



# FAMILIES

TACKLING TOUGH TIMES

# TOGETHER

FAMILIAS UNIDAS ABORDANDO  
LOS TIEMPOS DIFÍCILES



**FAMILIA**

ADULTOS JÓVENES

## ¡Tomamos Acción! Movilizando Recursos Económicos y Sociales

En tiempos de dificultad necesitamos luchar por la esperanza para poder mirar las oportunidades para actuar. Sin duda, hay muchas luchas que están pasando en el mundo y posiblemente en nuestra propia vida ahora. Algunas luchas están lejos de nuestro control, pero eso no quiere decir que nosotros no tenemos el poder de cambiar partes de nuestra propia vida

### Sintiéndote Como una Carga

Alcanzar a otros puede ser difícil cuando nos han dicho todo el tiempo que somos capaces, que tenemos muchos recursos, inteligentes, y con muchas habilidades que podemos resolver la mayoría de sus propios problemas. A veces cuando somos una persona exitosa, académicamente, atléticamente, o en cualquier otro campo, pensamos que debemos poder resolver todo y enfrentar todos los cambios solos.

todo lo que significa es que debemos a veces depender de otros y honestamente una habilidad es saber cuándo tenemos que pedir ayuda a otros y tomar el riesgo de compartir nuestros retos con otros. A veces esto significa que debemos sacar todo con otros-dejado nuestros pensamientos y sentimientos volar libres. En lugar de ser una carga o un problema para otros, tenemos que literalmente mostrarles cuanto confiamos en ellos.

### Recursos en Video

- [¿Quiere Cambiar el Mundo? Empiece por ser Valiente y que nos Importe lo Suficiente.](#)
- [¿Cómo Enfrentar la Cara del Desastre?](#)

### Acciones Internas

- Reflexione en los valores y los pasos a tomar para vivir esos valores. ¿Porque son estos valores importantes para usted?

### Acciones Externas

- Los adultos jóvenes frecuentemente necesitan recordar que buscar apoyo es un acto de control- en lugar de ser un acto de debilidad. Mire a otros alrededor de su familia y la comunidad y dígalos que está bien pedir ayuda-nadie tiene que estar solo.

Para aprender mas acerca de la ciencia detrás de la mentalidad y las metas de la generación Z. usted puede leer es estudio de abajo:

- [La generación Z va a la Universidad](#)