

## Actividad individual 1

### Título

¿Qué es el enamoramiento?

### Tiempo estimado de ejecución

30 minutos.

### Objetivo de la actividad

- Identificar el fenómeno psicológico del enamoramiento.
- Comprender la importancia de unas relaciones afectivas sanas con los demás.

### Criterios de evaluación

- Criterio 5 del bloque 5.

### Estándares de aprendizaje

- Estándar 5.1 del Bloque 5 - 100%

### Competencias

- Comunicación lingüística 20%
- Aprender a aprender 20%
- Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor 30%
- Sociales y cívicas 30%

# 12 Psicología UD12

## Enunciado

Sobre el enamoramiento:

- a) ¿Cómo saber cuándo una persona está enamorada?
- b) ¿Hay algo en mí que no funciona si no tengo novio o novia?
- c) ¿Qué ocurre si mi novio o novia me abandona?
- d) ¿Cómo puedo superar la timidez? ¿La timidez desaparece con el paso del tiempo?
- e) ¿Es normal sentir celos?

## Formato e instrucciones de entrega

El alumno entregara sus respuestas al finalizar la actividad.

## Corrección

### Solución

**a) ¿Cómo saber cuándo una persona está enamorada?**

La mejor relación amorosa se produce cuando dos personas se unen por amor con el fin de apoyarse y compartir una gran intimidad. El amor requiere que haya una buena comunicación y pasión entre ambas personas. La persona enamorada conoce las necesidades de la otra persona y comparte sus sentimientos más íntimos.

**b) ¿Hay algo en mí que no funciona si no tengo novio o novia?**

Cada persona tiene su propio ritmo en la vida, no todos alcanzan el desarrollo biológico y psicológico al mismo tiempo. Los adolescentes y las adolescentes suelen hacer lo mismo que sus amigos/as, sin embargo, hay que pensar que los deseos y necesidades de cada uno son particulares.

Antes de buscar a alguien que nos guste, hemos de aprender a gustarnos y valorarnos a nosotros mismos. Y si una persona no se siente preparado/a para tener una novio/a o para tener una relación sexual, lo mejor es esperar el momento oportuno.

**c) ¿Qué ocurre si mi novio o novia me abandona?**

¿Quién no ha sufrido «mal de amores»? ¿Quién no conoce algún amigo o amiga con problemas derivados de una relación complicada con final tormentoso?

El amor puede ser creativo o destructivo; cuando una relación se rompe significa que no era un amor creativo. El distanciamiento en una relación es señal inequívoca de que esa relación no lleva a ninguna parte. Si un miembro de la pareja se siente insatisfecho o desgraciado, lo mejor es cortar y por difícil que sea, aprender de la experiencia para el futuro.

**d) ¿Cómo puedo superar la timidez? ¿La timidez desaparece con el paso del tiempo?**

La timidez es muy común en la adolescencia, y es una especie de ansiedad social que se manifiesta a la hora de responder alguna pregunta en clase o cuando tenemos que hablar en público. La timidez suele desaparecer con el paso del tiempo a medida que adquirimos mayor autoestima y confianza personal.

**e) ¿Es normal sentir celos?**

Sentir celos es algo normal en ambos sexos y las causas pueden ser reales o imaginarias. Sin embargo, a veces, los celos pueden ser exagerados y se deben a la falta de confianza personal.