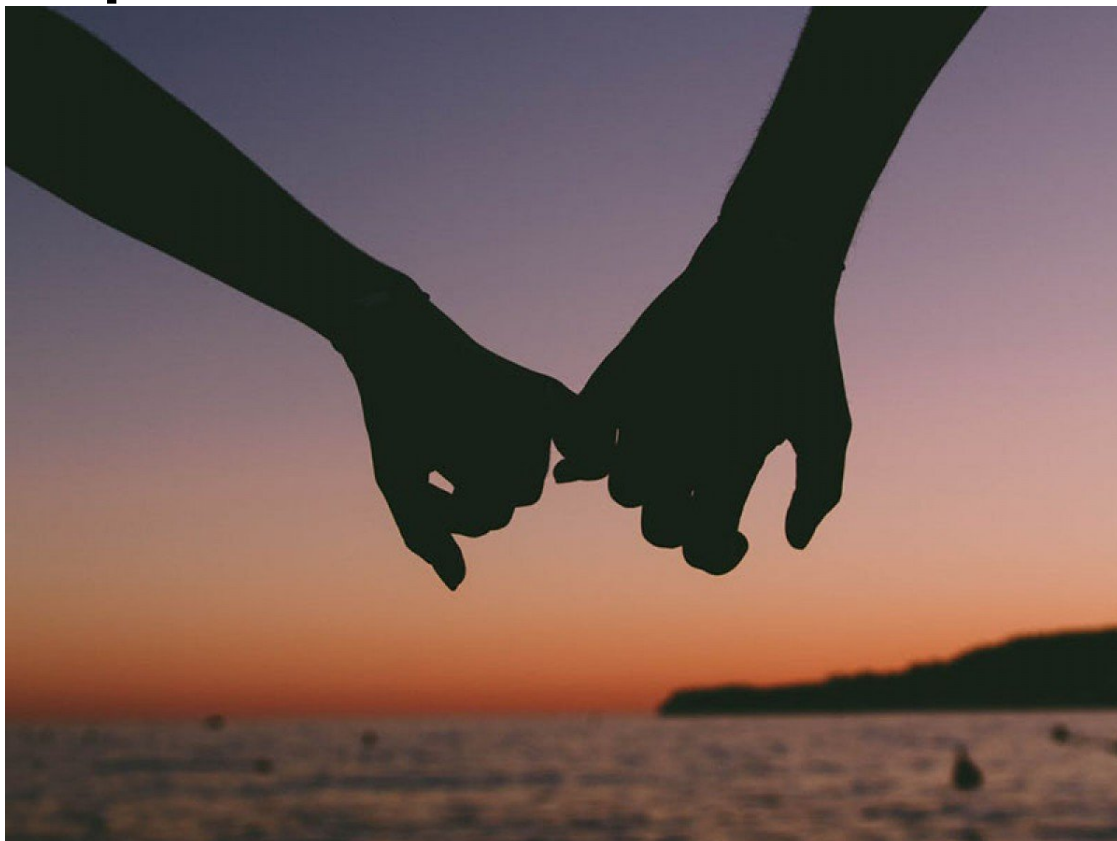




Per què tothom està tornant a parlar de les relacions poliamoroses i tot el que n'has de saber



L'altre dia us explicàvem que Brat Pitt tenia una relació amb la model Nicole Poturalski. Tots dos van ser vistos junts pujant a un avió privat direcció al sud de França, on l'actor té una casa. **Doncs bé, avui diversos mitjans han publicat que la model està casada des del 2012 amb l'empresari Roland Mary, amb qui manté una relació poliamorosa.**

Segons el Daily Mail, van acordar veure's amb altres persones des que **es van conèixer i deixar fora de la relació "sentiments tan tòxics com la gelosia"**.

Arran de la notícia, molta gent s'ha preguntat en què consisteixen exactament les relacions poliamoroses i si són el mateix que les relacions obertes. Doncs bé, segons la sexòloga Elena Requena i la psicòloga Leticia Galeón, no. Totes dues expliquen a la revista GQ que una relació oberta consisteix en l'acord per part dels dos membres de la parella de mantenir relacions sexuals amb altres persones. **En canvi, el poliamor implica relacions fora de la parella més emocionals i íntimes. És a dir, amb certa implicació sentimental.**

Sigui com sigui, els límits i les "normes" no són fixes, sinó que els marca cada parella de mutu acord. **De fet, establir "pautes" és clau per a què aquest tipus de relacions funcionin,**



segons asseguruen els experts. Aquests són els consells que donen des de *Psicologia y mente*:

```
[playbuzz](function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=id;d.js.src='https://embed.ex.co/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script','playbuzz-sdk'));
```

[/playbuzz]

Versió sense playbuzz

- Partir d'una relació sana i amb un vincle fort.
- Fer-ho de mutu acord: és important que la voluntat d'iniciar aquest tipus de relació sigui sincera per part dels dos, si una de les parts ho fa perquè si sent "obligat", la cosa pot acabar malament.
- Establir límits i normes de manera consensuada.
- Ser comunicatius i expressar de manera clara el que es vol i el que se sent.
- Ser sincers amb les persones amb qui es mantenen relacions fora de la parella per evitar malentesos.