



## 7 senyals que indiquen que estàs sabotejant la teva relació

[inicentrareport]Sovint, en les relacions de parella es donen de manera inconscient comportaments que acaben perjudicant la relació. És possible que sense adonar-te'n, estiguis tenint una sèrie de conductes que, de mica en mica, estan fent que la teva parella s'allunyi de tu. **A continuació et mostrem alguns senyals que poden indicar que estàs sabotejant la teva relació:**

```
[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://experience.ex.co/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);})(document,'script','exc o-sdk');
```

[/playbuzz]

És important detectar les conductes que estan sabotejant la teva relació i identificar el motiu pel qual es donen. Anota totes les causes i, un cop ho tinguis, serà el moment de començar a treballar amb la teva parella per buscar comportaments alternatius que no perjudiquin la relació. Al principi pot resultar difícil, però, amb esforç, la relació anirà millorant.

[ficentrareport]