



«Nunca demuestro como soy porque sufrí bullying y quiero cambiarlo...»

PREGUNTA

¡Hola!

No sé si es un problema, pero no me muestro tal como soy cuando estoy delante de gente que no conozco, ya que tengo miedo a que me acepten. Soy una persona muy extrovertida y siempre estoy abierta a hacer amistades, pero nunca demuestro mi parte más divertida, ya que sufrí bullying hace tiempo.

La gente que me conoce sabe que soy una chica divertida y que siempre está dispuesta a ayudar a los otros, pero lo quiero demostrar a todo el mundo...

¿Qué puedo hacer?

¡Gracias!

RESPUESTA

¡Hola!

¡Gracias por confiar en nosotros y escribirnos!

La mejor manera para que no sufras bullying es que te conozcas muy bien a ti misma, te muestres tal cómo eres y si detectas que te vuelve a pasar algo similar, pedir ayuda y contarlo a alguien que pueda ayudarte.

Te queremos recomendar un libro que creemos que te puede ir muy bien. Es de un psicólogo que nos gusta mucho y que escribe de manera muy sencilla y directa:

http://www.walter-riso.com/tp_show/cuestion-de-dignidad/

¡Espero que te guste la lectura!

¡Un abrazo!

TAMBIÉN TE PUEDE INTERESAR LEER: