



La clau per superar el desenamorament de la teva parella

[inicentrareport] **No és fàcil acceptar que la persona a qui has estimat tant i amb qui has compartit tants moments ja no sent el mateix per tu.** Però a vegades passa i l'acceptació és el primer pas per superar-ho.

Com explica la psicoterapeuta Diane Bart, **com més temps neguis la realitat, més dur serà.** Has d'acceptar que les coses han canviat i que no pots forçar a ningú a estar enamorat/da de tu. Has de ser conscient que els sentiments canvien i que, a vegades, no hi ha un motiu clar. Podria ser que hagis tingut comportaments tòxics, que hagi conegut a una altra persona, que li hagin sortit altres interessos i prioritats... sigui el que sigui, **has d'acceptar-ho.** Un cop ho hagis fet podràs et tocarà fer el següent:

```
[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]