



- 1. Reconoce cuándo está enojado, frustrado o simplemente cansado...**
- 2. Aprenda a controlar su propio estrés y enojo...**
- 3. Comenta con otros acerca de sus propias ideas y sentimientos de manera respetuosa...**
- 4. Soluciona sus disputas y problemas diarios por medio diálogo, las palabras y no la violencia...**
- 5. Habla en alto para sí mismo acerca de un problema y de la solución para el mismo...**