



# Els secrets que fan que una relació oberta funcioni

[inicentrareport]Cada cop és més fàcil conèixer a persones joves (i no tan joves) que tenen una relació no monògama. De fet, segons explica la professora de psicologia Nicole K. McNichols, **el 4% de la població dels Estats Units té una relació d'aquest tipus.**

Tot i que s'està normalitzant, encara existeixen molts mites al voltant d'aquestes relacions com, per exemple, que és només una excusa per ser infidel i no tenir problemes. **"A diferència de l'engany, la no monogàmia consensuada es basa en límits clars"**, explica l'experta. Per tant, no es pot comparar amb una infidelitat.

També se sol pensar que les persones que formen una parella no monògama tenen un estil d'aferrament evitatiu. Això no és del tot cert, tot i que **les persones amb aquest estil d'aferrament solen estar més predisposades a tenir aquest tipus de relació.**

Pel que fa a la gelosia, no és que les persones que tenen una relació no monògama no siguin geloses. La gelosia sempre està allà, però **"en les relacions sanes, consensuades i no monògames es discuteixen estratègies per prevenir i gestionar la gelosia abans que sorgeixin problemes"**.

I no, una relació oberta o poliàmora no et farà més feliç, com molta gent creu. Només s'ha demostrat que les parelles no monògames són una mica més felices que la resta, però no gaire més. Al final, l'important és que cadascú tingui **el tipus de relació que li vingui de gust, que hi hagi molta comunicació i que les expectatives sexuals estiguin satisfetes.**

[facentrareport]