



«Cap als 17 i no he fet res» 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, noi 16 anys: "Cap als 17 i no he fet res"

Holaa,

Us escric per si em podeu ajudar ja que vaig en camí de fer els 17 i encara no he fet el ni meu primer petó. Si que m'han agradat varies noies però no he pogut fer el pas endavant perquè soc una mica tímid i tinc com por a la vegada. Tampoc no surto gaire de festa i això no ajuda gaire i tampoc tinc físic per tant no es fixen gaire amb mi.

No sé si em podríeu donar algun consell sobre això i de com fer el pas per per petons o liar-te amb algú i com fer-ho.

Espero que això ajudi a altra gent.

Moltes gràcieess!!!!

Resposta de la sexòloga del Consultori:

Encara que no t'ho sembli, hi ha moltes persones que encara no s'han fet cap petó amb 17 anys. Des del Consultori creiem que és important que ho facis amb alguna persona que et desperti certa atracció, amb qui et sentis còmode i segur, i amb qui tinguis confiança.

Així que de moment, si vols, centra't a conèixer més gent i anar valorant quins aspectes t'agraden de les altres persones, així podràs tenir una idea més clara del que vols en una altra persona. Tenir-ne confiança t'ajudarà a fer un pas endavant.

Estimar-te a tu mateix, el teu cos i la teva manera de ser és fonamental. La naturalitat, l'espontaneïtat i el no intentar ser qui no ets, és el que realment enamora i atrau de les persones.

Per tant, algunes recomanacions:

- Sigues sempre tu mateix, natural i espontani sense intentar ser qui no ets. Estima't i així mostraràs la millor versió de tu.*
- Cuida els detalls: com vas vestit, fer bona olor, anar ben pentinat, les ungles ben netes i tallades...*
- Fes que la persona amb la qual estàs se senti escoltada i respectada*
- Tingues diferents temes de conversa per si es genera algun silenci incòmode (si ho penses bé, hi ha infinitat de temes)*

Recorda que ningú neix ensenyat i que petons n'hi ha tants com persones, per tant no hi ha una única manera de fer petons que agradi a tothom. Quan arribi el moment, ves a poc a poc i si l'altra persona té més experiència que tu, deixa't portar ;)



Per últim, no et pressionis, la timidesa no té per què ser un fre. Quan menys t'ho esperis apareixerà l'oportunitat.

Una abraçada ben forta i moltes gràcies per escriure'ns!

Helena Angel
Psicologia - Sexualitat - Parella
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]