



---

CONSELLS | Redacció | Actualitzat el 05/08/2020 a les 14:45

## 3 dubtes que teniu sobre sexe i les seves respostes



A continuació llegiràs consultes enviades al Consultori d'Adolescents.cat que potser et poden ajudar a resoldre dubtes:

Usuària d'Adolescents.cat

**No aconseguixo corre'm**

Hola, sóc noia i quan em masturbo mai aconseguixo corre'm. Ho he provat de diferents maneres i res. També he de dir que només em dóna plaer tocar-me el clítoris però no sé què puc fer o si em passa res. Gràcies!

RESPOSTA:



---

Hola, Entenem que quan dius "corre'm" fas referència a arribar a l'orgasme. Si és així, és normal que el que més plaer et doni sigui estimulant la zona del clítoris i els seus voltants. T'adjuntem un vídeo on veuràs diferents formes d'estimular la vulva i la vagina:

Video: <https://www.youtube.com/watch?v=8BOJWa8takY>

Gràcies per escriure'ns!

Helena Angel Psicologia - Sexualitat - Parella

@Helenangelpsico

Usuària d'Adolescents.cat

### **Dubtes sobre ser bisexual**

Hola! Sóc hetero però des de fa un temps penso que m'agraden les noies. El problema és que noto que solament és sexualment. He llegit que potser és per falta de visibilitat de relacions amb noies (tipus que no he vist molt una família de dues noies o coses així, no sé si m'explico). Tinc curiositat de com és liar-se amb una noia. Tinc fins i tot somnis eròtics amb noies. La cosa és que tinc nòvio i jo vull estar amb ell, tinc plans de futur, etc. i ara mateix tot i tenir curiositat tampoc és un tema amb el que estigui ratllada però em fa cosa que d'aquí a uns anys em penedeixi de no haver experimentat més. No ho he comentat a ningú, no vull comentar-li a ell, ja que canviaria moltes coses. Potser una opció és una relació oberta.

RESPOSTA:

Hola,

A l'adolescència és força habitual tenir dubtes sobre la nostra orientació sexual. L'orientació sexual es defineix en funció de qui ens enamorem, és a dir, amb qui establim relacions d'intimitat, compromís i passió. No es defineix només en funció de qui ens atrau o ens excita. Pot ser que només sentis curiositat o que aquesta vagi a més. Les situacions i circumstàncies que vagis vivint t'ajudaran a esbrinar si ets bisexual o no. No et pressionis! El més important és que puguis gaudir de la teva vida sexo-afectiva i estimar a qui tu vulguis, de forma lliure! Si sents que n'has de parlar amb la teva actual parella, fes-ho, la comunicació entre vosaltres és un element clau per a la relació. Una abraçada ben forta i moltes gràcies per la confiança!

Mariona Busto

Psicologia - Sexualitat - Parella

@marionabusto

Usuària d'Adolescents.cat

### **El primer cop**

Hola, ahir vaig fer-ho per primer cop amb la meva parella i sincerament va ser una merda, em va fer mal, el tio va acabar massa ràpid i a sobre a mi no em va donar cap tipus de plaer. Estic bastant decebuda, ja que sé que no tot és com les pel·lícules però m'ho imaginava millor. També,



---

com que va ser el meu primer cop, perquè tinc por per si s'ha trencat o alguna cosa. No sé si dir-li a la meua mare, ja que tinc vergonya i por per si em diu que ha sigut aviat. Si us plau, responeu.

RESPOSTA:

Hola,

Sovint quan les expectatives no es corresponen amb la realitat ens frustrem. Potser seria important que poguessis parlar amb ell, expressa-li com et vas sentir, què t'agradaria que fos diferents, etc... Potser la pròxima vegada que estigues en un moment íntim podries ensenyar-li com et masturbes tu, de quina manera t'agrada sentir plaer, així ell pot aprendre com i de quina manera t'agrada estimular-te. És important que us conegueu, que pugueu parlar, que us comuniquieu sobre la vostra sexualitat i construïu la que voleu compartir junts.

Una abraçada i gràcies per escriure'ns!

Helena Angel  
Psicologia - Sexualitat - Parella  
@Helenangelpsico  
www.helenaangel.com

-- La Laura Centellas t'ha moderat el missatge amb el suport d'Helena Angel, psicòloga experta en sexualitat. --

Moltes gràcies per la teua consulta!

**Fes la teva consulta**