

Qu'est-ce que le sexe?

Un modèle explicatif pour encourager et renforcer la perception physique individuelle et la sensibilisation

Introduction

Des réponses aux questions de la part des clients concernant la sexualité, ont habituellement besoin d'une orientation. L'orientation signifie le fait d'expliquer le sexe – à partir des éléments de bases - de manière simple et gérable.

Ce document comprend une introduction au modèle explicatif pour répondre à la question «Qu'est-ce que le sexe?» dans le but de renforcer et d'encourager la perception et la sensibilisation physiques. Vous trouverez des informations sur les codes cachés dans les questions, les réponses courantes à la question «Qu'est-ce que le sexe?» et pourquoi elles sont souvent trompeuses, les objectifs de l'éducation sexuelle et pourquoi il est si important d'avoir une réponse à la question fondamentale «Qu'est-ce que le sexe? ». La dernière partie du document explique les différents niveaux du modèle - la tête, le ventre et le niveau génital. Pour une meilleure compréhension, les niveaux sont expliqués en fonction des trois couleurs du feu de circulation. Selon la situation et le groupe cible, le modèle peut être remplacé par d'autres symboles.

Contenu supplémentaire

Introduction Dans un document distinct, vous trouverez une introduction au modèle explicatif pour répondre à la question «Qu'est-ce que le sexe?» Dans le but de renforcer et d'encourager la perception et la sensibilisation physiques individuelles. Vous trouverez des informations sur les codes cachés dans les questions, les réponses courantes à la question «Qu'est-ce que le sexe?» et pourquoi elles sont trompeuses, les objectifs de l'éducation sexuelle et pourquoi il est si important d'avoir une réponse à la question fondamentale «Qu'est-ce que le sexe?». Pour mieux comprendre les trois niveaux du modèle - la tête, l'intestin et les organes génitaux - sont expliqués en fonction des trois couleurs d'un feu de circulation. Selon la situation et le groupe cible, le modèle peut être remplacé par d'autres symboles.

LE SEXE... Qu'est-ce que le sexe ?

La plupart des gens pensent aux rapports sexuels lorsqu'ils entendent le mot «sexe». Ils pensent donc au sexe avec une autre personne / sexe entre deux personnes.

Mais le sexe est avant tout un sentiment. Un sentiment qui est uniquement à vous. Le sexe est un sentiment agréable. Un sentiment de plaisir.

Il y a beaucoup d'autres sentiments aussi. Par exemple la peur ou le dégoût. Ce ne sont pas des sentiments sexuels. Un sentiment sexuel est toujours un sentiment agréable.

Bien sûr, vous pouvez avoir ce sentiment avec vous-même. C'est pour cela que beaucoup de gens ont des relations sexuelles avec la personne qu'ils connaissent le mieux ... avec eux-mêmes.

Pour ce faire, il est important de connaître votre corps, de toucher votre corps et de sentir votre corps.

Il y a des occasions où vous faites ce contact avec votre corps presque automatiquement.

Lorsque vous vous baignez et que vous vous lavez, vous sentez votre propre peau.

Si vous mettez une lotion sur votre corps après avoir pris une douche, vous pouvez sentir une touche agréable - et ça sent bon aussi!

Il est important de bien connaître votre propre corps et vos propres organes génitaux afin de reconnaître des sentiments agréables.

Lorsque vous vous touchez / pendant la masturbation, vous réalisez ce que vous aimez et ce qui vous donne des sentiments de plaisir. C'est pour cette raison que beaucoup de gens aiment se toucher / se masturber.

Le sexe avec une autre personne

Lorsque vous voulez avoir des relations sexuelles avec une autre personne, cela signifie partager vos propres sentiments sexuels avec quelqu'un d'autre. Pour partager ce merveilleux sentiment de plaisir avec une autre personne.

Le sexe avec une autre personne est un peu plus compliqué que le sexe avec vous-même. Parce que les deux personnes impliquées doivent avoir envie de ressentir ce sentiment, et de partager ce sentiment avec quelqu'un d'autre.

Il est donc important de bien connaître vos propres sentiments, et de pouvoir reconnaître s'il est agréable pour vous d'être si proche de quelqu'un d'autre en ce moment même.

Pour que le sexe soit possible, plus qu'un seul sentiment doit être présent:

Tout d'abord, votre tête doit dire OUI!

Et votre tête doit savoir beaucoup:

- Il est important de savoir quand et où vous pouvez être intime.
- Il est important de savoir que les films sexuels à la télévision ou sur Internet ne montrent pas vraiment ce qui se passe dans la réalité.
- Il est important de savoir comment prendre soin de votre propre corps.
- Il est important de savoir comment dire à quelqu'un d'autre ce que vous voulez et ce que vous ne voulez pas.

Et il est très important de savoir:

- Personne ne peut tout savoir sur le sexe.
- Il est tout à fait normal d'avoir des questions. Et il est tout à fait normal que de nouvelles questions se posent.
- Il est important de demander à d'autres personnes si vous voulez savoir quelque chose.
- Vous pouvez poser des questions à votre gynécologue - le médecin pour les femmes, l'urologue - le médecin pour les hommes, vos soignants et les conseillers.
- Mais la chose la plus importante est que votre tête doit dire OUI lorsque vous vous impliquez dans une situation sexuelle.

C'est un peu comme les feux de circulation. Votre tête doit indiquer VERT!

Mais vous aurez besoin d'un deuxième indicateur vert – Le ventre

Votre ventre sait combien de proximité et de distance vous souhaitez avoir.

Il y a des jours où vous aimez vraiment toucher d'autres personnes et quand vous aimez être touché(e).

Et il y a des jours où vous n'aimez pas être touché et vous n'aimez pas toucher d'autres personnes, même si vous êtes peut-être amoureux / amoureuse.

Et vous aurez besoin d'un troisième indicateur VERT - vos organes génitaux!

On décrit souvent un sentiment sexuel comme étant une sensation qu'on peut ressentir dans les organes génitaux. Les gens de toutes les capacités différentes peuvent habituellement distinguer la différence entre une belle sensation d'être proche de quelqu'un et un sentiment sexuel.

La différence entre un joli bisou et un bisou sexuel est uniquement due à ce que la personne ressent.

Seule la personne elle-même peut se sentir si un toucher, un fantasme, un livre, ou même une conversation peut déclencher un sentiment sexuel.

Personne d'autre ne peut leur dire et devrait pouvoir leur décider quel est un sentiment sexuel chez quelqu'un d'autre.

Vous ne pouvez le sentir que vous-même.

Vous pouvez voir, le sexe est en fait assez compliqué. Les trois lumières doivent indiquer « vert » pour que le sexe soit possible.

Et en fait, c'est même un peu plus compliqué: si deux personnes veulent avoir des rapports sexuels les uns avec les autres, deux feux de circulation doivent montrer trois lumières vertes chacun.

Mais lorsque toutes les lumières indiquent « vert », le sexe n'est plus compliqué. Et vous pouvez éprouver des sentiments agréables.

Toutes les personnes sont des êtres sexuels.

Toutes les personnes peuvent avoir envie de vivre une sexualité.

Toutes les personnes peuvent faire quelque chose pour leur propre sexualité.

Toutes les personnes peuvent valoriser leur propre sexualité - même si elles n'ont pas de partenaire (en ce moment).

