

DISKUSSIONSPUNKTER TIL FILMEN: DEN FØRSTE GANG

UNG &
SEX

Hvis du ser filmen "Den første gang" med en skoleklasse, kan det være en god idé efterfølgende at diskutere de tematikker, der tages op i filmen. Diskussionen kan foregå fælles i klassen eller i mindre grupper. Vi har samlet nogle forslag til diskussionspunkter herunder. Under diskussionspunkterne finder du information om emnet og/eller uddybende spørgsmål, som diskussionen evt. kan tage udgangspunkt i.

Hvordan bliver den første gang en god oplevelse?

Måske har man nogle særlige forventninger til den første gang. Måske har man allerede haft sin første gang. Hvad var godt og dårligt? Skal det være med en, man elsker? Skal man være ædru? Skal det foregå hjemme? Hvor gammel skal man være? Hvad skal der til for, at man er klar?

Hvordan ved man, om man er klar?

Det er meget forskelligt, hvornår man føler sig klar til at have sex. Den seksuelle lavalder er 15 år og gennemsnitsalderen for seksuel debut er 16-17 år. 10% har endnu ikke haft deres første gang, når de fylder 24 år. Så hvordan ved man, hvornår man er klar?

Gør det ondt at have sex første gang?

Kønskransen (jomfruhinden) er ikke, som myten siger, en hinde der skal springe. Så det er ikke det, der gør ondt, hvis man har sex for første gang. Men der er andre ting, der kan gøre ondt. Hvis pigen er nervøs og spænder i bækkenbunden eller ikke er våd nok, kan det gøre ondt at have sex. Hvis pigen ikke er våd, kan drengen få små læsioner på strengen, og pigen kan få rifter i skeden under sex.

Er det okay at have sex, når man er påvirket af alkohol? Og hvornår har man drukket for meget?

Alkohol kan give mod, men også dårlig dømmekraft og dårlig evne til at læse andres signaler. Derudover påvirker alkohol sensitivitet i nerveenderne. Alkohol kan give erektionsproblemer, vaginal tørhed og problemer med at opnå orgasme. Så hvornår har man fået for meget? Og hvornår har ens partner fået for meget?

Hvordan sætter man grænser for, hvad man har lyst til og ikke har lyst til?

Man skal ikke gøre noget, som man ikke har lyst til. Det er derfor en god idé at gøre sig nogle tanker omkring, hvad man har lyst til, og om hvordan man siger til og fra. Det er også okay at skifte mening undervejs. Hvordan ved man, om man har lyst til sex? Hvordan siger man nej til sex? Og hvordan siger man ja?

[Se evt. filmen "Tea Consent" om samtykke til sex på YouTube](#)

Hvorfor se porno?

Det er også forskelligt, om man kan lide at se porno. Pornografi afspejler sjældent virkeligheden. Så hvad kan du bruge det til, og hvad kan du ikke bruge det til?

[Se evt. filmen Porn Sex vs. Real sex: The differences explained with food på YouTube](#)

Kan man være i tvivl om sin seksualitet?

Det er meget almindeligt at udforske og tvivle på sin seksualitet, når man når til puberteten. Hos LGBT (landsforeningen for bøsser, lesbiske og transpersoner) kan man blive klogere på forskellige former for seksualitet og måske sin egen.

Diskussionspunkterne er udviklet af Annemette Lykkebo, ledende gynækologisk overlæge; Rikke Thor, sygeplejerske og sexologisk counsellor; Anne Lilleholt Jørgensen, sundhedsplejerske; Helle Eskildsen Hansen, sundhedsplejerske og Susanne Rank Lücke, sundhedsplejerske.