



El "truc del geni" que t'ajudarà a saber què vols realment

Triar què vols a la vida pot ser un desafiament important. En un món ple d'opcions, influències externes i pressions socials, distingir els teus desitjos genuïns pot resultar complicat. Moltes persones es troben atrapades entre el que creuen que haurien de voler i el que realment desitgen. Aquest conflicte pot generar **confusió i insatisfacció, fent difícil prendre decisions** que realment reflecteixin les teves aspiracions personals.

El vídeo penjat a TikTok per la creadora de contingut, @pensantpensaments, planteja una tècnica per aclarir els objectius vitals.

El truc consisteix a imaginar-se que tens una làmpada i que si la fregues et sortirà un geni. **Aquest geni s'ha quedat sense desitjos, però per ajudar-te t'ofereix dues opcions que has de triar.** A continuació posa exemples:

Imagina que ho has deixat amb la teva parella, el geni t'ofereix: tornar amb la persona o superar la ruptura. En aquest cas concret, si tu tries la primera opció, el que estàs fent és acceptar que no has superat la persona. En canvi, si prefereixes la segona opció que et dona el geni, tens assumit que aquesta relació no funciona ni mai ho farà.

La creadora de contingut exposa un altre exemple. Imaginem que no estàs bé a la feina i tens dues opcions: canviar d'empresa o canviar d'ofici. Si tu tries la primera opció probablement vol dir que el que no t'agrada són les condicions que ara mateix tens; en canvi, si vols la segona opció, cal un replantejament de la vida i la professió que t'agrada.

En definitiva, de vegades estem molts estressats i aclaparats per una situació i no pareu de pensar: "és que vull saber quina és l'opció correcta". Doncs bé, **sovint no és important saber quina és "l'opció correcta" sinó saber el què vols.**

@pensantpensaments Només vull saber que vull #tiktokcat #catalunya #estiktokat #catalunyatiktok #catala #ajuda #CapCut ? Korea?KPOP?Blackpink style?Beat(1365774) - Burning Man