

Fitxa pedagògica 7:  
Amor i relacions

**Parlem-ne;**  
**no et**  
**tallis!**

PROGRAMA ESCOLAR DE SALUT  
SEXUAL I COMUNICACIÓ



**Oh My Goig!**  
**Material de suport**  
**per al professorat**

SITUACIÓ PARLEM-NE	CONTINGUTS RELACIONATS AMB L'AMOR I LES RELACIONS
Situació 3	Treballar la bisexualitat. Treballar la sexualitat com a un camí a recórrer i descobrir.
Situació 22	Introduir la diversitat de preferències sexuals (Marc). Diferents graus de compromís, reflexionar sobre tot això.
Situació 30	Gestió de les relacions

→ **Tema: Amor i relacions**

.....

Segons l'imaginari col·lectiu del nostre context sociocultural, "amor", "emocions", "relacions" o "sexe" semblen termes inscrits a l'ADN de l'adolescència. Si bé aquests poden prendre molt de protagonisme en la vida de moltes persones joves, no sempre són viscuts des del benestar ni expressats des del respecte. El gran i extens constructe cultural de l'amor romàntic ha construït una sèrie de mites que han acabat encobrint situacions de desigualtat i violència, mostrant-les com a indestriables del propi concepte d'amor. Com a docents és important qüestionar i deconstruir aquestes idees que sovint acaben influïent en la construcció de la identitat i minvant l'autoestima i l'autonomia de les persones joves. Des de l'aula és important acompanyar en la seva identificació, tant a nivell individual com col·lectiu, assenyalant la seva arrel en els mandats de gènere, per tal de començar a qüestionar-les i poder subvertir-les. A banda, és fonamental mostrar alternatives relacionals fora dels models clàssics de l'amor romàntic així com referents que els posin en pràctica.

**Objectius:**

- Conèixer i qüestionar els fonaments de l'amor romàntic en l'anomenada "cultura occidental".
- Identificar els diversos mites culturals que influeixen i sustenten la nostra pròpia concepció de l'amor.
- Conèixer i apropar referents d'altres models de relació.
- Reflexionar sobre com aquest mites poden donar peu a una sèrie de violències dins dels vincles sexuals i afectius que a vegades es conceben com a normals perquè semblen formar part de la seva naturalesa.

**Continguts a treballar:**

Culturalment se sol transmetre una única forma d'enamorar-se: l'amor romàntic. En el nostre context, aquesta forma d'amor es basa en bona part en el mite de la mitja taronja, pel que cada persona està predestinada a una altra que la complementarà. Des d'aquest punt de vista, el mite ens diu que no som persones completes i que necessitem algú al nostre costat per estar completes i estar bé. Desmuntar els mites de l'amor romàntic entre la gent jove és especialment important ja que aquests encobreixen moltes de les relacions desiguals entre noies i nois, fent veure que aquestes formen part natural de l'amor.

En aquest sentit, hi ha una sèrie de mites que es difonen com a idees i conceptes inherents al mateix concepte d'amor. El mite de la mitja taronja, la compatibilitat absoluta dins de la parella, el caràcter dolorós de l'amor o la gelosia com a element imprescindible en les relacions reals, són algunes d'aquestes idees que s'associen de manera indestriable a la definició d'amor. Sovint aquestes acaben permetent una sèrie de violències – més o menys visibles – dins de vincles sexuals i afectius que es conceben com a normals perquè semblen formar part de la seva naturalesa.

Malgrat la idea d'amor que sovint ens envolta és aquella en què les dues persones senten i pensen el mateix en tot moment, això no és real. Quan compartim temps i intimitat amb una persona, no ens fusionem amb ella, seguim sent persones diferents i, per tant, pensar, sentir i desitjar coses diferents és una situació comuna i, fins i tot, desitjable per moltes persones.

D'altra banda, poder qüestionar l'obligatorietat de tenir parella o de fer-ho només d'acord amb el

model heterosexual i d'exclusivitat, és un exercici útil de cara a reforçar el qüestionament de la idea d'amor romàntic i també, de treure pressió a tota la gent jove que se sent amb la necessitat d'acomplir amb els mandats de l'amor romàntic i tenir parella. Socialment existeix la creença de que l'estat natural de les persones és estar en parella, semblaria l'opció més ideal i natural. Però sabem que la vida en parella no és la única manera possible d'estar al món, a més a més, no estar en parella no vol dir que a la nostra vida no tinguem amor.

Existeixen moltes altres formes de viure les relacions i l'amor (rotllo, poliamor, parella a distància, parella de relació oberta...), i no existeix una de millor que una altra, tot depèn del que vulguem, del moment en que ens trobem i del que pactem amb l'altra persona.

#### **Videos de l'OMG amb els que poder treballar aquests continguts:**

- Cap. 10. Càpsula: FITXA 7\_1 RELACIONS  
<https://www.youtube.com/watch?v=vLRECgGK5cl>  
S'introdueixen diferents tipus de relacions i de viure-les.
- Cap. 10. Càpsula: FITXA 7\_2 TIPUS DE RELACIONS  
<https://www.youtube.com/watch?v=OUBuOTx8nKQ>  
En aquesta càpsula es parla sobre els diferents tipus de relació.
- Cap. 10. Càpsula: FITXA 7\_3 PARELLA I ÈXIT  
<https://www.youtube.com/watch?v=g789vmTnVH0>  
En aquesta càpsula reflexionarem sobre la necessitat o no de tenir parella.
- Ficció capítol 10 - FITXA 7\_4 MITJA TARONJA 1  
<https://www.youtube.com/watch?v=AcVI7DugbUc>  
FITXA 7\_4 MITJA TARONJA 2 <https://www.youtube.com/watch?v=THVaMbifOZO>  
El Pol es vol declarar a l'Àlex, una noia trans, però no sap com fer-ho. La Marta li fa un cop de mà.
- Cap. 10. Debat a l'aula – FITXA 7\_5 DEBAT 1  
<https://www.youtube.com/watch?v=hiynWRNqKtw>  
FITXA 7\_5 DEBAT 2 [https://www.youtube.com/watch?v=kYcbwPI1V\\_g](https://www.youtube.com/watch?v=kYcbwPI1V_g)  
L'amor és per sempre?  
La mitja taronja i l'amor ideal
- Capítol 10 complet - "FITXA 7\_OH MY GOIG\_TKM XD\_E10 complet"  
<https://www.youtube.com/watch?v=Dxx-8ab5JZ8&feature=youtu.be>  
Hi ha molts tipus de relacions possibles sempre que totes les parts hi estiguin d'acord. En aquest capítol s'exploren totes les possibilitats i també es treballen a alguns mites, com el de la mitja taronja o l'amor romàntic.

#### **Idees clau a reforçar a l'alumnat:**

- L'amor romàntic és una idea de l'amor construïda socioculturalment que es basa en que una persona no és complerta fins que no troba la seva parella.
- Sota els mites de l'amor romàntic s'hi amaguen moltes desigualtats, rols de poder i inclús violències, que són naturalitzades dins del concepte d'amor.
- Cada persona podem pensar, sentir i desitjar per nosaltres mateixes, per molt enamorats o a gust que estiguem amb una altra persona. Podem mantenir el nostre temps i la nostra intimitat més enllà del que decidim compartir amb l'altre.
- Existeixen moltes maneres de viure les relacions i l'amor, tant a nivell de forma (rotllo, poliamor, parelles obertes...) com a nivell d'integrants d'aquestes (en quant a nombre, orientació sexual,

Oh my goig!

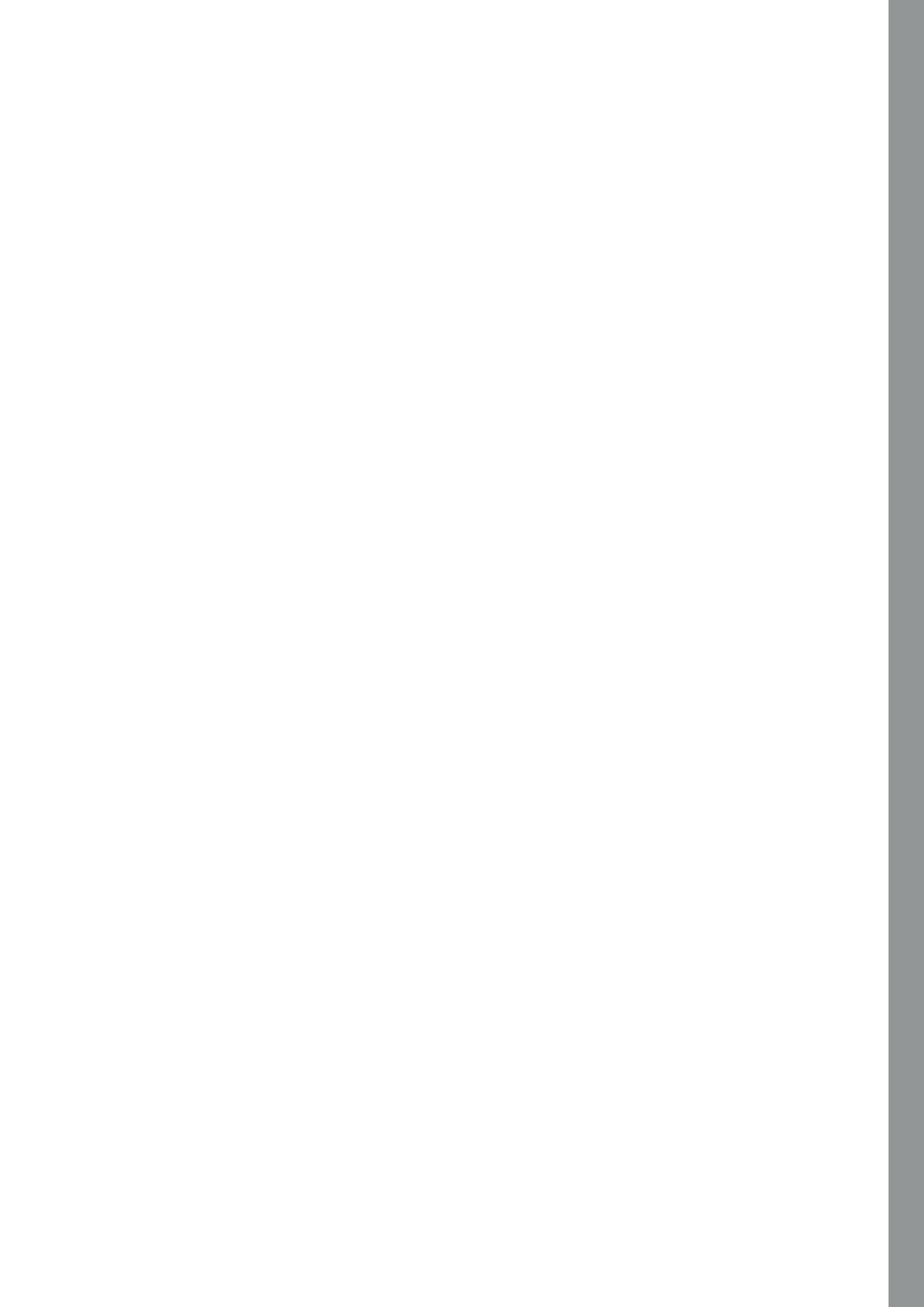
## Fitxa pedagògica 7: Amor i relacions

Capítol 10 "TKM XD"

- gènere...). Dependrà del que vulguem en cada moment i del que acordem amb qui ho desitgem.
- Poder qüestionar l'obligatorietat de tenir parella o de fer-ho només d'acord amb el model heterosexual i d'exclusivitat, és un exercici útil de cara a reforçar el qüestionament de la idea d'amor romàntic i també, de treure pressió a tota la gent jove que se sent amb la necessitat d'acomplir amb els mandats de l'amor romàntic i tenir parella. Les persones poden estar soles i estar bé, i això no vol dir que no hi hagi amor a les seves vides.

### ·· Recursos per continuar aprofundint:

- Vídeo "Amor del bueno, Disney y maltrato", del canal de la PsicoWoman. Durada: 5'04"  
[https://www.youtube.com/watch?v=\\_H9LKCnb4dw&ab\\_channel=PsicoWoman](https://www.youtube.com/watch?v=_H9LKCnb4dw&ab_channel=PsicoWoman)
- Monolog Pamela Palenciano "No solo duelen los golpes"  
[https://www.youtube.com/watch?v=s8aMeSfcEJc&ab\\_channel=GetxoUdala](https://www.youtube.com/watch?v=s8aMeSfcEJc&ab_channel=GetxoUdala)
- Estimar no fa mal! Viu l'amor lliure de violència : projecte de formació per a la prevenció de la violència masclista. Tamaia; ICD (Institut Català de les Dones)  
<http://salutsexual.sidastudi.org/resources/inmagic-img/DD24865.pdf>



**C S B** Consorci Sanitari  
de Barcelona

 **Agència  
de Salut Pública**