



### Was muss ich machen beim Zungenkuss?

Maria, Cottbus, 12 Jahre

Ich gehe seit zwei Wochen mit einem Jungen. Gestern hat er versucht, mich zu küssen. Also so richtig, mit der Zunge. Ich fand das komisch und wusste nicht, was ich machen sollte. Was ist eigentlich ein richtiger Zungenkuss?

#### Der LOVE SEX SAFE - Tipp

Der Zungenkuss ist ein Kuss, bei dem - im Gegensatz zum einfachen Kuss auf die Lippen - die Zunge des Partners mit der eigenen Zunge berührt wird. Der einfache Kuss auf die Lippen wird auch zwischen Freunden oder Familienmitgliedern ausgetauscht. Der Zungenkuss dagegen vergrößert die körperliche Nähe zwischen zwei Menschen. Viele Jugendliche haben Angst, bei ihrem ersten Zungenkuss etwas falsch zu machen. Vielleicht hast du gehofft, dass es eine bestimmte Technik gibt, die man lernen kann, damit es für beide schön ist. Aber beim Zungenkuss gibt es keine allgemeingültige Technik wie auch bei vielen anderen Angelegenheiten in Sachen Liebe. In der Regel baut sich ein Zungenkuss langsam auf, mit einem langen zarten Kuss. Man kann mit seiner Zunge über die Lippen des Partners gleiten. Wenn du es möchtest, kannst du dann den Mund öffnen, damit eure Zungen einander berühren. Viele Liebespaare küssen einander mit kreisenden Bewegungen der Zungen. Aber jeder muss für sich ausprobieren, wie er es am schönsten findet. Dabei ist wichtig, dass du es auch tatsächlich möchtest und dich nicht überrumpeln lässt, falls du den Zeitpunkt noch ZU früh findest. Und dass du eben auch nicht mehr darüber nachdenkst, was man am besten tun sollte. Das Beste wäre, du sagst deinem Freund, dass du noch nie einen Zungenkuss ausprobiert

hast. Er kann dann besser auf dich und deine Wünsche eingehen. Mit etwas Sicherheit kannst du ihm dann auch zeigen, wie du es magst.