



SALUT | | Actualitzat el 15/12/2024 a les 08:37

## «Relació oberta» la consulta de la setmana



[inicicentrareport]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 17 anys: "Relació oberta"**

*Hola! Fa casi dos anys que tinc parella, tot ha anat bé fins ara però fa cosa de 3 dies que la meva novia està molt rara amb mi. No em tracta com abans i no sé, la noto diferent. Avui m'ha dit que si m'agradaria tenir una relació oberta, a mi no em fa gens de gràcia que la meva novia es lli ni faci res amb una altra persona, però tampoc li vull dir que no perquè no vull que s'enfadi amb mi. I si ja no sent el mateix per mi? I si li agrada un altre i no m'ho vol dir? Tinc massa coses al cap i m'està rallant molt aquest tema i no sé què fer.*

### **Resposta de la sexòloga del Consultori:**

*Hola,*



---

*És normal que estiguis atabalat, els canvis sempre són difícils i més quan no els has decidit tu. Però la realitat és que la teva parella t'ha fet una proposta i pot ser un bon moment per parlar de la vostra relació.*

*És normal que t'apareguin tots aquests dubtes, però al final l'única persona a qui li pots preguntar és a la teva parella, perquè és la única que té la resposta. Expressa-li com et sents, tal com ens ho has escrit en el missatge. També li pots comentar que tu no vols una relació oberta, però que tens por que s'enfadi i per això se't fa tan difícil parlar-ne.*

*L'important és que els dos us sentiu lliures dins la relació i que feu allò que us ve de gust fer, no per obligació o per por que la parella s'enfadi.*

*Gràcies per la consulta i una abraçada!*

Cristina Albó, psicòloga especialitzada en sexualitat

**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]  
[ficientrareport]