

DAS ERSTE MAL

➔ Arbeitsauftrag

Jede/r erlebt das erste Mal anders. Jede/r hat andere Erwartungshaltungen, andere Vorstellungen. Nichts ist falsch oder richtig, gut oder schlecht.

Hier kannst du einige Berichte lesen.

David

Ich konnte es gar nicht erwarten, mit meiner Freundin Karin zu schlafen. Es war das erste Mal für mich, und ich dachte, es wäre etwas ganz Besonderes. Doch sie war ganz unbeteiligt und lag stocksteif auf dem Bett. Sie war auch ganz trocken und ich konnte fast nicht in sie eindringen. Als es doch klappte, zuckte sie leicht zusammen. Das war alles andere als erotisch, und ich war ziemlich frustriert. Nachher hat sie gesagt, es war schön für sie, aber das glaube ich nicht. Wenn das immer so abläuft, brauche ich keinen Sex mehr mit Mädchen.

Mit Karin hab ich jedenfalls Schluss gemacht.

Stefan

Mein erstes Mal war mit Isabel. Sie hatte schon viel Erfahrung und ich kam mir ganz schön blöd vor. Zuerst klappte es nicht mit dem Kondom, mein Glied blieb einfach nicht steif, wenn ich es drüberziehen wollte. Ich wurde immer nervöser. Irgendwie hab ich es dann aber doch geschafft, und der Sex war für mich ein tolles Erlebnis. Nur bin ich wohl zu früh gekommen, denn sie hat danach gemeint, dass man wohl merkt, dass ich noch keine Erfahrung habe.

Inzwischen haben wir aber Sex miteinander, der auch für sie „gut“ ist.

Andrea

Bei unserem ersten Mal hat „es“ gar nicht geklappt. Meine Eltern sind unerwartet weggegangen und plötzlich waren wir allein. „Willst du mit mir schlafen?“, hat Toni mich gefragt. „Hast du ein Kondom?“, war meine Antwort. „Nein.“ Also haben wir es gelassen.

Erst Monate später haben wir darüber gesprochen, und ich habe ihm gestanden, dass ich genau gewusst habe, wo die Kondome meiner Eltern waren. Er hat gegrinst und gemeint: „Ich hatte eines in der Hosentasche.“

Wir waren wohl beide noch nicht so weit. Einen Monat später haben wir dann wirklich miteinander geschlafen, und es war für uns beide wunderschön.

Jasmin

Das erste Mal war es gar nicht so einfach. Wir waren schrecklich aufgeregt, aber wir haben uns ganz viel Zeit gelassen und zuerst einfach nur geschmust. Markus war traumhaft: „Keine Angst, wir können es auch ein andermal machen“, sagte er, als er merkte, dass ich nicht richtig feucht wurde. Dann konnte ich mich entspannen und wir haben es getan. Es hat kurz ein bisschen weh getan, als das Jungfernhäutchen gerissen ist, aber es war wahnsinnig, ihm so nahe zu sein.

Hast du dir Gedanken darüber gemacht, wie du dir dein erstes Mal vorstellst? Hab keine Angst, deinem Partner oder deiner Partnerin davon zu erzählen.

Lass dich zu nichts überreden, das du nicht selbst willst.