



# «Tinc por de dir que sóc verge», la consulta de la setmana

[inicentrareport]Cada setmana rebem varies consultes anònimes d'adolescents com tu que tenen problemes de tot tipus: amor, amistats, dificultats personals, estudis, sexualitat, conductes alimentàries...

Com ja sabràs si ets lector/a habitual, a El Consultori, un equip de psicòlogues i sexòlogues expertes resolen dia a dia les vostres preocupacions de manera totalment anònima. Aquí et deixem una de les consultes d'aquesta setmana.

## Consulta anònima, noia de 18 anys: "Tinc por de dir que sóc verge"

*Hola!*

*Sóc una noia de 18 anys i crec que és l'hora de perdre la virginitat ja que em sento preparada. El problema és que a aquesta edat és extranyíssim veure algú verge (en el meu cas), llavors tinc molta por que quan li digui al noi amb el que estic tenint algo que ho sóc, es rigui de mi o li molesti... . Estic molt preocupada perq vull fer-ho perquè em ve de gust però no aconseguixo fer el primer pas que és despullar-me... Això és una cosa que definitivament em fa MOLTA por i realment no és per inseguretats amb el meu cos perquè jo estic molt a gust, el que passa és que em sento taaaan dèbil despullada, em sento tan petita, inferior i manipulable... quan algú em pot veure despullada que em fa pànic. De fet vaig perdre la meva oportunitat de perdre la virginitat per això, em feia tanta por que veïés el meu cos sense res... i si és un trauma?? O en el fons del fons tinc problemes d'autoestima?*

*Què penseu? Moltes gràcies!*

## Resposta de la sexòloga del Consultori:

*Hola,*

*No és tan estrany com et penses, així que estigues tranquil·la.*

*Si alguna persona amb la qual tu has decidit mantenir relacions de qualsevol mena es riu de tu o li molesta aquest fet, no cal que perdís ni un segon més, allunya't, t'està demostrant que no et respecta.*

*Despullar-se davant d'algú no és fàcil, per això és important que abans d'arribar a això, a despullar-se, a mantenir relacions sexuals, que establiu una relació de confiança, que hi hagi molta comunicació, que et sentis segura i sense por. D'aquesta manera podràs gaudir del moment i et serà més fàcil fer un pas més si et ve de gust. Recorda que no cal córrer, que l'edat no et sumi una pressió per haver de fer quelcom que no et sentis segura de fer.*

*Una abraçada i moltes gràcies per utilitzar el Consultori!*

Helena Angel  
Psicologia - Sexualitat - Parella  
[www.helenaangel.com](http://www.helenaangel.com)

**Si tens qualsevol por, dubte o problema ens pots escriure anònimament a través d'aquest**



---

**formulari especificant si la consulta és de Psicologia general, sexualitat o alimentació i imatge personal:**

[consultori]2[/consultori]  
[ficentrareport]