

5 Cosa Que Los Hombres Pueden Hacer Para Adoptar Una Postura



La violencia doméstica es un problema serio en nuestra sociedad. Como hombres, es hora de adoptar una postura en contra de la violencia doméstica, de reconocer nuestra responsabilidad de prevenir la violencia contra mujeres y niñas, y de hablar sobre lo que significa una hombría saludable y respetuosa. Todo comienza con la manera en que percibimos a las mujeres.

Estas son algunas de las maneras en que usted puede ser parte de la solución:

- 1 Trate con respeto a TODAS las mujeres**
Ya sea que se trate de su esposa, un familiar o un extraño, todas las personas merecen ser tratadas con respecto, valor e igualdad.
- 2 Piense en sus palabras**
Hombres: tenemos que ser cuidadosos con nuestras palabras y prestar atención a lo que decimos. Usar frases como “tiras como una niña” y “él es un mariquita” refleja una actitud que desvaloriza a las mujeres. La actitud de que las mujeres y las niñas no son iguales puede trasladarse a las relaciones, y es esta clase de creencia crónica la que contribuye y se usa para justificar una cultura de violencia contra las mujeres y las niñas.
- 3 Sea un defensor**
Usted no puede controlar a otras personas ni el trato que le dan a las mujeres y las niñas, pero puede controlar sus propias acciones y la respuesta a quienes lo rodean. La próxima vez que se encuentre en una situación en la que alguien esté siendo minimizado, maltratado o burlado, interceda y adopte una postura. Hágale saber a esa persona que no está de acuerdo con lo que dice y que sus comentarios son ofensivos. Es posible que venga un silencio como señal de aprobación. Es hora de responsabilizar a otros hombres por sus acciones.
- 4 Enseñe a la próxima generación**
Sea un reflejo del trato adecuado que debe darse a las mujeres y niñas para los hombres jóvenes de su vida. Enséñeles a valorar y respetar a todas las personas. Enséñeles de qué se tratan las relaciones saludables. Ayúdelos a desarrollar empatía y permítales expresar sus emociones. Corríjalos si caen en la trampa de humillar a las niñas. Demuéstreles maneras saludables y apropiadas de comunicarse, tratar y tocar a las mujeres. Usted es el hombre en sus vidas y lo están observando. Si refleja comportamientos saludables hacia las mujeres puede ayudarles a seguir sus pasos.
- 5 Ofrezca su ayuda**
Hay muchas maneras de involucrarse para ayudar a prevenir la violencia doméstica. Los centros certificados contra la violencia doméstica de Florida siempre necesitan voluntarios, servicios profesionales, donaciones y suministros. Para obtener más información, por favor visite www.fcadv.org.

Adopte una postura y asuma la responsabilidad de sus pensamientos, palabras y acciones. Los hombres que responsabilizan a otros hombres y niños por su comportamiento son parte de la solución para acabar con la violencia doméstica. Sea valiente y forme parte de la solución. ¿Qué va a hacer hoy para ayudar a prevenir la violencia doméstica y promover las relaciones saludables?



¿Listo para adoptar una postura? Visite www.fcadv.org