



TENDÈNCIES | Redacció | Actualitzat el 11/04/2024 a les 06:00

Què és el mode goblin i per què l'has de conèixer

[inicentrareport]Els últims anys no hem parat de veure el concepte de 'that girl' per tot arreu. Noies llevant-se molt d'hora per anar al gimnàs, fer *journaling*, llegir, esmorzar sa, fer-se la *skincare*... Un estil de vida idíl·lic que poca gent té. I no per falta de voluntat, sinó perquè compaginar uns estudis o una feina amb aquesta vida no és gens fàcil.

Ara, però, és tot el contrari el que s'està posant de moda: **el mode goblin**. Segurament alguna vegada has decidit **passar-te tot el dia en pijama mirant la teva sèrie preferida, amb el mòbil apagat i menjant xocolatines**. Doncs això és el mode *goblin*, el sentir-te a gust sense necessitar estar guapo/a i ser productiu/va.

@jackiedroujko Anyone else go goblin mode at their desk #artistsoftiktok #artist #fyp #viral ? YAS QUEEN SLAY - Tank Nerd Gym Trainer

Aquesta nova tendència intenta **desfer-se de la pressió de ser perfecte**. Perquè el concepte de 'that girl', lluny de motivar-te, el que fa és generar-te ansietat en veure't incapaç de tenir aquesta vida. Però, qui et diu que llevar-te a les 6 del matí per complir tots els teus propòsits et farà feliç? **Potser necessites dormir, descansar i deixar la productivitat per un altre dia**. No sempre pots estar al 100% i això està bé.

Des de petits ens han inculcat que cal ser productiu i, quan no ho som, ens sentim malament. Sentim que hem de produir alguna cosa i que hem de treballar-nos el futur. I sí, en part és així, però no sempre. **Descansar és igual d'important que ser productiu/va**. Així que si un dia no et ve de gust anar al gimnàs i el que et demana el teu cos és quedar-te al sofà amb una xocolata calenta, fes-ho sense remordiments.

[facentrereport]