



## «Tinc por de no agradar-li mai a ningú» la consulta de la setmana



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 15 anys: "Tinc por de no agradar-li mai a ningú"**

*Fa casi un mes parlo que amb una persona del meu institut. És de 4t d'ESO i jo vaig a 3r però mai parlem cara a cara, sempre parlem per insta o per trucada i ens quedem fins les 3-4 de la matinada. Fem trucada però sento que només parla amb mi perquè s'avorreix, però a mi m'agrada fa temps i no sé, que tinc por que només es rigui de mi.*

### **Resposta de la psicòloga del Consultori:**

*Hola consultora!*

*Gràcies per escriure'ns!*

*Primer de tot, creus que una persona perdria el temps fins les 3 del matí parlant amb una persona que no li interessa?*



---

*No dic que sigui impossible, però si que és poc probable.  
Intenta gaudir d'aquests moments, d'aquesta connexió i d'aquesta amistat. A poc a poc anireu agafant més confiança i arribarà un dia que parlareu cara a cara o que quedareu en persona.  
Lligar és com una dansa on s'ha de deixar fluir, intenta insinuar que et podria agradar, ho pots fer amb alguna broma, avia'm com reacciona.  
Tot és qüestió de seguir parlant, en algun moment un dels dos farà el pas.  
Si no pots seguir fluïnt i necessites una resposta, demana-li si realment li importes o si només parla amb tu perquè s'avorreix.  
Si necessites respostes, lo millor sempre és preguntar.*

*Espero haver-te ajudat.*

Estrella Dorca, psicòloga especialitzada en adolescència

**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]