

COLUMNA PSICOLOGIA AL DIA

LUNES 16 DE NOVIEMBRE DEL 2015

EL TEMA DE HOY

ACTITUDES QUE DEBES EVITAR TENER

Hay personas que lucen bien, pero en cuanto las conoces, solo quieres salir huyendo.

Miles de personas invierten diariamente tiempo y dinero en verse bien: compran ropa de marca, se cortan el cabello con un buen estilista o usan un perfume carísimo. Es verdad que a todos nos gusta vernos bien y preocuparnos de nuestra apariencia, pero **el problema es que a veces estamos clavados en la forma y no en el fondo, y a veces, por enfocarnos solo en el exterior, dejamos de ponernos atención como seres humanos espirituales y conectados.**

¿Te has fijado que existen personas que son sumamente atractivas a la vista pero que, en cuanto las conoces un poquito más, lo único que deseas es salir huyendo?

Esto sucede justamente porque, aunque algunas personas se sientan como estrellas de cine por fuera, **han descuidado algunos hábitos y comportamientos** que, en lugar de apoyar su imagen física, **lo único que logran es convertirlos en personas menos atractivas hacia ellos mismos y hacia los demás.**

Hay hábitos o actitudes que muchas personas tienen y que las hace ver menos atractivas ante los demás por eso es muy importante que los identifiques para saber si coinciden con algo que tú estés haciendo y los corrijas de inmediato, así las personas estarán cerca de ti, no solo por tu apariencia sino por la persona que eres en tu interior

Actitudes que te hacen ver mal como persona

1. Ser egocéntrico:

Hablar solo de ti, no poner atención a lo que otros tienen que decir, hace que las personas se alejen de ti o que no les caigas bien porque solo piensas en ti. Evita el síndrome del yoismo: “Yo ya lo hice todo” y “Soy el único en el mundo” “yo esto” “yo aquello”. Las personas querrán salir huyendo.

2. Ser grosero e irrespetuoso:

Hablar mal de otros y usar adjetivos descalificadores para referirse a los demás no habla bien de ti, a nadie le gusta que le falten al respeto y menos que le pongan apodos, no seas la clase de persona que cree que se ve bien tratando mal a los demás.

3. Creerte un juez:

Calificar de “bueno” o “malo”, “bonito” o “feo” lo que los demás hacen o cómo se ven, de acuerdo a tus estándares y conveniencia no te dejara nada bueno, las personas no viven para complacer a los demás, deja de hacer juicios sobre lo que a tu parecer está bien o mal. Todas las personas tenemos una forma de pensar diferente.

4. Ser inseguro:

La inseguridad te hace ser una persona menos atractiva, a la mayoría de las personas les cae bien la gente que es segura de sí misma y que decide las cosas que quiere hacer. No te centres en lo que no tienes mejor aprovecha y muestra los talentos que te hacen único.

5. Ser cerrado:

Acepta el punto de vista de los demás, no seas cerrado, escucha opiniones sobre ciertos temas. No pienses que lo único válido son tus pensamientos o tú forma de ver la vida; no invalides o minimices otras creencias o formas de expresión.

6. Ser controlador:

Una persona controladora o posesiva no es un buen amigo, las personas que son controladoras piensan que sus amigos solo son de ellos y si los ven con alguien más se ponen celosos. A nadie le gusta esa clase de amigos.

8. Te culpas o quejas todo el tiempo:

Cuando te quejas por todo y nada te tiene contento quedas como una persona amargada y peleada con la vida. Tus amigos y personas cercanas te escucharán en aquellos días malos, pero si siempre estás quejándote o culpándote, acabarán por alejarse de ti.

9. No te cuidas:

Aunque la apariencia física no es lo más importante, tampoco el descuido personal es atractivo ni para ti mismo ni para los demás. A todas las personas les gusta convivir con gente limpia y bien arreglada.

10. Eres deshonesto:

La honestidad es un valor muy grande, cuando careces de este las personas no te ven bien, los que son tus amigos poco a poco se irán alejando de ti, porque no te tendrán confianza y por temor a que algún día les haga alguna mala jugada o los cataloguen también a ellos como personas deshonestas por el simple hecho de tenerte como amigo.

Si sientes que estas teniendo una o varias de estas actitudes es importante que las corrijas de inmediato, y evites esas actitudes que te hacen ver mal como personas, aprende a ser un buen amigo/a. Da una buena impresión de ti a los demás. Preocúpate por tu interior más que por tu exterior, trata de ser una mejor persona cada día. La persona del interior siempre es la que vale más.

Si consideras que te cuesta trabajo cambiar tus actitudes, es tiempo que busques ayuda psicológica, ya que de lo contrario, perderás a muchas personas y se alejaran de ti.

Estimado lector si desea que la Dra. En Psic. Laura Álvarez Alvarado toque algún tema en especial o Consultarla favor de comunicarse a los.

TELS.01 (998) 2-89-83-74 y al 01(998) 2-89-83-75 EXT: 101 Y 102.
E-mail laurisalbavera@hotmail.com

Página Web www.clinicadeasesoriapsicologica.com

TAMBIEN DAMOS CONSULTA EN PLAYA DEL CARMEN.

Les envío un cordial saludo y les reitero mi cariño, agradezco la cantidad de llamadas, felicitaciones y los temas que me solicitan que son de interés para usted. A lo largo de los años que llevo escribiendo para este H. Periódico.