

1

Fundamentos de la comunicación

Herramientas para mantener un diálogo respetuoso, establecer límites y reducir conflictos entre padres, madres y adolescentes.

2

Cultura e identidad

Cómo navegar la vida entre dos culturas — los desafíos y fortalezas de ser tanto latino/a como estadounidense.

3

El idioma en el hogar

Cómo el idioma conecta a las familias con su identidad — y cómo las diferencias en el uso del idioma pueden manejarse con respeto y comprensión.

4

Sexualidad y salud sexual

Cómo crear conversaciones familiares seguras sobre salud sexual, valores y la prevención del embarazo en adolescentes.

# Lo que hemos explorado juntos



**5**

Religión, espiritualidad y valores

Explorar los valores familiares compartidos mientras se respetan las diferencias generacionales e individuales en las creencias.

**6**

Salud mental y bienestar

Reconocer las dificultades emocionales, reducir el estigma y fortalecer el apoyo familiar para la salud mental.

**7**

Expectativas sobre el éxito

Reflexionar sobre las expectativas familiares y personales relacionadas con el éxito, el futuro y las metas de vida.

**8**

Celebración y reflexión

Las familias reflexionaron sobre su proceso, compartieron cómo han cambiado las conversaciones en el hogar y celebraron su compromiso.



9

**Bullying, violencia y drogas**  
Cómo la violencia en la comunidad y el consumo de sustancias afectan a los jóvenes — y cómo una comunicación familiar sólida puede ayudar a protegerlos.

10

**Prevención del embarazo adolescente y relaciones saludables**  
\_Cómo son las relaciones saludables, cómo reconocer relaciones no saludables y el papel de la familia en orientar a los adolescentes..

