



CONSELLS | Redacció | Actualitzat el 26/01/2019 a les 09:00

6 trucs que t'ajudaran si ets una persona tímida



Lligar no és fàcil i si som tímids encara menys. I és que sovint, el no saber que dir o els nervis, fan que ens tanquem la porta a conèixer persones noves o a apropar-nos al noi o noia que ens agrada. *El País* ha parlat amb dues psicòlogues per saber quins són els millors trucs per trencar el gel i deixar la timidesa de banda. Us els resumim:

```
[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.playbuzz.com/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);})(document,'script','playbuzz-sdk');
```

[/playbuzz]

Si no pots veure el playbuzz, espera una segons o torna a carregar la pàgina.

Video: <https://www.youtube.com/watch?v=kfdOjJi-J5k>

Des d'@AdolescentsiCat parlem amb el conegut **Tomàs Molina**. Comentarem com porta la popularitat de sortir durant més de 30 anys per la tele i la seva nova estapa com a instagramer i meme català. També li preguntarem sobre l'amor o què mira a Netflix i què escolta a Spotify.

