



7 frases que pots dir en comptes de fer ghosting

[inicentrareport]El *ghosting* és la pràctica de **deixar de tenir comunicació o contacte amb una parella, un amic/a o una altra persona** amb qui es té una responsabilitat afectiva sense cap previ avís.

Les conseqüències per la víctima del *ghosting* són moltes i poden fer molt mal. Per aquest motiu, abans de desaparèixer, és millor dir alguna cosa que deixi clar a l'altra persona que no tens cap interès en seguir la relació. La psicòloga Maria Esclapez ha compartit a través del seu Instagram algunes **frases que pots dir en aquests casos**:

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

[/playbuzz]

[ficentrareport]