

3 MALOS CONSEJOS SOBRE LAS RELACIONES

Por Alejandro Juan-Marcos Barocio | www.alejandrojuaanmarcos.com



En todos lados podemos encontrar conejos sobre citas, ya sea de amigos y familiares, influencers, libros de autoayuda, etc. Algunas de estas recomendaciones pueden ser bastante útiles, pero muchas se basan en experiencias y opiniones personales, en lugar de investigaciones científicas y psicológicas reales sobre las relaciones.

A continuación, te presento tres consejos populares erróneos expuestos por el psicólogo Paul Eastwick, quien investiga cómo las personas inician sus encuentros románticos.

1. Cuando conozcas a la persona adecuada, lo sabrás de inmediato.

Un consejo reconfortante para algunos, es que cuando aparezca la persona adecuada, lo sabrás mágicamente. O que tal vez incluso experimentes amor a primera vista. Desafortunadamente, la evidencia sugiere que no hay magia.

Las investigaciones muestran que muchas personas creen haber experimentado el amor a primera vista, pero, de hecho, los resultados sugieren que este “amor” es realmente solo un sentimiento de atracción física muy intenso, más parecido al deseo. Así mismo, muchas personas que declaran haber tenido amor a primera vista con su pareja, solo están proyectando sus sentimientos actuales hacia sus primeros encuentros con esa persona.

2. Si estás interesado en alguien, date a desear.

Muchos libros de consejos sobre relaciones les dicen a las mujeres que deberían “hacerse del rogar” si desean atraer a un hombre; según esta estrategia, a los hombres les gusta lo que no pueden tener, por lo que una mujer debe actuar sin interés en el hombre que desea, ella debe ignorar sus llamadas e incluso pretender estar ocupada cuando él la invite a salir.

Eastwick indica que de hecho sí nos sentimos más atraídos por las personas que son selectivas con las parejas con las que eligen salir, pero esto no significa que nos atraigan más los prospectos que actúan como si no les agradáramos. En la realidad las cosas son más sencillas, los estudios sobre reciprocidad muestran simplemente que nos gustan las personas que nos quieren.

Como resultado, ser demasiado duros puede enviar el mensaje: “No me gustas”.

3. Los opuestos se atraen.

Las personas a menudo afirman que los opuestos se atraen. Sin embargo, es más frecuente que los humanos con un mismo historial sociocultural tengan menos conflictos, lo que hace que las relaciones sean más fluidas.

Hay momentos en que alguien con una cualidad muy opuesta a nosotros puede atraernos, tal vez eres muy cauteloso y conservador y estás emocionado por alguien que es espontáneo y extrovertido, no obstante, este tipo de cualidades opuestas que inicialmente llamaron nuestra atención, terminan siendo fuentes de fricción; esa persona cautelosa se irrita con un compañero que es imprudente y desorganizado. Es cierto también que no sería ideal terminar con alguien 100% igual a nosotros (probablemente sería muy aburrido) pero tener objetivos, sueños en común y cualidades que hagan de nosotros una mejor persona, son características en las que nos deberíamos enfocar.

En ocasiones nos complicamos aspectos de nuestra vida (como las citas) por querer hacerlos “extraordinarios” cuando al final del día, creo que el éxito de las relaciones radica en principios básicos como ser auténticos, tener una comunicación de calidad y dar lo mejor de nosotros. ¹¹