

# “Y vivieron felices por siempre”, ¿una expectativa o una realidad?



Samanta Delgado |Campus Aguascalientes

**10 cosas que odio de ti, Diario de una pasión y Recién casados**, son algunas películas románticas que para la psicóloga Paula Abigail Díaz Salce, fomentan **la idealización, confusión y aspiración a una pareja perfecta**.

Paula en entrevista para **CONECTA**, hace referencia a **Helen E. Fisher**, académica de *investigación del amor, el cerebro y el comportamiento humano* sobre su libro **“Por qué amamos: la naturaleza y la química del amor romántico**.

**Fisher dice que el ser humano puede desarrollar tres sistemas cerebrales cuando se enamora:**

1. **Sexualidad.** El deseo sexual o libido por una persona.
2. **Idealización.** Creación de un modelo de perfección ideal que no corresponde con la realidad.
3. **Apego.** Desarrollo de profundos sentimientos de unión con una pareja a largo plazo ya sea por protección, seguridad o vínculo emocional.

Amor width="917" loading="lazy">

Dicho lo anterior, en la **parte emocional** se **busca el compromiso y el trato en la pareja**. Estas **películas idealizan y rompen con la realidad** pues nos impide ver su verdadera cara.

*Mencionó Paula.*

*El ser humano* es **multifacético y es evolutivo**, debido a esto, **es posible sentir atracción sexual** por una persona, **amor romántico** por otra y un **profundo apego** por otra distinta ocasionando triangulaciones, comentó Paula.

“Este tipo de películas, propicia el aferrarnos o luchar por una relación en la que el amor “todo lo puede pero sabemos que la realidad va más allá”

Películas de amor width="1612" loading="lazy">

Paula, recomienda la película **A él no le gustas tanto** del director *Ken Kwapis*, en la que **se presentan los distintos tipos de relaciones, muestra la realidad y evita las idealizaciones.**

**Bienestar Integral** te invita a **no crear empatía con los personajes, trabajar en una relación auténtica** en la que **el respeto y la comunicación** sean la **base de la relación.**

Asimismo, **asistir a sesiones de psicoterapia o consejería te ayudará a identificar y afrontar tus inseguridades en la pareja.**