



## ¿Existe un secreto para tener una vida sexual más feliz?



Seguro que habéis escuchado muchas veces que en una pareja las relaciones sexuales son importantes. Evidentemente que no todo en una pareja son las relaciones sexuales, pero es una de las cosas más íntimas que una pareja comparte y es aquí cuando se pone a prueba la conexión que puedes tener con la persona que tienes al lado.

Un estudio publicado en la revista *Journal of Personality and Social Psychology* quería descubrir si había una clave para tener una vida sexual feliz en pareja. En vez de centrarse en las conductas sexuales concretas que nos pueden llevar a sentirnos felices, investigaron las expectativas que tienen las personas y su posibilidad de verlas satisfechas.



Durante la investigación se hicieron varias encuestas a más de 1500 participantes. Entre las conclusiones que se encontraron, la principal es que **aquellas personas que creen en el crecimiento sexual progresivo, tienen una vida erótica más feliz**. El secreto, según los investigadores, está en las expectativas que generan las creencias. Los que esperan éxtasis al momento en la relación sexual se ven decepcionados más rápido, en cambio los que intentan hacer crecer la pasión más despacio gozan más de una vida sexual feliz.