

Cómo saber cuándo desconfiar de alguien: 5 claves



Tu intuición te puede ayudar a la hora de saber de quién puedes fiarte y de quién no. Sin embargo, hay una serie de claves que te ayudarán a guiarte para tener en cuenta cuándo desconfiar de una persona.

Puede que los años te hayan dotado de un sexto sentido que funciona casi como un detector de metales. Enseguida te alerta para indicarte cuándo desconfiar de alguien. Es cierto que la experiencia es sabia y que, **al final, almacenamos buenos aprendizajes para saber en quién es mejor depositar nuestra amistad o afecto y a quién es mejor evitar.**

Sin embargo, **en ocasiones ese filtro nos falla** y dejamos cruzar las puertas de nuestro corazón a la persona menos indicada, a quien lo deja todo revuelto y nos roba lo más preciado que puede otorgar el ser humano: la confianza. En

ocasiones nos llevamos más de una decepción, sin embargo, en un mundo ya de por sí caótico es importante seguir cultivando vínculos sociales significativos y enriquecedores.

No nos rindamos, porque las buenas personas existen y se alzan como nuestros pilares en el día a día. Es decisivo atender una serie de dinámicas psicológicas que nos pueden revelar qué personalidad no es sincera. **Existen una serie de rasgos, comportamientos y dimensiones capaces de indicarnos qué figura no es conveniente incluir en nuestra vida.** Lo analizamos.

En esta vida no hay que ser unos desconfiados crónicos. Construir lazos enriquecedores revierte en la felicidad. Sin embargo, es recomendable ser cautelosos a la hora de saber en quién depositar nuestro afecto.

¿Cómo saber cuándo desconfiar de alguien? aspectos que debes atender

Nadie lleva un cartel en el rostro avisando de que no es de fiar. Es más, la propia persona no es consciente de que su amistad, relación y afecto tiene condiciones. Los hombres y mujeres definidos por el egoísmo, es decir, por esa actitud con la que ven los vínculos sociales como entidades de las que obtener un beneficio, suelen tener una visión de sí mismos bastante positiva.

Eso hace que lleguen a nuestra vida siendo plenamente convincentes. Son amables, cautivadores, fáciles en el trato casi siempre y nadie podría intuir que tras esas bellas fachadas, hay intereses ocultos y que a la mínima nos pueden traicionar.

Por tanto, a la hora de saber cuándo desconfiar de alguien es importante no darlo todo por sentado. De ahí, **que sea adecuado tener en cuenta que a veces las apariencias engañan.**

Estas son las claves en las que deberíamos fijarnos.

Hablan en exceso de sí mismos

Todos conocemos a esas personas con un gusto particular por hablar de un tema monotemático: ellos mismos. Bien es cierto que cada cual tiene derecho a compartir con los demás anécdotas, pensamientos, sueños, experiencias pasadas y presentes. Sin embargo, **nadie logra construir un vínculo social significativo si no deja espacio a quien tiene en frente.**

Desconfía si no te preguntan cómo ha ido tu día. Pon distancia si no recuerdan las cosas que explicas, si no dan importancia a tus preocupaciones, vivencias, emociones. **Plantéate dejar esa relación si sientes que a su lado no eres nadie y cuando te visibilizan, es solo para pedirte algo.**

Lo que dicen es lo opuesto a lo que hacen

Si te preguntas cómo saber cuándo desconfiar de alguien **fíjate en qué dicen, qué valores defienden cuando hablan contigo, qué expresan y qué te cuentan sobre ellos mismos.** En esta sociedad abundan las personalidades de doble cara, es decir, las que hacen lo opuesto a lo que defienden.

Son las que te venden su increíble bondad, las que te explican cuánto han hecho por sus amigos y familia y, sin embargo, a la hora de la verdad, nunca están cuando se les necesita.

Te quieren, te admiran y te necesitan: pero solo saben pedirte cosas

Cualquier amistad, como cualquier relación de pareja, se edifica también a través de esa reciprocidad en la que dar y recibir a partes iguales. Hay equilibrio, nada falta y todo acto es nutritivo porque no caben los egoísmos y los chantajes.

Ahora bien, **hay personas que solo saben pedir, lo hacen a diario y de las maneras más sofisticadas posibles.** Se valen de expresiones como “ya sabes cuánto te quiero y por eso solo puedo esto a ti, porque eres la persona en quien más confío”. Cuando estas dinámicas chantajistas se convierten en una constante, es bueno replantearse con urgencia esa relación.

“Confiar en todos es insensato; pero no confiar en nadie es neurótica torpeza”.

-Juvenal-

Cuidado con quien critica en exceso a los demás

Si te preguntas cómo saber cuándo desconfiar de alguien ten en cuenta el factor de la crítica. Hay personas que adoran practicar esa crítica destructiva con nosotros a modo de complicidad. Nos cuentan lo que hacen unos y otros, cosifican a compañeros de trabajo, nos explican lo que hacen algunos de sus amigos, vecinos y familiares.

Estudios como los realizados en la Universidad de Michigan-Dearborn indican que las personalidades que usan esa crítica destructiva de los demás, evidencian relaciones interpersonales muy pobres. No son de fiar y **lo más probable, es que también nos critiquen a nosotros a nuestras espaldas.**

Cómo saber cuándo desconfiar de alguien: la importancia de valorar cómo nos hacen sentir

Tan fácil como eso. **Siempre es importante valorar cómo nos hace sentir esa persona que acabamos de conocer.** Hay quien logra que nos sintamos como en casa desde el primer instante. Sin embargo, hay otras figuras con quienes todo son altibajos. Hoy parecen cercanos y amables y mañana demuestran distancia.

Hoy nos necesitan y mañana ni siquiera responden a nuestros mensajes.

La consistencia en el carácter y esa conexión emocional que confiere calma y no inestabilidad es otra variable que conviene tener en cuenta. Así, y como bien suele decirse, la confianza debe ganarse y esa dimensión lleva tiempo y trabajo.

Seamos prudentes, pero no abandonemos nunca la esperanza: las buenas personas existen y hacen más hermosa la vida cuando damos con ellas.

Fuente: lamenteesmaravillosa.