

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.