¡Hablemos!

Consejos para hablar de seguridad personal y abuso sexual con preadolescentes y adolescentes

11+

Pónganse cómodos e inicie la conversación

Los cambios y la exploración de los años de preadolescencia y adolescencia pueden ser divertidos y desafiantes. Su adolescente puede haber crecido mucho, pero sigue necesitando su orientación. Estos consejos pueden ser útiles para orientar y normalizar conversaciones sobre seguridad personal que pueden ayudar al joven a mantenerse a salvo en su camino para convertirse en un adulto responsable e independiente.

Lo que usted puede decir

"Las relaciones pueden ser difíciles. Avísame si alguna vez quieres charlar sobre cómo van las cosas".

"Siempre está bien decir 'no', aun si ya habías dicho que 'sí'. Tus sentimientos y tu seguridad son lo primero".

"He visto que te reúnes con algunos chicos nuevos en los partidos de baloncesto. Me encantaría saber más sobre ellos".

"Sé que quieres mucho a tu novia, así que aunque parezca incómodo, tenemos que hablar de seguridad y consentimiento".

"Nunca está bien que alguien utilice el sexo o tus sentimientos para tratar de controlarte. Si eso sucede, dile que no está bien y luego cuéntamelo para que podamos hablar del asunto".

"Es importante proteger a tus amigos. Si ves algo inapropiado, dí algo al respecto".

1 Replantee las normas de seguridad

Es posible que las reglas de seguridad personal deban plantearse en forma menos terminante que cuando se trata de niños más pequeños. Concéntrese en crear un diálogo abierto, sincero y continuo. Genere confianza y comodidad con el paso del tiempo y adapte sus conversaciones para que sean más informativas y matizadas a medida que su hijo crezca.

2 Conéctese cuando estén lado a lado

A los preadolescentes y adolescentes les resulta más fácil hablar cuando no miran directamente al interlocutor. El mejor momento para establecer una conexión puede ser al viajar en coche o al cocinar juntos. Haga preguntas abiertas y escuche atentamente para detectar cualquier comentario que pueda insinuar incomodidad. Intente ver noticias o una película juntos y use el contenido para sacar a relucir temas específicos, como los nuevos sentimientos románticos.

3 Comente y defina lo que es apropiado

A medida que su hijo preadolescente/adolescente explora las relaciones y contactos, asegúrese de que entiende los límites personales en el mundo físico y digital. Se calcula que casi el 36 por ciento de los agresores son niños mayores o adolescentes,[1] por eso, hable con su hijo sobre el consentimiento y lo que significa agredir a alguien. Por ejemplo, la ausencia de un "no" no significa un "sí".

4 Sea flexible y esté disponible

Todos los jóvenes necesitan un adulto que los cuide y al que puedan acudir en busca de apoyo y orientación. Si habla con su hijo preadolescente/adolescente abiertamente y con frecuencia, usted podrá ser su fuente de información de confianza y prepararlo mejor para las relaciones y los riesgos.

SI SOSPECHA UN ABUSO O NECESITA AYUDA

Childhelp **800-4-A-Child**

National Sexual Violence Resource Center **877-739-3895**

National Human Trafficking Hotline **888-373-7888** o envíe **HELP** por texto a **233733**.

Rape, Abuse & Incest National Network **800-656-HOPE**

HOT CHOCOLATE TALK®

1. Snyder, H. N. (2000). *Sexual assault of young children as reported to law enforcement: Victim, incident and offender characteristics* (NCJ 182990). Washington, DC: US Department of Justice, Office of Justice Programs. http://bjs.ojp.usdoj.gov/content/pub/pdf/saycrle.pdf

© Committee for Children 2020, 2022 *Reimpreso con autorización para uso personal o con fines educativos.*