

¿CÓMO VA SU RELACIÓN?

PLATIQUE SOBRE EL AMOR CON AQUELLOS QUE AMA



Nadie es demasiado joven o mayor para pensar cómo se ve y cómo se siente una relación sana.



Imaginamos un mundo donde nuestras relaciones son sanas, divertidas y seguras. ¿Cómo lo vamos a lograr?
¡Hablando acerca de las relaciones con todos!

Nuestras conversaciones crean expectativas sobre cómo seremos tratados por los demás y cómo los trataremos. El hablar con nuestros seres queridos nos permite saber lo que están viviendo.

¡Así que comencemos a hablar! No se preocupe, no tiene que ser un experto o tener todas las respuestas. . . ¡Que comience la conversación!

NO ES NECESARIO QUE ALGO MALO PASE PARA QUE SEA UN BUEN MOMENTO PARA INICIAR UNA CONVERSACIÓN

Tenga curiosidad sincera y un criterio amplio. Haga una o dos preguntas, y solamente escuche. Es así de simple.

Mantenga la conversación abierta... manténgase en contacto y pida informes de vez en cuando.

Si todos hacemos esto, solo piense cuánto más fácil será hablar la próxima vez que la relación de un amigo/a se ponga turbulenta o mejor aún, la primera vez que un adolescente que conocemos llega a enamorarse.

*¿Listo/a para comenzar?
Elija una de las preguntas de muestra para iniciar la conversación con personas de diferentes edades.*



*¿Se siente nervioso/a?
Revise la tarjeta 'Perplejo' para saber qué hacer cuando no tiene idea de qué decir y la tarjeta 'Recursos' para saber dónde acudir para obtener más información.*

¡Comienza la conversación!

**menores
(de 2 a 7)**



¿Cómo es ser un buen amigo/a?

¿Cómo te sientes cuando estás cerca de tus amigos?

¿Qué sucede cuando no te gusta lo que hace un amigo/a?

¿Cómo se tratan los buenos amigos?

¿Con quién puedes hablar cuando tienes algún problema con un amigo/a?

Relacione lo que está hablando con las experiencias de la vida real o películas que el/la menor ha visto.

¿Por qué? Los niños de esta edad necesitan ejemplos claros para ayudarles a comprender.

LOS NIÑOS QUIEREN PADRES QUE ESCUCHEN

PREGUNTE - ESCUCHE - MANTÉNGASE CONECTADO/A

MIENTRAS
ESTÉN
JUGANDO
ESTE JUEGO,
PIDA A SU
HIJO/A QUE
NOMBRE A
TODAS LAS
PERSONAS
QUE LO/LA
AMAN.



¿CUÁL CORAZÓN CORRESPONDE CON ÉSTE?



¡Comienza la conversación!

**Menores
(de 7 a 10)**



¿Qué significa para ti ser novio/novia?

¿Qué significa “Que le gustes a alguien”?

¿Cómo te gustaría que te tratara tu novio/novia?

¿Qué crees que es genial/lindo sobre [inserte el nombre de una estrella del pop]?

¿Hay algo acerca de las relaciones que te gustaría preguntarme?

Responda las preguntas con honestidad y deje que los niños sepan que pueden preguntar lo que sea.

¿Por qué? Los niños de esta edad quieren la verdad, en dosis apropiadas a su edad.

HAGA QUE LA PLÁTICA SOBRE LAS RELACIONES SEA UNA PARTE NORMAL DE SU VIDA

PREGUNTE - ESCUCHE - MANTÉNGASE CONECTADO/A

¿ESTAS
PALABRAS
REFLEJAN
CÓMO TE
SIENTES CON
RESPECTO A
TUS AMIGOS?
¿QUÉ OTRAS
PALABRAS TE
GUSTARÍA
ENCONTRAR?

¡BÚSQUEDA DE PALABRAS!

¿PUEDES ENCONTRAR TODAS LAS PALABRAS
ESCONDIDAS EN EL ROMPECABEZAS?

AMABLE
AMOR

GOZAR
RESPECTO

RISA
SONRISA

N	E	F	M	L	I	L	H	A	S	H	J	T	O	P	R	V
Z	G	O	Z	A	R	G	I	H	Q	M	C	A	Y	I	E	B
J	F	E	V	O	U	N	K	A	M	A	B	L	E	D	S	V
U	N	S	O	N	R	I	S	A	P	S	T	L	D	L	P	H
H	C	B	L	Y	I	D	F	S	A	M	O	R	E	Y	E	J
G	D	X	R	R	S	D	E	Y	E	E	T	C	V	U	T	W
F	A	R	G	E	A	R	B	E	J	N	G	F	X	D	O	L

¡Comienza la conversación!

**adolescentes
(de 10-14)**

¿DE QUE HABLAMOS?

¡HABLEMOS DE AMOR!

¿Qué piensas acerca de tener un novio(a)?

¿Cómo te gustaría que te trataran?

¿Cuáles son las cosas que no te gustaría?

*¿Alguno de tus amigos(as)
tiene novio(a)?*

*¿A que se parece el respeto
entre parejas?*



Mantenga la calma e intente no reaccionar, solo escuchar.

¿Por qué? Algunos jóvenes de esta edad tienen fuertes sentimientos que no logran siempre entender y necesitan ayuda.

PREGUNTE - ESCUCHE - MANTÉNGASE CONECTADO/A

SABES CÓMO QUIERES SER TRATADO/A. SI TIENES UN AMIGO/A QUE NO TE ESTÁ TRATANDO DE ESA MANERA, PONLE PAUSA A ESA RELACIÓN.

JUEGO DE ALFABETO

PIENSA EN PALABRAS QUE DESCRIBEN LA CLASE DE PERSONAS CON LAS QUE TE QUIERES RELACIONAR. TOMEN TURNOS Y HÁGANLO ALFABÉTICAMENTE.



¡Comienza la conversación!

adolescentes
mayores
(de 14-18)

¿Alguno de tus amigos tiene novio/a?

Solíamos llamarlo noviazgo. ¿cómo le llaman tú y tus amigos?

¿Con qué tipo de persona te gustaría estar?

¿Qué es lo divertido en un noviazgo? ¿Qué es lo difícil?

¿Qué es algo que da miedo?

¿Cómo crees que las personas que andan de novios deberían tratarse entre sí?

Tenga esta conversación en el coche.

¿Por qué? El contacto visual puede hacer las cosas más intensas. Hablar mientras conduce puede ayudar a que los adolescentes se sientan más cómodos.

NO ESPERE, SÓLO PREGUNTE

PREGUNTE - ESCUCHE - MANTÉNGASE CONECTADO/A

EN LAS
PELÍCULAS LAS
RELACIONES
SON SIEMPRE
DRAMÁTICAS,
PERO LAS
RELACIONES
DE LA VIDA
REAL ¡NO
TIENEN QUE
SERLO!

¿CLASIFICADA R?

VEA UNA PELÍCULA CON UN AMIGO/A Y EVALÚE LAS
RELACIONES QUE VEA. ¿ESTÁN DE ACUERDO CON
LAS CLASIFICACIONES, POR QUÉ O POR QUÉ NO?

Divertido/agradable

ambas personas se lo están pasando bien



Respeto

*ambas personas comparten la toma de
decisiones y son libres de elegir lo que
prefieren.*



Drama

*muchos gritos, rupturas/reconciliaciones y/o
posesividad*



Violencia = pasión

*agarrar, abofetear, empujar como una forma
de mostrar cuán "intenso" es el amor*



¡Comienza la conversación!

**adultos
(mayores
de 18)**

¿Cómo va su relación?



¿Le preocupa alguna de las relaciones de sus amigos?

¿Cómo se discute de una manera saludable con una pareja?

¿Qué está funcionando bien en su relación?

¿Qué desearía que fuera diferente en su relación?

No espere hasta que le preocupe alguien. Preguntele a todos sus amigos acerca de su relación.

¿Por qué? Es mucho más fácil para los amigos recurrir a usted cuando las cosas no van bien si el platicar sobre relaciones es algo que ya hacen.

TODOS NECESITAMOS A UNA PERSONA CON LA QUE PODAMOS HABLAR

PREGUNTE - ESCUCHE - MANTÉNGASE CONECTADO/A

SIEMPRE ES
DIVERTIDO
CHISMEAR
SOBRE LA
VIDA DE LAS
ESTRELLAS DE
LA FARÁNDULA
Y ESO PUEDE
FACILITAR EL
PASO PARA
HABLAR SOBRE
NUESTRAS
PROPIAS
RELACIONES.

TOMAR UN CAFÉ

**CONSIGA UNA REVISTA DE LA FARÁNDULA, VAYA
A TOMAR CAFÉ CON UN/A AMIGO/A Y PÓNGASE A
CHISMEAR. ¿QUIÉN PIENSA USTED QUE TIENE UNA
GRAN RELACIÓN? ¿QUIÉN TIENE UNA RELACIÓN QUE NO ES SANA?**





Recursos

Este sitio está diseñado para abordar los problemas entre adolescentes que están saliendo o que tienen una relación de noviazgo y que enfrentan situaciones como mensajes de texto constantes y controladores presionando para obtener imágenes de desnudos y entrando sin permiso a sus páginas de correo electrónico o de redes sociales.

**THATS
NOT COOL
.COM**



SCARLETEEN
sex ed for the real world

Este sitio está dirigido a personas adolescentes y veinteañeros, ¡pero es genial para todos! Ofrece ayuda e información sobre la sexualidad que es inclusiva, integral e inteligente.

Encuentre enlaces a estos sitios y más en wscadv.org/howsyourrelationship



love is respect TM org

La línea de ayuda nacional para el abuso entre parejas adolescentes (National Teen Dating Abuse Helpline) es anónima, confidencial y está disponible las 24 horas del día. Llame al 866-331-9474 (866-331-8453 TTY), converse en línea en cualquier momento o envíe un mensaje de texto con "lovelis" al 77054.

100 Conversations
brought to you by P.O.P!

Fue creada para ayudarnos a todos a tener "la charla". Es más fácil de lo que piensa. Tendrá cien conversaciones con sus amistades o familiares de todos modos, así que, ¿por qué no hacer que cuenten?

¿Sabes qué? ¡Compartir esto con otras personas y preguntar qué piensan es iniciar una conversación!



¿No sabe la respuesta?

“Honestamente, no lo sé. Déjeme investigar un poco y hablamos mañana.”

¿La conversación no va a ninguna parte?

Cuando la respuesta son pocas palabras o silencio, lo mejor es retroceder y volver a intentarlo otro día. Con el simple hecho de formular la pregunta, las personas saben a donde pueden acudir cuando estén listo/as.

¿Perplejo?



¿SE SIENTE NERVIOSO/A AL PENSAR EN LO QUE PUEDE SURGIR?

ATRAVIESE ESOS MOMENTOS INCÓMODOS CON ESTOS CONSEJOS

Totalmente asustado/a por lo que acaba de escuchar?

“Me complace que estés hablando conmigo y deseo seguir haciéndolo. Sin embargo, me ayudaría tomar un poco de tiempo para pensar en todo esto. ¿Podemos volver a platicar la próxima semana?”

¿No se siente bien con su propia relación?

No necesita tenerlo todo resuelto para apoyar a otra persona. Revisa la tarjeta de “Recursos” y piensa en quien podrías confiar, aun si esa persona jamás te haya preguntado directamente “¿Cómo anda tu relación?”

¡PUEDE HACERLO!



©WASHINGTON STATE COALITION AGAINST DOMESTIC VIOLENCE * WSCADV.ORG