



COMPLEJO EDUCACIONAL LAS ARAUCARIAS

COMO HABLAR DE SEXUALIDAD CON NUESTROS HIJOS Equipo Multidisciplinario DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN

Estimados padres y apoderados:

Siempre que nuestros hijos, (as) nos consultan por temáticas relacionadas con la sexualidad, de dónde vienen los bebés, cómo se reproduce la especie humana, etc., tendemos a evadir estos temas para más adelante, sin embargo, cometemos un grave error, puesto que, si no damos respuesta a sus inquietudes, lamentablemente buscarán saciar sus interrogantes en fuentes poco confiables y con información distorsionada de lo que realmente es. Por lo mencionado anteriormente, es que se exponen algunas sugerencias de cómo enfrentar este aspecto con nuestros hijos.

1° Mantenga abierto el canal de comunicación y sin prejuicio. Deje que su hijo hable, y escuche sus opiniones o lo que sabe del tema. Para ello, es fundamental que sea sincero y honesto, siempre dispuesto a conversar. Es importante compartir información objetiva y brindar una correcta orientación moral para que su hijo (a), tenga herramientas que le permitan comprender lo que está sucediendo, ya que de esta manera podrá evitar errores lamentables en el futuro.

2° Supervise lo que su hijo (a) ve o escucha a través de las redes sociales, programas televisivos, internet, celular. Recuerde que existe mucha información en los medios de comunicación no adecuados para la edad de nuestros hijos.

3° Fomentar el bienestar y seguridad de sus hijos (as), es decir, preparar con cuidado a los niños (as) para los cambios normales de sus cuerpos, el ataque continuo ejercido por la presión de sus compañeros, la glorificación mediática de la sexualidad irresponsable y los atractivos engaños de la publicidad. Así como cuando comienzan a dar sus primeros pasos, no los dejamos a su suerte, por el contrario, los acompañamos, afirmándolos con nuestras manos para que no se lastimen hasta que finalmente aprenden a caminar solos; de la misma manera, debemos guiarlos en el desarrollo de su sexualidad,

advertirle sobre los riesgos y cuidados que deben tener. No es suficiente una conversación o charla, debe existir un diálogo continuo.

4° Converse sobre métodos anticonceptivos. Si bien, la idea principal, es retrasar la experiencia de las relaciones sexuales lo más que se pueda, a una etapa adulta, donde se relaciona esta experiencia al resultado del amor entre dos personas adultas responsables, exponga a su hijo (a) las medidas preventivas que existen como: uso de preservativo, pastillas anticonceptivas, parche anticonceptivo, etc.

5° Hable sobre las consecuencias de llevar una sexualidad irresponsable. Para ello, es importante ser claros en abordar temas como las enfermedades de transmisión sexual, SIDA, embarazo no deseado, el abandono de proyectos de vida, problemas financieros, etc. Es mejor, evitar decir “*NO tengas relaciones sexuales*”, lo recomendable es enfatizar las consecuencias a las que nuestro hijo (a) se verá enfrentado, si no es responsable y toma esta área de su vida con la seriedad que merece.

6° Fortalezca la autoestima y confianza de su hijo. Es importante que nuestros hijos se acepten y quieran, así podrán ser aceptados y valorados socialmente, generando sentimientos de seguridad y bienestar. Esto a la vez permite que, en un gran porcentaje de jóvenes con alta autoestima, logren sus expectativas por el sentido de responsabilidad que conlleva y superen de manera más efectiva las dificultades personales, obstáculos e inconvenientes.

7° Enséñele a que cada decisión lleva a una consecuencia. No hay resolución sin consecuencia, por muy pequeña que esta pueda ser. Como padres, tenemos esta gran misión, para ello, es esencial que junto a su hijo y de manera frecuente, analicen las elecciones realizadas por él o ella, de aspectos cotidianos como:

- comer muchos dulces en una fiesta de cumpleaños y como consecuencia obtener dolor de barriga,
- jugar toda la tarde y al llegar la noche, no haber realizado las tareas para el día siguiente, como consecuencia, quedarse hasta tarde para realizar las tareas, tener que darle una explicación a la profesora, quedarse atrasado en el aprendizaje, bajar el rendimiento en la asignatura,
- salir en la mañana en dirección al colegio y elegir irse a la plaza con unos amigos, como consecuencia, atrasarse en las materias, ser suspendido, enfrentar la sentencia de sus padres al ser informados de la falta del estudiante al colegio, perder la confianza de sus padres.

8° Recuerda que la mejor manera de aprender es mirando. Como padres y madres no podemos bajar la guardia, queramos o no, somos modelos de nuestros hijos, quienes están y estarán pendientes de lo que hacemos más de lo que decimos y aunque es posible, que nosotros los padres, no hayamos sido orientados en nuestra juventud en aspectos relacionados a la sexualidad, debemos aportar desde nuestra buena, regular o mala experiencia, de nuestros errores y aciertos, siempre en beneficio para que nuestros hijos se desarrollen mejor en la vida sexual y logren ser felices en esta área, que también es muy importante en la vida de las personas.

