



# «Problema amb amics» la consulta de la setmana

[inici centrareport] Cada setmana rebem varies consultes anònimes d'adolescents com tu que tenen problemes de tot tipus: amor, amistats, dificultats personals, estudis, sexualitat, conductes alimentàries...

Com ja sabràs si ets lector/a habitual, a El Consultori, un equip de psicòlogues i sexòlogues expertes resolen dia a dia les vostres preocupacions de manera totalment anònima. Aquí et deixem una de les consultes d'aquesta setmana.

## Consulta anònima, noia de 13 anys: "Problema amb amics"

*Doncs mira que una amiga meva es va enfadar amb mi perquè a unes nenes els vaig preguntar si ella estava enfadada amb mi, llavors em van preguntar per què ho hauria d'estar i jo els vaig explicar la història. Ella no ho sabia i es devia pensar que estava dient una cosa dolenta sobre ella, però no era així. Llavors es va ficar a plorar i després vaig voler explicar-li tot el problema. Però m'ignorava... llavors jo li vaig enviar un text explicant-li tota l'història i ella es va enfadar molt més i no sé què fer.*

## Resposta de la psicòloga del Consultori:

*Hola!*

*Gràcies per escriure'ns.*

*Primer de tot, què significa aquesta amistat per tu? És molt important? Fa molt que esteu distanciades? Vols tornar a tenir la mateixa connexió que abans?*

*Depèn del que contestis aquestes preguntes et valdrà la pena l'esforç de recuperar-la o no. Si creus que és una amiga molt important i que no la vols perdre perquè us aporteu moltes coses, continua lluitant, disculpa't pel mal entès una altra vegada si fa falta, i llavors deixa-li el seu espai, deixa-li les portes obertes per si reflexiona i vol tornar a reprendre la vostra amistat. Com sempre dic, el més important és fer les coses amb la mà al cor, i això vol dir des de la sinceritat.*

*Si li demanes perdó de veritat, sent sincera i amb assertivitat, la teva feina ja estarà feta, faltaria esperar si ella vol tornar o no.*

*Espero haver-te ajudat i molts ànims!?*

Estrella Dorca, psicòloga juvenil.

**Si tens qualsevol por, dubte o problema ens pots escriure anònimament a través d'aquest formulari especificant si la consulta és de Psicologia general, sexualitat o alimentació i imatge personal:**

[consultori]1[/consultori]

[ficontrareport]