

# VALORES DE EQUIDAD Y RESPETO

- 1** Si me siento incómodo emocionalmente, controlaré mi propio malestar, no te haré daño y seré respetuoso contigo. Creo que tu bienestar es tan importante como el mío.
- 2** Respeto por igual a las personas de todas las razas/etnias, habilidades, edad, expresión sexual y de género, orientación sexual, etc. Creo que los rasgos culturalmente asociados con lo "femenino" (vulnerabilidad, cuidado) son dignos de respeto. Todas las interacciones con usted se hacen desde esta premisa.
- 3** Creo que siempre debo promover y encarnar la seguridad y el respeto en todas mis relaciones; Acepto que la confianza que me tienes se basa en la expectativa de una conexión segura y sin amenazas.
- 4** Creo que debo actuar con humildad y curiosidad si señalas algo sobre mí que creo que amenaza mi concepto de mí mismo.
- 5** Creo que tu punto de vista sobre mi crecimiento es valioso, incluso y sobre todo cuando me muestra lo poco que he cambiado.
- 6** Creo que debo actuar con humildad y curiosidad, y no con hostilidad ni defensivamente cuando me haces notar lo que se me olvida o no sé.
- 7** Creo que en una relación saludable somos responsables unos de otros dentro de nuestros roles. Esto también es aplicable a las relaciones jerárquicas de poder.
- 8** Creo en la importancia de la honestidad y la integridad. Valoro el tiempo y la energía emocional de los demás, por lo que no perderé tiempo negando, minimizando o mintiendo sobre lo que dije o hice. Creo que es mi responsabilidad compartir por igual en el fomento de la relación.
- 9** Creo que la relación está destinada a beneficiar y fortalecer a cada persona involucrada, enriqueciendo y facilitando nuestras vidas.
- 10** Creo que si nuestra relación termina, es mi responsabilidad mantener mi compromiso con la seguridad y el respeto durante y después de la separación.