

Construyendo Conexiones

Recomendaciones para el Valle de Boulder para ayudar a los Adolescentes a vivir una vida más Feliz y Sana



Hallazgos y Prioridades Estratégicas
del Proceso de Involucrar a la Comunidad sobre
Conductas Riesgosas en los Jóvenes del Valle de Boulder

Gracias al Comité Directivo:

Christina Suárez, Distrito Escolar del Valle de Boulder; Lisa Cech, Distrito Escolar del Valle de Boulder; Leisha Conners Bauer, Conexión de Prevención del Condado de Boulder; Cameron Boswell, Teens Inc.; Kristin Aslan, Proyecto Si; Beverly Alexander, Salud Pública del Condado de Boulder; Alice Swett, Ciudad de Boulder Niños, Jóvenes y Familias; Cindy Smith, Ciudad de Boulder, Niños, Jóvenes y Familias.

Gracias también para UCAR por su generosa donación de un lugar de reunión y de personal de apoyo en los eventos del Encuentro de Jóvenes.

Finalmente, un gran agradecimiento a tantos voluntarios sin los cuales no hubiéramos podido terminar el proceso.

Para mayor información sobre el proceso contacte a:

Cindy Smith
smithc@bouldercolorado.gov
303-441-4045

Para mayor información sobre YRBS visite:

<http://www.co.boulder.co.us/health/HP/data/youth/yrbs.htm>

o contacte a:

Leisha Conners Bauer
lconnersbauer@co.boulder.co.us
303-441-3839

Construyendo Conexiones

**Recomendaciones para el Valle de Boulder para
ayudar a los Adolescentes a vivir una vida más
Feliz y Sana**

**Hallazgos y Prioridades Estratégicas del
Proceso de Involucrar a la Comunidad sobre
Conductas Riesgosas en los Jóvenes del Valle de
Boulder**

Patrocinado por la Ciudad de Boulder,
el Distrito Escolar del Valle de Boulder y el Condado de Boulder

Preparado por Conocer

Junio de 2006

Tabla de Contenido

| | |
|--|-----------|
| Resumen Ejecutivo | 1 |
| Perspectivas de la Comunidad con respecto a la Felicidad, Salud y Seguridad de lo Jóvenes | 4 |
| Juventud | 4 |
| Perspectivas de los Jóvenes | 4 |
| Ideas de los Jóvenes para Construir Conexiones | 6 |
| Padres | 7 |
| Perspectivas de los Padres | 7 |
| Ideas de los Padres para Construir Conexiones | 8 |
| Proveedores | 9 |
| Perspectivas de los Proveedores | 9 |
| Ideas de los Proveedores para Construir Conexiones | 11 |
| Líderes de la Comunidad | 12 |
| Perspectivas de los Líderes de la Comunidad | 12 |
| Ideas de los Líderes de la Comunidad para Construir Conexiones | 13 |
| Prioridades Estratégicas | 15 |
| Cambiar los Valores de la Comunidad | 15 |
| Abordar las Áreas de Prioridad Central | 15 |
| Componentes de la Acción Efectiva | 17 |
| Oportunidades para Acción de la Comunidad: ¡Lo que Usted Puede Hacer! | 18 |

Resumen Ejecutivo

Los Adolescentes en el Valle de Boulder tienen oportunidades y recursos abundantes. El distrito escolar es uno de los mejores en el estado, muchas familias tienen suficientes recursos para proveer un estilo de vida de alto nivel, los alrededores son bonitos y la estructura de servicios sociales es fuerte. Los jóvenes en el Valle de Boulder se deleitan con la adolescencia como una época en la que pueden disfrutar de nuevas oportunidades sin tener que cargar con todas las responsabilidades de un adulto y como una época para aprender y crecer.

Sin embargo, los datos de la Encuesta de Conductas Riesgosas en los Jóvenes del año 2003 y anteriores, nos muestran que los jóvenes en el Valle de Boulder luchan con los “dolores de crecimiento” de la transición de la niñez a la adultez. Muchos están demasiado agobiados manejando las expectativas y responsabilidades. Algunos experimentan depresión, presión del grupo y hostigamiento. Algunos se involucran en conductas riesgosas que son una amenaza para su felicidad, salud y seguridad.

En el año 2006 la Ciudad de Boulder, el Distrito Escolar del Valle de Boulder y el Condado de Boulder lanzaron un proceso para involucrar a la comunidad para entender mejor cómo están sus jóvenes y cómo la comunidad puede apoyarlos a ellos y a sus familias de una manera más efectiva. El proceso incluyó: un encuentro de jóvenes, grupos de discusión con padres y proveedores de servicios de la comunidad, entrevistas con líderes de la comunidad y un encuentro de la comunidad.

El proceso obtuvo información de la Encuesta de Conductas Riesgosas en los Jóvenes del año 2003. Esta encuesta, realizada cada 2 años, reúne información de más de 1000 estudiantes de escuela superior seleccionados al azar en todo el distrito escolar. La encuesta reveló información de importancia sobre la felicidad, salud y seguridad de los jóvenes. Para ver una copia completa del reporte con los datos del 2003 y los primeros resultados de los datos del

2005, por favor visite <http://www.co.boulder.co.us/health/HP/data/youth/yrbs.htm>. Para mayor información sobre este reporte o el proceso de la comunidad por favor llame al 303-441-4045.

Felicidad, Salud y Seguridad de los Jóvenes

A través del proceso de involucrar a la comunidad, surgieron estos tres asuntos de mayor preocupación:

- ▶ Salud Mental de la Juventud y Suicidio
- ▶ Uso y Abuso de Sustancias por los Jóvenes
- ▶ Hostigamiento y Seguridad de los Jóvenes

Salud Mental de la Juventud y Suicidio

Datos — En la Encuesta de Conductas Riesgosas en los Jóvenes del año 2003, 23% de los estudiantes se sentía triste y sin esperanzas casi todos los días, por 2 semanas o más durante el año anterior a la encuesta. 18% había considerado seriamente el suicidio. Los jóvenes gay, lesbianas, bisexuales y que no están seguros (por ejemplo, que están cuestionando su orientación sexual) (GLBNS), reportaron depresión e intentos de suicidio en casi el doble que sus compañeros heterosexuales, con 50% de jóvenes GLBNS reportando sentimientos de tristeza y desesperanza y 44% efectivamente intentando suicidarse.

Aportes de los Jóvenes y de la Comunidad

— Los jóvenes que participaron en el encuentro de jóvenes indicaron el estrés y la depresión como las principales preocupaciones y los asuntos que necesitan mayor atención por la comunidad. Muchos jóvenes sienten que la salud mental y

el suicidio son temas “tabú” y los adultos no se dan cuenta de la seriedad de estos asuntos.

Los padres, de una manera similar, los clasifican como asuntos de gran preocupación pero a la vez hablan del tema de la autoestima de los jóvenes. Tanto los jóvenes como los padres dicen que la salud mental y el suicidio son temas que no están bien comprendidos y es muy difícil hablar de ellos. Los proveedores y los líderes de la comunidad se encuentran particularmente preocupados por la disponibilidad de servicios para jóvenes con enfermedades mentales serias que pueden ser diagnosticadas.

Uso y Abuso de Sustancias

Datos — 44% de los jóvenes bebió al menos 1 bebida alcohólica en 1 o más de los 30 días anteriores a la encuesta. Cerca de un tercio, 30%, de los estudiantes tomó 5 o más bebidas alcohólicas en fila, en unas pocas horas, en los 30 días anteriores a la encuesta. 23% reportó estar en un auto con un conductor que había estado bebiendo, 1 vez o más en los 30 días anteriores a la encuesta. 42% de los estudiantes ha usado marihuana y 25% de los estudiantes actualmente usa marihuana, fumándola 1 o más veces en los 30 días anteriores a la encuesta.

Aportes de los Jóvenes y de la

Comunidad — Los jóvenes que participaron en el encuentro dicen que el uso del alcohol es una parte intrínseca de la cultura de la educación superior en el Valle de Boulder. Algunos jóvenes dicen que el uso de la marihuana es también parte de la cultura y es considerada más segura que el beber. El uso de sustancias es una gran preocupación para los padres, quienes tratan sinceramente de encontrar la manera de abordar éste asunto con sus hijos. Todos los participantes en el proceso reconocen que los mensajes alrededor del uso de sustancias son confusos y algunas veces contradictorios. El sentimiento general de la comunidad es que es la misma comunidad quien debe tomar un enfoque con respecto al uso de sustancias de reducción del daño y reducción del uso.

Todos los sectores de la comunidad coinciden en que beber en exceso y beber y conducir son asuntos serios y significan un gran peligro para los jóvenes y para la comunidad en general. Los proveedores y líderes de la comunidad están de acuerdo en que debe hacerse un mayor enfoque en la identificación temprana de los jóvenes que están en riesgo de desarrollar adicciones y ayudar a esos jóvenes a obtener apoyo antes que se encuentren en problemas.

Hostigamiento y Seguridad

Datos — Cerca de 5% de los estudiantes de educación superior se sintieron inseguros de ir a la escuela en uno o más de los 30 días anteriores a la encuesta. De los jóvenes que se identificaron como Hispanos/Latinos, 17.3% fueron hostigados por su raza u origen étnico durante el año anterior a la encuesta, comparado con 4.2% de los que se identificaron como Blancos. 28.5% de las jóvenes recibieron comentarios sexuales no solicitados durante el año anterior a la encuesta.

Aportes de los Jóvenes y de la

Comunidad — Los jóvenes que participaron en el encuentro describieron el hostigamiento en el nivel de la educación superior como dominante, hiriente y más sutil que el abuso de otros niños (“bullying”). Dicen que hay un sentimiento generalizado de que “siempre alguien va por ti” y que la falta de relaciones y oportunidades de llegar a conocer a los jóvenes de diferentes grupos sociales y étnicos es la causa esencial del hostigamiento. Los padres se preocupan por el impacto de éste hostigamiento en la autoestima y la confianza en sí mismos de los jóvenes. Los proveedores y los líderes de la comunidad se encuentran muy preocupados por la cantidad de hostigamiento y pueden ver el impacto que éste tiene en los jóvenes.

Prioridades Estratégicas

Los jóvenes, los padres, los proveedores y los líderes de la comunidad consideran que las conductas riesgosas en los jóvenes de la comunidad están interconectadas y relacionadas con sentimientos de aislamiento y desprendimiento entre algunos jóvenes y familias en el Valle de Boulder. Conexiones más fuertes entre jóvenes y sus familias y entre las familias de la comunidad son críticas para mejorar la felicidad, la salud y la seguridad de los jóvenes. El proceso de involucrar a la comunidad identificó tres tipos de prioridades estratégicas para fortalecer éstas conexiones en la comunidad.

Valores de la Comunidad

El primer conjunto de prioridades estratégicas identificado a través del proceso de involucrar a la comunidad, es la necesidad de cambiar los valores de la comunidad del Valle de Boulder para demostrar que:

- ▶ Los jóvenes son valorados como una fuerza positiva y contribuyente en nuestra comunidad.
- ▶ La inversión de recursos está en línea con cuánto decimos apreciar a los jóvenes.
- ▶ Las estructuras y actitudes de la comunidad apoyan las relaciones saludables con y entre los jóvenes.

Abordar las Áreas de Prioridad Central

El segundo conjunto de prioridades estratégicas es de acciones que puedan ser tomadas inmediatamente para mejorar la felicidad, la salud y la seguridad de los jóvenes en el Valle de Boulder. Las cinco estrategias identificadas son:

- ▶ Asegurarse que todos los jóvenes tengan acceso a programas y actividades significativas.
- ▶ Crear redes de apoyo y foros de discusión para los padres.
- ▶ Construir comunicación y aprecio sobre la depresión y el suicidio de jóvenes.

- ▶ Reducir el impacto de abuso de sustancias en los jóvenes y en la comunidad.
- ▶ Fortalecer el apoyo a las familias durante los años en la escuela media.

Componentes de la Acción Efectiva

El tercer conjunto de prioridades estratégicas identificó componentes claves que todas las ideas, estrategias y programas para apoyar a los jóvenes deben incorporar. Los programas efectivos deben:

- ▶ Incluir a los jóvenes en el diseño, implementación/dirección y evaluación.
- ▶ Crear relaciones significativas entre los compañeros y entre jóvenes y adultos.
- ▶ Ayudar a los jóvenes a conectarse con algo fuera de ellos mismos.
- ▶ Involucrar a jóvenes de diversos grupos sociales y culturales.
- ▶ Fortalecer la relación entre los jóvenes y sus familias.
- ▶ Estar claros en la realidad de las experiencias de vida de los jóvenes.

Perspectivas de la Comunidad

Jóvenes

Perspectivas de los Jóvenes con Respecto a su Felicidad, Salud y Seguridad

Un encuentro de jóvenes se llevó a cabo como parte del proceso de involucrar a la comunidad para entender mejor las perspectivas de los jóvenes sobre sus decisiones en cuanto a salud y conductas riesgosas. Los hallazgos del encuentro de jóvenes también fueron usados para ayudar a darle forma al resto del proceso de involucrar a la comunidad.

Las conversaciones del encuentro de los jóvenes se enfocaron en cuatro preguntas centrales:

- ▶ ¿Cómo es ser un joven en el Valle de Boulder?
- ▶ ¿Qué está pasando con la salud de los jóvenes y las conductas riesgosas?
- ▶ ¿Qué asuntos de salud requieren mayor atención?
- ▶ ¿Cómo puede la comunidad apoyar a los jóvenes?

El encuentro de jóvenes incluyó aproximadamente a 115 estudiantes de educación superior representando cada una de las escuelas públicas de educación superior del Distrito Escolar del Valle de Boulder. Los estudiantes fueron seleccionados al azar, con autorización de los padres, para asegurar que aquellos que participaran en el encuentro reflejaran la estructura demográfica de la población estudiantil dentro del Distrito Escolar del Valle de Boulder. Las conversaciones en el encuentro de jóvenes se mantuvieron en grupos pequeños con facilitadores entrenados.

Ideas Principales del Encuentro de Jóvenes

Los jóvenes en el Valle de Boulder se sienten bajo un increíble estrés y presión en sus vidas diarias. Muchos jóvenes se sienten abrumados por el estrés y la presión y reportan que solo “tratan de mantener sus cabezas sobre el agua.” Dicen que es muy difícil manejar las expectativas sobre rendimiento académico y que los adultos simplemente no entienden el grado de presión que ellos sienten y la dificultad académica de la educación superior. La mayoría de los jóvenes reportan sentirse ajustados de tiempo – no tienen suficiente tiempo para hacer sus labores de la escuela, hacer deportes o ejercitarse, tener un trabajo y tener algún “tiempo libre.” Algunos sienten presión financiera de tener suficiente dinero para comprar cosas que otros tienen. Otros sienten tristeza y desesperanza y hasta contemplan el suicidio porque no pueden manejar todo lo que sucede en sus vidas.



Muchos jóvenes en el Valle de Boulder sienten que viven en un mundo “inseguro.” Muchos reportan situaciones de hostigamiento en sus vidas.

Dicen que el hostigamiento es algunas veces patente, pero también es sutil y matizado. Muchos jóvenes se sienten hostigados en la escuela por el grupo social al que pertenecen o por su nivel de grado. Algunas jóvenes reportan recibir atención y contacto sexual no solicitados. Los jóvenes de color dicen sentirse hostigados por su raza o grupo étnico al que pertenecen y oyen bromas racistas hechas por sus compañeros. Muchos jóvenes gay, lesbianas, bisexuales y que no están seguros reportan hostigamiento verbal y amenazas físicas. Los jóvenes dicen que a veces

sienten hostigamiento sutil de los profesores y administradores que hacen comentarios sobre jóvenes o grupos sociales en particular, o responden con halagos y castigos diferentes a distintos grupos de jóvenes. Muchos jóvenes reconocen que usan alcohol y drogas para escapar al dolor que les causa el hostigamiento.



Los jóvenes expresan un cierto nivel de optimismo y placer en sus vidas. Los jóvenes dicen que disfrutan las nuevas libertades y oportunidades que vienen con estar en la escuela superior. Sin embargo, también disfrutan con la idea de que no tienen que manejar todas las responsabilidades que los adultos tienen. Ellos reconocen que parte de los retos que ellos tienen en este momento son sólo parte de crecer y de encontrar su identidad y que “entenderse a si mismo” es uno de los logros más grandes e importantes de ser un joven. Los jóvenes también ven a los años en la escuela superior, como un tiempo en el que ellos pueden cometer errores y aprender de ellos. Como dijo un joven, “puedes equivocarte en grande, pero está bien siempre y cuando aprendas de ello.”



Algunos jóvenes creen que ellos pueden hacer una diferencia, sin embargo vencer los estereotipos sobre la juventud es un gran reto. Muchos jóvenes creen que ellos tienen el poder de cambiar el futuro. Ellos tienen la habilidad única de soñar y tener metas en grande. Creen que las mentes rebeldes permiten explorar ideas más grandes. Los jóvenes también reportan sentimientos como que los adultos no se los toman en serio y que tienen que trabajar muy duro para ganarse su confianza. Otros jóvenes están más resignados y son más pesimistas sobre su capacidad de cambiar el mundo en el que viven.



Las relaciones significativas con la familia, los amigos y los allegados íntimos son muy importantes para la juventud. Estas relaciones también

traen mucha angustia y tensión a las vidas de los jóvenes. Los jóvenes reportan que a medida que crecen, las relaciones que tienen con otros se hacen más complejas y gratificantes. Muchos jóvenes reportan que aprecian las relaciones con su familia y disfrutan tener “buenos amigos.” También indican que el tener relaciones íntimas es un aspecto importante de una vida satisfactoria. Sin embargo, el manejar las diferentes expectativas de la familia y los amigos, negociar los complejos escenarios sociales en la escuela y la presión del grupo de integrarse, causa mucha tensión en ellos. Algunos usan alcohol y drogas para hacer más fácil la interacción social o comparan el ser sexualmente activo con la madurez.



Los jóvenes reciben un impacto de los valores de la sociedad y de los estereotipos y mensajes en los medios de comunicación. Los jóvenes sienten el impacto del racismo, sexismo y clasismo. Ellos reportan sentir la presión de los estereotipos y los mensajes de los medios de comunicación tales como: “las personas que beben son felices”, “las mujeres deben ser delgadas” y “las personas de color es más probable que sean violentas”. Ellos dicen que el sexo y el alcohol son glorificados en los medios de comunicación y que los asuntos de tristeza y depresión son raramente abordados.



Muchos jóvenes piensan en la felicidad por encima de la salud y la seguridad. Para muchos jóvenes ser felices es más importante que estar sanos y seguros, aunque algunos creen que estar sano es importante en el camino a la felicidad. Los jóvenes hacen la conexión entre estrés, beber, fumar, no dormir, malos hábitos alimenticios y relaciones no saludables y su salud. Sin embargo, el camino para ser feliz, para divertirse e integrarse es tan importante que algunas veces los jóvenes toman decisiones no saludables e inseguras.

Los jóvenes identifican la Tristeza y la Desesperanza/Suicidio, Uso de Alcohol/Beber y Conducir y Hostigamiento/Seguridad en la Escuela/Violencia como los tres asuntos principales que requieren atención para ayudarlos a tener vidas más felices, saludables y seguras.

Los jóvenes dicen que muchas de las conductas riesgosas identificadas en la encuesta están inter-relacionadas. Los sentimientos de tristeza y desesperanza, navegar el complejo escenario social en la escuela superior y sobrellevar los efectos del hostigamiento, llevan a los jóvenes a usar alcohol y drogas y a entablar relaciones sexuales no sanas. El apoyo de la comunidad y nuevos recursos para ayudar a los jóvenes y a sus familias a abordar estos temas en sus vidas, cambiar el ambiente en las escuelas superiores y proveer oportunidades recreativas libres de sustancias, harán una gran diferencia en el camino para ayudar a los jóvenes a tener unas vidas más felices, sanas y seguras.

Ideas de los Jóvenes para Construir Conexiones

Los jóvenes que participaron en el encuentro ofrecieron cinco ideas generales sobre como la comunidad puede ofrecer apoyo a los jóvenes. Ellos acentuaron que todos los enfoques deben incluir liderazgo juvenil en su diseño e implementación.

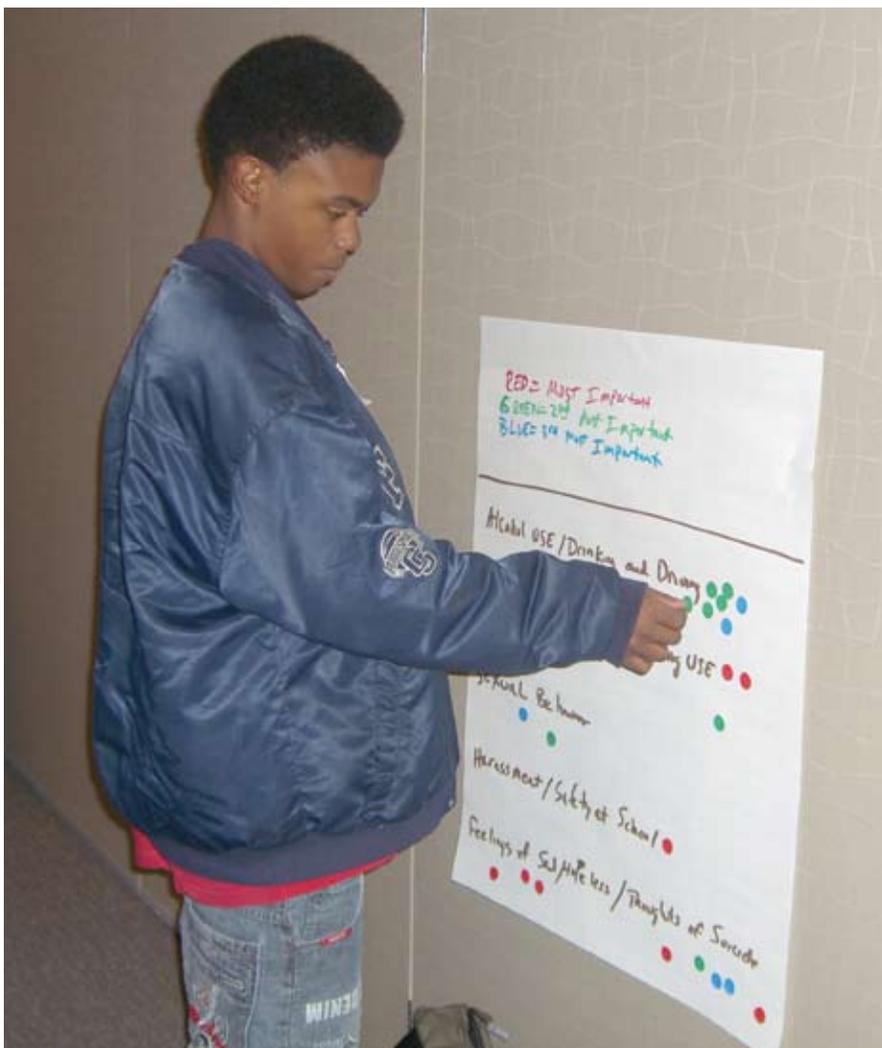
Abordar el aislamiento y el estrés como los temas centrales bajo las conductas riesgosas, no sólo las conductas en si mismas. Los jóvenes creen que los padres y la comunidad en general deben reconocer

el aislamiento y el estrés como problemas importantes para los jóvenes en el Valle de Boulder. Los jóvenes consideran que la cantidad de tristeza, suicidio, uso de alcohol y drogas y actividad sexual no saludable, se reduciría si los jóvenes en la comunidad se sintieran más conectados a cada uno y a los adultos en sus vidas.



Crear oportunidades para que los jóvenes hablen abiertamente sobre sus experiencias y sentimientos.

Los jóvenes desean conversaciones con adultos que no los juzguen y que no se “horroricen” o les den un sermón. Muchos jóvenes no pueden tener este tipo de conversación con sus padres, maestros, administradores y otros adultos. Algunos creen que podrían tener este tipo de conversación con



adultos jóvenes, tales como jóvenes en edad universitaria, hermanos u otros adultos que sean “cool.”



Crear entendimiento en la comunidad sobre tristeza/desesperanza y suicidio en los jóvenes.

Los jóvenes reportaron sentirse muy preocupados y poco preparados para manejar la tristeza y el suicidio. Los jóvenes dicen que la comunidad debe abrir la conversación sobre este tema “tabú.” La comunidad en su totalidad – jóvenes, familias y escuelas – necesitan información básica y las herramientas para comenzar las conversaciones. Los jóvenes dicen que, “la depresión da miedo porque no es tan obvia y no sabemos como resolverla,” y sugieren, “hasta carteles en las paredes pudieran ayudar.”



Los jóvenes desean más actividades sociales libres de sustancias en la comunidad.

Los jóvenes desean tener más oportunidades recreativas libres de sustancias. Están interesados en actividades de más diversión, económicas, en horas de la noche, actividades similares a aquellas que hay después del baile de la escuela.



Desarrollar un ambiente más honorable e incluyente en las escuelas y en toda la comunidad.

Los jóvenes quieren ser parte de un ambiente más honorable e incluyente. Los jóvenes creen que un chance para desarrollar relaciones reales entre jóvenes de distintos grupos sociales, grados, razas e identidades sexuales ayudará a los grupos a ser más tolerantes entre ellos. Los jóvenes desean un enfoque más consistente hacia el hostigamiento por los administradores y maestros y desean estar en un ambiente escolar donde los estudiantes o los grupos de estudiantes no sean hostigados por maestros y administradores ni haya trato preferencial.

Padres

Perspectivas de los Padres con Respeto a la Felicidad, Salud y Seguridad de los Jóvenes

Se sostuvieron cuatro grupos de discusión con padres de adolescentes en el Valle de Boulder como parte del proceso de involucrar a la comunidad. Adicionalmente, muchos de los proveedores y líderes de la comunidad que participaron en el proceso, compartieron sus perspectivas en estos temas como padres y como profesionales. Los puntos más destacados de las perspectivas de los padres incluyó:

Los padres se preocupan en primer lugar por la autoestima de sus hijos.

Los padres ven el aislamiento, el uso de sustancias, la presión del grupo y el hostigamiento como grandes amenazas a la autoestima de sus hijos. Ellos reconocen que los jóvenes de hoy tienen que enfrentar una variedad de presiones y ven el impacto de esas presiones en sus hijos. Muchos padres, sin embargo, no sienten que tienen suficiente información sobre salud mental de los jóvenes y cómo reconocer los signos de verdaderos problemas. Algunos dicen que se sienten “desconectados e ingenuos” cuando se trata de comunicarse con sus hijos sobre su salud mental.



Ser padre de un adolescente requiere un conjunto diferente de habilidades.

Muchos padres dicen sentirse bien informados sobre las etapas del desarrollo desde la infancia y se sentían cómodos con sus habilidades como padres cuando sus niños eran más pequeños. Ser padre de un adolescente requiere un conjunto diferente de habilidades, el cual muchos padres no siente entender o dominar. Adicionalmente, los padres se sienten menos claros sobre las etapas de desarrollo de la adolescencia y “qué es normal para un adolescente.”

Los padres luchan sinceramente con la forma de abordar el uso de sustancias.

Muchos padres no están seguros sobre la mejor manera de establecer expectativas y límites para sus hijos con respecto al uso de sustancias. Muchos reconocen que el alcohol es parte de la cultura de la escuela superior y sienten el conflicto entre esperar que sus hijos se abstengan y guiarlos a aprender a tomar responsablemente. Los padres creen firmemente que ellos nunca deben proveer alcohol a otros jóvenes y que los individuos y los establecimientos que permiten acceso a los jóvenes al alcohol deben enfrentar consecuencias legales. Los padres también se preocupan sobre el beber y conducir y el uso de drogas por el posible daño a sus propios hijos y a la comunidad. También están preocupados por el impacto a largo plazo de un accidente y las consecuencias legales de ser capturado usando alcohol o drogas.

◆

El hostigamiento es un tema real para los jóvenes en la comunidad.

Muchos padres creen que el hostigamiento está en su peor momento en la escuela media y que la naturaleza

más sutil del hostigamiento en el nivel de la educación superior es despiadado y tiene un gran impacto en la autoestima y felicidad de los jóvenes.

◆

La autoestima y sentido de la eficacia de los padres está conectada al éxito y dificultades de sus hijos.

Los padres que participaron en los grupos de discusión dijeron que puede ser difícil separar los éxitos o retos que sus hijos experimentan de su propia autoestima. Ellos dicen que cuando su hijo tiene dificultades, los padres se ponen en la situación de evaluarse ellos mismos como padres en lugar de enfocarse en cuál es la mejor manera de apoyar a su hijo.

Ideas de los Padres para Construir Conexiones

Los padres ofrecieron siete ideas para mejorar el apoyo para los jóvenes y sus familias y crear conexiones más amplias en la comunidad:



Enfocarse en desarrollar la autoestima de los jóvenes. Deben hacerse esfuerzos para apoyar la autoestima de los jóvenes, tratando de mantenerlos conectados con actividades significativas, ayudándolos a manejar la presión del grupo y reduciendo el hostigamiento.



Crear redes de oportunidades para que los padres hablen sobre los retos de ser padres. Los padres se sienten aislados. Están hambrientos de oportunidades para hablar con otros padres en un ambiente en el que no sean juzgados, sobre cómo manejar los innumerables retos de ser padre de un pre-adolescente y de un adolescente.



Proveer educación y recursos a los padres sobre temas de interés, especialmente la depresión en los jóvenes. Los padres piensan que no tienen suficiente educación y recursos sobre muchos de los temas importantes que deben manejar como padres de un adolescente. Muchos padres quieren obtener más información sobre temas claves como depresión y uso de sustancias.



Apoyar a los padres con una variedad de herramientas para hablar con los jóvenes sobre uso de sustancias. Los padres reconocen que hay muchas maneras de hablar con sus hijos sobre uso de sustancias. Ellos quisieran tener una variedad de herramientas e ideas para poder utilizar el mejor enfoque para su familia.



Hacer cumplir las consecuencias legales por proveer alcohol a menores. Muchos padres apoyan el enfoque de la mayoría de la comunidad de tomar medidas serias sobre los establecimientos y otros padres que provean alcohol a menores. Algunos sugieren que es

necesario tener una comunicación más fuerte de parte de las escuelas sobre las consecuencias legales de proveer sustancias a los jóvenes.



Crear oportunidades para que los padres se conecten con sus hijos.

Los padres quieren más oportunidades para conectarse con sus hijos y con otras familias en sus escuelas y vecindarios. Actividades de grupo, tales como club de películas, club de lectura, etc., son bienvenidas.



Comenzar a apoyar a los jóvenes y las familias cuando los niños están en la pre-adolescencia.

Los padres reconocen que los años de la escuela media son una gran transición para los jóvenes y los padres y que el apoyo para las familias con niños en la escuela media es crítico.

Proveedores

Perspectivas de los Proveedores con Respecto a la Felicidad, Salud y Seguridad de los Jóvenes

El proceso de involucrar a la comunidad incluyó dos grupos de discusión con proveedores de servicios que trabajan directamente con jóvenes, tales como, líderes de programa, agentes de intervención y consejeros. Estas conversaciones revelaron tres temas importantes:

Los datos de la Encuesta de Conductas Riesgosas en los Jóvenes son consistentes con sus experiencias y pueden ser bajos para algunas conductas riesgosas.

Muchos proveedores pensaron que los datos reportados a través de la Encuesta de Conductas Riesgosas en los Jóvenes fue consistente con las conductas y



experiencias de los jóvenes con los que ellos trabajan. Algunos pensaron que los datos con respecto al uso de marihuana particularmente, parecían bajos. Los participantes citaron una permisividad inusual en el Valle de Boulder como la razón para su alto uso, diciendo “la hierba no es considerada una droga en partes de esta comunidad.” Otras sustancias que están siendo abusadas incluyen: prescripciones para el dolor, medicamentos para el desorden del déficit de atención, cocaína y metanfetaminas, especialmente en el este del Condado.



Los datos de salud mental de las encuestas también parecían reflejar las experiencias de los jóvenes con los que los proveedores trabajan. Los proveedores están profundamente preocupados sobre este tema y dicen estar viendo a muchos jóvenes que “están renunciando – no tienen esperanzas.”



Muchos factores están detrás de las conductas riesgosas. Como profesionales entrenados en salud mental, asistencia médica, educación y otras profesiones dedicadas a

trabajar con jóvenes, los proveedores identificaron cinco aspectos diferentes que están por detrás de las conductas riesgosas de los jóvenes:

- ▶ **Interna** - La presión enorme que sienten los jóvenes sumada a la inadecuada habilidad para manejarla, una inhabilidad para planear a largo plazo (6 meses), y la transición de la niñez a la adultez en un momento en el que los jóvenes no están seguros que les guste el mundo que ven como adultos.
- ▶ **Ambiente en el Hogar** - Hogares inestables, padres muy permisivos, padres que usan toda su energía simplemente para pagar las cuentas y ayudar a sus familias a vivir.
- ▶ **Ambiente en la Escuela** - Tamaño de la escuela, especialmente durante la transición crítica de la escuela primaria a la escuela media, el hostigamiento y amenazas de violencia.
- ▶ **Comunidad Local** - Sistemas de comunidad y de gobierno que no funcionan para las familias y operan de una manera punitiva en lugar de brindar apoyo.

► **Sociedad en General** - Opresión social de la juventud, jóvenes de color y jóvenes de orientaciones sexuales variadas. Presiones sociales para participar en conductas riesgosas, tales como, alcohol y sexo.



Hay factores claves para servir a los jóvenes efectivamente. Se requiere de personalidades especiales y atención especial para servir a los jóvenes de una manera efectiva. Durante las conversaciones con los proveedores de servicios a jóvenes, ellos compartieron que para servir a la juventud de una manera efectiva los programas deben:

- Estar basados en el respeto, la inclusión y valorar todos los aspectos de los jóvenes y sus experiencias
- Incluir el establecimiento de relaciones entre jóvenes, formalmente como mentores o de una manera informal
- Tener jóvenes en posiciones de poder con responsabilidades reales y acceso a la estructura de poder de la comunidad
- Estar abierto a conversaciones de todo tipo, hasta los temas más exigentes, tales como depresión, sexo, racismo, elitismo y homofobia

Ideas de los Proveedores para Construir Conexiones

Los proveedores de servicios a la comunidad se enfocaron en cinco ideas para un apoyo mayor de la comunidad a los jóvenes y a sus familias.

Cambiar el pensamiento de la comunidad para que esperen que los jóvenes sean una fuerza positiva. La comunidad debe esperar que los jóvenes contribuyan y traigan su energía y aportes para ayudar a apoyarla. A menudo los jóvenes son vistos de manera negativa y como una parte vacía de la comunidad.

Enfocar esfuerzos para estabilizar a las familias primero. Los jóvenes se beneficiarán más de los servicios y del apoyo si tienen una situación familiar estable. Para tener el mayor impacto, las inversiones en la comunidad deben apoyar a la estabilización de la familia, así como al desarrollo de los jóvenes.



Hacer los servicios más accesibles y amigables para las familias. Los proveedores sienten que debe haber un cambio en los servicios sociales municipales y del condado de punitivos y anti-familiares a ser más colaborativos y de apoyo a las familias. Algunas formas de hacer esto incluyen, reducir las restricciones sobre quién puede ser atendido por los programas, menos individualización de servicios y un esfuerzo real para hacer los servicios lingüística y culturalmente apropiados.



Reconocer el impacto del tamaño de la escuela y la disponibilidad de adultos que sirvan de apoyo a los jóvenes. Muchos proveedores creen que las escuelas superiores grandes constituyen un reto para ayudar a los jóvenes a desarrollar relaciones íntimas con grupos de compañeros y con adultos. La comunidad debe reconocer éste asunto y hacer lo que pueda para fomentar relaciones más fuertes entre jóvenes y adultos.



Enfocarse en apoyar a los jóvenes y a las familias más temprano, especialmente a través de los años en la escuela media. Los proveedores con experiencia de servicios para jóvenes, creen que la transición de la escuela primaria a la escuela media es un momento crítico para el desarrollo de los jóvenes y es cuando muchos de ellos comienzan a tener dificultades y a perder la confianza en sí mismos. La comunidad debe invertir en apoyar a los jóvenes y las familias durante ésta dura transición.

Líderes de la Comunidad

Perspectivas de los Líderes de la Comunidad con Respecto a la Felicidad, Salud y Seguridad de los Jóvenes

El proceso de involucrar a la comunidad incluyó entrevistas individuales con 17 líderes de la comunidad con representación de oficiales electos de municipalidades a través de la comunidad, líderes de programas municipales y servicios de programas sin fines de lucro, el sistema legal y judicial, la comunidad de fe y de negocios y el distrito escolar. A continuación los puntos importantes de esas conversaciones:

El uso y abuso de sustancias es una principal preocupación para los líderes de la comunidad.

Los líderes de la comunidad están muy preocupados por el impacto del uso y abuso de sustancias en los jóvenes y la comunidad en general. Los líderes se preocupan de que los jóvenes que usan y abusan sustancias se ponen a sí mismos en riesgo de tomar decisiones poco seguras y no saludables que pueden tener un efecto de por vida. Los líderes de la comunidad están particularmente preocupados sobre el beber y conducir por el daño potencial para los jóvenes y otros miembros de la comunidad.



Los jóvenes de hoy viven en un mundo más complicado y difícil y necesitan apoyo de la comunidad. Los líderes de la comunidad reconocen que los jóvenes de hoy

viven una gran variedad de retos más temprano en la vida que las generaciones pasadas. Los medios de comunicación masiva, más tiempo sin supervisión y el ritmo acelerado de vida, lleva a los jóvenes a experimentar más cosas y tomar decisiones más complejas que las que tenían los jóvenes en el pasado. Los líderes de la comunidad creen que la comunidad puede jugar un rol importante en apoyar a la juventud a vencer esas dificultades y en realidad debe jugar un rol con los jóvenes cuyas familias son inestables o tienen recursos limitados.



Los líderes de la comunidad no creen que hay una inversión adecuada en la juventud. Muchos líderes de la comunidad citan el número inadecuado de agentes de intervención y consejeros en las escuelas superiores como evidencia de inversiones inadecuadas para apoyar a los jóvenes. Otros ejemplos incluyen los precios prohibitivos para participar en algunos programas en la comunidad y recientes cortes en los programas de empleo de jóvenes y oportunidades de aprendizaje de los servicios disponibles para los jóvenes.

Los jóvenes que están conectados a algo tienen un mayor chance de prosperar que los jóvenes que están aislados. Una gran mayoría de líderes de la comunidad dicen que los jóvenes que participan en actividades significativas, tales como, deportes, drama, servicios de aprendizaje, grupos juveniles, actividades voluntarias, etc., es menos probable que adopten conductas riesgosas ya que ellos tienen una responsabilidad con algo más grande que ellos mismos, y una conexión con un grupo de compañeros y con adultos que se preocupan por ellos. Buscar la manera de conectar a todos los jóvenes con algún área de su interés o un programa, es crítico para ayudarlos a triunfar.

Las familias son el sistema de apoyo más crítico para los jóvenes. Los líderes de la comunidad creen que la primera línea de apoyo para una persona joven debe ser su familia y que los aportes de la comunidad deben ser para apoyar a las familias y para servir de puentes entre las familias y los jóvenes. Algunos líderes reconocen que no todos los jóvenes sienten que pueden recibir apoyo de sus familias y pueden necesitar mentores u otras formas de ayuda, pero siempre se deben hacer los esfuerzos para fortalecer la unidad familiar cuando sea posible.

Ideas de los Líderes de la Comunidad para Construir Conexiones

Los líderes de la comunidad identificaron cinco ideas de formas para construir conexiones en la comunidad para apoyar a los jóvenes y a sus familias.

Alinear acciones e inversiones con cuánto decimos que valoramos a la juventud. Muchos líderes de la comunidad identificaron una falta de alineación entre la retórica de la comunidad sobre cuánto la comunidad valora a los jóvenes y la realidad de las inversiones hechas por la comunidad

para apoyar a la juventud. Los líderes de la comunidad están de acuerdo en que se pueden y deben hacer más inversiones para apoyar a los jóvenes y a sus familias.

Equipar a los padres y a los jóvenes con recursos y habilidades de comunicación para asuntos claves. Los líderes de la comunidad creen que muchos padres y otros miembros de la comunidad no están al tanto de las experiencias de los jóvenes en nuestra comunidad y que deben hacerse esfuerzos para crear conciencia aún cuando sea difícil para algunos aceptar que los jóvenes en nuestra comunidad tienen dificultades. Luego de crear conciencia, la comunidad puede trabajar para equipar a los padres y a los jóvenes con recursos y habilidades de comunicación para hablar sobre asuntos claves de salud.

Apoyar programas y lugares donde los jóvenes se puedan expresar con seguridad, ser parte de algo significativo y construir relaciones con compañeros y adultos que se preocupan por ellos. Una conexión a algo puede ser el factor crítico en ayudar a los jóvenes a triunfar y evitar algunas de las dificultades de la adolescencia. La comunidad debe enfocarse en asegurarse que todos los jóvenes tengan el chance de encontrar la conexión con un programa, un lugar, un equipo o algo positivo. Como un líder de la comunidad dijo acertadamente, los jóvenes necesitan “espacio, proyectos y mentores.”

Desarrollar una estrategia coordinada para la identificación temprana y planes de prevención para los jóvenes que se estime que están en alto riesgo de desarrollar abuso de sustancias o enfrentando dificultades de salud mental. Los líderes de la comunidad creen que los jóvenes están bien servidos por la red de recursos municipales, del condado y de la

comunidad. Sin embargo, hay una necesidad de servicios de identificación y prevención más temprana para jóvenes que están en un alto riesgo de adicción o presenten dificultades de salud mental.



Apoyar a los jóvenes y a las familias más temprano. Los líderes de la comunidad están de acuerdo con los sentimientos de otros sectores en la comunidad en que el apoyo para los jóvenes y las familias debe empezar cuando los jóvenes son pre-adolescentes. Los líderes de la comunidad reconocen que muchos servicios se apagan lentamente para los jóvenes y las familias en éste momento cuando los sentimientos de aislamiento y desconexión comienzan.

Prioridades Estratégicas

Cuando preguntamos, “¿Cómo puede la comunidad apoyar a los jóvenes y a las familias?”, tres prioridades estratégicas para un mayor apoyo surgieron. Los jóvenes, los padres, los proveedores y los líderes de la comunidad creen que las conductas riesgosas de los jóvenes en la comunidad están interconectadas y están relacionadas con sentimientos de fondo de aislamiento e indiferencia entre algunos jóvenes y familias en el Valle de Boulder. Las tres estrategias están unidas por la meta de construir conexiones más fuertes entre jóvenes, entre jóvenes y sus familias y entre familias dentro de la comunidad.

Cambiar los Valores de la Comunidad

El primer tipo de prioridad estratégica identificada a través del proceso de involucrar a la comunidad es la necesidad de cambiar los valores de la comunidad del Valle de Boulder para que realmente demuestren que en el Valle de Boulder:

- ▶ **Valoramos a los jóvenes como una fuerza positiva y que contribuye a nuestra comunidad. Algunos ejemplos incluyen:** Los jóvenes están expresamente incluidos en las evaluaciones y procesos de planificación de la comunidad. Se hacen esfuerzos específicos para incorporar las opiniones de los jóvenes en el diseño de los programas juveniles. Se les brinda a los jóvenes oportunidades estructuradas para prestar sus habilidades e ideas en beneficio de la comunidad.
- ▶ **Nuestras inversiones de recursos están alineadas con cuánto decimos que apreciamos a la juventud.** Por ejemplo, amplios fondos están disponibles para programas juveniles. Los programas cuentan con el personal adulto adecuado, quienes están enfocados en construir relaciones auténticas con los jóvenes.

- ▶ **Las estructuras y hábitos de la comunidad apoyan las relaciones sanas con y entre los jóvenes.** Esto incluye personas de todas las edades haciendo contacto visual con los jóvenes que se encuentren durante el día, los negocios empleando a jóvenes y tratando a sus empleados jóvenes con interés y respeto, para así asegurar que los jóvenes sean incluidos en los eventos de la comunidad.

Estos cambios generales en la comunidad fueron identificados como factores claves para hacer una diferencia a largo plazo en la felicidad, la salud y la seguridad de los jóvenes en la comunidad. Estos esfuerzos tomarán tiempo y requerirán cambios en las prioridades de la comunidad y en cómo algunas instituciones de la comunidad operan. Todas las entidades del gobierno, el distrito escolar y los proveedores de la comunidad deben hacer todo lo posible por incorporar estos valores en su misión y actividades principales.

Abordar las Áreas de Prioridad Central

El segundo conjunto de prioridades estratégicas son acciones que puedan ser tomadas inmediatamente para mejorar la felicidad, la salud y la seguridad de los jóvenes en el Valle de Boulder. Las cinco estrategias identificadas son:

- ▶ Asegurarse que todos los jóvenes tengan acceso a programas y actividades significativas
- ▶ Crear redes de apoyo y foros de discusión para los padres
- ▶ Construir comunicación y comprensión sobre depresión y suicidio en los jóvenes
- ▶ Reducir el impacto del abuso de sustancias en los jóvenes y en la comunidad
- ▶ Fortalecer el apoyo para las familias durante los años de educación media

Durante el encuentro de la comunidad, los participantes se dividieron en grupos de trabajo para desarrollar ideas de acciones para cada una de las estrategias claves. Cada grupo consistía de jóvenes, miembros de la comunidad y líderes de la comunidad, así como un profesional del área para proveer apoyo general para el grupo en el tiempo.

A continuación están las ideas de acciones iniciales de cada uno de los grupos de trabajo.

Asegurarse que Todos los Jóvenes Tengan Acceso a Programas y Actividades Significativas

- ▶ “Encuestar” a los jóvenes para entender mejor los tipos de programas y actividades a los que les gustaría tener acceso.
- ▶ Correr la voz sobre la necesidad de programas significativos para los jóvenes.
- ▶ Aprender de programas existentes que son exitosos.
- ▶ Educar a los jóvenes sobre programas existentes y oportunidades.
- ▶ Abordar asuntos de acceso a programas, especialmente relacionados al costo, transporte y estratificación.

Crear Redes de Apoyo y Foros de Discusión para los Padres

- ▶ Diseñar un espacio de Internet interactivo y recursos de acceso para que los padres se interconecten.
- ▶ Desarrollar una campaña de mercadeo para motivar a los padres a involucrar a sus hijos más activamente sobre su felicidad, salud y seguridad.
- ▶ Expandir la Red de Involucrar a los Padres.
- ▶ Apoyar las conexiones de los padres en el nivel escolar individual.
- ▶ Animar al gobierno de la ciudad y del condado a tomar un rol de líder en apoyar a los padres.

- ▶ Apoyar a los negocios locales a desarrollar prácticas de negocios que sean amigables para las familias.

Crear Conciencia en la Comunidad sobre la Depresión y el Suicidio en los Jóvenes y otros Temas “Tabú”

- ▶ Aumentar la conciencia pública sobre la salud mental en los jóvenes.
- ▶ Reclutar y entrenar grupos de adultos que no emitan juicios y que puedan hablar con los jóvenes sobre su estrés, su tristeza y su depresión.
- ▶ Implementar el programa “Derrumbando Paredes” en toda la comunidad.
- ▶ Aumentar el enfoque en los asuntos de salud mental en las escuelas.
- ▶ Mejorar la sensibilidad y el entendimiento sobre identidad sexual entre todos los proveedores que interactúan con jóvenes.

Reducir el Impacto del Abuso de Sustancias en los Jóvenes y en la Comunidad

- ▶ Crear más lugares libres de sustancias donde los jóvenes o los jóvenes y sus familias puedan reunirse para recrearse y pasar tiempo juntos.
- ▶ Aumentar la educación y oportunidades de discusión para los padres.
- ▶ Hacer que el alcohol sea más difícil de obtener y que las consecuencias de proveer alcohol a menores sean más severas.
- ▶ Aumentar el enfoque en abuso de sustancias en las escuelas.
- ▶ Identificar y reclutar el apoyo de líderes juveniles influyentes.

Fortalecer el apoyo para las Familias durante los Años en la Escuela Media

- ▶ Proveer apoyo a los jóvenes y a las familias con la transición de la escuela primaria a la escuela media.
- ▶ Fortalecer la relación y las líneas de comunicación entre padres y jóvenes.
- ▶ Conectar y expandir programas que sirven a jóvenes en edad de educación media y a sus familias.
- ▶ Diseñar un espacio Web interactivo para que los padres se conecten y tengan acceso a recursos.
- ▶ Incluir a los jóvenes en el diseño, implementación/dirección y evaluación
- ▶ Crear relaciones significativas entre compañeros y entre jóvenes y adultos
- ▶ Ayudar a los jóvenes a conectarse con algo más grande que ellos mismos
- ▶ Incluir jóvenes de diversos grupos culturales y sociales
- ▶ Fortalecer las relaciones entre los jóvenes y sus familias
- ▶ Estar basados en la realidad de las experiencias de vida de los jóvenes

Para averiguar más sobre cómo participar en un grupo de trabajo, contacte a Alice Swett o a Cindy Smith en la Ciudad de Boulder, Servicios para Jóvenes y Familias, 303-441-4045.

Incorporar Componentes de Acción Efectiva

Así como los grupos de trabajo, las agencias del gobierno, los proveedores de servicios y los individuos se esfuerzan por implementar las ideas generadas del proceso de involucrar a la comunidad, es crítico incorporar estos puntos centrales a cada proyecto o actividad

El tercer conjunto de prioridades estratégicas identificó componentes claves que todas las ideas y programas que apoyan a los jóvenes deben incorporar. Estos incluyen esfuerzos para:



Oportunidades para Acción de la Comunidad: ¡Lo que Usted Puede Hacer!

El proceso de involucrar a la comunidad identificó formas específicas en las que los individuos y diferentes sectores de la comunidad pueden tomar acción para construir conexiones con jóvenes y familias. Estas ideas crean la oportunidad para que individuos y organizaciones contribuyan con el esfuerzo de la comunidad en general de construir conexiones más fuertes en la comunidad y mejorar la felicidad, salud y seguridad de los jóvenes. A cada idea la acompaña la prioridad estratégica a la que se relaciona: ❶ Cambiar los Valores de la Comunidad, ❷ las Áreas de Prioridad Central, y ❸ Incorporar los Componentes de la Acción Efectiva.

Jóvenes

- ▶ Buscar adultos comprensivos – hablar con los padres sobre distintos temas difíciles, buscar a los agentes de intervención de las escuelas, utilizar a los maestros. ❶ ❸
- ▶ Involucrarse. ❶ ❸
- ▶ Ser mentor de niños más jóvenes. ❶ ❸
- ▶ Mantenerse seguro y responsable cuando participe en actividades de alto riesgo. ❷ ❸
- ▶ Ser honesto consigo mismo sobre el nivel en el que se involucra en actividades riesgosas y el impacto que tienen en su vida. ❷

Compañeros

- ▶ Estar interesados en los otros, oír, involucrarse y no juzgar. ❸
- ▶ Que esté bien ir a una fiesta donde haya alcohol y no beber. ❷
- ▶ Rebelarse contra el hostigamiento. ❸

▶ Ser comprensivo y más tolerante. ❷ ❸

▶ Que esté bien hablar sobre la tristeza. ❷

Familias

- ▶ Escuchar, aceptar, mantener una mente abierta, apoyar y confiar en los jóvenes. ❶ ❷ ❸
- ▶ Proveer mensajes consistentes sobre uso de sustancias. ❷ ❸
- ▶ Tener conversaciones con los jóvenes, no darles sermones. ❶ ❷ ❸
- ▶ Enseñar tolerancia. ❶ ❸
- ▶ Buscar involucrarse con grupo como grupos de discusión para padres, grupos de apoyo de la iglesia, grupos de la comunidad. ❶ ❷ ❸

Escuelas

- ▶ Crear ambientes libres de discriminación y proveer más programas para entenderse entre ellos. ❶ ❸
- ▶ Además de educar a los estudiantes, enfocarse en conectar a los jóvenes con recursos de la comunidad. ❶ ❷ ❸
- ▶ Buscar involucrar a los padres en cada oportunidad a través de noches de regreso a la escuela, conferencias de padres y maestros, grupos de padres, etc. ❶ ❷ ❸
- ▶ Asegurarse que todos los estudiantes tengan acceso a actividades patrocinadas por la escuela, recursos y materiales, sin importar su capacidad para pagar. ❶ ❸
- ▶ Proveer oportunidades para que los estudiantes interactúen con sus compañeros de otras escuelas. ❷ ❸

Negocios

- ▶ Financiar actividades y programas especiales como caminatas contra la depresión, concursos de póster o campañas de conciencia colectiva. ① ②
- ▶ Emplear jóvenes como trabajadores medio tiempo o pasantes. ①
- ▶ Ser amigables hacia las familias a través de prácticas y normativas de negocio que apoyen a las familias. ② ③
- ▶ Reclutar trabajadores que participen en programas como mentores de los jóvenes. ① ③
- ▶ Usar la Cámara de Comercio como una conexión entre los negocios y las agencias de la comunidad, para ampliar el apoyo a los jóvenes y las familias. ① ②

Comunidades de Fe

- ▶ Fortalecer a las familias a través de actividades tradicionales de las congregaciones así como nuevas actividades diseñadas para unir a los jóvenes y a los padres. ① ② ③
- ▶ Desarrollar el liderazgo juvenil a través de mentores, grupos de jóvenes y entrenamientos de liderazgo. ③
- ▶ Educar a los feligreses sobre la salud de los jóvenes y la Encuesta de Conductas Riesgosas en los Jóvenes. ① ② ③
- ▶ Empezar una red de pastores juveniles. ①
- ▶ Reclutar y entrenar a adultos más comprensivos y menos críticos para que participen con los jóvenes. ① ③
- ▶ Expandir el alcance a los padres, crear oportunidades recreativas exitosas para jóvenes y servir a diversas poblaciones. ① ② ③
- ▶ Asociarse con otras entidades de la comunidad para proveer programas que los involucren (por ejemplo, eventos de poesía, proyectos de servicio, eventos recreativos, etc.) Invite a todos los jóvenes a asistir. ② ③

Agencias de la Comunidad

- ▶ Alinear el trabajo con las recomendaciones contenidas en el reporte de la Encuesta de Conductas Riesgosas en los Jóvenes “Construyendo Conexiones, un Plan de Acción para le Valle de Boulder para Ayudar a los Adolescentes a Vivir una Vida más Feliz y Sana.”. ①
- ▶ Compartir bienes con la comunidad – espacio para reuniones, facilitadores para grupos. ① ②
- ▶ Buscar a los jóvenes y hacerse atractivo y disponible para ellos. ① ③
- ▶ Reclutar y entrenar a adultos más comprensivos y menos críticos para que participen con los jóvenes. ② ③
- ▶ Incorporar apoyo a los padres en todos los programas que sirvan a los jóvenes. ② ③
- ▶ Patrocinar eventos orientados a la familia. ② ③
- ▶ Desarrollar oportunidades de voluntariado y pasantías para jóvenes y adultos que deseen trabajar con la juventud. ③
- ▶ Ser más intencional, coordinar con otras agencias, evitar solaparse en el trabajo, no reinventar la rueda. Enfocarse en desarrollar servicios que llenen los huecos que existen. ③

Gobierno

- ▶ Apoyar a los padres sirviendo como modelo para la comunidad con prácticas que sean amigables a las familias y políticas de no discriminación. ① ② ③
- ▶ Aumentar las inversiones en programas exitosos para la juventud y las familias, transporte para mejorar el acceso a los programas, recreación y programas de biblioteca que sirvan a los jóvenes. ① ②
- ▶ Mantener la salud de los jóvenes y la Encuesta de Conductas Riesgosas en los Jóvenes en la agenda pública. ① ②
- ▶ Diseminar información contenida en el reporte de la Encuesta de Conductas Riesgosas en los Jóvenes “Construyendo Conexiones, un Plan de Acción para le Valle de Boulder para Ayudar

a los Adolescentes a Vivir una Vida más Feliz y Sana” a todos los lugares de la comunidad a los que llegan los servicios gubernamentales.

① ② ③

- ▶ Hacer cumplir las leyes y regulaciones relacionadas con el alcohol. ②
- ▶ Continuar con los esfuerzos coordinados entre los aliados en el gobierno y la comunidad para abordar temas de la juventud. ① ②
- ▶ Proveer viviendas a precios razonables para reducir los impactos negativos de múltiples mudanzas en los jóvenes de escasos recursos. ① ② ③