



Habla de
sexo con
tus Padres

Definitivamente, tu familia juega un papel importante en tu vida. Puede ser de un gran apoyo emocional, una fuente de protección y consejos. Pero, eso requiere un gran esfuerzo entre padres o madres e hijos(as). Aun si parece que tu padre, madre o tutor no tienen la menor idea de como tu te sientes ahora, ellos pasaron por lo mismo en algún momento. Aprovechalos, cuenta con ellos, pídeles ayuda o consejos. Escúchales, y pregúntales lo que necesitas saber.

En algunas familias existen también desacuerdos. Si tienes problemas en tu familia, no te avergüences, busca la madre o padre de un/a amigo/a, un/a hermano/a mayor, un profesor en quien puedas confiar y solicitar consejos sobre lo que tu puedes o quieres hacer. Tu mereces vivir tu vida con confianza y tranquilidad, y mereces la oportunidad de lograr tus sueños.

Linea de información

809-541-4400

1-809-200-1170

desde el interior sin cargos

www.sejevi.org



PSI

unicef



El
SEXO
no
Es Un
juego...!

HABLA DE
SEXO!
Con tus padres



Todo a su
TIEMPO...





**No te dejes
convencer...**

Durante los próximos años, es posible que escuches que tus amigos y amigas estén teniendo relaciones sexuales. La verdad es que no todos los adolescentes de tu edad han tenido relaciones sexuales y muchos que sí han comenzado ahora piensan que esperar hubiera sido la mejor decisión!

Tu decisión de tener relaciones sexuales es tuya y no tienes que explicar a nadie, ni a tu novio/a, ni a tus amigos o amigas ni a cualquier adulto, por qué no quieres tener relaciones.

No permitas que nadie te apesure, ni que te obligue a tener relaciones si no quieres. Si lo hace es una violación, la cual tiene consecuencias legales.

Si sientes presión de alguien que tu no puedas manejar o que te hace sentir incomodo/a, habla con alguien de confianza o llama a la línea de ayuda. Tu no estas solo/a y recuerda que la decisión es tuya, y únicamente tuya.







**De
Nadie..!**



**Todo a su
TIEMPO...**

Cuando tienes un novio o novia es importante que la relación se desarrolle poco a poco. Hay que tomar tiempo para conocerse bien, para ir compartiendo experiencias y para desarrollar una buena amistad.

Piensa en esto...

-  Disfrutan actividades como ir al cine, salir a pasear, salir a comer etc..?
-  Conoce a la familia de tu novio/a?
-  Tu novio/a conoce a tu familia? se llevan bien?
-  Tu novio/a respeta tus necesidades y preocupaciones?
-  Sientes que puedes confiar en tu novio/a si tienes problemas?
-  Te sientes totalmente cómodo/a hablando de tu sexualidad con tu novio/a?

Recuerda que todo tiene su momento y tu relación con tu novio/a debe madurar antes de comenzar a tener relaciones.

Pensar En la Sexualidad Es Natural.....!

Es natural que como adolescente, comiences a pensar en la sexualidad pero el sexo tiene consecuencias y hay riesgos reales que debes considerar.

Esta guía esta diseñada para ayudarte a manejar temas relacionados a la sexualidad acompañada de tu red de apoyo. Tu papá, tu mamá, tus profesores y tutores, tus amigos, amigas y parientes.

Habla con ellos.

Ellos quieren escucharte. Y si tienes una duda o quieres hablar con alguien en confianza, puedes llamar a nuestra línea de información al 809-541-4400 y desde el interior sin cargos al 1-809-200-1170.








Yo no caigo En Gancho

La relación sexual conlleva riesgos reales que debes considerar tales como:

- 1) Infecciones de transmisión sexuales (ITS)
- 2) Embarazos a temprana edad.
- 3) Conflictos con nuestros padres.
- 4) Problemas con los estudios

Todos estos pueden afectar tu plan de vida y cambiar completamente tu futuro. Chequea este listado para que estes preparado y no caigas en gancho:

-  Prepara un plan de estudio para tu futuro.
-  Planifica como fortalecer tus relaciones amistosas y familiares.
-  Prepara tu corazón (fortalece tus sentimientos y tus emociones.)
-  Vive cada etapa de tu vida, disfrutalas y se feliz.
-  Habla con tus familiares, sobre todo con tu padre o madre.








El sexo tiene consecuencias emocionales

Tener relaciones sexuales puede ser algo arriesgado cuando no estas preparado/a.

Las emociones que surgen pueden ser muy difícil de manejar, especialmente si la experiencia no es agradable. Los riesgos emocionales son reales y debes prepararte.

Piensa en que pasa si:

-  Te sientes diferente después?
-  Tus sentimientos hacia tu novio/a cambian?
-  Tu novio/a cambia sus sentimientos hacia ti?
-  La experiencia no llena tus expectativas?
-  Se termina tu relación después?










Tu futuro está en tu mente...

Imágenes de sexo están en todas partes. Vemos el sexo en la televisión, el Internet, en libros, periódicos y en películas. Inclusive escuchamos muchos mensajes de sexo en canciones.

Dado todo eso necesitas decidir lo que son TUS propios valores hacia la sexualidad. Que es lo mejor para ti y para tu futuro?

Piensa en estas preguntas HOY:

-  Que quieres ser cuando seas grande?
-  Que quieres de tu vida?
-  Puede afectar tu futuro, el tener relaciones sexuales?
-  Quieres tener una relación permanente o muy seria antes de tener relaciones sexuales?
-  Que consejo has recibido de tu familia sobre relaciones sexuales?
-  Cuales son tus opiniones espirituales con respecto a las relaciones sexuales?
-  Quién quieres ser a los 18 años?