



**araluz**  
CENTRO TERAPÉUTICO

# Pauta de preguntas para trabajar con sus hijos en casa

## 1. Preguntas para empezar desde lo cotidiano

*¿Han hablado en el colegio sobre sexualidad o sobre el cuerpo últimamente?*

*¿Hay cosas que te llamen la atención sobre los cambios que estás viviendo?*

*¿Has escuchado a amigos hablar de temas que te hayan dado dudas?*

## 2. Preguntas que validan sus emociones y curiosidades

*¿Hay algo que te dé vergüenza o que te cueste entender sobre lo que estás sintiendo?*

*¿Te ha pasado que alguien te dijo algo sobre el cuerpo, el amor o el sexo y no supiste qué pensar?*

*¿Qué cosas te gustaría saber y no sabes si está bien preguntar?*

## 3. Preguntas para hablar sobre vínculos y consentimiento

*¿Qué crees que significa respetar a otra persona cuando te gusta?*

*¿Cómo te gustaría que alguien te trate si siente algo por ti?*

*¿Sabes que siempre podés decir que no, incluso en cosas pequeñas como abrazos o bromas?*

#### **4. Preguntas para hablar sobre lo que ven o escuchan**

*¿Te ha salido algo raro en TikTok, Instagram o en un juego, y no supiste si era normal?*

*¿Alguna vez viste algo en internet que te hizo sentir incómodo o confundido?*

*¿Crees que lo que se ve en las redes es igual a lo que pasa en la vida real en temas de amor o sexo?*

#### **5. Preguntas que muestran disponibilidad sin presión**

*¿Quieres que hablemos de algunos temas que a mí también me costaron cuando tenía tu edad?*

*Si tienes una duda y no sabes cómo preguntarla, ¿te gustaría escribirla o dejarla anotada?*

*¿Te gustaría que este tema lo conversemos más seguido? Se que resulta incómodo (para ti y para mí) pero es muy necesario.*

#### **Libros recomendados:**

- *Sexo Inteligente. Manual de Sexualidad Para Adolescentes de Andrea Huneus.*
- *Cómo Educar Niñas Y Niños Sexualmente Inteligentes de Rodrigo Jarpa.*
- *Puber preguntas. Todo lo que necesitas saber sobre sexualidad a esta edad de Tera Ideas*
- *Wara, mi camino a ser hombre de Tera Ideas.*
- *100 preguntas sobre sexualidad adolescente (lo buscan así tal cual en google y les aparece un PDF)*

**Recuerden que ustedes serán sus guías en el viaje más importante:  
conocerse, valorarse y respetarse a sí mismos y a los demás.**

**Cualquier duda que tengan me pueden escribir a  
[michelle.pollmann@gmail.com](mailto:michelle.pollmann@gmail.com)**