



Consells per superar la por a mostrar-te vulnerable amb la teva parella

[inicentrareport]Amagar les teves vulnerabilitats pot ser un bon mecanisme de defensa en determinades situacions, **però mostrar-te vulnerable en les teves relacions amoroses és necessari**. Aquestes es basen en la confiança mútua i mostrar les vostres debilitats us permet evolucionar. És normal que et resulti difícil obrir-te a la teva parella al principi, però a continuació **et compartim 4 passos que t'ajudaran**:

```
[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]

[ficentrareport]