



Què és la solosexualitat?

[inici centrare port] Cada cop més persones expressen que la seva opció preferida en el terreny sexual és la masturbació, fins i tot quan tenen parella. Aquesta pràctica es coneix com a "solosexualitat" i fa referència a escollir com a primera opció sexual i desitjada, la masturbació. Les persones que es declaren solosexuals expliquen que per a elles la masturbació és més còmoda i satisfactoria en comparació a altres pràctiques sexuals compartides.

Com explica la sexòloga Núria Jorba a La Vanguardia, "el positiu de la masturbació és que afavoreix l'autoconeixement corporal, aprens a gaudir de la teva sexualitat i aquest aspecte és bàsic per poder compartir a posteriori la sexualitat amb algú".

L'experta afegeix que "el problema comença quan la masturbació deixa de ser una opció, una alternativa més de gaudi i es converteix en l'única pràctica sexual excloent la possibilitat d'estar amb algú". Així doncs la solosexualitat es converteix en una via de protecció per evitar relacionar-te amb l'altra persona.

Núria Jorba explica quines són les principals raons de la solosexualitat:

1. Fracàs previ

Pot ser que haguem tingut una experiència sexual compartida que ha sigut traumàtica en algun sentit i això ens impedeix tornar a tenir relacions compartides amb naturalitat i tranquil·litat.

2. Inseguretat

Els problemes d'autoestima ja siguin per complexos físics, falta d'experiència, etc. també poden causar inseguretat que no ens deixi tenir relacions sexuals compartides.

3. Malestar o disfunció sexual

Si tens alguna disfunció sexual com pot ser dolor, vaginisme, etc. també pot ser que evitis tenir relacions sexuals compartides. Alhora pot ser un tema psicològic, per autopressionar-nos a complir unes expectatives molt poc realistes.

4. Individualisme

Un dels altres problemes és que cada vegades som més individualistes i ens costa dedicar temps de qualitat a altres persones.[fi centrare port]