

# EDUCAR PARA PROTEGER

**GUÍA RESUMIDA DE FORMACIÓN TIC**  
para PADRES Y MADRES DE **MENORES DE 3 a 11 AÑOS**

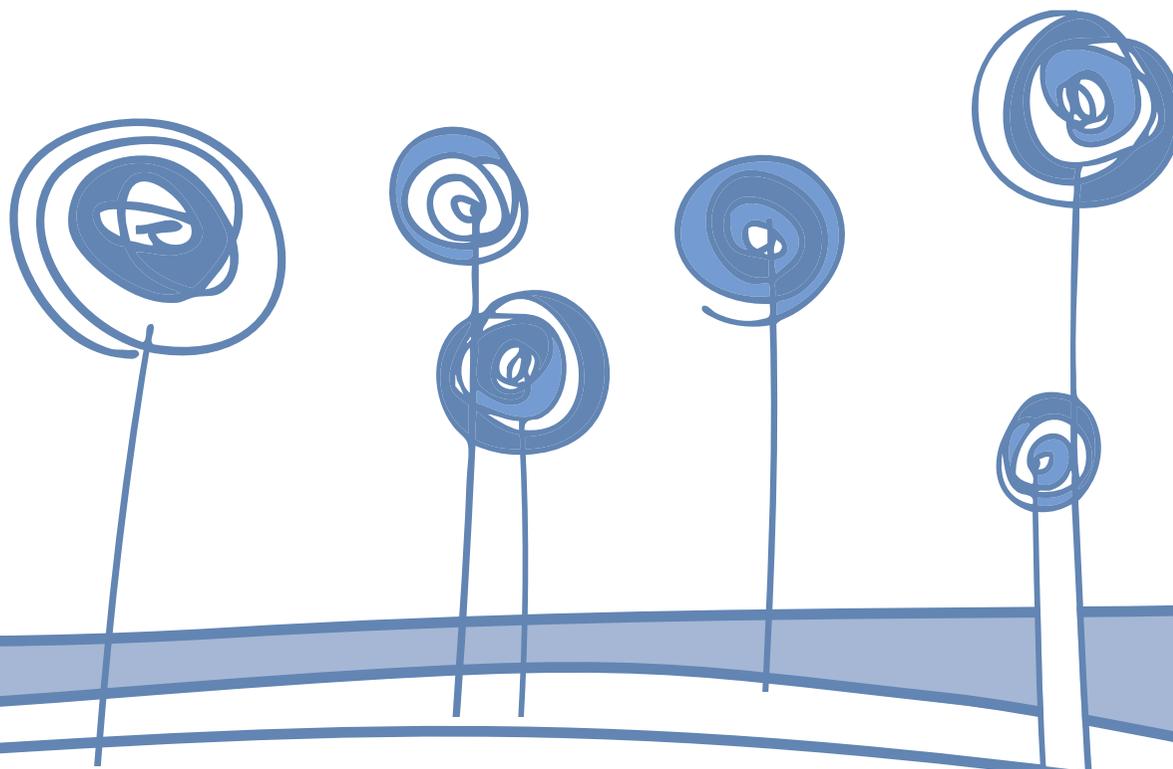




\* NOTA IMPORTANTE SOBRE GÉNERO:

“Esta guía ha sido redactada tratando de respetar la igualdad de género en el uso del lenguaje, empleando términos que engloban a ambos sexos cuando ha sido posible. En aquellos casos en los que no se ha encontrado un término adecuado, se ha optado por utilizar el masculino genérico siguiendo las recomendaciones de la RAE por motivos de economía del lenguaje y fluidez del discurso. Por tanto, en todas aquellas ocasiones en las cuales se haga uso del masculino genérico se están considerando a ambos sexos”.

# Índice





## 1 HUÉRFANOS DIGITALES

- Educación en valores ..... 6
- La inteligencia emocional y las tic ..... 6



## 2 LOS PADRES ANALÓGICOS

- ¿Crees que las tic son un galimatías? ..... 7
- ¿Crees que las tic son una herramienta? ..... 7
- ¿Crees que las tic son un juguete? ..... 7
- ¿Crees que las tic son una trampa? ..... 7
- Las tic son nuevas tecnologías. Ni más ni menos ..... 9



## 3 LOS HIJOS DIGITALES

- ¿Por qué son "digitales"? ..... 10
- Desarrollo psicológico por edades ..... 10
- Educación no sexista y TIC ..... 12
- ¿Por qué necesitan nuestros hijos las TIC? ..... 14
- Los niños digitales ..... 14
- La casa de los niños digitales ..... 15
- ¿Dónde juegan tus hijos? ..... 16
- ¿Cuándo y cuánto juegan tus hijos? ..... 17
- ¿Cómo juegan tus hijos e hijas? ..... 17



## 4 LOS JUGUETES DIGITALES

- El teléfono móvil ..... 18
- Las tablets ..... 18
- Los videojuegos ..... 18
- El ordenador ..... 19
- Internet ..... 20
- Navegar por internet ..... 22
- Descargas de archivos ..... 22
- Programas para comunicarse ..... 23



## 5 EDUCAR PARA PREVENIR

- Los padres educando en valores:  
consejos generales para tratar con tus hijos ..... 26



## 6 ANEXO : CÓMO RESPONDER A...

- Anexo : Cómo responder a... ..... 30





# HUÉRFANOS DIGITALES

Huérfanos digitales son aquellos niños de todas las edades que han tenido que aprender a desenvolverse en el uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) por sus propios medios, ya que no han podido contar con sus padres para aprender cómo hacerlo debido a la brecha digital que separa a ambas generaciones. Sin embargo, el que desconozcamos muchos de los detalles de las TIC no impide que podamos educar a nuestros hijos para que sepan desenvolverse con soltura en el mundo que les rodea valiéndose de todos los recursos a su alcance.

Las TIC son tecnologías y dispositivos que surgieron después de que nacióramos, pero con los que han nacido nuestros hijos. El mundo es el mismo pero tiene un aspecto nuevo ya que, sobre la capa analógica que nosotros hemos conocido se ha superpuesto una capa digital que lo cubre todo y que nos afecta a todos. La mayor parte de las cosas se hacen a través de las nuevas tecnologías: educación, ocio, comunicación, comercio, trabajo...

No siempre sabemos canalizar el exceso de información a la que tenemos acceso, ni tampoco tenemos criterios para saber si la fuente que consultamos es digna de confianza. Una mayor información no implica necesariamente un mayor conocimiento, ni que ese conocimiento se aproveche de manera correcta. Nuestros hijos se enfrentan a los riesgos de siempre, los mismos que se

nos presentaban a nosotros de pequeños, solo que en un entorno que no conocemos bien. Esto genera en nosotros la incertidumbre de no creernos capaces de protegerlos, pero al igual que somos competentes para protegerlos en el mundo **analógico**, lo somos para hacerlo en el mundo digital: los principios son los mismos, tan solo hay que adaptarse a las formas.

Tenemos que ser conscientes de cómo es nuestro estilo parental en la vida analógica y aplicar los mismos principios al entorno digital. Los estilos parentales se pueden clasificar en función de la interacción de dos variables: el control y el afecto. De la combinación de ambas obtenemos:

- **Estilo autoritario:** mucho control y poco afecto. La comunicación suele ser unidireccional y las normas son rígidas y no consensuadas. Utilizan el castigo más que el reforzamiento para cambiar las conductas de sus hijos. Tratan de protegerles y enseñarles la forma "correcta" de hacer las cosas, pero pueden llegar a provocar en sus hijos una pérdida de la confianza en ellos mismos, llevándoles a tomar decisiones evitando el castigo sin desarrollar otros criterios. De este modo repetirán las conductas que queríamos eliminar en cuanto sientan que el castigo es poco probable que ocurra.



- **Estilo negligente:** poco control y poco afecto. Han “dimitido” de su función educativa y no se implican en sus asuntos. Aunque pueden mostrarse alegres y vitales, los hijos suelen desarrollar una escasa competencia social y personal así como una baja tolerancia a la frustración acompañada de agresividad.
- **Estilo democrático:** mucho control y mucho afecto. La comunicación es bidireccional y las decisiones están fundamentadas y tienen un sentido. Son padres que saben cuándo ser firmes en sus decisiones, pero que incluso en sus riñas son capaces de transmitir afecto. Facilitan el desarrollo de la capacidad de autocontrol y la motivación en los hijos al tiempo que aumenta su autoestima y responsabilidad.
- **Estilo permisivo:** poco control y mucho afecto. Están muy pendientes de las necesidades de los niños, pero las normas son flexibles y permisivas sin que haya una autoridad clara. Los impulsos de los niños y las niñas se toleran y sus deseos se satisfacen rápidamente. Muchas veces los padres actúan por compensación (darles a mis hijos lo que yo no tuve) o por creer que querer a los hijos equivale a darles caprichos y no reñirles. Al final, los hijos que se crían en estos entornos suelen tener escasas habilidades sociales y un pobre control de sí mismos, sin respeto a las normas ni a las personas de su entorno.

Los padres podemos identificarnos con uno o varios de estos estilos, ya que en ocasiones podemos ser más autoritarios, mientras que en otras podemos ser realmente permisivos. La clave está en que nos mostremos ante nuestros hijos con la mayor coherencia posible (*nada de Donde dije digo, digo Diego*) y que tengamos claro que nuestra labor educativa está al servicio de ellos, y no de nuestras propias necesidades, debilidades o miedos.

Como padres que intentamos proteger a nuestros hijos de los peligros del entorno, podemos adoptar dos actitudes: imponer valores o educar en valores.

Imponer valores implica que nuestros hijos aprenden lo que es correcto e incorrecto por mandato de los padres, pero pierden la oportunidad de asimilar y hacer propios los valores que les proporcionarán los criterios para discernir lo adecuado de lo inadecuado. Los padres tienen así una falsa sensación de seguridad, ya que creen que mientras sus hijos obedezcan ciegamente, no habrá ningún problema. Pero cuando los hijos tengan edad para cuestionarse el mundo tal y como lo conocen eso conllevará que los viejos valores impuestos no tienen valor alguno, por lo que se verán perdidos sin saber qué es correcto y qué no.



Educar en valores implica que ofrecemos a nuestros hijos nuestro propio sistema de valores de una forma razonada y respetuosa, permitiendo que dichos valores recalen en ellos y no los vivan como algo impuesto y externo. Cuando les llegue la hora de cuestionarse el mundo que les rodea, si han hecho una buena interiorización de los valores que les hemos transmitido, será mucho más difícil que se desprendan de ellos.

La forma de utilizar la tecnología, adecuada o inadecuada, dependerá de los valores que los padres hayan transmitido. Esta es la base de toda la educación, ya sea para el mundo **analógico** o para el digital. Las enseñanzas básicas de este tipo que los padres transmitan, servirán para ambos contextos.

## EDUCACIÓN EN VALORES

Si con las TIC solo se ve la pequeña parte negativa, nos cegaremos en ella y no veremos la realidad, cayendo en el error de no transmitir valores alternativos muchos más enriquecedores. La educación a través de un sistema valores asume que el conocimiento sin límite, debe ir acompañado de un cerebro estructurado para asimilarlo y relacionarse con él a través de una adecuada inteligencia emocional.

## LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y LAS TIC

Gran parte de los esfuerzos de los padres a la hora de educar a sus hijos no tienen que ver tanto con las destrezas escolares (Lengua, Matemáticas, Historia...) como con enseñarles a relacionarse y desenvolverse en los distintos contextos de la vida. Muchos de estos aprendizajes se reúnen dentro del término Inteligencia Emocional, y son habilidades que nos permiten percibir, valorar y expresar con exactitud las emociones propias y ajenas así como generar sentimientos que faciliten el pensamiento y la acción. Los chicos con mejores niveles de inteligencia emocional tienen mayores niveles de confianza consigo mismos, mejores relaciones con amigos y con sus padres, menores niveles de estrés social y menos sentimientos de incapacidad, independientemente de su personalidad.

Esta inteligencia que nuestros hijos desarrollan a partir de lo que los padres les enseñamos para su vida cotidiana debe servirles igualmente para desenvolverse en el entorno de las TIC. A través de ellas sus relaciones interpersonales se multiplicarán y deberán saber discriminar aquello que reciban que sea grato y positivo de aquello que sea ofensivo y evitable, al mismo tiempo que deberán saber transmitir lo mejor de sí mismos sin perder nunca el respeto y la consideración por su prójimo. Nuestros hijos no pueden olvidar que detrás del teléfono, el ordenador, la fotografía o el vídeo hay un ser humano al que hay que tratar con la misma dignidad que si estuviese delante en ese mismo instante.



# LOS PADRES ANALÓGICOS

## ¿CREES QUE LAS TIC SON UN GALIMATÍAS?

No necesitas conocer perfectamente cómo funcionan las TIC para educar a tu hijo en un uso responsable de las mismas. Sólo necesitas saber qué son y para qué se usan. Al principio tus hijos verán las TIC como un juguete, algo con lo que entretenerse, siendo el tipo de juego lo que variará con la edad. Sin embargo, si bien las TIC pueden usarse para jugar, en la mayoría de los casos son mucho más que un juguete.

## ¿CREES QUE LAS TIC SON UNA HERRAMIENTA?

Las TIC en general (móviles, consolas de videojuegos, etc...) son una herramienta en la medida en que son útiles para desenvolvernó en la realidad, pero también es cierto que son mucho más que eso. Una herramienta es algo que no tiene valor en sí mismo, solo es un medio para un fin. Sin embargo las TIC abren un mundo de posibilidades que una herramienta por sí misma no puede brindar. Son una ventana al conocimiento y al mundo, brindando un sinfín de posibilidades. No es algo de lo que podamos prescindir, ya que lo impregnan prácticamente todo y forman ya parte del entramado de nuestra sociedad.

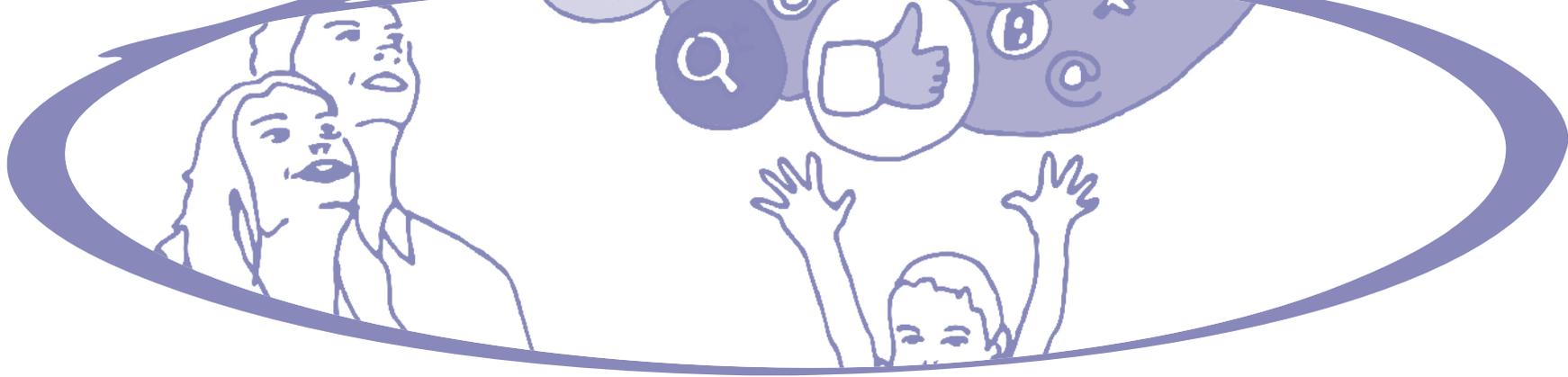
## ¿CREES QUE LAS TIC SON UN JUGUETE?

Puede ser, pero disponer de juguetes tan estupendos no es motivo para estar todo el día jugando, ni que tengan por qué excluir a otros juegos analógicos que también hay que saber utilizar. Además, no podemos pensar que jugar no entraña peligro alguno, así que del mismo modo que supervisamos los juegos analógicos de nuestros hijos, debemos supervisar los juegos digitales.

## ¿CREES QUE LAS TIC SON UNA TRAMPA?

El uso irresponsable de las TIC puede llevar a nuestros hijos a situaciones muy desagradables al igual que puede pasarles en la calle. Pero los padres nos sentimos competentes para educar a nuestros hijos acerca de qué hacer y cómo defenderse en dichos casos, y creemos que no sabemos cómo evitarlas en lo referente a las TIC. La diferencia no es mucha y solo cambia en la forma. Es necesario planificar adecuadamente las estrategias que vamos a seguir a la hora de educarlos con respecto a las TIC, pudiendo adoptar dos posturas:





- **Prohibir el uso de TIC:** puede ser la opción elegida por padres que se identifiquen con un estilo parental autoritario. Sin embargo las TIC son un hecho y no puedes impedir que estén presentes en la vida de tus hijos. Es más, las prohibiciones suelen aumentar el deseo de aquello que se prohíbe consiguiendo lo contrario de lo que te proponías: que utilicen las TIC sin que tú puedas mediar en el proceso, ya que se las ingeniarán para usarlas sin que tú lo sepas. Lo verdaderamente grave es que estarán perdidos en las superautopistas de la información guiados por la evitación del castigo, pero sin un criterio personal que les ayude a que sea una experiencia provechosa.
- **Regular el uso de las TIC:** si bien hay herramientas que te pueden ayudar a regular el tiempo que tus hijos le dedican a la consola o filtros para impedir que accedan por Internet a contenidos adultos que puedan violentarlos, lo cierto es que esas medidas de regulación solo tendrán éxito si logras que entiendan qué hacen y por qué, para poco a poco ir interiorizando dichos criterios.

La autorregulación es un proceso que va desde fuera hacia dentro: los padres regulan primero desde fuera a sus hijos, estableciendo dónde están los límites que no deben cruzarse. Cuando son pequeños no suelen cuestionar nada y asumirán que eso es así. Será cuando empiecen a crecer y a tener un criterio propio cuando haya que empezar con las negociaciones. Hay que sentarse con ellos y escuchar su punto de vista, sus demandas, para luego dar una respuesta razonable a las mismas que fomente dicha autorregulación.

La educación empieza por el sentido común. Si adoptas medidas sensatas, en las que tus hijos sientan que te interesas por sus necesidades, irás por el buen camino.

### LAS TIC SON NUEVAS TECNOLOGÍAS. NI MÁS NI MENOS

Las TIC no dejan de ser eso: tecnologías, dispositivos que andan por nuestra vida y la hacen más fácil, como la televisión, la plancha o el teléfono. Incluso electrodomésticos de toda la vida como la lavadora, el frigorífico o el aire acondicionado empiezan a poder conectarse a la red para ser controlados desde un teléfono móvil desde cualquier parte del mundo en lo que ahora se denomina domótica.

Aquello que se hace en el mundo digital tiene su homólogo en el mundo **analógico**, pero hay algo que sí establece una diferencia y es que, en el mundo digital no se suda ni se ejercita la musculatura. El estilo de vida sedentario está afectando cada vez más a nuestros jóvenes hasta el extremo de que la obesidad infantil se está convirtiendo hoy día en un serio problema de salud pública según la OMS. Esto nos debe hacer reflexionar aún más sobre la necesidad de que ambos mundos, tanto el digital como el **analógico**, convivan y sean explorados por nuestros hijos, de forma que las habilidades y destrezas que desarrolle en uno las exprese igualmente en el otro.





# LOS HIJOS DIGITALES

## ¿POR QUÉ SON "DIGITALES"?

Nuestros hijos han asimilado de forma natural su entorno digital. Las TIC han dejado de ser un simple juguete y se integran en todas las facetas de sus vidas. Debemos entender sus necesidades tecnológicas y los usos que ellos hacen de las TIC. Los padres necesitan conocer estas tecnologías para poder argumentar y negociar con sus hijos y no sentirse en desventaja ni carentes de autoridad en el proceso educativo. La educación en las TIC no se limita a una cuestión de competencia técnica. Quizá los hijos tengan mucho que enseñar a sus progenitores sobre "cómo" funcionan las TIC, pero son los padres los que deben enseñarles "qué" hacer con ellas, "para qué" utilizarlas y hacerlo de un modo provechoso, responsable y seguro.

## DESARROLLO PSICOLÓGICO POR EDADES Y RELACIÓN CON LAS TIC

### De 2 a 4 años

Los niños empiezan a tener claro lo que quieren, pero no conocen las formas adecuadas para conseguirlo. Empiezan a aparecer las rabietas si no se satis-

facen sus caprichos y dependiendo de cómo se resuelvan dichas rabietas por parte de los padres, estaremos desarrollando o mermando su tolerancia a la frustración y sus habilidades interpersonales. Su actitud es muy egocéntrica y solo hay una perspectiva, la propia. Descubren que pueden mentir y de esta forma manipular a los mayores, pero no tienen consciencia de que actúan mal. Respecto al juego ya son capaces de elegir con qué juguete jugar (al igual que ya expresan qué prefieren comer) y poco a poco van pasando del juego individual a jugar con otros niños a juegos con reglas. Si se les apoya en sus avances de independencia, se volverán más confiados y seguros de sus capacidades. Si se les juzga o controla excesivamente pueden volverse dependientes y desarrollar una baja autoestima.

La relación con las TIC estará muy condicionada a lo que los padres le ofrezcan y le enseñen, pero también por lo que ellos vean en otros compañeros. Las actividades estarán basadas en visionado de fotos, material multimedia especial para estimulación sensorial, comunicación con parientes y amigos, etc. Los niños pueden aprender a manejar los dispositivos desarrollando su psicomotricidad fina, la coordinación ojo-mano, la atención y discriminación de estímulos visuales y auditivos, etc. Nunca deben estar solos delante de la pantalla, y los padres debemos interpretar para ellos todo lo que ocurre.

### 3- Los hijos digitales



#### De 5 a 7 años

El apoyo por parte de los padres es fundamental, ya que su autoestima crece cuando los padres le reconocen los grandes avances que logra y se interesan por su día a día. Confían en sus padres y aceptan su autoridad con naturalidad, siendo por lo general obedientes. Empiezan a discriminar con claridad lo que es correcto e incorrecto. Desarrollan iniciativas, inventan juegos y se abren a la participación grupal en un contexto que se va ampliando desde la familia al grupo de la escuela y el barrio. Aparecen los juegos en equipo, con reglas claras que todos comparten, desplazando el egocentrismo típico de la etapa anterior. Si se les estimula y anima, desarrollarán gran seguridad en sí mismos. Si se frustran estas iniciativas con excesivo control, el niño se tornará inseguro.

Estos niños interactúan con naturalidad con los dispositivos del hogar. Sus actividades suelen ser cíclicas y repetitivas (siempre ponen el mismo programa de la tele, o el mismo juego) sin que surja aún una iniciativa propia por explorar nuevos elementos. Empiezan a interesarse en navegar por Internet, siendo la compañía de los padres fundamental para interpretar lo que ocurre. Hay que establecer una serie de normas que cumplir en Internet, como no dar datos personales nadie, establecer un horario de uso...

#### De 7 a 9 años

Periodo de cierta calma donde los cambios que se producen no son tan bruscos. Tienen claros los principios de educación que rigen las relaciones sociales y ya tan solo les queda practicarlos. Los amigos incrementan su protagonismo, aunque todavía dichas relaciones ocurren en contextos familiares. Se desarrolla el pensamiento lógico y la capacidad de razonar, así como un espíritu crítico ante la existencia de cosas imposibles o contradictorias. Son muy trabajadores y desarrollan mucho el sentido del orgullo por los logros obtenidos.

La curiosidad que caracteriza a estas edades afectará a su relación con las TIC, y descubrirá que existen muchos campos por explorar. Cobra una enorme importancia en estos momentos la guía efectiva por parte de los padres, ya que marcarán las pautas futuras que nuestros hijos seguirán a la hora de enfrentarse al mundo de las TIC. Los progenitores hemos de apoyar los avances en el manejo de las TIC, y podemos pedir aclaraciones y explicaciones para aprender de ellos. A esta edad se puede empezar a trabajar explícitamente cierto tipo de valores y actitudes. Conviene crear una lista de normas claras y sencillas, y los niños deben saber que si se sobrepasan los límites se enfrentará a una serie de consecuencias.





### De 9 a 11 años

Continúa siendo un período de cierta calma evolutiva pero ya en la antecámara de los cambios que se iniciarán con la pubertad y que darán el pistoletazo de salida a la adolescencia. En esta edad quieren agradar a los demás y les gusta ser apreciados por las personas relevantes de su entorno. Son capaces de razonar no solo sobre los objetos y sus relaciones sino sobre las propias relaciones entre sí, dando lugar a la construcción de razonamientos basados en hipótesis y no en hechos concretos. Los juegos se vuelven más competitivos al tiempo que ganan mayor capacidad de autocontrol tanto de sus impulsos como de su cuerpo en general. Confían en el grupo y son capaces de sentirse integrados y colaborar con la familia.

Están familiarizados prácticamente con cualquier dispositivo y saben manejarlo casi a la perfección. Sus habilidades psicomotrices les permiten jugar a cualquier tipo de juego por complejo que nos pueda parecer. Las relaciones con los iguales a través de las TIC comienzan igualmente a cobrar interés, aunque aún a un nivel muy inferior al que se desarrollará en la adolescencia.

Dada la precocidad de desarrollo de algunos de estos niños hay que prever que alguno presente conductas desafiantes respecto a la autoridad

paterna. Del mismo modo puede despertarse el interés por ciertos contenidos y actividades dirigidas a adultos. En estos casos, la comunicación y la negociación en un clima de confianza serán necesarias para que los padres puedan replantear las situaciones y ayudarles a evaluar e interpretar adecuadamente una información que puede resultarles confusa.

Los padres no solo deben trabajar el espíritu crítico sino también los hábitos de consumo saludable, ya que en las TIC hay una avalancha de publicidad. La capacidad de persuasión de la sociedad de consumo ha de ser contrarrestada con el papel mediador de los padres, que expliquen a sus hijos el verdadero trasfondo y significado de los mensajes.

## EDUCACIÓN NO SEXISTA Y TIC

Nadie nace con prejuicios de ningún tipo. En nuestra sociedad actual hemos empezado (no hace mucho) a ser conscientes de ciertos prejuicios culturalmente mantenidos que no queremos que se sigan transmitiendo a las futuras generaciones, como son los referentes al tipo de raza, religión o país de procedencia de otras personas. Sin embargo, respecto a la discriminación que se realiza atendiendo al sexo de las personas, apenas se está empezando a tener conciencia, y queda mucho por recorrer hasta que realmente desaparezca

### 3- Los hijos digitales



de nuestra forma de ver el mundo. Aún hay muchos prejuicios y estereotipos que implican una discriminación hacia las mujeres en los roles, habilidades y destrezas que se les atribuyen, y estos estereotipos están tan arraigados en nuestra cultura que son transmitidos por los distintos agentes de socialización y absorbidos por nosotros desde que nacemos: desde los medios de comunicación que tratan a las mujeres como meros objetos, hasta las propias familias que favorecen un tipo de actividades diferentes en sus hijos en función de si son niños o niñas. Pese a que nos esforcemos por luchar contra estos estereotipos en unos ámbitos, en otros los mantenemos de forma casi inconsciente, y es responsabilidad de todos el tomar conciencia del problema y modificar estas actitudes.

En la relación con las TIC, desde que nuestros hijos se acercan a dichas tecnologías podemos caer en dichos estereotipos con facilidad y orientarles a unas u otras actividades en base a su sexo, como por ejemplo:

- Solemos poner dibujos animados o series de TV que van sobre lucha o deportes a los niños frente a los que se centran en las relaciones sociales y familiares, que consideramos más adecuados para las niñas.
- Es más habitual ver jugar a juegos competitivos y violentos a los niños, mientras que los de plataformas y puzzles son más adecuados para las niñas.

- Podemos llegar a ser más permisivos con el uso de una TIC con los niños, a los cuales atribuimos mayor competencia para manejarla, que con las niñas, a las cuales prejuzgamos como más torpes y poco interesadas en las tecnologías.

Ni uno solo de estos ejemplos está fundamentado en ninguna evidencia de ningún tipo y responden únicamente al prejuicio que se ha ido alimentando a lo largo de generaciones. Como sociedad debemos avanzar hacia formas de convivencia más justas y satisfactorias para todos los miembros que la componen, por lo que es nuestra responsabilidad empezar a educar desde ya a nuestros hijos en valores de igualdad, de paridad y de equidad.

Para lograrlo, la mejor opción es ignorar la variable "sexo" siempre que sea posible y pasar de pensar en nuestros hijos como niños o niñas para pensar en ellos como personas. De este modo, se evitan rápidamente razonamientos falsos como "a los niños les gusta jugar al fútbol y a las niñas a las muñecas" y se sustituyen por razonamientos verdaderos del tipo "a unas personas les gusta jugar al fútbol y a otras les gusta jugar a las muñecas". Si se consigue separar los ojos con los que miramos a nuestros hijos de su sexo podremos dejar de tratarlos en muchos ámbitos de forma discriminatoria y educarlos en un sentido de la igualdad que tanta falta hace hoy en día.



## ¿POR QUÉ NECESITAN NUESTROS HIJOS LAS TIC?

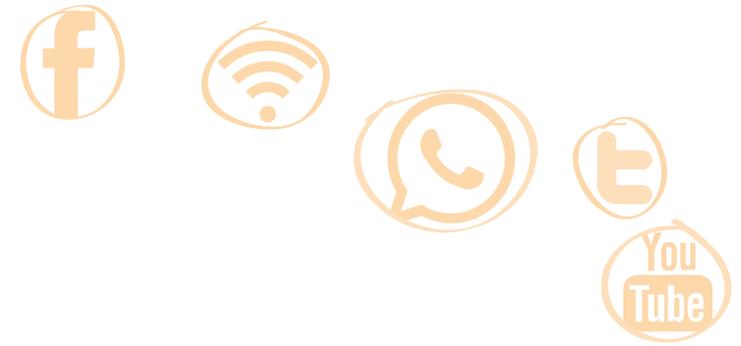
- **Alfabetización tecnológica:** buena parte de las posibilidades de actuación que uno tiene sobre la realidad dependen de las capacidades de interactuar con las TIC que posea.
- **Desarrollo social:** se han impuesto nuevas formas de interacción social de las que nuestros hijos quedarán excluidos si desconocen los mecanismos que regulan dichos procesos comunicativos.
- **Apoyo al aprendizaje:** las TIC suponen una fuente inagotable de conocimiento que puede ser aprovechada por padres e hijos.
- **Futuro desarrollo profesional:** las TIC están muy arraigadas en el ámbito laboral. Si nuestros hijos no adquieren a tiempo las competencias necesarias, se estarán cerrando muchas salidas profesionales.
- **Ocio y desarrollo personal:** se pueden realizar muchas actividades que, además de ser divertidas, nos nutren en lo personal. Estos medios tienen unas enormes posibilidades para realizar actividades de ocio dotadas de un gran potencial educativo. Cuando utilizan las TIC nuestros hijos están aprendiendo a la vez que juegan.

## LOS NIÑOS DIGITALES

Las TIC permiten que se pongan en contacto personas de extremos opuestos de la Tierra, pero paradójicamente, es fácil caer en un consumo cada vez más individualista y aislado de las mismas. Cuando el niño es pequeño, es el momento de enseñarle a integrar la tecnología como una faceta más (y no exclusiva) de sus experiencias en el mundo analógico, las cuales debe desarrollar igualmente para potenciar sus relaciones en y con el mundo real.

### Virtudes que hay que potenciar:

- Es menos crédulo y más curioso si desde pequeño se le ha enseñado a tener su propio criterio. Tiene acceso a más información (y es consciente de ello).
- Se lo cuestiona todo: tiene medios para buscar respuestas por sí mismo y valorar si son adecuadas o no.
- Tiene mayor capacidad de procesar información audiovisual.
- Ha nacido y crece con las TIC para las que posee enormes aptitudes, mucha intuición y una gran capacidad de adaptación.



#### Riesgos que hay que prevenir:

- Tendencia al consumismo ilimitado, lo que les lleva muchas veces a desear dispositivos que sustituyan al que ya tienen por la imagen social que otorgan, o caer en el consumo de bienes que tienen programada una corta vida útil para obligar continuamente a comprar nuevos equipos (obsolescencia programada).
- Individualismo: egoísmo, falta de solidaridad, carencia de empatía, intolerancia a la frustración...
- Valora poco lo que tiene y lo que puede costar conseguirlo.
- Pérdida de perspectiva humana: muchas veces las TIC ponen una distancia entre nosotros y aquello que observamos que hace que nuestra capacidad de empatía se vea alterada, como ocurre cuando somos testigos a través de las TIC de casos de ciberbullying o cualquier otra forma de injusticia con la que nos podamos encontrar.

#### LA CASA DE LOS NIÑOS DIGITALES

**Teléfono móvil:** los **smartphones** están muy lejos de esos primeros aparatos con los que podías hablar y mandar SMS. Hoy en día son auténticos ordenadores con capacidad para navegar por Internet, crear textos y hojas de cálculo, capturar y editar tanto fotografías como vídeos, utilizar *servicios de mensajería instantánea*, jugar a videojuegos, navegar con *GPS*... Y además siguen haciendo llamadas y enviando SMS.

**Televisión:** gracias a la *TDT* y a los canales vía satélite, la cantidad de contenidos televisivos a los que pueden acceder nuestros hijos son enormes y muy variados. Las televisiones tipo *SmartTV* están conectadas directamente a Internet, permitiendo navegar y utilizar aplicaciones como si de un *smartphone* o *tablet* se tratase.

**Ordenador:** si está conectado a Internet otorga infinitas posibilidades de ocio y acceso ilimitado al mundo, así como enormes posibilidades comunicativas. Nuestros hijos tienen que acceder sabiendo cómo desenvolverse para sacarle el máximo provecho y evitar un uso indebido.



**Videoconsola:** pese a ser cada vez más sociales, potencian el consumo individualizado y el placer por actividades cada vez más sedentarias.

**Tablet:** las tabletas tienen las mismas características que un *smartphone*, pero no realizan llamadas de teléfono ni envían SMS.

**Reproductor MP3/MP4:** pequeño dispositivo que permite reproducir música (MP3) o vídeos (MP4). Hoy en día es frecuente que estas funciones se realicen con un *smartphone*. Si no se regula su uso, puede contribuir al aislamiento del niño y a dificultar el desarrollo de habilidades interpersonales.

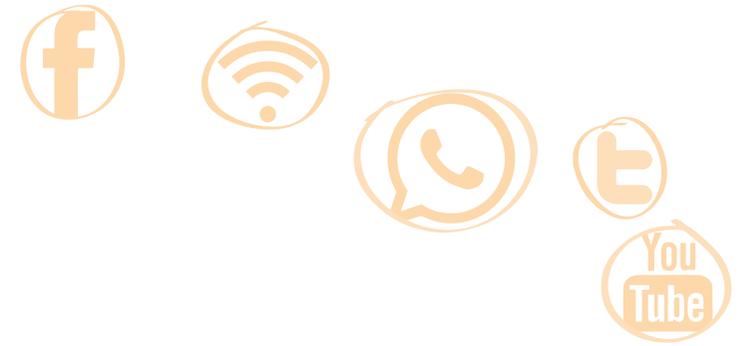
**Cámara digital:** también vienen integradas en los teléfonos móviles, quedando los aparatos específicos de vídeo y fotografía digitales para usos que indican una afición algo más seria. Nuestros hijos son una generación primordialmente audiovisual, dándole mayor importancia que nunca a la imagen sobre cualquier otra cosa. Sin una adecuada orientación de los padres, esta cultura de la imagen puede provocar daños serios a su autoestima cuando sean adolescentes.

## ¿DÓNDE JUEGAN TUS HIJOS?

**En el dormitorio:** no es conveniente que los niños pequeños tengan un acceso autónomo a las TIC. Eso es algo que deben ganarse progresivamente a través de la confianza y que ésta empieza por comprometerse a un uso responsable y seguro de la tecnología. Si los niños disponen de un espacio privado para jugar, deben saber que es un espacio puntual y que sus padres deben acceder a él cuando lo requieran.

**En la sala de estar:** es el sitio más adecuado para que los niños pequeños disfruten de las TIC, porque desde siempre se les educa en compartir su uso con más personas y en que tengan una comunicación fluida con sus progenitores sobre ellas. Si les enseñamos adecuadamente, los niños se controlarán solos progresivamente. Además aprenderán algo importante: que no hay que encerrarse o esconderse para hacer uso de las TIC.

**En la calle:** muchas veces las TIC sustituyen a otras actividades de socialización e interacción con los demás. Si se permiten estas conductas, podemos estar potenciando su aislamiento ya que no le estamos dando al mundo analógico la importancia que realmente tiene. Cada vez es más común ver a niños sentados con sus padres en un bar o en una reunión familiar jugando con el teléfono móvil.



**En la casa de un amigo:** es conveniente conocer la actitud con respecto a las TIC que adoptan los padres de los amigos de nuestros hijos: a qué tienen acceso, cuál es el nivel de supervisión...

### ¿CUÁNDO Y CUÁNTO JUEGAN TUS HIJOS?

Una de las primeras cosas en las que debemos educar a nuestros hijos es en una correcta gestión de su tiempo en relación a las TIC para combinar la tecnología con todo tipo de actividades. Cuando impedimos que utilicen un videojuego, no debemos hacerlo únicamente como un castigo, sino como una costumbre sana que da tiempo para hacer más cosas. Si conseguimos llenar ese tiempo "robado al videojuego" por una actividad que les guste y les enriquezca, habremos triunfado.

Lo más conveniente resulta siempre pactar con los niños la gestión de su tiempo, de manera que todos tengan la conciencia de estar adquiriendo compromisos y haciendo concesiones para recibir o ganarse algo a cambio. Hay que tener en cuenta tanto el aspecto cuantitativo de esa gestión de tiempo (cuándo juegan, durante cuánto tiempo seguido), pero también el cualitativo (en qué momento del día pueden jugar con la consola).

### ¿CÓMO JUEGAN TUS HIJOS E HIJAS?

**Los comportamientos violentos o poco respetuosos:** hay que evitar que los niños se comporten en su relación con las TIC de un modo que no aprobaríamos en la vida real. Los niños son social y personalmente inmaduros, y debemos enseñarles a discriminar lo correcto de lo incorrecto.

**La ecología:** hay que educar en un consumo responsable, consciente y sensato de las TIC, como es no dejar nada encendido si no se usa, así como educarles a atender las necesidades personales y no a las modas.

**La ergonomía y los hábitos posturales:** debemos enseñar a nuestros hijos las posturas más saludables o las formas de realizar ciertos esfuerzos y movimientos de la vida diaria, y esto debe tenerse en cuenta igualmente respecto a las posturas cuando manejen cualquier dispositivo.

**La atención y la memoria:** muchos juegos de ordenador entrenan la concentración, la memoria y la constancia, pero igualmente desde pequeños debemos enseñarles a concentrarse en otras actividades analógicas para evitar que su atención dependa del estímulo que se les presente.



# LOS JUGUETES DIGITALES

## EL TELÉFONO MÓVIL

Los teléfonos móviles son una magnífica herramienta de seguridad para nuestros hijos, ya que gracias a ellos siempre nos pueden localizar cuando lo necesiten y que nos permiten estar siempre en contacto. Sin embargo, los nuevos *smartphones* son ordenadores en toda regla y las precauciones en su uso deberán ser las mismas, e incluso mayores, ya que es más sencillo hacer un uso inadecuado del teléfono por sus dimensiones y movilidad.

El teléfono ha de ser más sencillo y simple cuanto más pequeño es el niño. Hay muy pocas razones que justifiquen que un niño menor de once años pueda navegar por Internet desde su teléfono móvil por lo que, si el teléfono tiene dicha capacidad, debería bloquearse.

Otra precaución en la actualidad son las estafas con los mensajes Premium: con cualquier excusa (un mensaje, un vídeo, una supuesta participación en un concurso...), te invitan a introducir tu número de teléfono para poder beneficiarte de algún contenido, y al hacerlo te envían mensajes por los cuales tienes que pagar. La Policía Nacional recomienda hacer uso del sentido común y la "desconfianza racional" ante ofertas "increíblemente buenas" o mensajes de fuentes desconocidas, e investigar en la Red para comparar y descubrir posibles trampas.

## LAS TABLETS

Son dispositivos muy parecidos a los *smartphones* pero con pantallas notablemente más grandes. No pueden hacer ni recibir llamadas mediante operadoras de telefonía, aunque sí pueden utilizar programas de mensajería instantánea, VoIP o videoconferencia si están conectadas a Internet. Las *tablets* utilizan los mismos programas que los *smartphones*, por lo que también pueden utilizarse para navegar por Internet, utilizar programas de mensajería instantánea, jugar... siendo un ordenador en toda regla.

## LOS VIDEOJUEGOS

Es necesario saber a qué juegan nuestros hijos y seleccionar los juegos que se ajustan a su edad, que no les van a ofender o violentar con situaciones para las que no están preparados.

### El código PEGI (*Pan European Game Information*)

Gracias al código PEGI, formado por una serie de iconos que podemos encontrar en la carátula de cualquier videojuego, podremos determinar si este es

## 4- Los juguetes digitales



apto o no para nuestros hijos. Los videojuegos también se pueden caracterizar por poseer distintos tipos de contenido que pueden llegar a ser ofensivos o violentar a nuestros hijos, y cada tipo de juego tiene un icono que lo representa. Para más información pueden visitar [www.pegi.info/es/](http://www.pegi.info/es/).

### Tipos de soporte de videojuegos

- **Videoconsolas:** son la mejor opción para jugar en casa o fuera de ella, ya que son plataformas con un ciclo de vida muy largo y con un gran repertorio de juegos de todo tipo.
  - *De sobremesa:* son las consolas más potentes y requieren estar enchufadas a un televisor o a cualquier tipo de pantalla externa.
  - *Portátiles:* son consolas de bolsillo y están pensadas para poder jugar en cualquier parte.
- **Ordenador:** son una buena plataforma para jugar, pero para usar juegos de mucha calidad visual es necesario contar con un equipo muy potente (y caro).

- **Teléfono móvil/Tablet:** los teléfonos móviles poseen un gran abanico de juegos, si bien estos estaban orientados en un principio a un público casual como pasatiempos, hoy en día hay muchos pensados para el desarrollo intelectual a todas las edades con juegos que desarrollan la memoria, la atención, la orientación espacial... así como diversas competencias más académicas como pueden ser las matemáticas, la lengua o los idiomas.

## EL ORDENADOR

Además de una plataforma con la que jugar, es una herramienta de aprendizaje y comunicación que nos sirve para:

- **Organizarse:** es bueno que nuestros hijos tengan su propio espacio dentro del ordenador: su propio escritorio, su propio fondo de pantalla, su propia lista de favoritos, su propio sistema de carpetas. De esa manera protegemos nuestros datos y les hacemos responsables de los suyos.



- **Administrar el tiempo:** cada uno de nuestros hijos debe tener un tiempo para utilizar el ordenador. Debe ser un tiempo medido, con un final previamente conocido y consensuado, de modo que puedan desarrollar su capacidad de autocontrol y gestión responsable del tiempo.
- **Priorizar:** al tener un tiempo y un espacio limitados, deberán priorizar lo que hacen y los contenidos que guardan. Deben ser conscientes de que los recursos no son infinitos. Además de ser excelentes usuarios de los ordenadores, deben saber qué sentido tiene lo que hacen con ese ordenador.

Nuestros hijos creen saber lo que va hacer la máquina antes de que aparezca un mensaje en la pantalla, y con frecuencia no leen con atención y por eso suelen pulsar el botón “Aceptar” de forma automática cuando no debían hacerlo y terminan instalando cualquier tipo de **malware**. Esta es una actitud irresponsable, ya que invita a no ser conscientes de lo que está ocurriendo en cada momento dando por hecho realidades que no han ocurrido. Los padres debemos enseñarles a evitar este tipo de actitudes y a ser siempre conscientes de lo que tienen entre manos, ya que en última instancia serán ellos los responsables de las decisiones que tomen en cada momento.

## INTERNET

En Internet muchas veces no percibimos el riesgo ya que no vemos físicamente a nadie. Aún así no debemos dar nuestros datos a la ligera, ya que estaríamos poniendo en riesgo nuestra privacidad al no saber dónde acabarán esos datos, si alguien puede tener acceso a ellos y el uso que puede darles. Ya que Internet es un mundo virtual, conviene que solo enviemos datos virtuales. Las consecuencias de lo que en Internet se haga pueden ser completamente reales, por eso hay que ser igual de prudentes. Veamos algunas equivalencias:

MUNDO REAL	MUNDO VIRTUAL
Foto	Avatar
Nombre	Usuario, alias, <i>nick</i>
Correo electrónico privado	Correo electrónico público
Ciudad	Ciudad imaginaria
Llave	Contraseña

## 4- Los juguetes digitales



Pese a que por seguridad se invite a crearse una identidad paralela para utilizar en el mundo digital, es necesario que la persona, en esencia, siga siendo la misma y sea plenamente consciente de su identidad. Hay personas que aprovechan la impersonalidad que da Internet para crear identidades alternativas, las cuales van acompañadas de actitudes que en su vida normal no manifestarían. Es un mecanismo de transformación parecido al que sufren algunas personas en un campo de fútbol, en donde encontramos a personas que en su vida cotidiana son educadas, tranquilas y controladas, convertidas en hooligans mezquinos y deslenguados.

### Herramientas básicas de seguridad para Internet

Lo primero que debemos tener en cuenta es plantearnos si nuestra conexión es segura si usamos una conexión inalámbrica, la cual siempre deben estar protegida por contraseña. El siguiente paso es asegurarnos contra los virus mediante el *firewall* y el antivirus. El *firewall* impide que entre algo desconocido o que salga algo que no queremos que salga, mientras que el antivirus impide que se active algo dañino que, de alguna forma, ya ha entrado.

Los virus pueden entrar solo por conectarse a la red sin que sea necesario descargar ningún archivo y sin entrar en ninguna página. Dado que la aparición de nuevos virus es continua es muy importante actualizar periódicamente el antivirus. Existen muy buenas versiones de estos programas que son antivirus y *firewall* al mismo tiempo. Hay que advertir a nuestros hijos que ambos siempre deben estar activos. Un engaño que se da con cierta frecuencia es que el antivirus bloquee un contenido que les interesa, y por el afán de tenerlo, lo desactivan. El símbolo de estado del antivirus se suele ver en el margen inferior derecho de la pantalla.

Otros programas que aumentan la seguridad a la hora de navegar por Internet son los filtros de contenidos. Estos revisan lo que va a llegar a nuestro ordenador y lo bloquean si están definidos como contenidos inadecuados. La mayor parte de las webs dañinas, incluidas las pornográficas, pueden ser neutralizadas de esta manera. Los padres podemos configurar perfiles diferentes de filtrado para cada uno de nuestros hijos, o para nosotros mismos si no queremos ser molestados con diversos tipos de *malware* que pueden alojarse en nuestro ordenador.



## NAVEGAR POR INTERNET

Nuestros hijos deben entender que navegar por Internet puede considerarse un derecho, pero también supone una responsabilidad. Al igual que pasear por la calle no les da derecho a cruzar con un semáforo en rojo, navegar por Internet no les da derecho a entrar en un lugar que no deben. Conviene realizar una planificación en la que se comprometan a no salir del tiempo y del espacio que se marque, negociar unas normas de hacia dónde navegan, cómo, cuándo, cuánto y para qué. Las herramientas que se utilizan para navegar por Internet se suelen llamar navegadores y son programas que sirven para buscar páginas web. Los navegadores modernos suelen disponer de herramientas para que los niños solo puedan navegar por los sitios que previamente han aprobado sus padres, así como sistemas de bloqueo de **elementos emergentes o pop-ups**.

## DESCARGAS DE ARCHIVOS

Un archivo suele ser una unidad de contenido: una canción, una imagen, un libro, una película, un juego y eso es lo que se suelen descargar nuestros hijos. Las posibilidades que encierra utilizar toda esa información o diversión son espléndidas, aunque pueden entrañar algunos riesgos que debemos conocer.

### Descargas de servidores

Existen enormes repositorios de archivos en Internet que sirven para que las personas compartan información y otros la descarguen. Son sitios como Rapidshare, Mega o Depositfiles, por citar solo algunos. Sus sistemas analizan los posibles virus que puedan estar en los archivos, pero no revisan el contenido, que en algunos casos es ilegal porque infringe derechos de autor o resulta inadecuado para nuestros hijos pequeños. Es importante que solo se descarguen los archivos que haya dejado alguien que conocemos, o cuyo contenido nosotros hayamos revisado.

### Descargas de otros ordenadores

Todos los ordenadores conectados a Internet pueden convertirse en servidores de contenido a través de programas P2P (*Peer to peer*), sistemas de intercambio de archivos entre pares o iguales. Estos programas permiten que los demás que utilicen el mismo sistema puedan conectarse a una parte de nuestro ordenador que hemos dejado para compartir. Es muy importante que el área compartida sea solo una carpeta controlada por los padres para no poner en riesgo la privacidad de la familia. Por desgracia, es frecuente encontrar contenidos ilícitos o inadecuados en los archivos descargados a través de este método, por lo que los niños no deben usarlo sin control parental.



### PROGRAMAS PARA COMUNICARSE

#### Mensajería Instantánea

Sirven para comunicarse en tiempo real escribiendo algo en un ordenador que se lee en la pantalla de los demás ordenadores conectados. Tiene que haber alguien en cada ordenador dispuesto a comunicarse en ese momento. Si se dispone de sistema de sonido (micrófono y auriculares) se pueden realizar conferencias de una gran calidad con cualquier ordenador conectado a Internet. Añadiéndole una webcam se pueden realizar videoconferencias, por lo que es ideal para contactar sin coste con los familiares y amigos que se encuentren lejos. La webcam solo es conveniente conectarla con familiares y amigos de confianza y desconectarla o cubrirla cuando no esté en uso.

Con la irrupción de los *smartphones* en nuestras vidas, se han popularizado enormemente las aplicaciones de mensajería instantánea para móviles, como son Whatsapp, Line o Telegram, las cuales casi han desbancado al SMS como forma de comunicación mediante texto entre dispositivos móviles. Tienen la ventaja de que solo podemos contactar con personas conocidas que están dentro de la agenda de nuestro teléfono. El mayor riesgo puede venir al incluir-

nos dentro de algún grupo en el cual no tenemos por qué conocer a todo el mundo necesariamente, aunque queda la opción de salirte si te han incluido en un grupo en el que no desees estar.

Estas aplicaciones de mensajería instantánea pueden llegar a crearles adicción, especialmente cuando entren en la adolescencia, momento en el que pueden llegar a ser socialmente hábiles a través del teléfono, pero no serlo en las relaciones personales en el mundo analógico. Esto se puede prevenir si desde que empiezan a tener contacto con estas aplicaciones se les instruye en el uso responsable de las mismas al tiempo que se sigue fomentando y educando en las habilidades interpersonales en situaciones de la vida cotidiana.

#### VoIP

La frontera con los programas de mensajería instantánea es difusa. También son programas para comunicarse, pero fueron diseñados para hacerlo especialmente a través de la voz o de videoconferencia. Desde estas herramientas de Internet se puede llamar a teléfonos convencionales de forma gratuita o con un coste muy bajo. Al igual que los servicios de mensajería instantánea, conviene utilizarlos siempre bajo supervisión de un adulto.



## Chat

Su funcionamiento es similar al de otros programas de mensajería instantánea, por lo que en este apartado nos referiremos específicamente a los sistemas accesibles desde páginas web o desde programas que incluyen este servicio. Un chat es una herramienta por la cual al menos dos personas se comunican instantáneamente. Puede ser por texto, voz o incluso vídeo. En general, los niños de estas edades no deben entrar en las salas de chat dada la dificultad para controlar quién accede a ellas y la probabilidad de encontrarse con un troll.

## Foros

Un foro es similar a mantener una conversación por correspondencia, pero puede participar mucha gente. Normalmente un foro se dedica a compartir opiniones o información. Suelen ser temáticos, por lo que en ellos se pueden encontrar personas que saben muchísimo sobre ese tema. Esta mecánica, muy similar a la de un chat, tiene la ventaja de que la conversación no requiere que los usuarios estén conectados al mismo tiempo, lo que permite una mayor flexibilidad a la hora de participar. De esta manera cualquiera puede acceder a la conversación en cualquier momento e intervenir en ella si lo desea.

## Redes sociales para menores

Las redes sociales son lugares de encuentro virtual donde los usuarios interactúan a través de Internet. Los propios usuarios aportan muchos de los contenidos, hacen comentarios y los valoran. Las redes sociales para la infancia suelen tener foros, grupos o comunidades y recomendaciones de los usuarios.

## Correo electrónico

Es una forma de comunicación muy eficaz: muy rápida y no requiere que la persona esté activa al otro lado para enviar el mensaje. Es prudente tener varias direcciones de correo electrónico: uno para cosas importantes y que solo se lo daremos a amigos y parientes, y otro para cosas poco importantes y que acabará llenándose de correo basura. Este lo utilizaremos para suscribirnos a portales, foros y sitios poco fiables.

Con frecuencia se reciben correos no solicitados, *spam* con publicidad fruto de envíos masivos cuyo remitente no sabe quién lo va a recibir. Es muy importante que nuestros hijos no contesten a ninguno de estos correos, porque equivaldría a decirle a quien envía esos correos que nuestra dirección es válida y

## 4- Los juguetes digitales



que hemos leído su correo, con lo que se arriesgan a recibir mucho más *spam* en su buzón.

Nuestros hijos deben aprender a borrar los mensajes que tienen archivos adjuntos que son de desconocidos, sobre todo si están en otros idiomas, ya que los archivos adjuntos pueden tener virus. También debemos enseñarles a discriminar los mensajes de tipo *Hoax*, también llamados "cadenas", dado que su finalidad es ser propagados incesantemente como si de una reacción en cadena se tratase.

Un tipo particularmente grave de correo que podemos recibir son los correos de *phishing*, los cuales incluyen enlaces fraudulentos (como por ejemplo hacia temas bancarios) que simulan páginas oficiales y nos invitan a introducir datos de seguridad privados. Hemos de verificar bien la autenticidad de dichos mensajes, aunque como norma general lo mejor es no introducir nunca este tipo de datos salvo que tengamos la certeza de que estamos en el sitio correcto. Las propias entidades bancarias informan de que nunca te solicitarán este tipo de información por Internet. En caso de duda lo mejor es contactar con la entidad bancaria personalmente.

### Buscadores

Un buscador es un gran índice de todos los contenidos que hay en Internet. Analizan la red incesantemente para encontrar datos nuevos, guardarlos y ponerlos a disposición de quienes necesitan alguna información. Los más conocidos son Google, Yahoo y Bing.





# EDUCAR PARA PREVENIR

Las TIC son medios ideales para la práctica de muchas capacidades adquiridas en el mundo analógico por nuestros hijos. Unos medios capaces de relacionarlos con multitud de personas, con una gran cantidad de información y puntos de vista diferentes. Los medios tecnológicos son herramientas para que aprendan y discutan entre ellos y con otras personas: iguales, padres, docentes, tutores, etc.

## LOS PADRES EDUCANDO EN VALORES: CONSEJOS GENERALES PARA TRATAR CON TUS HIJOS

Educar para prevenir implica educar en valores: aquellos aspectos de la vida que siempre son importantes. De los padres aprenderán las actitudes y valores que les capaciten tanto para un correcto desempeño en la vida analógica como para hacer un buen uso de las TIC. Para ello hemos de tener en cuenta lo siguiente:

### Mejoremos la comunicación con nuestros hijos:

- Prestemos atención a sus sentimientos y mostrémonos interesados por ellos, siendo capaces de ponernos en su lugar y comprender sus problemas.

- Valoremos positivamente que nos digan la verdad siempre, al igual que nosotros nunca les mentiremos. De este modo estableceremos un clima de confianza, y nuestros hijos podrán decirnos lo que realmente les preocupa.
- Preguntemos abiertamente y de manera curiosa por sus actividades y pidamos que nos enseñe a hacer algo que no sepamos, por ejemplo, el manejo de algún programa informático.
- Mostrémonos disponibles siempre que requieran nuestra atención para contarnos algo. Si les censuramos en sus intentos por contactar con nosotros terminarán alejándose y buscando a otras personas que les presten atención.

### Desarrolla una autoridad positiva:

- Somos los modelos de conducta para nuestros hijos: Nuestro ejercicio de autoridad positiva es bueno y saludable para el desarrollo psico-social de los niños. Debemos saber poner límites a su actividad, pues tiene que aprender que “no todo vale”. La conducta de nuestros

## 5- Educar para prevenir



hijos pide límites. Si somos excesivamente condescendientes y no se los ponemos a tiempo, nuestros hijos nos los exigirán con conductas cada vez más inadecuadas.

- Seamos coherentes: si marcamos límites y normas, deben mantenerse y cumplirse. A medida que nuestros hijos vayan madurando y sus necesidades evolucionen se podrán renegociar los límites mediante el diálogo. Las figuras de autoridad, esencialmente los padres y madres, han de consensuar las normas y límites para la conducta de sus hijos, o surgirán incoherencias que les provocarán confusión.
- Seamos firmes y estables: si tomamos una decisión con respecto a la conducta de nuestros hijos, hemos de cumplirla, porque no hacerlo echaría por tierra tanto nuestra credibilidad como todo el sistema de normas que tienen que aprender.
- Escuchemos, expliquemos, negociemos: escuchemos las opiniones de nuestros hijos, expliquemos las nuestras, intentemos razonar con ellos cómo funcionan las normas en la familia, demos con nuestro comportamiento que también cumplimos las normas, aun-

que en un papel diferente con ciertas ventajas y ciertos inconvenientes respecto del papel que tienen ellos. Cuando sean adolescentes, el razonamiento puede extenderse al diálogo: podemos poner en cuestión las normas, sus pros y contras, renegociar nuevas normas y adquirir nuevos compromisos.

- Si tienes que hacer algún tipo de corrección o crítica hacia el comportamiento de tus hijos, recuerda siempre dirigirte al comportamiento, no a su persona en su totalidad (lo que ha hecho, no lo que es). Es importante que los padres diferencien su propio enfado (que es suyo personal) de una reprimenda (que está dirigida a educar a otros), siendo en ocasiones lo más adecuado el dejar la reprimenda para cuando se reduzca el enfado.

### Compartamos momentos con nuestros hijos:

- Juguemos con nuestros hijos: respetemos sus propios espacios y tiempos de juego con sus iguales, pero busquemos también momentos en los que podamos recrearnos y jugar con ellos.



- Para divertirnos con nuestros hijos un sencillo paseo por el campo, sentarse en el sofá de casa a leer juntos un cuento, buscarlo en Internet o jugar con un videojuego, puede crear relaciones de confianza mutua donde conoceremos mejor a nuestros hijos.
- Hemos de establecer un momento del día para el estudio: preguntémosles qué tareas tienen y ayudemos a organizarlas. Si tienen pocas, podremos elegir temas de estudio para completar la sesión. Les daremos tiempo para realizar las tareas por sí mismos y luego repasaremos.
- Convirtamos al ordenador en un medio para compartir, jugar y estudiar junto a nuestros hijos: podemos hacer un uso excelente y muy creativo del ordenador. Si no tenemos mucha experiencia con ordenadores les daremos la oportunidad de enseñarnos. Podremos pasar buenos ratos buscando datos de referencia, consultando enciclopedias virtuales, comunicándonos, etc. De esta relación padre-ordenador-hijo, los niños aprenderán a interiorizar valores necesarios para el uso de las TIC.

#### **Si estás en nuevos modelos de familia:**

En las familias monoparentales o con padres separados, las características del núcleo familiar pueden influir algo en la relación con las TIC. Los hijos de los hogares monoparentales podrían estar más expuestos a algunas amenazas derivadas de un uso inadecuado de las TIC. Los padres o madres que crían solos a sus hijos suelen mostrar una gran abnegación por sacarlos adelante en condiciones, con frecuencia, más duras que el resto. En ese entorno el tiempo que se puede dedicar a los hijos suele ser menor, por lo que se debe cuidar especialmente la calidad de la relación en ese breve espacio de tiempo que los padres tienen para dedicarles.

Por cuestiones de su propia disponibilidad de tiempo y, con frecuencia, por su situación anímica, los juguetes tecnológicos suelen ser un refugio fácil para los niños. Pueden servir para sobrellevar un bache anímico, pueden servir para aprender destrezas... pero no sirven para educar en valores. Muchas veces los niños de familias separadas tienen acceso a más tecnología que los otros, porque tanto los padres como las madres tienden a compensarles con objetos materiales por las dificultades adicionales que consideran que sus hijos están viviendo.

## 5- Educar para prevenir



En los casos de los que viven en dos casas (la de su padre y la de su madre), los hijos pueden llegar a manipular a sus progenitores diciéndoles que en la otra casa tienen más y mejores tecnologías o, por el contrario, que no tienen acceso a ninguna tecnología y que por tanto en esta casa deberían compensar. En las situaciones más complicadas, donde el diálogo entre los padres se ha perdido, es imposible mantener la coherencia educativa necesaria.

Debemos aclarar que todos estos principios no son de aplicación exclusiva para los casos de familias monoparentales, pero en dichas familias hay que prestar una especial atención y aplicarlos con mayor cuidado. Además, es bueno seguir estos consejos adicionales:

- Las TIC son una herramienta valiosísima para que nuestros hijos estén en contacto permanente con su familia extensa, por lejos que se encuentren. La familia extensa es aquella cuyos miembros no viven en nuestro mismo domicilio, como suelen ser los tíos, primos, tíos abuelos, los abuelos...
- Los niños con determinados rangos de edad pueden utilizar las TIC para facilitar la vida doméstica organizando listas de la compra, planificando viajes o salidas, etc. Los objetivos deben ser establecidos

por los adultos y también seremos quienes debemos validar los resultados. Nosotros decidimos “qué” y “para qué”, pero en muchos casos nuestros hijos disponen de suficientes conocimientos para decir “cómo”.

- En los casos de custodia compartida ambos progenitores han de hacer un esfuerzo en ponerse de acuerdo en algo que, por responsabilidad, estamos destinados a compartir: la educación. El esfuerzo por el entendimiento en este tema es necesario, ya que de la coherencia entre las normas de comportamiento y utilización de medios tecnológicos en ambas casas dependerá el buen desarrollo de los valores positivos de los hijos, y de ahí su buen comportamiento y felicidad. Es el punto común que puede motivarles para establecer juntos unas reglas iguales, que se cumplan en las dos casas. Si son incapaces de alcanzar acuerdos al respecto por sí mismos, sería conveniente pedir ayuda de mediación o terapia familiar antes de que sus hijos se vean afectados por dicha incapacidad.



# ANEXO: CÓMO RESPONDER A...

## ¿Cómo sabemos si nuestros hijos tienen adicción a las TIC?

Lo principal es la observación y el buen clima de diálogo, y así podremos observar lo que hacen en su día a día. Cuando este cambia de forma preocupante, hemos de preguntarnos qué ocurre. Si vemos que su desempeño en tareas escolares baja, o que el tiempo que dedicaba antes a otras tareas lo dedica ahora al uso persistente de un nuevo aparato tecnológico, más allá de la "novedad" de los primeros días, esto es señal de que algo está ocurriendo. Otras señales pueden ser los cambios de humor brusco cuando se les priva del uso objeto deseado, el aislamiento social y ensimismamiento en la actividad en cuestión, apatía y desgana frente a actividades de la vida diaria que nada tengan que ver con su nueva afición, el uso de conductas como la mentira y ocultación o incluso el uso de conductas desafiantes a la autoridad familiar para seguir haciendo el uso indebido del aparato.

## ¿Están nuestros hijos demasiado tiempo con las TIC?

Con los ritmos de vida actuales y los horarios laborales que tenemos los adultos, en ocasiones las TIC se convierten en las "niñeras" de nuestros hijos. Hemos de sentarnos junto a ellos, hablarles con comprensión y hacerles tomar conciencia

del problema. No es necesario ser drásticos: restringir el uso, pero no cortarlo de raíz porque eso sería contraproducente. Hemos de realizar otras actividades de ocio con nuestros hijos, o plantearles actividades que llenen su tiempo de cosas que también puedan parecerles interesantes.

## ¿Se aburren nuestros hijos cuando no tienen tecnología?

Las vidas de las nuevas generaciones están inmersas en las TIC, pero hemos de educarlos para que esas herramientas sean un medio para potenciar su creatividad y alcanzar la felicidad. Si nuestros hijos se aburren cuando no tienen tecnología es que no están entendiendo este mensaje. Hay que enseñarles a vivir con la suficiente soberanía personal para no ser "objeto de nuestros objetos".

## ¿Hablan nuestros hijos con personas que no conocen a través de chats y foros?

Hay que enseñarles que no se pueden dar datos, mandar mensajes ni hablar con personas extrañas por Internet. En caso de duda que nos llame y nos pida ayuda. Sin alarmar en exceso, hemos de enseñar a no aceptar mensajes ni archivos de desconocidos. Como norma general, no debemos dejar a nuestros hijos entrar en chats ni en foros a estas edades sin supervisión.



### ¿Utilizan nuestros hijos juegos violentos?

El código PEGI debe ser nuestra referencia. Si la edad recomendada para el uso de un videojuego excede la de nuestros hijos, deberán ser los padres los que evalúen la conveniencia o no de que lo use. Caso aparte son ciertos títulos que, en busca de notoriedad y provocación proponen juegos basados en la violencia escolar, la tortura o el narcotráfico. Lo más normal es utilizar el sentido común y no permitir que nuestros hijos accedan a materiales que exceden los límites de la ética y el buen gusto.

### ¿Han entrado nuestros hijos en un sitio para adultos?

Hay que averiguar si la entrada ha sido intencionada o involuntaria, ya que existe un bombardeo continuo de pornografía en la web. Si la entrada ha sido involuntaria, no interesaremos por cómo se han sentido con lo que han visto, y trataremos de dar las explicaciones pertinentes según su grado de madurez. En estos casos es preciso revisar o colocar filtros de contenido para evitar que vuelvan a ocurrir este tipo de incidentes. Si la entrada ha sido intencionada hemos de averiguar las razones que le han movido a hacerlo aún sabiendo que era algo no permitido para su edad. También habrá que decidir si colocar o no un filtro de contenidos, aunque pueda ser capaz de "burlar" el filtro.

### ¿Qué ocurre si nuestros hijos quieren tener su propio blog?

En principio los niños pequeños no demandan tener ese nivel de autonomía. Si son ya mayorcitos, podríamos negociar crear un blog juntos donde ellos pusieran sus contenidos, intentando potenciar su vertiente creativa: colocando redacciones, noticias, dibujos etc. e intentando concienciarlos en no colgar imágenes ni datos personales, sino avatares, apodos, etc. La clave de acceso al blog ha de ser gestionada por los progenitores, que podríamos mediar así supervisando los contenidos que cuelgan en el mismo.

### ¿Se descargan nuestros hijos música y películas?

Hay que tener muy en cuenta los derechos de autor, e intentar concienciar en el respeto a los mismos. Por otro lado, deben ser conscientes de que no es necesario bajar todo lo que hay en Internet: solo lo que de verdad nos interesa. Existen sitios de Internet de donde podemos bajar contenidos no sujetos a derechos de autor.

## EDUCAR PARA PROTEGER. Edición 2.0

Junta de Andalucía  
Consejería de Empleo, Empresa y Comercio.  
Avda. Albert Einstein, 4. Isla de la Cartuja .  
41092 – Sevilla.  
Teléfonos: 902 11 30 00 / 955 06 39 10

Licencia Creative Commons  
Reconocimiento-No comercial-Sin obras derivadas 3.0

Usted es libre de copiar, distribuir y comunicar públicamente esta obra bajo las condiciones siguientes:

- Reconocimiento. Debe reconocer los créditos de la obra de la manera especificada por el autor o el licenciador (pero no de una manera que sugiera que tiene su apoyo o apoyan el uso que hace de su obra).
- No comercial. No puede utilizar esta obra para fines comerciales.
- Sin obras derivadas. No se puede alterar, transformar o generar una obra derivada a partir de esta obra.
- Al reutilizar o distribuir la obra, tiene que dejar bien claro los términos de la licencia de esta obra.
- Alguna de estas condiciones puede no aplicarse si se obtiene el permiso del titular de los derechos de autor.
- Nada en esta licencia menoscaba o restringe los derechos morales del autor.







**Sigue la actualidad en**

[www.andaluciacompromisodigital.org](http://www.andaluciacompromisodigital.org)

**Contacta con nosotros**

902 12 12 30 / 955 06 26 36  
[andalucia.compromisodigital@juntadeandalucia.es](mailto:andalucia.compromisodigital@juntadeandalucia.es)



@AndaluciaComDig



andaluciacompromisodigital

