El escritor Gabriel Rolón y tu decisión de mudarte

Gabriel Rolón es escritor, psicólogo, presentador de radio, músico y actor. Nació en Gregorio de Laferrere, provincia de Buenos Aires, en 1961.

Desde hace varios años es uno de los escritores que más ejemplares venden en Argentina. Su libro “Cara a cara. La dimensión humana del análisis” fue presentado en el estadio Luna Park y a ese evento asistieron más de 6500 personas.

Algunos de sus otros títulos son “El precio de la pasión. Mitos e historias al filo de la vida,”, “Historias de diván. Ocho relatos de vida”, “Los padecientes” y “El duelo. Cuando el dolor se hace carne”. Más allá de sus actividades artísticas, el autor dicta seminarios clínicos, es orador en congresos psicoanalíticos, y brinda clases magistrales en universidades argentinas y del exterior.

¿Qué vínculo hay entre las obras de Rolón y tu decisión de cambiar de vivienda y, quizás, de barrio? Te lo contamos aquí.

Los 5 consejos

En sus obras, el escritor aborda temas psicológicos profundos que exploran las decisiones y sus implicaciones en la vida de las personas. Y lo hace de un modo claro, concreto y humano.

En relación con la decisión de mudarte, Rolón podría analizar este proceso desde una perspectiva propia de su especialidad, destacando cómo cambiar de entorno puede desencadenar emociones y desafíos intensos. A partir de sus libros, podría inferirse que sus consejos para quien va a mudarse serán centralmente 5.

1. Anticipar los cambios y expresar las emociones

Es importante que las personas se preparen emocionalmente para la mudanza, reconociendo que implica dejar atrás una parte de uno mismo, y enfrentar una ruptura temporal de rutinas y hábitos cotidianos.

Expresar las emociones es vital. Cuando alguien se anima a decir lo que siente, lo pone en palabras, ya eso genera un alivio.



2. Seleccionar y despedirse

Rolón podría aconsejar a las personas en esas circunstancias que se tomen el tiempo necesario para seleccionar, clasificar y embalar sus pertenencias. Junto con ello, tendrán que

despedirse de algunos objetos, reconociendo el componente emocional que conlleva este proceso.

Hacer esta tarea de un modo vertiginoso y no planificado solo ayudará a sumar más tensión –en las personas y en el grupo familiar–.

3. Reconocer el duelo y la adaptación

La mudanza es, en cierto modo, un duelo que habrá que atravesar. Esto se da también cuando la mudanza se realiza hacia una propiedad más grande, con mayores comodidades o mejor ubicada que la que se deja atrás.

El escritor, en este caso, enfatizaría la importancia de reconocer y procesar las emociones asociadas con dejar un lugar que se consideraba propio, así como la necesidad de adaptarse a un nuevo entorno.



4. Buscar apoyo emocional

A través de amigos y familiares se pueden compartir las preocupaciones y ansiedades que disparan una mudanza.

Buscar ese apoyo emocional será de gran utilidad para quien decida cambiar de vivienda, según Rolón.

5. Hacer foco en el autocuidado

Una constante en las obras del escritor argentino es el autocuidado. Esto conlleva priorizar el cuerpo a través de dedicarle tiempo al descanso, mantener hábitos saludables y practicar técnicas de relajación que ayudarán a reducir el estrés.

En el libro “La felicidad. Más allá de la ilusión”, el autor dice: “Disfrutar de la felicidad depende de una calma interior. Los extremos nunca son felices.



El corredor inmobiliario y su papel como consejero

Un corredor inmobiliario con experiencia sabe cómo acompañar a un cliente que está vendiendo su propiedad y buscando un nuevo hogar. Y lo hace no solo desde el asesoramiento profesional sino también desde la comprensión de sus emociones.

El mismo corredor y sus colaboradores se han mudado más de una vez, de modo que los sentimientos asociadas a esa circunstancia los conocen muy bien.

Junto con ello, la experiencia acumulada con sus clientes les permite ofrecerles a ellos herramientas útiles para usar en cada momento del proceso.

¿Qué es, en último término, una mudanza?

Cuando se cuenta con un corredor inmobiliario calificado es posible darle a la mudanza un nuevo significado. ¿Y cuál es ese significado? Resulta simple: cambiar de vivienda es la posibilidad de vivir una vida más plena y elegida.