

POR QUÉ NO ENCUENTRO PAREJA



REFLEXIONES DE UNA
HEAD-HUNTER SENTIMENTAL

VERÓNICA ALCANDA

Prólogo de Teresa Viejo

OBERON

SUMARIO

Prólogo	9
Introducción	11
PARTE I: EVOLUCIÓN DE LAS RELACIONES DE PAREJA	14
Capítulo 1: ¿Qué entendemos por relación de pareja?	17
Capítulo 2: Evolución de las relaciones de pareja	25
Capítulo 3: Tipos de amor y formas de pareja en la posmodernidad	31
Capítulo 4: Amor romántico; ¿quimera o realidad?	49
Capítulo 5: Tendencia, ¿evolución o re-evolución?	53
PARTE II: OPCIONES PARA ENCONTRAR PAREJA HOY EN DÍA	56
Capítulo 6: Medios obsoletos	59
Capítulo 7: Medios tradicionales	65
Capítulo 8: Medios digitales	71
Capítulo 9: <i>Matchmaking</i>	79
PARTE III: MOTIVOS POR LOS QUE NO ENCONTRAMOS PAREJA ESTABLE	92
Capítulo 10: No disponibilidad emocional	95
Capítulo 11: Etapa vital	103
Capítulo 12: Momento para buscar pareja	109

PRÓLOGO

POCAS PERSONAS TIENEN TANTA FE en el amor como Verónica Alcanda, y eso que quienes recurren a ella lo hacen, con demasiada frecuencia, arrastrando un corazón fracturado y con el desencanto alto, pero ella no se desalienta en la búsqueda del amor auténtico. Nos conocimos hace años, sorprendida yo por su oficio, que tenía, a mi entender, algo de alquimia, y pronto conectamos desde una sororidad que nos embarcó en proyectos compartidos: algún rato en la radio, un blog y muchas reflexiones en torno a la sima abismal de la pareja. Quizá se esfumen los proyectos, la amistad permanece.

He aquí la razón por la que disfruto escribiendo estas líneas, ya que es una forma de acompañar a Verónica durante parte de su camino. El propósito de plasmar en un libro sus reflexiones, su aprendizaje y sus experiencias acompañando a tantas personas en la exploración amorosa llega a su feliz fin y me sumo a la celebración.

Cuánta intención proyecta el título, pues si nos preguntamos por qué no hallamos la pareja que anhelamos, es porque estamos presos de una ignorancia sentimental y nos sentimos responsables de ella. Si dicha pareja no está a nuestro lado ahora, se debe a que o no buscamos bien o elegimos mal. La búsqueda de la idoneidad perturba al ser humano, no solo en el amor. Optar por la excelencia nos valida y empodera, equivocarnos nos aboca al fracaso. Pero en pocas elecciones humanas las personas reinciden con tozudez como en el amor; no importa las veces que hayamos tropezado, siempre habrá un último intento... y ahí entra en acción el instinto de Verónica y su «*matchmaking*».

¿Nos enseña alguien a amar? No, pero tampoco a comunicarnos y lo hacemos. Y puesto que el ser humano se cree un experto donde solo existe bisonñez, se agradece el análisis de la autora para conocer cualquier recoveco del ecosistema amoroso en que vivimos. Y, a veces, sufrimos. No deja Verónica espacio a la improvisación en su recorrido por las relaciones de pareja, invitándonos de forma natural a observarnos internamente y autoevaluarnos, demostrándonos que cualquier proceso de búsqueda, de apertura ante el otro en aras de una posible relación, pasa por un profundo conocimiento personal.

Capítulo 13: Expectativas no realistas	113
Capítulo 14: Prejuicios y creencias limitantes	121
Capítulo 15: Falta de flexibilidad	125
Capítulo 16: Rechazo a la hipogamia	129
Capítulo 17: Miedos e inseguridades personales	135
Capítulo 18: Tendencia a elegir parejas inadecuadas	139
Capítulo 19: Objetivos incompatibles	143
Capítulo 20: Diferencias en la concepción de valores	151
Capítulo 21: Escasa dedicación	159
Capítulo 22: El impacto de las adicciones	163
Capítulo 23: La soledad del narcisista	167
Capítulo 24: El síndrome de Peter Pan	173
Capítulo 25: La trampa del ansiado <i>feeling</i>	177

PARTE IV: REFLEXIONES Y RECOMENDACIONES 184

Capítulo 26: Desmontando mitos	187
Capítulo 27: 5 actitudes claves para enamorar	201
Capítulo 28: Las cualidades más deseadas en una pareja	207
Capítulo 29: Rasgos y actitudes más evitados	223
Capítulo 30: 101 consejos para encontrar pareja	229
Capítulo 31: Conclusiones y reflexión final	239
Bibliografía	243
Agradecimientos	244

Si los seres humanos vivimos mucho y aprendemos poco, quizá debamos de corregirlo.

Este es un libro sincero y optimista al tiempo, porque reconocer que habitamos un terreno pulsional, visceral, y casi siempre impulsivo y de satisfacción inmediata no está reñido con sostener una actitud confiada de que el objetivo de encontrar pareja es posible y deseable. No se trata de una quimera, sino de una evolución que nos demanda responsabilidad y compromiso, con uno mismo y con el otro.

Verónica, siempre amena, se expresa con claridad y certidumbre: el arquetipo tradicional de pareja hace mucho que está superado, pero incluso entendiendo que el legado de las generaciones anteriores sea imperfecto, seguimos reconociendo a parejas felices que nos recuerdan a las de antes. ¿Por qué? Como narra la autora, encontrar pareja no es una cuestión de suerte, ni de «medias naranjas», no lo es de tópicos ni de mitos...., surge de sumar una evolución personal y el conocimiento de las reglas del juego, así como de la aceptación de estas (la anécdota del capítulo 19 acerca de la persona en busca de alguien millonario representa el mejor ejemplo, además de una lectura muy divertida). Sabiendo esto, dicha búsqueda no se convertirá en una carrera a ciegas y podremos combinarnos con otros seres en distintos momentos de nuestra vida con más o menos éxito.

Me gusta concebir la pareja como una larga conversación, cuyo objetivo pasa por conocerse y entenderse mutuamente, aunque esto suceda en escenarios quebradizos como son las existencias humanas. Dicho entendimiento implica comprensión paciente, sabiduría emocional y tolerancia empática, y desemboca en una suerte de equilibrio que facilita la vida a quienes forman parte de ella. Este libro no prescinde del romanticismo, sino que lo reinventa para que no nos llevemos a engaño.

Gracias, Verónica, por una hoja de ruta clarificadora para esas personas que ven en el título una idea tortuosa de lo que más ansían. Aportar luz supondrá un hermoso regalo para ellas.

Teresa Viejo

INTRODUCCIÓN

NO OS VOY A ENGAÑAR, este libro no tiene un final especialmente feliz, ni trata exclusivamente de amor. Este libro es para aquellas personas que sienten que, tras muchos devaneos por el mundo de las relaciones, son conscientes de que por fin están preparadas para empezar una relación de pareja estable, y, sin embargo, les está resultando prácticamente imposible conseguirlo.

Lo que aquí comparto es el resultado de una década de trabajo, como *matchmaker* profesional y primera *head-hunter* sentimental en España, dedicada a tiempo completo a ayudar a mis clientes, de forma profesional y ética, en su búsqueda de pareja estable en la era digital.

La sociedad ha cambiado más en las últimas dos décadas que en los últimos 2000 años. Este salto se debe, sobre todo, al impacto de la tecnología. Vivimos en una sociedad en la que priman el «yoísmo», la autocomplacencia y el intercambio del «compromiso» por un «inconformismo» mal interpretado. Nos preocupa más nuestra imagen exterior y el «qué dirán» que nuestros propios sentimientos y nuestras verdaderas necesidades.

Y esta forma de vida la trasladamos también a las relaciones interpersonales. La búsqueda de pareja, la cual se ha convertido en una especie de «caza mayor» del más guapo, más alto, más fuerte... para lucir la «presa» ante nuestro entorno.

Es la era del selfi y los filtros, del «dime con quién sales y te diré cuántos likes quieres». Es como si nos hubiéramos estancado en el nivel inferior de la pirámide de Maslow,¹ en donde priman nuestras necesidades más básicas: comer, beber y practicar sexo. Pero, como seres humanos mucho más desarrollados que nuestros antepasados, ¿dónde quedan entonces nuestras necesidades más elevadas como el reconocimiento y la autorrealización?

¹ Abraham Maslow (1908-1970), psicólogo, introdujo por primera vez el concepto de la jerarquía de necesidades humanas, la cual defiende que conforme se satisfacen las necesidades más básicas (parte inferior de la pirámide), los seres humanos desarrollan necesidades y deseos más elevados (parte superior de la pirámide).

A medida que logramos satisfacer nuestras necesidades fisiológicas y de seguridad, gradualmente aparecen otras de orden mayor, originando las diferencias jerárquicas propias de cada individuo. Tal vez por esto, en un mundo del *fast* TODO (*fast food, fast learning, fast paced...*), siguen teniendo cabida las relaciones sentimentales basadas en valores tradicionales. De ahí el anhelo por encontrar personas afines con quienes compartir nuestra vida, que nos aporten reconocimiento y nos ayuden a crecer como personas, aunque el viaje para conseguirlo no sea un camino de rosas.

Por tanto, con el presente libro espero arrojar algo de luz sobre esta situación social a través de una introducción sobre la evolución de las relaciones y formas de pareja de hoy en día; un análisis de las diferentes opciones para encontrar pareja en la actualidad, sus ventajas e inconvenientes, así como de mis aprendizajes. Todo en aras de ayudar a aquellas personas que desean encontrar una pareja de vida y que, por mucho empeño que le pongan, les cuesta mucho encontrarla; incluso llegan a preguntarse: ¿seré yo el problema? cada vez que lo intentan, al darse de bruces, una y otra vez, en la misión casi imposible que es encontrar una pareja estable en la sociedad actual.

Durante la última década, me he dedicado a tiempo completo a seleccionar, a través de miles de entrevistas, la pareja ideal para mis clientes. En ellas he podido explorar las profundidades, los miedos y los anhelos que tienen las personas en su particular búsqueda del amor, y me considero muy afortunada por haber podido hablar con tanta gente, con caracteres tan dispares, lo que me ha ayudado a obtener perspectivas muy diversas sobre un mismo objetivo.

Dicho lo cual, soy consciente de que mis clientes —aunque los haya elegido yo misma— no representan necesariamente una diversidad de todos los estratos sociales, sino, más bien, de un grupo muy específico del escalafón social. Por ende, cada persona en este libro ha sido cuidadosamente disfrazada para proteger su anonimato, aunque he intentado ser prolija en la elección de mis palabras para mantener la precisión emocional de cada escenario.

Como apunte final a esta introducción, me gustaría contarte cómo he recopilado la información que me ha proporcionado el contenido para escribir este libro. No ha sido a través de encuestas basadas en evidencias científicas, ni de un estudio sociológico a partir de datos recolectados en internet, que alguno hay. Mi aproximación ha sido, más bien, similar a la de un explorador, pues en el desempeño de mi profesión, hablo con cientos de personas, las escucho y reflexiono. Este es mi bagaje y mi materia prima: las entrevistas que he realizado a lo largo de diez años, las historias reales que había detrás de ellas y lo que cada una me ha enseñado sobre este viaje que es la búsqueda de pareja.

Por último, me gustaría disculparme de antemano con aquellas personas que puedan no sentirse del todo identificadas por alguno de los comentarios que expongo en el libro. Como he dicho, la información en la que se basa este ensayo viene de mi experiencia como *head-hunter* sentimental para ayudar a un colectivo muy concreto, casi todos de mediana edad, cuyo objetivo es encontrar una pareja tradicional estable.

PARTE



EVOLUCIÓN DE LAS RELACIONES DE PAREJA

LAS RELACIONES ENTRE SERES HUMANOS han cambiado mucho a lo largo de la historia, no solo por motivos evolutivos, sino sobre todo para adaptarse a las circunstancias de cada momento histórico. Concretamente, las relaciones de pareja han sufrido cambios gigantescos: pasamos de vivir en comunas donde nadie era propiedad de nadie —cada uno tenía su rol, un rol que no estaba escrito pero que era necesario adoptar para garantizar la continuidad de la «especie humana»— a las relaciones actuales en la era de la comunicación digital —que yo denomino «relaciones 3.0»— en donde nos comunicamos más a través de una pantalla, ya sea la de un teléfono móvil o la de un ordenador, que en persona. Y esto, junto a otros factores evolutivos, ha cambiado radicalmente las reglas del juego, juego en el que a algunos la vida no parece haberles dado buenas cartas para poder ganar.

Pareciera que ahora la forma de relacionarse fluctúa todos los días, la generación internet ha dejado atrás mitos como la revolución sexual de los años sesenta y el siglo XXI se postula como el escaparate de un nuevo modelo de comportamiento abonado al 3.0 en donde priman las relaciones sin ataduras ni compromisos, y, sin embargo, aún queda gente que cree en los valores tradicionales de la pareja y quiere mantenerlos, aunque «no estén de moda», preservando algunos de los condicionantes sociales ya casi olvidados.

Por ello, creo necesario hacer un repaso de esta evolución en cuanto a las relaciones de pareja se refiere para poder comprender los cambios acontecidos. Así, tal vez, estemos abiertos a acoger estos cambios e integrarlos en nuestra vida cotidiana para poder «jugar» con las cartas que nos han tocado, pero sin renunciar a nuestros valores.

UN LIBRO PARA QUIENES DESEAN ENCONTRAR PAREJA EN UN MUNDO DE INFINITAS OPCIONES

¿Por qué nos cuesta tanto encontrar pareja hoy en día?
¿Por qué en un mundo veloz e hiperconectado, con tantas
personas a nuestro alcance, nos sentimos más solos que
nunca? ¿Por qué, incluso después de haber tenido varias
relaciones, seguimos cometiendo los mismos errores?

Tras miles de entrevistas realizadas como *head-hunter*
sentimental, ayudando a sus clientes a dar con la persona
idónea, Verónica Alcanda se atreve a responder a estas
preguntas. Para ello combina ejemplos reveladores con
profundas reflexiones, resultado de su experiencia
en la búsqueda de pareja.

Este libro constituye además un interesante análisis
sobre la evolución de las relaciones de pareja;
los distintos medios para hallarla; y los motivos que nos
lo impiden, casi siempre como consecuencia de nuestros
miedos más arraigados. Nos desvela también cuáles
son las características más deseadas y más evitadas,
desmitificando viejos conceptos, de cara a una futura
pareja y concluye con 101 sabios consejos
para encontrarla.

OBERON

www.oberonlibros.com

