



Quins són els límits de la responsabilitat afectiva?

[inicentrareport]La responsabilitat afectiva consisteix a **tenir en compte els sentiments dels altres i també els teus**. Sovint confonem això amb haver de quedar amb tothom i esforçar-nos per no fer mal a ningú, però hi ha vegades que cal ser egoista.

Per exemple, imagina que li agrades molt a una persona i t'escriu cada dia, vol saber què estàs fent a cada moment, insisteix a quedar amb tu... Per molt que senti coses per tu i que el teu rebuig li pugui fer mal, el millor és deixar clars els teus límits. Aleshores estaràs tenint responsabilitat afectiva, ja que **estaràs cuidant-te a tu i estaràs deixant clares les coses a l'altra persona**, impedit que segueixi alimentant els seus sentiments.

que et facin ghosting és molt dolorós, no ho feu mai pq creeu una ansietat i inseguretad de la hòstia, tingueu responsabilitat afectiva i digueu que ja no us interessa, us asseguro que farà menys mal

? Imma (@imlomi) December 25, 2021

El mateix passa quan estàs coneixent a una persona que no et deixa clares les seves intencions. Al principi pots callar i intentar "fluir", però al final li hauràs de dir el que penses. Potser no busqueu el mateix i, per molt que dir-li **pugui significar que això vostre acabarà, ho has de fer tant per tu com per ell/a**.

Poques coses més lletges que si has quedat amb una persona a X hora, no li contestis els missatges fins a X passades i canviant-li tots els plans.

Responsabilitat afectiva també és això.

? Margalida Munar Socias (@margalida_munar) April 2, 2022

En aquest aspecte, cal tenir present que també s'ha de tenir responsabilitat afectiva amb un mateix/a. A vegades se'ns oblida, però és igual o més d'important. I, sobretot, **cal delimitar les actituds que no són responsabilitat afectiva** com, per exemple, aguantar amb la teva parella perquè no vols que ho passi malament si la deixes.

[ficontrareport]