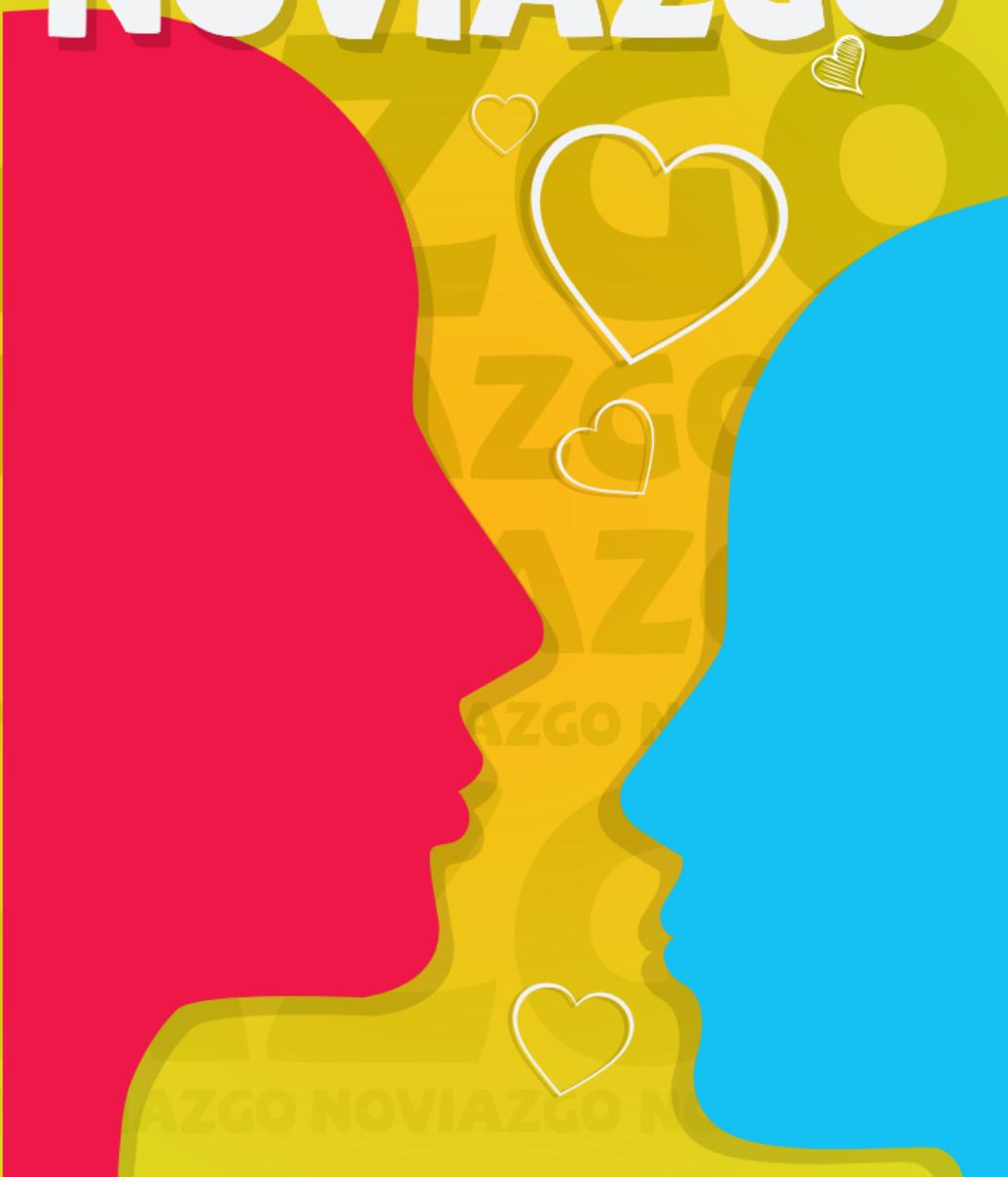


EL NOVIAZGO



ELABORACIÓN:
Ximena Gutiérrez

EDICIÓN:
Equipo Programa Voz Joven

DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN:
Roger Eduardo Cruz Carrero

IMPRESIÓN:
Litografía El Renacimiento

TIRAJE: xxxx



Fondo de Población
de las Naciones Unidas
Nicaragua



Visita nuestra biblioteca virtual en:
www.unfpa.org.ni

Síguenos en:



CONTENIDO

EL NOVIAZGO A TRAVÉS DE LA HISTORIA

2

ENTONCES, ¿QUÉ ES EL NOVIAZGO?

3

¿CUÁLES SON LAS VENTAJAS DEL NOVIAZGO?

7

¿QUÉ ASPECTOS DEBEMOS TENER EN CUENTA EN LAS RELACIONES DE NOVIAZGO PARA APROVECHARLO DE LA MEJOR MANERA?

8

¿CUÁNDO DEBEMOS TERMINAR UN NOVIAZGO?

11



EL NOVIAZGO A TRAVÉS DE LA HISTORIA



En la historia, no siempre ha existido el noviazgo, hace muchos años la familia decidía con quien debían casarse las jóvenes, generalmente era un compromiso de familias y tanto los jóvenes, como las jóvenes debían aceptar esas decisiones de manera tal que habían matrimonios arreglados por razones económicas o sociales en los que el amor romántico no existía. Por estas razones, era muy frecuente que estos matrimonios, aunque podían durar, en la realidad no funcionaban, los hombres tenían relaciones con sus amantes y las mujeres vivían apartadas, frustradas, con sueños truncados en muchas ocasiones.

Conocemos situaciones excepcionales y trágicas, como la historia de Romeo y Julieta que tenían que vivir un amor escondido porque sus familias eran rivales y murieron ambos por tener que ocultarse y falta de información. Hay otras historias de grandes amores y también historias de matrimonios arreglados que vivieron un amor correspondido, pero estas situaciones eran excepcionales.

Con el paso del tiempo, los cambios en las sociedades, los adelantos de las comunicaciones y las tecnologías se ha identificado la necesidad de que las parejas tengan la oportunidad de conocerse más, antes de establecer compromisos que les permitan establecer una relación más estable.

Es curioso que aún en la actualidad, hay comunidades, culturas y ambientes donde el noviazgo no existe, en Nicaragua en algunas comunidades rurales, las parejas no tienen la oportunidad de conocerse y compartir antes de convivir, debido a que sus patrones socioculturales no tienen la concepción del “amor” tal como se concibe en el mundo urbano y occidental.

ENTONCES, ¿QUÉ ES ELNOVIAZGO?



Una relación social, acordada entre dos personas para acompañarse y compartir actividades recreativas y sociales y también momentos de intimidad en los que pueden expresar sus sentimientos, intercambiar sus opiniones, realizar actividades en común, dialogar sobre sus sueños y aspiraciones, sobre sus metas en la vida, compartir sus intereses y también compartir caricias, en el marco de la expresión de su afectividad



La adolescencia es una etapa llena de muchos cambios, donde se conocen nuevos (as) amigos (as) y es posible que comencemos a sentirnos atraídos por alguien de forma especial y esto pueda convertirse en algo más que amistad, en una relación de noviazgo.

Un día descubriste que tu compañero o compañera de clases o tu vecino o vecina, tu amigo o amiga no es tan feo o fea como creíste, descubriste que tiene ojos bonitos, que su figura es muy agradable, que cuando habla siempre hace el mejor comentario, que se viste bonito, y te sentiste atraído o atraída por su presencia, te gusta que platicuen y a veces sentiste mariposas en el estómago, te sonrojas, o sudas y comenzaste a preocuparte por vestirte mejor, verte más guapo o guapa y sobre todo, quieres pasar más tiempo con él o con ella.

Este proceso se conoce como enamoramiento y es un proceso natural en las personas, de hecho es el inicio de una relación de noviazgo, cuando hay reciprocidad, es decir cuando la persona que te gusta, se siente también atraída por vos. El noviazgo es una relación transitoria en una pareja que brinda la oportunidad de conocerse más. Deciden andar juntos y en esos momentos de compartir actividades, intereses, ideales, valores y metas, se divierten, resuelven problemas y se toman un tiempo para decidir si quieren ser una pareja estable o no.

Durante el noviazgo, las parejas tienen la oportunidad de desarrollar estilos de relacionamiento que contribuyen a mejorar el conocimiento que cada quien tiene de sí mismo o misma, principalmente en la expresión de la afectividad, es decir los momentos de romance, con besos o caricias apasionadas; el desarrollo de la confianza por mostrarse con honestidad, tal cual son, con su verdad, cada uno: la responsabilidad compartida en los momentos en que tienen que tomar decisiones o distribuirse las tareas o responsabilidades; el respeto hacia los gustos o forma de ser del o de la otra, aunque sean diferentes de los tuyos; la solución de conflictos que son parte de la convivencia, tratando siempre de ganar - ganar, evitando el control sobre la otra persona, respetando su intimidad porque hay momentos de intimidad compartida y también no compartida. El noviazgo es una etapa de mayor autonomía para una pareja que debemos saber aprovechar.

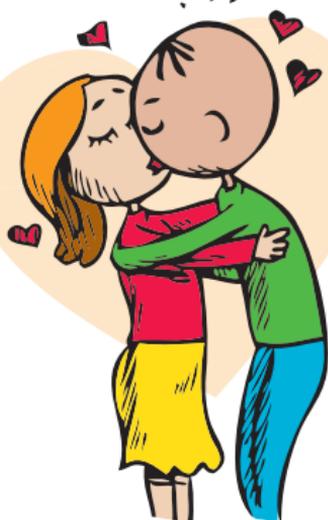
La relación de pareja se vuelve medular en nuestra vida afectiva, permite que nos separemos un poco afectivamente de nuestros padres. En este momento, nos damos cuenta de que hay otras personas tan importantes o más que nuestra familia en nuestras vidas.

Recordar que en el noviazgo hay que ser:

- Auténticos (as), esto es atractivo tanto para los hombres como para las mujeres.
- Respetuosos (as), ya que es la base para tener buenas relaciones y dar valor a la persona de la que estamos enamorados.
- Comunicativos (as), expresar nuestros sentimientos, diciendo lo que nos gusta y no nos gusta, sin lastimar a la otra persona.
- Sinceros (as), los verdaderos sentimientos tienen que demostrarse. No hay que jugar con los sentimientos de la otra persona.
- Responsables, este valor nos permite reflexionar, administrar, orientar y valorar las consecuencias de nuestros actos.

La atracción sexual es muy importante en el noviazgo, hablamos de la química en las relaciones de pareja y es un asunto que también es muy importante analizar, ¿hasta dónde queremos llegar?.

Quando la relación se profundiza es cada vez más intenso el deseo de tocar, besar y tener relaciones sexuales con esa persona. Esa emoción que generalmente se vive por primera vez en la adolescencia, es una de las que requieren más diálogo y análisis conjunto para decidir si están preparados ambos para tener relaciones sexuales, es decir si estamos conscientes de las consecuencias que



pueden tener en nuestras emociones y en las responsabilidades que debemos asumir cuando no nos protegemos ante una ITS o un embarazo.

Es importante que reflexionemos tempranamente sobre esta situación de las relaciones sexuales para que no nos agarre por sorpresa y podamos ganarle a las ganas, diciendo no, si no queremos ahorita porque no nos sentimos listas o listos, o protegiéndonos si estamos decididos a tener relaciones sexuales.

¿CUÁLES SON LAS VENTAJAS DEL NOVIAZGO?

- Es una oportunidad de aprender a relacionarse con una persona especial de forma afectiva.
- Contribuye a mejorar el conocimiento que tenemos de nosotros o nosotras mismas, nuestra capacidad de respetar, de negociar, de conversar, de amar.
- Ayuda al conocimiento de la otra persona en cuanto a carácter, sentimientos, gustos, aficiones, ideales metas, sueños y aspiraciones.
- Favorece la formación de la voluntad, fomenta la generosidad, confianza, honestidad, el respeto; estimula la reflexión y el sentido de responsabilidad.
- Se puede practicar la habilidad de resolver conflictos.
- Es una forma de comenzar a utilizar formas efectivas de comunicación y de aprender a ver las cosas de distintas maneras.

- Es importante, para encontrar al otro, quien “me entienda”, “quien me acepte”, “quien me haga sentir atractivo o atractiva, mejora nuestra autoestima.
- Si tenemos varios o varias novias experimentamos el deseo en distintas formas y con diferente trascendencia, a la vez que nos da la oportunidad de conocer diversas experiencias afectivas. Todo esto nos proporciona conocimiento de nosotros y del comportamiento y actitudes de los demás, que constituye una experiencia invaluable para nuestra futura conducta

¿QUÉ ASPECTOS DEBEMOS TENER EN CUENTA EN LAS RELACIONES DE NOVIAZGO PARA APROVECHARLO DE LA MEJOR MANERA?

- La reciprocidad en la relación, tener presente que la dinámica es de dar y recibir de ambas personas, si sentís que vos das más que la otra persona, debes conversar sobre esto.
- El control excesivo de tu parte o de tu pareja nos es una buena señal, debes analizar tus sentimientos, por qué el deseo de posesión versus la necesidad de compartir y hablar sobre esto con tu pareja.
- La violencia en las relaciones de noviazgo debe ser analizada profundamente y debes solicitar ayuda si no te sentís conforme o tenés dudas.
- Acceder a tener relaciones sexuales si no te sentís preparada o sin protección, puede tener consecuencias no deseadas que pueden afectar tus sueños.

Recordá que el noviazgo debe ser una etapa de crecimiento en tu vida, debes vivirlo con alegría, optimismo y esperanza, si tenés una noviazgo con sufrimientos, debés analizar si te conviene continuar

Algunas pistas para decir NO, sin lastimar a la otra persona

- Me gustas mucho, pero no estoy preparada (o) para tener relaciones sexuales aún. Podemos esperar para estar juntos y vivirlo de manera responsable.
- Me divierto mucho con vos y no me gustaría arruinar nuestra amistad, vale más un buen amigo, que un mal amor.
- Sos una persona muy importante en mi vida, pero tener relaciones sexuales coitales, no es la manera en que demuestro que alguien es importante para mí.
- Me gustaría esperar, estudiar, prepararme, antes de tener relaciones sexuales coitales.
- Me gustas mucho, pero quiero que mi primera vez sea cuando yo lo decida, cuando me sienta preparada. Mejor disfrutemos como estamos y esperemos.
- Siento que me quieres mucho, por eso debes respetar mi decisión.

A veces es difícil decir que NO. Puede darte pena, más cuando no estás clara de tu pareja, pero es mejor un NO a tiempo, que arrepentirse después.

Lo más importante de todas estas ideas es la confianza y seguridad con tu pareja y tu decisión de esperar. Es trascendental **evitar** situaciones que puedan dar una idea equivocada, por ejemplo, estar solos todo el tiempo, tomar alcohol o drogas, pues cambian tu comportamiento y tu forma de pensar.

Por otra parte, si de mutuo acuerdo, deciden tener relaciones sexuales coitales porque se sienten que están listos, como pareja para asumir esta etapa, lo más importante es protegerte, es decir, usar condón desde la primera relación sexual.

Los y las adolescentes pueden confiar y conversar con sus padres y madres sobre el noviazgo en el momento que consideren conveniente. Aquí algunos ejemplos para comenzar a hacerlo:

- Hay que dialogar con los padres y las madres para que estén informados que los y las adolescentes de ambos sexos establecen contactos a edades más tempranas que antes
- Las relaciones de noviazgo son algo natural y propio de la edad, con sus ventajas y desventajas
- Los y las adolescentes no deben ser avergonzados ni ridiculizados porque se han enamorado, ellos también lo estuvieron
- Pedirles que guarden su intimidad y las confidencias que les hagan para ganarse su confianza

- Solicitarles acompañamiento; para que estén cerca de nosotros y apoyarnos en cualquier momento de dificultad
- Conversar de manera natural sobre lo qué es el "amor" y la "sexualidad"
- Intercambiar confidencias con nuestros padres, que les ayuden a abrirse con nosotros. ¡Esta parte resulta muy enriquecedora!
- Conversar con ellos para que nos permitan salir en grupo de amigos, que confíen en nosotros
- Como hijos (as) deseamos tener suficiente confianza para traer a mi novio(a), en la casa. Debemos negociar para que nos lo permitan.

¿CUÁNDO DEBEMOS TERMINAR UN NOVIAZGO?

- Cuando no nos sentimos satisfechos o satisfechas con la relación, nos sentimos frustrados, enojados, tristes, tenés muchas discusiones.
- Cuando sentimos que hay demasiado control sobre nuestra vida, cuando estamos viviendo violencia.
- Cuando nos enteramos que nuestro novio o nuestra novia está comenzando a salir con otra persona, aunque no nos haya dicho, es señal que ya no tiene interés en nosotros o nosotras.
- Cuando ya nos estamos tan ilusionados o ilusionadas como al principio.

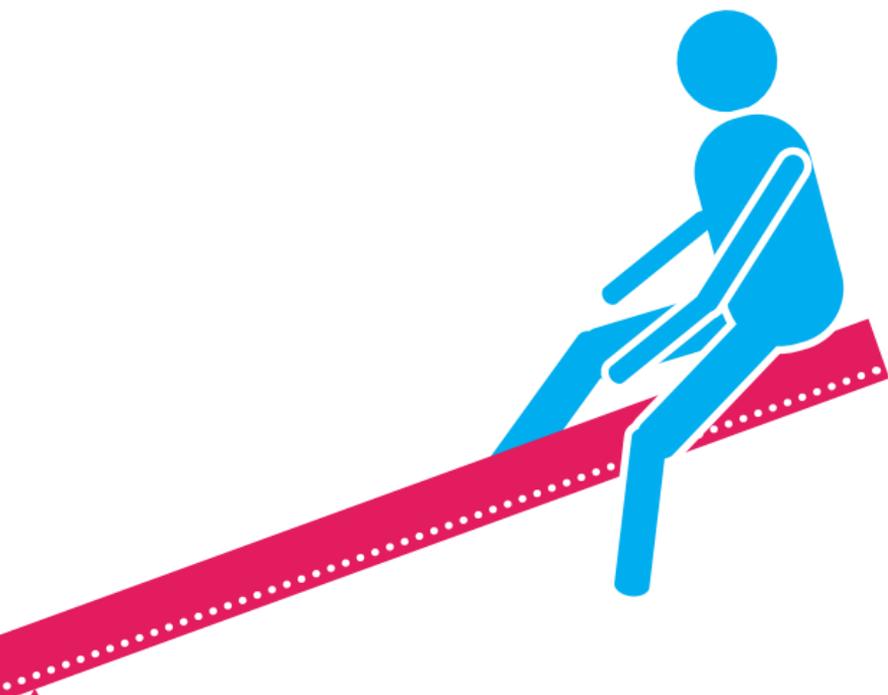


¿CÓMO PODES TERMINAR TU

Reflexioná sobre las razones que tenés para terminar y conversá con tu novio o novia sobre el asunto, puede ser doloroso o difícil para ambos pero es mejor terminar a tiempo que seguir hiriéndose o dañándose, además, es importante tomarte tu tiempo para analizar y aprender sobre lo que viviste para no cometer nuevamente los mismos errores.



NOVIAZGO?



En una relación están involucradas dos personas y siempre es una responsabilidad compartida o sea que no es responsabilidad de una de las dos personas que la relación se haya enfriado y que sea conveniente terminar, siempre tienes la oportunidad de tener otro noviazgo y tu aprendizaje te dará fortalezas para vivirlo mejor, pero recordá que debes tomarte tu tiempo.

EL NO VIAZGO NO VIAZGO NO VIAZGO NO VIAZGO



Fondo de Población
de las Naciones Unidas
Nicaragua

