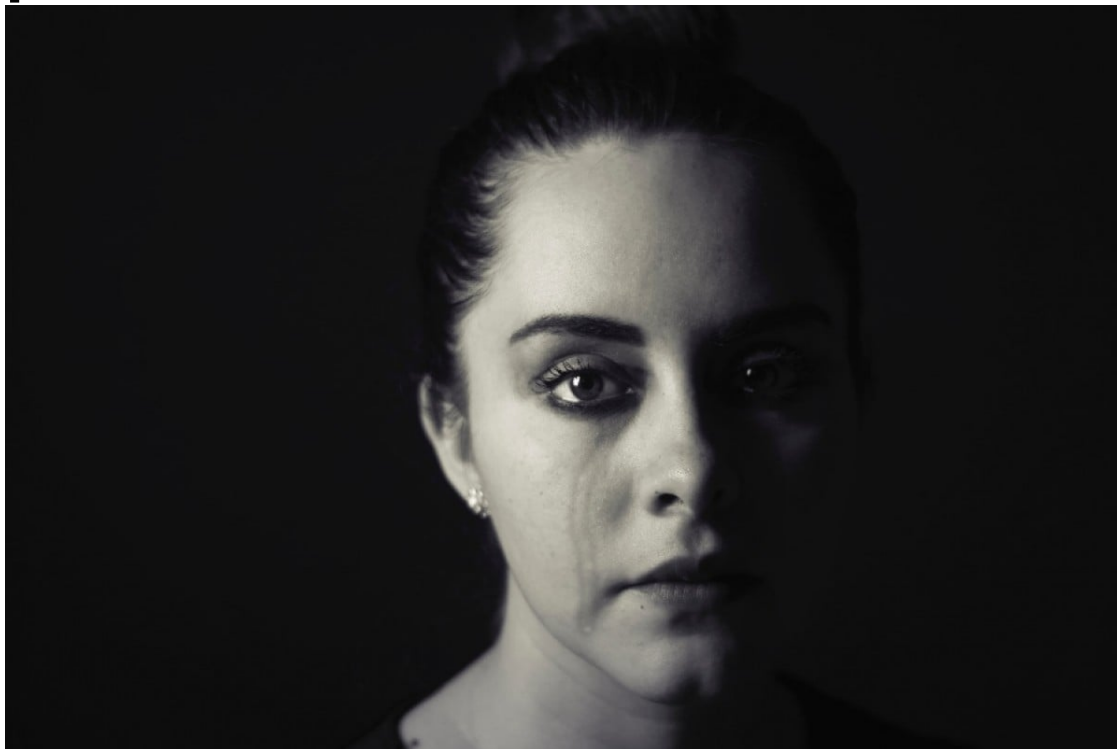




SALUT | Actualitzat el 25/03/2020 a les 10:13

7 fases emocionals que tothom passarà durant el confinament



La situació que estem vivint és totalment excepcional, és per això que té uns efectes directes en el nostre estat d'ànim. La secció "Bienestar" de l'ABC fa parlar amb experts per saber quines seran les **fases emocionals per les que passarem tots i totes durant aquestes setmanes de confinament**:

```
[playbuzz](function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=id;js.src='https://embed.ex.co/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script','playbuzz-z-sdk'));
```

[/playbuzz]

Si us està costant gestionar la distància amb la vostra parella, si us sentiu més angoixats/des de l'habitual o si necessiteu consell sobre com afrontar el confinament, podeu escriure de manera anònima al nou consultori de Confinats. Una persona experta resoldrà els vostres dubtes gratuïtament.

[consultori]5[/consultori]