



Mitos del Amor Romántico

De la dependencia emocional a la autonomía



¿Cómo construir relaciones donde amar no signifique sufrir?

Conceptos clave: Autonomía - Amor – Mitos - Dependencia emocional - Respeto



Indicaciones para profesor@s

Objetivos

- ❖ Identificar mitos del amor romántico que perpetúan prácticas de violencia y desigualdad en las relaciones sexoafectivas
- ❖ Reconocer modelos de relaciones sexoafectivas basadas en el respeto mutuo
- ❖ Reflexionar acerca de cómo nos relacionamos sexoafectivamente

¿Qué es el amor romántico y cuáles sus consecuencias?



Tristán e Isolda y **Romeo y Julieta** con sus trágicos finales, **Mr. Darcy** y **Miss Wickham** en *Orgullo y Prejuicio* enamorándose sin comunicarse, **Madame Bovary** buscando el amante ideal hasta su tumba, el incompleto magnate **Gatsby** obsesionado por una mujer que no le corresponde, **Blanca Nieves** limpiando para siete enanos esperando al príncipe salvador, **Bella** durmiendo hasta que otro la despierte de su letargo. ¡**Cupido** divirtiéndose!

La sociedad ha reflejado la práctica de amar en leyendas, canciones, películas, cuentos... que instala en la psiquis colectiva el amor romántico a través de mensajes que idealizan esta práctica y conducen a que —en su nombre—, se vulnere la autonomía, se olvide el amor propio, se convierta a las mujeres en seres dependientes y pasivos, a la espera de un salvador, y a los hombres en rudos y activos que eligen su compañera después de muchas aventuras. Situaciones que no corresponden con la realidad de las relaciones humanas y sexoafectivas pero que —de tanto repetirse—, marcan las formas de relacionarnos. Este conjunto de creencias que incorporamos históricamente en nuestras formas de amar se llama: **Mitos del Amor Romántico**.

La media naranja, el alma gemela y el amor predestinado, el «te amo por siempre», la idea de que el amor verdadero lo perdona todo o de «quien bien te quiere te hará llorar», la peligrosa creencia de que los celos son pruebas de amor; hacen parte de este **collage romántico que nos impide establecer relaciones autónomas**.



Por eso es importante identificar los mitos que reproducimos en nuestras vidas y aprender nuevas formas de amar, basadas en la cooperación de personas que son capaces de amarse a sí mismas, conscientes de que la pareja es una elección, no una necesidad.

La **Guía Didáctica de Mitos del Amor Romántico de Amorfiesta** propone una serie de actividades a partir de la historia de Petra y Pascacio, para reflexionar acerca de la dependencia emocional y de las consecuencias de perpetuar los valores del amor romántico en las relaciones sexoafectivas; resaltar la importancia de cultivar la autonomía, el amor propio y establecer modelos de relación equitativos, para acabar con las idealizaciones que impiden identificar y detener violencias. Puedes realizar estas actividades siguiendo la ruta de navegación en: amorfiesta.com, haciendo los test y ejercicios de la **Guía Didáctica para Estudiantes**, linkeando el **Glosario Amorfiesta** para trabajar conceptos en tus clases o explorando o explorando nuestro **Laboratorio Amorfiesta**, que ofrece un *Bootcamp* de creación artística colectiva para reflexionar sobre el amor.

Si prefieres un **taller especializado del equipo de Amorfiesta** no dudes en contactarnos: contacto@amorfiesta.com – talleres@amorfiesta.com También puedes contarnos tu experiencia a través de redes sociales.

¡Siguiendo la ruta del Amorfiesta construyes cultura de paz!



[/AmorfiestaTransmedia/](https://www.facebook.com/AmorfiestaTransmedia/)

[@amorfiesta](https://www.tiktok.com/@amorfiesta)

[@amorfiestatransmedia](https://www.instagram.com/amorfiestatransmedia)

[@amorfiesta](https://twitter.com/amorfiesta)

