

La infidelidad después de Ashley Madison

La infidelidad es un **tema siempre presente en las consultas de pareja**, pero que crece en interés y divulgación, no es de extrañar, la locura desatada por la **filtración de datos de Ashley Madison**, la llegada del verano y con él la exacerbación de los problemas de pareja... la naturalidad con la que se llega a multitud de personas y se establece contactos con desconocidos a través de las redes... Una amalgama que ha salpimentado las conversaciones y los diarios en el mejor de los casos, y que da muestras de las dificultades que hoy en día encuentran las personas y las parejas cuando algo está fallando...

Cómo afrontar una infidelidad

El periódico La Opinión de Murcia nos entrevista hablamos de infidelidad, de causas, de perfiles, de como afrontarla. Respondimos además a las preguntas de los lectores a través del Chat de La Opinión.

Y respondemos constantemente a las cuestiones que se plantean, en consulta, en el blog, a través del correo...

La realidad es que tanto la persona infiel que quiere mantener la pareja como la persona traicionada, tienen **serias dificultades para afrontar**: Si la persona traicionada ha dado más que recibido y el balance de la relación es negativo: he soportado, he dado incondicionalmente, he perdonado, he priorizado a la pareja ante todo, he dejado de lado mis intereses... entonces se hace muy costoso afrontar la situación, se sobrecarga contra uno mismo, porque la persona siente que de algún modo se ha dejado... se avergüenza incluso, por lo que la dificultad incluso mayor supone aceptar una realidad que siempre estuvo ahí...

También aparece el extremo opuesto, en el que la relación tiene una buena base y de repente llega la infidelidad, en estos casos la decepción hacia la otra parte y el porqué son la mayor fuente de dolor y ansiedad.

Mantener la relación no siempre es la mejor opción, la infidelidad es un signo que hay que poner sobre la mesa y analizar.

Lo cierto, es que aquellas personas que quieren continuar su relación lo hacen, superan, no sin trabajo, por supuesto.

El amor es complejo, las relaciones mucho más, pero no por eso debemos renunciar a amar o a disfrutar de una relación.

Te recomiendo leer mi post [Cómo superar una infidelidad](#).

Terapia de pareja para superar infidelidad

Si tienes problemas de pareja o necesitas superar una infidelidad, puedes acudir a terapia de pareja en Murcia, o de manera online.