

Sugerencias de como hablar con tus hijo acerca del sexo Temas Generales

- **Conteste las preguntas asi como se presenten y escuche cuidadosamente lo que se está preguntando.** No las deje esperar – pueda ser que su niño no pregunte otra vez. Recompense una pregunta con, un gesto de agradecimiento "me siento muy contento (a) que vinistes a mi con esa pregunta." Diga esto antes de que usted responda a la pregunta. Los enseñará a venir a usted cuando tengan otras preguntas.
- **Anticipe las preguntas de sus niños, después practique sus respuestas de antemano.** Llegue a ser familiar con preguntas sexuales típicas y los comportamientos que ocurren a varias edades. Esto reducirá la ocasión de ser tomado por sorpresa.
- **Si usted se esta sintiendo desconcertado o incómodo, hagase lo saber.** El reconocimiento de su propio malestar permite que sus niños reconozcan el suyo. Usted puede darle a conocer a sus niños que se siente incómodo, pero usted aun hablará con ellos de todos modos porque los ama y desea ayudarles. También está bien que los padres fijen límites. Usted no tiene que dar respuestas específicas a las preguntas sobre su propio comportamiento sexual.
- **Utilice la terminología específica y correcta.** Por supuesto, los padres y los niños necesitan un vocabulario común. Si su niño sabe solamente los términos del argot, este seguro de traducir. Entonces anime el uso de términos apropiados.
- **Inicie la conversación.** Utilice los " recursos de información necesarias " - diarios, acontecimientos que ocurren naturalmente. Los libros, los artículos de las noticias, y las demostraciones de la televisión pueden ser medios maravillosos para emprezar una conversación de sexo. Cuando nuestros niños eran pequeños, nos esperamos hasta que preguntaron si deben mirar a ambos lados antes de cruzar una calle. Es el trabajo de adultos -y especialmente de padres- enseñar a nuestros niños cómo seguir adelante en el mundo. El aprender sobre sexualidad es igual. Usted necesita decidir que es importante que los niños sepan, y decírselos antes de que llegue una crisis.
- **Aclare sus propios valores.** Esto no significa que " sea crítico. " Los niños quisieran y necesitan oír los valores de la familia sobre temas sexuales. También necesitan saber que sus opiniones y sentimientos son respetados.
- **Hable de las alegrías de la sexualidad.** Esto puede incluir diciendo que la sexualidad es natural y sana, que las relaciones cariñosas son unas de las mejores parte de la vida y que la intimidad es una parte hermosa en la vida de dos personas adultas que se aman.
- **Preocupese en decir " demasiado poco, demasiado tarde " más bien que " demasiado, demasiado pronto. "** Proporcionada en un manera abierta, honesta, y cariñosa la información no debe causar miedo, ni animar la experimentación.
Recuerde: sus niños estan oyendo sobre sexo por todas partes. Merecen ser oídos por usted.
- **Establezca un ambiente donde los niños se sientan libres de hacer preguntas.** Déjeles saber que usted honra su derecho de ser informado sobre la sexualidad. Sea un " padre comunicativo " Nunca es una buena idea decir a sus niños que deben esperar hasta que sean mayores antes de que usted conteste sus preguntas. Cuando los niños hacen preguntas, usted tiene la oportunidad de ayudarles a aprender.
- **Sepa qué se enseña sobre sexualidad en sus escuelas, iglesias, templos y grupos de la juventud.** Urge a estos grupos incluir la educación sobre la sexualidad en sus programas. Mientras que la gente joven bromea, embroma y habla a menudo de la sexualidad entre sí mismos, es más provechoso cuando los adultos entrenados conducen esas negociaciones.
- **Estee enterado de la " pregunta detrás de la pregunta. "** Sin-hablarse la pregunta, " soy normal? " está ocultada a menudo detrás de muchas preguntas sobre el desarrollo sexual, pensamientos sexuales y sensaciones sexuales. Tranquilice a sus niños a menudo cuando sea posible.

MOAPPP, 2000

adapted from "Kids Need to Know," Family Sexuality Education, Eugene, OR, and "Now What Do I Do?" by Robert Selverstone, PhD.



Minnesota Organization on Adolescent Pregnancy, Prevention and Parenting
1619 Dayton Ave, Suite 111, St. Paul, MN 55104 ♦ (651) 644-1447 ♦ (800) 657-3697
email moappp@moappp.org or visit www.moappp.org