

EN VIVO

INNOVACIÓN 2050

¿CÓMO ATRAER, GESTIONAR Y FIDELIZAR TALENTO A TRAVÉS DE LA INNOVACIÓN?

ACTIVAR SONIDO





Opinión

Viernes 07 octubre de 2022 | 13:21

Cómo enfrentar una infidelidad



Rolando Sepúlveda
Académico carrera de Psicología Universidad de Las Américas, Sede Concepción

COLUMNA DE OPINIÓN

Nuestra sección de OPINIÓN es un espacio abierto, por lo que el contenido vertido en esta columna es de exclusiva responsabilidad de su autor, y no refleja necesariamente la línea editorial de BioBioChile



A lo largo de nuestra vida atravesamos diversos acontecimientos que pueden constituir hechos que se viven de forma traumática, los cuales podrían ser experimentados con emociones de angustia, tristeza u otras en esa línea. Un suceso de este tipo podría ser una infidelidad dentro de la pareja.

Independiente de las razones por las cuales se llega a una situación como esta, es importante tener claro que siempre surge a partir de una crisis, que puede estar en lo profundo de la relación y no ser conocida por ambos. Con esto, uno podría hacerse una idea de lo difícil que podría llegar a ser un engaño en la relación.

Para atravesar en pareja este quiebre se deben cumplir algunos requisitos que les permitan salir adelante, y hacer frente a un hecho que puede suscitar grandes dificultades para la continuidad de la unión.

Al respecto, es importante contar con la disposición de ambos para intentar recomponer la relación posterior a la crisis. Por muy obvio que sea, no basta con que solo uno esté dispuesto a trabajar en restituirla, pues en muchos casos alguno de los miembros se puede sentir obligado a permanecer en ella, lo cual, sin duda, dificulta las posibilidades de una recomposición sincera y honesta.

Otro elemento importante es pedir perdón sinceramente por lo que ha hecho sentir a la persona afectada. Muchas veces se pide perdón de forma indirecta, lo que produce una marcada diferencia a la hora de trabajar sobre la relación.

Finalmente, y lo más difícil de lograr, es generar un acuerdo en el que ambos se comprometan a no utilizar la infidelidad como “arma” de negociación o como argumento frente a una discusión o desavenencia.

Si bien estos aspectos son centrales para superar la situación, se debe considerar este proceso como una crisis que puede permitir que la pareja emerja de forma positiva, o que se separe, habiendo intentado genuinamente y por convicción recomponer lo dañado.