

¿Ha escuchado hablar de abusadores pasivos agresivos?



Por **SANDRA PATARROYO**
MADRE, MAESTRA DE
KINDERGARTEN, FUNDADORA
Y PRESIDENTE DE MUJERES
DEJANDO HUELLA.

El término comportamiento pasivo o personalidad pasiva fue descubierto por un Coronel y psiquiatra llamado Guillermo Meninger, quien observó la conducta de sus soldados estadounidenses durante la Segunda Guerra Mundial. Sucede que, cada vez que les daba una orden, estos se resistían a cumplirla porque se veían a sí mismos como débiles e indefensos frente al enemigo.

Médicamente el comportamiento pasivo agresivo se muestra expresando sentimientos negativos, resentimientos y ausencia de comunicación. Las personas con estas conductas suelen expresar indirectamente los sentimientos negativos en lugar de referirse a ellos abiertamente. Es decir, que hay una desconexión entre lo que la persona con trastorno pasivo-agresivo dice y lo que hace. Podría parecer que una persona con trastorno pasivo-agresivo está de acuerdo con lo que le pide otra persona. Pero en lugar de cumplir el pedido, la manera de expresar ira o resentimiento es no cumpliendo con el pedido o con los plazos. Frecuentemente pasan por ser la víctima y el victimario.

Signos de una persona con comportamiento pasivo y agresivo

- Frecuentemente critican o protestan.
- Se irritan fácilmente.
- Actúan de manera hostil o cínica.
- Son tercas.
- Culpan a otros.
- Se quejan de no ser apreciadas.

La agresividad silenciosa es mucho más común de lo que nos imaginamos. La encontramos en las relaciones laborales, entre amigos y, por supuesto, en la pareja. Por ejemplo una mujer está estudiando con su novio en el mismo lugar. Ella está enojada con él pero en vez de decirle que está enojada con él ella le sube el volumen a la música para molestarlo. Este tipo de comportamiento pueden afectar a una persona para tener y mantener una relación saludable.

Los pasivo-agresivos son personas que agreden, maltratan a los demás de una manera tan sutil que ni te das cuenta. Son aquellos que podemos decir "tiran la piedra y esconden la mano". Son simpáticos, no le gustan las confrontaciones pero son muy sarcásticos (as). Nunca se quejan de nada y si tú tratas de confrontarlos siempre tienen una excusa perfecta. Si estás casado o casada o tienes una relación con una persona pasiva agresiva, esta te va a decir otra vez lo mismo, y terminará llenándose de la escena porque es incapaz de afrontar pero sobretodo de reconocer que tiene un problema. Saben herir no con golpes o palabras simplemente para ellos todo está bien. Jamás aceptarán que hay algo malo por temor a ser rechazados y por eso reprimen el enojo.

Es bueno preguntarse: ¿Conoce a alguien así?

El tratamiento o consejo para alguien que tenga este tipo de comportamiento es buscar un psicólogo y consejero. Ellos son importantes para detectar y tratar este tipo de conductas, establecer qué las causa y cómo lograr un cambio. El psicólogo ayudará a que cuando la persona se enoje pueda mostrar sus emociones, resentimiento y baja autoestima.

El terapeuta le mostrará técnicas para manejar estos comportamientos de una manera saludable. La idea es aprender a cambiar esos comportamientos que vienen desde la niñez, esto ayudará a cambiar la manera de pensar todos los días.

Recuerde que usted está a cargo de su comportamiento y usted lo puede cambiar en cualquier momento de su vida.



Mini altavoz portátil

- Bluetooth
- Micrófono incluido
- Copa de succión (para adherirlo al teléfono o tableta)

- Se puede usar como popsocket
- Sonido stereo
- Varios colores para escoger
- Inalámbrico

estilo champiñón

**El regalo perfecto
para esta navidad!**

Ordénalo llamando al **602-751-2106**
o en línea en www.tiendacontactototal.com

Oferta especial
\$14.99