

ای است؟ جنسی برابر و ایمن چه نوع رابطه رابطه

Photo: AntonioGuillem/Bigstock.com

محسن فرشیدی

اگر چه در طول تاریخ و میان جوامع انسانی، رابطه میان زنان و مردان رایج‌ترین نوع رابطه جنسی بوده است، اما روابط جنسی میان انسان‌ها به آن محدود نمی‌شود. امروزه در بسیاری از کشورهای توسعه یافته، شکل‌های دیگر از رابطه مثل همجنس‌گرایی، دوجنس‌گرایی و... نیز به رسمیت شناخته می‌شود. اما هر کدام از این رابطه‌ها، با در نظر گرفتن برخی شرایط می‌توانند یک رابطه برابر و همچنین ایمن نام بگیرند.

رابطه جنسی ایمن و غیرایمن

در یک قرن گذشته و با پیشرفت اطلاعات و علوم مختلف، بسیاری از مناسبات انسانی دچار تحولات و تغییرات اساسی گردید. شناخت و در ادامه کاهش بیماری‌های مختلف، یکی از مهمترین آن‌ها بوده است. برخی از این بیماری‌ها از طریق روابط جنسی قابلیت انتقال را داشته و امروزه با در نظر گرفتن شرایطی آسان می‌توان از انتقال آن‌ها جلوگیری کرد. مرکز ملی پیشگیری از ایدز ایران در تعریف یک رابطه ایمن **می‌نویسد**: «رابطه جنسی ایمن به هر نوع ارتباط جنسی گفته می‌شود که احتمال انتقال بیماری‌های مقاربتی از جمله ایدز از طریق آن به هیچ‌وجه وجود نداشته باشد.» «این مرکز همچنین به یک رابطه جنسی ایمن‌تر اشاره و تاکید می‌کند در این رابطه جنسی احتمال انتقال بیماری کم‌تر است و به هرگونه رابطه جنسی نفوذی با استفاده مناسب از کاندوم گفته می‌شود. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت رابطه‌ای غیر ایمن است که احتمال انتقال انواع بیماری‌های مقاربتی در آن زیاد باشد و یا هرگونه رابطه جنسی نفوذی که در آن از کاندوم استفاده نشود و دیگر شرایط یک رابطه ایمن در آن در نظر گرفته نشده باشد.»

اهمیت رضایت طرفین در یک رابطه جنسی

شرط اول برای برقرار کردن یک رابطه جنسی، رضایت طرفین است. بدین معنا که اصرار بر شروع و یا ادامه دادن یک رابطه، در صورتی که هر کدام از طرفین بدان رضایت نداشته باشند، می‌تواند به خشونت بیانجامد. اصرار بر ادامه چنین رابطه‌ای مصداق تجاوز نیز خواهد بود. اهمیت رضایت طرفین به همان اندازه که میان دو فرد نه چندان آشنا اهمیت دارد، میان همسران نیز از اهمیت زیادی برخوردار است. امروزه در بسیاری از کشورها از رابطه بدون رضایت همسران نیز لحاظ حقوقی در تعاریف خشونت و تجاوز قرار می‌گیرد. بنابراین اطمینان حاصل کردن از رضایت افرادی که در یک رابطه جنسی هستند از شروط اولیه و مهم شکل‌گیری و ادامه آن است.

ارگاسم، نشانه‌ای از یک رابطه برابر

اگر چه برای شروع یک رابطه جنسی رضایت طرفین شرط اول است، اما بعد از آن و برای داشتن یک رابطه مطلوب، رسیدن به اوج لذت جنسی اهمیت دارد. این موضوع تنها زمانی حاصل می‌شود که نسبت به انواع و چگونگی رسیدن به آن اطلاعات و آگاهی لازم وجود داشته باشد. بخش قابل توجهی از مشکلات افراد در یک رابطه، به عدم رضایت از رابطه جنسی میان آن‌ها بر می‌گردد که رسیدن یا توانایی رسیدن افراد به ارگاسم یکی از مهم‌ترین آن‌هاست. یک رابطه جنسی را می‌توان رابطه‌ای برابر نامید، که طرفین در آن به اوج لذت جنسی برسند. وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در تحقیقی تاکید می‌کند ۳۲ تا ۳۴ درصد زنان ایرانی در روابط جنسی به ارگاسم نمی‌رسند. در ادامه‌ی این **تحقیق** آمده است «نزدیک به ۷۸ درصد زنان اعلام کرده‌اند تقریباً هیچ‌وقت در روابط زناشویی پیش قدم نمی‌شوند و ۵.۳۲ درصد اظهار می‌کنند ابراز نیاز جنسی زن کاری ناشایست است و ۴۳ درصد می‌گویند حتی در صورت تمایل نباید زن شروع‌کننده باشد.» واقعیت این است که در کشورهایی با ساختارهای مردسالار از جمله ایران، روابط جنسی و هر مسئله‌ای که به لذت جنسی مرتبط شود تابو حساب شده و از سنین نوجوانی آموزش‌های لازم از طریق کتب آموزشی و یا دیگر ابزارهای فرهنگی مثل رسانه‌ها داده نمی‌شود. در حلال چنین مواردی نقش خانواده‌ها و دیگر نهادهای غیردولتی دو چندان است. عموماً در چنین جوامعی و به دلیل عدم آموزش و آگاهی لازم، یک رابطه جنسی میان زن و مرد به لذت بردن مردان خلاصه شده و مردان در محوریت قرار می‌گیرند و چنین رابطه‌هایی با به ارگاسم رسیدن آنان پایان پیدا می‌کند. عوامل زیادی وجود دارند که وقتی در کنار هم قرار می‌گیرند چنین نتیجه‌ای حاصل می‌شود. یکی از آن‌ها همان‌طور که گفته شد عدم آموزش درست و وجود ساختارها و آموزه‌های فرهنگی مردسالار است. مورد دیگر عدم آگاهی زنان در چگونگی رسیدن به ارگاسم به دلیل نبود آموزش‌های جنسی لازم است. رسیدن هر کدام از طرفین یک رابطه جنسی به ارگاسم، یکی از موارد اصلی یک رابطه نابرابر است.

پیشگیری از بارداری

رابطه‌ای می‌تواند ایمن باشد و به اوج لذت جنسی ختم شود که با آسایش و خاطر جمعی طرفین همراه باشد. یک رابطه جنسی که با ارگاسم همراه است، در صورت در نظر گرفتن برخی شرایط به سادگی می‌تواند به بارداری ختم شود. موضوعی که انتخاب بسیاری از زنان شاید در آن زمان نبوده و برای آن آمادگی نداشته باشند و یا چنین تصمیمی را به صورت کلی نداشته باشند. بنابراین هر کدام از طرفین یک رابطه موظف هستند دیگری را در این مورد آگاه کنند و به کمک هم احتمال بروز بارداری را از بین ببرند. با پیشرفت‌های مختلف، راه‌های پیشگیری از بارداری نیز سهل و وسایل آن در دسترس همگان قرار گرفته است. اما افراد قبل از برقراری یک رابطه جنسی باید از آن‌ها آگاهی داشته باشند. در کشورهایی که در آن‌ها قوانین سخت‌گیرانه برای سقط جنین، حتی در صورت بارداری ناخواسته وجود دارد، لزوم توجه بیشتر به این مقوله ضروری است. رایج‌ترین نوع پیشگیری از بارداری استفاده از کاندوم است. کاندوم‌ها جدای از اینکه یک رابطه ایمن را تا حدود زیادی تضمین می‌کنند، یک رابطه بدون نگرانی از احتمال بارداری را نیز تضمین می‌کنند. امروزه در بسیاری از کشورهای دنیا در داروخانه‌ها و فروشگاه‌ها به سادگی می‌توان انواع مختلف کاندوم را تهیه کرد. از جمله راه‌های دیگر، استفاده از قرص‌های ضدبارداری است. اضافه بر آن مقالات فراوانی در سایت‌ها و وبلاگ‌های اینترنتی در زمینه آموزش و راه‌های پیشگیری از بارداری در دسترس هستند که قبل از ایجاد یک رابطه جنسی، طرفین بهتر است آن‌ها را مطالعه و اطلاعات لازم را داشته و در اختیار هم بگذارند. به هر میزان که نگرانی‌ها از هر کدام از موارد ناخواسته، مثل انتقال بیماری‌ها یا احتمال بارداری کاهش پیدا کنند، یک رابطه جنسی با کیفیت‌تر و برابرتر خواهد بود.

سوال و خواسته‌های خود را مطرح کنید

بعد از چند مورد اصلی و در نظر گرفتن شرایطی که ذکر شد، جزئیات یک رابطه جنسی نیز اهمیت بسزایی دارد. یک رابطه جنسی مطلوب رابطه‌ای است که لحظه به لحظه آن و در جزئیات نیز برای طرفین رضایت‌بخش باشد. واقعیت این است هر چقدر هم که شناخت میان طرفین در یک رابطه بالا باشد، اما هیچ چیز به اندازه طرح خواسته‌ها نمی‌تواند رابطه را به سمت مطلوب و اوج لذت پیش ببرد. هر کلام و یا رفتاری که برای هر کدام از طرفین مطبوع نباشد، می‌تواند تمایل به ادامه رابطه را از بین برده و آن را در همان نقطه متوقف کند. بهترین و راحت‌ترین اقدام، عنوان کردن آن‌ها در تمامی لحظات یک رابطه جنسی است. بسیاری از سوءتفاهم‌ها و مشکلات صرفاً به دلیل عنوان نکردن آن‌ها ایجاد می‌شوند.

نه یعنی نه، در هر لحظه از رابطه

یک رابطه جنسی اگر تمامی شرایط بالا را نیز داشته باشد و در جزئیات نیز با رضایت کامل و کیفیت مطلوب برای طرفین پیش رود، منتها در هر لحظه از رابطه، چنانچه یکی از طرفین به هر دلیلی تمایلی به ادامه آن نداشته باشد، آن رابطه باید در همان زمان متوقف شود. گفتن «نه» در هر سطحی از رابطه جنسی به معنی پایان آن است تا مجدداً شرایط رابطه با رضایت طرفین ایجاد شود. سایت زنان تی‌وی در یک کلیپ با نام «[رضایت پیش از سکس، به سادگی به جای دم کردن](#)» و در تایید این موضوع می‌نویسد: «رضایت در هر فعلی که بین انسان‌ها به وقوع می‌پیوندد از مهم‌ترین مؤلفه‌هاست. سکس هم فعلی است که بین دو انسان یا بیش‌تر اتفاق می‌افتد. به عبارت دیگر سکس یک فعل با دو فاعل یا بیش‌تر است و رضایت همه طرفین برای وقوع این فعل مهم‌ترین نکته است و این کلیپ کوتاه سعی می‌کند اهمیت رضایت همه طرفین را در سکس نشان دهد.»

یک رابطه زمانی برابر است که تمامی این موارد را دارا باشد. بدین معنا که ایمن باشد، با رضایت کامل طرفین بوده و اجباری در آن نباشد. طرفین از روش‌های مختلف پیشگیری از بارداری آگاهی داشته باشند. خواسته‌ها و علایق خود را مطرح کنند و برای رساندن خود و دیگری به اوج لذت جنسی تلاش کنند. چنانچه هر کدام از شرایط ذکر شده در یک رابطه جنسی وجود نداشته باشد، آن رابطه را نمی‌توان یک رابطه جنسی برابر و ایمن دانست. اضافه بر آن، دولت‌ها این مسئولیت را دارند که از سنین نوجوانی مقدمات آموزش‌های لازم در این زمینه را برای افراد فراهم کنند و همچنین قانون‌گذاران باید پیش‌بینی‌های لازم برای شرایطی که خشونت و اجبار در یک رابطه جنسی صورت می‌دهد را کرده و از فرد آزاردیده حمایت‌های لازم را صورت دهند.