



ACTUALITAT | Redacció | Actualitzat el 29/08/2022 a les 06:00

# Coses que són normals en una relació llarga (tot i que potser no es digui)

[inicentrareport] **Les relacions de parella són complexes** i viuen diferents etapes. I és que, com tot, l'amor també es transforma. La clau és tenir-se respecte, comunicar-se i fer-se costat.

Segons la psicòloga Maria Esclapez, en les relacions llargues hi ha moments de tot i alguns són més habituals dels que ens pensem. **Al seu Instagram en recull diversos per tal de normalitzar-los i visibilitzar-los.**

```
[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]

## **Versió sense playbuzz**

Caure en la rutina

Sempre s'acaba generant una rutina i això no té perquè sé dolent. De fet, ens permet generar estabilitat emocional.

Avorrir-se

Rutina i avorriment solen anar agafats de la mà i no passa res. Avorrir-nos també ens serveix per despertar la nostra creativitat

Estar en silenci

De vegades es generen silencis i no teniu temes de conversa. Això no té perquè incomodar. És completament normal i pot servir, per exemple, per buscar nous hobbies.

Voler temps a soles

Tots necessitem el nostre espai. Si no el tenim podríem sentir-nos absorbits per la relació i això no és sa.

Discuit

Discutir de manera sana motiva la comunicació i fa que la parella puguis evolucionar.

Que no us agradin les mateixes coses

No passa res, que cadascú tingui hobbies diferents us pot enriquir. A més, cadascú pot cedir una mica per fer coses junts.

No tenir tant sexe com al principi

El desig sexual va canviant amb el temps i en la fase "d'amor madur" sol ser inferior que en la fase d'enamorament.

[facentrareport]