

Sexualitat masculina: el teu problema té solució



La persona que sent que té un problema sexual normalment sent angonya per les relacions, es preocupa tant que no flueixen o fins i tot pot arribar a evitar-les per no passar nervis, vergonya o por. És un àmbit privat de la nostra vida que, si no es comparteix, pot arribar a afectar la nostra manera normal de funcionar.

Avui parlaré especialment del cas dels homes. Una de les disfuncions més freqüents es troba en la erecció, és a dir, que el penis no agafa to i duresa suficient o durant suficient temps com per poder fer una penetració. És la disfunció erètil.

Aquest problema pot ser degut a tres motius: una causa orgànica, una causa emocional interna o una qüestió de situacions temporals de la vida (pèrdua d'un ésser estimat, de feina, problemes domèstics o laborals, problemes a la família, parella o amics, etc.) De vegades, les tres causes es combinen, i per poder tractar el problema hem de tractar a la persona en el seu conjunt per eliminar completament allò que l'impedeix relaxar-se i gaudir de les relacions

sexuals.

Moltes vegades, no notem com ens afecten els problemes quotidians, pot ser que l'afectació sigui inconscient o no completament conscient i racional i cal estudiar-ho quan hi ha un símptoma físic.

A més, hem de fer una revisió mèdica que descarti un problema físic, que una medicació no ens estigui perjudicant i que no hi hagi cap problema muscular o lesió. Si tot això es descarta, parlem d'un tractament psicològic.

El treball en teràpia sexual passa perquè la persona pugui comprendre el per què del seu problema, se l'acompanya per rebaixar l'angoixa que suposa i es dona informació fiable i contrastada per aprendre més sobre el propi cos i la manera de tenir unes experiències més gratificants.

Molts homes tenen vergonya de reconèixer el seu problema i el pateixen en silenci, normalment no en parlen. La majoria es sorprendria de la freqüència d'aquest problema i d'altres que parlarem en una altra ocasió. Els problemes d'erecció tenen

tractament, no tens per què conformar-te.

Sílvia Rodríguez Díez
Psicòloga d'adults. Col·legiada 16.572
Terapeuta sexual i de parella



KANTOR
Espai d'Atenció Psicològica
Edifici Poeta Virgili
Llobateras 6-10 Local 1 Rubí
Telèfon 93 588 21 53
info@espaikantor.org

PSICOLOGIA D'ADULTS: CRISIS VITALS
ANSIETAT – DEPRESSIÓ – PROCESSOS DE DOL
TERÀPIA DE PARELLA - TERÀPIA SEXUAL
EJACULACIÓ PRECOÇ – DISFUNCIÓ ERÈTIL- ANORGÀSMIA



Sílvia Rodríguez Díez
Psicòloga d'adults
Terapeuta sexual i de parella
Col·legiada 16.572

KANTOR
Espai d'atenció psicològica

Llobateras 6-10 local 1
(al costat de Regina Carmeli)
Tf. 93 588 21 53/644 008 701
info@espaikantor.org
www.espaikantor.org