

¿PADRES Y MADRES EN LA DIGITALIDAD?

PSC. CL. LORENA VILLACIS R.

DOS DISCURSOS SE IMPONEN A PADRES Y MADRES EN ESTA ERA DIGITAL...

- Proteger a nuestros hijos/as de los peligros asociados a la digitalidad - “mas desconexión, menos pantallas”
- Aceptar todos los cambios, delegar decisiones, ignorar problemáticas - “dejar hacer”


Educar en la era digital deja de ser un proceso y se convierte en un objetivo:

Proteger / Preparar

¿QUÉ IDEA TENEMOS SOBRE LA TECNOLOGÍA?

- PREJUICIOS:

- Sobre la relación de las nuevas generaciones con la tecnología.
 - “Tenemos una mejor educación o mejores valores porque no tuvimos acceso a la tecnología como las generaciones actuales”
- Sobre los modos de educar, permitir o prohibir de otros padres y madres.
 - “Los padres son muy permisivos”
 - “Les dan el celular a sus hijos en edades que no deberían”
- La tecnología es peligrosa.
 - “El internet es peligroso”
 - “les hace facilistas a los niños y niñas”
 - “las pantallas destruyen las relaciones”



“Con o sin prejuicios, el primer paso es asumir que, en cada familia, estamos todos aprendiendo. Nuestros hijos por edad y momento vital; nosotros por falta de referencias, por el ritmo de vida y por la exigencia constante que representa educar”

MARÍA ZABALA

ALGUNAS IDEAS....

- Hay varias formas de relacionarnos, interactuar, crear, aprender, o jugar a través del mundo digital.
- **NO** hay solo una forma correcta
- Nuestros hijos/as **NO** han conocido otra realidad que no sea esta

**¿QUÉ NOS PREOCUPA DE
LA TECNOLOGÍA Y DEL
USO DE REDES
SOCIALES?**

MAYORES PREOCUPACIONES

El impacto de las pantallas sobre el desarrollo cognitivo y emocional

El uso excesivo de redes sociales, videojuegos

Exposición a violencia en Internet


Cumplir retos, chatear o ver vídeos inapropiados

Que sean víctimas o ejecutores de acoso, que corran riesgos o intercambien mensajes de odio o intolerancia, que se amparen en el anonimato.

Que imiten a personas cuyo perfil no nos parezca la mejor referencia,

Que construyan la forma de verse a si mismos/as a partir de *likes* y seguidores,

Que expongan su vida privada



“Preocuparse por lo que le pueda pasar a tu hija/o en un campamento no puede ser el único factor que determine la decisión de que vaya o no; influirán su edad, lo que sepas sobre el campamento, que sea la/el primogénito o la/el cuarto, tu propia experiencia si has ido a alguno, que esté al otro lado del océano o a una provincia de distancia, que la niña/o haya dormido fuera de casa alguna vez...

De la misma manera, la preocupación por el impacto de la sociedad conectada sobre infancia y adolescencia no debería ser el epicentro de las decisiones sobre la vida digital de nuestros hijos; son muchos los matices que influyen en cada familia y su relación con las pantallas”.

MARÍA ZABALA

**PENSAR QUÉ TE PREOCUPA
CON CADA UNO DE TUS
HIJOS/AS EN FUNCIÓN DE SU
EDAD Y DE SUS MODOS DE
SER**

PRIMER PASO....

Conocer a nuestros hijos/as
¿qué tipo de experiencia digital podrá
representar un riesgo o una
oportunidad?

- ¿es sedentario/a?
- ¿es extrovertido/a o introvertido/a?
- ¿tiene mayor seguridad en sí mismo o no?
- ¿tiene conductas mayormente impulsivas?
- ¿es reflexivo/a?
- ¿Es crítico/a con algunos temas?
- ¿Le cuesta esperar?

SEGUNDO PASO

Aprender sobre el alcance real de lo que nos preocupa

- ¿es posible que eso que me preocupa pase realmente?
- ¿Qué tanto de lo que me preocupa está vinculado a lo que escucho sobre los peligros de la tecnología y no tanto en lo que conozco de mi hijo/a?

TERCER PASO

Intervenir:
DECIDIR cómo abordarlo y
hacerle frente

- ¿Con qué recursos cuento?
- ¿Qué medidas debo tomar en función de la edad de mi hijo/a?
- ¿Qué cambios debemos hacer en casa?

¿TIEMPO EN PANTALLA?

- “Si me preocupa el **tiempo** que pasen utilizando dispositivos, tendré que inculcar costumbres. Esas costumbres no serán hábitos si no forman parte de la convivencia familiar, y no podré asentárselas si empiezo cuando los hijos son adolescentes; tendré que *ponerme las pilas antes*”

¿Qué costumbres puedo empezar a introducir en casa?

¿CONTENIDOS?

¿conversamos en casa sobre los contenidos que pueden aparecer en internet?

- “Si me preocupan los **contenidos** que puedan encontrarse en Internet y el efecto que tengan sobre su desarrollo, salud o forma de pensar y actuar, tendré que esforzarme en hablar con mis hijos sobre el mundo que los rodea, compartiendo mi visión desde la conversación y no solo la imposición.

¿ENTRETENIMIENTO?

- “Si me preocupa que solo quieran **entretenerse** con pantallas, tendré que inventar **alternativas** para su ocio. Y no solo alternativas sin pantallas”

¿qué tipo de actividades planteamos en casa?

¿qué actividades con pantallas hacemos juntos?

¿AISLAMIENTO Y RELACIONES?

¿mi hijo/a pasa mucho tiempo en soledad?
¿qué valor le doy a la compañía?
¿mi hijo/a sabe que puede contar conmigo a la hora de tomar decisiones complejas?

¿hablamos sobre sexualidad, intimidad, respeto, libertad?

¿hablamos sobre los efectos de tratar mal al otro, de los derechos del otro?

- Me preocupa el posible **aislamiento** de mis hijos por culpa de la tecnología digital,
- Me preocupan las **relaciones** que mis hijos puedan establecer a través de Internet,

**DECIDIR LA AUTONOMÍA
DIGITAL EN BASE A SU
EDAD, MADUREZ Y
PERSONALIDAD**

ACERCAMIENTO GRADUAL VS. ABSTINENCIA TOTAL



- Hijos pequeños - ¿acceso libre y total a las pantallas? ¿toman sus propias decisiones en cuanto a las pantallas?
- Hijos adolescentes - ¿pueden vivir aislados de la tecnología? ¿su experiencia digital deberá ser totalmente ajena a nosotros?

COMO CON LOS CUCHILLOS...

Todos tenemos cuchillos en casa...

- Como padres o madres, ¿eliminamos los cuchillos de la casa por si alguien se corta o solo prestamos atención a no dejarlos al alcance de los más pequeños?
- ¿Prohibimos que nuestros hijos los usen?
- ¿Les enseñamos a utilizarlos poco a poco?
- ¿Les damos un cuchillo adaptado a su edad?
- ¿Les ponemos una venda o una tirita si se cortan?
- ¿Seguimos cortando su pan cuando tienen dieciséis años?

Enseñar a usar el cuchillo, avisar de que se pueden cortar, saber qué hacer si se cortan.

- “Familias que dan el móvil al niño en un restaurante, por ejemplo, o niños incapaces de comer si no tienen la tableta delante. Todo esto no sucede porque la tecnología sea adictiva y esté arruinando infancias; es resultado de la comodidad de los adultos”.
- ¿Los abandonamos frente a una pantalla?

ENTRE LOS LÍMITES
Y LOS RECURSOS
PARA TOMAR
DECISIONES

CON LOS NIÑOS...

- ¿Navegamos con ellos?
- Hay buscadores y navegadores adaptados a su edad.
- Elegir entornos digitales adecuados para ellos (al igual que la actividades analógicas)

MEDIACIÓN PARENTAL

PARA NIÑOS Y NIÑAS DE 0-5 AÑOS

Si tienes dudas, visita nuestra web o llama al 017, la Línea de Ayuda en Ciberseguridad de INCIBE

Más recursos de apoyo a tu alcance en: www.is4k.es

Acompáñale en su aprendizaje digital:

- ✓ Evita el uso de **pantallas de 0 a 2 años**.
- ✓ Limita el uso de **3 a 5 años**, durante un tiempo **máximo de una hora**, eligiendo contenidos positivos.
- ✓ **Juntos es mejor**: si le acompañas al navegar, podrás mostrarle cómo actuar ante situaciones de riesgo y ayudarle a desarrollar su pensamiento crítico.
- ✓ Evita el uso **durante comidas**, periodos de descanso y reuniones sociales.
- ✓ Promueve la **paciencia, la responsabilidad y el autocontrol**, prescindiendo de utilizar los dispositivos ante conductas negativas.
- ✓ Configura el dispositivo con un **perfil infantil**, instala un **control parental** y desactiva la reproducción automática. No olvides aplicarlo también en tu móvil si se lo vas a dejar.

COMANDO GENERAL DE LA ARMADA
MEDIACIÓN PARENTAL PARA NIÑOS Y NIÑAS DE 0-5 AÑOS

INCIBE
INSTITUTO NACIONAL DE CIBERSEGURIDAD

017
LÍNEA DE AYUDA EN CIBERSEGURIDAD

IS4K
INSTITUTO ESPAÑOL DE SEGURIDAD DIGITAL

Cofinanciado por la Unión Europea
Mecanismo «Conectar Europa»

SOBRE LAS APLICACIONES...

Permiso:

- Son los adultos quienes deben autorizar las descargas
- configurar dispositivos para que pidan contraseñas antes de cada descargas
- evitar que los niños conozcan esas claves.

Selección:

- Busquemos información sobre los juegos incluso cuando sean en apariencia inofensivos. (*Common Sense*).
- No descargar sin control; si no les compras un juguete nuevo cada semana, tampoco una aplicación o juego.

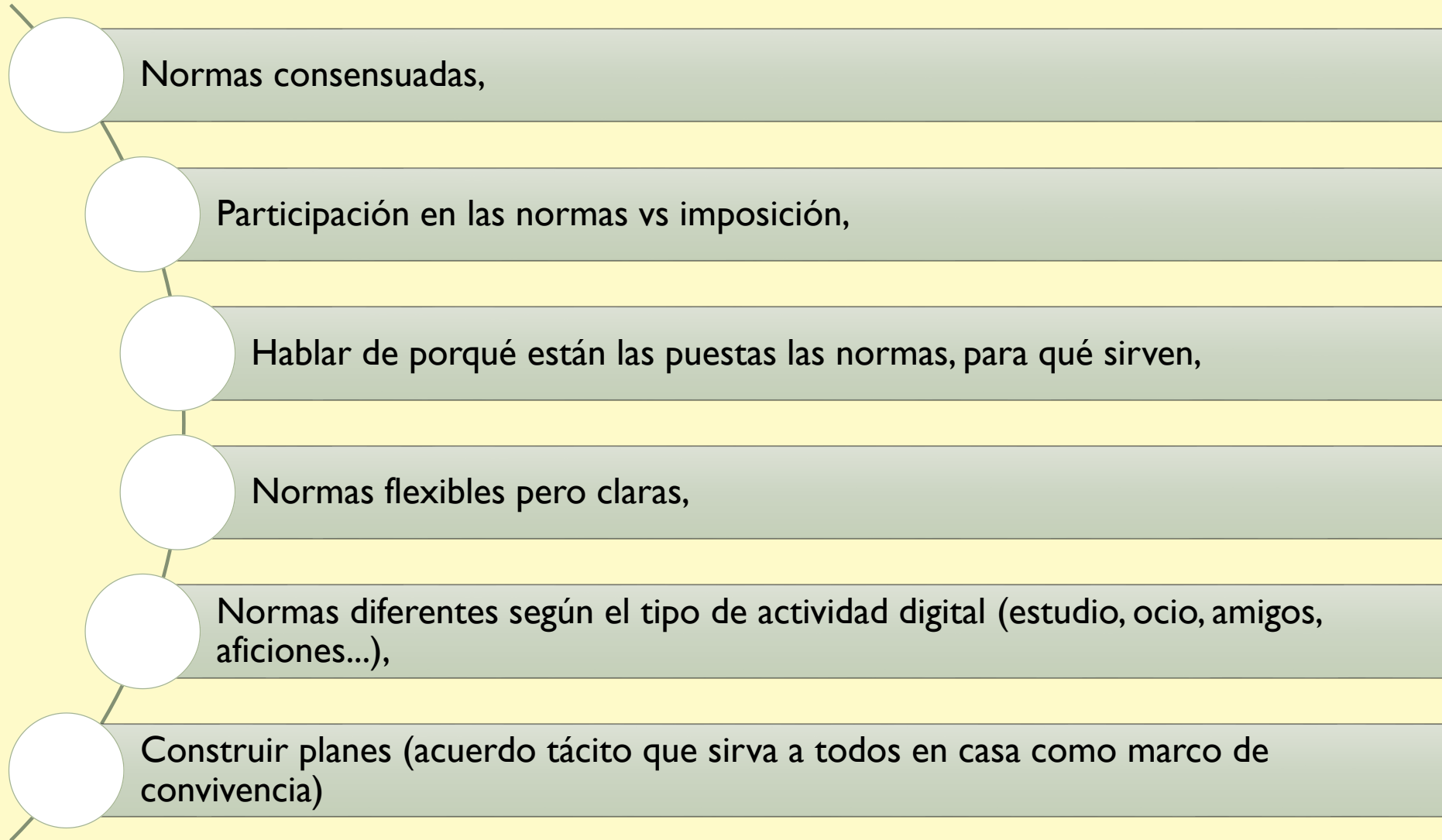
Ajustes:

- Revisa los permisos que piden las aplicaciones al descargarlas, y también después de instaladas en un dispositivo.

Mantenimiento:

- Hacer limpieza y actualización de vez en cuando del dispositivo.

CON LOS/LAS ADOLESCENTES...





- “Si tus hijos están en redes, deja que te cuenten. Pregunta sobre lo que no entiendas. Si solo quieren ver memes y bromas, si oyes hablar de peligros en esa red, si crees que pierden el tiempo, si te preocupa que encuentren retos y quieran imitarlos, pregunta y escucha sus respuestas.”

CONTROL PARENTAL

- El mejor control parental es el de la conversación familiar, desde una normalización de la vida conectada,
- Conocer las alternativas tecnológicas que pueden ayudarnos a favorecer una autonomía digital progresiva de nuestros hijos.
- *Control parental* engloba a todas las herramientas que permiten a los padres monitorizar o limitar el uso que sus hijos hacen de los dispositivos, en términos de tiempo, contenidos o acceso.
 - Programas para limitar la navegación por Internet y bloquear el acceso a contenidos inapropiados. FAMILYTIME
 - Paquetes de protección antivirus y *apps* con los que filtrar páginas webs, marcar restricciones de tiempo, controlar la actividad *online* o incluso monitorizar mensajes, llamadas y fotos. (confianza)
 - Instalar restricciones en el propio *router* de casa o en dispositivos conectados a él,
 - Cuentas de usuario para menores,
 - Entornos digitales específicos para niños o los perfiles infantiles en plataformas de redes sociales específicas
 - En el mundo del videojuego también hay alternativas para activar controles parentales

¿POR QUÉ ME PREOCUPA QUE MI HIJO SE HAGA DEPENDIENTE?

- ¿Hemos hablado sobre eso?
- ¿Cómo le enseñado a regularse, controlarse?
- ¿Qué normas/acuerdos tenemos sobre el tiempo en pantallas?
- ¿Qué otros tiempos tiene?
- ¿Conozco para qué usa las pantallas?
- ¿Hay conductas que me indiquen que puede haber una dependencia?



¿POR QUÉ ME PREOCUPA EL IMPACTO DE LAS REDES SOCIALES, SERIES, YOUTUBE?

- ¿conozco las redes sociales en las que está mi hijo?
- ¿conozco a quien sigue?
- ¿hablamos sobre lo que ve en youtube?
- ¿Lo he acompañado en esto o solo le prohíbo?
- ¿Qué tan influenciable es mi hijo?



¿POR QUÉ ME PREOCUPAN LAS FORMAS DE VIOLENCIA QUE EXISTEN?

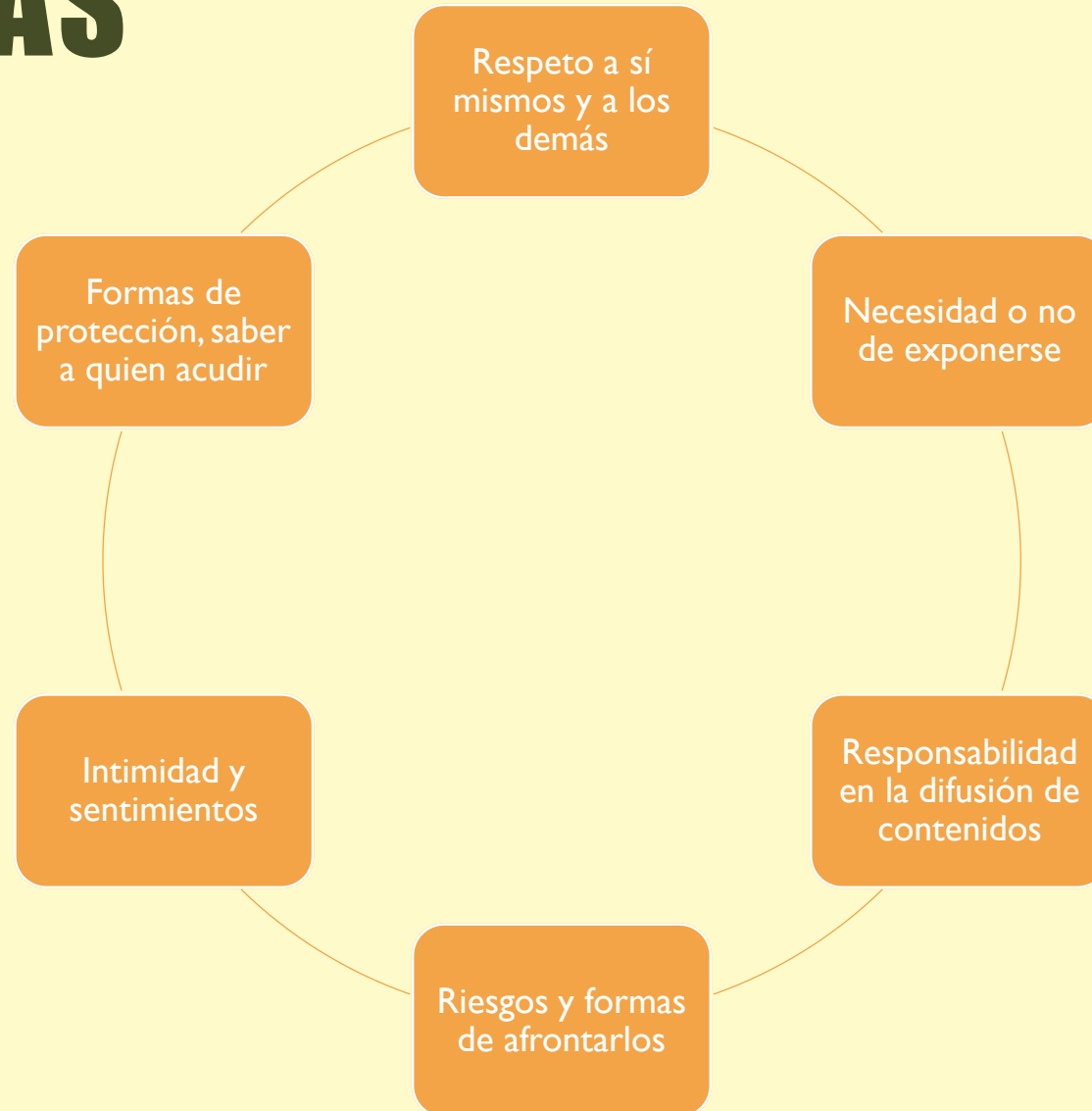
- ¿conocemos cuales son?
- ¿cómo piensan nuestros hijos sobre la violencia?
- ¿Tienen conductas violentas en la vida análoga?
- ¿Son partes de un grupo o les cuesta socializar?
- ¿Cómo hablamos sobre el respeto a los otros?
- ¿Qué ven en nuestro estados o nuestras redes? ¿peleas? ¿Conductas de cancelación?
- ¿Hablamos sobre qué significa tratarse bien?
- ¿Hablamos sobre el anonimato y sus efectos?
- ¿Hablamos de la libertad de expresión?
- ¿hablamos de la tolerancia a la diferencia? ¿Toleramos la diferencia en casa?



FORMAS DE VIOLENCIA DIGITAL

Phishing	Suplantación de identidad, adquirir de forma fraudulenta información confidencial (contraseñas, información bancaria)
Sextorsión	Explotación sexual, chantaje con fotos o videos sexuales será compartida con fines de viralización
Stalking (espionar)	Cortejo, acoso o asecho, se envía a la víctima mensajes constantes para manifestar interés afectivo o controlar sus movimientos una vez iniciada la relación (FB, IG, TW, mensajería instantánea)
Harassment	Acoso y hostigamiento; denigrar amenazar o insultar mediante correo o mensajes, poner apodos, crear rumores, fotos de golpizas o fotos humillantes
Flaming	Acto de insultar masivamente en salones de chat
Sexting	Envío de mensajes sexuales, eróticos o pornográficos por medio de teléfonos móviles, mayormente creados por el mismo remitente
Hacking	Entrar ilegalmente en un equipo electrónico
Violación a la intimidad	Que una persona sin contar con el consentimiento fotografíe o grabe contenido audiovisual íntimo y lo difunda por redes sociales
Trata de imágenes personales	Ocurre cuando se copian los álbumes de fotografías y video de redes sociales para venderlas sin su permiso
Grooming	Ocurre cuando un adulto se hace pasar por una persona de menor edad para obtener imágenes sexuales o actos eróticos y chantaje a la víctima con publicarlas
Lolicon/Shotacon	Cuando preadolescentes tienen relaciones sentimental y/o sexuales con personas de mayor edad mediante las redes
Captación para trata	Se da cuando se contactan seduce, rapta y posteriormente se obliga a trabajar sexuales, vender drogas o sus propios órganos
Ciberacoso	Todo acto de agresión repetida e intencionada de dañar psicológicamente a otro mediante el uso del móvil, difundiendo mensajes, fotos, video que atenten a la dignidad del agredido

TEMAS A TRATAR CON NUESTROS HIJOS/AS





Nuestros hijos necesitan que decidamos si su vida digital nos genera pánico, incomodidad u oportunidad. Necesitan mirarse en nosotros, mientras cocinamos o mientras diseñamos un nuevo algoritmo. Necesitan nuestra cercanía, en el campo disfrutando de la naturaleza o en el sofá jugando con la consola. Necesitan nuestra experiencia, ya sea dándoles consejos sobre el valor de la lectura o sobre el valor de un buen selfi. Necesitan nuestro orgullo cuando ganan un partido de baloncesto y cuando suben de nivel en un videojuego. Necesitan nuestra escucha cuando nos hablan de que les interesa la filosofía de Nietzsche y cuando nos cuentan que siguen a un *influencer* en redes sociales. Necesitan nuestra atención cuando comparten que quieren ser ingenieros aeronáuticos o escritores, y cuando se atreven a decir que sueñan con ser Necesitan que estemos, cara a cara y al otro lado de un mensaje”

Tomado del libro “Ser padres en la era digital. María Zabala

- “No todos corren los mismos riesgos en Internet; los más vulnerables en el mundo *offline* son también los más vulnerables en el mundo y el entorno psicosocial de nuestros hijos en el hogar y en el colegio son mejores predictores de sus posibles riesgos *online* que la tecnología que el niño en cuestión esté ¿Queremos que nuestros hijos se sientan víctimas o deseamos que se sientan agentes responsables?” M.Z



**NO ES LA TECLA,
ES LA PERSONA.**



**MUCHAS
GRACIAS...**