



8 acciones para prevenir la violencia familiar



- 1** Establecer **relaciones basadas en valores** como el respeto, comunicación, igualdad, tolerancia, paciencia y amor.
- 2** Platicar y **llegar a acuerdos que beneficien a todos**, especialmente en temas que generan tensión.
- 3** Buscar **momentos adecuados para hablar** de temas importantes; si es necesario, detener la charla y buscar otro momento.
- 4** Escuchar y **tomar en cuenta todas las opiniones** y puntos de vista; respetarlos, aunque no estén de acuerdo.
- 5** **Fomentar el autocontrol y la tolerancia a la frustración**, especialmente con el ejemplo.
- 6** Establecer una **comunicación basada en el respeto** (sin agresiones, burlas, groserías...).
- 7** **Promover la equidad**, reconocer que todas las personas son valiosas, con habilidades y áreas de oportunidad para mejorar.
- 8** **Establecer consecuencias en caso de romper límites** y reglas de respeto hacia los demás.

