



## Projetar os medos ou raiva nos outros

Nem sempre é fácil olhar para dentro, para os comportamentos e pensamentos que não gosta em si, para as próprias dificuldades, frustrações, inseguranças... Numa tentativa de se proteger, muitas pessoas fogem do seu 'eu', ignorando os problemas por se sentirem confusas ou ameaçadas. Mas tentar ignorar os próprios conflitos, problemas ou dificuldades não funciona e costuma gerar prejuízos emocionais e nos relacionamen-

tos. Podemos fugir de várias coisas nessa vida, mas não de nós mesmos. Rejeitar o que há dentro de si torna a pessoa alienada de quem ela 'é', revelando, na maioria das vezes, um autoconhecimento precário e imaturo, podendo levá-la a projetar nos outros aquilo que na verdade é dela mesma.

Pessoas assim costumam interpretar a realidade de forma distorcida, como por exemplo:

"A pessoa não consegue perceber as suas ações.

Quando ela perde o controle, agindo de forma inadequada ou agressiva, diz que o outro quem se comportou desse jeito.

"Acha que os outros são responsáveis e causadores dos seus problemas, em vez de assumir a sua falta de preparo, habilidade, ação ou motivação para as suas conquistas.

A pessoa com esse perfil torna os momentos difíceis em problemas muito maiores do que realmente são. Fica presa em seu próprio sofrimento

emocional. Olha para o mundo e para os outros com medo ou raiva. Sente-se ameaçada por tudo e por todos, mas na verdade o perigo está dentro de si. O risco está na dificuldade de encarar, lidar e enfrentar os próprios fantasmas, emoções e feridas emocionais. Não conseguir encarar as suas dificuldades a deixa vulnerável emocionalmente e reativa as situações que ocorrem com ela (gerando conflitos de relacionamento na vida pessoal e profissional). Isso

pode levar a sintomas de ansiedade, depressão, estresse.

É importante o autoconhecimento e a autoreflexão sobre a forma que age e reage ao mundo. É fundamental o acompanhamento com o psicólogo quando a pessoa sente que não consegue 'se entender' ou se reconhecer nas suas ações.

**Michelle Dujé**  
é psicóloga formada pela PUC-PR, pós-graduada em Psicopedagogia e possui formação em Psicoterapia de casal. É escritora, colunista e palestrante.

Aniele Nascimento/Gazeta do Povo



# DIA DE ECONOMIZAR

Rede de supermercados faz promoção de 500 itens com até 70% de desconto, mas só hoje

## ATAS E EDITAIS

**GRANDE OPORTUNIDADE !!**

**LEILÃO DE IMÓVEL EM TELÊMACO BORBA/PR**

Imóvel residencial e comercial, terreno de aprox. 450m², casa construída de aprox. 299m², em Telêmaco Borba/PR

**Valor abaixo da avaliação!**

<p><b>2º Leilão</b></p> <p>dia 19/07/2018 às 09:30h</p> <p><b>Valor Inicial: R\$ 387.000,00</b></p>	<p><b>1º Leilão</b></p> <p>dia 17/07/2018 às 09:30h</p> <p><b>Valor Inicial: R\$ 1.252.965,16</b></p>
---	---

Online e Presencial

Local do Leilão presencial:  
Av. Nossa Senhora do Carmo, 1650, 1.42,  
B. Carmo - Belo Horizonte/MG.  
Liloeiro Oficial:  
Gustavo Costa Aguiar Oliveira - JUCEMG 507

O Edital completo e maiores informações poderão ser obtidos por meio do portal [www.gpleiloes.com.br](http://www.gpleiloes.com.br) ou pelo telefone (31) 3241-4164

Material de caráter publicitário. Havendo divergência, fica válido o que consta em edital.

Da Redação  
jornalismo@tribunadoparana.com.br

A rede de supermercados Condor colocará 500 itens em promoção de até 70% hoje. Segundo a empresa, "a ação tem como objetivo disponibilizar promoções especiais de itens relevantes para uma compra realmente útil, além de ajudar o orçamento familiar", já que esta é a última sexta do mês.

Entre os itens, de todos os setores das lojas, em promoção, destaque para a Fralda Huggies Suprema Care

**Destaque para fraldas a 21,80 o pacote com 48 unidades tamanho P.**

Mega, que de R\$ 29,90 será vendida por R\$ 21,80 cada (o tamanho P possui 48 unidades, o M 40, o G 32, o XG 26 e o XXG 26). Tem também suco de uva da marca Bebah, de 1,5 Litro, por R\$

6,99 cada. Outro produto é o desinfetante perfumado Miuano 500ml Lavanda, por R\$ 0,98 cada.

Clientes do Clube Condor que pagarem a compra com o cartão Condor terão direito a uma promoção especial no Óleo de Soja 900ml Pet, que terá preços a partir de R\$ 1,99. A rede tem 19 lojas na Grande Curitiba, e todas participarão da promoção. Confira no site os locais da Rede Condor.