

UNIVERSIDAD DE LOS ANDES

Nombre del curso: VIDA EN PAREJA

Facultad o Departamento: Departamento de Psicología

Semestre académico:

Profesora:

Correo electrónico:

1. DESCRIPCIÓN Y OBJETIVOS GENERALES

Este curso es uno de los componentes del programa “*Sexualidad...mucho mas que sexo*” y se orienta al logro de dos propósitos centrales. En primer lugar, se propone familiarizar al estudiante con los fundamentos teóricos y conceptuales que plantea la Psicología para comprender la función que desempeñan las relaciones románticas en la juventud, las competencias que se requieren para iniciar y mantener una relación de pareja saludable, y las dificultades que pueden presentarse en estas relaciones. En segundo lugar, el curso pretende propiciar la reflexión del estudiante sobre sus experiencias anteriores y actuales en relaciones afectivas y de pareja a la luz de los contenidos teóricos presentados a lo largo del semestre. De esta manera, el curso intenta lograr que los (las) estudiantes aprovechen las actividades desarrolladas dentro y fuera de clase para alcanzar una comprensión de sus vivencias en las relaciones románticas que les posibilite plantearse metas para su proyecto de vida en pareja a mediano y largo plazo.

En el desarrollo del curso se promoverán además tres objetivos de formación propuestos en el Proyecto Educativo Institucional de la Universidad: Autonomía, Responsabilidad y Amplitud de pensamiento.

Autonomía. Las actividades prácticas planteadas para este curso estarán orientadas al desarrollo de habilidades cognitivas como la *capacidad para razonar, evaluar y tomar decisiones*. De igual manera, a través de actividades en clase y trabajos asignados se espera brindar a los estudiantes oportunidades para *tomar iniciativa en su aprendizaje y desarrollo personal*.

Responsabilidad. A partir de las actividades realizadas y de la reflexión sobre los materiales de lectura se espera que los estudiantes tomen conciencia de las responsabilidades y retos que implican las relaciones románticas y de pareja. Específicamente, se espera *apoyar a los estudiantes para que desarrollen un compromiso consigo mismos que les lleve a su realización personal* en su relación de pareja.

Amplitud de pensamiento. A partir de los contenidos del curso y las actividades de clase se espera estimular en los estudiantes el desarrollo de *actitudes de tolerancia y valoración de la diversidad* entre las personas. En particular, se hará énfasis sobre la apreciación y respeto por las diferencias individuales relacionadas con el sexo, el nivel de escolaridad, la clase social, la orientación sexual y la identidad cultural.

2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Al finalizar el curso, los estudiantes que participen de manera activa y asistan con regularidad estarán en capacidad de:

- a) Plantear y argumentar sus puntos de vista acerca del significado y papel de las relaciones románticas y de las habilidades y procesos implicados en su formación y mantenimiento, con base en las teorías y modelos conceptuales revisados.
- b) Identificar factores individuales, familiares, sociales y culturales asociados a la elección, mantenimiento y disolución de las relaciones románticas en la juventud.

- c) Determinar y redefinir concepciones, creencias y actitudes personales con respecto a las relaciones románticas que dificultan su realización individual o la de su pareja.
- d) Establecer los factores que se asocian con los conflictos y crisis en las relaciones románticas y reconocer dichos conflictos como situaciones inherentes a la dinámica de las relaciones de pareja.
- e) Reconocer factores personales, familiares y culturales asociados a la violencia en las relaciones de pareja.
- f) Reflexionar sobre su proyecto de realización personal y la importancia que en ese proyecto desean otorgarle a las relaciones de pareja.

3. METODOLOGÍA

El curso se desarrolla a partir de una metodología activa - participativa que busca propiciar en los estudiantes la discusión y apropiación de contenidos teóricos y conceptuales, así como el análisis de sus experiencias, para confrontarlas con las de otros miembros del grupo a través de una adecuada argumentación.

Esta metodología requiere que los estudiantes asistan a clase preparados para discutir el material de lectura asignado y que participen activamente en la discusión sobre los mismos. Además, se espera que los estudiantes participen en los talleres propuestos por la docente con disposición y actitud positiva, de manera que se facilite el intercambio de ideas y puntos de vista con otros miembros del grupo.

4. CONTENIDO Y CRONOGRAMA

Semana/fecha	Contenido	Lecturas
1a.semana	Sesión 1. Presentación del programa y sondeo de expectativas.	
1a.semana	1. Aproximación al concepto de pareja Sesión 2: Definición de Conceptos básicos. ¿Qué son las relaciones de pareja?	Sesión 2 y 3: Castro, L. "Juventud y relaciones románticas" Documento de trabajo. Uniandes. p. 1-5
2º semana	Sesión 3: Características de las relaciones de pareja a lo largo de la vida. Papel de las Relaciones de Pareja en la juventud	
2º semana	Sesión 4. Definición de Conceptos básicos. Atracción, enamoramiento y amor.	Sesión 4: Sternberg, R. (1986), A Triangular Theory of Love. Cap. 12. p. 213 – 226
3º semana	2. Relaciones de Pareja y Autoconocimiento: Sesión 5. Identidad, Autoconcepto y Autoestima	Sesión 5: Rojas de González, N., (1998). Cap. 1 Capacidad de quererme y valorarme. P.19 -31
3º semana	Sesión 6. Relaciones románticas y formación de la identidad	Sesión 6: Castro, L. y Ripoll, K., "Son importantes las relaciones románticas en la juventud?" P. 1-5. Documento de trabajo Uniandes.
4º semana	3. Papel de las expectativas en las Relaciones de Pareja. Sesión 7: Concepto de expectativas.	Sesión 7 y 8: Laursen & Jensen-Campbell "The nature and function of social exchange in adolescent romantic relationships. P. 51 – 71

Semana/fecha	Contenido	Lecturas
	Tipos de expectativas: sobre sí mismo, la pareja y la relación	
4º semana	Sesión 8: Expectativas y desarrollo de habilidades de interacción en relaciones románticas	
5º semana	Sesión 9: Expectativas y satisfacción en relaciones románticas en la juventud	
5º semana	4. Elección de Pareja. Sesión 10: Procesos psicológicos que influyen en la elección de pareja	Sesión 10 Rippol K. Procesos psicológicos en la elección de pareja. Documento de trabajo. Uniandes. P.1- 9
6º semana	Sesión 11: Factores familiares, sociales y culturales asociados a la elección de pareja. El papel de las expectativas en la elección de pareja.	Sesión 11: Castro, L.& Galvis, A. "Elección de pareja" Documento de trabajo p. 1-5
6º semana	ENTREGA PRIMER TRABAJO INTEGRADOR Sesión 12: Presentación de trabajos de campo por parte de los estudiantes.	
7º semana	5. Relaciones de Pareja y Bienestar Psicológico: Sesión 13: ¿Qué es el bienestar psicológico? Indicadores de bienestar psicológico.	Sesión 13: Castro, L., "Indicadores de bienestar psicológico y calidad de las relaciones románticas" Documento de trabajo. Uniandes. p. 1 – 5.
7º semana	6. Relaciones íntimas y comunicación Sesión 14: Concepto de relaciones Íntimas en la relación de pareja. Factores que promueven/ obstaculizan establecer intimidad	Sesión 14 y 15: Rojas de G. N., (1998) Comunicación e intimidad. Cap. IV. P.63 – 86 .
8º semana	Sesión 15: Patrones y estilos de comunicación adaptativos y desadaptativos.	
8º semana	Sesión 16: Presentación de trabajos de campo por parte de los estudiantes. ENTREGA 30% DE NOTAS.	Sesión 16. Castro de A.L. y Ripoll K. Comunicación e intimidad en las relaciones de pareja. P.1-5 Documento de trabajo. Uniandes.
9ª Semana	SEMANA DE TRABAJO ACADÉMICO INDEPENDIENTE	
10ª Semana	7. El conflicto en las relaciones de pareja Sesión 17: Concepto de Conflicto, áreas de conflicto y Estilos de resolución. Papel del conflicto en las relaciones de pareja.	Sesión 17: Castro de A...L. Conflicto y relaciones de pareja. Documento de trabajo. P. 1-5
10ª Semana	Sesión 18: Cuando las relaciones sexuales son fuente de conflicto	
11ª Semana	Sesión 19: Control y abuso del poder en las relaciones de pareja. Violencia de género en las relaciones de pareja	Sesión 18 y 19: González & Santana "El noviazgo y sus sinsabores"

Semana/fecha	<u>Contenido</u>	<u>Lecturas</u>
11ª Semana	8. Manifestaciones de malestar en las relaciones de pareja Sesión 20: Celos. Factores personales y sociales asociados. Presentación trabajos de los estudiantes	Sesión 20 - 22: Castro, L., La infidelidad. Documento de trabajo, p.1 -6 Uniandes.
12ª Semana	Sesión 21: Infidelidad. Factores personales y sociales asociados Presentación de trabajos por parte de los estudiantes.	
12ª Semana	Sesión 22: Presentación trabajos de campo de los estudiantes.	
13ª Semana	9. Disolución de la Relación de Pareja: Sesión 23: Motivos de disolución de la relación.	Sesión 23 y 24: Castro, L, Ripoll, K., disolución de la relaciones de pareja. Documento de trabajo.
13ª Semana	Sesión 24: ¿Cómo afrontar la disolución de la relación?	
14ª semana	Sesión 25: Presentación trabajo de campo por parte de los estudiantes. ENTREGA SEGUNDO TRABAJO INTEGRADOR.	
14ª semana	10. Relaciones de Pareja y planes a futuro. Sesión 26: Expectativas sobre las relaciones de pareja en el futuro. La pareja de hoy Vs. la pareja del futuro.	Clase 26 y 27: Castro & Roveda "Pareja y familia" p. 1- 15 (En Curlinea)
15ª Semana	Sesión 27: Proyecto de vida personal y de pareja: ¿Cómo conciliarlos?	
15ª Semana	Sesión 28: Pareja y formación de una familia: Ser padres y ser madres	
16ª Semana	Sesión 29: Manejo de "no-logros" en el proyecto de vida personal, profesional, de pareja y de familia.	
16ª Semana	Sesión 30: Presentación de trabajos de campo por parte de los estudiantes. <u>PRESENTACIÓN EXAMEN FINAL DE CONOCIMIENTOS</u>	

5. EVALUACIONES Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

Una de las finalidades del programa del curso es que tanto la profesora como los/las estudiantes tengan claros los criterios de calificación y los porcentajes que corresponderán a cada una de las evaluaciones propuesta para medir el cumplimiento de los objetivos de aprendizaje definidos. Para los propósitos e este curso de libre elección se han definido los siguientes criterios de calificación:

- Dos trabajos integradores, cada uno 20% _____ 40 %

- Trabajos en clase _____ 20 %
- Trabajo de campo _____ 20 %
- Trabajo final _____ 20 %

Trabajos integradores: Escritos de 5 páginas tamaño carta que tendrán como finalidad evaluar la integración que llevan a cabo los estudiantes de conceptos y teorías discutidas en clase con sus experiencias personales. Se espera que estos trabajos: a) permitan apreciar las destrezas del estudiante para presentar sus argumentos en forma coherente, clara y ordenada, b) evidencien la integración de elementos conceptuales con las experiencias vividas y c) se ajusten a las normas estilísticas, gramaticales y ortográficas requeridas para la presentación de trabajos escritos en el ámbito universitario.

Trabajo final: examen de conocimientos sobre los diversos temas abordados durante el curso, incluye preguntas y análisis de caso.

Trabajo de campo: Se trata de una actividad creativa que realizan los estudiantes sobre un tema de interés pertinente a los contenidos del curso. Una vez el tema elegido reciba la aprobación de la docente, los estudiantes elaborarán un trabajo en diferentes modalidades según su interés y según el tema, este puede ser un corto video, un trabajo de investigación escrito, un análisis de caso, entre otros. Estos trabajos serán expuestos en clase en las fechas señaladas y acordadas con la docente. Las especificaciones según modalidad escogida se encuentran en la página Web del curso.

Trabajos en clase: Los trabajos en clase se desarrollaran en la modalidad de talleres o actividades específicas, con base en guías entregadas por la docente. **Los estudiantes que sin excusa justificada no asistan a clase los días de talleres calificables, recibirán una notad de 0 (cero) en esa actividad.**

La calificación final del curso se aproximará de la siguiente manera:

Nota parcial	Nota definitiva
1,6 – 1,7	1.5
1,8 a 2.2	2.0
2,3 a 2,7	2.5
2,8 a 3,2	3.0
3,3 a 3,7	3.5
3,8 a 4,2	4.0
4.3 a 4,7	4.5
4,8 a 4,9	5.0

PARA TENER EN CUENTA

Es importante destacar que para lograr los objetivos del curso y el cumplimiento de sus expectativas, la motivación, interés y participación de los estudiantes en la clase son fundamentales, así como la asistencia y puntualidad. Al finalizar el curso los estudiantes que nunca faltaron, fueron puntuales y participaron activamente y de manera sustentada, obtendrán 3 puntos sobre la nota final.

Fechas de Entrega de Trabajos : Los ensayos y trabajo de campo se **entregarán en las fechas definidas y en el salón de clase.** Excepcionalmente se recibirán trabajos después de la fecha, cuando se presente una excusa válida (certificado médico avalado por la Decanatura de Estudiantes). Sólo se aceptarán excusas durante los cinco días hábiles después de la fecha de entrega del trabajo.

Presentación de Talleres y Trabajos: Todos los **talleres y actividades** desarrolladas en clase deben ser **contestados en tinta** (no en lápiz). Los trabajos o ejercicios asignados para realizar fuera de clase deberán

realizarse en computador y entregarse en formato impreso. No se aceptarán trabajos escritos a mano. De igual forma, **no se recibirán trabajos en formato magnético o enviados por correo electrónico.**

La presentación de trabajos escritos debe seguir las siguientes normas: a) márgenes 2.5 cm por todos los lados, b) espacio interlineal 1.5, c) letra Arial 12 puntos, d) sin portada, e) escribir en la parte superior izquierda el nombre del curso, nombre(s) del (los) estudiante(s), código(s) y fecha de entrega.

RECUERDE: El fraude en trabajos escritos es una falta grave. Haga uso de citas y referencias en los trabajos escritos.

Trabajos en grupo **Todos los miembros** de un grupo **son responsables** por la calidad de los trabajos presentados. Si se presentasen dificultades al interior de un grupo, los estudiantes deben informar a tiempo a la profesora para encontrar soluciones a la situación.

6. BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA

- Acosta, M. E. (1995). *Un proyecto de vida para directivos. Planeación de vida y carrera de trabajo*. México. Editorial Panorama.
- Arango, L. G., León, M., Viveros, M. (1995). *Género e identidad. Ensayos sobre lo femenino y lo masculino*. Bogotá, T.M. editores, Universidad de Los Andes, Universidad Nacional.
- Beck, A. T. (1998). *Con el amor no basta*. Barcelona. Paidós.
- Betancur, M. C. (1999). *Un amor que sirva o un adiós que libere*. Colombia. Plaza & Janes Editores S.A.
- Burgos, M.C. (2003). *Influencia de la experiencia indirecta y directa con las relaciones románticas y de algunas dimensiones de la identidad en las expectativas que tienen los jóvenes a cerca de la pareja romántica*. Tesis de maestría no publicada. Bogotá. Universidad de los Andes.
- Castro de A. L. (2004). *La ruptura de la pareja. El duelo*. Documento de trabajo. Universidad de los Andes.
- Castro de A. L. (2004). *Juventud y relaciones románticas*. Documento de trabajo. Universidad de los Andes.
- Castro de A. , L. & Galvis, A. (2005). *Elección de pareja: Factores que intervienen*. Documento de trabajo. Universidad de los Andes.
- Castro de A. L., Robeda, D. (2000). *Relaciones interpersonales*. Documento no publicado. Bogotá. Universidad Pedagógica Nacional. Bienestar Universitario.
- Furman, W., Brown, B., & Feiring, C. (1999). *The development of romantic relationships in adolescence*. Cambridge, University Press.
- González, R. & Santana, J. (2001). *Violencia en parejas jóvenes: Análisis y prevención*. Madrid: Pirámide.
- Hendrick, S. & Hendrick, C. (1997). *Love and satisfaction*. En R. J. Sternberg & M. Hojjat (Eds.) *Satisfaction in close relationships* (pp. 56-78). New York: Guilford Press.
- Kaufman, M. (1997). *Las experiencias contradictorias del poder entre los hombres*. En Valdes, T. y Olavaria, J., (Eds.), *Masculinidad/ es. En poder y crisis*. Santiago de Chile. Ediciones de las mujeres. Vol. 24.
- Knapp, M. L. & Vangelisti, A. L. (2005). *Interpersonal communication and human relationships*. Boston: Allyn and Bacon.
- Laursen, B. and Jensen-Campbell, L.A. (1999) "The nature and function of social Exchange in adolescent romantic relationships" en Furman, W., Brown, B., & Feiring, C. (1999). *The development of romantic relationships in adolescence*. Cambridge, University Press.
- Rojas de Gonzalez, N. (1998) *Qué nos une, qué nos separa*. Editorial Planeta, Bogotá.
- Shulman, S. (2003). *Conflict and negotiation in adolescent romantic relationships*. En P. Florsheim (Ed.) *Adolescent romantic relations and sexual behavior: Theory, research and practical implications* (pp. 109-135). Mahwah, NJ: Lawrence Earlbaum Associates.
- Shulman, S. & Collins, W. A. (Eds.) (1997). *Romantic relationships in adolescence: Developmental perspectives*. *New Directions for Child Development*, 78, San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- Vargas Trujillo, E., & Barrera F. (2002). *El papel de las relaciones padres e hijos y de la competencia psicosocial en la actividad sexual de los adolescentes*. Documento CESO, 32. Bogotá: Universidad de los Andes.

Vega L.M.,(2005). Relación entre apego y las relaciones románticas en la juventud. Dpto. de Psicología. Centro de Estudios Socioculturales e Internacionales CESO. Documento n° 78, Universidad de los Andes. Bogotá.