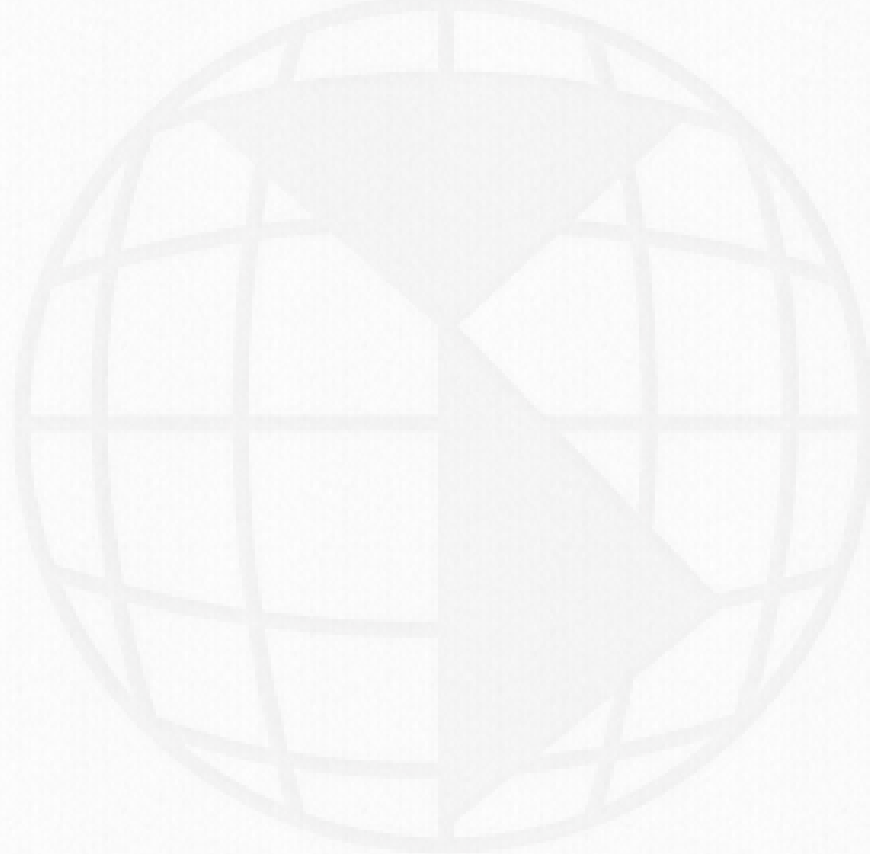




UNID®

UNIVERSIDAD
INTERAMERICANA
PARA EL DESARROLLO

Seminario de Valores en lo Personal



Sesión No. 7

Nombre: Noviazgo. Segunda parte.

Contextualización

En esta sesión se abordarán las etapas ideales para el desarrollo de un noviazgo. Lo más sencillo cuando conoces a alguien que encuentras atractivo es que quieras pisar el acelerador en la relación, sin embargo, esto obstaculiza que sea duradera.

Es conveniente que una relación de noviazgo se desenvuelva pausadamente a través de diversas etapas que posibilitan su maduración. Se pasará de una atracción inicial, a la amistad, al trato especial, a un vínculo más firme que te llevará o no a un compromiso de vida matrimonial.

Las competencias que incrementarás al término de la sesión son las siguientes. Discursivas: contrastarás las diversas etapas en que se desenvuelve un noviazgo asertivo; Procedimentales: a través de la investigación, análisis y síntesis del tema solicitado en la actividad de aprendizaje; Actitudinales: distinguirás las razones de riesgo por las que no es saludable continuar con una relación de noviazgo de estas características.



Introducción al Tema

¿Qué tan largo debe ser un noviazgo?

El caminar lento en la relación permitirá profundizar la confianza, comprensión y seguridad de que se está conociendo a la otra persona, pueden observarse mejor los rasgos de su personalidad, tanto si está de buen humor como si no, su forma de comportarse, su educación, sus modales, sus opiniones, su habilidad para escuchar y comunicar sus opiniones e ideas.

No significa que los noviazgos con mira a casarse deban ser largos, si ambos han sido sinceros, honestos, respetuosos con el otro y buscan su bien, podría considerarse que tienen las bases suficientes para lograr un matrimonio sólido.



Explicación

Etapas del noviazgo

¿Etapas...para qué?

Es de resaltar que las etapas son importantes en la relación de noviazgo porque si se acorta o elimina cualquiera de ellas, se produce un vacío en el desarrollo de las cualidades necesarias en una relación prolongada; la intimidad emocional, de amistad y espiritual requiere mayor profundidad y cuesta más trabajo que la intimidad física que es más excitante y menos controlada y si se soslaya puede acarrear problemas en el largo plazo.

La especialista Nancy Van Pelt comenta que el noviazgo se desarrolla a través de seis etapas previas al matrimonio. Cada una de ellas tiene una función significativa en el establecimiento de una relación firme.

1.- Amistad. Tomarse el tiempo durante la amistad para conocer a esa persona que ha despertado tu interés permitiendo que el afecto y el amor crezcan gradualmente, te aproximará a tener un amigo o amiga para toda la vida aunque no te cases con él o ella, si te saltas la etapa acelerando la relación, al primer conflicto se optará por la salida fácil.



www.imagenesylogosparamprimir.com

2.- Citas casuales. Un par de amigos comienzan a compartir actividades, diferentes a las del grupo, que son placenteras y disfrutan juntos pero no hay exclusividad en la relación.

3.- Relación especial. El afecto comienza a crecer y pasan más tiempo juntos aunque todavía no hay una relación formal.

4.- Relación firme. En ésta hay mayor dedicación, estabilidad y exclusividad, están enamorados porque se atraen físicamente, conocen más los rasgos personales como la capacidad de escucharse, sus modales, su educación, su

madurez, su riqueza interior, pueden darse cuenta si hay confianza, comunicación y seguridad; asimismo, prueban si tienen la capacidad y el deseo de mantenerse en la misma relación y si se aman a pesar de sus defectos, todo lo cual es primordial para sopesar un compromiso matrimonial.

En la actualidad, el noviazgo se está viendo como una aventura con el derecho a las caricias y relaciones sexuales a escondidas. Esto puede confundir las emociones y complicar el proceso de separar el enamoramiento del amor real, porque la intimidad física es una forma fácil de relacionarse pero obstaculiza la verdadera comunicación en temas profundos y dificulta el trabajo de negociar sus diferencias porque a la primera dificultad se recurre a la relación sexual creyendo que así se solucionan los conflictos. En algunos casos incluso una persona puede sentirse “atrapada” en una relación que en el fondo no desea y de la cual quisiera salir, pero no encuentra la forma de hacerlo.

En esta etapa es donde deben tomarse decisiones con base en la inteligencia, voluntad y libertad sobre su compatibilidad.

Algunas personas han conservado una máscara donde esconden rasgos de su personalidad porque piensan que podrían impedir ser amados, no obstante, el “juego” podría durar un año pero no más allá. Los noviazgos no deben ser largos, un par de años donde hay sinceridad, honestidad y respeto son suficientes para conocerse antes de comprometerse.

5.- Pre-compromiso. En esta etapa la pareja hablan de la posibilidad de casarse “algún día”, comienzan a hacer planes tentativos del futuro y esperan



que sus circunstancias de vida sean más favorables para poder llevarlos a cabo. Se sienten más seguros de su mutua elección, ya han tenido oportunidad de observar su compatibilidad. El compromiso es privado, sólo ellos lo conocen lo que les da la oportunidad de reafirmarlo sin miradas intrusivas.

6.- Compromiso formal. La pareja siente mayor pertenencia y refuerzan la dedicación recíproca. Anuncian públicamente a sus familias y amistades su intención de casarse con lo que se establece un verdadero compromiso.

Es aquí donde, tradicionalmente, el novio le da “el anillo” que simboliza el compromiso de ser el uno para el otro. Se fija la fecha que es un asunto básico y trascendental porque sin ella no hay un acuerdo establecido.

El período de duración aconsejable es de seis a nueve meses. Es también el momento de resolver diferencias o revelar algún secreto escondido. El compromiso no es un contrato así que podría romperse si esas diferencias que han salido a la superficie son irreconciliables; siempre será preferible romper un compromiso que un matrimonio, las consecuencias son infinitamente menos devastadoras.

Además de los preparativos para la boda, es un tiempo preponderante para la asesoría matrimonial a fin de despejar dudas y asegurar que se conocen las implicaciones del compromiso matrimonial que se hace para toda la vida.

Psicología del amor

¿Qué impacto psicológico tiene el amor?

La psicología señala que existen tres niveles en la configuración psíquica del ser humano: el psicológico, el psicosocial y el espiritual, cada uno con su función y características propias pero relacionados profundamente.



www.imagenesy dibujos para imprimir.com

1.- Nivel psicofisiológico. Abarca los efectos ligados a los fenómenos físicos de organismo humano como son los instintos que no dependen de la voluntad ni de la libertad de la persona. Puedes comprender estos fenómenos recordando la existencia de personas que reaccionan fuertemente y buscan satisfacción por instinto y no por amor, como es el caso del “sexo sin amor”.

2.- Nivel psicosocial. En este nivel se encuentran la imaginación que eleva al amado sobre lo eminentemente físico en relación con los otros; las emociones que son intensas pero breves, los sentimientos que son más duraderos que las emociones y que en el caso del amor pueden ser: admiración, respeto, fascinación, ternura por la persona amada. Todos ellos son producto de las reacciones que se producen en la mente derivadas de factores externos que influyen en la persona. A veces no se sabe por qué alguien siente tristeza, sin embargo, ésta puede tener su origen en el clima, o en una indigestión, por lo que tampoco puede decirse que sean libres ni voluntarios.



3.- Nivel espiritual. Aquí es donde residen las facultades superiores: inteligencia y voluntad. La razón es la que nos permite conocer a la persona amada, no puede amarse lo que no se conoce, la voluntad acepta a la persona amada como es. El amor es una donación voluntaria y libre del propio ser a la persona amada.



Los tres niveles son importantes para el amor porque la donación, los sentimientos y lo corporal están profundamente unidos para alcanzar un amor estable, duradero que incluso sea eterno. “El amor pide eternidad”.

Razones para terminar un noviazgo

¿Sabes lo que no debes permitir en el noviazgo?

Vázquez (s/f) nos dice que la relación de pareja es hermosa, con maravillosos sentimientos donde es necesario aportar generosidad, respeto, fidelidad, y también todos aquellos valores y virtudes que se han mencionado en el tema de la amistad. Es imprescindible poner atención a aquellas “pistas” que tu alarma interior te está advirtiendo, aún sin darte cuenta conscientemente y que pueden ocultar problemas serios de personalidad que acarrearían graves consecuencias en la relación. Algunos de ellas son: incapacidad para la amistad y comunicación; violencia verbal, física o emocional; celos que demuestran inmadurez e inseguridad; control y presión de uno sobre el otro; co-dependencia emocional que se vuelve patológica; alcoholismo o drogadicción; problemas psicológicos como la ansiedad o depresión; mentiras y ocultamiento de asuntos graves; egoísmo; no tienen afinidad de valores; desacuerdo constante en detalles de la vida cotidiana.



Conclusión

El noviazgo no es un tiempo para buscar la relación sexual, tampoco debe llevarse a escondidas ni tener uno como aventura; la relación es para buscar la persona con la que deseas tener un compromiso matrimonial, debe haber respeto, comunicación, una intimidad emocional, hablar de temas profundos para conocerse y sopesar las diferencias que los hacen complementarios.

Debe ponerse atención a los rasgos de la personalidad, a los vicios o enfermedades que pudieran obstaculizar el desenvolvimiento saludable de un noviazgo y que serían asuntos graves y difíciles de resolver llegado el matrimonio.

En la próxima sesión revisarás el tema de la sexualidad y la finalidad que ésta tiene en las relaciones humanas.



Para aprender más

Focos rojos en el noviazgo

- Cenyeliztli (2013). *¿Hay violencia en el noviazgo?* Consultado octubre, 2013. Recuperado de: <http://brd.unid.edu.mx/hay-violencia-en-el-noviazgo/>

¿Los celos son sinónimo de amor?

- Sitkiernktkieranbien (2012). *Mitos del Amor Romántico*. Consultado septiembre, 2013. Recuperado de:
<http://brd.unid.edu.mx/mitos-del-amor-romantico/>
- DIF Sonora (2012). *Violencia en el noviazgo*. Consultado septiembre, 2013. Recuperado de: <http://brd.unid.edu.mx/violencia-en-el-noviazgo/>
- Vidaurre, V. (2013). *¿Límites en el Noviazgo?* Consultado octubre, 2013. Recuperado de: <http://brd.unid.edu.mx/limites-en-el-noviazgo/>

Actividad de Aprendizaje

Instrucciones

Con la finalidad de reforzar los conocimientos adquiridos a lo largo de esta sesión, ahora realizarás una actividad de aprendizaje.

Has explorado en esta sesión algunas **razones** por las que debe **terminar un noviazgo**.

Busca las consecuencias que conlleva la violencia en el noviazgo en, por lo menos, **3 fuentes diferentes en Internet** y escribe un compendio de ellas en 20 renglones, usando tus propias palabras, en una hoja de Word, utiliza fuente Arial 12, interlineado 1.5 cm, justificado a ambos lados, márgenes de 2.5 cm alrededor.

Cita las tres fuentes, de acuerdo al formato APA. (*Verifica la forma en que se hace la citación en la última página de la sesión*).

Cuida la ortografía, errores de “dedo” y coherencia en la redacción.

Una vez realizada la actividad, súbela a la plataforma para su evaluación.

Cibergrafía

Catholic.net (2013). *Psicología del amor*. Consultado septiembre 2013.

Recuperado de: <http://es.catholic.net/jovenes/150/2843/articulo.php?id=197>

Esperanza para la familia (2012). *El noviazgo en los jóvenes adultos*. Consultado septiembre, 2013. Recuperado de:

http://www.esperanzaparalafamilia.com/Rev/Articulos/2010/HTM0386_06.php

Van Pelt, Nancy L. (1997). *El noviazgo: Preparación para un matrimonio exitoso*.

Revista Diálogo Universitario, 2006. Consultado septiembre, 2013.

Recuperado de:

http://dialogue.adventist.org/articles/11_2_pelt_s.htm

Vázquez, J. (s/f). *Obras son amores y no buenas...excusas*. Consultado septiembre, 2013. Recuperado de:

http://encuentra.com/pastoral_juvenil/razones_para_terminar_un_noviazgo_12412/

Imágenes

Jóvenes en jeans. Consultado septiembre, 2013. Recuperado

de: http://es.123rf.com/photo_10541441_ilustracion-de-nina-y-nino-adolescente-aislado-en-blanco.html

Joven con libro y chica con short. Consultado septiembre, 2013. Recuperado de: http://es.123rf.com/photo_10477760_ilustracion-de-un-adolescente-escuchando-musica-mientras-se-lee.html y http://es.123rf.com/photo_8617203_hermosa-chica-adolescente-rubia-vistiendo-pantalones-cortos-casuales.html

Jóvenes enamorados. Consultado septiembre, 2013. Recuperado de: <http://www.imagenesydibujosparaimprimir.com/2011/03/dibujos-de-ninos-para-imprimir.html#.UIXj8FCnqtg>

Noviazgo y boda. Consultado septiembre, 2013. Recuperado de: <http://www.imagenesydibujosparaimprimir.com/2013/10/dibujos-de-enamorados-para-imprimir.html#.UIXoOFCnqtg>

Compromiso y boda Consultado septiembre, 2013. Recuperado de: <http://www.imagenesydibujosparaimprimir.com/2013/10/dibujos-de-enamorados-para-imprimir.html#.UIXoOFCnqtg>

Chica con falda. Consultado septiembre, 2013. Recuperado de: http://es.123rf.com/photo_13732672_ilustraci-n-de-una-mujer-moderna.html

Chico con guitarra. Consultado octubre, 2013. Recuperado de: http://es.123rf.com/photo_18458706_ilustraci-n-de-un-m-sico-con-una-guitarra-roja-sobre-un-fondo-blanco.html

Pájaro y corazón. Consultado septiembre, 2013. Recuperado de: <http://www.imagenesy dibujosparaimprimir.com/2011/03/dibujos-de-ninos-para-imprimir.html#.UIXj8FCnqtg>

Chica con blusa a rayas y chico. Consultado septiembre, 2013. Recuperado de: http://es.123rf.com/photo_20272717_ilustraci-n-de-una-mujer-con-una-bolsa-de-pie-delante-de-un-tablero-vac-o-sobre-un-fondo-blanco.html y http://es.123rf.com/photo_11781663_muchacho-alegre-adolescente-en-uniforme-escolar.html

