



L'invidia inquina molti ambienti e contesti lavorativi.

È utile chiedersi: è possibile una forma di protezione?

La migliore schermatura contro l'invidia è l'indipendenza, la forza di continuare a essere se stessi senza farsi intaccare interiormente da critiche e inutili dicerie.

Perché le persone ci invidiano?

Generalmente perché veniamo visti come diversi e quindi come non appartenenti allo stesso "insieme":

l'invidia diventa così una forma di guerra silenziosa che ci costringe ad uniformarci al gruppo.

Questa emozione negativa logora chi la prova, mentre un buon antidoto potrebbe essere: allenarsi a non prendere le cose in modo personale, riconoscendo la propria unicità e permettendo agli altri di essere quello che sono. Proprio questo ultimo passaggio, supportato da una affermazione di questo tipo: " io

permetto agli altri di essere quello che sono

" ci potrebbe liberare interiormente da tanti

[indian tamil girl fucking](#)

gravami interni, facendoci entrare nel regno dell'accettazione, del coraggio e della disponibilità

Spesso ci si protegge da un ambiente di lavoro ostile adottando un comportamento e un linguaggio formali, a volte molto controllati. Tutto ciò non è di assoluta utilità poiché una comunicazione frenata ingabbia gli istinti e le emozioni, e col tempo, ci rende innaturali e rigidi.

Lo stesso vale per chi pesa troppo le parole prima di esprimersi, per chi usa frasi tortuose e piene di subordinate. Il pericolo per soggetti di questo tipo potrebbe essere un bel mal di testa, come sintomo magari di uno sfogo dovuto ad emozioni trattenute/represse.

Anche chi parla troppo veloce, con la preoccupazione di non riuscire a dire tutto, coltiva una forma di comunicazione sbagliata, che nel tempo può scatenare ansia.

Queste considerazioni sono da legare al problema della diseconomia comunicativa che risponderà alla domanda: quanto impiego delle mie risorse e di quelle altrui, nel trasmettere una determinata informazione (logica ed analogica)? L'aspetto emozionale profondo (non verbale e paraverbale) pilota il 90% del processo comunicativo. Diventa fondamentale cominciare a monitorare questo aspetto che generalmente viene completamente trascurato o dato per scontato.