

## **TEXTO: “LOS BUENOS TRATOS”**

Desde el CEPER “VICTORIA ALBA” (centro matriz) queremos sumarnos a este acto para aunar fuerzas.

Consideramos que proponer medidas efectivas para acabar con este tipo de violencia pasa necesariamente por trabajar **los Buenos Tratos** potenciando valores que individualmente nos ayuden a ser más felices y colectivamente a construir una sociedad más justa.

**Valores** como:

- **La solidaridad**, que nos permite ponernos en el lugar del otro/a, entendiendo y apoyando a quienes sufren.
- **La libertad** para elegir cómo y quiénes queremos ser, sin tener que seguir modelos prefijados de hombre o de mujer.
- **La autonomía personal**, que nos proporciona dignidad y que nos hace dueños y dueñas de nuestras vidas.
- **El cuidado propio y el de los demás**. A cuidar se aprende cuidando con independencia de que se sea hombre o mujer.
- **El aprender a comunicarse** utilizando recursos que nos ayuden a resolver de una manera no violenta los conflictos que se dan en todas las relaciones.

Las palabras tienen mucho poder y de ellas dependen, en gran medida, como va a ser nuestra relación con los demás.

Hay palabras que aluden a situaciones de violencia como:

**la falta de respeto, el maltrato verbal, el abuso de confianza, el abuso de autoridad, el aislamiento, la tiranía emocional, el control, el acoso, la intimidación, etc.**

Pero por otro lado es IMPRESCINDIBLE conocer y poner en práctica aquellas palabras que sirven para neutralizarlas y en esto se ha basado nuestro trabajo de clase, en tratar de aprender palabras y actitudes que nos lleven a practicar los **buenos tratos**, y nos sirvan de antídoto frente a situaciones negativas que derivan en malos tratos.

Debemos de utilizar términos como: **Confianza, Convivencia, Cuidado, Empatía, Cultura de Paz, Inclusión, Mediación, Protección, Respeto, Reconciliación, Resolución pacífica de los conflictos, etc.**

No debemos olvidar que el mundo lo formamos hombres y mujeres y nos corresponde, por tanto, a unos como a la otras contribuir en la medida de lo posible para encontrar una solución a este problema.