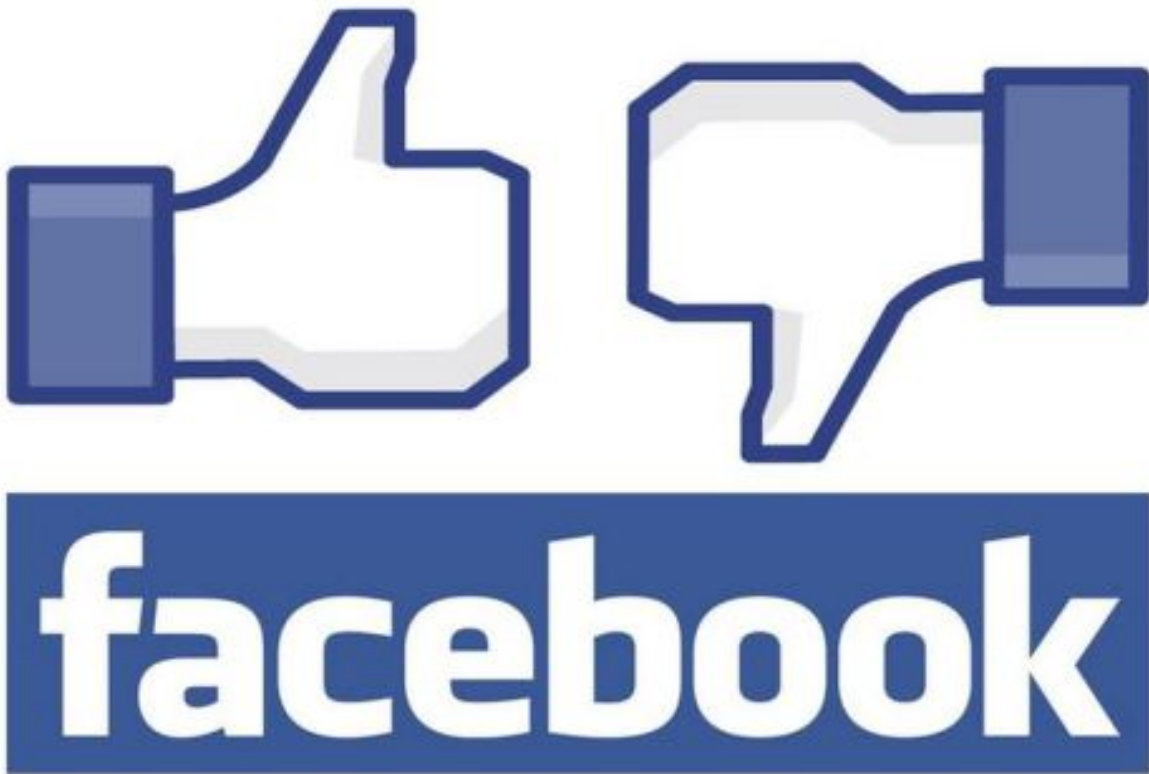
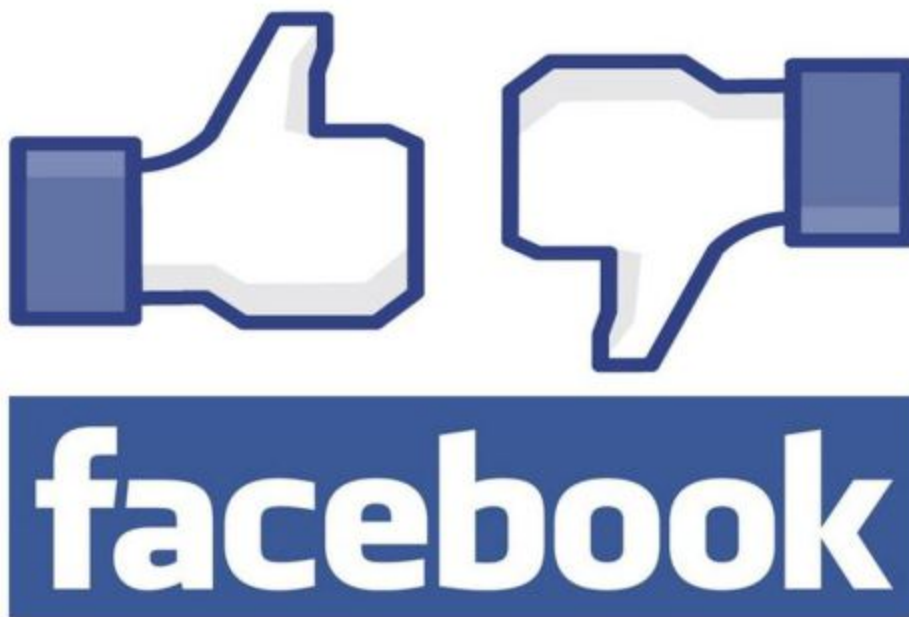


TENDENCIAS

¿Borro o no borro a mi Ex de Facebook?

El Ciudadano · 14 de agosto de 2015





En una época en la que las fronteras entre la vida real y la virtual se diluyen cada día más, no es raro que alguien esté rematando una relación con un “no eres tú, soy yo”, al tiempo que actualiza su estado sentimental en Facebook.

E inmediatamente después visita el perfil de su ahora ex con la intención de romper simbólicamente el lazo, pero al momento de tomar la decisión duda entre oprimir el botón o resistirse a hacerlo. ¿Lo borro o no lo borro? Esa es la cuestión.

¿Qué hacer? Los investigadores que han estudiado el tema no logran ponerse de acuerdo. Hay quien sugiere que la recuperación se vuelve más difícil si no le eliminas y hay quien dice que por el contrario, las exparejas con las que perdemos contacto adquieren algún grado de atractivo místico por lo que mantener la amistad en Facebook puede ayudar a salir adelante. Lo cierto es que no hay una sola respuesta que sea válida para todas las rupturas porque cada relación es diferente y también lo son las condiciones en las que llegan a su fin. Por eso creo que la pregunta ideal es ¿qué necesito?

Si el despecho se ha apoderado de ti y lo que te hace falta es descargar ese coraje, elimínale y de paso borra un par de fotos como un ejercicio catártico. También

hazlo si crees que no serás lo suficientemente fuerte en los días por venir y sospechas que te convertirás en espía profesional y dedicarás horas a revisar su actividad en línea.

Si por otro lado sabes que como pareja no funcionan pero aún le estimas y piensas que en el futuro pueden ser amigos, consérvale entre tus contactos. Eso sí, aunque no le elimines, por lo menos durante algunos meses deja de seguirle para que sus actualizaciones no aparezcan en tu feed. Ya sabes lo que dicen, el tiempo y la distancia ayudan a curar las heridas del corazón.

Y, ¿qué onda con sus amigos y familiares? En este caso lo importante es que antes de decidirte, tomes en cuenta qué tipo de relación tienes con esa persona y no cuál es su lazo con tu ex. Si le conocías de antes o es alguien con quien desarrollaste un vínculo especial, no le saques de tu vida solo porque tu romance no funcionó.

Y tú, ¿borras a tus exparejas de Facebook o no?

visto en **SexLecciones**

Fuente silviaolmedo.tv

Fuente: [El Ciudadano](#)