



# Les 6 etapes per recuperar-te d'una relació tòxica

[inicentrareport]Alguna vegada has viscut una relació tòxica? Els experts expliquen que hi ha 6 etapes per superar un abús psicològic. Aquestes etapes, però, no sempre succeeixen en ordre cronològic, sinó que algunes poden ometre's o repetir-se.

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

[/playbuzz]

[ficentrareport]