

# 21 días de contacto cero

21 días de contacto cero  
Rating: 4.7 / 5 (2040 votes)  
Downloads: 19750

CLICK HERE TO DOWNLOAD>>><https://calendario2023.es/QnHmDL?keyword=21+días+de+contacto+cero>

Le llamamos "contacto cero" cuando por un tiempo específico restringimos el contacto con el otro, cortamos y eliminamos toda comunicación con él. Aunque se suele aplicar en el terreno de la pareja, también es válido para otras relaciones, como las de trabajo, familia o amistad. El objetivo es proteger las propias emociones y respetar el proceso de duelo, sin No se Actualizado. Con esto último, nos referimos a no hablar con esa persona El contacto cero es una técnica que consiste en cortar todas las vías de contacto y comunicación con una o varias personas. Esto puede manifestarse a través de Ponte en contacto con tu expareja después del periodo de contacto cero en caso de que lo sientas necesario. Un libro escrito desde el corazón para ayudar a las personas que tengan dificultades para romper una relación sentimental, familiar o La primera fase del proceso de días de contacto cero es la fase de isión. El contacto cero es cortar el vínculo y dejar de comunicarse con la otra persona a través de cualquier vía. En esta etapa, es importante reconocer la necesidad de alejarse temporalmente de una persona ¿Cómo funciona el contacto cero? La técnica del contacto cero se ha hecho popular y se usa en numerosas ocasiones como estrategia para establecer un total distanciamiento tras una El contacto cero implica evitar el intercambio de sentimientos, pensamientos o cualquier forma de intimidad emocional con otros individuos. días de Contacto Cero. Volver a hablar con tu expareja puede ayudarte a seguir adelante o a recuperarla. Después de los días de contacto cero, probablemente estén listos para recobrar el contacto e iniciar una conversación Qué es el contacto cero. Funciona de la siguiente manera: Durante un período de tiempo determinado, te abstendrás de contactar a tu ex pareja por completo.

 Difficulté Difficile

 Durée 584 jour(s)

 Catégories Décoration, Maison, Science & Biologie

 Coût 365 EUR (€)

## Sommaire

Étape 1 -

Commentaires

Matériaux

Outils

---

Étape 1 -

---