

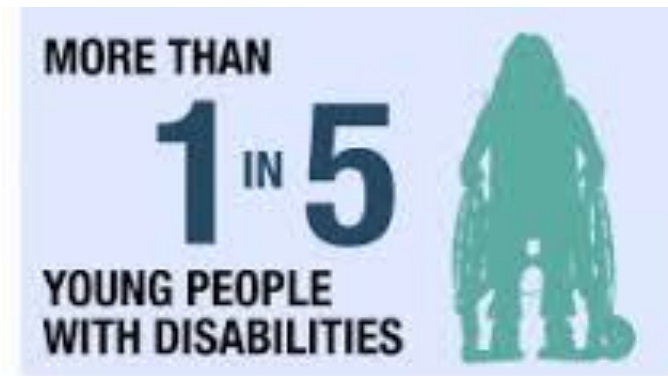
EL AMOR ES AMISTAD EN EL FUEGO. ¿CÓMO LE ENSEÑARÁ A SU HIJO A MANTENERSE A SALVO EN LAS LLAMAS?

Lucinda Thelen M.Ed., CAPE



Conversación Honesta

- Esto puede contener información que podría ser incómodo para que pienses y escuches ...
- pero solo ignorar o esconderse de lo inevitable no hace que desaparezca o mantenerlos a salvo



between the ages of 12 and 19 reports experiencing violence (including physical abuse, rape or sexual assault from a stranger or partner)—**more than twice the rate of youth without a disability.***

Preparándose para el futuro

- A medida que su hijo crezca hasta la edad adulta, como muchos de sus compañeros, estarán interesados en las relaciones románticas.
- Como saben, muchos de nuestros niños necesitan asistencia adicional para navegar por nuevas situaciones y aprender información compleja.
- El objetivo de esta noche es dar una visión general de cómo ayudar a ayudarlos a aprender cómo sobrevivir en el complicado mundo de la amistad, el romance y las relaciones..

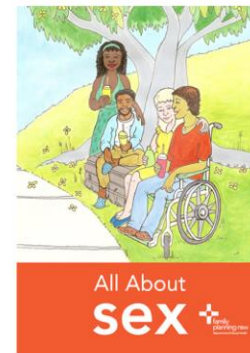


El beneficio de los padres que hablan con sus hijos sobre las citas y las relaciones es que pueden:

- Comunicar sus propios valores sobre citas y relaciones.
- Proporcionar información correcta
- Entender mejor la perspectiva de sus hijos
- Responder preguntas con honestidad y usando palabras que puedan entender.
- Inicia la conversación
- Adaptar la información que comparten en función de su comprensión de la etapa de desarrollo, experiencia de vida, personalidad y nivel de conocimiento de sus adolescentes
- Ayudar a sus hijos a tomar buenas decisiones y luego apoyarlos

Consejos de enseñanza:

- Recuerde usar las mismas estrategias de enseñanza que ha usado para enseñar a sus hijos otras habilidades.
- Algunas de estas estrategias pueden incluir listas de verificación visuales o escritas, videos, datos en libros, imágenes de lo que está sucediendo en sus cuerpos, historias para predecir lo que podría ocurrir, palabras clave o estrategias de redirección o terminología específica.



All About Sex is a series of 19 fact sheets for people with intellectual disability and the people who support them. The fact sheets are easy to read and include illustrations to help people with intellectual disability learn about sexuality and relationships. The fact sheets cover a range of topics including bodies, relationships, sex, pregnancy and reproduction, sexual health and sexual assault.

Some people with intellectual disability will be able to read the fact sheets independently while others will need the support of a family member, teacher, support worker or advocate. The fact sheets have been designed to make it easier for support people to have conversations and provide information about sexuality and relationships.

All About Sex is available as a 108 page book from the [Family Planning NSW Bookshop](#) for \$22 plus postage. The fact sheets are also available for free download below.

Recursos:

- *Boyfriends + Girlfriends A Guide to Dating for People with Disabilities* by Terri Couwenhoven, M.S.
- [Teaching sexual health parents section](#)
- [Teaching sexual health information by age and differing abilities](#)
- [Parent center hub sex ed](#)
- [Parent center hub sex ed materials](#)
- [kidshealth.org parents development foyer](#)
- [easterseals resources love-dating-relationships-disability](#)
- [Family planning factsheets](#)
- [ten steps to help teens with autism navigate dating](#)

Cuándo empezar y qué esperar:

- Generalmente entre las edades de 9 y 13 niños comienzan la pubertad. Durante este tiempo, experimentan una gran cantidad de cambios físicos, emocionales y sexuales. Hay un rápido crecimiento óseo, un mayor impulso sexual y altibajos emocionales, debido en parte a la incertidumbre acerca de lo que les está sucediendo.
- Antes de que comiencen los cambios, hable con su hijo sobre lo que puede esperar que suceda. Permitirles ahora con anticipación lo que sucederá puede disminuir los temores y la confusión, y ayudarlos a desarrollar confianza y una autoimagen saludable.

Adolescencia

- Tras los rápidos cambios de la pubertad, comienza la adolescencia. Este tiempo puede estar marcado con un conflicto entre los niños y sus padres o cuidadores. El conflicto es a menudo el resultado de la necesidad normal del adolescente de tener más independencia de la familia.
- A medida que su hijo madura sexualmente, puede haber un aumento en el comportamiento de placer propio e interés en tener sentimientos hacia los demás, que están acompañados por un impulso sexual que es iniciado por hormonas corporales.

Edad adulta

- A sea que un niño tenga una discapacidad o no, las etapas de desarrollo seguirán el mismo patrón a un ritmo más lento o más rápido, hasta que el niño pase la pubertad y la adolescencia para convertirse en un adulto sexualmente **maduro**.
- Aunque su hijo puede tener una discapacidad, todos los humanos progresan a través de las etapas del desarrollo social y sexual para llegar a la edad adulta.



Consideraciones adicionales:

- Durante este tiempo, su **grupo de iguales** se vuelve influyente y querrán ser aceptados, por lo que se les da más importancia a lo que otros piensan de ellos.
- También están comenzando a definir sus **valores personales** utilizando como guía los valores de la familia, los compañeros y la sociedad.
- Además, pueden parecer descontentos con las **expectativas** de los padres, pero generalmente se les asegura en privado que sus padres se preocupan lo suficiente como para ponerles expectativas. Esto también puede ser una medida de retroceso para usar cuando están confundidos o no saben cómo manejar una situación. Piensa: "Me gustaría, pero mis padres no me dejan ir"

¿Va a estar siempre ahí?

- Los padres tienen que tomar decisiones difíciles en este momento acerca de cuánta independencia permiten a sus hijos.
- De acuerdo con sus creencias y valores familiares y la capacidad de sus hijos, deberá decidir en qué se siente usted cómodo y dejar que sus hijos decidan por sí mismos.
- Estas decisiones pueden incluir la elección de ropa, peinados, amigos y algunas actividades que realizan solos, como visitar al médico.
- Todas estas son oportunidades para que sus hijos se expresen como individuos, separados de usted.

Con todo eso ...

- Empecemos por el principio y la base de todas las relaciones.

Amistad



Amistoso no es una amistad

- Algunos necesitarán habilidades de amistad enseñadas
- Sin la base de habilidades de amistad, las relaciones futuras no tendrán una base sólida para crecer
- Aprender habilidades de amistad les enseñará cómo construir relaciones saludables y establecer límites personales.



Identificar lo que es un amigo:

- A menudo compartes algo en común.
- Son personas en las que puedes confiar.
- Son personas con las que te sientes cómodo con ellos.
- Son personas con las que tienes experiencia a través del tiempo.
- Requiere mutuo acuerdo; Ambas personas tienen que aceptar ser amigos entre sí.



Niveles de amistades

- **Saludo amistoso:** alguien con quien eres amigable pero que realmente no sabes, no hablas y no te juntas en absoluto.
- **Conocido:** Usted ha tenido algunas discusiones pequeñas con estas personas, generalmente porque trabajó con ellos en un grupo en el aula o porque son amigos de un amigo, por lo que pasó un rato con ellas.
- **Posible amistad:** esto es cuando empiezas a buscar personas para hablar con ellos.
- **Evolución de la amistad:** esto es cuando empiezas a demostrar que te gustaría pasar más tiempo con ellos al salir con ellos constantemente y hacer planes para hacer cosas con ellos. La importancia en este nivel es que la persona elige ser su amiga también.
- **Amistad unida:** Esto es cuando las personas están ahí una para la otra. Se cuidan mutuamente, pasan mucho tiempo juntos y comparten más sobre su vida y sus sentimientos. En este nivel de amistad puede tener un amigo muy cercano con el que se abre más y pasa más tiempo juntos.

Enseñar habilidades de amistad:

Identifica y habla sobre las cualidades que tienen los buenos amigos.

- Honesto, amable, leal, confiable, considerado, confiable, comprensivo
- Señalar cualidades de amistad en acción.

Cómo comunicarse con amigos

- Cómo saber que quieren ser amigos contigo.
- Cómo tener para dar y recibir conversaciones con temas apropiados.
- Cómo pedirles que se unan a ti en una actividad.



Enseñar habilidades de Amistad:

Límites personales:

- Conoce la diferencia entre información pública y privada.
- Las amistades toman tiempo; no puedes obligar a otra persona a tu horario.
- Reconocer que las amistades cambian con el tiempo y las circunstancias.

Acabar con las amistades:

- Amistades pueden ser terminadas por cualquiera de las dos personas
- Te sentirás triste pero tienes que aceptar la decisión.
- No puedes obligar a alguien a ser tu amigo y molestarlo continuamente puede meterte en problema

Estar enamorado de alguien



- Significa que realmente te gusta la persona y tienes sentimientos románticos hacia ella.
- Puedes fantasear con ellos y pensar cómo sería tener una relación con ellos.
- El enamorado no tiene que ser un amigo cercano o incluso alguien que conoce
- Los enamoramientos pueden ser a corto plazo o puede actuar de acuerdo con ellos y hacerle saber a la persona que le gustan y que le gustaría pasar tiempo con ellos.
- Si actúan sobre el enamoramiento, deben estar preparados para saber cómo responder si la persona siente o no siente lo mismo por ella.

Más que amigos comienza con las citas

Primero tienes que invitar a alguien o que te pidan salir.

- Reconocer que la respuesta puede ser no, respetar esa respuesta.
- Practica preguntar o escribir la conversación
- Tenga un plan, sepa quién está pagando y transporte.
- Pida permiso a los padres si es necesario
- Piensa en tu higiene



Empieza despacio

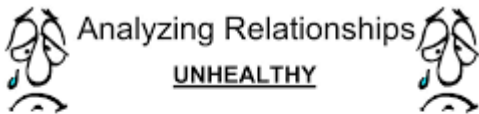
- Haz una actividad con varios amigos o cita doble.
- Elige algo activo para hacer y ve a un lugar público.
- Tener un acompañante
- Asegúrese de que alguien sepa con quién está, a dónde va y con quién está.
- Practique habilidades de conversación para que pueda conocer mejor su cita
- Una fecha no significa que tenga que salir en una segunda fecha
- Citas puede no significar que es exclusivo
- Establecer un toque de queda

De la cita a una relación

- Se desarrollan fuertes sentimientos y quieren pasar todo el tiempo con esa persona.
- Una relación significa que estás saliendo exclusivamente
- Tener discusiones sobre lo que es el amor.
 - La voluntad de priorizar el bienestar de otra persona sobre su propia
 - Un sentimiento de afecto fuerte o constante por una persona.
 - El amor crece con el tiempo al conocer a la otra persona y compartir experiencias
 - El amor implica compromiso, tiempo, confianza mutua y aceptación.
 - El amor no sucede al instante.

Relaciones saludables vs no saludables

- Compare con alimentos saludables y no saludables: uno lo hace sentir bien y fuerte y el otro lo hace sentir mal
- Les da señales de vigilancia que indican una relación poco saludable.
 - Diciendo mentiras
 - Tratar de hacerte hacer algo que no quieres hacer
 - Decirte cosas que no puedes hacer
 - Ser malo para ti con acciones o palabras



- List characteristics of an unhealthy relationship:
 - Dependency
 - Jealousy
 - Control
 - Selfishness
 - Abuse

Healthy Relationship Characteristics

- Happiness
- Trust
- Love
- Affection
- Equality
- Mutual Respect
- Friendship
- Laughter
- Common interests
- Support
- Fair arguments
- Acceptance
- Comfort
- Good communication
- Kindness
- Strong self-esteem
- Humor
- Fun
- You can be yourself
- No fear of each other
- Honesty
- Independence

La relación se vuelve física.

- La **abstinencia** es decidir no participar en la actividad sexual.
- Tu cuerpo es **privado** y algunas partes son más privadas que otras.
- Nadie puede tocar tu cuerpo sin tu **permiso**.
- **Nadie puede obligarte** a tener relaciones sexuales ni a hacer nada sexual que no quieras hacer, es decir, una agresión sexual y es ilegal.
- Nadie puede ver su cuerpo sin su **permiso**, y nadie debería pedirle fotografías de sus partes privadas.
- Si necesitan ayuda con las actividades de cuidado personal, deben reconocer qué toque es necesario y **cuándo pueden rechazarlo**.

La relación se vuelve física

- No muestres tu cuerpo a alguien que no quiera verlo
- Saber que hay buen toque y mal contacto.
 - Los abrazos y los besos pueden ser buenos si ambos están de acuerdo.
 - Si el toque da miedo o duele o simplemente no se siente bien, es un mal toque
 - Pide permiso antes de tocar a alguien
 - Si dicen que no, no los toques ni trates de cambiar de opinión
 - Reconocer el aspecto legal- menores de 18 años es menor de edad.
 - Consentimiento para niños

La relación se vuelve física

- Enseñar respuesta si son tocados inapropiadamente.
 - Di no ser asertivo
 - Aléjese, camine o huya y vaya a un lugar seguro.
 - Dile a alguien de confianza, haz que identifique quién es



Consejos para discutir la sexualidad

- Recuerde que usted y otros miembros de la familia son sus modelos a seguir.
- Abre las líneas de comunicación temprano
- Sea claro sobre lo que es público y lo que es el comportamiento privado.
- Permítales hacer preguntas y responderlas con sinceridad y abiertamente. Este puede ser un buen momento para enfatizar cuándo está bien compartir información personal y cuando no está
- Use momentos de enseñanza, como cuando está viendo la televisión juntos o cuando escucha cosas que suceden en la comunidad
- Juega el juego de si ... Hágales preguntas situacionales y discutan las consecuencias.
- Proporcionar recursos para ellos
- Comunica tus valores honestamente y modelalos.

De la citas a la intimidad. Consentimiento informado

- La persona que eligieron para una relación puede no ser una que tú eligieras para ellos
- Un individuo puede elegir tener una relación sexual cuando entienda lo que está aceptando y tenga la edad legal de consentimiento

consent

/kən'sent/

noun

permission for something to happen or agreement to do something.
"no action may take place without the consent of all partners"
synonyms: agreement, permission, support, thumbs-up, green light

De la citas a la intimida- Consentimiento informado

- Enseñar qué es el consentimiento para una relación sexual.
- Rangos de actividad sexual tocando partes privadas al coito.
- Necesitan saber qué es el acto sexual y cómo lo conducen.
- En cualquier momento, ellos o su pareja pueden decir que no y usted tiene que respetar eso.
- Un compañero puede decir no a través del lenguaje corporal.
 - Alejarse o alejarte
 - Sacudiendo la cabeza
 - Llorando



Con la actividad sexual vienen las responsabilidades y consecuencias.

Las relaciones sexuales pueden conducir a enfermedades.

- Usa protección
- Revisate y conoce las señales.
- Conozca la historia de su pareja.

Las relaciones sexuales pueden llevar al embarazo

- Sepa qué es la anticoncepción, no son solo píldoras anticonceptivas

Consecuencias sociales y familiares.

- Reputación cambiada
- Reacción familiar
- ¿Tu religión dice que no hay sexo antes del matrimonio?

Poniendo todo esto junto

- Ya sea que su hijo tenga una discapacidad o no, todos los humanos progresan a través del progreso a través de las etapas del desarrollo social y sexual
- Esta no es una discusión única, las conversaciones y el aprendizaje continúan a lo largo de su vida
- No les hables ni les digas cómo deben sentirse, hálbales con madurez.
- Reconozca que no puede controlar todas sus acciones. Asegúrate de que no puedes aprobar sus acciones pero que siempre las amarás

Más importante

- Sepa lo importante que es el amor y, a medida que su hijo madura, también lo hará el amor que están buscando.

