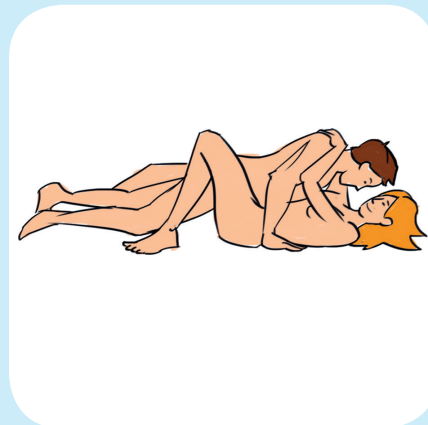


# Seksi

Seksi on tekemistä  
eli toimintaa  
ja sen tarkoitus on  
tuottaa mielihyvää.



Seksi tuntuu hyvälle kehossa  
ja siitä voi nauttia yksin,  
kaksin tai monen ihmisen kanssa.



Seksin halu vaihtelee  
eli se on eri päivinä erilainen.  
Halu vaihtelee  
koko elämän ajan.

Jokaisella on omia  
yksilöllisiä haaveita  
ja mielikuvia seksistä.  
Seksi voi olla  
monenlaisia asioita.

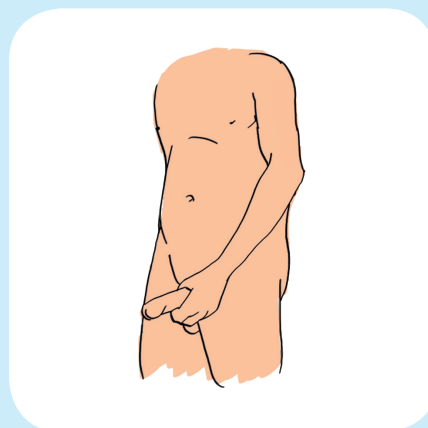


Seksi voi olla  
kiihottavia puheita  
tai eroottisia virikkeitä  
kuten pornon katselua.

Seksi voi olla myös  
pukeutumista tietynlaisiin  
vaatteisiin ja asusteisiin.



Seksi voi olla  
itsensä hyväilyä  
tai itsetyydytystä.



Toisen kanssa seksi  
voi olla koskettelua tai hyväilyä  
tai siinä voidaan suudella  
toista ihmistä eri paikkoihin.

Seksi voi olla  
myös toisen kanssa flirttailua.  
Yksi tapa toteuttaa seksiä  
on olla yhdynnässä  
toisen kanssa.



Ihmisten kokemukset  
seksistä ovat erilaisia.  
Seksi on hyvin yksityinen asia  
ja jokainen ajattelee seksistä  
omien kokemustensa mukaan.

Seksissä saa tehdä toiselle  
vain sellaista,  
mihin hän antaa luvan  
tai mitä hän haluaa.



Seksissä ei saa tehdä  
mitään sellaista,  
mitä toinen ihminen ei tahdo.

## Fantasiat

Fantasia tarkoittaa sellaista asiaa, joka tehdään mielikuvituksessa. Jokainen meistä voi kuvitella erilaisia tapahtumia tai olioita, jotka eivät ole totta.

Seksuaaliset fantasiat tuottavat seksuaalista mielihyvää.

Seksuaaliset fantasiat voivat olla esimerkiksi romanttisia. Niissä on miellyttäviä tunteita ja niissä ihminen ajattelee, että rakkaus voittaa aina kaiken.

Seksuaaliset fantasiat voivat olla myös eroottisia. Silloin kuvitelmassa on rakkautta ja seksin tekemistä.

Fantasiat ja haaveet ovat vain mielikuvitusta. Ne eivät ole oikeita tekoja eivätkä ne ole totta.



## Suutelu

Suudelmaa voi sanoa myös suukoksi tai pusuksi ja suutelemista voi sanoa pussaamiseksi.

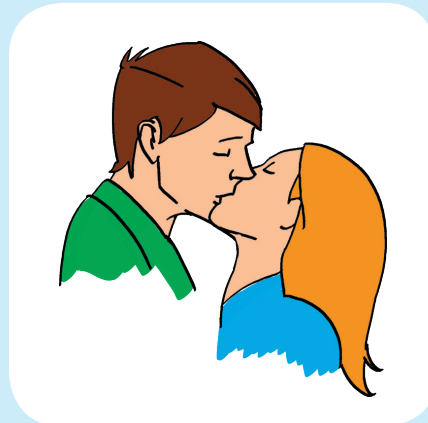
Suudelmaan pitää olla aina suudeltavan lupa tai suostumus.

Aikuiset voivat antaa toisilleen erilaisia suudelmia, eikä se ole aina seksuaalista toimintaa.

Jotkut suudelmät ovat tervehdyksiä, kuten käsi- ja poskisuudelmät.

Poskisuudelmassa kumpikin suipistaa suuta, mutta koskettaa toista vain poskella poskea vasten.

Käsisuudelmassa mies kumartuu naisen kättä kohti ja hipaisee huulilla naisen kämmenselkää. Käsisuudelmaa ei yleensä anneta paljaalle iholle, vaan hansikkaan päälle.



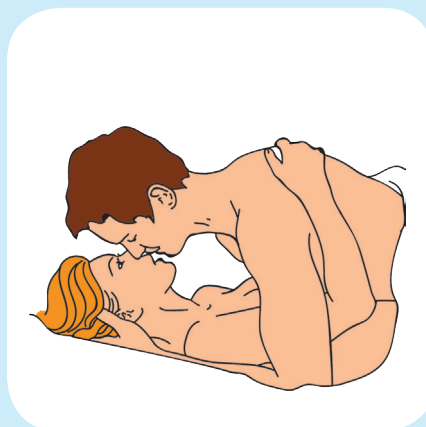
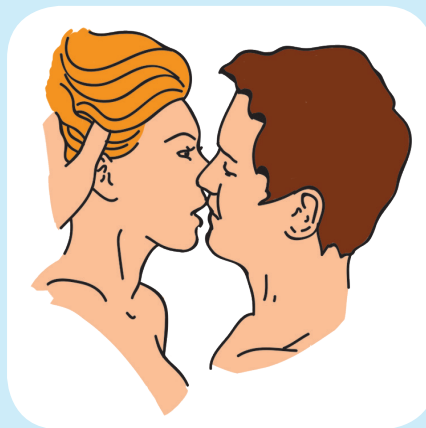
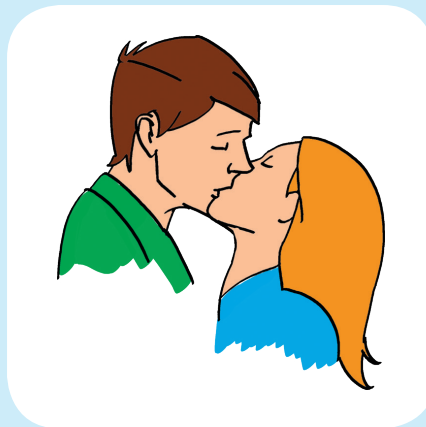
## Lemmensuudelma

Lemmensuudelma on  
eroottinen suudelma.  
Kun rakastavaiset suutelevat  
toisiaan suulle,  
he osoittavat toisilleen  
aitoja hellyyden tunteita.

Suudellessa he voivat  
supistaa huuliaan  
tai liikutella niitä  
toisen huulia vasten.

Suudelma voi olla myös  
kosteaa tai märkää.  
Suudelman maku ja tuoksu  
voivat antaa voimakasta  
seksuaalista nautintoa.  
Jos suhde on vasta alussa,  
se voi syventyä  
ensisuudelman jälkeen  
tai jos suudelma maistuu pahalta,  
suhde voi loppua siihen.

Rakastavaiset voivat antaa  
toisilleen myös kielisuudelmia.  
Silloin omaa kieltä liikutellaan  
toisen suussa.



Suuteleminen on hyvin henkilökohtainen asia. Jokainen päättää itse, suuteleeko toista. Jokainen päättää itse myös sen, minkälaisia suudelmia haluaa saada ja antaa.

Parisuhteessa suudelma voi olla hellyyden merkki vielä vanhuudessakin.

Taudit tarttuvat suudelmissa vain harvoin.

Silti riski on olemassa esimerkiksi silloin, jos suutelee silloin, kun sairastaa flunssaa tai kurkku on kipeä. Myös herpes saattaa tarttua suudelmien kautta.



## Kiihottuminen

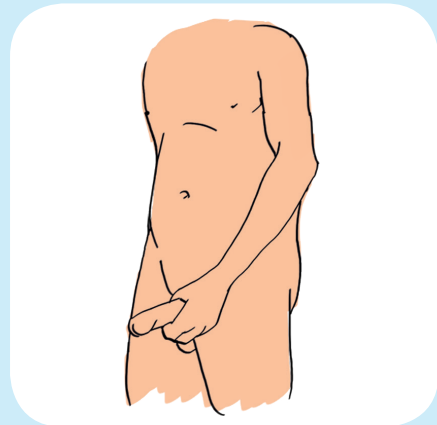
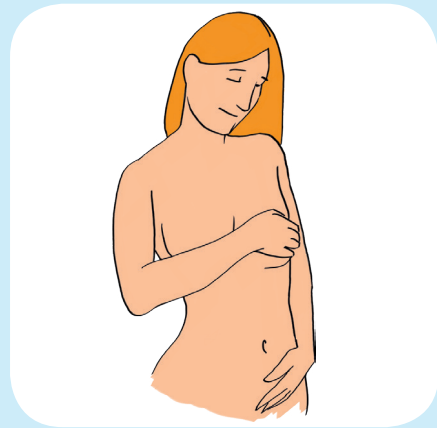
Kiihottuminen voi alkaa ajatuksista tai siitä, miltä kehossa tuntuu. Miehet ja naiset kiihottuvat samalla tavalla.

Ensin tuntuu kehossa joltakin ja sitten tulee haluja. Voi myös olla niin päin, että ensin on haluja ja siten tulee tuntemuksia kehoon.

Kiihottumisessa ovat mukana kehon tuntemukset ja aivot eli mielikuvitus, tunteet ja ajatukset.

Kiihottumisessa pulssi kiihtyy eli sydän lyö tiheästi. Verenkierto lisääntyy iholla, rinnoissa ja sukupuolielimissä.

Miehen penis kasvaa ja jäykistyy eli hän saa erektion. Naisella veri virtaa häpykieleen eli klitorikseen. Lisäksi emätin tulee liukkaaksi nesteestä, joka kosteuttaa emättimen ja toimii liukuvoiteena.



Kiihottuminen voi hävitä itsestään tai sen voi myös pysäyttää. Voit pysäyttää kiihottumisen, kun ajattelet jotakin ihan tavallista asiaa.

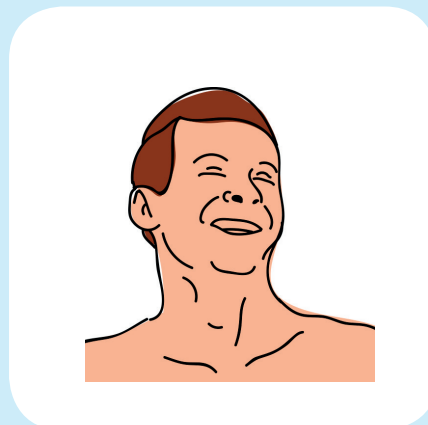
## Orgasmi

Kiihottuminen voi päättyä myös orgasmiin. On hyvin yksilöllistä, saako orgasmin vai ei.

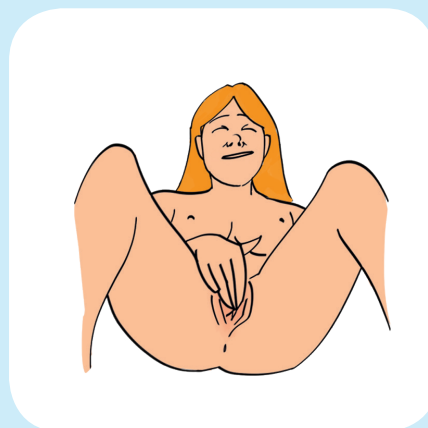
Orgasmissa lantionpohjan ja peräaukon seudun lihakset supistelevat rytmikkäästi muutaman sekunnin ajan.

Orgasmissa voi tuntua myös siltä, että tajunta hieman heikkenee.

Yleensä orgasmi on kuitenkin tunnekokemus. Ihminen vain tuntee olonsa tyytyväiseksi.

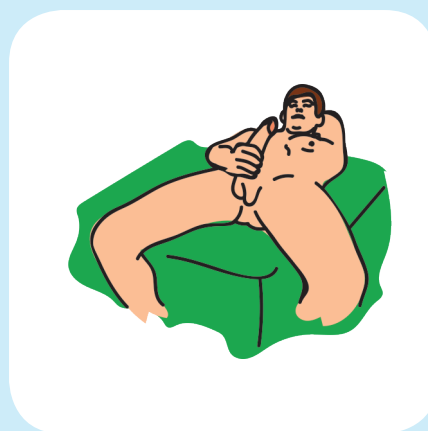


Orgasmin yhteydessä  
mies voi kokea  
siemensyöksyn.  
Sen voi kokea myös  
ilman orgasmia  
ja orgasmin voi saada  
ilman siemensyöksyä.



## Hyväilyseksi eli petting

Hyväilyseksistä voi nauttia  
yksin tai toisen kanssa.  
Hyväily on koskettelua,  
silittelyä ja hellimistä.



Toisen kanssa hyväilyssä  
jaetaan seksuaalista nautintoa.  
Kumpikin oppii tuntemaan  
toisen kehon herkkiä paikkoja.  
Samalla oppii nauttimaan  
toisen kehosta ja läheisyydestä.



Hyväilyseksin tarkoitus  
voi olla myös kiihottuminen.  
Kun hyväilee itseään,  
voi nauttia omasta kehosta  
ja siitä, millainen olo on.  
Toisen hyväileminen voi olla  
esileikkiä ennen yhdyntää.

Seksitautien tarttumisen riski on hyväilyseksissä hyvin pieni.

Nainen voi tulla raskaaksi myös hyväilyseksissä, jos spermaa menee emättimeen millä tavalla tahansa.

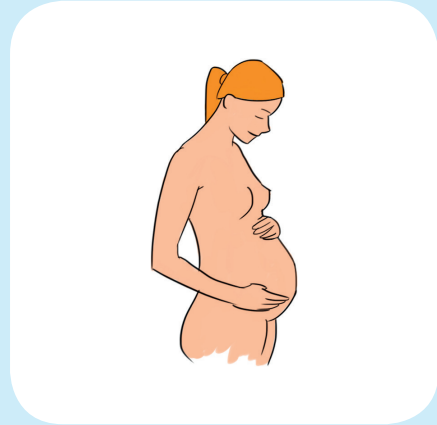
## Esileikki

Esileikissä keho ja mieli valmistautuvat yhdyntään.

Esileikissä lisätään seksuaalista mielihyvää suutelemalla ja hyväilemällä. Myös sukuelimiä voidaan hyväillä ja nuolla. Hyväilyseksi voi olla esileikkiä.

Jokaisen oma mieli kertoo, minkälainen esileikki on miellyttävää ja mukavaa.

Esileikissä kiihottuminen aiheuttaa miehelle erektion eli peniksen jäykistymisen. Naisen lantionpohjan lihaksisto rentoutuu ja emätin kostuu.



## Yhdyntä

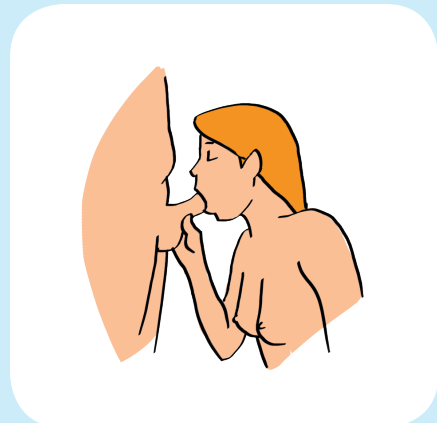
On paljon sanoja,  
jotka tarkoittavat yhdyntää.  
Niitä ovat esimerkiksi  
naiminen, nussiminen  
ja paneminen.

Yhdyntä tarkoittaa,  
että yhdytään  
toisen ihmisen sisälle  
omalla kehonosalla  
tai jollain välineellä.

On olemassa  
erilaisia tapoja  
olla yhdynnässä.

Esimerkiksi yhdynnässä  
mies voi työntää  
oman peniksensä  
toisen peräaukkoon,  
suhun tai naisen emättimeen.

Emätinyhdynnässä mies liikuttelee  
penistä naisen emättimessä.  
Anaaliyhdyntässä mies liikuttelee  
penistä toisen peräaukossa.  
Oraaliyhdyntässä toisen  
sukupuolielimiä hyväillään  
huulilla ja kielellä eli suulla.  
Oraaliyhdyntä on sama asia  
kuin suuseksi tai ”suihinotto”.



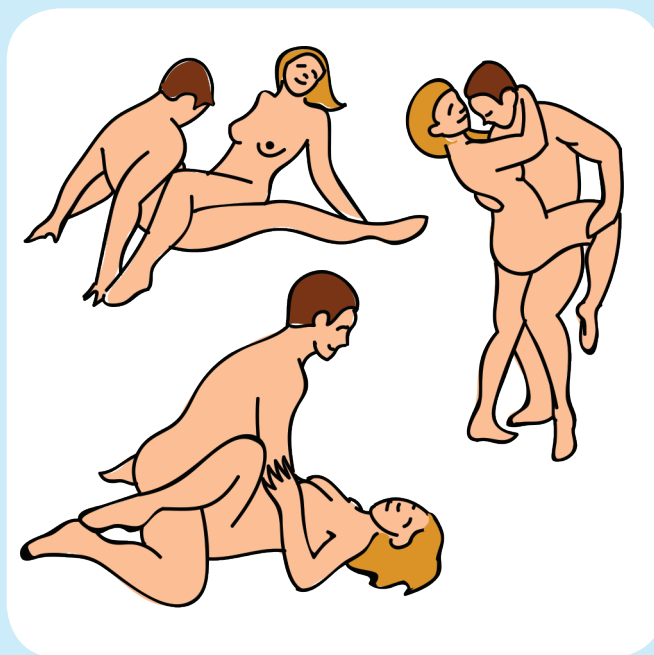
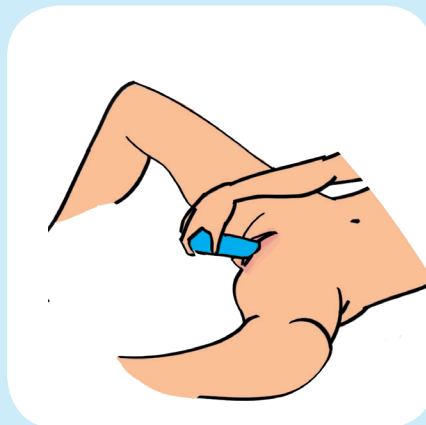
Välineellä yhdyntä  
voi tapahtua esimerkiksi  
hieromasauvalla tai anaalitapilla.

Yhdynnän pitää olla  
aina vapaaehtoista  
ja siihen tarvitaan aina  
molempien suostumus.  
Yhdyntä pitää keskeyttää aina,  
jos jompikumpi niin haluaa.

Jos yhdyntä sattuu,  
se kannattaa lopettaa,  
koska yhdynnän ei  
pitäisi sattua.

Yhdynnässä voi olla  
eri asennoissa  
ja asentoja voi vaihtaa  
yhdynnän aikana.  
Paras yhdyntäasento löytyy vain  
kokeilemalla ja harjoittelemalla.

Yhdynnän voi lopettaa  
koska vain,  
eikä siihen tarvita  
kummankaan orgasmia.  
Yhdyntä on onnistunut,  
kun molemmilla on  
hyvä mieli yhdynnän jälkeen.



Yhdyntä on yksityisasia,  
eikä sitä pidä tehdä  
julkisella paikalla.

Nainen voi tulla  
raskaaksi yhdynnässä.  
Raskauden ehkäisy on  
molempien vastuulla.

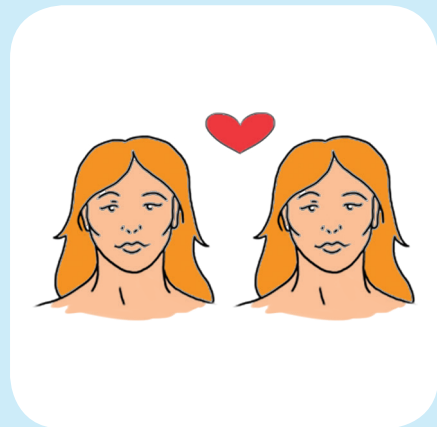
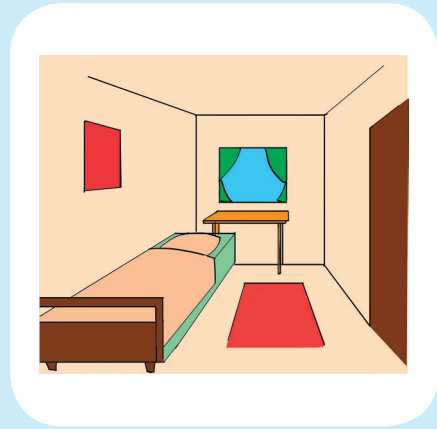
Yhdynnässä on  
seksitautien tarttumisen riski.

Jos käyttää kondomia oikein,  
se suojaa raskaudelta  
ja seksitaudeilta.

## Rakastelu

Rakastelun ja seksin ero on se,  
että seksiä voi tehdä ilman tunteita.  
Rakastelussa tunteet ovat  
aina mukana.

Rakastelu ei ole  
pelkkää yhdyntää.  
Yhdyntä on vain yksi  
seksuaalinen tapa,  
jolla voi osoittaa tai jakaa  
kiintymystä ja rakkautta  
toisen kanssa.



Rakastelu alkaa esileikistä.  
Esileikin tarkoitus on  
valmistaa kummankin  
mieli ja keho rakasteluun.  
Silloin kumpikin haluaa  
seksuaalista nautintoa  
ja myös kehot ovat kiihottuneita.

Tärkeintä rakastelussa on  
yhdessä koettu nautinto.  
Se on tärkeämpää kuin  
yhdyntöjen kesto tai  
siemensyöksyjen määrä.

Rakastelua on vielä  
seksin tekemisen jälkeen,  
kun yhdessä koetaan  
hyvänolon tunnetta  
ja läheisyyttä.

Silloin voi vielä suukotella  
ja silittää hellästi toista.  
Voi maata vierekkäin  
tyytyväisenä ja uupuneena.  
Voi vaikka nukahtaa  
onnellisena toisen kainaloon.

