



Dos moments crucials perquè la vostra relació funcioni

Potser, en la fase d'enamorament, en què et trobes encara no t'hagis trobat amb alguns d'aquests moments, però tard o d'hora passarà? No et preocupis perquè un cop arribin poden determinar la salut de la vostra relació. **Arribaran moments de discussions i altres de molta felicitat** i, segons la revista *Psychology Today*, la manera en com actueu dirà si funcioneu o no.

Segons l'experta Tara Denny "el que importa no és el tema en què esteu en desacord, sinó la manera en com us comuniqueu". Segons aquesta especialista, **existeixen quatre estratègies generals per afrontar les discussions** i una és l'opció aconsellada.

La primera d'elles, potser la pitjor de totes, és l'activa-destructiva, on una de les parts o totes dues es dediquen a criticar i amenaçar obertament. La segona d'elles és la passiva-destructiva, on hi ha una indiferència molt perjudicial per a la relació a llarg termini. La tercera d'elles és la passiva-constructiva, en la qual no hi ha una gran comunicació però sí una voluntat de reparar les coses.

Finalment, la quarta és l'activa-constructiva que es caracteritza pel treball en equip com a mecanisme de solució.

La manera de resoldre les discussions no només determinaran el futur de la vostra relació, també ho faran els **moments de màxima felicitat** i celebració. Una bona resposta a aquests moments seria la de l'entusiasme, suport i interès. En canvi, si no s'alegra d'una bona notícia o et fa sentir menyspreat/da, hi ha quelcom que no funciona bé.