

## La première fois - 1/1

**Ah quel sujet, pas facile d'en parler, car chacun a sa façon ou a eu sa façon de le vivre. Mais avant de commencer et de rentrer dans le vif du sujet, essayons de savoir comment arrive ce désir, un jour, de faire l'amour. L'adolescence est une période d'expérimentation, de quête de son identité ; cette recherche passe par la découverte des autres. Ainsi, l'amitié, en est la première étape et d'ailleurs vous la placez au-dessus de tout, puis l'amour et la sexualité, l'envie de mieux connaître l'autre prennent le dessus. Alors, c'est quoi l'amour la première fois ?**

Ne vous inquiétez pas, on ne va pas vous rabâcher les oreilles avec le SIDA et les préservatifs, que vous devez bien connaître.

C'est vrai quoi, les histoires d'amour sont bien trop importantes pour qu'on en parle que sous l'angle de la protection aussi indispensable soit-elle !

Comme toutes les premières fois, ça fiche la trouille, car beaucoup de questions nous passent par la tête : "comment vais je faire ?", "qu'est ce qu'il ou elle va penser de moi", "que va t il se passer après ?", "que dire ou faire avant, pendant, après ?". Bref c'est l'angoisse car vous pouvez très bien désirer l'autre et en même temps avoir peur de ce qui va découler de ce désir. Les réactions de l'autre, on ne les connaît pas, on ne peut que les imaginer...

Mais pas de panique, faire l'amour c'est prendre du plaisir, alors laissez vous aller, il n'y a pas besoin de savoir "comment il faut faire", vous trouverez tout seuls les gestes qui vous conviennent.

Oubliez ce que vous avez pu lire, voir ou entendre sur les positions, soyez naturels, simples, doux et tout se passera bien.

Vous aurez bien le temps après, de vous servir de votre imagination !!

De toute façon, il n'y a pas de rapport sexuel parfait et après tout c'est quoi la perfection, hein ?

Enfin, vous l'avez tous compris la première fois c'est pas banal, mais mettez toutes les chances de votre côté, en suivant ces petits conseils :

- Prévoyez un lieu que vous connaissez tous les deux.
- L'obscurité peut aider à franchir le tabou de la découverte des corps.
- Mettre de la musique tranquille, histoire de détendre l'atmosphère.
- Pensez à vous protéger avec au moins le préservatif. "Ah tiens le voilà lui et oui quoi que vous en pensiez, sachez qu'il est indispensable et qu'il vaut mieux remettre à plus tard vos petits câlins si vous n'en avez pas, plutôt que vous apporter des soucis.

Surtout faites-le quand vous en avez envie, après tout si vous pouvez dire oui vous pouvez également dire non, il n'y a pas d'urgence à franchir le cap et puis l'amour c'est bien mieux quand on est en confiance et amoureux(es).

Une chose est sûre, il n'existe pas de recette miracle, seuls vous pouvez le décider.

Alors, relax pensez à l'autre, aidez-vous, parlez, dites ce que vous aimeriez faire ou avoir.

Quoi qu'il se passe cela restera un souvenir mémorable, dont vous vous souviendrez pendant un bon moment et qui lorsque vous y repenserez plus tard, vous fera certainement bien rire !