

Amar en la distancia

Siempre y cuando exista un vínculo de confianza, y los dos miembros de la pareja acepten la distancia, puede mantenerse una relación estable.

Artículo realizado con la asesoría de la psicóloga, trapeuta de Parejas y Familias, Olga Susana Otero A.

Cada vez es más fácil la comunicación entre las personas a través de la distancia, los **celulares, el Internet**, el Skip, el MSM y miles de programas y métodos de comunicación hacen que **aumenten las relaciones** a pesar de la distancia.

Puede verse que tiene ventajas:

- # La **distancia permite que se idealice con más facilidad** al otro y además como se desea dar lo mejor de si , escribiendo casi todos podemos ser sinceros si lo decidimos.
- # Otra ventaja es lo novedoso y **cambia la rutina para los encuentros**, en general el pasar por el proceso de las citas a ciegas para conocer a alguien o ser presentado como el personaje con quien te parece..... son experiencias que dan OSO y con frecuencia resultan tensas
- # **Las vivencias pueden ser mas profundas o intensas** según este viviéndolo cada persona , hay protección con la distancia y eso da mas seguridad a algunas personas.

Desventajas también tiene:

- # Se presta con frecuencia para que se mantengan **relaciones paralelas** a los matrimonios, en el internet se tiene la mujer ideal y en casa la mujer de carne y huesos.
- # Puede haber **más riesgo de infidelidad y permitiría una doble relación de pareja**, lo más común es que se idealice a la persona que se tiene lejos y se imagine perfecta , esto dificulta las relaciones cotidianas y la nueva posibilidad de conocer otras posibles parejas.
- # La piel es necesaria y escuchar , abrazar , muchas de las expresiones de **afecto físico deben suprimirse y traducirse en palabras** en ocasiones es tan frustrante que las relaciones se enfrían

Para que sea exitosa

- # Ser sinceros
- # Aclarar las expectativas que ambos van teniendo
- # Tener planes y objetivos comunes
- # Planear mezclar la realidad (conocerse) para confrontar la idealización
- # Acordar que espera cada uno del otro con respecto a otros contactos con nuevas parejas
- # Darse oportunidad de que la relación permita el crecimiento personal
- # Definir cuando y porque se separarían desde el principio (por ejemplo si no te conoceré nunca no deseo que entablemos esta relación)