

DECONSTRUYENDO LA MITOLOGÍA ROMÁNTICA



EL PRÍNCIPE AZUL

No necesitamos que nadie venga a salvarnos. Además la idea de perfección ligada a la figura del príncipe azul genera mucha presión, inseguridades e insatisfacción en los hombres.



PERDONAR TODO POR AMOR

Amar es respetar y también poner límites, no todo vale en nombre del amor y eso debe quedar muy claro. Quien no respeta, hace daño con sus palabras, sus conductas y actitudes; no ama. Recuerda el amor empieza por amarte a ti mismo/a.



EL MATRIMONIO

Una relación amorosa no culmina, necesariamente, en el matrimonio, ya que este en sí, no aporta más amor, pasión o confianza.



IDEALIZAR A MI PAREJA

Genera expectativas poco realistas y dificulta aceptar los fallos, afectando a la relación y a la autenticidad del vínculo.



MI PAREJA ES SÓLO MÍA Y YO SUYA

La pareja consta de dos miembros independientes. Por lo que, pueden existir diferentes en la relación, para poder enriquecerse no sólo con su pareja, sino independientemente de esta. El amor no es poseer, es compartir.



COMER PERDICES

Sugiere que le amor romántico garantiza una felicidad eterna, alimentando la idea que las relaciones no requieren esfuerzo ni enfrentar dificultades.



SER RESCATADA POR ÉL

Presenta a las mujeres como seres pasivos, que necesitan ser salvadas, reforzando los roles de género.



LA ALTURA IMPORTA

Generalmente está bien visto que en una relación heterosexual el hombre sea más alto que la mujer.



AMOR A PRIMERA VISTA

Lo que sucede a primera vista es atracción sexual, motivada por lo visual, el olor, o el tono de voz (Pasión). Pero, no siempre este sentimiento evoluciona hacia el amor.



LAS MUJERES DEBEN MOSTRARSE DULCES

Refuerza los estereotipos de que la femineidad está ligada a la docilidad y la amabilidad, limitando la expresión auténtica de emociones.



SÓLO SE ES FELIZ EN PAREJA

El amor puede manifestarse de muchas formas: a nuestra familia, a nuestras amigas, a nuestras compañeras del trabajo y no ceñirse sólo al 'amor romántico'. La vida sin pareja también puede ser totalmente plena.



LA PASIÓN ES ETERNA

Las relaciones amorosas evolucionan y se transforman. Que la pasión inicial se pierda un poco con el paso del tiempo no tiene por qué decir que tu relación se ha terminado.



SAN VALENTÍN

El 14 de febrero es una fecha en la que se perpetúan muchos de los mitos que hoy estás conociendo. Pero no por ello tienes que dejar de celebrarla, puedes hacerlo desde el conocimiento de qué puedes celebrar el amor cualquier día del año.



CAMBIAR POR AMOR

El amor no se trata de cambiar a nadie, podemos negociar llegar a acuerdos pero no cambiar. El amor de verdad se trata de aceptar y compartir, pero no de intentar volver al malo/a de la película en bueno/a.



LOS HOMBRES NO PUEDEN MOSTRAR DEBILIDAD

Todas las personas tenemos emociones que nos afectan, independientemente del sexo. La sociedad de forma errónea ha determinado cuáles puede sentir y de qué forma puede expresarlo según si eres hombre o mujer.



LA MEDIA NARANJA

Ya eres una persona totalmente completa y no necesitas a nadie para que complemente ningún aspecto de tu vida.



LOS/AS QUE SE PELEAN SE DESEAN

Una relación de pareja se basa, o debería hacerlo, en el bienestar mutuo; en que nos hagan (y hagamos) la vida fácil, no en tragar con todo en nombre del amor.



LOS CELOS SON UNA MUESTRA DE AMOR

Los celos solo son una muestra de inseguridad, sentimiento de inferioridad, control y desconfianza. Quien te quiere bien confiará en ti, estableciendo un vínculo de seguridad, apoyo y confianza mutua.



QUIEN BIEN TE QUIERE TE HARÁ SUFRIR

Durante mucho tiempo, se ha normalizado la idea de que el amor romántico implica sufrimiento. El amor sano es todo menos dolor, sufrimiento, tristeza o llanto.



ME CONTROLA POR QUE ME QUIERE

Distorsiona el concepto de amor, al justificar comportamientos posesivos y manipulativos como muestras de afecto, normalizando la violencia psicológica y la falta de respeto hacia la autonomía personal.



ALMAS GEMELAS

Promueve la idea de que existe una única persona perfecta destinada para cada una, desvalorizando las conexiones construidas a lo largo del tiempo.



SABER LO QUE PASA SIN DECIR NADA

Distorsiona el concepto de amor, al justificar comportamientos posesivos y manipulativos como muestras de afecto, normalizando la violencia psicológica y la falta de respeto hacia la autonomía personal.



EXCLUSIVIDAD

Podemos sentirnos atraídos por varias personas además de por nuestra pareja. Dependerá de cada pareja que se acepte o no llevar a un paso más esta atracción hacia otras personas.



LA PAREJA IDEAL ES DE UN HOMBRE Y UNA MUJER

Ignora la diversidad de orientaciones y configuraciones familiares, perpetuando la idea tradicional de que el amor sólo puede existir entre hombres y mujeres.



EL AMOR VERDADERO DURA TODA LA VIDA

El único amor verdadero que existe durante toda la vida es el que tú te das a ti mismo o a ti misma. Los otros amores puedes compartirlos con quién tú quieras y el tiempo que tú decidas.



EL AMOR TODO LO PUEDE

Ignora la diversidad de orientaciones y configuraciones familiares, perpetuando la idea tradicional de que el amor sólo puede existir entre hombres y mujeres.



REGALAR FLORES SIGNIFICA AMOR

Reduce el amor a acciones simbólicas superficiales, en lugar de enfatizar sobre la importancia de los cuidados y el compromiso.



LA INDUSTRIA DEL CINE Y EL AMOR ROMÁNTICO

Crea expectativas poco realistas en las relaciones, promoviendo la creencia de que el amor verdadero siempre es fácil y feliz, o que existiendo situaciones de violencia u obstáculos insalvables se puede ser feliz.



LOS POLOS OPUESTOS SE ATRAEN

Un nivel de diferencia saludable enriquece la pareja, pero es fundamental que haya compatibilidad y entendimiento en las áreas que la pareja considera importantes, para que a largo plazo pueda funcionar.



LOS/AS HIJOS/AS COMPLETAN LA PAREJA

Desvaloriza la importancia de la conexión emocional entre personas adultas y reduce la identidad de la pareja a su error como padres/madres.



EL DESTINO

Sugiere que las relaciones están predestinadas y, que encontrar, "la persona adecuada" es sólo cuestión de suerte, desestimando el trabajo y el compromiso necesario para construir una relación igualitaria.



EL AMOR ES CIEGO

Habitualmente la atracción ciega hacia una persona, suele estar llena de urgencia, necesidad y nos impide ver sus defectos. Una vez pasa el enamoramiento inicial se cae la venda, generando dificultades en la relación.



EDUCAR EN IGUALDAD



Pacto de Estado
contra la violencia de género