



Et sents culpable per haver tingut sexe amb algú? Això és el que pots fer

[inicentrareport] **Tot i que a vegades penedir-te d'una cosa et pot ajudar a aprendre de la situació i no tornar a repetir l'error, no sempre és així.** Aquesta va ser la conclusió d'un estudi de la Universitat Noruega de Ciència i Tecnologia sobre els **motius pels quals una persona es pot penedir d'haver mantingut relacions sexuals amb algú** i si això realment influenciava en el seu comportament futur.

L'estudi va comptar amb 263 participants, els quals eren estudiants d'entre 19 i 37 anys i tots van ser avaluats durant molt de temps en intervals de més de quatre mesos. Gràcies a les seves respostes, es va descobrir que **les dones són més propenses a mostrar penediment després de tenir sexe casual d'una nit amb algú**. Concretament, el 35% de les dones enquestades van respondre que aquesta situació els generava un sentiment de culpabilitat.

Es va observar que, sovint, **d'aquest sentiment de culpabilitat sorgia la por**. Aquesta emoció és capaç de generar canvis en el comportament, ja que la finalitat de la por és protegir-te d'un possible perill. Però els investigadors van apuntar que en aquest cas no és així, ja que **"el nostre comportament depèn de la nostra personalitat**, la qual és bastant diferent i més complicada que un sentiment de penediment que dura un temps establert".

És a dir, per molt que et penedeixis en un moment donat d'haver tingut relacions sexuals amb algú, és molt probable que ho tornis a fer. Perquè actues sota **la influència de l'excitació del moment** i això et fa tornar a caure en errors del pas. Però no siguis massa dur amb tu mateix/a. Si qüestionés el teu comportament pots caure en conflictes interns que encara et generaran més culpabilitat. El millor que pots fer és **entendre que hi ha comportaments o actituds naturals** i que la pròxima vegada hauràs d'evitar crear vincles que saps que acabaran en una relació sexual no desitjada.

[ficentrareport]