

ESCALA DE

CELOS

ROMÁNTICOS

ZIRIMIRI.COM



**INCLUYE MATERIAL PARA PROFESORADO Y
ACTIVIDADES PARA REALIZAR EN EL AULA**

CONTENIDO DEL TOOLKIT

ACTIVIDAD 1

CORTO

ACTIVIDAD 2

CUESTIONARIO

ACTIVIDAD 3

DEBATE

ACTIVIDAD 4

LECTURA

ACTIVIDAD 5

COMIC

ACTIVIDAD 6

CANCIÓN



ACTIVIDAD 1

CORTO

Visualizar con el alumnado el siguiente cortometraje:

<https://www.losmejores cortos.com/tag/celos/>

ACTIVIDAD 2

CUESTIONARIO

Pedir al alumnado que conteste a la ESCALA DE CELOS ROMÁNTICOS individualmente, sin comentar las puntuaciones de cada persona en la clase. Se trata de que cada persona reflexione sobre sus propios sentimientos al respecto.

Cuestionario en Anexos

ACTIVIDAD 3

DEBATE

Preguntar si, en general, se consideran celosas/os en sus relaciones de pareja. Tras escucharles, se pueden plantear las siguientes preguntas y debatir sobre ellas:

- **Los celos son signo de amor.**
- **Los celos no se pueden controlar.**
- **¿Qué haces si crees que tu pareja te es infiel?**
- **Los celos generan violencia**

ACTIVIDAD 3

DEBATE

Con la ayuda del material para el profesorado (a continuación), explicar en qué consisten los celos, de dónde surgen, hasta qué punto son sentimientos aprendidos que se transmiten como verdades absolutas pero son susceptibles de cambiar....etc. ¿cómo?

ACTIVIDAD 4

LECTURA

Acceder al link siguiente y leer individualmente o en la clase lo que aquí se dice.

Leer blog:

<http://www.proyecto-kahlo.com/2016/01/deconstruyendo-el-amor-romantico/>

Debate: 15 minutos para ver el acuerdo al respecto

ACTIVIDAD 5

COMIC

Dibujar un comic que represente una situación de celos y cómo actúa cada personaje.

ACTIVIDAD 6

CANCIONES

Traducir y analizar, por grupos, las canciones que se proponen en este link, destacando lo que se dice al respecto de los celos: cómo se viven, por qué, quién, consecuencias, etc.

<https://culturacolectiva.com/musica/canciones-para-morir-de-celos/>

Durante la adolescencia se desarrolla la identidad y se produce la independencia de vínculos con la familia, toda vez que aumenta el tiempo que se destina a las amistades y a las personas del otro sexo (Galicia, Sánchez y Robles, 2013). Emergen en esta etapa las relaciones íntimas y románticas y se establece el noviazgo, que representa un tipo nuevo de vínculos horizontales y voluntarios, posibilitando el desarrollo socioafectivo de la persona (Casullo, 2004).

En cuanto a la forma de entender y experimentar el amor, es importante partir de un concepto básico; la socialización: un proceso que dura toda la vida y a través del cual las personas, en interacción con otras personas, aprenden y asumen los valores, actitudes, expectativas y comportamientos de la sociedad en la que se desenvuelven (Giddens, 2001). En el proceso de socialización van a tener suma importancia, sobre todo en las primeras etapas de la vida, la familia, la escuela y el grupo de pares.

**MATERIAL PARA
PROFESORADO**



La teoría de la socialización diferencial muestra que chicos y chicas reciben una socialización diferente, construyendo por ello identidades diferenciadas en función del género. Esto conlleva adquirir estilos cognitivos, actitudinales y conductuales, códigos axiológicos y morales, y normas estereotípicas de la conducta diferentes para unos y otras (Walker y Barton, 1983, en Ferrer y Bosch, 2103). Todo ello hace que también vivan y entiendan el amor de forma distinta.

Respecto al sentimiento amoroso, la socialización diferencial asigna roles diferentes a mujeres y hombres en las relaciones de pareja; roles a los que se asocian diferentes expectativas en cuanto a las vinculaciones emocionales, que unido a una fuerte mitificación del amor, desemboca en la construcción de relaciones de pareja basadas en el dominio-sumisión, siendo esta jerarquía y desigualdad la que deriva en la posibilidad de que surja la violencia de género (Milán, 2014).

**MATERIAL PARA
PROFESORADO**



Esa situación de desigualdad proviene, tal y como manifiestan Ferrer y Bosch (2013), de seguir centrando la socialización femenina en todo lo que tiene que ver con el amor (las creencias, los mitos,...), es decir, en convertir al amor en eje vertebrador y aspecto prioritario de su proyecto vital. Por el contrario, en la vida de los varones, lo prioritario sigue siendo el reconocimiento social, mientras que el amor o la relación de pareja suele ocupar un segundo plano.

El sistema patriarcal nos educa a las mujeres para ser seres complementarios de otro: pareja, familia, etc., por ello se crean mujeres narcisistas, sumisas, dependientes y susceptibles de ser amadas y deseadas por un hombre.

Ejemplos de esta educación desigual son los derivados de estudios (Milán, 2014) que señalan que lo común es que: los chicos sean

**MATERIAL PARA
PROFESORADO**



los que toman la iniciativa mientras que las chicas esperan que se fijen en ellas (p:79); que las chicas idealicen más que los chicos a la persona amada, al príncipe azul, lo que puede colocarlas en situación de vulnerabilidad frente a la violencia de género, ya que esta idealización impide ver las señales de riesgo y las conductas abusivas o de maltrato más leve (p:80); que los productos culturales consumidos por la población adolescente (películas, libros, canciones, etc.) presenten un alto grado de mitificación del amor y unos fuertes estereotipos de género: las películas que ven las y los jóvenes retratan relaciones amorosas en las que el chico tiene el poder y la chica es sumisa (p:80); las chicas prefieren las canciones que se refieren a sentimientos y los chicos canciones cuya letra tiene una mayor carga sexual. Ellas piensan en el amor, ellos en el sexo (p:80), etc.

**MATERIAL PARA
PROFESORADO**



“En definitiva, unos y otras tienen una visión muy estereotipada de los sexos y de cómo deben comportarse en las relaciones amorosas. Reconocen que chicas y chicos aman de manera diferente, ellas son más emotivas y las que tiran de la relación; ellos se dejan llevar. Consideran que los celos son normales en una relación de pareja, incluso que son parte del amor, y piensan que las conductas de control y dominio son naturales en cualquier relación” (Ibid:80).

Los celos, precisamente, son uno de los estereotipos o mitos más extendidos entre las y los adolescentes; un mito que tiende a justificar en nombre del “amor” formas de violencia de género hacia las chicas adolescentes (Ruiz Repullo, 2016).

Esta autora define el mito de los celos así: “una creencia que relaciona los celos con el verdadero amor e incluso como ingrediente imprescindible, puesto que la falta de los mismos se relacionaría con el no amor” (ibid: 627).

**MATERIAL PARA
PROFESORADO**



O dicho de otra manera, los comportamientos de control de la pareja son una muestra de amor hacia la misma. Este mito puede conducir a comportamientos egoístas, represivos e incluso violentos y constituye un verdadero problema en relación con la violencia de género, pues remite al terreno amoroso algo que no es más que una forma de dominio y poder. Se trata de un mito introducido por el cristianismo para garantizar la exclusividad y la fidelidad. Este tipo de amor es ofensivo para el sexo femenino, pues se le enmarca en un contexto de subordinación frente al hombre.

Actualmente, a través de las redes sociales, se incrementan conductas como los mecanismos de control hacia la pareja; unas conductas que se aceptan como pruebas de amor romántico. Y con ello también se “digitalizan” las situaciones violentas, intimidatorias o los mecanismos de control.

**MATERIAL PARA
PROFESORADO**



Esta violencia on-line, más sutil y que pasa más desapercibida, se convierte en un elemento presente las 24 horas del día a través de la pantalla del móvil o del ordenador (Blanco, 2014).

Los celos y el control en las relaciones afectivas son, entre otras conductas, comportamientos incluidos dentro de la violencia psicológica; el tipo de violencia más extendida en las relaciones afectivas de la juventud. Se da con una frecuencia tan habitual que tiende a considerarse por las/os mismas/os protagonistas como una práctica normalizada (González-Ortega, Echeburúa y De Corral, 2008).

Deconstruir la estructura social que transmite este tipo de concepciones queda un tanto lejos de las posibilidades de esta intervención que proponemos en el aula.

**MATERIAL PARA
PROFESORADO**



Se trata aquí y ahora de transmitir al alumnado que las ideas sobre el amor, como otras muchas, se construyen socialmente y se adquieren en el proceso evolutivo. Pero, en tanto que no son innatas, sino aprendidas, se pueden modificar, deconstruir, y volver a construir de forma más saludable.

Comenzaremos por afirmar, en este sentido, que:

.- los celos no son síntoma o señal de amor, sino de ejercicio de poder, de temor a la pérdida del objeto, de inseguridad, de baja autoestima, de dependencia de la pareja, etc., y resultan, por todo ello, muy poco saludables para cualquiera de las personas implicadas en la relación.

.- las conductas celosas y las que derivan de ese sentimiento constituyen actos de violencia psicológica.

**MATERIAL PARA
PROFESORADO**



ZIRIMIRI

.- Trabajar la desmitificación del Amor Romántico es una forma esencial para transformar las realidades sociales que se están viviendo en la actualidad. Es importante enseñar desde pequeños que el amor debe ser igual para ambos sexos

**MATERIAL PARA
PROFESORADO**



BIBLIOGRAFIA

Blanco Ruiz, M.A. (2014). Implicaciones del uso de las redes sociales en el aumento de la violencia de género en adolescentes.

Comunicación y medios, 30, 124-141.

Casullo, M. (2004). Elección de pareja en adolescentes y adultos jóvenes. *Psicodebate. Psicología Cultura y Sociedad*, 4, 39-56.

Ferrer Pérez, V., & Bosch Fiol, E. (2013). Del amor romántico a la violencia de género. Para una coeducación emocional en la agenda educativa.

Galicia Moyeda, I. X., Sánchez Velasco, A., y Robles Ojeda, F. J. (2013). Relaciones entre estilos de amor y violencia en adolescentes. *Psicología desde el Caribe*, 30(2). Giddens, A. (2001). *Sociología*. Madrid, Alianza Editorial.

**MATERIAL PARA
PROFESORADO**



Milán, M. C. P. (2014). ¿Príncipes azules y esclavas rosas? Estereotipos de género y mitos sobre el amor romántico en la adolescencia. Implicaciones para la prevención de la violencia de género en parejas heteronormativas jóvenes. *Transformación, Valencia*, 24, 25 y 26 de marzo de 2014., 76.

Ruiz Repullo, C. (2016). Los mitos del amor romántico: S.O.S celos. En *Mujeres e investigación. Aportaciones interdisciplinarias : VI Congreso Universitario Internacional Investigación y Género (625-636)*, Sevilla: SIEMUS (Seminario Interdisciplinar de Estudios de las Mujeres de la Universidad de Sevilla).

González-Ortega, I.; Echeburúa, E. y De Corral, P. (2008). Variables significativas en las relaciones violentas en parejas jóvenes: una revisión. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 16, (2), 207-225.

**MATERIAL PARA
PROFESORADO**



ZIRIMIRI

**CUESTIONARIO
PARA ALUMNADO/A**





Por favor, responda a las siguientes preguntas, rodeando la alternativa de respuesta que indique mejor su situación.

1. ¿Cómo de celoso/a llegas a ponerte de tu pareja con las personas del sexo opuesto?

EN ABSOLUTO CELOSO/A	1	2	3	4	5	6	7	MUY CELOSO/A
----------------------------	---	---	---	---	---	---	---	-----------------

2. En general, ¿cuánto de celoso/a piensas que eres?

EN ABSOLUTO CELOSO/A	1	2	3	4	5	6	7	MUY CELOSO/A
----------------------------	---	---	---	---	---	---	---	-----------------





3. ¿Has considerado alguna vez seriamente romper con tu pareja a causa de su atracción hacia otra persona?

- | | | | | |
|------------|---------------|-----------------------|----------------------|---------------|
| NUNCA
1 | RARA VEZ
2 | ALGUNAS
VECES
3 | EN
OCASIONES
4 | A MENUDO
5 |
|------------|---------------|-----------------------|----------------------|---------------|

4. Mi relación con mi pareja me ha hecho cambiar el grado en el que soy celoso/a en comparación con lo que era antes

- | | | | | | | | | |
|----------------------------|---|---|---|---|---|---|---|--------------------------|
| MUCHO
MENOS
CELOSO/A | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | MUCHO
MÁS
CELOSO/A |
|----------------------------|---|---|---|---|---|---|---|--------------------------|





5. ¿Con qué frecuencia te pones celoso/a de tu pareja con personas del sexo opuesto?

NUNCA 1	RARA VEZ 2	ALGUNAS VECES 3	EN OCASIONES 4	A MENUDO 5
------------	---------------	-----------------------	----------------------	---------------

6. ¿En qué grado piensas que tus celos son un problema en tu relación?

MUCHO MENOS CELOSO/A	1	2	3	4	5	6	7	MUCHO MÁS CELOSO/A
----------------------------	---	---	---	---	---	---	---	--------------------------

