

¿Me quiere o no me quiere?, el amor en tiempos del social media



Por Pilar Garza y Evelyn Fierro | campus Monterrey

Activos, tecnológicos, entusiastas y poco pacientes son algunos rasgos que distinguen a los *millenials* y *centennials*, quienes han cambiado su perspectiva sobre el amor y la amistad debido al uso de las redes sociales, coincidieron expertas del Tec de Monterrey en entrevista para CONECTA.

Alejandra Acuña, profesora de Industrias Creativas, trazó el perfil de las **generaciones actuales**, como en las que el mundo virtual juega un papel vital.

*“Principalmente son personas que están muy **conectadas a la tecnología**, son una generación que está bastante preocupada por su entorno y por la sociedad, son mucho más activos en todas las áreas”,* expresó.

love width="1920" loading="lazy">

El lazo que une a las generaciones con la tecnología es muy importante para comprender el rol de las redes sociales en sus vidas, dijo Fresia Hernández, directora de la carrera de Psicología Clínica en campus Monterrey.

“Giramos alrededor de las redes sociales, todos nos despertamos con el celular y lo primero que vemos es la pantalla: nuestra forma de comunicación es directamente las redes sociales”, resaltó.

Amor millennial width="5333" loading="lazy">

Si revoluciona la tecnología, ¿también el amor?

El mundo se transforma con el paso de las generaciones, incluida la manera en que interactuamos. Ahora **la tecnología forma parte de la comunicación entre parejas** y existe la posibilidad del cambio en la perspectiva del amor, compartieron las especialistas.

“Creo que el amor permanece, puede evolucionar de alguna forma, pero sigue siendo lo mismo, al final es algo que sentimos desde dentro”, opinó Hernández.

Por otro lado, Alejandra Acuña manifestó que muchas veces podemos crearnos una **idea errónea** de una persona por el contenido que comparte en redes sociales y eso puede afectar la manera en la que vemos el amor.

“Podemos llegar a **idealizar** muchísimo a la persona que está publicando en redes sociales”, explicó Acuña.

¿Cómo vas con tu relación?

Así como las redes sociales han contribuido a **los cambios de perspectiva del amor, también ha tenido efectos en los comportamientos de las parejas**, esto incluye actitudes que parecen ser irrelevantes, pero en realidad causan daño, coincidieron las expertas.

“Las redes facilitan mucho esto: estar en constante pendiente, quien te escribe, quien te da like, porque tú le das like a alguien más”, expresó Fresia Hernández.

Es por esto que las especialistas compartieron algunas señales para detectar actitudes tóxicas en una relación:

Si tu pareja actúa de este modo, ¡ponte alerta!, #AmigaDateCuenta

- Revisa tus redes sociales
- Te pide contraseñas
- No puedes tomar tus propias decisiones
- Vigila quien te manda mensajes
- No te sientes en libertad

so mad width="500" loading="lazy">

¿Cómo tener una relación sana en la época millennial?

La **confianza sigue siendo fundamental en las relaciones de hoy en día**, en especial ahora que se comparte gran parte de la vida privada en redes sociales y genera interacción con personas con las cuales antes no era tan fácil de conectar, señalaron las entrevistadas.

“Cada quien lo vive de acuerdo a la pareja, tendría que ser un acuerdo de ambos: cómo interactúan, cómo viven las redes, como viven su relación en redes”, dijo Hernández.

Sin embargo, se trata de un acuerdo que no debe afectar los derechos de ninguna persona por lo que es importante **respetar las decisiones del otro**, añadió.

*“Saber que todo mundo lo está viendo, no recurrir a estos lugares para publicar la vida privada. Sí, es un lugar en el que nos podemos expresar, pero **hay ciertas cosas que se deben mantener en privadas** y fuera de las redes sociales”,* apuntó Acuña.

Es importante conocer el **valor propio**, no compararse con los demás, darles un buen uso a las redes sociales y separar la vida pública de la privada para vivir una relación sana, finalizó.

Amor millennial width="1795" loading="lazy">

LEE MÁS: