



# 10 consells per superar una relació i passar pàgina

[inicentrareport]Després d'una ruptura, de vegades, sentim que la tristesa no acabarà mai i això ens afecta negativament en molts àmbits. Tot i que el més normal després que acabi una relació és estar trist, és important que sentiments com la ràbia o la pena no ens controlin. Si fa molt de temps que intentes superar aquella història amb el teu/va ex, et deixem 10 consells d'experts/es que et poden anar bé:

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

[/playbuzz]

[facentrereport]