



SALUT | Redacció | Actualitzat el 11/04/2024 a les 10:00

El pitjor error que pots cometre en una relació



[inicentrareport]Les relacions humanes són complexes i el psicòleg Rober N. Johansen ha explicat a Psychology Today que hi ha un error que la majoria de persones comet: **donar per fet la parella**.

A mesura que avança una relació, és fàcil **pensar que la teva parella estarà al teu costat la resta de la teva vida** i deixar d'esforçar-te per enamorar-la cada dia. Això, segons l'expert, és un gran error.

Segons explica, cal tenir present que **la vida és imprevisible i que el que avui tenim podem no tenir-ho demà**. A més, el fet de pensar que la teva parella estarà sempre amb tu pot portar a una **falta de gratitud i respecte** cap a ella.

Així doncs, per cuidar la relació has de deixar de donar per fet la teva parella i **reconèixer activament la seva presència, afecte i generositat**. Cuida-la com si fos el primer dia i expressa-li com d'agraït/da que estàs de tenir-la al costat.

[facentrareport]