

TU EX TE HABLA

Antes de nada, conviene saber las conclusiones de este estudio de la Universidad de San Luis: la **amistad** entre una **ex pareja** suele ser más frágil que la amistad entre dos personas que nunca tuvieron una relación sentimental. Son menos comprensivos emocionalmente, menos útiles, menos confiados y están menos preocupados por la felicidad del otro. Esto ocurre sobre todo a los que no estaban satisfechos cuando eran **pareja** y en los casos en que sólo uno de los dos quiso romper. Ese estudio también indica que si tus amigos y familiares quieren que sigas siendo amigo de tu ex, es más probable que lo hagas. Si lo mantienes en tu vida sólo por la presión de tu entorno, será un error.

Si un ex te escribe un mensaje nos podemos plantear si es que meramente inicia conversación contigo porque has sido alguien relevante en su vida o detrás de ese mensaje hay gato encerrado.

Mi ex me manda mensajes preguntando cómo estoy, ¿es normal? Si es normal recibir un mensaje de una persona con la que has pasado tiempo. Aunque todo depende de las circunstancias y del contenido de ese mensaje. ¿Por qué mi ex pregunta como estoy? Que tu ex te hable y te pregunte cómo estás puede significar muchas cosas:

- La primera, que **has sido una persona importante en su vida** y por ello perder el contacto contigo de forma brusca o no volver a saber nada de ti es algo que no va con su personalidad, y a pesar de que el amor se haya terminado no lo ha hecho el aprecio que os tenéis.
- Otra opción también es darte a conocer que sigue allí y que **sigue pensando en ti**, es una forma de “llamar tu atención” e intentar recuperar algo contigo, un sigo estando allí y no me olvides. Cuando una ex pareja te habla también es bueno valorar el tiempo que hace que habéis terminado, eso te dará pistas de si puede ser que vuelva a querer algo o no, si la ruptura es muy reciente quizás

aún no ha procesado esta, por el contrario si ya hace algún tiempo le ha dado más

Si aún no has superado la ruptura y crees que hablar con esa persona te va a perjudicar por lo que va a despertar en ti **es mejor que dejes la respuesta para más adelante**, cuando estés preparado o preparada para afrontar una conversación con tu ex pareja