

# La Comunicación entre Padres e Hijos





### **Bienvenida e Introducción**

La educación en general es importante y eso también incluye la salud sexual. Uno de cada cuatro adolescentes todavía se encuentra confundido sobre la información de salud sexual que recibe. Los adolescentes acuden a sus amigos, la televisión y el internet para buscar respuestas a las preguntas de salud sexual. Los padres pueden servir como punto de contacto para los adolescentes teniendo e impartiendo una comunicación honesta. La mayoría de los padres están de acuerdo que ellos pueden influenciar las decisiones que sus hijos toman sobre el sexo. Este libretto está dirigido para resaltar las oportunidades para que los padres mejoren la comunicación con sus hijos (especialmente los adolescentes).

La participación y comunicación de los padres en la salud sexual de sus hijos pueden dar resultados positivos. Esto incluye servir de protección al retardar la iniciación sexual y el disminuir el consumo de sustancias entre los jóvenes.



## Reconectándonos con Nuestros Valores y Propósitos

- **Mis valores personales:**
- ¿Qué significan para mí?
- ¿Por qué son importantes para mí?
- ¿Cómo puedo transmitir estos valores a mis hijos?

*(Usa la sección al final para sus notas)*



## **La Importancia de Entender la Salud Sexual & Reproductiva y los Derechos**

- ¿Cuáles son los retos?
- ¿Cómo nos podemos preparar para comunicarnos mejor?
- ¿Qué pasa cuando nos comunicamos bien?

*(Usa la sección al final para sus notas)*



¿Cómo le diré a mi papá que quiero esperar para tener relaciones sexuales?

## Reflexionando Sobre lo Que Aprendí Sobre el Género y la Sexualidad

Género: \_\_\_\_\_

La Sexualidad: \_\_\_\_\_

Valores Culturales: \_\_\_\_\_



Yo he hablado con mi hijo de la salud sexual más de una vez.

Quiero triunfar en la vida, quiero graduarme de la escuela y tener una carrera pero no quiero ser papá en mi adolescencia.

### Plan de Acción para la Conexión

Identifique DOS áreas que le gustaría desarrollar o mejorar:  
(Ejemplos: escuchar mejor a mis hijos, participar en sus actividades)

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_

# Objetivos y Actividades

---

Seleccione solamente una área y desarrolle objetivos (esta área puede requerir varios pasos de acción).

De la pagina anterior, crear un objetivo. Le podría ayudar si piensa en las siguientes preguntas:

- ¿Que quiero hacer con mi hijo(a)/hijos?
- ¿Qué tan seguido?
- ¿Cuándo empezaré?

*Ejemplo: Participaré, una vez al mes, por tres meses, en una actividad de mi hijo/hija.*

Mi Objetivo #1 es: \_\_\_\_\_

---

Paso de Acción	Fechas para llevarlo acabo

Mi Objetivo #2 es: \_\_\_\_\_

---

Paso de Acción	Fechas para llevarlo acabo

# Declaración Personal:

---

- Yo soy responsable de mi propio desarrollo y estoy en control de mi aprendizaje y búsqueda de información responsable sobre la salud sexual y los servicios disponibles.

- Yo haré \_\_\_\_\_  
(Describe el reto)

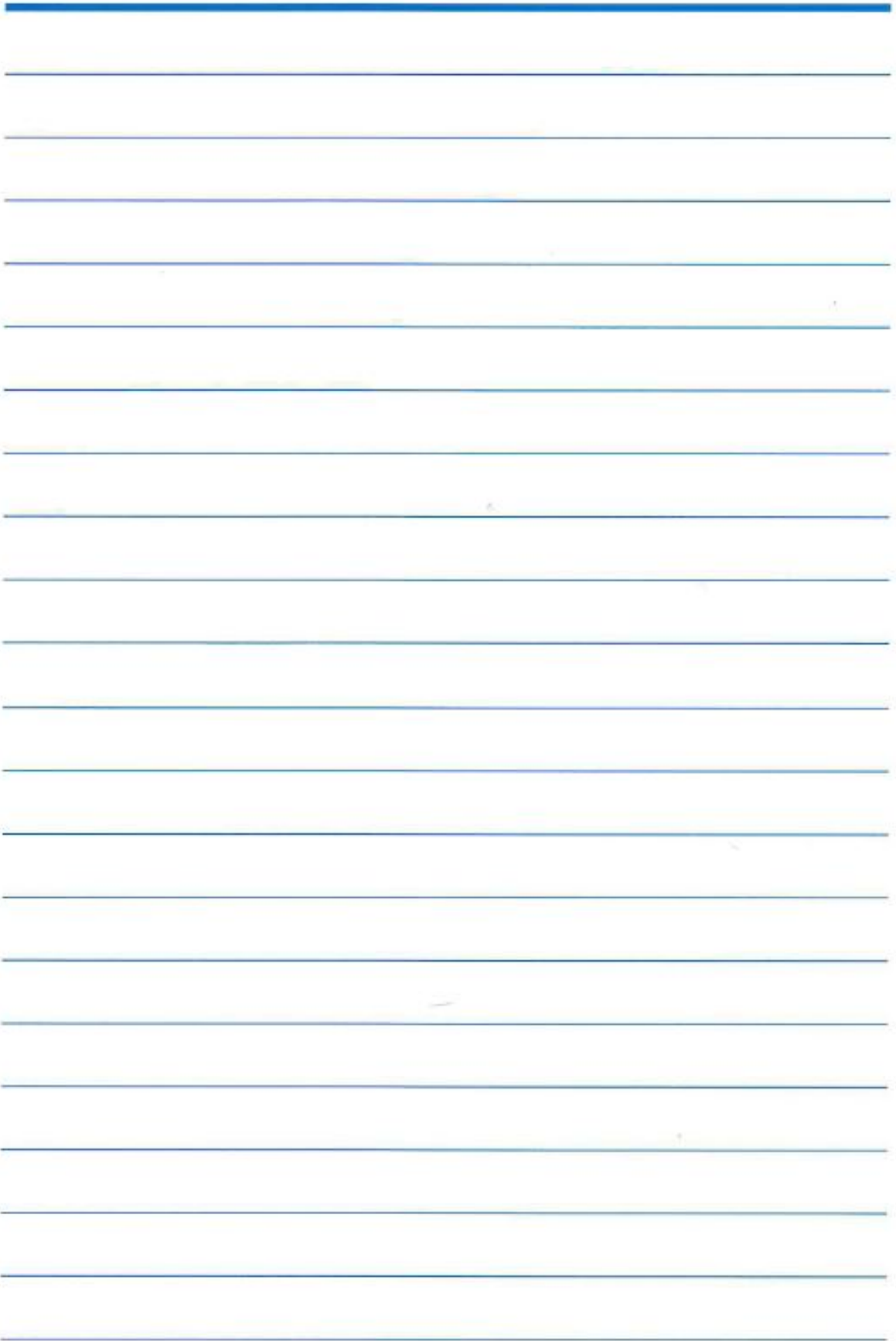
- Mi "éxito" más inmediato será \_\_\_\_\_
- 

- Yo completare mi primer reto para:

Fecha \_\_\_\_\_ Hora \_\_\_\_\_ Localidad \_\_\_\_\_









[www.pposbc.org](http://www.pposbc.org)