

El 25 de noviembre es el **Día contra la violencia hacia las mujeres**. En esta jornada cobran una importancia central las exigencias y propuestas para la erradicación de todas las formas de violencia que se expresan en diferentes ámbitos y, en particular, en la pareja.

En la actualidad, según el Instituto de la Mujer, el 9,3% de las mujeres mayores de 18 años sufren violencia en el Estado español, gestándose en muchos casos desde el noviazgo. En este sentido, diversos estudios alertan de que la violencia en las parejas se da también entre la **gente joven**, aunque la auto - percepción sea que es cosa de mayores y, generalmente, asociadas a las expresiones de maltrato más duro. No obstante entre jóvenes son más frecuentes relaciones abusivas o actitudes de no tratarse bien como, por ejemplo:

- No respetar el espacio personal, controlar y querer saber a todas horas dónde y con quién está tu pareja...
- Justificar los celos como muestras de amor e incluso justificar reacciones agresivas o violentas en su nombre.
- No tratarse de forma igualitaria, haciendo sentir inferior a la otra persona, no respetando sus decisiones ni escuchando sus opiniones...
- Saltarse los acuerdos previamente consensuados con la pareja.
- Abordar los conflictos de forma agresiva, insultándose o tratándose con desprecio...

Son actitudes que hacen daño y que reiteradas pueden instalarse como forma de relación de maltrato en una pareja u otras relaciones interpersonales.

Sin embargo, un serio problema es que estos comportamientos generalmente no se identifican por parte de chicos y chicas como intolerables. Incluso, se puede llegar a considerar que son “normales” en las parejas ya que aparecen en muchas ocasiones entrelazados con concepciones problemáticas respecto al amor y la pareja. Pero estas son conductas reprobables que tienen que ser corregidas y, en su caso, reparado el daño que se haya podido ocasionar. En la pareja, como en toda relación, hay que establecer los límites de lo que resulta intolerable.

# ¡IMPLÍCATE!

Porque el amor es tan importante en la vida que nadie puede “escaquearse”...

Personalmente disfrutarás más de tu relación si es de buenos tratos. Es decir, si tratas a tu pareja con igualdad, si respetas su autonomía personal, si la cuidas y te cuidas, si tratas los inevitables conflictos que surgirán en tu relación de forma no violenta... Valores que si los haces tuyos te proporcionarán mayor felicidad a ti y a tu pareja.

Implícate también para comprometerte en la construcción de una mejor sociedad. Una sociedad libre de violencia, más justa, con menos sufrimiento y de personas más autónomas y solidarias. Una sociedad en la que el amor se pague con amor; en definitiva, una sociedad donde todo el mundo salgamos ganando.

Los buenos tratos producen bienestar personal y social; de ahí que subrayemos que hechos son amores y que querer desde un buen lugar depende de cada cual.

Pero HECHOS SON AMORES es también el título de un cortometraje que nuestra ONG presenta este 25 de Noviembre en el que se invita a reflexionar para decidir más conscientemente sobre cómo queremos y no queremos que sean nuestras relaciones amorosas y de pareja.

porque  
hechos  
son  
amores

