



# «M'han pillat», la consulta de la setmana

[inici centrareport] 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: "M'han pillat"

*L'altre dia estava masturbant-me i la meva mare va entrar a l'habitació, es va quedar parada i va tancar la porta ràpidament. Ara no parla casi amb mi i nose si caldria que tregui el tema.*

### Resposta de la sexòloga del Consultori:

*Hola,*

*Aquesta és una situació que pot haver generat incomoditat a la teva mare i també a tu. Masturbar-se és completament normal i força habitual a l'adolescència, així que en aquest sentit tranquil.*

*Si sents que parlar amb la teva mare sobre el tema pot ajudar que la situació torni a la normalitat i et quedaràs més tranquil, endavant!*

*Una abraçada i gràcies per escriure'ns!*

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]