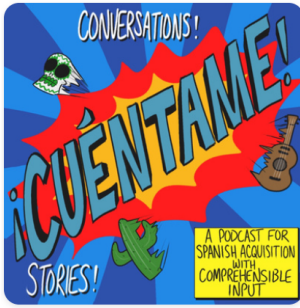




[Episodio 1:54 | El aburrimiento](#)

¡Hola, hola! Bienvenidos a ¡Cuéntame!, un pódcast para la adquisición del español. Me llamo Marta. El tema de hoy es el aburrimiento. A nadie le gusta estar aburrido. El aburrimiento hace que el tiempo pase muy despacio. El aburrimiento también puede causar depresión. Cuando estoy aburrida, pienso mucho en cosas que no me hacen feliz. El aburrimiento puede crear caos en mi mente, o en mi cabeza. Entonces, es mejor, o, es preferible tener la mente ocupada; así el aburrimiento ¡puede también generar creatividad! Cuando estoy aburrida, trato de distraerme con cosas productivas. Por ejemplo, escucho varios pódcast en francés. Otra alternativa es practicar actividades en el exterior. Observar la naturaleza es una excelente alternativa al aburrimiento. Cuando estoy aburrida, también contacto a mis amigos. Socializar es una excelente solución para el aburrimiento. En mi opinión es preferible no usar los medios sociales cuando estamos aburridos. Bueno, con moderación sí. Pero no muchísimo porque puede inhibir la creatividad y la introspección. ¡Es necesario ser más creativos! ¿Y tú? ¡Cuéntame! ¿Te aburres con frecuencia? ¿Qué haces para combatir el aburrimiento? Bueno, eso es todo por hoy. ¡Hasta la próxima!