



## Què és el període d'acoblament pel que passen totes les parelles?

[inicentrareport]Quan una relació comença ha de passar per un **període d'acoblament**. És a dir, una fase en què les dues persones que conformen la relació comencen a **conèixer-se de veritat i a demanar canvis per millorar el vincle i la convivència**.

Com explica la psicòloga i sexòloga Maria Esclapez, és normal demanar canvis en la parella i és lògic fer-ho. El més comú és que **al principi costi adaptar-se al que demana l'altra persona**, ja que tots tenim costums i hàbits que es fa difícil modificar. És per això que cal tenir molta paciència, tant amb un mateix com amb l'altra.

Molts cops haurem de demanar el mateix canvi repetides vegades a la nostra parella i no passa res. Això sí, **tot té un límit i cal tenir en compte que la nostra funció no és educar a l'altra persona**. Si repetim la mateixa petició moltes vegades i no hi ha manera, és possible que haguem de replantejar-nos la relació.

El millor per construir una relació sana és **no forçar les coses i deixar que surtin naturals**. Així que si hem d'anar molt al darrere de la nostra parella i "obligar-la" a fer allò que li demanem, és molt probable que no estiguem fets l'un per l'altra.

[View this post on Instagram](#)



---

A post shared by Maria Esclapez Psicóloga (@maria\_esclapez)

[ficentrareport]