

© 2021 ROSE stories

Tekst © Seksuologen met Twee

Illustraties © Charlotte Silooy

Redactie Roxane Soudagar

Eindredactie Donja Odijk, Rozemarijn Houben

Vormgeving Tess Semin

Coverontwerp studio Pietje

Drukwerk IPP Printers

ISBN 9789083145594

NUR 450

1e druk december 2021

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en of openbaar gemaakt in enige vorm of op welke wijze dan ook, zonder voorafgaande toestemming van ROSE stories, Beethovenstraat 32-1, 1077 JH Amsterdam.

INHOUDSOPGAVE

1. Lichaamspraat | p. 22

Vulva, vagina, clitoris, anus, penis, testikels, niets-om-je-voor-te-schamen-haar, hormonen, erogene zone

2. Masturberen | p. 56

Soloseks, vingeren, vingervariaties, aftrekken, aftrekvariaties, masturbatiechallenge, samen masturberen, eigen genot

3. Orgasme | p. 78

Orgasme, hoogtepunt, seksuele responscyclus, moeilijk klaarkomen, makkelijk klaarkomen, de orgasmekloof, jouw orgasme, faken, voordelen van orgasmes

4. Samen seks | p. 98

Seksstandjes, slaapkameretiquette, solostandjes, seksplaylist, vrijvariaties, onenightstand, orale seks

5. Relaties | p. 122

Soorten relaties, aan- en uitmaken van je relatie, liefdesverdriet, relatie-challenge, spannend maken, afrodisiacums, romantisch diner

6. Seksspeeltjes | p. 154

Seksspeeltjes, vibrator, dildo, stimulators, anale speeltjes, eitjes, cockring, fleshlight, real dolls, speeltjes voor twee (of meer), DIY

7. Fantasieën | p. 176

Jouw fantasie, een fantasie delen, porno, sexting, parafilieën

8. Anaal | p. 196

Angst voor anaal, stappenplan: hoe begin ik eraan?, recepten, baffen, anale-seksstandjes, p-spot, glijmiddel

Hoe doorbreek je een taboe?



Wat is een taboe eigenlijk? De Dikke Van Dale geeft de volgende betekenissen: 1. Verboden erover te spreken of als een woord te gebruiken. 2. Iets dat niet gedaan of gezegd mag worden.

In de maatschappij heersen vele taboes rondom seksualiteit. Veel mensen spreken liever niet in het openbaar over masturbatie, anale seks, orale seks, of eigenlijk over seks in het algemeen. We zijn aangeleerd om niet met anderen te bespreken wat er tussen de lakens gebeurt, laat staan over wat er in je wildste fantasieën gebeurt. Dit is zonde eigenlijk, want we zouden veel van elkaar kunnen leren.

Taboes zullen altijd blijven bestaan. Er kunnen zelfs nieuwe taboes ontstaan of oude terugkeren: zo was het in de Romeinse tijd totaal geen taboe om met meerdere mensen een relatie te hebben (polyamorie, de tegenhanger van monogamie). Pas toen de monogame

relatie steeds meer als ideale relatievorm werd gezien, werd polyamorie een taboe. Anno 2021 zien we juist dat er steeds meer aandacht komt voor polyamoreuze relaties, er verschijnen zowel boeken als documentaires over het onderwerp.

Veel mensen spreken liever niet in het openbaar over masturbatie, anale seks, orale seks, of eigenlijk over seks in het algemeen.

Toch willen we de vraag beantwoorden: hoe doorbreek je een taboe? Het klinkt misschien wat afgezaagd, maar de tip die we aan iedereen willen meegeven is: praat erover! Begin gewoon een gesprek over een taboeonderwerp met een ander en sta open voor de visie en mening van de ander. Dit kan voor nieuwe inzichten zorgen en maakt het onderwerp minder beladen. Daarnaast is het belangrijk om kennis en informatie te

gebruiken: zorg dat je weet waar je het over hebt!

Wij raden je niet aan om te provoceren. Het kan juist averechts werken om een ander doelbewust ongemakkelijk te maken. In de media worden nog wel eens schokkende afbeeldingen en filmpjes getoond, waar mensen zich totaal niet mee kunnen identificeren. Ook als jij van de daken schreeuwt dat je zo'n fan bent van anale seks, is dat een vorm van provoceren: iedereen moet het horen, zonder de keuze te hebben of ze dit willen horen. Iemand die anale seks al taboe vindt, zal alleen maar in dit gevoel bevestigd worden, en het nu ook nog associëren met iemand die er luidkeels van alles over roept. Hierdoor zal diegene zich misschien nóg minder identificeren met het idee, want anale seks is schijnbaar voor mensen die geen grenzen kennen. Zo blijft het in de taboesfeer hangen. Je kunt je vast voorstellen dat dit voorbeeld geldt voor alle taboeonderwerpen.

Een andere veelgemaakte fout in het doorbreken van taboes, is denken dat je bijvoorbeeld anale seks móét hebben gehad, voordat je het erover kan hebben. Dit werkt ook andersom: we denken dat iemand die over anale seks begint, er vast zelf aan doet. Dat is jammer, want door zomaar opeens te roepen 'Hé, doe jij het wel eens anaal?', kan het zijn dat diegene juist dichtklapt. Het is namelijk best een persoonlijke vraag. Het is helemaal geen vereiste om persoonlijke ervaringen te

delen, of zelfs te hebben, als je over seks praat. Probeer in plaats daarvan eens rustig te vragen wat iemand eigenlijk van anale seks weet, of wat diegene denkt dat belangrijk is tijdens anale seks.

Dit boek zal taboes doorbreken door simpelweg alles te bespreken. We willen jou informeren, helpen nieuwe dingen te ontdekken, je kunt spelletjes spelen en zelfs nieuwe recepten aan je repertoire toevoegen. We hopen dat we ook voor jou enkele taboes kunnen doorbreken. Hopelijk leer je dat praten over seks niet per se over jezelf hoeft te gaan, en dat alles bespreekbaar is.

Wij geloven erin dat we samen, langzaam maar zeker, taboes rondom seksualiteit, intimiteit en relaties kunnen doorbreken!

Dit boek zal taboes doorbreken door simpelweg alles te bespreken. We willen jou informeren, helpen nieuwe dingen te ontdekken, je kunt spelletjes spelen en zelfs nieuwe recepten aan je repertoire toevoegen.

HOOFDSTUK 1

LICHAAMSPRAAT

Hoi! Ik vroeg me af hoe veel cm je piemel moet zijn voor seks? X

Hallo! De lengte van een stijve piemel is minder belangrijk dan de dikte van de piemel. De vagina is namelijk enkel gevoelig bij de eerste 3 tot 5 cm na de ingang. Ook bij de baarmoedermond is het gevoelig, maar dit kan meer een pijngevoel zijn als deze hard wordt aangestoten door de piemel. Dus de lengte is niet zo van belang als wordt gezegd.

Je kan de ander(en) op verschillende manieren verwennen in bed. Het gaat zeker niet altijd om de penetratie!

Hebben we je vraag goed beantwoord?

In dit hoofdstuk nemen we een kijkje naar het lichaam. We nemen je van top tot teen mee op reis langs alle sexy lichaamsdelen. We beginnen bij de geslachtsorganen en vertellen je de ins en outs van deze sexy organen, maar daar laten we het niet bij, want eigenlijk is jouw

hele huid één grote *body map* met genotsplekjes. Daarnaast produceert elk lichaam vele hormonen die te maken hebben met seksualiteit, intimiteit en liefde; ook deze zetten wij voor je op een rijtje. Eens zien hoe goed jij je eigen lichaam kent!

Woordzoeker vulva

Hoe noemen we een vulva als we te preuts zijn om het beestje bij de naam te noemen? Terwijl toch zeker de helft van de mensen een vulva heeft, kennen veel mensen het woord niet, of ze vinden het zo'n ongemakkelijke term dat ze er liever allerlei koosnaampjes voor verzinnen. In 2018 was er zelfs een wedstrijd voor op Radio 2: radio-dj Ruud de Wild zocht een 'luchtigere benaming' voor de vulva en vagina. Uit deze zoektocht kwam het woord 'poenie'. Hartstikke grappig, maar het was (gelukkig) nooit de bedoeling om de woorden vagina en vulva daadwerkelijk te vervangen. Toch laat het maar zien dat er vele woorden mogelijk zijn als we het over de vulva of vagina hebben. Welke ken jij allemaal?

BEVER	GROTJE
DOWNUNDER	KUT
FOEF	MOSSEL
KRUIS	MUTS
MUIS	OESTER
PLASSER	POENIE
PREUT	POES
SCHEDE	PRUIM
VAGIJN	SCHAAMSPLEET
VULVA	SNEE
BLOEM	SPLEETJE
DOOS	VAGINA
FLAMOES	VOORBIBS
FLUT	YONI
GLEUF	

