



Per què tanta gent espia el mòbil de la parella?

[inicentrareport]Que et mirin el mòbil d'amagat pot ser un cop molt fort a la confiança que tenies cap aquella persona. I és normal? Per què hi ha tanta gent que espia el mòbil de la parella?

La resposta és força evident, pels gelos. Tal com expliquen els experts de Psicología y Mente, els gelos són una emoció que ens ha acompanyat des del principi dels temps. Alguns autors diuen que surten de l'afany per tenir la certesa que l'altra persona senti i manifesti l'amor de forma exclusiva. I és que el control és el component central de la gelosia.

Les persones molt controladores sovint són les mateixes que tenen baixa autoestima i molta inseguretat. Per això duen a terme un seguit d'estratègies per intentar saber en tot moment què està fent l'altra persona i assegurant-se, alhora, que no hi haurà infidelitat.

Per altra banda, les persones que tenen gelosia desmesurada, ho passen terriblement malament. Pateixen molt i busquen recursos per intentar "alleugerir" aquests gelos desregulats. D'alguna manera, mirant el mòbil el que busquen és controlar-se a elles mateixes i demostrar-se que no han de patir, però com a conseqüència acaben controlant a l'altra persona.

Si sents que ets una persona molt gelosa i això et fa passar-ho molt malament o tenir conductes de control cap a altres persones, és molt important que demanis ajuda a un/a professional de la salut mental. Es pot treballar i és essencial fer-ho per viure amb més tranquil·litat i tenir relacions sanes :)

Per aquí també et deixem EL CONSULTORI per si necessites escriure'ns:

[consultori]1[/consultori]

[ficentrareport]