

CENTRO DE BIENESTAR DE LEIGH BOLETIN

FEB '23

Proximos Eventos



Recursos

- Todo sobre el consentimiento
- Consentimiento y té
- Que es el abuso sexual y asalto
- Padres: Cómo hablar sobre el consentimiento con sus hijos Línea de ayuda nacional de abuso en el noviazgo adolescente El Amor es Respeto-Llame al 1-866-331-9474 o TTY 1-866-331-8453
- Línea directa de RAINN
- <u>Llame al 800-656-HOPE (4673) para comunicarse con un miembro del personal capacitado de un proveedor de servicios de agresión sexual en su área.</u>
- Visite rainn.org para chatear uno a uno con un especialista capacitado de RAINN.

<u>Libro recomendado por el Centro De</u> <u>Bienestar De Leigh</u>

The Triple Bind

by Stephen Hinshaw Ph.D. (Author)

https://a.co/d/8AdaZvL

Know My Name

by Chanel Miller

https://a.co/d/0Z68x8r

<u>Consentimiento / Violencia en el Noviazgo Adolescente</u>

El consentimiento es un acuerdo entre personas que participan en una actividad. El consentimiento se habla más comúnmente en el contexto de la actividad sexual, pero también se aplica a otras actividades, como pedir un abrazo o tomar una foto de alguien. Hay 5 principios básicos para dar consentimiento:

Sin Presión: Diciendo 'si' sin presión o manipulación. No está bien engañar, presionar o manipular a alguien para que haga algo. No puedes dar su consentimiento si estás borracho, drogado o desmayado. Reversible: Está bien decir que 'si' y luego cambiar de opinión en cualquier tiempo si te sientes uncomfortable o insegura. Respete su decisión y no avergüence a la persona por cambiar de opinión. Informado: No hay mentira ni engaño. Solo puede dar su pleno consentimiento si tiene todos los hechos. Si alguien mintió sobre qué esperar, no cuenta como consentimiento total. Entusiasmado: Te sientes feliz o emocionado porque TU quieres y no porque tu piensas que deberías o porque los demás esperan que lo hagas. Especifico: Decir 'si' una vez no significa que estás diciendo 'si' a tiempos futuros ni otras actividades. Necesitas consentimiento cada vez, incluso si ha realizado la actividad antes. El consentimiento es un proceso continuo de discusión y respeto de los límites. Si alguien te obliga a hacer algo que te hace sentir incómodo, no está respetando tus límites y eso no está bien. Si no das tu consentimiento y alguien te obliga a hacer algo sexual, eso es agresión sexual. Si tu o alguien que conoces ha sido agredido sexualmente, hable con una persona de confianza y obtenga ayuda.

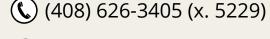
A veces, hablar o escuchar sobre cosas como la agresión sexual o la violencia doméstica puede dar miedo o intimidar, pero alrededor del 10 % de los adolescentes en los Estados Unidos son víctimas de violencia en el noviazgo adolescente, y 15 % de las víctimas de agresión sexual tienen entre 12 y 17 años. Es importante tener conversaciones continuas y honestas porque pueden afectar a ti o a alguien que conoces. La violencia en el noviazgo adolescente puede incluir acecho, acoso, abuso físico o sexual por parte de alguien con quien tienes una relación romántica o íntima. El desarrollo de este tipo de relación puede tener un impacto a largo plazo en la víctima, como tasas más altas de depresión y ansiedad, el desarrollo de habilidades de afrontamiento poco saludables como el uso de drogas/alcohol y pensamientos suicidas. Este febrero es el Mes de Concientización sobre la Violencia entre Parejas de Adolescentes, y muchas organizaciones no solo están amplificando las voces de las víctimas, sino que quieren enfatizar cómo los adolescentes pueden desarrollar relaciones positivas, saludables y seguras. Aprender a establecer y mantener límites saludables, comprender el consentimiento y poder pedir ayuda cuando la necesite son todas formas en las que puede empoderarse contra la violencia entre parejas adolescentes. Si tu o alguien que conoces es una víctima, puede comunicarse con un adulto de confianza o puedes comunicarte con una de estas organizaciones:

Love is Respect National Teen Dating Abuse Helpline - Habla 1-866-331-9474 or TTY 1-866-331-8453 Rape, Abuse & Incest National Network's (RAINN) National Sexual Assault Hotline - Habla 800-656-HOPE (4673)

Room 29 (Next to CCC)



https://bit.ly/LeighWC



LHSwellness@cuhsd.org



8:30 am - 2:20 pm



