

14 de febrer, Dia de Sant Valentí

Creu Roja convida a la reflexió sobre els falsos mites de l'amor

- **L'objectiu d'aquesta reflexió és desmuntar aquests mites i conscienciar sobre la importància d'aprendre a gaudir de l'amor sense patiment**

L'amor és el sentiment més poderós del món amb el qual es podria construir una societat més justa i solidària. Tot i que hi ha molts tipus d'amor i es pot sentir cap a diferents persones, sovint ho vinculem únicament a les relacions de parella.

El 14 de febrer, més conegut com a Dia de Sant Valentí, és un exemple d'això. Alhora, en la nostra societat es construeixen falsos mites que generen una cultura amorosa en la qual s'accepta que per estimar s'ha de patir, el que pot desembocar en la normalització de creences, conceptes i comportaments nocius.

La Creu Roja a Girona desenvolupa una tasca de sensibilització i intervenció, fonamentalment amb població jove i adolescent, i amb dones víctimes de violència de gènere, mitjançant activitats en què es promou l'empoderament de les persones, l'autocura i l'autoestima, així com valors com ara igualtat i respecte, per tal de desmuntar aquests falsos mites i conscienciar sobre la importància d'aprendre a gaudir de l'amor dins de relacions sanes, lliures i sense conductes violentes.

Els falsos mites més comuns de l'amor romàntic

"**Qui et vol de veritat, et farà patir**", aquest és un dels falsos mites més estesos en la nostra societat, compartit fonamentalment entre la població adulta. L'amor és per gaudir-lo, no ens ha de fer sentir desgraciats, tot el contrari. Igual que "els que es barallen, es desitgen" és normal tenir diferències però en tota relació aquestes s'han de resoldre amb diàleg i de forma respectuosa i pacífica.

"**La gelosia és demostracions d'amor**", es tracta d'una idea àmpliament acceptada sobretot entre joves i adolescents. No obstant això, la gelosia no formen part de l'amor i són conseqüència del sentiment de propietat i control per part de la parella. En l'amor hi ha d'haver tanta solidaritat i generositat que les persones que formin una relació amorosa respecten l'autonomia i creixement personal.

"**Busco a la perfecta**", les persones ja naixem completes. La parella és algú amb qui compartim projectes i il·lusions, però tant si la tens com si no, d'això no dependrà la teva felicitat i benestar. El nostre desenvolupament personal part de nosaltres mateixos.

Creu Roja recorda que l'important és aprendre a estimar-nos però sobretot a estimar bé. I fer-ho tots els dies de l'any sense importar les dates marcades en el calendari.

Material audiovisual

Vídeo de Cruz Roja TV "Desmontando los falsos mitos del amor romántico":

<http://www.cruzroja.tv?video=9095>

11/02/16

Per a més informació, contacteu amb l'Àmbit de Comunicació i Imatge de Creu Roja a Girona, als tels. 972 22 22 22 - 610 55 01 89 comunicacio.gi@creuroja.org www.creuroja.org