

Cuatro puntos para tener en cuenta cuando hable sobre sexo y sexualidad con su hijo/a

Derechos y responsabilidades

- Acepte el derecho y la responsabilidad de ser el principal agente educador de su hijo/a en cuanto a la sexualidad.
- De otra forma, el ambiente cultural que lo rodea asumirá el rol principal en la educación sexual de su hijo/a. Su hijo/a recibirá información y también mucha desinformación en temas relacionados con el sexo y la sexualidad, sin tener en cuenta los valores de la familia.
- Cuando los padres toman la iniciativa, tienen la posibilidad de ejercer una influencia positiva sobre la sexualidad y las experiencias sexuales de los hijos.
- Los hijos tienen derecho a recibir información de los padres y tienen la responsabilidad de entender que cada decisión que tomen en materia de sexualidad implicará elecciones y consecuencias.

Los valores

- Tómese un tiempo para pensar y aclarar sus actitudes, creencias y valores, y prepárese para compartirlos con su hijo/a.
- Pregúntese: ¿De dónde provienen mis actitudes, creencias y valores? ¿Son universales? (Por ejemplo: todos estamos de acuerdo en que nuestros hijos tienen derecho a la seguridad). ¿Son personales? (Por ejemplo: podemos pensar en forma diferente sobre cuándo una persona tiene que iniciar la actividad sexual.) ¿Cuál de sus valores más le interesa que su hijo/a comparta?
- La comunicación franca entre padres e hijos es muy importante.
- Incluso, el estar en desacuerdo acerca de los valores es beneficioso para ambos, padres e hijos. Sirve para que los hijos sepan lo que piensan los padres y los padres sepan lo que piensan los hijos.
- Cuestionar los valores y reflexionar sobre ellos puede ser una forma importante de ejercer influencia sobre el desarrollo de la sexualidad de los hijos.

Sentimientos y autoestima

- Analice lo que usted siente sobre temas relacionados con la sexualidad.
- Comparta sus sentimientos con su hijo/a.
- Permita que su hijo/a comparta sus sentimientos y aliente esa actitud.
- La práctica de escuchar cuidadosamente sin juzgar ni criticar ayuda a crear un ambiente en el que su hijo/a se puede sentir cómodo/a cuando se acerque a usted.
- Reafirme y dé crédito a su hijo/a. Eso ayuda a que los hijos se sientan bien consigo mismos y promueve la autoestima y la toma de decisiones saludables.

Hechos y conocimiento

- Reúna datos y recursos para asegurarse de que su hijo/a obtenga información correcta y saludable sobre sexualidad.

- Si no sabe la respuesta de alguna pregunta, admítalo y asegúrese de buscar la respuesta para su hijo/a (¡o búsqüenla juntos!)
- Mantenga una comunicación permanente a través del análisis de la información y un diálogo franco y continuo.

Escrito por Amy Cody y Jane Detwiler de Planned Parenthood® League of Massachusetts Parent Education

Publicado 05-01-05

Actualizado 12-11-0

© 2006 Planned Parenthood® Federation of America, Inc. Se reservan todos los derechos.