

DIFERENCIA ENTRE LOS CELOS Y LA ENVIDIA

Os dejo un pequeño resumen aclaratorio para que seáis capaces de reflexionar y discriminar si esto que estáis sintiendo se llama “celos” o quizás es “envidia” u otra emoción distinta.

	CELOS	ENVIDIA
<i>Situación respecto al objeto de deseo</i>	Los celos se centran en el miedo a perder algo que ya se posee y se quiere conservar	La envidia se establece respecto a algo que se desea, pero nunca se ha tenido o poseído
<i>¿En quién se enfoca la emoción?</i>	En los celos el malestar no suele proceder de la persona (aunque la relación suele resentirse) sino de una situación que desencadena sospecha o miedo a perder aquello querido.	Cuando se envidia a alguien la atención y el malestar es generado por la persona que genera la envidia
<i>Posibilidad vs certeza</i>	En los celos la emoción se ve generada por la incertidumbre, por el miedo a que otra persona aparezca y se lleve el objeto de deseo o la sospecha de estar perdiendo aquello que es querido	La envidia se asienta en una certeza: la otra persona tiene algo de lo que uno carece
<i>Miedo vs rabia.</i>	En los celos lo que suele predominar es un intenso miedo a perder aquello logrado*	La envidia se centra mucho más en el resentimiento y rabia que genera que el otro tenga aquello que queremos y no tenemos. *

* En ambos casos es probable que haya tanto miedo (a perder o a no lograr lo deseado) como rabia (hacia la persona envidiada o hacia aquellos que puedan llegar a conseguir lo que tenemos).