

COLUMNA PSICOLOGÍA AL DÍA

LUNES 11 DE SEPTIEMBRE DEL 2017

EL TEMA DE HOY

PAREJAS INMADURAS

La madurez emocional es determinada por la capacidad de controlar las emociones y tomar plena responsabilidad de la vida, de manera realista junto con sus oportunidades y desafíos, siendo uno mismo, y no intentando ser como los demás.

Esta se refleja en la capacidad de hacer frente adecuadamente a la ira, la frustración, la culpa, el resentimiento, el miedo, los celos, la tristeza, la incertidumbre y una variedad de otros sentimientos.

Contrario es la Inmadurez que conduce al hecho de que una persona se ha quedado **atorada en estas emociones negativas por no poder manejarlas.**

Las personas que prefieren evadir las cosas antes de enfrentarlas, no hablar del tema, dejarlo para después, considerar que nunca será el momento oportuno; son personas inmaduras que evaden, ignoran o no aceptan que algo está pasando.

Con estas personas llega a ser difícil tratar debido a su capacidad para interpretar y responder a una variedad de problemas de la vida diaria.

En la pareja cuando uno de los miembros no toma en cuenta las particularidades del otro/a, es muestra de que es una persona inmadura en el plano amoroso.

Ante los demás, se puede aparentar ser una mujer u hombre maduro, no solo en la forma de hablar sino también de comportarse, o en el trato con los demás. **Sin embargo, eso a veces resulta ser solo una máscara.**

Es probable que detrás de esa gran imagen se esconda una total inmadurez, que no sepa lo que se quiere, lo que se busca, o que se tome decisiones apresuradas sin entender la magnitud de ellas.

Una pareja con inmadurez emocional se toma mucho tiempo para tomar decisiones que tengan que ver con la relación. Pero también puede ocurrir lo contrario, que fruto de la inmadurez se tomen decisiones sin ser realmente consciente de lo que implica un compromiso o una responsabilidad.

Se llegan a observar **comportamientos adolescentes e infantiles** en todos los niveles. En el plano económico, por ejemplo, no se preocupa por el ahorro, no gestiona sus finanzas tomando en cuenta el futuro. Prioriza el placer inmediato, el elogio del ahora, la exaltación de los sentidos en presente. Siendo impaciente y hasta caprichoso/a.

Quienes no tienen miedo a expresar su opinión están seguros de sus pensamientos y emociones, diferente a quien tiene inmadurez espera a que su pareja adivine sus sentimientos y reflexiones cómo si la pareja tuviera el poder de leer su mente.

La poca comunicación que este "mecanismo" tiene provoca que sea **una de las piedras que puede aparecer en el camino de una pareja**, ya que puede crear tensiones entre ambos al desesperarse, pues no se sabe en ningún momento lo que la pareja piensa y entristecer al pensar que su compañero/a no le conoce lo suficiente para saber que le ocurre.

Una de las principales prioridades de una pareja con personalidad inmadura es **vivir el presente en la relación** desde el punto de vista de hacer aquello que le gusta en cada momento y eso es algo muy bueno, sin embargo, en una relación estable es importante pensar también a largo plazo.

Se llega a producir un choque en las conversaciones cuando uno habla del futuro y se da cuenta de que su pareja no se hace cargo de aquello que quieres hacerle entender porque su posición vital es totalmente diferente.

Tu pareja es inmadura si no asume las decisiones de sus actos, incluso cuando esos actos pueden afectarte de algún modo. El diálogo interior de una persona con personalidad inmadura se centra en el plano del yo.

Idealiza sus necesidades, caprichos, anhelos y objetivos inmediatos. Sin embargo, tiene dificultades para comprender cómo perjudican esas acciones el bien común.

Señales que evidencian inmadurez.

1. La inmadurez viene de la relación con los padres en la infancia.
2. Se evidencia en la comunicación con la pareja.
3. En el plano laboral, son personas inestables que van cambiando de trabajo como cambiando de prendas de vestir.
4. Son personas que tienden a huir o a decir frases como “se me salieron las cosas de las manos”, sin admitir consecuencias de sus actos.
5. No son personas responsables de sus propios comportamientos.
6. Sus papás suelen asumir también comportamientos inmaduros y al parecer es un esquema que se repite de manera generacional.

La persona inmadura vive como si fuese **víctima de las circunstancias externas** en lugar de ser responsable de los acontecimientos que generan sus acciones. Es una persona a la que le cuesta aceptar o pedir disculpas por sus errores.

Sin embargo, no podemos decir que una persona sea inmadura porque le gusta que la consientan, porque quiera hablar como un bebé en un espacio íntimo con su pareja, pues eso es parte de las diversas manifestaciones de amor.

Pero si una persona quiera proyectar una imagen de consentida en cualquier espacio, en el trabajo, con sus compañeros, con los vecinos, con la misma familia, es inmadurez.

No debemos olvidar que para todo hay momentos y que no debemos confundir los roles que tenemos con los demás, en la oficina,

en el sector donde vivimos, en todo lugar. De hacerlo, sí es señal de que falta madurez.

Podemos evaluarnos de manera imparcial. Nos entendemos a nosotros mismos y podemos bromear, reír de uno mismo/a, sin pérdida de la autoestima.

Una persona madura sabe que la mayoría de las preguntas tienen más de una respuesta y también sabe que no tiene todas las respuestas. Sabe cuidar de sus compromisos y no promete más de lo que puede dar.

Toma los cambios y se consciente que la vida tiene altibajos, y que no siempre es algo divertido, seguro y agradable. Busca formas creativas y flexibles para hacer frente a los problemas en la vida, aprende a aceptar a las personas por lo que son.

De allí que estar en una relación con inmadurez haga que te sientas en **una falta de equilibrio constante**, una relación incierta en donde el futuro no se prepara desde el presente.

Todo ello puede producir un gran **cansancio psicológico** ante la sensación de tener que esperar eternamente a que el otro/a cambie. Si estás en este punto recuerda que nadie cambia si no desea hacerlo por sí mismo.

Cada miembro de la pareja es distinto y tendrá diferentes grados de madurez emocional. Estas diferencias dependerán de cómo cada uno resuelve sus propios problemas y cómo lo hace en pareja.

Llegar a la madurez en pareja es conseguir un estado de equilibrio que requiere un **trabajo constante, tiempo y dedicación** que recompensan con dosis de felicidad, estabilidad y confianza que potencian el mantenimiento de pilares sólidos en la pareja.

Características de madurez en la pareja.

- Respeto por el otro/a aún en sus diferencias.

- Buena comunicación, sin malas interpretaciones.
- Proyectos en común que ayuden a construir la realidad de la pareja.
- Amor en grandes cantidades.
- Capacidad de formar una familia (si así se decide), y comprometerse con ella en corresponsabilidad.
- Posibilidad de poder tener cada uno su espacio individual y respetarlo.
- Sinceridad mutua.
- Capacidad de resolver los conflictos.
- Apoyo incondicional.
- Interés en las necesidades del otro/a.

Por tanto, para lograr **la madurez afectiva en pareja** será importante contar con la ayuda de un profesional en psicología, para lograr un buen equilibrio afectivo emocional, que por consecuencia nos da madurez.

Estimado lector si desea que la Dra. En Psic. Laura Álvarez Alvarado toque algún tema en especial o Consultarla favor de comunicarse a los.

TELS.01 (998) 2-89-83-74 y al 01(998) 2-89-83-75 EXT: 101 Y 102.

E-mail laurisalbavera@hotmail.com

Página Web www.clinicadeasesoriapsicologica.com

TAMBIEN DAMOS CONSULTA EN PLAYA DEL CARMEN. Les envío un cordial saludo y les reitero mi cariño, agradezco la cantidad de llamadas, felicitaciones y los temas que me solicitan que son de interés para usted. A lo largo de los años que llevo escribiendo para este H. Periódico.

