με αυτόν τον τρόπο γιατί πιστεύουν ότι τα άτομα ΛΟΑΤ είναι διαφορετικά από αυτούς ή ότι οι γκέι σχέσεις είναι λάθος. Οι απόψεις αυτών των ατόμων βασίζονται σε φόβους ή παραπληροφόρηση και όχι σε δεδομένα. Οι άνθρωποι συχνά φοβούνται τους ανθρώπους για τους οποίους δεν ξέρουν πολλά ή ξέρουν ελάχιστα πράγματα ή αυ-



τούς που διαφέρουν με κάποιον τρόπο από αυτούς.

Εάν κάποιος/α έχει απορίες, σκέψεις ή ανησυχίες σχετικά με τα σεξουαλικά του/της αισθήματα ή το κοινωνικό του φύλο, τότε είναι πολύ χρήσιμο να μιλήσει σε κάποιον/α που ξέρει και εμπιστεύεται – γονιό, συγγενή, θεραπευτή,

γιατρό, νοσοκόμα, δάσκαλο ή κληρικό.

Ανεξαρτήτως του τι πιστεύουν μερικοί είναι πάντα σημαντικό για κάθε άνθρωπο να θυμάται να συμπεριφέρεται σε όλους τους ανθρώπους με σεβασμό. Και είναι σημαντικό να ξέρει ότι η καθημερινότητα ενός ανθρώπου—η τα-

κτοποίηση του σπιτιού του, να έχει επισκέψεις και να διασκεδάζει, να εργάζεται, να ερωτεύεται, να είναι ελεύθερος, να είναι σύντροφος, να παντρεύεται, να μεγαλώνει παιδιά—είναι βασικά ίδια ανεξαρτήτως αν πρόκειται για στρέιτ, γκέι, μπάι ή τρανς.

