

TEMA POPULAR # 14: 9 de abril

Una mirada alegre al cuidado de su introvertido / extrovertido mientras se queda en casa

COVID-19 actualizaciones del condado de San Juan sobre temas en la mente de los isleños

Descargo de responsabilidad: los autores Courtney y Nathan Kessler-Jeffrey no son expertos en relaciones. No son terapeutas. ¡Han IDO A mucha terapia! (Encuentran que es una parte esencial para mantener una relación saludable. Probablemente entenderás por qué cuando termines de leer).

Segundo descargo de responsabilidad: Cabe señalar que Courtney y Nathan SON dramaturgos profesionales. Es por eso que este tema candente se escribe como un diálogo.

Nathan: Creo que solo voy a agregar renuncias a medida que avanzamos.
Courtney: Eso funciona.
Nathan: Entonces eres introvertida.
Courtney: Mucho.
Nathan: Y yo soy extrovertido.
Courtney: Eso es un eufemismo.
Nathan: ¿Qué consejo le darías a tus compañeros introvertidos que están actualmente en cuarentena con sus socios extrovertidos?
Courtney: Paso # 1: Invierte en auriculares.

Tercer descargo de responsabilidad: este tema popular está patrocinado por auriculares.

Primer descargo de responsabilidad de Courtney: me hicieron quitarme los auriculares para escribir este artículo.

Nathan: OK, ¿Cuál es el Segundo paso?
Courtney: Paso # 2: Los extrovertidos obtienen energía de estar cerca de otras personas. Eso puede ser agotador para un introvertido si es la única persona alrededor. Por lo tanto, recomiendo encontrar formas de lograr que su extrovertido interactúe literalmente con cualquier otra persona. Pero de una manera que suena como si estuvieras cuidando su salud mental.
Nathan: ¿Me puedes dar un ejemplo?
Courtney: “Nathan, ¿Por qué no llamas a tus hermanos y hagan un video de “Happy Hour” juntos?
Nathan: ¡Qué Buena idea!
Courtney: Sola estoy pensando en ti.
Paso # 3: Dormir tarde. Tu extrovertido probablemente se entretendrá durante horas antes de que salgas de la cama.

Segundo descargo de responsabilidad de Courtney: Sin embargo, cuando se levante de la cama, estarán MUY ansiosos por hablar con usted!

Courtney: ¿Cuál es su consejo para todos los extrovertidos que tratan de cuidar a los introvertidos?
Nathan: Dale queso.
Courtney: Creo que eso sirve solo para mí.
Nathan: ¿Tazas de té?
Courtney: ¡Mejor dicho!
Nathan: Creo que estoy entendiendo esto. ¡Espera hasta que se lo cuente a todos!
Courtney: Claro que sí, Nathan... ¡pero, cuando salimos de la cuarentena!
Nathan: Y, ¿qué dices a cerca del ejercicio y saliendo de la casa?
Courtney: Bueno, hay que tener un balance, ¿no es cierto? Tu y yo estamos en estas juntos, y nos tenemos que cuidar los unos a los otros, pero también a nosotros mismos. El ejercicio y salir de la casa son buenos para ti. Y yo los hare contigo a veces, porque somos compañeros, y estamos en las mismas juntos. Pero hay veces cuando a mí me hace falta que tu hagas lo tuyo y me dejas a mí tener mi tiempo introvertido.
Nathan: ¿Qué significa “tiempo introvertido”?
Courtney: El tiempo introvertido es tiempo para mí. Momentos tranquilos para ver un programa, leer un libro, trabajar en un proyecto. Por mí misma. Recarga mis baterías metafóricas.
Nathan: Mientras que yo obtengo mi energía de estar cerca de personas.
Courtney: ¡Exactamente! Una de las cosas que trato de hacer por ti es evitar que pienses en lo solo que estás. O cuánto tiempo ha pasado desde que has visto a tus amigos. O, ¡Cuántos días has estado en cuarentena!
Nathan: ¡Aproximadamente cuatro cientos y veinte y siete años actualmente!
Courtney: Seguro.
Nathan: Eso es lo que se siente.
Courtney: Seguro que sí.
Nathan: Y trato de crear espacio para tu tiempo extrovertido.
Courtney: Si la regla de oro es 'Trata a los demás como quieres que te traten', podría ser mejor pensar en la regla del platino durante la cuarentena matrimonial como: 'Trata a los demás de la manera que ELLOS quieren ser tratados'. Porque algo que te ayuda durante “Stay Home Stay Safe” no siempre será útil para mí y viceversa.
Nathan: ¡Es cierto! That’s a good point. And probably a solid place to wrap it up, don’t you think?

Descargo de responsabilidad final: Fue un lugar sólido para terminar este tópico.

Courtney: Posiblemente. ¿Hay algo más que querías decirle a la gente?
Nathan: Fue divertido el escribir esto contigo.
Courtney: Te quiero, guapo. (*poniéndose los auriculares de nuevo*)
Nathan: ¡Ajá! ¡Es tiempo introvertido!