



# Què és el love bombing i com saber si n'estàs sent víctima

[inicentrareport]El *love bombing* consisteix en un "**bombardeig amorós**" a través de paraules, accions i mostres d'afecte desmesurades. Sol donar-se quan estàs coneixent per primera vegada a una persona, tot és meravellós i sembla que has trobat a la teva ànima bessona.

Aquest bombardeig d'amor és una tècnica que permet atrapar a l'altra persona a causa de la sobre-atenció amorosa i afectuosa que rep. Però, en molts casos, la persona qui efectua el *love bombing* acaba perdent l'interès al cap d'un temps i desapareix sense donar cap mena d'explicació.

Quan es dona aquest cas, la persona que ha estat rebent les mostres d'afecte queda totalment desconcertada i es pregunta què ha pogut passar perquè l'altra persona hagi desaparegut d'un dia per l'altre.

El primer que cal tenir clar, és que les persones que acostumen a tenir aquest tipus de comportaments solen ser insegures i fins i tot narcisistes. I, aquesta pràctica, **pot ser perillosa per la salut mental de la persona que la rep**. Alguns senyals que indiquen que estàs sent víctima del *love bombing* són els següents:

```
[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]  
[facentrareport]
```