



# És possible enamorar-se d'una celebritat?

[inici centrareport] **Alguna vegada t'has sentit estrany/a per haver-te enamorat d'una celebritat?** Doncs, per molt que sembli estrany enamorar-se d'una persona que no coneixes, és més comú del que creus.

Segons una investigació publicada a *Journal of Social and Personal Relationships*, "**les persones amb tendència a l'aferrament evitatiu o ansiós poden buscar gratificació emocional de celebritats** o, fins i tot, personatges ficticis que s'alineïn amb els seus corresponents trets emocionals d'evitació o ansietat".

Així doncs, hi ha persona que són més propenses a enamorar-se de desconeguts. Els avantatges de fer-ho d'una persona famosa que mai arribaràs a conèixer és que no et pot rebutjar ni fer-te mal, de manera que no cal tenir por perquè saps que no pot abandonar-te.

Cal anar amb compte perquè quan això es dona de manera excessiva és possible que s'estigui reemplaçant les connexions reals per les fictícies, la qual cosa "**obstaculitza el creixement personal i la realització emocional real**".

## Com superar aquest enamorament?

El primer que has de fer és **deixar d'obsessionar-te amb una celebritat**. És a dir, deixa de buscar tot el que fa i de *stalkejar* les seves xarxes socials cada 2 per 3. Limitat a escoltar la seva música, mirar les seves pel·lícules...

I, sobretot, recorda que el que veus a una pantalla **és una persona que realment no existeix**. És a dir, t'enamores de la idea que t'has creat al teu cap, i no de la persona real.

[fincentrareport]