

Relaciones complicadas: ¿por qué las elegimos?

Si sos de las que, sin querer, te metés en relaciones complejas o tenés un magnetismo para engancharte con el equivocado, ¡leé esta nota!



Existen relaciones que desde que se inician son complicadas. Foto: Corbis

Por Carla Lioi

Especial para revista Ohlala! Web

Muchas veces nos preguntamos cómo es que llegamos a enredarnos en una relación amorosa condenada al fracaso.

En algunos casos, el vínculo empieza de manera informal, creyendo que la relación no va a durar. Pero, inconscientemente, seguimos y cuando queremos darnos cuenta, hace años que estamos estancadas en algo que no avanza y que tenemos dudas si realmente vale la pena.

Existen dos disparadores principales ante esta problemática:

1. Si desde el comienzo sabemos que no va a funcionar y que el otro tiene conflictos que sabemos que no va a cambiar a corto plazo (por ejemplo, acaba de cortar una relación de muchos años, no está dispuesto al compromiso, lleva una doble vida, etc). ¿Por qué tomamos la decisión de intentarlo?

2. Ser conscientes del problema y continuar con la relación, ya sea por costumbre, por miedo a la soledad y sabiendo que la pareja no va hacia ningún lado.

"En muchos casos nos hacemos fanáticos de lo que no podemos tener, o de aquello que sabemos que no se puede concretar y malgastamos nuestra energía, incluso sabiendo que la historia no tendrá un final feliz. Esto sucede, a veces, por **miedo a lo real, al**

vínculo concreto, formal y sobre todo posible", explica Walter Decaleri, psicólogo.

Es importante aprender de los errores cometidos. Es decir, si bien el amor no es racional, hay que tratar de evitar el comienzo de relaciones que sabemos que nos pueden lastimar. Por supuesto, nadie dice que no puedas probar, pero **hay signos e indicios**

así mismo. Por supuesto, nadie dice que no puedas probar, pero **hay signos e indicios en las primeras semanas y meses que dan cuenta de que la relación no está funcionando** y no existe ningún proyecto a futuro.

"Lo que internalizamos del modelo de pareja de nuestros padres, y en especial, de las formas en las que fuimos tratados en nuestra infancia, nos llevará a repetir -de algún modo- algo de aquello experimentado", explica la Psicóloga **Fabiana Porracín**.

Existen algunas relaciones que desde el punto cero son complicadas. Si estás pasando por alguna de las que te vamos a nombrar, estás a tiempo de tomar un nuevo rumbo:

- Salir con alguien casado o con algún tipo de compromiso. Es muy probable que la relación no tenga ningún tipo de futuro.

- Salir con alguien que acaba de terminar una relación. A no ser que sea de esos que pasan de una relación a otra sin hacer el duelo de la pareja anterior (que son casos contados con el dedo de la mano), es muy probable que la relación esté destinada al fracaso porque no van a buscar lo mismo y van a ir a destiempo con los sentimientos. El no va a querer nada serio por ahora y, si no sos una persona paciente, te vas a cansar de esperarlo.

- Salir con el ex o actual de tu mejor amiga o de un familiar. Las relaciones prohibidas, sin duda, causan adrenalina pero las consecuencias pueden ser muy complicadas. Vas a terminar peleada con gente de tu entorno y probablemente los lastimes. Antes de tomar una decisión de este tipo, es importante pensar si esa relación realmente vale la pena.

- Relaciones a distancia. Ojo! No decimos que esta relación no funcione, hay muchas parejas que han cruzado el mapa completo para ver a su amado o amada, pero son relaciones que hay que tomarlas con calma. Al principio se sufre mucho y lo más difícil es sostener el vínculo porque a la distancia cada uno vive su vida. A veces ocurre que conocemos al príncipe azul en la otra punta del mundo, pero otras veces inconscientemente buscamos una relación imposible y difícil de concretar cuando tal vez encontramos a una persona de las mismas características a la vuelta de la esquina.

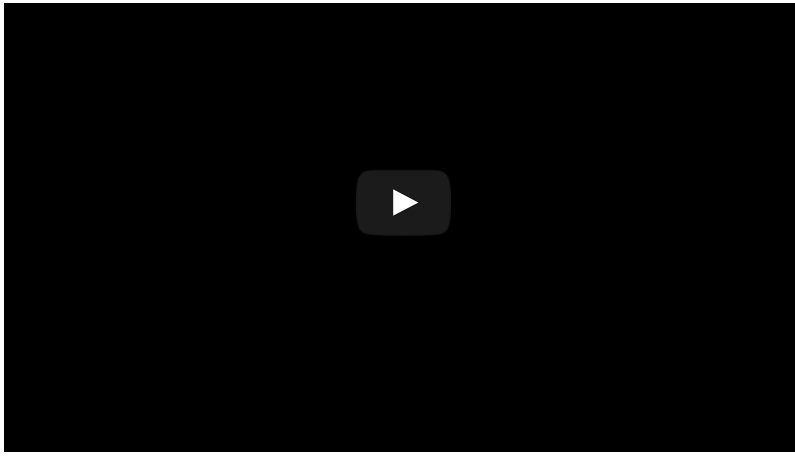
- Relaciones violentas. Si una persona es agresiva o violenta incluso desde lo verbal, ni hablar si te levanta una mano, no esperes nada de él. Claramente no te quiere lo suficiente y no te merece.

Saltar de una relación a otra tampoco es la solución. **Es necesario detenerse a pensar qué es lo mejor para nosotros, encontrarnos con nuestra soledad para valorarnos más y decidir cuándo, por qué y con quién estamos listos para empezar una relación verdadera, o por lo menos intentarlo.** Nadie encuentra a su compañero de ruta en un abrir y cerrar de ojos.

Tampoco hay que tomar como una derrota el vínculo que no funcionó. Al principio, vamos a pasar por ese momento poco agradable típico que sentimos cuando se rompe una relación, pero a medida que pase el tiempo es posible que puedas pensar en lo que NO querés en tu próxima pareja.

Porracín indica que: "Elegir mal sistemáticamente suele ser una forma de sabotear el autocuidado y el bienestar personal. De alguna manera reitera lo aprendido ofreciéndose uno mismo a un modo de "auto-descuido". Y agrega: "Hay eficaces recursos para dejar de acarrear las viejas maletas de viaje: conociendo cómo se llegó hasta allí y aprendiendo cómo abrir una puerta de salida, para que la próxima, no te conviertas en un imán que atrae sistemáticamente complicaciones que vuelven y vuelven, y que tienen como único destino el fracaso."

La peli 500 day of Summer simplifica un poco lo que es una relación complicada:



Vos, ¿tuviste o tenés una relación complicada? Compartí tu experiencia. ✖