



«No puc més amb aquesta amiga» 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 12 anys: "No puc més amb aquesta amiga"

Hola,

A l'escola tinc varis problemes. Tenia una 'millor amiga' però ella mai em tractava gaire bé. Inventava coses sobre mi i tothom se la creia perquè t'ajuda quan tens un problema i et dona els seus consells. El cas és que jo no em sentia jo i com que ella inventava rumors vaig decidir posar espai. Vaig anar amb unes companyes de classe molt tímides perquè abans ja havia estat amb elles. Però ella es va enfadar, no sé, i no va parar. Ara va a tota la classe i li explica a tothom mentides i les seves amigues se la creuen i com que em deixa com a molt mala persona em critiquen, una vegada van dir que es morissin els meus gats. I jo puc passar d'elles però no de tota la classe i molts dies ploro. Em fa molta vergonya i pal anar al mestre, un cop vaig ser valenta però no va fer res perquè la companya és com si s'enganyés a ella mateixa (diu mentides i crec que ella ho sap però no ho vol creure). Vaig parlar amb ella, amb les meves amigues però res ha canviat. I ara, a sobre, les meves amigues són amigues seves i m'expliquen coses que fa però també li expliquen el que jo els dic.

Resposta de la psicòloga del Consultori:

Hola consultora!

Gràcies per escriure'ns!

Sembla que hi ha un problema greu amb aquesta noia, no pot ser que s'inventi coses de tu i les escampi per tota la classe.

Primer de tot, com has sabut que escampa coses?

Segon, què fas tu quan te'n assabentes?

Tercer, què els hi dius a les teves amigues quan et diuen que aquesta noia et critica?

El més important és que parlis un altre cop amb ella i li facis saber que això que fa et molesta, li has de demanar perquè et fa això, quins motius té i com ho podeu solucionar.

El meu consell és que hi vagis amb "to de pau", amb tranquil·litat i educació sempre s'aconsegueixen més coses que amb ira i nervis.

Prepara't bé a casa tot el que li diràs, parla'n amb els teus pares perquè t'ajudin a fer-te una mica de guió de tot el que li diràs, i pel teu bé, digues-li.



Si un cop has tornat a parlar amb ella i això no canvia, parla amb els teus pares i plantegeu-vos parlar seriament amb el tutor/a del centre perquè us doni un cop de mà.

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]