



# Et fa por parlar per telèfon? Aquí tens alguns consells

[inicentrareport]El 80% de la generació Z té fòbia a parlar per telèfon. Això és degut a què han crescut amb missatges de text i, com que no estan acostumats a parlar per telèfon, els genera desconfiança fer-ho i se senten incòmodes.

La coach Mary Jane Copps va crear la consultora "The Phone Lady" amb l'objectiu d'ajudar a les empreses a millorar les habilitats comunicatives dels seus empleats. I és que **a la generació Z mai se li ha donat bé parlar per telèfon**. Alguns d'ells van créixer amb un telèfon fix a casa, però podrien comptar amb els dits de la mà els cops que l'han fet servir.

Per combatre aquesta fòbia, Copps anima a tots els joves a **no enviar missatges de text a ningú durant tres dies**. Així, l'única manera de poder parlar amb algú serà mitjançant una trucada. Al final, trucar als teus amics i familiars sempre serà més fàcil que trucar a un desconegut o a algú amb qui no tens gaire relació.

Una altra estratègia que utilitza Copps per ajudar als seus clients a superar aquesta por és trucar-los sense preavis. D'aquesta manera, els ajuda a enfrontar-se a les trucades inesperades. Per tant, sempre pots demanar a algú amb qui tinguis confiança **que et truqui de tant en tant per anar superant aquesta fòbia**.

[ficentrareport]