



Aquestes coses estan fent que autosabotejis la teva relació

[inicentrareport]En tota relació sorgeixen conflictes. És natural i no pots fer-hi res per evitar-ho. Però sovint t'autosabotejes a tu mateix/a i dones lloc a conflictes que es podrien haver evitat si haguessis gestionat millor la situació. **Des de Poosh han elaborat una llista de les accions d'autosabotatge més comunes:**

```
[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]

Aquestes són les conductes més comunes, però hi ha **altres maneres d'autosabotejar la teva relació** com: dir petites mentides a la teva parella per sortir-te'n amb la teva, distanciar-te perquè et sentis insegur/a, la passivo-agressivitat amb què reacciones cada cop que fa una cosa diferent de com esperaves i les discussions que comences per WhatsApp.

[facentrareport]