



Cofinanciado pelo
Programa Erasmus+
da União Europeia



O relacionamento de casal

Como deve ser um relacionamento?

Situação 1:

A Marta tem um namorado há 1 ano chamado Alberto. Ela diz que é muito ciumenta e sabe que o seu namorado não gosta disso. A Marta diz que se ela não sentir ciúmes significa que já não gosta dele.

Conclusão:

Ciúmes = insegurança, intenção de dominação, possessão

Situação 2:

A Marta chega a casa e vê o Alberto zangado. Ela pergunta-lhe o que se passou mas ele não quer falar. Ela acha que devia saber o que aconteceu ao Alberto pois é o seu namorado e ela gosta dele. Ela devia conseguir adivinhar e conhecê-lo melhor.

Conclusão:

A comunicação é fundamental. Se queremos que adivinhem o que precisamos, a relação não vai funcionar. Não é algo que demonstre que gostas de uma pessoa.

Situação 3:

Tanto Alberto como a Marta se gostam muito um do outro e por isso pensam que nada vai correr mal na sua relação.

Conclusão:

As relações dependem de muitos fatores, inclusivamente do amor.



Situação 4:

A Sonia e a Ana estão juntas há 3 anos. A Ana faz muitas coisas que fazem a Sonia sofrer, mas a Sonia acha que sofre porque a sua relação é boa e intensa.

Conclusão:

Os conflitos são inevitáveis, mas uma boa relação é quando nos sentimos bem na maior parte do tempo.

Situação 5:

A Sonia e a Ana estão muito tempo juntas, mas também gostam de sair separadamente com as suas amigas.

Conclusão:

Cada pessoa numa relação tem os seus amigos, famílias e gostos que não têm de ser sempre partilhados com o companheiro.

Situación 6:

A Ana acha que a Sonia tem de ir andar de bicicleta com ela e que têm de gostar das mesmas coisas. A Ana fica zagrada quando não consegue convencer a Sonia.

Conclusão:

Tu não tens o direito de mudar a outra pessoa. Deves respeitar os seus gostos e interesses.

Situação 7:

O António e o José saem juntos há 4 meses. O António acha que não tem de contar nada ao José e que pode ter os seus segredos.

Conclusão:



Todos temos o direito à privacidade. A vida de uma pessoa vai além do relacionamento.

Situação 8:

O José acha que o seu dever na relação é fazer o António feliz e o António o deve fazer feliz.

Conclusão:

Deves ser tu próprio a procurar a felicidade. Numa relação o importante é ser-se feliz.

Situação 9:

O José está muito bem com o António, mas sente-se atraído por outros rapazes. No entanto não tem nenhum desejo em ser infiel ao José.

Conclusión:

É normal sentirmo-nos atraídos por outras pessoas.

Situação 10:

O Mário e a Alice estão juntos há cerca de 6 meses mas o Mário decidiu que não quer continuar com a relação porque não é feliz com a Alice. Ela está triste e decide ligar-lhe para insistir para voltar para ela. Ela acha que tem de lutar por ele.

Conclusão:

Apesar da dor, devemos respeitar as decisões das outras pessoas.