

4º ESO
Actividad
2

TE QUIERO... SOLO PARA MÍ

COMPETENCIAS CLAVE

- Autonomía e iniciativa personal.
- Competencia social y ciudadana.
- Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico.

OBJETIVOS

- Desmitificar la relación entre posesión-control y amor desmenuzando y comprendiendo los ingredientes que existen en los celos.
- Llegar a la conclusión de que los celos son una forma de inseguridad y posesión que nada tienen que ver con el amor.
- Ofrecer pistas sobre en qué consisten las “relaciones del buen trato recíproco” sin control, celos ni posesión en la pareja.

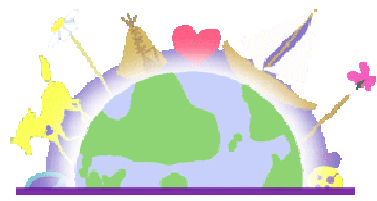
RECURSOS MATERIALES

- Secuencia *Te quiero... solo para mí* (Yo soy la Juani).
- Ficha *Test de la Sinceridad*.

TIEMPO APROXIMADO:



Una sesión de 50 minutos.



SENTIDO PREVENTIVO

Los llamados “mitos de amor romántico” son causantes de que se desarrollen creencias e imágenes idealizadas en torno al amor que en numerosas ocasiones provocan la aceptación, normalización, justificación o tolerancia de comportamientos claramente abusivos y ofensivos.

Por eso es muy importante, a nivel preventivo, enseñar a detectar e identificar estos mitos. En este caso se va a trabajar sobre uno de los mitos más frecuentemente interiorizados en las parejas jóvenes: el “**mito de los celos**” que entiende el amor como posesión y exclusividad. Es la creencia de que los celos son un signo de amor. Esta idea puede llegar hasta considerarlos como un requisito indispensable “del verdadero amor”. Este mito suele usarse habitualmente para justificar comportamientos egoístas, injustos, represivos y, en ocasiones, violentos. Los celos, además, son una de las respuestas que en mayor medida expresan las y los adolescentes al preguntarles por la causa de la violencia contra las mujeres, de ahí el gran valor preventivo que tiene su desmitificación.

ANTES DE INICIAR LA ACTIVIDAD

“La idea que tenemos o “nos han vendido” del amor, en ocasiones conlleva una interpretación muy posesiva de las relaciones. Estas ideas hacen que normalicemos y justifiquemos comportamientos represivos, posesivos e incluso de control, abuso y violencia en nuestras parejas. Vamos a hablar sobre ello”.

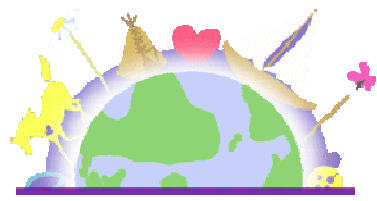
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD



Se pide al alumnado que responda individual y anónimamente al *Test de la sinceridad* (ficha). Para ello van a coger papel y lápiz y van a ir escribiendo sus respuestas.

“Voy a haceros una serie de preguntas del llamado “Test de la Sinceridad”. Vuestras respuestas serán anónimas pero deberéis escribirlas en un papel poniendo al lado el número de pregunta al que corresponde. Se trata de que respondáis Sí o No, de forma absolutamente sincera. Nadie más sabrá lo que habéis escrito. Contestaréis, hayáis o no tenido pareja, en base a vuestra opinión y reflexión personal”

Una vez hayan terminado, se les comenta que muy probablemente la gran mayoría habrá contestado afirmativamente a las cuatro preguntas (si se tiene tiempo y se considera oportuno se pueden recoger todos los papeles y comprobarlo). Se les anima a realizar un breve debate en torno a las preguntas del test partiendo de la siguiente cuestión:



¿Siempre que te fijas, agradas, te lo pasas mejor o necesitas el apoyo de otra persona irremediamente dejas a tu pareja o por ello eres infiel?

Ideas clave para el profesorado para dinamizar el debate: La respuesta a todas estas preguntas es NO. El objetivo de esta reflexión previa al visionado del audiovisual es que el alumnado entienda que es normal sentir emociones agradables con otras personas que no sean la pareja, sin que eso implique infidelidad. Se trata incluso de que entienda lo positivo y enriquecedor de estas emociones.

**2ª
FASE**

“Vamos a ver ahora un fragmento de una película que tiene que ver con lo que acabamos de debatir”.

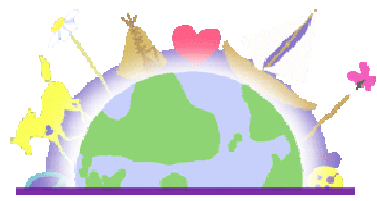
Se proyecta el audiovisual.

Se analizará la secuencia por partes, de manera que se comentarán los diálogos uno a uno para llevar a cabo un análisis y reflexión crítica profunda.

“Acabamos de ver una escena de celos en una pareja. Os voy a ir diciendo frases del diálogo que tienen y os pido que deis vuestra opinión sobre cada una de ellas explicando a qué creéis que se refiere exactamente ese comentario, si pensáis que es frecuente ese tipo de pensamientos y qué peligro puede conllevar ese tipo de ideas en una relación de pareja...”

DIÁLOGOS DEL VÍDEO PARA DINAMIZAR LA REFLEXIÓN

<i>“Te juro por Dios que como le vea que te vuelve a sobar la vamos a tener”</i>
<i>“A ti esto de los celos no se te va a curar hasta que nos casemos, hasta que nos compremos una casa con una piscina”</i>
<i>¡Qué no puedo coño! ¡Qué no te puedo ver con otro! ¡Qué no quiero que mires a nadie! ¡Que te quede claro que no quiero que mires a nadie!</i>
<i>Me mola cuando te pones celoso</i>
<i>Pero escucha, no te pases (¿qué quieres decir?) que yo soy libre tío y de eso no te olvides nunca</i>
<i>¡¡Ni una más, ni una más!!</i>
<i>No te preocupes tonto, pero si yo solo estoy contigo, no ves que me muero contigo</i>



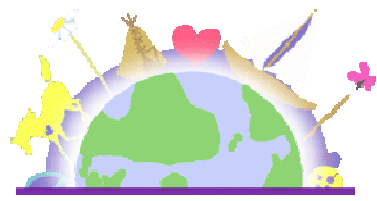
Ideas clave para el profesorado:

- Los celos son una forma de inseguridad y posesión que nada tienen que ver con el amor.
- Seguramente salga en el debate sobre el comportamiento de control y el comportamiento celoso el “tú me lo haces y yo a ti también”. Una reflexión común entre parejas adolescentes al hablar de ambos comportamientos, el de control y el de los celos, es que se consideran generalmente normales y se realizan bidireccionalmente en muchos casos. “Si él me controla, yo le controlo a él”, o “él se pone celoso pero yo también soy muy celosa”, son argumentaciones para admitir estas conductas sin reflexionar sobre lo que realmente implican. En este sentido es importante transmitir que el control tiene que ver principalmente con la pérdida del lugar propio. Cuando las personas dejan en la pareja de tomar sus propias decisiones para comenzar a dejar que su pareja decida por ellas, cuando sus parejas se atreven a decirles cómo se tienen que vestir, a quién pueden o no ver, qué tienen que hacer; cuando ambos miembros de la pareja tienen que estar dando explicaciones al otro de dónde están, de con quién están, de qué mensajes reciben en el móvil... se pierde ese espacio propio para tener relaciones y momentos propios.
- Unido a esto, los celos se presentan como un elemento normal en toda pareja que se quiera. Aunque sobre esto se profundizará en el cierre de la dinámica, probablemente salga en esta parte del debate. “Si nunca se pone celoso, querrá decir que no me quiere de verdad” es una argumentación que puede conllevar a admitir celos excesivos por parte de la pareja, justificados porque éstos significan que me quiere mucho. La confusión estriba principalmente en que se afirma que existen “celos buenos”. Debemos recalcar la importancia de diferenciar el límite en el que el sentimiento celoso pasa de ser una muestra de interés a un comportamiento de dominio y control en la pareja.

3ª FASE

Una vez que el grupo ha podido expresar sus opiniones y reflexiones ante las cuestiones planteadas, se dirige el debate, tanto si ha salido previamente como si no, hacia el tema de los llamados “mitos de amor romántico”. En este caso estaríamos hablando del mito o falacia de “los celos son una muestra de amor” que se encuadra en el grupo de mitos de amor romántico que entiende **“El amor como posesión y exclusividad”**.

“Estamos reflexionando sobre el hecho de que los celos tienen que ver con una falta de confianza y una inseguridad por parte de la pareja celosa. ¿Qué pensáis sobre la idea de que los celos son una muestra de amor? ¿Creéis que cuándo una pareja muestra celos es



porque os quiere de verdad? ¿Qué el verdadero amor se demuestra siendo celoso o celoso porque te preocupa que te quiten a tu pareja?"

Se va cerrando el debate ofreciendo información sobre la relación de los celos con los mitos de amor romántico y completando sus aportaciones. Se pueden incentivar las reflexiones con las siguientes ideas clave:

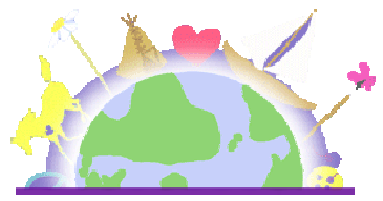
- “Mito de los celos” o creencia de que los celos son una muestra de amor, incluso el requisito indispensable de un verdadero amor. Este mito suele usarse habitualmente para justificar comportamientos egoístas, injustos, represivos y, en ocasiones, violentos. Los celos, además de ser una de las respuestas que en mayor medida expresan las y los adolescentes al preguntarles por la causa de la violencia contra las mujeres, muestran claras diferencias en su expresión en función del sexo al que pertenecen. En algunas investigaciones se recogen conclusiones como: “ante determinadas situaciones que les provocan celos, los chicos tenderían a mostrar más sentimientos de cólera (que en algunos casos llegan a expresar violentamente) debido a su interpretación posesiva de la relación, mientras las chicas tenderían a mostrar sentimientos de depresión, culpándose a sí mismas y tratando de recuperar a su pareja.”
- Otros estudios señalan que aproximadamente un 70% de la población masculina española sigue considerándose bastante celoso y lo define como natural, algo así como consustancial al amor .
- Las conductas de control, dominio, posesión y celos en la pareja son conductas que coinciden con el objetivo que persiguen los hombres maltratadores: el de obtener y ejercer sin discusión y en exclusiva el poder en la relación.

COMENTARIO FINAL

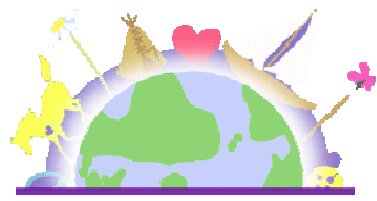
“Hoy hemos aprendido que los celos no solo no son una muestra de amor sino que reflejan la inseguridad y falta de confianza de la pareja celosa. La realidad es que los celos solo indican percepción de amenaza, pensando que puedes perder o tener que compartir con otra persona a un referente emocional que está contigo en este momento.

Hemos visto lo importante que es diferenciar el límite en el que el sentimiento celoso pasa de ser una muestra de interés a un comportamiento de dominio y control en la pareja.

Además, los celos también tienen algo de competencia en la propia pareja. Y el amor no tiene nada que ver con todo esto, ni con control, ni con inseguridad, ni con competencia, ni con falta de confianza ni posesión. Si sentimos celos nos los tenemos que gestionar y



controlar para que no afecten a nuestras relaciones. Es un problema, un defecto nuestro que tenemos que solucionar”.



EL TEST DE LA SINCERIDAD

Contesta sinceramente a las siguientes preguntas:

<i>¿Alguna vez te has fijado, aunque solo sea un poquito, en otra persona que no sea tu pareja?</i>	<i>SI</i>	<i>NO</i>
<i>¿Alguna vez has deseado agradar a otra persona, aunque solo sea un poquito, que no sea tu pareja?</i>	<i>SI</i>	<i>NO</i>
<i>¿Alguna vez has necesitado que otra persona que no sea tu pareja te ayude o apoye en algo?</i>	<i>SI</i>	<i>NO</i>
<i>¿Alguna vez te lo has pasado mejor con otra persona que no sea tu pareja?</i>	<i>SI</i>	<i>NO</i>