

TENDENCIAS

La gran pregunta: ¿Elimino a mi ex pareja de Facebook?

El Ciudadano · 5 de noviembre de 2015



 facebook relacion

Seguramente muchos de ustedes se han preguntado si es correcto eliminar o no a su pareja de la red social Facebook. Hay quienes lo hacen y se sienten tranquilos, mientras que otros lo mantienen y con el paso del tiempo superan su ruptura sin ningún inconveniente.

Pues bien, la psicóloga Tara C. Marshall de la Universidad Brunel de Londres, declaró que **es un error eliminar a tu pareja de Facebook** y da a conocer sus puntos de vista.

1. Hacerse adulto es aceptar que las cosas no salen como a uno le gustaría. Por ello, tener a tu ex pareja en el **Facebook** te ayudará a asimilar que ya no volverá a estar a tu lado y, a su vez, te permitirá adquirir un tipo de relación diferente con ella.

2. Si la relación con tu ex no acabó de forma brusca, sino amistosa, podras seguir en contacto de vez en cuando mediante **Facebook**. Esto te ayudará a no pensar en él o ella como una persona nefasta que te hizo un daño increíble, sino como alguien con quien, al final, no congeniaste pero pasaste buenos momentos.

3. Si tu relación es buena, mantener a tu ex pareja en **Facebook** te permitirá apoyarte en él o ella en determinados momentos. Al fin y al cabo, han pasado mucho tiempo juntos y sabe muchas cosas personales de ti que otros no conocen.

4. Si tienes amigos con tu ex en común, eliminarla del **Facebook** será el primer paso para perderlos o distanciarte de ellos. Y es que, al mantenerte a un lado (y más todavía si evitas hablar con ella en la red) es posible que ellos adquieran una confianza mayor con esa persona que, por su parte, no trata de evitarte.

5. Si eliminas a tu pareja del **Facebook**, tendrías que borrar también todas las fotografías en las que apareces con él o ella. Esos instantes de tu vida deben ser atesorados, pues son parte de tí y, cuando los vivías, eras feliz. Aunque la situación haya evolucionado de otra forma, no tienes que considerar que todo el tiempo fue perdido.

Vía: <http://www.achingao.net>

Fuente: [El Ciudadano](#)