



TENDÈNCIES | Redacció | Actualitzat el 07/05/2024 a les 10:00

Senyals que indiquen que ets una persona sàvia

[inicentrareport]Alguna vegada has sentit que **ets més madur/a que la resta de gent de la teva edat?** Doncs és possible que siguis una persona sàvia.

Com explica el psicòleg estatunidenc Mark Travers, **les persones sàvies mostren una sèrie de qualitats molt notables.** D'una banda, tenen una gran set d'exploració. És a dir, **busquen una comprensió més profunda de la vida** i posseeixen una curiositat innata.

D'altra banda, expressen **preocupació empàtica pel benestar dels altres.** Saben posar-se en el seu lloc, però sense perdre l'objectivitat. També saben **regular les seves pròpies emocions.** De fet, solen emprar l'humor quan es troben en situacions desafiants.

I, una altra cosa molt important, és que **són conscients que no poden controlar-ho tot.** No els genera ansietat que hi hagi coses que se'ls escapen de les mans, perquè saben que així és la vida.

A més, també **són molt conscients dels teus propis prejudicis.**

T'has sentit identificat/da?

[facentrereport]