

ABRIL: APOYO SOCIAL Y COMUNITARIO

– Que deberían saber las familias y cuidadores –

Conceptos básicos

Comunidad: sentimiento de compañerismo con los demás, debido a que se comparten actitudes, intereses y objetivos comunes que brindan ayuda y aliento.

Apoyo social: asistencia emocional y práctica brindada por amigos, familiares y compañeros.

¡Recuerde! Establecer conexiones es parte de la vida. Esas conexiones pueden incluir personas de diferentes grupos, como familiares, amigos, maestros, compañeros de equipo y trabajo. Los niños y adolescentes necesitan sentirse amados y apoyados por sus comunidades, especialmente a medida que las relaciones continúan creciendo y cambiando.

Consejos y estrategias

- **Reflexione sobre las conexiones:** ayude a los jóvenes a reflexionar sobre sus comunidades. Piense en lo que ayuda a desarrollar conexiones, como identidades similares, intereses, proximidad física y frecuencia de interacción. No tenga miedo de terminar relaciones que no sean saludables.
- **Interactúe con los recursos locales:** explore las organizaciones y los servicios comunitarios que son gratuitos para el público. Ofrezcense como voluntario, únase a un club o visite un vecindario que no vea a menudo.
- **Amplíe las redes de apoyo:** esté abierto a conocer gente nueva. Anime a los jóvenes a presentarse a otros estudiantes que quizás no estén en su grado o a maestros de una clase diferente. Hable sobre cómo la diversidad en la comunidad es una fortaleza.

Recursos y enlaces

Practique el uso de [habilidades sociales positivas para niños](#) para construir amistades entre jóvenes de primaria.

[Love is Respect](#) tiene recursos para jóvenes de secundaria sobre límites en las relaciones saludables.

[La Biblioteca Pública de DC](#) tiene eventos y clases semanales disponibles para el público.

