

LA GUÍA SOBRE

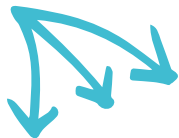
“QUE PASARÍA SI”

PARA DAR UN BUEN CONSEJO

¿QUE PASARÍA SI

- Tus amigos te preguntan si alguien puede dar consentimiento para tener relaciones sexuales cuando está borracho?
- Alguien en tu clase bromea sobre la violación?
- La pareja de tu amigo publica en línea una foto de tu amigo sin ropa?

MÁS + RESPUESTAS



QUE PASARÍA SI:
NOIAZGOS & SEXO

QUE PASARÍA SI:
OTRAS COSAS

INTENTA ESTO



¿QUE PASARÍA SI

SOUND ADVICE TIP

Tus amigos te preguntan si alguien puede dar consentimiento para tener sexo cuando está borracho?

Habla sobre lo que significa consentimiento. En resumidas cuentas, es cuando ambas personas están de acuerdo y entusiasmadas sobre ello. Si alguien está tomado, no puede dar consentimiento para tener sexo.

“Si alguien ha estado tomando, no puede tomar decisiones claras. La persona deseando tener sexo con la otra debe parar.”

La pareja de tu amigo publica en línea una foto de tu amigo sin ropa?

Escucha y aprende lo que desea hacer. Comparte tu preocupación sobre señales de alerta: el no respetar límites, falta de confianza, o el tratar a alguien como si fuera objeto.

“Hacer esto es como tratarte sin importancia y yo pienso que tu sí importas. ¿Como te puedo ayudar?”

Notas que la persona con quien sale tu amigo hace que no pase tiempo contigo o con otras personas?

Ayuda a tu amigo a darse cuenta que lo que está ocurriendo no es saludable. Hazle saber que este tipo de comportamiento no es “normal” y que no es su culpa.

“¿Por qué crees que tu pareja no quiere que pasemos tiempo juntos? ¿No te parece extraño eso?”

Esta persona con quien trabajas dice: “Mi pareja me debe sexo porque hemos estado saliendo por mucho tiempo.”?

Comenta que el sexo es algo en lo que ambos están de acuerdo y entusiasmados. No es nunca algo que se debe.

“Oye ahora, no existe ‘deuda’ de sexo. Eso parece como si tu pareja es de tu propiedad o algo así.”

Algunos de tus amigos dicen que no desean sext pero lo hacen de todos modos?

Recuérdales que el sentir presión y culpabilidad para hacer algo no es lo que ellos merecen.

“Eso suena como si tu no deseas sext entonces pon atención a eso. Todos tenemos el derecho a decir que ‘no’ a cosas que nos incomodan.”

QUE PASARÍA SI:
NOVIAZGOS & SEXO

QUE PASARÍA SI:
OTRAS COSAS

INTENTA ESTO



¿QUE PASARÍA SI

SOUND ADVICE TIP

Alguien en tu clase dice: "Nuestro equipo fue violado anoche en nuestra propia cancha."?

Dile que bromear sobre la violación y otros tipos de violencia sexual nunca está bien.
"Espera, no está bien. Eso es una broma sobre violación. Y la violación es un gran problema."

Alguien dice: "Claro que les toquetearon. ¿Viste cómo estaban vestidos?"

Expresa que el acoso sexual nunca está bien, no importa lo que la persona esté usando.
"No importa como estaban vestidos. Toquetear a alguien nunca está bien. ¿Porque insistes tanto en la ropa y no en el toqueteo?"

Uno de tus amigos te dice: "Alguien de la escuela me sigue molestando en las redes sociales y eso me está asustando."?

Explícale que eso suena a acoso. Las personas acosadoras se obsesionan con sus víctimas y desean poder sobre ellas. Para parar eso, toma fotografías capturando las pantallas (*screenshot*), bloquéalas y repórtalas.
"Las personas que acosan a alguien desean control. Ellos saben dónde estás y que esas haciendo todo el tiempo. Esto no es normal. Tienes que bloquear y reportar a esa persona."

Alguien en tu trabajo te dice: "Ellos toman mi teléfono y revisan mis textos y fotos sin mi permiso."?

Expresa preocupación, confirma que esto es algo importante, y diles que lo que pasa no es su culpa. Pregunta cómo puedes ayudar.
"Siento mucho que te pase esto. Está muy mal. ¿Como te puedo ayudar?"

Uno de tus amigos llama a otra persona "puta" porque es pansexual?

Diles que las palabras como "puta" se utilizan para lastimar a las personas por tener una sexualidad.
"Auch. Eso es cruel. Nadie merece ser avergonzado por ser quien es."

QUE PASARÍA SI:
NOVIAZGOS & SEXO

QUE PASARÍA SI:
OTRAS COSAS

INTENTA ESTO

INTENTA ESTO

¿Como deberías dar consejo o expresar preocupación cuando amigos o conocidos han vivido violencia sexual? Aquí están algunas recomendaciones para ayudarles a sentirse escuchados, seguros y respetados.



- ✓ Sé un buen oyente. Si es posible, trata de reunirte en persona en vez de comunicarte por texto, en redes sociales, o por teléfono. No presiones si ellos no están listos para hablar.
- ✓ Sé comprensivo. Reconoce sus sentimientos y respeta sus decisiones. Pregúntales cómo les gustaría que les ayudes.
- ✓ Diles que tienes preocupación por su seguridad y que quieres ayudar.
- ✓ Ayúdales a darse cuenta o a aceptar que lo que ha pasado no es saludable. Diles que este tipo de cosas no es “normal” y que no es su culpa.
- ✓ Conéctales con recursos que pueden ayudarles a salir de la situación.

- ✓ Ayúdales a desarrollar un plan de seguridad.
- ✓ Muéstrales que eres alguien de quien pueden depender. Escúchales sin juzgar. Haz lo que dices que vas a hacer.
- ✓ No apoyes revancha contra el abusador. Esto puede agravar la situación.
- ✓ Ayúdales a identificar a otras personas quienes también puedan ayudar. Recuérdales que tú quieres ayudar y que otros pueden hacerlo también en distintas formas. Ofréceles encontrar a un adulto seguro para que ellos puedan intervenir rápidamente para dar apoyo.
- ✓ Si ellos están en una relación no saludable, trata de entender que ellos posiblemente se van a quedar en ella. O que tal vez se alejen, pero regresen. Sé paciente, continúa mostrando apoyo, y deja que actúen a su propio paso.

QUE PASARÍA SI:
NOVIAZGOS & SEXO

QUE PASARÍA SI:
OTRAS COSAS

INTENTA ESTO

*Buen consejo = cuando crees en relaciones saludables; deseas apoyar a amigos y compañeros; reconoces que el abuso nunca está bien; entiendes que el poner un alto a la violencia sexual empieza con la comunidad ... **CON TODOS NOSOTROS.***

**EL DAR CONSEJOS COMO ESTOS
REALMENTE SE SUMA A LA PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA SEXUAL.
BUEN TRABAJO.**



**APRENDE MÁS - MUCHO MÁS - Y OBTEN
EL APOYO QUE NECESITAS:**

itstartswithusNM.org

Algún contenido ha sido adaptado
de Love is Respect, Not On My Watch,
Planned Parenthood, Scarleteen, A
Thin Line

Síguenos:
Facebook: @StartsWithUsNM
Twitter: #StartsWithUsNM

