



# Això és tot el que necessites per constuir una relació sana

[inicentrareport]Una relació de parella sana és aquella que t'aporta tranquil·litat. Quan has passat per relacions tòxiques, és possible que confonguis aquesta tranquil·litat amb l'avorriment i la falta d'amor, però en realitat significa que has trobat algú amb qui et mantens en una estabilitat emocional conjunta. **Per tal de construir una relació d'aquestes característiques, cal treballar el següent segons la psicòloga María Esclapez.**

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

[/playbuzz]

[fcentrereport]