

J VAN SER FELIÇOS

I VAN MENJAR ANISSOS...



Mariona Suñé Padró

Tutor: Susana Carmona

Escola Freta Mataró

2n de batxillerat

2015-2016

%El amor se nos vende como un estado permanente e ideal con el que alcanzar la felicidad. Expectativas desmesuradas y ansias de perfección nos mantienen buscando el ideal sin conseguirlo+

- Coral Herrera

%Nuestra noción idealizada del amor es en realidad el mayor enemigo de las relaciones duraderas+

- Mark Vernon

El meu treball de recerca tracta sobre l'amor. He volgut tractar aquest tema perquè és molt universal i quotidià ja que tothom sent l'amor en algun moment de la seva vida i tothom en té coneixement però hi ha moltes coses sobre les quals parlar i investigar d'aquest sentiment i de les relacions de parella que són molt interessants i poc conegudes.

Apart del més important sobre aquest tema com; que és, que és l'enamorament, quines són les diferents perspectives de l'amor i les diferents maneres de sentir-lo, he volgut investigar sobre l'amor romàntic.

L'amor romàntic es caracteritza per la seva passió i per la importància i obsessió que es dona al sentiment de l'amor. Existeixen diferents mites sobre aquest, com que l'amor ha de durar per sempre, que és exclusiu, incondicional, etc.

L'amor romàntic es mostra en pel·lícules, cançons, literatura, etc. I això influeix en la manera de veure l'amor i en el que esperem de les relacions de parella.

En el meu treball de recerca, he volgut investigar si és veritat o no que els adolescents i la societat en general creu en els mites de l'amor romàntic.

Mi trabajo trata el tema del amor. He querido tratar este tema porque es muy universal y cotidiano ya que todo el mundo siente el amor en algún momento de su vida y tiene conocimiento de este, pero hay muchas cosas sobre las que hablar e investigar de este sentimiento y de las relaciones de pareja que son muy interesantes y poco conocidas.

Aparte de lo más importante como; que es el amor, el enamoramiento, las diferentes perspectivas del amor i las maneras de sentir-lo, también he querido hablar e investigar sobre el amor romántico.

El amor romántico se caracteriza por la pasión y por la importancia y obsesión que se da al sentimiento del amor. Existen algunos mitos sobre este, como que el amor tiene que durar siempre, que es exclusivo, incondicional, etc.

El amor romántico se muestra en películas, canciones, literatura, etc. Y esto influye en la manera de ver el amor y en el que esperamos de las relaciones de pareja.

En mi trabajo, he querido investigar si es verdad o no que los adolescentes i la sociedad en general cree en los mitos del amor romántico.

My research project is about Love. I wanted to do it about this topic because I think that it is a theme that everybody knows and everybody feels at some moment of their lives, but there are a lot of interesting things about love and relationships to talk about and investigate that few people knows.

Apart from the most important things about love, like what it is, what to fall in love is, which are the different views on it and the different ways to feel it, I wanted to talk about romantic love.

Romantic love is characterized for its passion and for the importance and obsession of the feeling. There are a lot of myths about it like that love must last forever, that it is exclusive, unconditional, etc.

Romantic love is shown in films, songs, literature, etc. And that influences the way we see love and what we expect from relationships.

In my project, I wanted to investigate if it's true or not that teenagers and society in general believe in the myths of romantic love.

ÍNDEX

1. Introducció.....	1
2. Amor.....	2
2.1 Que és l'amor?.....	2
2.2 L'enamorament.....	3
2.3 Perspectives de l'amor.....	4
2.4 Fases de l'amor.....	15
2.5 Manifestacions de l'amor.....	18
3. Amor romàntic.....	22
3.1 Ideal de l'amor romàntic.....	24
3.2 Mites de l'amor romàntic.....	26
3.3 Violència de gènere.....	31
3.4 Relació entre l'amor romàntic i la violència de gènere.....	35
3.5 Els adolescents, l'amor romàntic i la violència de gènere.....	36
3.6 Representacions de l'amor romàntic en l'art.....	38
4. Cas pràctic.	50
5. Conclusió.	65
6. Bibliografia.	66

1. Introducció

Quan vaig haver de escollir la temàtica del meu treball de recerca, la meua tria es va basar en buscar un tema que m'interessés i que fos entretingut de realitzar. Aquests requisits els vaig trobar en el tema de l'amor, ja que personalment em sembla molt interessant perquè es un tema sobre el qual tothom parla i tothom l'ha viscut de alguna manera, però hi ha moltes qüestions interessants sobre ell. M'interessava conèixer la resposta a preguntes tant freqüents com poden ser *Per què estic enamorat? Quan dura l'amor? Per què m'agrada tant una persona?* Per tant, resumint, en la selecció d'aquest treball vaig veure la possibilitat de fer una cerca més exhaustiva i més detallada sobre un tema quotidià.

Investigant sobre l'amor vaig trobar informació sobre un tema que em va cridar molt l'atenció: l'amor romàntic. Així que vaig decidir centrar més el meu treball en aquest tipus d'amor. L'amor romàntic fa que la nostre societat tingui una idea massa idealitzada de l'amor i de les relacions de parella, aquesta idealització pot portar molts problemes i fins i tot pot conduir a la violència de gènere.

He decidit dur a terme aquest tema perquè em sembla que es un tema molt proper a mi i a tots els adolescents ja que molts dels adolescents creuen en aquest tipus d'amor a causa del que ens ha ensenyat la societat durant la nostre vida a través de pel·lícules, literatura, cançons etc.

Així que finalment, l'objectiu principal del meu treball de recerca apart d'investigar sobre l'amor, l'enamorament i les relacions de parella, és saber com influeix l'amor romàntic i els seus mites a la societat i també saber si es veritat o no que especialment els adolescents creuen en aquests mites.

2. L'amor

2.1 Què és l'amor?

L'amor és un concepte universal relatiu a la infinitat entre éssers, definit de diverses formes segons les diferents ideologies i punts de vista (científic, filosòfic, religiós, artístic). Habitualment, i fonamentalment a Occident, s'interpreta com un sentiment relacionat amb l'afecte i l'afecció, i resultant i productor d'una sèrie d'emocions, experiències i actituds. En el context filosòfic, l'amor és una virtut que representa tota la bondat, compassió i afecte de l'ésser humà. També es pot descriure com accions dirigides cap a altres (o cap a un mateix) i basades en la compassió, o bé com accions dirigides cap a altres i basades en l'afecte.

El que està clar és que existeix una clara divisió de l'amor. Podem distingir entre l'amor entre amics (amistat), el maternal o familiar, el materialista i fins i tot l'espiritual o religiós. No obstant, el més habitual i el més representat al llarg de la història tant en art com en literatura, és l'amor romàntic de parella, en el qual es distingeixen múltiples sentiments com l'estimació o el sexe.

L'amor és entre totes les emocions la més humana i la més complexa, la que més cançons i pel·lícules ha suscitat, però, també és la que més ens costa comprendre i interpretar. Què és realment l'amor?

Des d'una perspectiva purament biològica alguns dirien que és una interacció entre feromones i oxitocina, altres que no és més que un instint que assegura la supervivència de l'espècie que ha evolucionat fins a fer-se més social i altres dirien que l'amor és alguna cosa màgica.

2.2 L'Enamorament

L'enamorament és un estat emocional sorgit per l'alegria, en el qual una persona se sent poderosament atreta per una altra, la qual li dóna satisfacció. Des del punt de vista bioquímic es tracta d'un procés que s'inicia en l'escorça cerebral, passa al sistema endocrí i es transforma en respostes fisiològiques i canvis químics ocasionats en l'hipotàlem mitjançant la segregació de dopamina.

L'enamorament es basa en els gestos i la comunicació emocional, motriu, sexual, intel·lectual i instintiva. Els gestos es basen físicament també i es duen a terme al moure's, mirar-se, acariciar-se i parlar-se.

L'enamorament pot ser de dos tipus:

- Extern: on t'enamores del que els teus ulls veuen.
- Intern: t'enamores de com és l'individu (els seus sentiments)

Segons Yela (2002), a diferència de la creença generalitzada que l'enamorament és un fenomen impredecible i aleatori, un nombre creixent de científics socials han construït diferents models teòrics que descriuen i expliquen l'enamorament. Les característiques principals de l'enamorament són simptomàtiques, les quals segons la majoria dels autors són:

- Intens desig d'intimitat i unió física amb l'individu (tocar-lo, abraçar-lo, besar-lo i fins i tot relacions sexuals).
- Intens desig de reciprocitat (que l'individu també s'engamori del subjecte).
- Intens temor al rebuig.
- Pensaments freqüents i incontrolats de l'individu que interfereixen en l'activitat normal del subjecte pur.
- Pèrdua de concentració.
- Fort activació fisiològica (nerviosisme, acceleració cardíaca, etc.) davant la presència (real o imaginària) de l'individu.
- Hipersensibilitat davant els desitjos i necessitats de l'altre.
- Atenció centrada en l'individu.
- Idealització de l'individu, percebent només característiques positives, segons el parer del subjecte i atenuant o justificant les característiques negatives.

El procés d'enamorament sol començar amb una atracció física inicial cap a una altra persona. A continuació, es potencia amb una atracció personal i es dispara definitivament quan es presenta un coneixement o sospita que hi ha reciprocitat en l'atracció (que aquesta persona se sent també atreta física i personalment cap a nosaltres).

2.3 Diferents perspectives de l'amor

2.3.1 Perspectiva espiritual

En la cultura religiosa monoteista, l'amor sol esmentar i ser recolzat per Déu, com és el cas de l'Islam, el judaisme i el cristianisme. Aquelles persones l'amor està o se suposa que està proper al Amor Universal, o a Déu, reben el nom de sants. Tant en el budisme com en el cristianisme, l'islam, l'hinduisme o el judaisme solen representar-se amb una aurèola al voltant del seu cap. Els budes presenten aurèoles addicionals al voltant de tot el seu cos.

Des del punt de vista del budisme, l'amor és un estat de puresa espiritual al qual els éssers humans poden arribar mitjançant l'alliberament de les anomenades emocions perturbadores (desig i afecció, odi i ira, ignorància, orgull, enveja), inherents al món material.



2.3.2 Perspectiva filosòfica

Si l'actitud de l'amor ha de formar part, en algun moment, de les descripcions que segueixen les tendències de la ciència experimental, s'ha de definir de manera que pugui ser observada i quantificada amb certa precisió. Baruch de Spinoza va establir una definició que pot quadrar amb els requeriments de les ciències humanes i socials. Va escriure sobre aquest tema:

«El que imagina allò que estima afectat d'alegria o tristesa, també serà afectat d'alegria o tristesa; i un i altre d'aquests afectes serà major o menor en l'amant, segons un i altre sigui més o menys en la cosa estimada »

La definició de Spinoza, en la qual l'actitud de l'amor implica compartir alegries i tristesses d'altres persones, no difereix essencialment de la definició bíblica de l'amor, ja que el manament suggereix "compartir les alegries i tristesses dels altres com si fossin pròpies" , tal el «estimaràs el proïsme com a tu mateix». No només aquesta definició es refereix a aspectes observables i contrastables amb la realitat, sinó que també presenta aspectes quantificables, ja que indica que en major o menor mesura seran compartits els afectes, quant més gran o menor siguin l'alegria o la tristesa associada a la persona estimada. De la definició esmentada Spinoza extreu algunes conclusions immediates, com ara els sentiments que sorgeixen cap a un tercer. Segons les seves pròpies paraules:

«Si imaginem que algú afecta d'alegria a la cosa que estimem, serem afectats d'amor cap a ell. Si imaginem, per contra, que l'afecta de tristesa, serem, per contra, afectats també d'odi contra ell ». Observem, en aquesta expressió, que l'odi apareix com una actitud oposada a l'amor, com una tendència a intercanviar (respecte del tercer esmentat) els papers de tristesa i alegria com afectes compartits. Per Leibniz, la felicitat és l'home el que la perfecció és als ens, yesa felicitat radica fonamentalment en l'amor. L'amor a Déu, segons el filòsof, ha de ser amb tendresa, i ha de tenir la cremor combinat amb la llum. Així doncs, la perfecció humana consisteix en amor lluminós, un amor en el qual es combina la tendresa amb la raó.

2.3.3 Perspectiva històrica i cultural

Si bé l'amor està fundat en capacitats i necessitats biològiques així com el plaer sexual i l'instint de reproducció, també té una història cultural. A vegades s'atribueix la seva invenció a alguna tradició particular (al Sufisme, als trobadors, al cristianisme, al moviment romàntic, etcètera), però els vestigis arqueològics de totes les civilitzacions confirmen l'existència d'afecte cap als familiars, la parella, els nens, els coetanis, entre altres, per la qual cosa les interpretacions que postulen que l'amor en general és una construcció cultural específica no semblen fundades.

Des del punt de vista cultural, l'amor sexual s'ha manifestat històricament tant cap a les persones del sexe oposat com cap aquelles del mateix sexe. Per als grecs i durant el Renaixement, els ideals de bellesa eren encarnats en particular per la dona i pels adolescents de sexe masculí.

Les parelles desgraciades és un dels temes recurrents a la cultura i les arts, representant aquells amors que no tenen un final feliç per l'oposició externa o el destí.

L'amor a la mitologia

La majoria de cultures creu que l'amor és una força còsmica que atreu les persones com els astres o els cossos s'atreuen. Aquesta força es troba relacionada amb un déu de l'amor. El més famós fou Eros, amb les seves fletxes, però altres mitologies tenen com a divinitat amorosa Oshun (els africans), Xochipili (els asteques), Erzuli (de la mitologia caribenya) i Aonghus (celta o Ishtar).

A la mitologia grega, eren tres els sexes: el masculí era en un principi descendent del sol; el femení, de la terra; i el que participava d'ambdós, de la lluna. I precisament, com la lluna, eren circulars ells mateixos i la seva manera d'avançar. Eren, doncs, terribles per la seva força i el seu vigor, i tenien gran arrogància, fins al punt que atempten contra els déus. Llavors Zeus i els altres déus van deliberar i es trobaven davant un dilema, ja que ni podien matar ni fer desaparèixer la seva raça, fulminant-los amb el raig com als gegants -perquè

aleshores desapareixerien els honors i sacrificis que els homes els tributen-, ni permetre que seguissin sent altius.

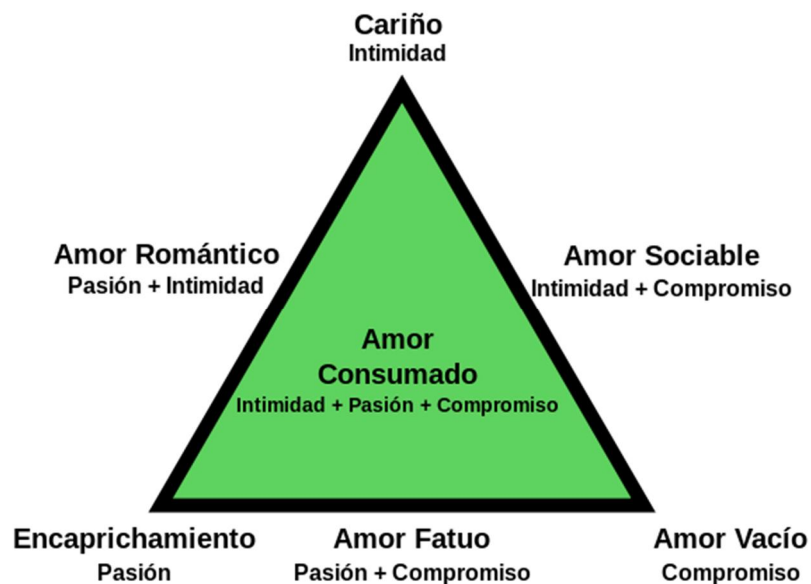
Després de molt pensar, per fi Zeus va tenir una idea i va dir: "em sembla que tinc un estratagema perquè continuï havent-hi homes i deixin de ser insolents, en fer-los més febles. Ara mateix, en efecte -va continuar- vaig a tallar-los en dos a cada un, i així seran alhora més dèbils i més útils per a nosaltres, en haver augmentat el seu nombre". Així doncs, una vegada que la naturalesa d'aquest ésser va quedar tallada en dos, cada part trobava a faltar a la seva meitat, i es reunia amb ella, s'envoltaven amb els seus braços, s'abracen l'una a l'altra, anhelant ser una sola per naturalesa. Des de fa tant de temps, doncs, l'amor dels uns als altres és innat en els homes i aglutinador de l'antiga natura, i tracta de fer un sol individu de dos. Així doncs, quan es topen amb aquella veritable meitat d'ells mateixos, senten un meravellós impacte d'amistat, d'afinitat i d'amor, de manera que no estan disposats a separar-se.

Eros era el déu primordial responsable de l'atracció sexual, l'amor i el sexe, venerat també com un déu de la fertilitat.



2.3.4 Perspectiva psicològica

La teoria triangular de l'amor



L'amor segons Sternberg està compost per tres variables, que en perfecte equilibri componen la forma pura de l'amor:

Robert Sternberg, classifica l'amor en les relacions interpersonals en tres escales diferents: intimitat, passió i compromís.

- Intimitat representa la comunicació oberta, la confiança en la parella, la comprensió i la felicitat d'estar junts.
- La component passional inclou la passió sexual, la satisfacció de l'autoestima i la capacitat de relacionar-se.
- I, finalment, el compromís es divideix en dos: a curt termini que és el reconèixer que s'estima a una persona, i a llarg termini que és la determinació de mantenir aquest amor.

Segons aquesta teoria, qualsevol amor pot ser explicat com una combinació d'aquests tres elements. Les relacions basades només en un d'ells tenen menys possibilitats de perdurar que les basades en dos o més.

La quantitat d'amor que s'experimenta depèn de la força absoluta d'aquests tres components, i el tipus d'amor que s'experimenta depèn de les seves forces relatives entre si.

En realitat mai es dona una combinació perfecta de les tres variables, el cicle amorós no és constant i fa que mentre l'amor romàntic comença amb altes dosis de passió i una creixent intimitat, es vagi transformant en amor companyer on baixa la passió, es manté la intimitat i augmenta el compromís. Hi ha fins i tot qui li posa data a aquest canvi, entorn als quatre anys, però òbviament és molt difícil aproximar una data, a causa de totes les variables que hi intervenen.

Moltes parelles no accepten el canvi d "'amor romàntic" a "amor companyer" i ho interpreten erròniament com la fi de l'amor. El to emocional de l'amor companyer és més moderat que el del passional, les passions extremes es transformen en comunicació, tendresa, afecte i satisfacció, les claus d'una relació duradora.

Agradar o Amistat	intimitat		
Atracció o desig		passió	
Amor buit			compromís
Amor romàntic	intimitat	passió	
Amor d'amic	intimitat		compromís
Amor irracional (idil·li)		passió	compromís
Amor complet	intimitat	passió	compromís

Combinacions d'intimitat, passió i compromís:

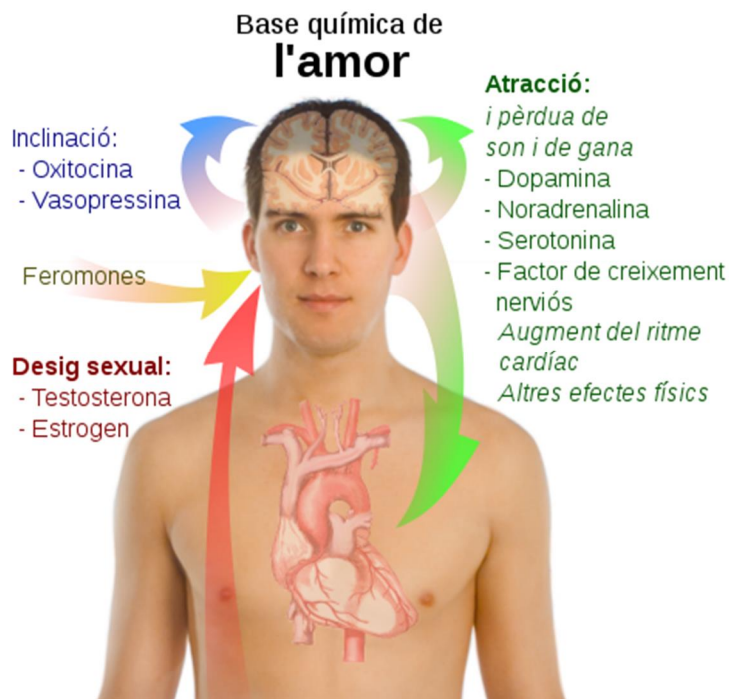
El pes de cada component va variant durant el transcurs d'una relació adulta.

1. **Agradar:** Inclou només un dels components de l'amor: la intimitat. En aquest cas, agradar no és usat en un sentit trivial. Sternberg diu que aquest agradar íntim caracteritza les amistats verdaderes, en les quals

la persona sent un vincle, una calidesa i una proximitat amb l'altre però no experimenta una passió intensa ni un compromís durador.

2. **Atracció:** Consisteix solament en passió i sovint és el que anomenem "amor a primera vista". Però sense els components d'intimitat i compromís l'amor atractiu pot desaparèixer en qualsevol moment.
3. **Amor buit:** Es basa en el component de compromís sense intimitat ni passió. Alguns cops, un amor fort es deteriora cap a amor buit, en el qual el compromís es manté mentre que la passió i la intimitat es perden. En les cultures en què hi ha matrimonis preacordats les relacions comencen amb un amor buit.
4. **Amor romàntic:** És la combinació d'intimitat i passió. Els amants romàntics estan lligats emocionalment (com en el cas d'agradar-se) i físicament gràcies a la passió existent.
5. **Amor d'amic:** Es basa en intimitat i compromís. Aquest tipus d'amor es troba sovint en les parelles on la passió ha desaparegut de la relació però el sentiment d'afecte i compromís continuen. També se sol donar amb les persones amb qui comparteixes la vida però sense desig sexual. És l'amor ideal entre membres d'una família o entre molt bons amics.
6. **Amor irracional:** Té la passió i el compromís però li manca el component d'intimitat. Aquest tipus d'amor pot ser exemplificat per una relació amb un festeig curt i un casament en el que el compromís és motivat principalment per la passió, sense haver donat temps a desenvolupar la intimitat.
7. **Amor complet:** És l'únic tipus que inclou els tres components. És la forma més completa d'amor i representa la relació amorosa ideal a la que la majoria de gent vol arribar. Sternberg avisa que mantenir una relació d'amor complet pot ser fins i tot més difícil que aconseguir-la. Remarca la importància de portar a la pràctica els components de l'amor: "Sense demostracions" avisa "fins i tot el més gran dels amors pot morir"

2.3.5 Perspectiva biològica



HORMONES

Que són les hormones?

Les hormones són unes substàncies que ens ajuden a mantenir el control bioquímic del nostre organisme i que intervien en el metabolisme del qual. Juntes formen el que coneixem com a sistema endocrí o hormonal. Són secretades generalment per glàndules endocrines o per cèl·lules epitelials. La seva funció és, quan es necessari, viatjar pel nostre organisme fins arribar al que coneixem com a òrgan o cèl·lula diana, que contindrà els receptors de membrana corresponents per aquella hormona, i de aquesta manera la hormona podrà influir en la activitat de la cèl·lula.

Totes les hormones animals comparteixen les mateixes característiques:

- Totes les hormones són components químics.
- Totes les hormones són secretades per les cèl·lules en què es sintetitzen.

- Totes les hormones actuen sobre unes cèl·lules diana distants al seu punt d'origen.
- Totes les hormones estan presents en concentracions extremadament petites però, en canvi, els seus efectes són més grans.

Hormones que influeixen en l'amor

Dintre del sistema límbic, **l'hipotàlem** es la regió que allibera l'ingredient essencial de l'enamorament, un neurotransmissor anomenat:

La feniletalimina (PEA, en sigles angleses de phenil-etanol-amina i FEA en castellà).

La feniletalimina es una substància química que es produeix de forma natural en el cervell.

La seva acció, similar a la provocada per la amfetamina, és el que explicaria aquesta sensació de eufòria, exaltació y benestar que acompanya als enamorats.

Nota: La xocolata porta una bona quantitat de feniletanolamina, per el que també pot produir estats de eufòria. Cal tenir en compte que aquesta hormona actua com a antidepressiu.

Però la feniletanolamina no treballa sola:

Altres substàncies que s'alliberen a instàncies de l'acció d'aquest neurotransmissor:

La dopamina; Sembla estar implicada en el mecanisme de l'aprenentatge.

Aquesta substància química accentua la fase de atenció durant la atracció en las relacions entre parella. D'aquí aquesta capacitat per captar tots els detalls sobre la persona que ens atrau: gustos, interessos, llocs que freqüenta

La noradrenalina També indueix a la eufòria, estimula la producció de la adrenalina, la responsable de que augmenti la pressió sanguínea en el organisme y la que fa canviar el ritme cardíac.

La serotonina. Determina el control del estat anímic. La seva fluctuació explicaria els canvis d'humor que es produeixen durant les primeres fases de l'enamorament.

L'**oxitocina** és una hormona present en els mamífers que actua com a neurotransmissor en el cervell. En les dones, s'allibera principalment durant el part després de la distensió de la cèrvix i de la vagina, així com després de l'estimulació dels mugrons, de forma que facilita el procés del naixement i de l'alletament, respectivament. Ambdós sexes alliberen oxitocina durant l'orgasme. El seu paper en el cervell està associat als lligams afectius i al reconeixement social i pot ser que estigui relacionada amb la formació de confiança entre individus i a l'estrès.

Acció de la oxitocina en el cervell:

- **Excitació sexual:** l'oxitocina injectada al líquid cefaloraquídi provoca erecció espontània en rates, fet que posa en evidència la seva acció sobre l'hipotàlem i la medulla espinal.
- **Lligams afectius:** en el campanyol *Microtus ochrogaster*, l'alliberament d'oxitocina en el cervell de les femelles durant l'activitat sexual és important per crear un lligam monogàmic amb el seu company sexual. La vasopressina sembla tenir un efecte semblant en els mascles. En humans s'ha observat que les concentracions plasmàtiques d'oxitocina són superiors en persones que afirmen haver-se enamorat. En moltes espècies l'oxitocina té un paper en el comportament social i, per tant, sembla possible que tingui un paper semblant en els humans.
- **Autisme:** S'ha suggerit que una de les característiques de l'autisme podria ser una deficiència de les vies de l'oxitocina en el cervell. Un estudi recent trobà una disminució del comportament repetitiu de l'autisme quan s'administrava oxitocina intravenosa.
- **Comportament maternal:** S'ha observat que les femelles de rates i d'ovelles a les quals s'ha administrat antagonistes de l'oxitocina després de donar a llum no exhibeixen el comportament maternal habitual. En canvi, les ovelles verges mostren un comportament maternal cap als anyells

d'altres ovelles després d'una infusió d'oxitocina al líquid cefaloraquídi, comportament que no mostrarien habitualment.

- **Funcions antitensió:** l'oxitocina redueix la pressió arterial i les concentracions de cortisol, fet que augmenta la tolerància al dolor i redueix l'ansietat.
- **Augment de la confiança i disminució de la por.** En un joc d'inversió arriscat, els participants a qui se'ls havia administrat oxitocina per via nasal mostraren el «màxim nivell de confiança» amb una freqüència doble a la del grup comparatiu. Els participants als quals es comunicà que estaven interaccionant amb un ordinador no mostraren aquesta reacció, fet que duu a la conclusió que l'oxitocina no afecta només a l'aversion al risc. També s'ha observat que l'oxitocina per via nasal redueix la por, possiblement a través d'una inhibició del nucli amigdaloides, que es creu que és responsable de respostes associades a la por. Tot i així, no es tenen proves concloents que l'oxitocina passi al cervell quan s'administra per via nasal.
- Segons alguns estudis, l'oxitocina **inhibeix el desenvolupament de la tolerància** a diverses drogues addictives (opiacis, cocaïna, alcohol) i redueix els símptomes d'abstinència.
- **Preparació de les neurones fetals per al part.** L'oxitocina materna travessa la placenta i arriba al cervell del fetus, on indueix una commutació en l'acció del neurotransmissor GABA, que passa de l'estat excitador a l'estat inhibidor de les neurones corticals fetals. Això «silencia» el cervell del fetus durant el part i en redueix la vulnerabilitat a la hipòxia.

Un apartat especial vull reservar-lo per parlar d'una cosa tan important com són les feromones.

FERMONAS

Les feromones per la seva banda, són substàncies químiques que el cos expulsa per atreure sexualment membres de la seva espècie. No es tenen de confondre-les amb l'olor "normal" (que afecta el sistema nerviós, sistema límbic i amígdales), perquè les feromones actuen sobre el bulb olfatori secundari, l'òrgan vomeronasal, l'amígdala i l'hipotàlem. La reina de les feromones és,

sens dubte, la "copulina", una feromona secretada per les dones durant l'ovulació que, segons sembla, torna bojós als homes, disparant els seus nivells de testosterona. La "copulina" va ser descoberta per la científica vienesa Astrid Jutte.

les feromones es produeixen, sobretot, durant el ritual olfatiu fonamental per a tots dos sexes: els dos petons. En aquest acte tan quotidià, s'intercanvia gran quantitat d'informació genètica: des d'aquest moment, el nostre instint i el de la persona que hem fet un petó saben el grau d'histocompatibilitat que existeix, és a dir, si els sistemes immunològics són compatibles per engendrar fills sans i longeus. Això explicaria frases com: "No sé que em va passar, ja sé que no és el meu tipus però em va posar a cent i no vaig poder evitar anar-me'n amb ell / a".

Jocs nasals

L'olor com a forma d'intercanvi d'informació es remunta a l'Edat Mitjana, en la qual no existia el petó "boca a boca" però sí el petó "de nas", que consistia en ajuntar el nas i la boca amb la galta de la persona estimada per inspirar profundament la seva aroma. La tradició del petó nasal es conserva en certs pobles xinesos i neozelandesos. Els amants indis i malais, per la seva banda, s'abracen inspirant profundament els uns als altres, i a Mongòlia la salutació essencial al trobar-se i acomiadar-se no és el petó, sinó olorar. Més lluny encara arriben certes tribus guineanes i australianes, que consideren olorar la suor aliè, recollint-la de l'aixella i fregant-la pel pit, com un ritu d'amistat. De tornada al món modern, ens trobem amb un estudi realitzat a la Universitat de Berna (Suïssa), on es va demanar a les estudiants femenines que "esnifessin" samarretes suades per homes i les classifiquessin per el plaent de les seves olors. El resultat va ser que les dones van trobar més excitant l'olor d'homes amb un codi de feromones diferent del seu ... menys les que prenen la píndola, que preferien l'olor de feromones del mateix tipus que el seu.

En aquest sentit, és interessant la recent tesi elaborada per la doctora Ingelore Ebberfeld, de la Universitat de Bremen (Alemanya), en què gairebé el 50% dels entrevistats van reconèixer sentir-excitats per l'olor de les seves parelles,

encara que només una minoria de fetitxistes (8% masculins i 5% femenins) van reconèixer olorar les peces íntimes dels seus amants per excitar-se.

Descripció dels fenòmens hormonal en l'atracció en una parella.

L'olfacte i la vista juguen un paper fonamental en el reconeixement de:

1) Las feromones que entren en acció como a senyal d'atracció.

Las neurones es comuniquen mes ràpidament de lo normal, es dilaten las pupiles, augmenten la temperatura corporal y el ritme cardíac. Es una etapa efímera per naturalesa.

2) Las endorfines s'apoderen del cervell durant l'enamorament.

Las persones descuiden les seves activitats habituals.

Els nivells d'hormones com la testosterona se disparen y **exigeixen el contacte constant amb la parella.**

No hi ha consens en la temporalitat i mentre alguns especialistes diuen dura entre tres y quatre anys, altres asseguren que en dura uns set o vuit si es tenen fills.

3) Els índexs de divorci senyalen el quart any com a crucial, sobre tot si no es tenen fills.

Per mes creativitat que s'hi posi, es difícil mantenir l'atracció que es tenia al començar la relació.

L'instint de canviar de parella es fa present i fer-ho o no, depèn de factors socials

4) La testosterona

Es l'enemic mes important de la parella. Es l'hormona que mes s'oposa a la dolcesa i a l'expressió d'afecte, sobre tot en els mascles.

A mes testosterona, menys probabilitat d'aparellar-se i mes probalitat d'existència de violència intrafamiliar.

Després del naixement dels fills, els pares tendeixen a reduir el nivell de testosterona per facilitar la seva tasca de paper paternal.

2.3 Fases de l'amor

1. Enamorament

És una etapa molt passional i poc racional. El prioritari en aquest moment de la relació és el contacte sexual.

El cervell dels recent enamorats produeix reaccions fisiològiques i allibera substàncies químiques que són importants per crear aquest sentiment d'amor que prolongui l'enllaç a la parella.

D'una banda, indueix la producció d'andrògens masculins i els estrògens femenins que augmenten la gana sexual. En l'amor romàntic inicial, el cervell produeix també feniletilamina, substància inductora de la passió.

El sexe genera l'alliberament d'hormones com oxitocina i vasopresina, que contribueixen al desig de permanència costat de l'altre. La passió inicial es caracteritza, a més, per la inhibició de la serotonina, estabilitzadora de l'humor, i la desactivació de regions del cervell, com l'escorça frontal, implicades en la lògica i el raonament. Potser per això s'ha dit que l'amor és cec.



2. Romàntic.

Helen Fisher, de la Universitat Rutgers, a Nova Jersey, pionera en l'estudi de la bioquímica de l'amor, ha observat que en els enamorats augmenten les funcions en l'àrea del cervell tegmental ventral, part del sistema de recompensa.

Fisher va detectar gran activitat en unes cèl·lules que sintetitzen dopamina, substància relacionada amb l'eufòria, els canvis d'humor i també amb la motivació per aconseguir un objectiu concret. Aquesta part del cervell està en l'anomenat cervell reptilià, el que té a veure amb les conductes de supervivència: menjar, beure, el sexe i la necessitat de protecció. Així, l'amor romàntic és una necessitat, gairebé impossible d'evitar.

Gran part de la culpa que l'altre es converteixi en una obsessió és la combinació de norepinefrina i dopamina. Les dues s'encarreguen d'enfocar la nostra atenció sobre alguna cosa en concret i de recordar amb detall estímuls nous per aprendre. Per la seva banda, els baixos nivells de serotonina ens aboquen a un pensament repetitiu que explica la nostra obsessió per l'altre.



3. Compromís

Completada una primera negociació de rols en la parella i solucionats els conflictes inicials, augmenta el compromís de lleialtat i exclusivitat en la parella. Es manté la passió eròtica, però la fogositat deixa pas a una emoció més relaxada i consistent, on els cervells enamorats segreguen endorfines i encefalines, inductores d'estats de relaxació, satisfacció i benestar. Aquestes substàncies tenen també un caràcter més addictiu, que fa difícil la superació de la pèrdua de l'ésser estimat.



4. Amor company

No passa sempre, però la passió romàntica i eròtica comença a veure's reduïda per la monotonia i la manca d'incentius. Hi ha menys alliberament de dopamina, i si es deixa de tenir sexe, els nivells d'oxitocina també cauen.

Aquesta reducció queda coberta amb l'augment del compromís i l'assentament de la parella, que inclou la cura dels fills. Aquests beneficis ens compensen a la llarga com a espècie.



2.4 Manifestacions de l'Amor

AMOR AUTOPERSONAL:

L'autoestima o amor propi és l'amor cap a un mateix. És una cosa positiva per al desenvolupament personal i indispensable per a les bones relacions interpersonals. Es basa en l'acceptació de les virtuts i defectes propis i la percepció d'aquests en la seva justa mesura. No s'ha de confondre amb el narcisisme, que comporta egocentrisme i que sol existir com a conseqüència d'una autoestima baixa. Vulgarment es mal interpreta amb freqüència el concepte d'autoestima en referir-se al narcisisme patològic com "autoestima massa alta" o "massa amor propi". L'autoestima és el requisit necessari perquè existeixi amor real en qualsevol de les seves manifestacions.

AMOR INCONDICIONAL:

És l'amor compassiu, altruista, que es professa sense esperar res a canvi. L'amor espiritual, predicat per les diferents religions, és l'amor incondicional per antonomàsia. L'amor maternal, o amor de mare a fill, es reconeix també com a amor d'aquest tipus, i, per tradició, es considera motivat per un fort instint que el fa especialment intens; no obstant això, hi ha també qui qüestiona l'existència d'aquest instint.

AMOR FILIAL:

Entre pares i fills (i, per extensió, entre ancestres i descendents).

AMOR FRATERNAL:

En el seu sentit estricte, és l'afecte entre germans, encara que s'estén a altres parents exceptuats els pares i adults. Neix d'un sentiment profund de gratitud i reconeixement a la família, per emocions que apunten a la convivència, la col·laboració i la identificació de cada subjecte dins d'una estructura

de parentiu. El mateix que l'amor filial, i des del punt de vista de la psicoanàlisi, el fraternal és sublimat, ja que està fundat en la interdicció de l'incest.

AMISTAT:

Proper a l'amor fraternal, és un sentiment que neix de la necessitat dels éssers humans de socialitzar. L'amistat (del llatí *amicus*, 'amic') és una relació afectiva entre dues persones, un sentiment convingut amb una altra persona, en què es cerca confiança, consol, amor i respecte. L'amistat és una de les relacions interpersonals més comunes que la majoria dels éssers humans tenen a la vida.

El cas més comú d'amistat en què intervé un animal és entre l'humà i el gos; a aquest últim se'l coneix com el millor amic de l'ésser humà. L'amistat es produeix en diferents etapes de la vida i en diferents graus d'importància i transcendència. L'amistat neix quan els subjectes de l'amistat es relacionen entre si i troben en els seus éssers alguna cosa en comú. Hi ha amistats que neixen pocs minuts després de relacionar-se i d'altres que triguen anys a fer-ho. Hi ha amistats que duren unes hores i d'altres que duren tota la vida. Hi ha amics que es veuen una sola vegada en la vida i hi ha d'altres que ho fan durant moltes dècades.

AMOR CONFLUENT:

Amor entre persones capaç d'establir relacions de parella, definit a mitjans del segle XX. Apareix per oposició a l'amor romàntic: no ha de ser únic, no ha de ser per sempre, no suposa un lliurament incondicional, etc.

L'amor confluent descriu un tipus de relacions pures amb caràcter obert i negociable. Anthony Giddens, sociòleg Britànic, en el seu llibre *La transformació de la intimitat: Sexualidad amor y erotismo en las sociedades modernas+* publicat el 1992, va utilitzar el terme relació pura per definir les relacions de l'amor confluent.

Aquestes relacions tenen en compte les necessitats i els interessos de cada individu, predominant davant l'esfera privada. També fomenten la igualtat sexual i emocional entre homes i dones.

S'entén que aquest amor del s.xx s'allunya de l'amor etern i únic. L'amor confluent és una tendència més occidental, ja que en molts països orientals encara es duu a terme l'amor romàntic o patriarcal. En algunes comunitats asiàtiques del Regne Unit encara preval el matrimoni concertat entenent-lo més com una necessitat social on l'amor apareix amb el temps.

Aquest nou concepte d'amor va aparèixer en un moment de canvis en la societat. A finals dels anys 60 molts joves es van rebel·lar contra la societat burgesa, fet que va provocar una revolució, més coneguda com la Revolució 1968. A mitjans dels s.XX, un moment en què el paper de la dona prenia importància, van sorgir els moviments feministes, que fomentaven la igualtat d'oportunitats i el reconeixement de la seva identitat com a dones. Aquests canvis van significar l'inici d'una nova visió de família, que s'allunyava del model patriarcal que regnava en aquell moment i que va perdurar anys després. Lligats a aquests moviments i a la revolució sexual es comencen a sentir conceptes com %parelles obertes+o %wingers%.

AMOR SEXUAL:

Inclou l'amor romàntic i l'amor confluent. El desig sexual es considera una manifestació de l'amor només si neix de l'autoestima.

La sexualitat humana comprèn un gran nombre de comportaments i processos amb aspectes psicològics, socials, culturals, polítics, espirituals i religiosos. L'estudi de la sexualitat humana inclou el conjunt de comportaments i fenòmens que tenen a veure amb el sexe, com són les relacions sexuals, l'enamorament, la satisfacció sexual, la reproducció i la repressió sexual. La sexualitat és present en totes les etapes de la vida, des de la fetal fins a la vellesa. Segons les seves característiques diferencials es pot citar la sexualitat infantil, adulta, femenina, masculina, de la tercera edat, etc.

AMOR PLATÒNIC:

L'amor platònic és un tipus d'amor caracteritzat per la seva manca de sexualitat. És sovint un amor idealitzat, impossible o romàntic, que no arriba a la parella real. El terme ve de la noció d'amor en Plató. Per a aquest filòsof, l'amor era una via cap al coneixement, ja que estimant les coses belles hom podia copsar la idea abstracta de bellesa, una de les més altes jeràrquicament en el món intel·ligible, i així arribar al saber.

Aquest amor es basava en la contemplació i en la reflexió i és aquest caràcter el que va originar el terme amor platònic, usat com a sinònim d'un amor pur des del segle XV (per exemple, en les obres de Marsilio Ficino). Aquesta noció pren de l'amor cortès anterior l'adoració de l'ésser estimat i li treu la part sensual (és, per tant, un tipus de l'anomenat bon amor medieval, en oposició al mal amor que sorgeix de l'instint, com en l'obra de l'Arxipreste d'Hita). Posteriorment, van aparèixer les variants d'amor platònic entre amics i amor platònic secret, aquell que s'acontentava amb el sentiment que provocava la visió de l'estimat, sense intentar anar més enllà, ni tan sols en la declaració.

L'amor platònic és més freqüent en l'adolescència i en la literatura apareix a vegades lligat a l'homosexualitat o a l'homoerotisme.

AMOR CAP A QUELCOM ABSTRACTE O INANIMAT:

Un objecte físic, una idea, una meta, a la pàtria (patriotisme), al lloc de naixement, l'honor, a la independència (integritat). Es pot considerar amor platònic en el seu sentit filosòfic.

AMOR CAP A UN DEU O UNA DEÏTAT(DEVOCIÓ):

Sol néixer en l'educació rebuda des de la infància. Considera a Déu com la font de tot amor i es basa en la fe. En la majoria dels casos, es considera que després de la mort, Déu premiaria d'alguna manera a les persones que la corresponent religió considera virtuoses.

AMOR UNIVERSAL: el qual totes les persones poden arribar a sentir pel medi natural i que els grans místics experimenten com nirvana, èxtasi o il·luminació; és la manifestació sublim en la qual, segons el cristianisme o el budisme, s'eclipsen o conflueixen la resta de les manifestacions. Eckhart Tolle sosté que l'amor, com a estat continu, encara és molt rar i escàs, tan escàs com un ésser humà conscient.

3 Amor romàntic

L'amor romàntic és un dels models d'amor que fonamenta les relacions de parella estables de les cultures modernes, principalment les occidentals.

L'amor romàntic és considerat com un sentiment diferent i superior a les pures necessitats fisiològiques, com el desig sexual o la luxúria, i generalment implica una barreja de desig emocional i sexual, atorgant-li, això sí, més èmfasi a les emocions que al plaer físic. Les característiques més assenyalades d'aquest tipus d'amor es confirmen i difonen a través de relats literaris, pel·lícules, cançons, dibuixos animats... Es tracta d'un tipus d'afecte que es presumeix, ha de ser per a tota la vida (t'estimaré sempre), és exclusiu (no podré estimar a ningú més que tu), és incondicional (t'estimo per sobre de tot) i implica un elevat grau de dependència afectiva (sense tu no podria viure).

L'amor romàntic, apassionat o l'amorament intens ha existit des de temps immemorials però va rebre una empenta enorme durant l'edat mitjana per esdevenir gairebé un requisit per casar-se al segle vint. Presenta enormes avantatges, atès que l'amant romàntic experimenta sovint sentiments extremadament agradables i es troba motivat per a la realització de grans esforços i actuacions sorprenents.

Es reconeix generalment que l'amor romàntic inclou diversos factors importants:

- . Especialment, la idealització del subjecte estimat;
- . Un alt grau d'exclusivitat;
- . Intensos sentiments de lligam, normalment amb un fort component sexual;
- . La poderosa convicció que l'amor durarà per sempre;

- . Obsessió amb pensaments sobre l'estimat;
- . Urgència per realitzar i sacrificar gairebé qualsevol cosa per aconseguir l'estimat;
- . La convicció que l'amor romàntic és la cosa més important del món;
- . La creença que un es pot fondre pràcticament amb l'estimat i esdevenir un amb ell o ella.

Aquests són els cicles de l'amor romàntic:

Enamorament: que, en la majoria dels casos es produeix de manera inesperada (amor a primera vista).

Coneixement i acceptació dels defectes de la parella: període que comprèn des de l'enamorament i en què les persones que formen la parella es coneixen mútuament, descobrint els defectes i virtuts que cada un d'ells tenen. És molt important l'acceptació o el rebuig de l'altre tenint en compte els seus defectes, ja que el canvi de les característiques de l'altre és complicat. L'acceptació dels defectes implica la no-voluntat de canvi de l'altre.

Reelecció: un cop acceptats els defectes de la parella, el següent pas és el de la reelecció, en el qual les dues parts de la parella reafirmen la voluntat de seguir junts.

Consolidació: És l'última de les fases en què la parella es mostra segura de la seva elecció, coneix els defectes i les virtuts de la persona estimada, els accepta i decideix proposar un projecte en comú de futur, com pot ser per exemple el matrimoni o el realitzar un projecte de vida compartida

3.1 L'ideal de l'amor romàntic



Tots hem crescut amb els clàssics de Disney, en els que l'amor és el protagonista. En aquestes històries hi ha dos models diferenciats: el de la dona i el de l'home.

- La dona representa un rol passiu en les relacions de parella, potenciant en ella l'amor i el romanticisme, promovent la seva entrega incondicional a la parella, d'això es desprenen ideals relacionats amb la dependència femenina, dibuixant-la com a subjecte infravalorat que necessita de la protecció de l'home.
- L'home es defensa com a autònom, amb un paper actiu en les relacions de parella. Es simbolitza com un ser difícil, arriscat, segur, fort... d'aquesta manera, s'enalteix la figura èpica de l'heroi que ha de salvar la dona.

Aquestes històries reflecteixen estereotips sobre l'home i la dona, col·locant a la dona en un paper sumís dependent de l'home. Amb això els nens i les nenes veuen com a model aquests personatges i aprenen, des de que són molt petits, quin es el paper de la dona i quin el de l'home en la societat i en les relacions amoroses.

L'ideal romàntic, un dels grans exemples de la desigualtat entre sexes es conceptualitza basant-se en la construcció social del gènere, el qual s'ha forjat des d'un punt de vista masculí, des de les esferes de poder, basant-se en: desigualtats de gènere, discriminació cap a les dones, submissió femenina, heterosexualitat com a única forma de relació afectiu-sexual, etc.

Igual que qualsevol realitat social, aquest fenomen esta determinat o recolzat per diferents variables entre les que podem trobar:

- **L'època:** Motiu per el qual en les últimes dècades hi ha hagut canvis positius orientats cap a la igualtat real. Tot i això segueixen vigents les estructures dominants recolzades per cànons impostos respecte a l'ideal femení i masculí basats en la desigualtat de gèneres.
- **Els mitjans de comunicació:** Les programacions estan plegades de sèries, programes, publicitat, etc. En què persisteixen aquestes formes de parella basades en les relacions de poder del gènere masculí sobre el femení, justificant-se en l'amor com a fil conductor d'aquestes actituds.
- **La família:** Com a primer agent de socialització, influeix a través de la educació en el que significa ser nens i nenes: colors de la roba, joguets escollits per a cada un, els jocs relacionats amb nens i nenes, expectatives de futur diferenciades (estudis, àmbit laboral), elecció de contes on apareixen els prínceps i les princeses.

Tot això influeix en que les nenes somiïn amb el príncep blau+ i quan van entrant en la primera adolescència esperen complir aquest somni en les seves relacions afectiu-sexuals. Aquest príncep blau+ esta basat en un arquetip patriarcal, el qual va variant amb el pas dels anys tenint en l'actualitat un perfil diferent enclavat en els "models de masculinitat" que se'ns mostren des de

diferents fonts. Aquest model porta amb si la dominació d'un sexe, el masculí sobre el femení. Aquesta construcció es difícil de modificar i/o eliminar ja que forma part de l'àmbit social, polític, cultural, etc.

L'ideal romàntic de la nostra cultura estipula el que %de veritat+ significa enamorar-se i quins sentiments s'han de sentir, com, quan, amb qui sí i amb qui no. Aquesta descripció que s'estableix també determina i desenvolupa creences i imatges idealitzades entorn de l'amor, que en moltes ocasions dificulta l'establiment de relacions sanes i provoquen la acceptació, normalització i justificació de comportaments abusius i ofensius.

3.2 Mites de l'amor romàntic

"L'amor romàntic" és un conjunt de mites, per això una creença, encara que formulada de manera que apareix com una veritat, resistent al raonament, i al canvi.

Carlos Yela (2003), considera que els mites romàntics són el conjunt de creences socialment compartides sobre la "suposada veritable naturalesa de l'amor", i, igual que passa en altres àmbits, també els mites romàntics solen ser ficticis, absurds, enganyosos, irracionals i impossibles de complir.

Existeix una classificació de 19 mites distribuïts en 4 grups:

Grup 1: L'amor tot ho pot.

1. fal·làcia de canvi per amor. Aquest és un dels mites més típics i un dels que més reforça el maltractament en la relació. La idea de que la nostra parella, per molts errors que tingui, canviarà per complaure'ns i així poder ser feliços eternament. És a dir, si la meua parella és una persona gelosa i controladora, canviarà per mi, si sempre està de mal humor i em crida en discussions, canviarà per mi... tot per amor.

2. Mite de l'omnipotència per amor. Si hi ha veritable amor no han d'influir els obstacles externs o interns sobre la parella, i és suficient amb l'amor per solucionar tots els problemes. L'acceptació d'aquest mite pot generar dificultats en la mesura que pot ser usat com una excusa per no modificar determinats comportaments o actituds o, pot portar a una valoració negativa dels conflictes de parella, dificultant el seu afrontament. Aquests mites reforcen el paper passiu i de subordinació de la dona a l'home.

3. Normalització del conflicte. Com que l'amor ho pot tot i fins i tot aconseguirà que la meua parella canviï per mi, acabem normalitzant actituds que no són ni respectables ni sanes simplement perquè seguim pensant que l'amor ho arreglarà tot. Especialment el nostre amor cap a aquesta persona.

4. Creença que els pols oposats s'atrauen i s'entenen millor. Això serveix novament per normalitzar i promoure les relacions de poder i maltractament. És a dir, tant és com de diferent sigueu, quant us baralleu per aquestes diferències i quants problemes us causin, segueix sent amor i l'amor ho arreglarà tot. Us voleu i us atraieu amb la mateixa intensitat amb què discutiu i és perquè els pols oposats s'atreuen.

5. Mite de la compatibilitat de l'amor i el maltractament. La creença que barallar-se sovint és normal, que la gent que es baralla, es desitja,

que hi ha certes actituds que hem de suportar perquè l'amor acabarà arreglant-ho tot i perquè tot, absolutament tot, ha de perdonar-se per tal de no perdre l'amor etern que ens dóna tanta felicitat interna. Creure que tot el que succeeixi en les primeres fases de relació és propi del procés d'adaptació. Amb aquestes directrius, la gent suporta controls, gelosia, xiscles, passar por ... perquè bé, ningú va dir que l'amor hagi de ser sempre felicitat, aquestes coses passen, no és per tant. No? (sarcasme, òbviament)

6. Creença que l'amor veritable ho perdona i aguanta tot. Més del mateix. És igual quantes vegades et cridi o insulti, sempre és que ha tingut un mal dia. És igual quant et controli, has de comprendre perquè és que et vol tant que li fa por perdre't. És igual quant discutiu, és que l'amor a vegades té sots i has aguantar, ja es passarà. De fet, en l'amor romàntic, acabar una relació és pràcticament un ultratge ja que no has aguantat prou o t'has rendit a la mínima.

Grup 2: %l'amor veritable predestinat+

7. Mite de la mitja taronja, o creença que triem a la parella que teníem predestinada d'alguna manera i que ha estat l'única elecció possible. L'acceptació d'aquest mite podria portar a un nivell d'exigència excessivament elevat en la relació de parella, amb el consegüent risc de decepció, o una tolerància excessiva en el marc d'aquesta relació, en considerar que sent la parella ideal cal permetre més o esforçar-se més (un/a mateix/a) perquè les coses vagin bé.
8. Mite de la complementarietat. Aquest mite va amb relació al anterior %mite de la mitja taronja+, per tant només recalco la importància de no

inculcar que tots necessitem a algú per ser sers complets, sinó que em deducar ajudant a que des de petits tots vegem lo valuosos que som per nosaltres mateixos.

9. Raonament emocional. Les emocions son una cosa, i els pensaments una altre molt diferent. Els sentiments no es poden argumentar, no es poden raonar. Per tant frases com %Em parla així perquè li importo molt+, s' intenta justificar o raonar comportaments que fan mal, i si aquella persona t'estima, no tindria de fer-te sentir malament, per tant els sentiments no son raonables.

10. Creença de que només hi ha un amor verdader en la vida. És a dir, creure que "només s'estima de veritat una vegada i, si es deixa passar mai més es tornarà a trobar".

11. Mite de la perdurabilitat, passió eterna o equivalència, és a dir, creença que l'amor romàntic i passional dels primers mesos d'una relació pot i ha de perdurar després d'anys de convivència. L'acceptació d'aquest mite té conseqüències negatives tant sobre l'estabilitat emocional de la persona com sobre l'estabilitat emocional de la parella.

Grup 3: L'amor és el més important i requereix entrega total

12. Fal·làcia de l'aparellament i conversió de l'amor de parella al centre i la referència de l'existència personal. Entendre que només es pot ser feliç amb parella. creença de que la felicitat eterna es troba en l'altra

persona. Creença de que sense parella som éssers infeliços que han de vagar desitjant trobar la persona adequada. L'amor de parella es converteix en el centre de la nostra vida i en l'únic motiu de la nostra existència.

13. Reconeixement de la capacitat de donar la felicitat a l'altre / a, és a dir, la capacitat de donar felicitat se li atribueix per complet a la parella.

14. Fal·làcia del lliurament total. Idea de "fusió amb l'altre", oblit de la pròpia vida, dependència de l'altra persona i adaptació a ella, postergant i sacrificant el mateix sense esperar reciprocitat ni gratitud.

15. Creença d'entendre l'amor com despersonalització: entendre que l'amor és un procés de despersonalització que implica sacrificar el jo per identificar-se amb l'altre / a, oblidant la pròpia identitat i vida.

16. Creença que si s'estima ha de renunciar-se a la intimitat, no poden existir secrets i la parella ha de saber tot sobre l'altra part.

Grup 4: L'amor és possessió i exclusivitat:

17. Mite del matrimoni. Creença que l'amor romàntic passional ha de conduir a la unió estable de la parella i constituir-se en l'única base de la convivència de la parella. Aquest mite estableix una relació entre dos elements, un que es pretén durador com és el matrimoni, i un estat emocional transitori com és la passió, el que no només resulta difícil si no que pot portar fàcilment a la decepció.

18. Mite de la gelosia. o creença que la gelosia és un signe d'amor, i fins i tot el requisit indispensable d'un veritable amor. Aquest mite sol usar-se habitualment per justificar comportaments egoistes, injustos, repressius i, en ocasions, violents.

19. Mite sexista de la fidelitat i de l'exclusivitat. Amb diferents judicis per a homes i dones.

La majoria d'aquests mites, releguen a les dones en un pla secundari, en el que l'home ha de protegir-la i/o sotmetre-la. Aquestes creences també atorguen a la dona característiques de la parella com la paciència, la dolçor, la comprensió i el rol de cuidadora de la família. Al contrari, a l'home se li atorguen el deure de protegir i mantenir a la família, la agressivitat i la valentia.

Aquests prejudicis són els predominants actualment en la nostre societat, i encara que són subtils i pràcticament imperceptibles a causa de que els hem interioritzat durant segles, aquests principis són molt perillosos, donant lloc al masclisme benèvol, que actualment es troba en la nostre societat, i això és la causa de que la violència de gènere continuï arribant a cotes històriques cada any.

En resum, els valors que s'amaguen darrera d'aquests mites que es transmeten durant generacions, integren actituds sexistes i un ideal de relació de parella equivocada.

3.3 Violència de gènere

La violència es pot definir com un fenomen real, complex, multifacètic i estès, el qual està present en els diversos estils socioeconòmics i educatius i apareix cada vegada més assíduament, com s'observa en les notícies dels mitjans de comunicació. (...) Cal conèixer els fets violents, que abans pertanyien a l'esfera privada i han aconseguit passar a l'esfera del que és públic ". Amb aquesta definició, podem entendre que la violència és una realitat greu, preocupant i que arriba a tota la societat.

Quan s'exerceix violència, qualsevol que sigui el tipus, s'està plasmant el poder que té una persona sobre una altra, el qual se sintetitza en una creença d'ostentar una posició jeràrquica superior. Per tant, la violència es basa en relacions desiguals, desequilibrades, en vulneració de drets, amb l'objectiu de danyar, en què una persona se sent superior a una altra i fa que la víctima assumeixi la posició inferior. Podem plasmar els actes violents en una idea que es sintetitza en: sempre que els drets exercits siguin inferiors als potencials significa que hi ha una situació de violència. Aquest acte es pot exercir de diverses maneres:

- Violència física: agressions sobre el cos (pegar, empènyer, tallar, etc.).
- Violència Verbal: amenaces, insults, burles, frases nocives.
- Violència per verbal: gestos i / o senyals que insulten i fan mal.
- Violència psicològica: jocs psicològics, xantatges, sembrar rumors, aïllar i rebutjar.

Per entendre aquesta tipologia cal tenir en compte un element comú a totes elles: tota acció violenta és desenvolupada i motivada per un aprenentatge social previ. És a dir, les persones assumeixen altres patrons de comportament i els utilitzen, posteriorment, com a mètode per relacionar-se amb altres éssers humans. Aquesta forma de coneixement és infosa per diferents institucions socials (família, escola, mitjans de comunicació, etc.). D'altra banda, també és important remarcar que aquest tipus de comportament es fonamenta per l'assumpció d'una sèrie de valors i l'absència d'altres. Entre alguns d'ells es troben:

- Valors assumits: importància del jo, egoisme, superioritat, odi.
- Valors absents: solidaritat, respecte, igualtat.

Dins d'aquest fenomen de la violència, podem trobar infinitat de formes agressives que, tot i compartint elements comuns, es caracteritzen per estar orientades cap a una part de la població per diferents motivacions i amb denominacions diferents. Entre totes elles, trobem la designada amb el nom de violència de gènere.

La violència de gènere es defineix en l'article 1 de la Llei Orgànica 1/2004, del 28 de desembre, de mesures de protecció integral contra la Violència de Gènere com *% (...)* *La manifestació de la discriminació, la situació de desigualtat i les relacions de poder dels homes sobre les dones, s'exerceix sobre aquestes per part de qui estan o hagin estat lligades a elles (...) per relacions d'afectivitat, fins i tot sense convivència. "Aquestes manifestacions poden donar-se com a resultat de "tot acte de violència física i psicològica, incloses les agressions a la llibertat sexual, les amenaces, les coaccions o la privació arbitrària de llibertat"*

Aquest fenomen és una xacra social ja que diàriament moltes dones pateixen algun tipus de maltractament, pel fet de ser dona, cobrant anualment la vida de multitud d'elles. A més, les conseqüències d'aquesta realitat no afecta únicament a les que ho pateixen directament, sinó que els seus efectes recauen en: la persona que ho pateix, la/les persona/es que ho presenciïn, les persones que ho exerceixen i la societat en general.

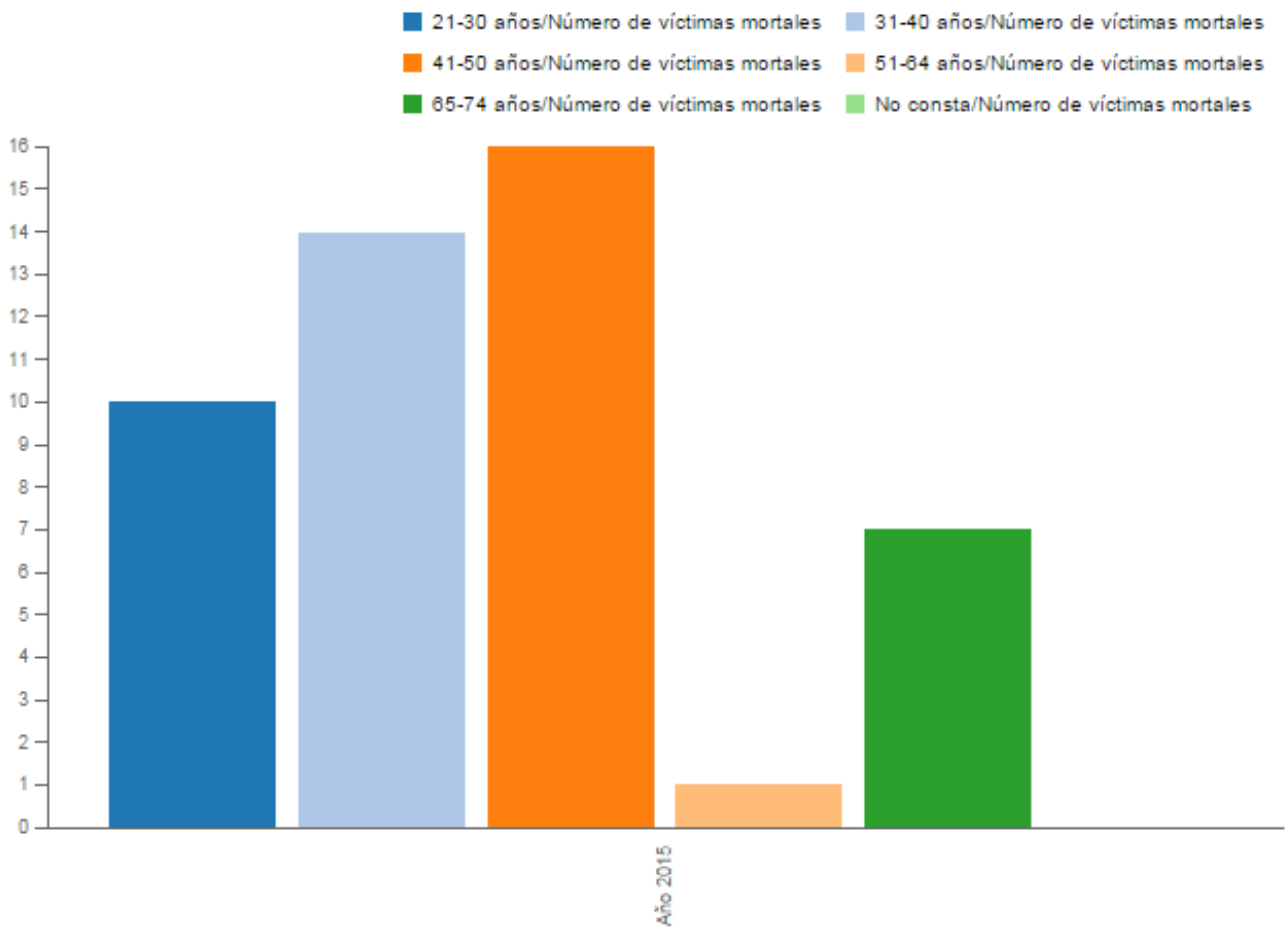
Aquest és un problema de caràcter social i públic, deixant enrere la creença de que es un assumpte del àmbit privat.

És important treballar amb els adolescents la prevenció de la violència de gènere.

A continuació he posat dos gràfiques, una que mostra el número de víctimes mortals a Espanya l'any 2015 a causa de violència de gènere i una altre que

mostra el número de denúncies per violència de gènere també l'any 2015 a Espanya. Podem observar-hi que és molta la gent que ho pateix.

Víctimes mortals:



De 21 a 30 anys: 10 víctimes

De 31 a 40 anys: 14 víctimes

De 41 a 50 anys: 16 víctimes

De 51 a 64 anys: 1 víctima

De 65 a 74 anys: 7 víctimes

Total de víctimes a Espanya l'any 2015: 57

Denuncies per violència de gènere:

Año	Comunidad autónoma	Número de denuncias por violencia de género
Año 2015	Andalucía	13461
	Comunidad de Madrid	9033
	Cataluña	8759
	Comunidad Valenciana	8302
	Canarias	3521
	Galicia	2607
	Región de Murcia	2320
	Islas Baleares	2274
	Castilla y León	2230
	Castilla - La Mancha	2183
	País Vasco	2086
	Aragón	1595
	Extremadura	1157
	Principado de Asturias	1137
	Comunidad Foral de Navarra	613
	Cantabria	573
	La Rioja	269
Melilla	124	
Ceuta	72	

Total de denuncies per violència de gènere l'any 2015 a Espanya: 62316

3.4 Relació de l'amor romàntic amb la violència de gènere

Un dels problemes que es manifesten cada vegada de forma més alarmant a la nostra societat és el de la denominada violència de gènere.

El mite de l'amor romàntic és una forma d'entendre les relacions, entrelaçades en el social i en el pla simbòlic dels mites, la literatura, els contes interioritzats a la infantesa...

En aquesta societat l'amor romàntic s'ha convertit en una de les bases més importants de les institucions socials, que és la família. I com a tal, aquest tipus d'amor ofereix a les persones un model a seguir de conducta, que quan fracassa o falla, produeix frustració i desengany. Fets que poden considerar-se un factor sociocultural de risc que fomenta i manté la violència de gènere. Per tant, la violència de gènere està estrictament relacionada amb l'amor romàntic, a causa de la concepció social que es té sobre el mateix, els models de l'amor existents i la manera en què les persones han de respondre a certs patrons quan formen una parella.

Assumir aquesta forma d'estimar i els mites que existeixen sobre ell, arriba a dificultar les reaccions del col·lectiu femení que es troben en una situació de violència de gènere, ja que, és més forta la creença de que l'amor és el que dóna sentit a les vides de les persones, i que no es pot trencar aquest llaç. Encara que tot això, hagi de suposar, aguantar gelosia, agressions, insults, etc.

Algunes de les conseqüències de l'amor romàntic són:

- La frustració i la por a contar la pròpia experiència.
- El paper passiu de la dona respecte a la seva pròpia vida.
- El sacrifici, renúncia i rendició com a forma d'amor.
- L'anul·lació de la pròpia trajectòria individual, el trencament de les xarxes social i afectives.

- La dificultat per identificar i afrontar situacions de violència i submissió.
- La justificació de conductes violentes com a forma d'amor.

3.5 Els adolescents, l'amor romàntic i la violència de gènere

El sexisme i els estereotips de gènere estan molt presents entre la població adolescent espanyola i la major dificultat per eliminar-los es que la joventut no és conscient davant la materialització de situacions sexistes.

Els i les joves coneixen el discurs de la no violència i de com s'ha d'actuar i pensen des de l'ideal del que "s'ha de" i "no s'ha de" fer. No obstant això, en observar com viuen les seves relacions sentimentals es pot concloure que no posen en pràctica aquesta teoria.

Hi ha certa separació entre el que es pensa i el que se sent; es produeix una manca de connexió entre la raó i l'emoció.

Hi pot haver un model racional i lògic de com han de ser les relacions i l'amor, però a l'hora de la veritat, en les relacions que tenen la població juvenil -i la majoria de les vegades no tan jove-, es diuen frases del tipus «sense tu no sóc res», «amb el meu amor faré que canviï», «estem fets l'un per l'altre», etc.

Gran part dels joves valoren la gelosia com una expressió de l'amor %i no sent %celos+es que no m'estima+.

Les dones han estat al llarg de la història l'objecte passiu de la relació les quals estan més acostumades a quedar-se a la seva gàbia de vidre mentre que el príncep blau va a buscar-se la vida. Per tant, el problema fonamental ve quan elles surten de la seva peixera i s'incorporen a la vida real, on ja no són un objecte passiu sinó que tenen iniciativa, desitjos, il·lusions, metes, etc. En conseqüència, el príncep ha de duplicar o triplicar els seus esforços per tenir controlada a la seva, fins llavors, Bella Dormanent.

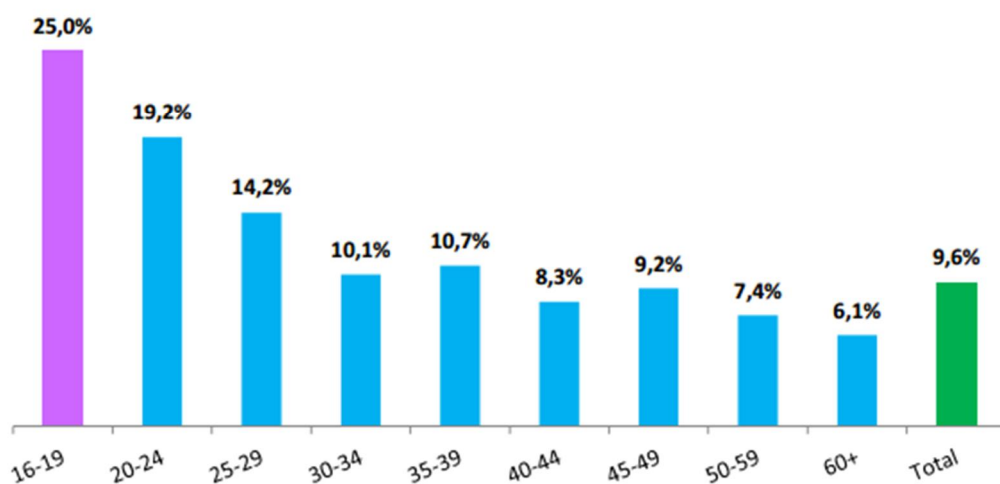
Pot ser que això ens soni anacrònic i fora de lloc. Però la realitat és que aquest conte que semblava ja superat sembla reflotar en els adolescents d'avui dia. L'últim informe que ha realitzat el Ministeri de Sanitat, Serveis Socials i Igualtat al respecte, indica que tornen a aflorar les idees masclistes i que els i les adolescents comparteixen moltes d'aquestes idees que s'engloben sota el "mite de l'amor romàntic".

Hi continua havent assetjament, control de l'altra persona, aïllament social i, fins i tot, violència física, sexual i emocional.

Aquest gràfic que hi ha a continuació, mostra la violència psicològica de control sobre les dones en els últims 12 mesos per grups d'edat a Espanya.

Es pot observar que les dones que pateixen més aquest tipus de violència són les adolescents de 16 a 19 anys, seguidament les de 20 a 24 anys.

Gráfico 21: Violencia psicológica de control en los últimos 12 meses por grupos de edad (5 años)
Porcentajes sobre el total de mujeres de cada grupo de edad que han tenido pareja en alguna ocasión



3.6 Representacions de l'amor romàntic en l'art

A continuació he fet un recull d'obres d'art on es representen manifestacions de l'amor romàntic. Dins de les arts: pintura, escultura, literatura i cinema.

Dins de la pintura:

El beso. Gustav Klimt (1907-1908)



«El beso» és l'obra més coneguda de Gustav Klimt (1907-1908) i actualment es troba exposada a la Galeria Belvedere de Viena. La pintura suprema del moviment que abanderava de Secessió, dins de l'Art Nouveau i el simbolisme. Una abraçada i un petó per a l'eternitat, la resta del món no existeix, ni importa als amants.

La majoria dels crítics veuen en aquest petó una representació simbòlica del petó que Apol·lo li va donar a la nimfa Dafne mentre ella es convertia en llorer. Però també se sospita que fos més simple, i que es tractessin del propi pintor i el seu amant, Emile Flöge.

Dins de l'escultura:

El Beso, Auguste Rodin (1840 -1917)



Representava en el seu origen a Paolo i Francesca, personatges procedents de la Divina Comèdia, poema de Dante Alighieri (1265-1321). Matats pel marit de Francesca que els va sorprendre besant-se, els dos enamorats van ser condemnats a errar en els Inferns.

Dins de la fotografia:

Le baiser de l'hôtel de ville. Robert Doisneau



Le baiser de l'hôtel de ville (literalment, «El petó de l'ajuntament (de París)») és una fotografia en blanc i negre del fotògraf francès Robert Doisneau, realitzada l'any 1950. Reprodueix una escena observada des de la terrassa d'un cafè amb gent, en la qual una parella, amb l'ajuntament de París a l'esquena, gairebé sense aturar el seu pas, es besen breu i ràpidament.

Es tracta d'una de les fotografies més populars de la història i una icona per excel·lència de la ciutat de París. Se la sol considerar tant un símbol del romanticisme i de l'amor jove com una expressiva metàfora del sentit de la vida a l'Europa dels anys posteriors a la Segona Guerra Mundial.

L'amor en la literatura

L'amor és un dels temes més clàssics a la literatura de totes les èpoques. El mateix concepte permet una variació temàtica considerable i una gran diversitat d'enfocaments, des de l'erotisme fins a l'amor diví, per exemple. Els escriptors han traspassat aquesta varietat en els seus textos i han reflectit l'opinió que cada època tenia sobre l'amor. Tot i que el tema amorós es manifesta en tots els gèneres literaris, és la poesia el més utilitzat per expressar les alegries o penes d'amor.

D'altra banda, el tema amorós ja apareix des de temps remots. Només cal recordar llibres com el *Càntic dels càntics*, o el *Kamasutra*, tractat hindú de les regles de l'amor. En el món antic l'amor va ser exaltat tant des del punt de vista del plaer com de l'espiritualitat.

A l'edat mitjana, hi hagué a Europa una forta influència de la poesia àrab, amb la qual cosa s'introduí, d'una banda, l'amor platònic o ideal, i de l'altra, l'amor eròtic i sensual. A les corts feudals nasqué l'anomenat **amor cortès**, que consistia en un amor totalment idealitzat i desmaterialitzat, que anava a la recerca de la perfecció, de l'impossible. La poesia trobadoresca era un reflex de la societat feudal del temps.

Al segle XIV apareixen a Itàlia dos escriptors que trenquen amb els convencionalismes trobadorescos: Petrarca i Boccaccio. El primer idealitzà la seva amada Laura, mentre que el segon mostrà l'amor llibertí, alegre i frívol de la societat de l'època en els contes del *Decameró*. En la mateixa línia de Boccaccio, Juan Ruiz, Arcipreste de Hita, a la seva obra *El libro del buen amor*, fa un quadre de costums del seu temps, barrejant la sensualitat i la devoció, l'amor profà i l'amor diví, l'amor esbojarrat i l'amor autèntic. L'amor també és el protagonista d'un altre gran llibre del segle XV, *La Celestina* de Fernando de Rojas, on les relacions amoroses són descrites amb gran fidelitat a la realitat. Per la seva banda, Ausiàs March fa una poesia semblant a la de Petrarca, però menys idealista i referint-se a dones molt més humanes, i en què l'amor es presenta sempre entre dos pols: la carnalitat i l'espiritualitat, l'amor sensual i l'amor intel·lectual.

Ja en ple renaixement Garcilaso de la Vega pren com a models Petrarca i March i escriu uns versos ple d'humanitat. Durant el barroc la poesia amorosa tendirà a la moralitat i a la sàtira, moltes vegades disfressades amb brillants imatges o al·legories mitològiques.

El romanticisme implica un retorn a les concepcions amoroses de l'edat mitjana. Es torna a l'amor cortès, a un amor que esdevé la lluita per l'impossible i la recerca d'un ideal espiritual i sexual alhora. Es tendeix a ressaltar el sentiment i la passió per sobre de la raó. Aquest tipus de poesia, que té com a un dels principals representats Gustavo Adolfo Bécquer també impregnarà el modernisme, el qual recollirà l'herència del romanticisme gràcies a la influència del simbolisme.

En el segle XX, en què els valors morals tradicionals han estat qüestionats, el sexe ha esdevingut el protagonista de moltes obres literàries. La sensualitat i l'erotisme són els aspectes de l'amor més destacats. La veneració romàntica per la persona estimada deixa pas a l'exaltació de la passió. Neixen molts gèneres, com la poesia i la narrativa eròtiques i el tema del sexe deixa de ser tabú. En la literatura castellana destaquen especialment els poetes de la generació del 27 i, en la catalana, l'obra de Joan Salvat-Papasseit *El poema de la rosa als llavis*.

Poesia:

Amor eterno de Gustavo Adolfo Bécquer

Podrá nublarse el sol eternamente;
Podrá secarse en un instante el mar;
Podrá romperse el eje de la tierra
Como un débil cristal.
¡todo sucederá! Podrá la muerte
Cubirme con su fúnebre crespón;
Pero jamás en mí podrá apagarse
La llama de tu amor.

Aquest poema va ser escrit per Gustavo Adolfo Bécquer, un dels autors més importants del Romanticisme. Va ser un dels representants de la poesia intimista més famosos del romanticisme espanyol.

El tema d'aquest poema és l'amor, l'amor etern, l'amor més enllà de la mort. És un monòleg, una declaració unilateral de l'artista a la dona que estima. Tot i que el tema de l'amor és molt ampli, en aquest poema l'autor es concentra exclusivament en el seu propi sentiment, i es val de diverses figures literàries per ressaltar les qualitats del seu propi sentiment. L'autor descriu a l'amor com quelcom diví. Pretén donar-li un toc tràgic, com si no pogués viure sense ell, que és imprescindible.

Literatura i cinema:

Cinema romàntic

El cinema romàntic és un gènere cinematogràfic que es caracteritza per retratar arguments construïts d'esdeveniments i personatges relacionats amb l'expressió de l'amor i les relacions romàntiques. El cinema romàntic se centra en la representació d'una història amorosa de dos participants, la qual travessa les principals etapes de la concepció de l'amor com el seguici i el procés nupcial.

Aquest gènere cinematogràfic freqüentment explora elements clau en la concepció popular de l'amor, construint el seu argument a partir de situacions com l'amor a primera vista, l'amor cronològicament discordant (amor entre una persona d'edat jove i una persona d'edat madura), l'amor tràgic, l'amor destructiu, l'apassionant amor sexual, l'amor homoeròtic i l'amor impossible. El cinema romàntic es caracteritza per retratar una història d'amor o la recerca de l'amor com a argument principal del film, recolzant-se situacions alienes a l'argument principal que obstaculitzarien la continuïtat de l'amor entre la parella que estel·lariza l'argument del film. Com obstacles amorosos s'inclou la percepció d'un amor impossible, la infidelitat, la incompatibilitat amorosa,

el love-hate, la malaltia, els diners, la discriminació social i la intervenció de persones que pretenen acabar amb l'amor de la parella.

Los puentes de Madison, de Robert James Waller

Els ponts de Madison (títol original en anglès The Bridges of Madison County) és un pel·lícula estatunidenca dirigida i interpretada per Clint Eastwood, estrenada el 1995. S'inspira en una novel·la del mateix nom escrita per Robert James Waller.

Relata la història de Francesca, nascuda a Itàlia a la ciutat de Bari, una solitària mestressa de casa resident a Iowa, que s'havia casat amb un soldat nord-americà i emigrat als Estats Units. Mentre el seu marit i fills es troben fora, a la fira de l'Estat d'Illinois, coneix a un fotògraf, Robert Kincaid (Clint Eastwood), que ha



arribat al comtat de Madison (Iowa) per realitzar una sèrie fotogràfica sobre els ponts coberts de la zona per National Geographic, i s'enamora d'ell. Els quatre dies que passen junts suposen per a ella un gir fonamental en la seva vida per la relació extramatrimonial que manté amb ell.

Romeu i Julieta

Romeu i Julieta és una tragèdia escrita per William Shakespeare l'any 1597. Conta la història dels amors de Romeu i Julieta, dos joves enamorats que pertanyen a famílies enfrontades, els Montagú i Capulet, però tot i la rivalitat de les seves famílies, decideixen lluitar pel seu amor fins al punt de casar-se de forma clandestina. La pressió d'aquesta realitat i una sèrie de fatalitats condueixen al suïcidi dels dos amants. Acaben matant-se per amor.

Romeu i Julieta han esdevingut arquetips literaris, un dels màxims exemples de parelles desgraciades.



Per Denis de Rougemont (un sociòleg i historiador), la cultura occidental, a través de la seva lírica, ens presenta un model amorós que té una sèrie de característiques: la idea de l'amor pressuposa el gust per les desgràcies, pels amors impossibles (Tristany i Isolda, Romeu i Julieta), la híper idealització de l'amor i de la persona estimada. De tal manera és així que l'amor feliç no té història, només l'amor amenaçat i condemnat és novel·lesc i cinematogràfic. El que exalta el lirisme occidental no és el plaer dels sentits ni la pau fecunda de la parella, no és el respecte i el coneixement de l'altre, sinó l'amor com a passió sofrent.

Pel·lícules d'amor romàntic que influeixen als joves

Aquestes dues pel·lícules que os mostro a continuació, són dos exemples molt clars de pel·lícules que han influït a molts joves i en les que es poden trobar mites de l'amor romàntic.

Novela/película Crepuscle

Argument:

Isabella Swan (Bella) és una noia de 17 anys que sempre ha estat diferent als altres. Quan la seva mare es casa per segona vegada, Bella decideix marxar a un recòndit, petit, plujós i ombrívol poble anomenat Forks, a l'estat de Washington per viure-hi amb el seu pare, Charlie. Allà hi coneix moltes persones, però una crida la seva atenció sobre la resta, Edward Cullen.

Edward Cullen és intel·ligent, atractiu i, sobretot, molt misteriós, i capta ràpidament l'atenció de Bella. Aviat es veurà cada



vegada més intrigada per l'estranya aurèola de misticisme que envolta el noi. Però algun fosc secret s'oculta en el si de la família Cullen: viuen apartats dels altres, són físicament perfectes, tenen una força sobrenatural i una set difícil de sadollar.

Entestada a conèixer el seu secret, Bella s'enamora d'ell i acaba assabentant-se del que no s'hauria pogut imaginar. Bella descobreix la terrible veritat: Edward i la seva família són vampirs.

Però Bella no pot lluitar contra els seus sentiments: està profundament enamorada d'Edward. Així és com la seva vida deixa de ser la d'una adolescent comuna per omplir-se d'interminables aventures i estranys successos que no deixaran de posar en perill la seva vida.

Un amor perillós ¿o un perill engegat per l'amor?

"Nunca me había detenido a pensar en cómo iba a morir. Seguramente, morir en lugar de otra persona, alguien a quien se ama, era una buena forma de acabar. Cuando la vida te ofrece un sueño que supera con creces cualquiera de tus expectativas, no es razonable lamentarse de su conclusión"

Així, amb aquestes paraules, comença Crepuscle. Una novel·la romàntica que ha estat portada amb èxit al cinema i a les carpetes, els somnis i les il·lusions de moltes noies joves.

Aquesta primera part d'una saga "l'amor i vampirs", entrellaça pinzellades de l'amor romàntic tradicional que podrien arribar a considerar-se "signes d'alarma" sobre "com ficar-te en una situació de perill per pensar que l'amor ho pot tot (inclòs que un vampir no et devori) ".

Si s'analitza, la novel·la Crepuscle (o la pel·lícula), es troba d'entrada amb aquesta parrafada de la protagonista (Bella), en la qual expressa que no considera millor forma de morir (amb tan sols 17 anys) que per algú a qui s'estima.

Bella és una jove, que es defineix com a maldestre, amb un concepte molt pobre de si mateixa. Una noia, que un dia coneix, al que serà "el centre absolut i definitiu de la seva vida": Edward. Un noi absolutament increïble.

Des de que Bella el coneix, no és capaç de pensar o fer alguna cosa, que no tingui a veure amb ell. No pot suportar estar sense ell unes hores, fer alguna cosa on ell no estigui present o pensar tan sols en qualsevol altra cosa que no tingui a veure amb ell.

"No pude contener la melancolía que me abrumó al comprender que no sabía cuánto tiempo tendría que esperar antes de volverlo a ver."

"Estaba sorprendida de que fuera posible estar más pendiente de él de lo que ya lo estaba"

"No pude ni concentrarme en la película", "Toda mi vida giraba en torno a él"

El missatge que transmet a les joves és que el més important de la vida és que estimem a algú i ens sacrifiquem per aquest amor.

En la història de Bella i Edward Cullen, cal destacar que Bella és una simple noia humana i mortal i Edward un vampir, però no un vampir sanguinari, cruel, i fastigós. Un vampir preciós, seductor, intel·ligent, fort, meravellós...

Aquesta història ens ven que els éssers absolutament perfectes i meravellosos existeixen de debò

Edward és un perill per a ella . Ell mateix la avisa:

Edward:

-"Es un error. No es seguro. Bella, soy peligroso. Grábatelo, por favor"

Bella:

-"No. Te lo dije, no me importa qué seas. Es demasiado tarde". (Mai és tard per allunyar-se d'un perill)

Edward:

- "Si estuvieras en cualquier lugar cerca cuando pierdo el control..."

- "Nunca olvides que soy más peligroso para ti de lo que lo soy para cualquier otra persona".

Bella:

"Estaba totalmente segura de tres cosas. Primera, Edward era un vampiro. Segunda, una parte de él, y no sabía lo potente que esa parte podía ser, tenía sed de mi sangre. Y tercera, estaba incondicional e irrevocablemente enamorada de él".

Igual que els vampirs no existeixen ni la ceguesa de l'amor ens té bojós eternament, arribarà el dia en què una es tregui aquesta ceguera de sobre i s'adoni, que on creia veure un ésser perfecte, meravellós i el somni de la seva vida , es troba que el que té al costat és un monstre, sanguinari, que fa patir i el separa per sempre de la seva vida i la seva família.

Aquesta pel·lícula ens aporta clars exemples sobre alguns mites de l'amor romàntic.

A tres metros sobre el cielo

Argument

És un drama romàntic adolescent que narra la història de dos joves que pertanyen a mons oposats. És la crònica d'una relació improbable, gairebé impossible; però inevitable, que acabarà arrossegant a la parella a un frenètic viatge iniciàtic on junts descobriran el primer amor. Babi és una noia de classe mitjana-alta que està educada en la bondat, en la innocència i en les normes; Hache és un noi rebel, impulsiu, inconscient, aficionat al risc i al perill, embrancat en una infinitat de baralles i carreres il·legals de motos, al límit del sentit comú. Encara que tantes coses els separin hi ha una cosa que supera a les altres, la força de l'amor entre ells dos.



Las chicas como Babi se esmeran en sus estudios, hablan del último grito en moda y se preparan para encontrar al amor de sus vidas; los chicos como Step prefieren la velocidad, la violencia, el riesgo, las motos y la camaradería de las bandas. Pertenecen a mundos distintos, pero el amor les hará cambiar: ellas se volverán más salvajes; ellos más tiernos...+

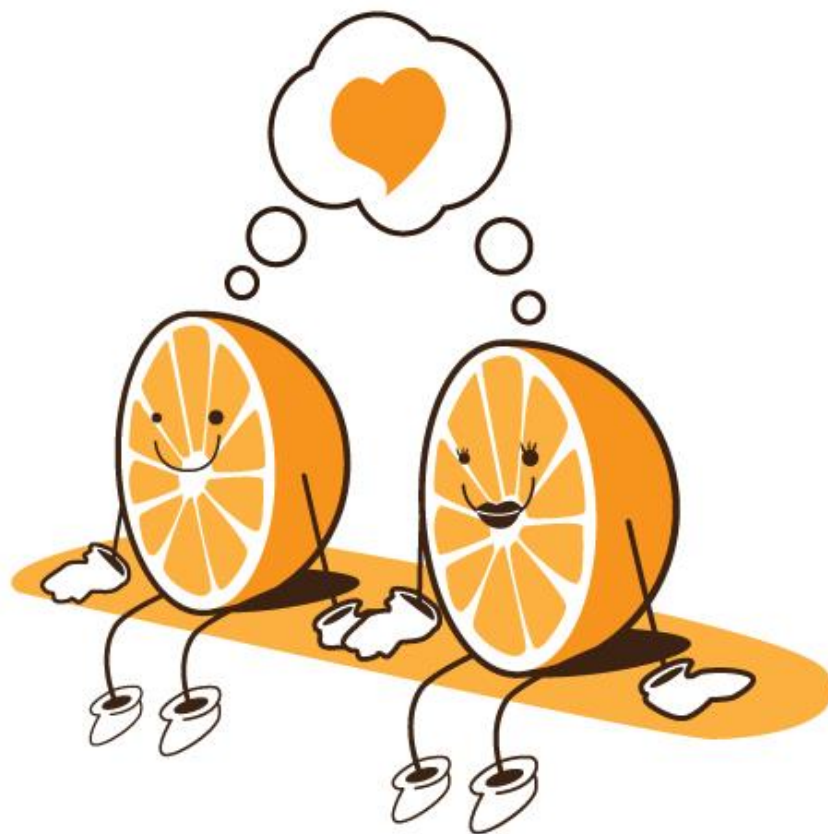
Babi se balancea. Step se le acerca. Ella alza las manos, se las pone delante de la cara y baila guapísima. No ha visto nunca unos ojos tan ingenuos. Esa boca suave, color pastel, esa piel aterciopelada. Todo en ella parece frágil pero perfecto...+

Mi primer novio... estaba segura de que compartiría mi vida con él... pero lo que en un momento concreto nos parece perfecto, con el paso del tiempo, entendemos que no era tan perfecto... nadie dice que no podamos volver a encontrarlo, o incluso encontrar algo mejor+

Nada de pesadeces: ¿Qué haces esta noche?, ¿qué hacemos mañana?, ¿el finde?, te llamo luego, dime que me quieres, tú ya no me quieres, pero ¿cómo que no te quiero?, ¿quién era ésa? ¿por qué has hablado con ella?, ¿con quién hablabas por teléfono?... Quiero chicas de calendario+ No quiero atarme.+

4. CAS PRÀCTIC

Quin ideal de l'amor tenen els adolescents?



Aquest cas pràctic consisteix en una enquesta en la qual hi ha les següents 6 preguntes:

1. Creus que hi ha algú que encaixa amb tu? Que existeix una mitja taronja?
2. Podries enamorar-te de dos persones a la vegada? Es pot a estimar a algú i ser infidel?
3. Creus que si hi ha gelosia és perquè hi ha amor?
4. Quan creus que dura la passió en una relació?
5. El millor final per l'amor és el matrimoni?
6. Pot durar sempre l'amor?

Vaig repartir cent enquestes amb aquestes preguntes a cinc classes diferents de l'institut Freta de Mataró, a una de 2n d'ESO, a una de 3r d'ESO, a una de 1r de batxillerat i a dos classes de 2n de batxillerat, ja que el que m'interessa és tenir les respostes de adolescents i així saber si realment el jovent d'avui en dia té una idea de l'amor idealitzada, és a dir, si creuen en els mites de l'amor romàntic o no. A més, al repartir les enquestes per diferents classes he pogut obtenir respostes des de gent de 13 anys fins a gent de 19 anys.

Totes les preguntes estan relacionades amb tots els mites de l'amor romàntic en general, però dins de l'apartat de cada pregunta he remarcat quin és el mite amb el qual està més relacionada.

Els gràfics següents mostren les respostes en tant per cent. He separat les respostes dels nois i de les noies però també he afegit un gràfic de cada pregunta amb les respostes dels nois i les noies juntes, així poder obtindre una idea més general.

1. Creus que hi ha algú que encaixa amb tu? Que existeix una Í mitja taronja?

Aquesta pregunta esta relacionada amb el mite de la %mitja taronja:

Mite de la mitja taronja, o creença que triem a la parella que teníem predestinada d'alguna manera i que ha estat l'única elecció possible. L'acceptació d'aquest mite podria portar a un nivell d'exigència excessivament elevat en la relació de parella, amb el consegüent risc de decepció, o una tolerància excessiva en el marc d'aquesta relació, en considerar que sent la parella ideal cal permetre més o esforçar-se més (un/a mateix/a) perquè les coses vagin bé.

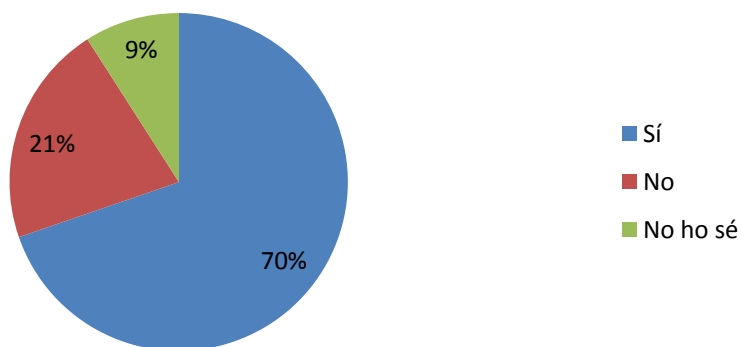
Observació dels gràfics:

Es pot observar en els gràfics que els nois i les noies han respòs gairebé el mateix.

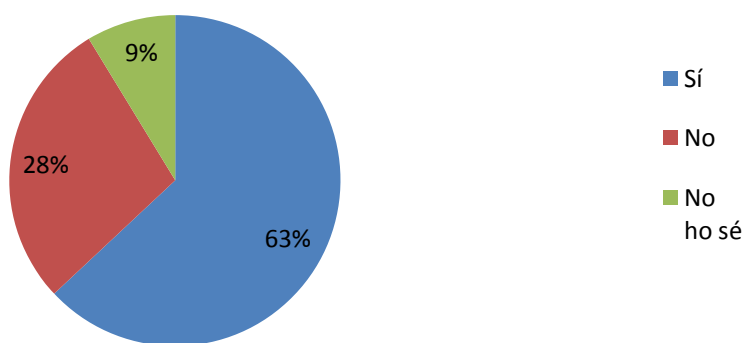
Un 70% de les noies han contestat que sí existeix una mitja taronja i que hi ha algú que encaixa perfectament amb elles. Un 21% ha contestat que no existeix aquesta %mitja taronja+i un 9% no ho saben.

En les respostes dels nois: hi ha un 63% de nois que han contestat que si existeix, un 28% diuen que no i un 9% no ho saben.

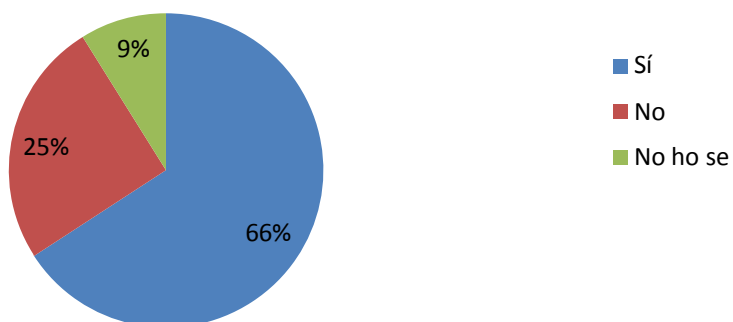
Pregunta 1 noies
Creus que existeix una "mitja taronja"?



Pregunta 1 nois
Creus que existeix una "mitja taronja"?



Pregunta 1. Nois i noies
Creus que existeix una "mitja taronja"?



2. Podries enamorar-te de dos persones a la vegada? Creus que es pot estimar molt a algú i ser infidel?

Aquesta pregunta està relacionada amb aquest mite:

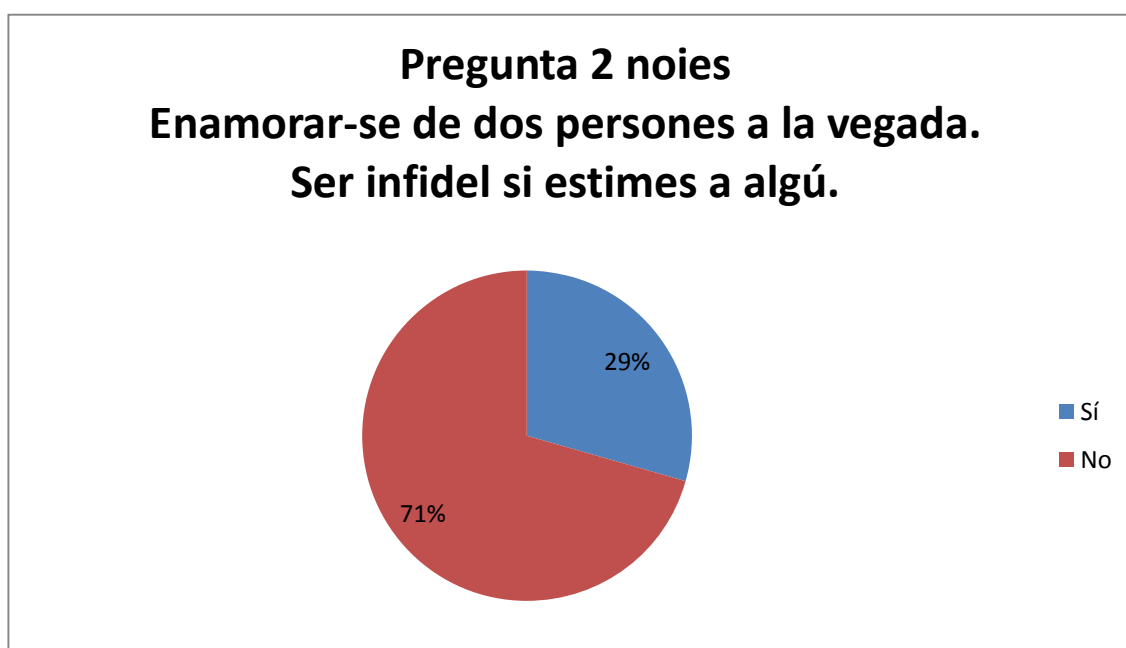
Creença de que només hi ha un amor verdader en la vida. És a dir, creure que només s'estima de veritat una vegada i, si es deixa passar mai més es tornarà a trobar".

Observació dels gràfics:

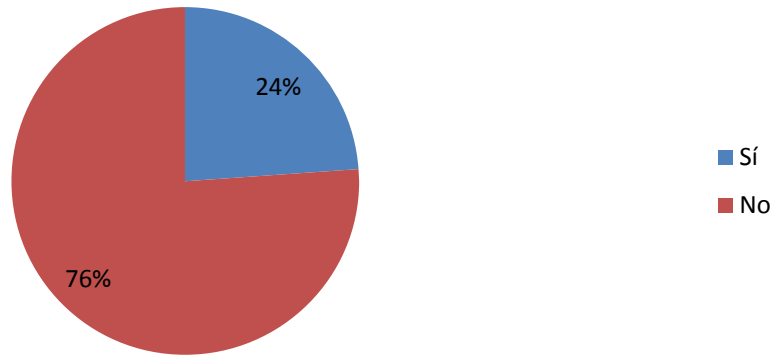
En aquest gràfic els nois i les noies han respòs gairebé el mateix.

En el gràfic de les noies es pot observar que un 71% de les noies creuen que no es poden enamorar de dos persones a la vegada i que mai serien infidels a algú a qui s'estimen molt. En canvi un 29% ha contestat que si que es podrien enamorar de dos persones i que si que podrien ser infidels.

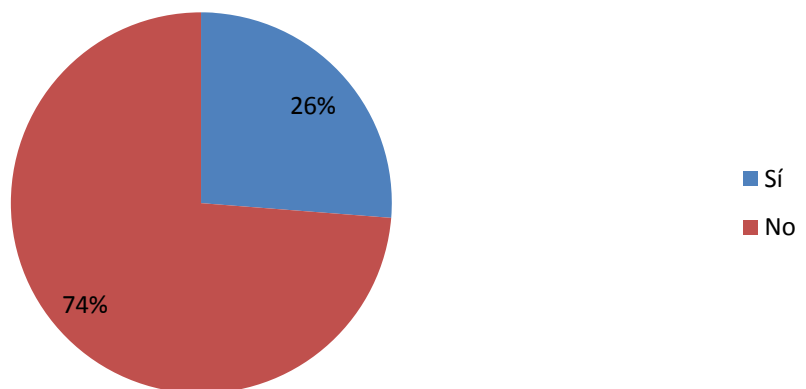
En el gràfic dels nois es pot observar que el 71% pensa que no es poden enamorar de dos persones a la vegada ni podrien ser infidels a algú a qui estimen. Un 24% pensa que si que podria fer-ho.



Pregunta 2 nois
Enamorar-se de dos persones a la vegada.
Ser infidel si estimes a algú.



Pregunta 2. Nois i noies
Enamorar-se de dos persones a la vegada.
Ser infidel si estimes a algú



3. Creus que si hi ha gelosia és per què hi ha amor?

Aquesta pregunta està relacionada amb el mite de la gelosia:

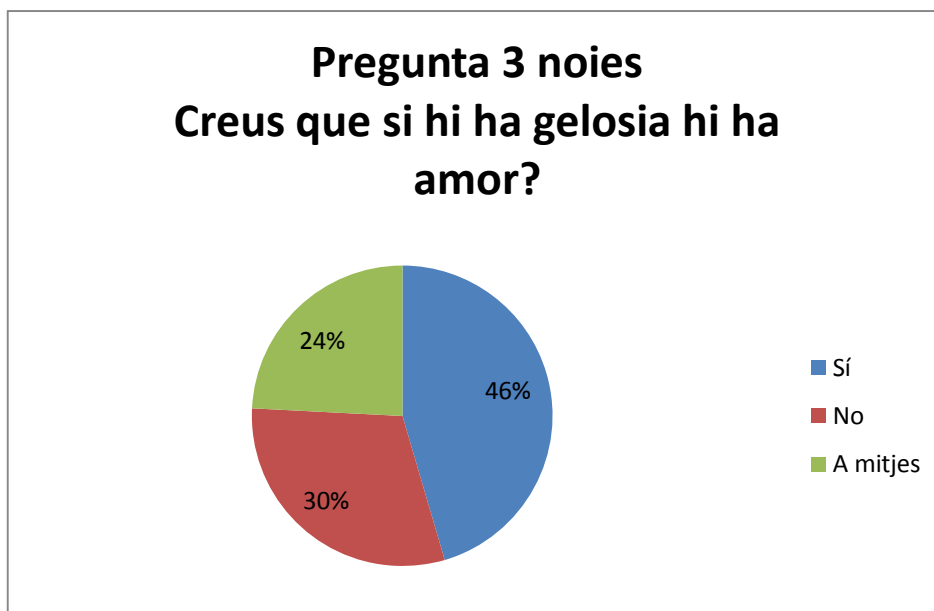
Mite de la gelosia o creença que la gelosia és un signe d'amor, i fins i tot el requisit indispensable d'un veritable amor. Aquest mite sol usar-se habitualment per justificar comportaments egoistes, injustos, repressius i, en ocasions, violents.

Observació:

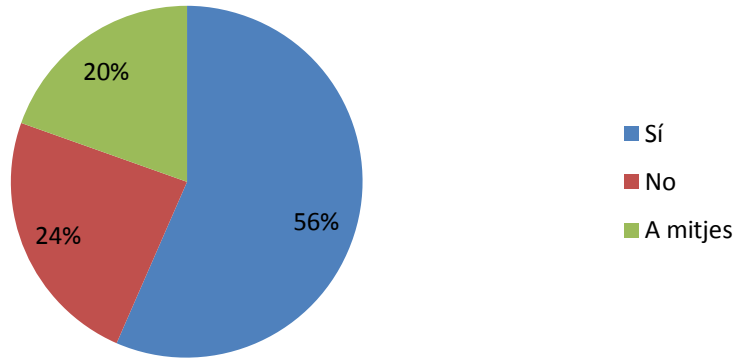
En aquests gràfics també són bastant semblants les respostes dels nois i de les noies, encara que hi ha un 10% més de nois que de noies que han contestat que sí.

Podem observar que per part de les noies un 46% ha contestat que sí, que si hi ha gelosia és perquè hi ha amor. Un 30% de les noies han contestat que la gelosia no es un signe d'amor i un 20% han contestat que ha mitges, ja que moltes han raonat en la pregunta que si estàs enamorat si que tens celos+però fins a un punt ja que si tens molta gelosia pots arribar a estar massa obsessionat o a controlar massa la teva parella i això no és bo.

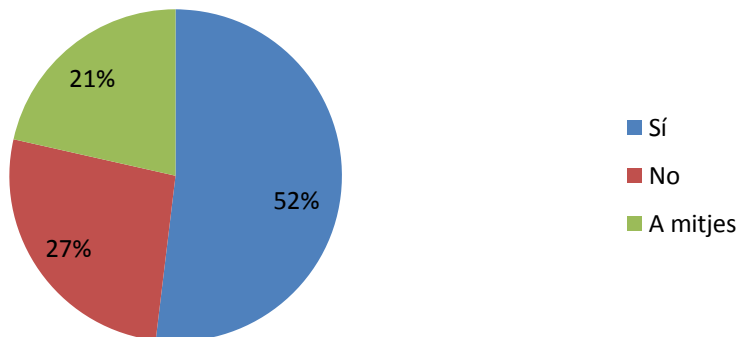
Per part dels nois, un 56% han contestat que sí, un 24% han contestat que no i un 20% a contestat que a mitges posant més o menys el mateix raonament que les noies.



Pregunta 3 nois
Creus que si hi ha gelosia hi ha amor?



Pregunta 3. Nois i noies
Creus que si hi ha gelosia hi ha amor?



4. Quan creus que dura la passió en una relació?

Aquesta pregunta està relacionada amb el mite de la perdurabilitat, passió eterna o equivalència.

Mite de la perdurabilitat, passió eterna o equivalència, és a dir, creença que l'amor romàntic i passional dels primers mesos d'una relació pot i ha de perdurar després d'anys de convivència. L'acceptació d'aquest mite té conseqüències negatives tant sobre l'estabilitat emocional de la persona com sobre l'estabilitat emocional de la parella.

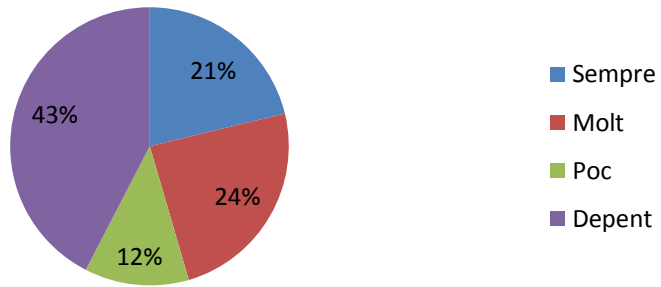
Observació dels gràfics:

Observa en el gràfic de les noies que un 26% ha contestat que la passió en una relació dura sempre. Un altre 26% ha contestat que la passió dura molt. Un 17% ha contestat que la passió dura poc o molt poc i un 31% ha contestat que depèn de la relació. Ja que moltes han explicat en la pregunta que la passió pot durar o no depenent de com tractis la relació.

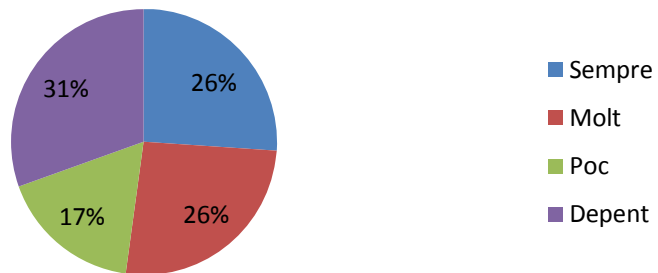
En el gràfic dels nois es pot observar que un 21% creu que la passió dura per sempre, un 24% creu que dura molt, un 12% creu que dura poc i un 43% diu que depenent de la relació, explicant la mateixa justificació que he explicat anteriorment en el comentari del gràfic de les noies.

Amb aquestes dades es pot comprovar que més de la meitat dels adolescents als que he repartit la pregunta creuen que la passió en una relació dura per sempre o dura molt i aquest és un pensament molt lligat a l'ideal de l'amor romàntic i realment és gairebé impossible que la passió duri per sempre en una relació.

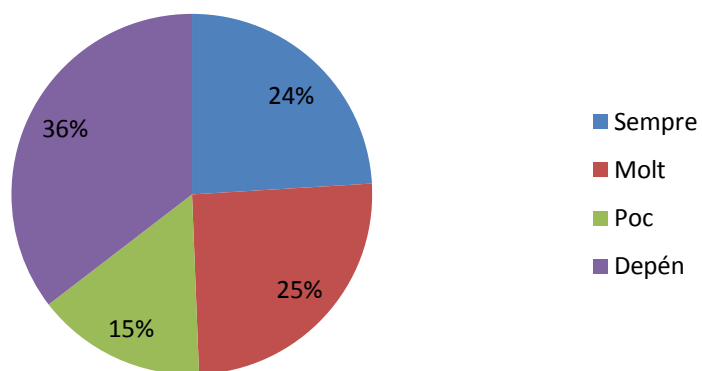
Pregunta 4 noies Duració de la passió



Pregunta 4 noies Duració de la passió



Pregunta 4. Nois i noies



5. El millor final per l'amor és el matrimoni?

Aquesta pregunta està relacionada amb el mite del matrimoni:

Mite del matrimoni. Creença que l'amor romàntic passional ha de conduir a la unió estable de la parella i constituir-se en l'única base de la convivència de la parella. Aquest mite estableix una relació entre dos elements, un que es pretén durador com és el matrimoni, i un estat emocional transitori com és la passió, el que no només resulta difícil si no que pot portar fàcilment a la decepció.

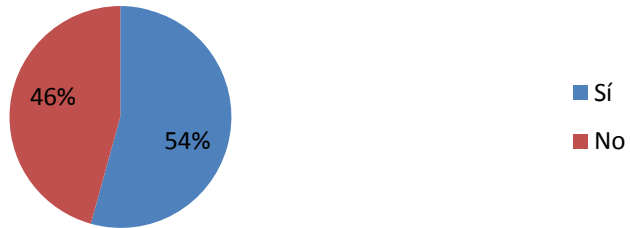
Observació dels gràfics:

Amb aquests dos gràfics es pot observar que els nois creuen més que les noies en el mite del matrimoni.

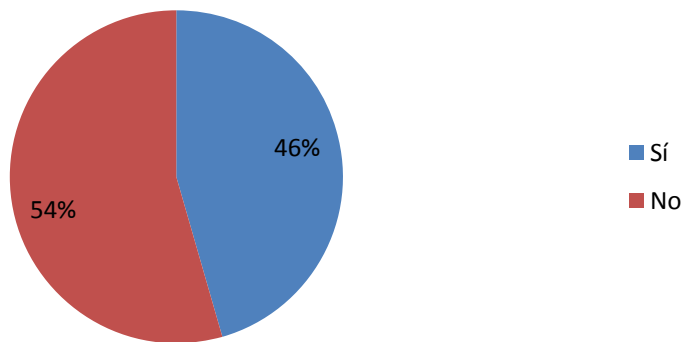
S'observa que un 33% de les noies ha contestat que el millor final per l'amor és el matrimoni, per l'altra banda, un 67% ha contestat que no es el millor final.

En el gràfic dels nois un 54% ha contestat que el matrimoni es el millor final per a l'amor i un 46% ha contestat que no.

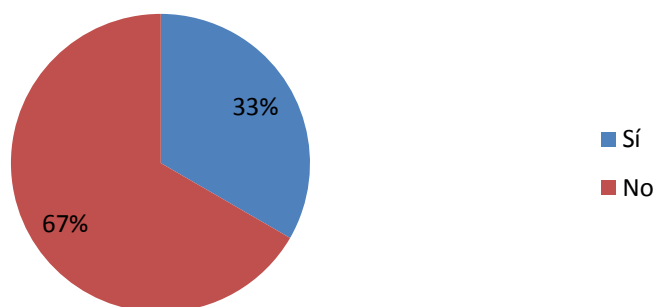
Pregunta 5 nois
El millor final per l'amor és el
matrimoni



Pregunta 5. Nois i noies



Pregunta 5 noies
El millor final per l'amor és el
matrimoni



6. Pot durar sempre l'amor?

Aquesta pregunta està més relacionada amb el grup 2 dels mites de l'amor romàntic que el qual se'n denomina: "l'amor veritable o predestinat", en el qual podem trobar-hi aquests mites:

Mite de la mitja taronja, o creença que triem a la parella que teníem predestinada d'alguna manera i que ha estat l'única elecció possible. L'acceptació d'aquest mite podria portar a un nivell d'exigència excessivament elevat en la relació de parella, amb el consegüent risc de decepció, o una tolerància excessiva en el marc d'aquesta relació, en considerar que sent la parella ideal cal permetre més o esforçar-se més (un/a mateix/a) perquè les coses vagin bé.

Mite de la complementarietat. Aquest mite va amb relació al anterior "mite de la mitja taronja", per tant només recalco la importància de no inculcar que tots necessitem a algú per ser sers complets, sinó que em deducir ajudant a que des de petits tots vegem lo valuosos que som per nosaltres mateixos.

Creença de que només hi ha un amor verdader en la vida. És a dir, creure que "només se'n troba una vegada i, si es deixa passar mai més es tornarà a trobar".

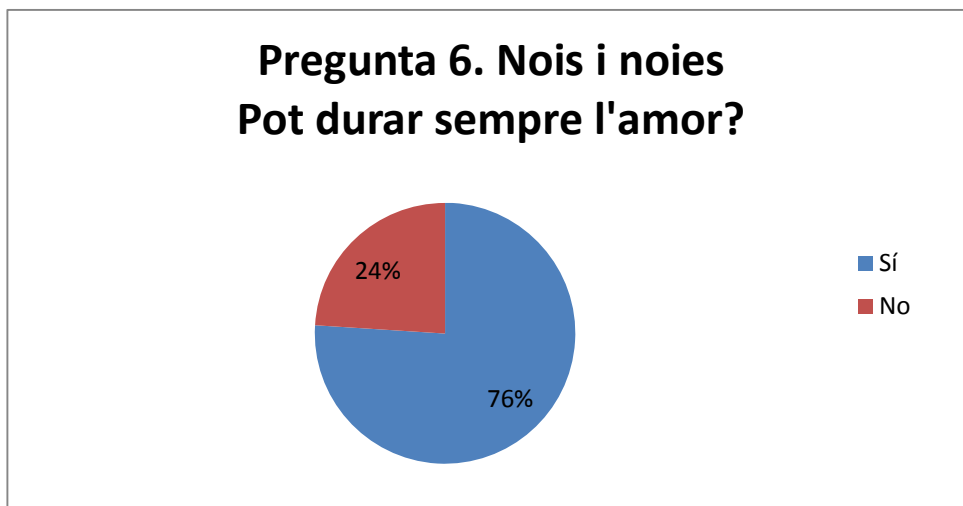
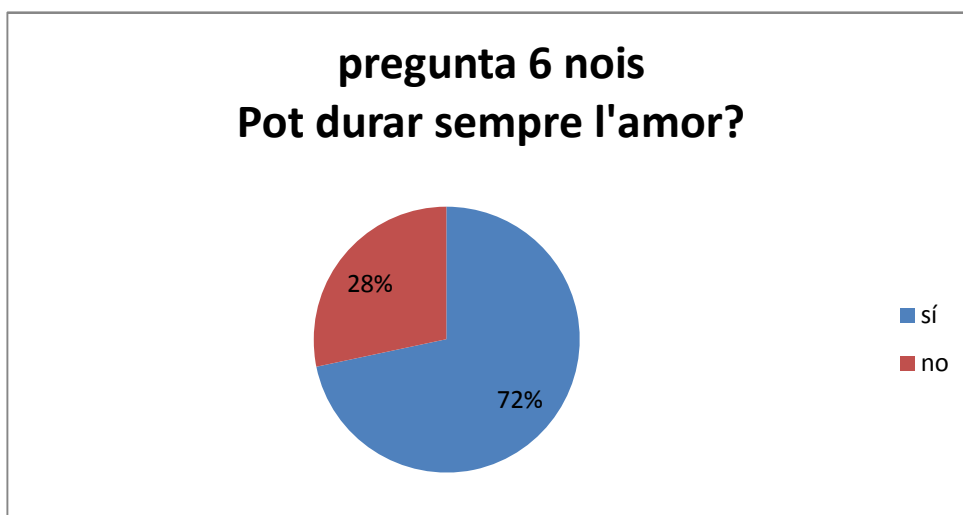
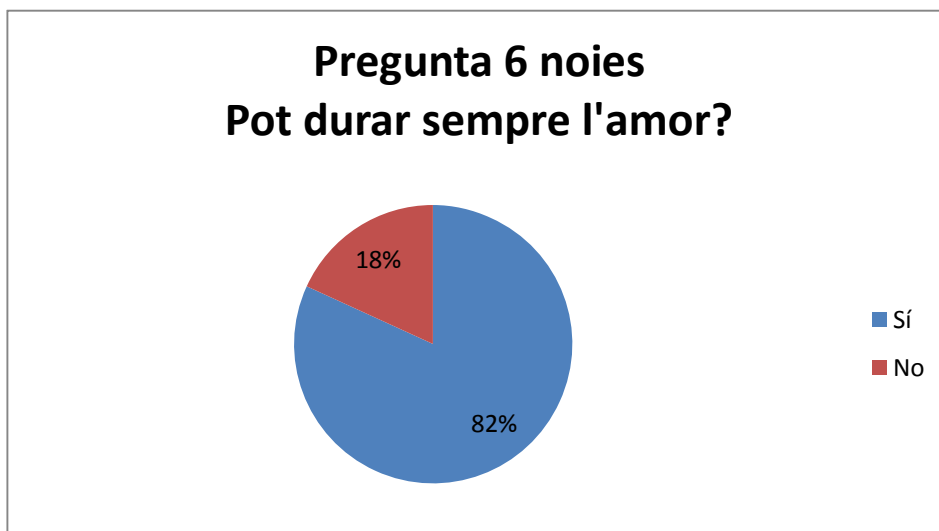
Mite de la perdurabilitat, passió eterna o equivalència, és a dir, creença que l'amor romàntic i passional dels primers mesos d'una relació pot i ha de perdurar després d'anys de convivència. L'acceptació d'aquest mite té conseqüències negatives tant sobre l'estabilitat emocional de la persona com sobre l'estabilitat emocional de la parella.

Observació dels gràfics:

Els nois i les noies han contestat gairebé el mateix, encara que un 10% més de noies creu que l'amor dura per sempre amb comparació amb els nois.

Observa en el gràfic de les noies que un 82% ha contestat que l'amor sí que pot durar per sempre i només un 18% ha contestat que no pot durar per sempre.

En el gràfic dels nois s'observa que un 72% ha contestat que sí que dura per sempre i un 28% ha contestat que no.



Amb les dades que mostren aquests gràfics i les contestacions dels alumnes, puc arribar a la conclusió de que la majoria dels adolescents creuen en els mites de l'amor romàntic.

5. CONCLUSIÓ

Quan vaig començar aquest treball de recerca tenia pensat fer-lo sobre l'amor i l'enamorament en general, ja que em feia moltes qüestions sobre aquest sentiment i sobre les relacions de parella.

He pogut trobar unes respostes bastant satisfactòries a les qüestions que em feia principalment, les quals estan explicades en la primera part d'aquest treball en la qual es pot trobar: què és l'amor i l'enamorament, l'explicació de les diferents perspectives d'aquests i les diferents maneres de sentir l'amor.

Personalment, les perspectives que em semblen més convincentes són la biològica, on hi ha explicades totes les hormones i quins són els seus efectes i la psicològica.

Però tal i com explico en la introducció, ja que jo estava molt interessada en l'amor dins de les relacions de parella, em vaig interessar bastant pel tema de l'amor romàntic i els seus mites i la violència de gènere molts cops causada per aquests, així que vaig decidir endinsar-me més en aquest tema.

Realment, abans de realitzar aquesta recerca, jo no era del tot conscient de tots els mites de l'amor romàntic i igual que molta gent també creia en un amor idealitzat. Aquest treball m'ha fet canviar la meua opinió en la forma de veure l'amor i les relacions amoroses.

El meu objectiu final d'aquest treball era saber si realment els adolescents creuen tant en aquests mites. Segons les enquestes que vaig fer i després estudiar, he pogut arribar a la conclusió de que sí que hi creuen i que això fa que existeixin relacions insanes que poden arribar al maltractament.

A nivell personal crec que realitzar aquest treball ha sigut una gran experiència, ja que, m'ha fet canviar la meua manera de pensar i actuar en certs temes, així que per mi ha suposat un enriquiment de coneixement a nivell individual

6. Bibliografía

Robert J. Steinberg: A Triangular Theory of Love, Psychological Review
1986, Vol. 93, No. 2, 119-135

www.aolivella.cat/.../ENAMORAMENT%20I%20HORMONES.doc

<https://ca.wikipedia.org/wiki/Portada>

<http://coralherreragomez.blogspot.com.es/>

<http://mitosamorromantico.blogspot.com.es/p/que-es-el-amor-romantico.html>

<http://www.infooxitocina.com/>

<http://www.pikaramagazine.com/2012/11/la-violencia-de-genero-y-el-amor-romanticocoral-herrera-gomez-expone-que-el-romanticismo-es-el-mecanismo-cultural-mas-potente-para-perpetuar-el-patriarcado/>

<http://www.pensamientocritico.org/pilsan0704.htm>

<http://estudi6.com/tag/amor-romantic/>

<http://soraya-founty.blogspot.com.es/2012/11/el-mito-de-la-media-naranja.html>

<http://feministesindignades.blogspot.com.es/2012/02/el-amor-romantico-mata.html>

http://www.ara.cat/societat/Alba-Alfageme-Lamor-romantic-perillos_0_1413458711.html

https://es.wikipedia.org/wiki/Amor_rom%C3%A1ntico

http://www.eldiario.es/sociedad/control-pareja-violencia-jovenes-espanoles_0_350665513.html

<http://www.elsalmoncontracorriente.es/?Desmontando-el-mito-del-amor>

<http://www.violenciagenero.msssi.gob.es/>

<http://www.educandoenigualdad.com/antiguaweb/spip.php?article492>

http://digibug.ugr.es/handle/10481/32269#.VpUw_b8po4M

