

PRVI SEKS

PREDPRIPRAVA

Ko pride ta veličastni dan (oz. noč), bo ne glede na pripravo (večerja ob svečah, ali pa zmenek v pubu) to eden najbolj razburljivih dogodkov v vašem življenju. Zato si naredite sebi nekaj uslug; prvič imejte pripravljeno zaščito. Že tako ali tako imate tisoč skrbi, vsaj to o kakšni infekciji ali zanositvi lahko malo omilite. Poleg tega pa se iskanje kontracepcijskih sredstev takrat ko jih nujno rabiš ponavadi sprevrže v že malone paniko. Naslednja usluga, ki si jo naredite je ta, da se poskušajte vsaj malo umiriti. Navsezadnje je seks prijeten in zabaven, torej poskušajte uživati (čeprav še posebej prvič to ni ravno lahko).

Če imata čas, potem vsekakor ne pozabiti na predigro (to ponavadi pozabijo ravno moške glave), kajti bolj vzburjena in ogreta bosta, tem lažje in prijetnejše bo kasneje.

PREMIERNI VSTOP

Najprej pozabite na vse filme, ki ste jih dosedaj videli, kajti »prvi vstop« ni skoraj nikoli tako enostaven kot to kažejo na TV-ju. Torej lahko mirno pričakujete nekaj zgrešenih pristankov, preden boste pravilno »nastavili« svojo napravo. In naj vas vsekakor ne bo sram, če boste potrebovali vodiča v obliki roke vaše partnerice.

Pred prvim seksom se predvsem ženske obremenjujejo z paničnim podatkom, da prvi seks zelo boli. To je eden največjih strahov žensk (in tudi moških) pri celi zadevi. Resnica? Prvi seks morda ne bo minil brez kakšnega stoka, ampak vsekakor pa niste na operacijski mizi za odstranitev želodčnih kamnov (v večini primerov, so seveda tudi izjeme). Bolj kot za bolečino gre morda za občutek nelagodnosti, ki pa kmalu mine.

Da bi res minilo vse čim manj boleče, obstaja samo en recept - počasi! Počasi in spremljajte počutje partnerice, če je vse v redu. Tako boste vedno vedeli kakšna je situacija in vam na koncu ne bo žal.

POLOŽAJI

Preveč inovativnosti pri prvem seksu ni ravno priporočljivo, razen če ste z bolj izkušeno osebo, ki bi vas znala voditi. Torej raje preložite eksperimentiranje za kasnejša srečanja, za testno vožnjo je za oba partnerja povsem zadosten misionarski položaj.

RITEM

Veliko začetnikov skrbi predvsem ritem - naj vas ne. Ritem pride z prakso in z poznavanjem gibanja vašega partnerja. Mogoče se sliši smešno, ampak če se vrti primerna glasba, imate dober takt (seveda ne pri kakšem rave-u) in se gibljite z ritmom.

LE GRANDE FINALE

Najprej dokazano dejstvo: Pri prvem seksu je ponavadi edini ki doživi orgazem moški. No, res je da ni ravno fer, ampak tako pač je. Če ste ženska in občujete prvič z že izkušenim moškim, potem seveda obstaja varianta, da vas bo pripeljal do nebeških užitkov, ampak ne se na to preveč zanašati. Veliko žensk doživi svoj prvi orgazem (med seksom) šele po parih mesecih, celo letu.

Za moške pa je prvič ponavadi hitro konec. V povprečju končajo že med eno in tremi minutami. In to že ni slabo. Za prvič ni to prav nič nenavadnega in vsekakor ne razlog za razočaranje. Če ste z izkušeno žensko, potem bo že vedela, kaj lahko "pričakuje" od vas, če pa je za oba prvič, pa vas tako ali tako nima nič za skrbeti.

IZHOD

Tako, naredili ste svoje! Čestitamo! Ampak ne ravno zdaj vsega pokvariti. Moški: ko izvečete junaka, ne pozabiti prijeti kondoma (vaš kolega najbrž ni v isti formi, kot je bil pred vstopom). Če se vam razlije, je popolnoma vseeno, ali ste ga imeli ali ne. Zato je bolje, da ga odstranite prej, ko se še dobro prilega.

POSPRAVLJANJE

Kondomi sicer olajšajo ta del, ampak kakšen robček pri roki ne bi škodoval. Vonj je tudi nekaj kar ostane za vami. Vonj po seksu je nekaj, kar si je težko predstavljati preden sami to ne izkusite. Čeprav se vam bo morda zdelo fino, pa vam vseeno priporočamo kakšen tuš.

PA ŠE TO

Moški ponavadi ostanejo brez fizičnih posledic po prvem odnosu, medtem ko je možno, da ženske opazijo manjšo krvavitev. Nič groznega - ponavadi je ravno toliko opazno, da se vidi in izgine prav tako hitro. Poleg tega je možna malo večja občutljivost dan po, ki pa tudi kmalu izgine.

EPILOG

Torej veliko sreče in zapomnite si: ljudje počnejo to od pamtiveka, tako, da boste to prej ali kasneje obvladali tudi sami. Seveda vedno prvič ne mine ravno tako idilično, kot je bilo to opisano zgoraj, ponavadi se zgodi ravno nasprotno - brez kontracepcije, oba pijana v kakšnem avtu in ob hudem glavobolu se zjutraj samo sprašuješ, kaj si ponoči počel(-a). No bo pa drugič bolje, a ne?