

## Falacias sobre el amor

*Un mito es una creencia, que aparece como una verdad y es expresada de forma absoluta y poco flexible. Podemos definir mitos de amor como el conjunto de creencias socialmente compartidas sobre la “supuesta verdadera naturaleza del amor”, y, al igual que sucede en otros ámbitos, también suelen ser ficticios, -absurdos, engañosos irracionales e imposibles de cumplir-.*



Representan creencias sociales distorsionadas, que influyen negativamente en las relaciones de pareja, y pueden, de alguna forma, apoyar y sostener la violencia contra las mujeres. Así pues, todos aquellos mitos que reproducen la idea del amor romántico aparecen con especial fuerza en la educación sentimental de las mujeres.

Mitos relacionados con el amor romántico:

1. El amor todo lo puede
2. El verdadero amor predestinado
3. El amor es lo más importante y requiere entrega total
4. El amor es posesión y exclusividad

La *creencia del amor omnipotente*, es decir, que lo puede y lo perdona todo. Se piensa que tanto un grito, un insulto, daño, sufrimiento... se cura con amor; y las dos siguientes también relacionadas entre ellas hacen mención del *mito de la media naranja*.

*Otra falacia es creer que las personas cambian por amor*, lo cual puede llevar a aceptar y tolerar comportamientos inadecuados, ofensivos, estando en el convencimiento de que después del

perdón y el arrepentimiento no volverá a pasar, o que algún día cambiará porque te ama.

*El amor lo puede todo*, y aunque dos personas sean muy diferentes si se quieren de verdad todo irá bien.

*¿Crees que una persona puede quererte y al mismo tiempo hacerte sufrir o tratarte mal? Con ambos interrogantes aparece la creencia que el amor “verdadero” lo aguanta y perdona todo. “Una persona puede quererte, aunque te trate mal”. Hay que considerar que amar es compatible con dañar o hacer sufrir a partir de creencias del tipo: “cariño y afecto son fuerzas que en ocasiones se descontrolan”; e, incluso, “no hay amor verdadero sin sufrimiento” conduce a justificar el maltrato.*

Relacionado con esta normalización o minimización del conflicto, el *mito que explica que los polos opuestos se atraen y entienden mejor*. Aunque la realidad parece demostrar que cuantas más cosas se tienen en común, mejor se entienden las parejas.

*Es necesario encontrar a tu “media naranja” para que la vida sea completa. “Sólo se puede ser feliz en la vida y tener cariño si tienes pareja”*

Poniendo en relación el enamoramiento, el emparejamiento y los roles de género, ambas afirmaciones están bastante aceptadas socialmente. Ambas se basan en la necesidad de encontrar a alguien que complemente tu vida.

Ésta es otra de las ideas que alimenta el mito del amor romántico, uno encuentra sentido completo a la vida en el otro, es más, solamente cuando encuentran a esa mitad que les falta, pueden decir que en su vida han conseguido ser felices. Sigue extendido el juicio *“No seré feliz hasta que no encuentre a mi media naranja”*. Esta visión distorsionada del amor hace que se sobrevalore.

El ideal romántico de nuestra cultura ofrece un modelo de conducta amorosa que estipula lo que “de verdad” significa enamorarse y qué sentimientos han de sentirse, cómo, cuándo, y con quién sí y con quién no.

Es este componente cultural, descriptivo y normativo, el causante de que se desarrollen creencias e imágenes idealizadas en torno al amor que en numerosas ocasiones dificulta el establecimiento de relaciones sanas y provoca la aceptación, normalización, justificación o tolerancia de comportamientos claramente abusivos y ofensivos.

## REFERENCIA CURRICULAR



**Mercedes García Ruiz** es Sexóloga. Doctora en Psicología. Educadora Social. Especialidad en Psicología Clínica. Máster -Experto en Drogodependencias y SIDA-. Formación en Arteterapia. Experta en Cooperación. Autora de programas de educación sexual con diversos colectivos: jóvenes, menores en protección, personas con discapacidad intelectual y diferentes asociaciones y ONGs. También ha colaborado en el diseño e implantación de programas de educación sexual en Nicaragua y en los campamentos de refugiados saharauis. Docente e investigadora sobre aspectos relacionados con la sexualidad, la educación sexual y la prevención del VIH. Autora de diversas publicaciones sobre esta temática.

Secciones: **Con placer**, **Sexualidad**