



TUOKIO 5
HUIPPUSEKSI

**PEGGY J. KLEINPLATZ JA HÄNEN KOLLEGANSA TUTKIVAT (2009),
MIKÄ TEKEE SEKSISTÄ HYVÄÄ. HAASTATTELUISTA NOUSI ESIIN 8 ASIAA,
JOTKA TOTEUTUIVAT VASTAAJIEN MAHTAVISSA
JA ERITTÄIN HYVISSÄ SEKSIKOKEMUKSISSA.**

HYVÄ SEKSI

Hyvässä seksissä, niin kutsutussa huippuseksissä, ei usein niinkään ole kyse erektiosta, kostumisesta, orgasmista tai yhdynnästä vaan kahden ihmisen jakamasta nautinnollisesta hetkestä, jossa kumpikin on läsnä sekä itseään että toista varten.





Kokemuksen keskiössä ovat mielessä tapahtuvat asiat. Hetki, jolloin kokemus palaa mieleen, saattaa nostattaa halun, himon ja intohimon pintaan yhä uudestaan, vuosien jälkeenkin.

Mielen kuvat saattavat mahdollistaa valtaisan nautinnon ilman, että kukaan koskettaa yhtäkään kehon osaa tai mitään näkyvää tapahtuu. Muisto saattaa saada kaipaamaan toisen ihoa, läheisyyttä ja maagista hetkeä, jonka vain seksi kaksikolle mahdollistaa, yhteisten vuosikymmentenkin jälkeen.



**MIETTIKÄÄ KUNKIN SEURAAVAN SANAN KOHDALLA,
MITÄ KYSEINEN SANA TARKOITTAÄ SEKSISSÄ JA
MIKSI SITÄ TARVITAAN HUIPPUSEKSIIN.**

A man and a woman are shown in a close embrace, kissing. The man is on the left, wearing a black and white plaid shirt and glasses. The woman is on the right, wearing a dark blue hoodie. They are outdoors in a snowy, wooded area. The background is softly blurred, showing snow-covered ground and trees. The overall mood is romantic and intimate.

LÄSNÄOLO



YHTEYS



**SYVÄ EROOTTINEN
JA SEKSUAALINEN INTIIMIYS**

A close-up photograph of two women embracing. The woman on the left has voluminous, curly hair with grey and black tones and is wearing a blue denim shirt. The woman on the right has dark curly hair and is wearing a colorful, floral-patterned top. They are both smiling and looking down. The background is a light-colored wall with horizontal lines.

ERITYISLAATUINEN KOMMUNIKAATIO

A young couple is shown in profile, laughing together in a field of tall, dry grass. The woman on the left has long brown hair and is wearing a white cable-knit sweater. The man on the right is wearing a light blue sweater and dark pants. They are both smiling broadly, and the man has his arm around the woman. The background is a soft-focus field of tall grass under a bright sky.

**UTELIAISUUS, USKALLUS
Kokeilla, hauskuus**

A young man and woman are shown in profile, facing each other and smiling. They are holding two ice cream cones together. The man is wearing a purple button-down shirt, and the woman is wearing a black top. The background is a blurred indoor setting, possibly a cafe or shop, with shelves and warm lighting.

AITOUS

A person wearing a blue ribbed sweater is sitting on a textured, greyish-brown surface. Their right hand is extended forward, with fingers slightly curled, as if reaching out. Their left hand is resting on the surface to the right. In the foreground, another hand is visible, palm facing up, but it is out of focus. The word "HAAVOITTUVUUS" is written in white, bold, uppercase letters across the center of the image.

HAAVOITTUVUUS



**TRANSSSENDENSSI – TAVALLISEN
KOKEMUKSEN YLITTÄVÄ HETKI**



Hyvä seksi pohjaa läsnäoloon ja kumppanusten väliseen yhteyteen ei niinkään erilaisiin tekniikoihin. Yhteys, välittäminen ja tilanteessa läsnäoleminen mahdollistavat nautinnon ja toisen huomioon.

Joskus seksi tuntuu ylimaallisen ihanalta, joskus se on nautinnollista ja hyvää, vaikkei tavoittaisi orgasmia tai maa järähtelisi kokemuksen voimakkuudesta. Näihin kokemuksen eroihin saman kumppaninkin kanssa vaikuttaa moni asia. Tärkeää on, että voi itse vaikuttaa siihen koska, milloin ja kenen kanssa seksiä voi harrastaa ja kertooko kumppanilleen siitä, mikä tuottaa itselle mielihyvää ja nautintoa.



MIETTIKÄÄ, MILLAISET ASIAT VAHVISTAVAT SEKSUAALISTA HYVINVOINTIA JA TOISAALTA MILLAISET YKSILÖN OMINAISUUDET MAHDOLLISTAVAT HYVÄN SEKSIN KOKEMUKSIA. KÄYTTÄKÄÄ ALLA OLEVAA MÄÄRITELMÄÄ TUKENA.

Seksuaalisesti hyvinvoiva henkilö on tyytyväinen itseensä sekä omaan seksuaalisuuteensa ja saa toteuttaa seksuaalisuuttaan. Hän koee olevansa rakastettu ja hyväksytty. Hänellä on ihmissuhteita, jotka ovat vastavuoroisia ja mahdollistavat kokemusta yhteydestä, luottamuksesta, turvallisuudesta ja kunnioituksesta. Mikäli henkilöllä on seksiä, sitä on itselle sopiva määrä (saa olla myös haluamatta) ja mahdollisuus neuvotella seksiin liittyvistä asioista kumppanin/kumppaneiden kanssa.

Lähde: Ruuhilahti, Susanna, Bildjuschkin, Katriina, 2011, HOT, hoivaa, ohjaa, tue.