



Con Comunicación, hay mas Conexión



Todos hemos tenido diferentes experiencias en nuestras vidas que dan forma a la manera en que interactuamos unos con otros. Muchos de los miembros de nuestra comunidad han compartido que hablar sobre las relaciones puede ser difícil porque pueden sentirse avergonzados, con temor o inseguros de cómo responderán los demás. Pero, también sabemos que la mayoría de los miembros de nuestra comunidad buscan primero a sus amigos y familiares para obtener apoyo o consejo. Al sentirse conectado con su familia, escuelas, y la comunidad puede ayudar a reducir la violencia y mejorar la salud mental. **Con la comunicación, hay más conexión. ¡Comencemos la conversación!**

1. Cree tiempo juntos: Tenga noches de diversion en familia para que se conecten unos con otros platicando, jugando, y pasando tiempo de calidad. Desconéctese de las redes sociales y conéctese entre si.
2. Invierta en el aprendizaje: Conéctese con otros padres y otros jóvenes, para hablar sobre las relaciones. Hay increíbles grupos educativos, talleres y recursos dentro de la comunidad. Acerquese para aprender nuevas perspectivas y habilidades que pueden abrir nuevos diálogos dentro de su familia.
3. Cree un espacio seguro para expresar emociones: La violencia puede impactar la familia por completo. Cree espacios seguros para expresar emociones en familia, escuchar sin juzgar, y juntos desarrollar soluciones positivas y saludables.
4. Liderar con fortalezas: levante el ánimo de sus amigos y familiares recordándoles lo que los hace increíbles, fuertes, y maravillosos. Recuérdeles su valor y construya su propia imagen.



Para obtener más información o recursos, diríjase a
<https://www.communitysolutions.org/prevention-services/>
or <https://www.scyouththrive.org/>

