

¿Cómo sé si estoy en condiciones para tener una cita?

PALABRAS CLAVE

emociones | compatibilidad | compromiso | banderas rojas



Es normal sentir curiosidad por encontrar novio o novia, especialmente cuando ves historias sobre el amor juvenil en la televisión o notas que tus amigos han comenzado a salir. Repasemos dos factores que debes tener en cuenta a la hora de decidir si estás en condiciones para el romance:

- preparación emocional, y
- consideraciones prácticas

Sabrás que posees **disposición emocional** si puedes relacionarte con los siguientes lemas:

"Me amo y me siento en plenitud sin otra persona".

Aceptar quién eres es el primer paso para atraer a una pareja con la que también te sientas a gusto. Las relaciones sanas requieren de dos personas que buscan a alguien que profundice en su vida, no que la complete. Si sientes que necesitas una pareja para sentirte bien, no estás en condiciones para tener una relación.

"Me gusta pasar tiempo conmigo, a solas".

La alegría se puede multiplicar cuando se comparte con otra persona, pero una pareja no está destinada a reemplazar los pasatiempos, los intereses, los amigos, la familia y el tiempo a solas. No importa el estado de tu relación, no descuides el desarrollo de tus habilidades, pasiones y felicidad. Tu confianza e independencia serán vistas como cualidades atractivas para los demás y un signo de madurez emocional.

"No tengo expectativas utópicas sobre un futuro novio o novia".

Tener expectativas en una relación puede ayudarte a identificar las "señales de alerta" y ahorrarte el tiempo y la angustia de entrar en relaciones poco saludables. Sin embargo, saber qué cualidades priorizar y sobre cuáles ser más flexible es igualmente importante. ¡Mantén el equilibrio y deja que el viaje se desarrolle de forma natural!

Ahora, cuando se trata de **consideraciones prácticas**, ¿con cuántos de los siguientes lemas te identificas?

"Puedo dedicar suficiente tiempo a las citas".

Antes de comenzar a salir con alguien, considera cuánto tiempo libre tienes para ello. Si crees que puedes lograr un equilibrio entre tu vida escolar o laboral, tu vida social y tu posible vida romántica, es más probable que le des a una relación la atención y el cuidado que merece.

"Soy compatible con esta persona".

¡La compatibilidad entre dos personas es como encontrar las piezas correctas para un rompecabezas! Esto no significa que hayas encontrado a la pareja "ideal" (¡eso es un cuento de hadas!), pero sois similares en las formas más importantes para ti, como tener intereses compartidos, valores similares y una comunicación cómoda.

"Tengo a alguien con quien hablar sobre mi vida amorosa".

Ser capaz de hablar sobre las citas con tu(s) padre(s) o con un compañero o compañera mayor puede brindarte apoyo y consejos sobre la comunicación, el consentimiento y el compromiso, todo lo que puedes experimentar en tu primera relación.

Tómate tu tiempo, confía en tus instintos y cuando sientas una conexión que agregue alegría a tu vida, sabrás que estás a punto para comenzar este nuevo capítulo. Y si necesitas más consejos sobre cómo tener una gran primera cita, ¡echa un vistazo a nuestra infografía aquí!

RELACIONES ROMÁNTICAS

