

SEXUALIPEDIA



RELACIONES SALUDABLES Y NO SALUDABLES

#30

MATERIAL DIDÁCTICO



¿NI SABES LO QUE PASÓ HOY!
¡FUE HORRIBLE!

LUCY, QUIÉN SE SUPONE QUE ES MI MEJOR AMIGA, ME PROMETIÓ QUE ÍBAMOS A IR AL CENTRO COMERCIAL. DESPUÉS ME ENVIÓ UN MENSAJE PARA CANCELAR, ASÍ QUE BUSQUÉ A KARLA, MI CASI MEJOR AMIGA.

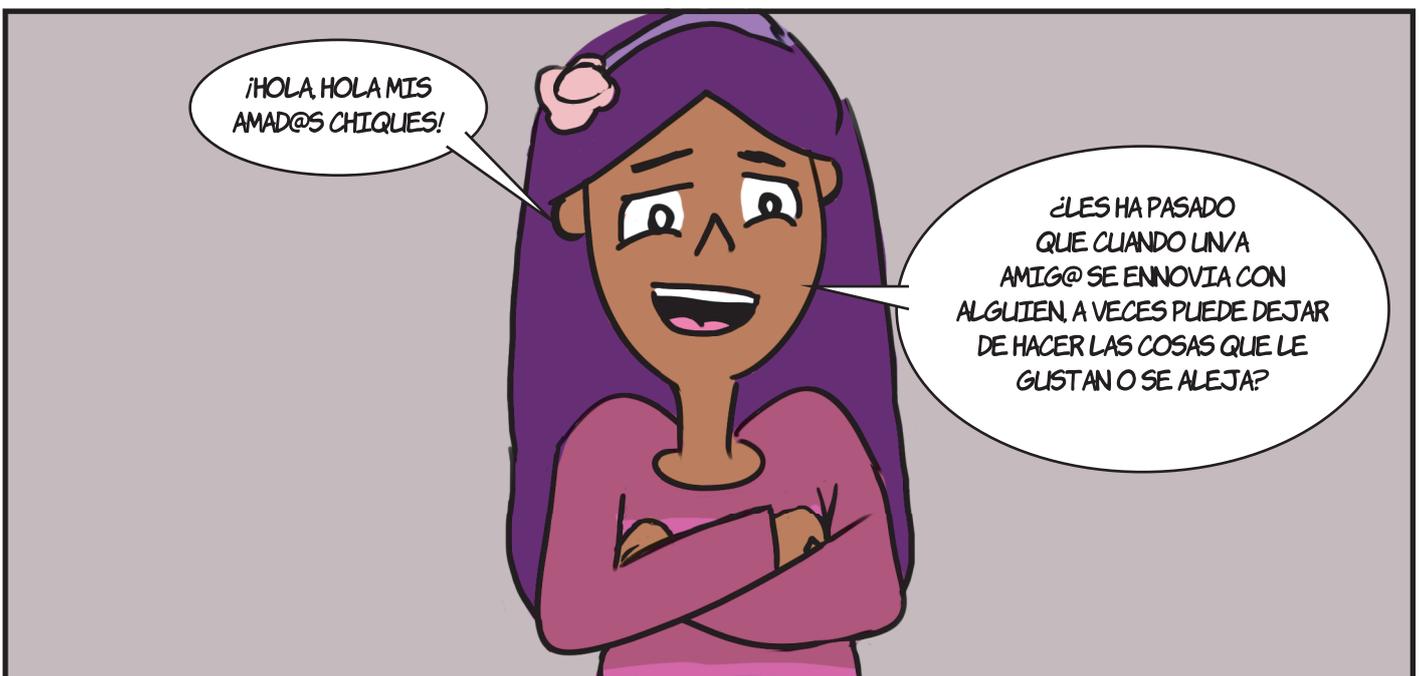


LUEGO, EN EL CENTRO COMERCIAL, EN EL PATIO DE COMIDAS, ¡NO CREERÁS A QUIÉN VÍ!



EXACTO. ERA LUCY Y ESTABA CON PACO, SU NUEVO NOVIO. ¡AISH! ¡LA ODIÓ!

TENGO TANTA SUERTE DE TENERTE... ¡TÚ SI SABES ESCUCHAR!



¡HOLA, HOLA MIS AMAD@S CHIQUES!

¿LES HA PASADO QUE CUANDO UNA AMIG@ SE ENNOVIA CON ALGUIEN, A VECES PUEDE DEJAR DE HACER LAS COSAS QUE LE GUSTAN O SE ALEJA?



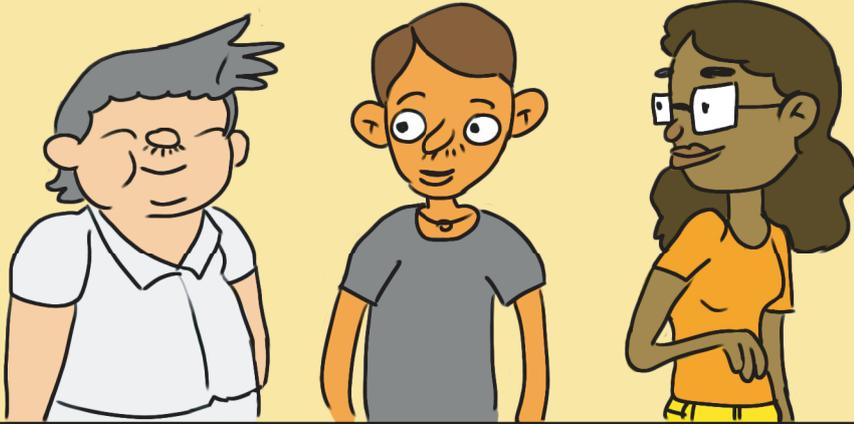
GENERALMENTE TOD@S QUEREMOS PASAR MÁS TIEMPO CON NUESTROS@ AMIG@S QUE CON LA FAMILIA. ¡Y ES NORMAL!



ALGUNAS AMISTADES SE HACEN MÁS FUERTES, OTRAS SE ACABAN Y ALGUNAS AMISTADES SE CONVIERTEN EN ALGO MÁS



LO CIERTO ES QUE ESTAR EN UNA RELACIÓN SALUDABLE, YA SEA DE AMISTAD O AMOROSA, PUEDE SER DIVERTIDO PERO COMPLICADO.



AQUÍ ALGUNAS COSAS QUE TIENEN LAS RELACIONES SALUDABLES...



1. APOYO Y MOTIVACIÓN PARA ENTENDER LAS NECESIDADES Y PROYECTOS PERSONALES DE CADA UN@ Y POTENCIARLOS
2. INTERÉS POR LO QUE PIENSAS Y SIENTES Y LE INTERESARÁ LO QUE QUIERAS DECIR.

3. RESPETO Y CLARIDAD PARA EXPRESAR OPINIONES Y SENTIMIENTOS CUANDO HAY DIFERENCIAS.



EN UNA RELACIÓN SALUDABLE ES NORMAL QUE EXISTAN DIFERENCIAS. ¡Y HABLANDO, OBVIO QUE SE PUEDEN RESOLVER!



4. SE ESTABLECEN ACUERDOS CON EQUIDAD.



HABRÁ OCASIONES EN LAS QUE TENDRÁS QUE CEDER, PERO EN UNA RELACIÓN SALUDABLE NO SIEMPRE DEBERÁ SER LA MISMA PERSONA LA QUE CEDA.



EN CAMBIO, EN LAS RELACIONES NO SALUDABLES, USUALMENTE, PUEDE HABER MANIPULACIÓN, CONTROL, CELOS Y VIOLENCIA DE DISTINTO TIPO.



POR EJEMPLO, SI ALGÚN AMIGO, AMIGA O TU PAREJA TE HACE SENTIR MAL, TE ENGAÑA O TE OBLIGA FÍSICA O SEXUALMENTE A HACER ALGO QUE NO DESEAS, ENTONCES NO ES UNA RELACIÓN SALUDABLE PARA TI.



¡LA DIFERENCIA ESTÁ EN CÓMO TE SIENTES!



UNA RELACIÓN SALUDABLE, YA SEA DE AMISTAD O AMOROSA, DEBE HACERTE SENTIR SEGUR@ Y CÓMOD@ CONTIGO MISM@.



ES IMPORTANTE QUE
CUIDEN SUS RELACIONES
CON BUENA COMUNICACIÓN,
RESPECTO, SINCERIDAD FRENTE A LO
QUE SIENTEN Y DESEAN,
¡SIENDO RESPONSABLES Y EMPÁTICOS
CON USTEDES MISMOS Y CON LOS
DEMÁS!



¡NADA MEJOR QUE TENER
VÍNCULOS EN DONDE
TODOS ESTÉN DE ACUERDO,
DONDE HAYA RESPETO Y
BUEN TRATO!
Y OTRA COSA MIS CHIQUES...
¡QUÉDENSE DONDE PUEDAN
SER USTEDES MISMOS!
¡ESO ES GENIAL!



BUENO, CREO QUE
DEBO HABLAR CON MI
AMIGA DE LO QUE PASÓ.
DESEENME SUERTE.

¡HASTA LA
PRÓXIMA!



SABÍAS QUE...

5 claves para construir vínculos o relaciones saludables:

- 1.- Confianza, porque fomenta la aceptación y el apoyo mutuo.
- 2.- Apertura y honestidad, porque ayudan a expresar con libertad y sinceridad sentimientos, sueños y temores.
- 3.- Buena comunicación, porque promueve la existencia de momentos para dialogar con empatía.
- 4.- Respeto, porque fomenta la armonía y el afecto.
- 5.- La escucha activa, porque permite que cada persona se sienta tomada en cuenta y que su opinión es importante.

RECUERDA

Para erradicar la violencia en una relación amorosa o de amistad es necesario replicar prácticas y actitudes que fomenten la igualdad y cuestionen cómo se construyen las masculinidades tradicionales y su papel en el problema de la violencia.

educa

amaze

**Advocates
for Youth**
Young. Powerful. Taking Over.



GRUPO
**MONO
COMICS**

**Sexualidad
Sin Misterios**

