

Guía de aprendizaje · Etapa del conflicto

Idea central

La etapa de conflicto puede hacer visibles proyecciones, diferencias y ecos de la historia propia cuando el romance deja paso a la vida cotidiana. La clase invita a observar ese cambio con autoconocimiento y responsabilidad.

Al terminar

- Diferenciar idealización, observación e interpretación.
- Reconocer la posibilidad de proyecciones propias sin negar hechos ni daños.
- Usar las etapas del vídeo como una metáfora para reflexionar, no como diagnóstico.
- Formular una pregunta y un paso pequeño que respeten los límites personales.

Recorrido

- 1. Mira el vídeo y ubica el paso del romance a la convivencia real (00:00).
- 2. Anota una expectativa que haya cambiado y compárala con un hecho observable (00:44).
- 3. Revisa qué emociones o recuerdos despierta la situación sin asignar automáticamente su causa a la pareja (03:17).
- 4. Si la relación es segura, define una conversación o ajuste pequeño y revisable (04:40).
- 5. Compara el modelo ideal, normal y decaído con datos concretos y con aquello que aún desconoces (07:02).

Práctica breve · 10 minutos

Dedica tres minutos a separar un hecho de tu interpretación; tres minutos a anotar qué expectativa o recuerdo aparece; y cuatro minutos a escribir una pregunta abierta y un paso que respete tus límites. Puedes dejar preguntas sin resolver.

Cuidado del encuadre

El lenguaje de etapas describe el modelo presentado en esta clase. No convierte el abuso, el miedo o la violencia en una fase normal, y no sustituye una valoración de seguridad ni atención profesional adecuada.