

¿Es su pareja un 'tramposo en serie'? Te enseño: ¿Cómo detectar las señales?

La infidelidad de pareja es la ruptura de una promesa de permanecer confiables el uno al otro, en relación de pareja, y esta promesa puede adquirir la forma de matrimonio, noviazgo o unión libre. [La infidelidad](#) es un abuso o mal uso de la confianza que se ha depositado en una relación.



No se puede subestimar el precio que la infidelidad puede tener sobre los cimientos de una relación comprometida. Sin embargo, los tramposos en serie, o personas con un historial de infidelidad repetitiva y compulsiva, pueden introducir una capa adicional de complejidad a un tema que ya de por sí es turbio.

Esto se debe a que no se puede achacar la culpa de las trampas en serie a faltas de juicio aisladas. Más bien, indica un patrón de comportamiento peligroso que puede tener consecuencias emocionalmente devastadoras para varias personas involucradas, incluido el tramposo.

Si bien ciertamente no es necesario sentir empatía por un individuo que participa compulsivamente en comportamientos tan problemáticos, tratar de comprender de dónde provienen sus acciones que puede arrojar luz sobre los problemas más profundos en juego, introduciendo oportunidades para el perdón y tal vez incluso la reforma

Lea, además: [Cómo el narcisismo forma las actitudes hacia la infidelidad en las parejas románticas](#)

Aquí hay tres temas comunes que aparecen en la mayoría de las historias de trampas en serie.

1. Un pasado turbulento y sentimientos de insuficiencia

Los tramposos en serie a menudo cargan con las cicatrices de una historia tumultuosa, y su infidelidad se remonta a problemas no resueltos de su pasado. Estos individuos pueden haber experimentado eventos traumáticos, dinámicas familiares disfuncionales o abandono en sus años de formación, lo que tal vez haya resultado en sentimientos de insuficiencia, baja autoestima o un miedo profundamente arraigado al rechazo.

Las trampas en serie se convierten en una oportunidad para buscar validación y afirmación externa. Participar en múltiples relaciones puede llenar temporalmente el vacío dejado por heridas emocionales pasadas, proporcionando una sensación de valía y sentimientos fugaces de atracción. La emoción de una nueva conquista romántica puede actuar como una potente distracción de su agitación interna, por transitoria que sea, y conducir a un ciclo de infidelidad.

La idea de que la infidelidad está ligada a un pasado difícil tiene respaldo científico. Por ejemplo, una investigación publicada en "Personal Relationships" investigó la conexión entre la infidelidad de los padres y el comportamiento de infidelidad de los hijos. Esto es lo que encontró el estudio:

- La infidelidad de los padres se relacionó con una mayor probabilidad de que los hijos cometieran infidelidad.
- Las personas que experimentaron la infidelidad de sus padres tenían creencias más positivas sobre la infidelidad, a menudo reforzadas por el hecho de que recibieron mensajes contradictorios sobre la infidelidad de su familia.

En esencia, experimentar un trauma en una relación temprana, como presenciar la infidelidad de los padres, puede conducir a estilos de apego inseguros, lo que resulta en problemas de confianza e intimidad que pueden llevar a las personas a buscar conexiones emocionales o físicas fuera de sus relaciones comprometidas.

Para algunos, la infidelidad se convierte en un mecanismo de afrontamiento para abordar la angustia emocional, ofreciendo un alivio momentáneo o la ilusión de control.

El tramposo jamás es responsable y busca siempre la justificación donde no existen razones.

- [Banderas rojas de infidelidad](#)
- [Conozca las "Banderas Rojas" de la infidelidad](#)

2. La comodidad de estar desapegado versus la comodidad de la conexión

Un estudio de 2021 publicado en “Personality and Individual Differences” encontró un vínculo entre la ansiedad por el apego, el miedo a estar soltero y la infidelidad en las relaciones románticas. Los hallazgos revelaron que las personas con mayor ansiedad de apego, que generalmente implica preocupaciones sobre el abandono y un fuerte deseo de cercanía emocional en las relaciones, tienden a experimentar un mayor miedo a estar solteros. Este miedo parece surgir de una preocupación profundamente arraigada sobre la posibilidad de ser abandonado por una pareja o de tener que afrontar las incertidumbres de estar desapegado.

Curiosamente, este miedo a estar soltero no existe de forma aislada; Las personas con ansiedad por apego pueden recurrir a la infidelidad como estrategia para reducir el riesgo de experimentar el mismo abandono que temen.

En otras palabras, las personas que entran en esta categoría suelen albergar un miedo intenso a la soledad. Sin embargo, como todos los humanos, anhelan relaciones significativas y buscan la validación y la atención de quienes los rodean. Sin embargo, cuando entablan una relación, frecuentemente exhiben un desapego emocional como mecanismo de afrontamiento para lidiar con su miedo a la vulnerabilidad y el miedo a ser verdaderamente conocidos por los demás. Además, la proximidad de una relación cercana implica enfrentar las propias inseguridades, un desafío que muchos no manejan con habilidad.

Por lo tanto, hacer trampa ofrece una apariencia de seguridad. Les permite mantener el control sobre sus emociones y evadir la necesidad de abordar sus propias inseguridades y al mismo tiempo preservar la distancia emocional.

3. Comportamiento impulsivo y falta de autoconciencia

La impulsividad es un factor fundamental en el comportamiento de los tramposos en serie. Un estudio de 2018 encontró que las personas que son más impulsivas también tienen más probabilidades de tener actitudes positivas o de aceptación hacia la infidelidad. Pueden ser más indulgentes o menos comedidos cuando se trata de sus opiniones sobre la infidelidad en las relaciones, lo que explica por qué algunas personas son más propensas a cometer infidelidad o aceptarla en sus relaciones.

Estos individuos tienden a actuar según sus deseos y antojos sin pensar mucho en las posibles consecuencias de sus acciones. Siempre buscan la emoción, el entusiasmo y la novedad en las relaciones.

- [La investigación revela las razones más comunes por las que la gente miente](#)

La perspectiva de tener aventuras clandestinas y entablar relaciones prohibidas tiene un atractivo irresistible para ellos. El secreto y el riesgo que implican tales asuntos proporcionan una intensa descarga de adrenalina que es increíblemente estimulante para los tramposos en serie.

Además, este comportamiento impulsivo suele coexistir con una falta de conciencia de uno mismo. Es posible que los tramposos en serie no comprendan completamente sus motivaciones o los factores emocionales subyacentes que impulsan sus acciones. Quedan atrapados en un ciclo de búsqueda de gratificación inmediata sin tomarse el tiempo para hacer introspección o reflexionar sobre las razones más profundas detrás de su comportamiento.

Conclusión

Hacer trampa puede atraparte en un bucle sin fin. Si usted o su pareja se encuentran atrapados en el ciclo de la infidelidad, es importante que recuerden la posibilidad de cambio y curación. Comienza reconociendo y asumiendo la responsabilidad de su comportamiento, impulsado por un deseo interno genuino de cambio, en lugar de simplemente buscar preservar una relación. Es un camino que exige compromiso con la autoconciencia, la curación y el crecimiento personal continuo.



- 5 etapas de las relaciones íntimas
- El poder de la humildad
- ¿Cómo nos enamoramos?
- Una técnica sencilla para sentir más amor por tu pareja
- ¿Cuál de los 12 patrones de relación describe mejor el suyo?
- ¿La intimidad importa?