



¿Es posible ser amigos después de una ruptura? Los expertos dicen que sí, pero estas son las razones por las que se complica siempre

Descripción

Continuar una amistad después de una relación amorosa es un poco más complicado. ¿Y porqué? porque normalmente **las separaciones** son escenarios bélicos en los que se tiran granadas dialécticas con todo lo que les incomoda y que hasta ahora se ha mantenido en secreto por el bien común. Cuando termina la guerra, el escenario queda desierto, humeante y lleno de agujeros donde antes estaba.

Tu autoestima queda malherido. aunque quizás esta es una situación límite, pero desafortunadamente muchas relaciones terminan así, con balas verbales.

Y claro, a ver quién es más moderno a veces queremos dejar de lado lo típico: **Podemos ser amigos**. No señores, la posibilidad de construir una amistad después de una ruptura amorosa depende del cariño y respeto que existió tanto durante la relación como durante la ruptura. Y **entender las razones** de ruptura por ambas partes, aunque la decisión haya venido de una sola persona, es algo esencial. Entiende por qué la otra persona decidió terminar la relación, incluso si no compartes ni compartirás su decisión.

Lo más natural cuando quieres iniciar una relación de amistad con tu expareja es irse.

No importa qué tan bien terminaron las cosas, siempre hay heridas que sanar, y la presencia constante de la persona que te lastimó (aunque no haya sido su intención) puede significar que no sana bien. Si logras superar todos estos obstáculos es una amistad con tu expareja **inusualmente sólida** como ambos se conocen mejor, la es mucho más valiosa que en otras relaciones más superficiales.

¿y que pueden ser?

¿Una posible amistad con tu ex? Generalmente todos los derivados de **orgullo herido** ¿Qué queda después de una ruptura? Si eres la persona que decidió terminar la relación que siente la **culpa** puede hacer que comiences una amistad con tu ex sobre una base muy inestable. Si eres el desamparado, puedes ceder al deseo.

Castigar a tu ex exagerando ese daño solo para hacerte sentir mal. Todos estos son sentimientos fundamentalmente humanos, pero debes superarlos si esperas mantener una relación amistosa con tu ex amante.

En definitiva, para ser amigo de tu expareja, lo primero es que la relación con esa persona se base en eso. **Yo respeto**, porque si no fuera así, entonces no tienes ningún interés en tener a esa persona como amiga. Si este fuera el caso, insista en **un período de duelo** donde se asientan los sentimientos de ira y dolor es fundamental. Y cuando eso haya pasado, puedes empezar a pensar en avanzar hacia una amistad.

Paso a paso y sin reclamo. Ser muy consciente de tus sentimientos e incluso hablar de ellos con la otra persona para que no haya grietas. La amistad después del amor existe, pero requiere un trabajo de **honestidad** enormemente.

Fecha de creación

marzo 2023