



Redes sociales, seguridad digital y acoso cibernético – Una hoja de consejos para padres



"Antes, cuando era niño..., las cosas eran diferentes". Si, eran diferentes.

Y porque lo fueron, a menudo nos piden consejos y recursos para mantener a los jóvenes seguros en nuestro mundo digital rápidamente cambiante. A medida que lean estos consejos, tengan en cuenta que muchos de ellos **NO** están orientados a la tecnología. Esto se debe a que muchos de los problemas que enfrentan los jóvenes son problemas socioemocionales típicos, problemas durante el crecimiento que *nosotros* enfrentamos en el pasado. Sin embargo, hoy en día, están infundidos con y magnificados por la tecnología.

1. **Hablen** con sus hijos. El primero, y mejor consejo: mantengan las líneas de comunicación abiertas. Hagan preguntas sobre las cosas que no entiendan. Para unos buenos inicios de conversación, vean: *Preguntas que los padres deberían hacer a sus hijos sobre tecnología*.
(<http://cyberbullying.us/questions-parents-should-ask-their-children-about-technology>).
2. **Escuchen** a sus hijos. Aprendan la manera en que ellos hablan. También, escuchen los nombres de los sitios en el internet y de las aplicaciones que puedan estar usando. Con frecuencia, las diferentes edades, diferentes escuelas, diferentes grupos sociales usan sitios de redes sociales, muchos de los cuales *ustedes nunca han escuchado!* Hablen de esto en sus **conversaciones**.
3. **Firmen un contrato**. Sean claros y directos. Establezcan las expectativas y reglas que *ustedes* y ellos seguirán para usar la tecnología. Este *Contrato de uso de tecnología* es un ejemplo que ustedes pueden adoptar.
http://www.cyberbullying.us/technology_use_contract_2014.pdf
4. **Supervisen**. Como parte de su contrato, infórmenles que de vez en cuando ustedes supervisarán sus actividades. También, sepan, que puede que no tengan conocimiento ni acceso a todos sus sitios personales. (Ver #2.)
5. **Filtrar. Bloquear. Monitorear**. Usen cualquier software para filtrar, bloquear o monitorear que tengan y que se sientan cómodos usándolo. Sin embargo, *no se basen únicamente* en estas herramientas tecnológicas. Recuerden, las cuestiones de seguridad digital son cuestiones sociales de desarrollo humano. También recuerden, ¡los niños son lo suficientemente inteligentes como para trabajar alrededor de las herramientas del software!
6. **Enseñen** el comportamiento apropiado para cuando estén en línea. El respeto, la honestidad, los valores personales en la vida "real" deben reflejarse cuando estén en línea. Así de inteligentes como son los jóvenes, con frecuencia, ellos no toman en cuenta la velocidad a la que ocurren las cosas, la propia naturaleza de la vida pública en línea, la permanencia de sus mensajes e imágenes, y el hecho de que, una vez publicados, *nada puede volver atrás*. También necesitan entender que ellos *¡no son anónimos!* Todo lo que se ponga en el internet no podrá ser borrado. Consulten una guía del estudiante de publicación personal.
(http://people.uwec.edu/patcinj/cyberbullying/students_guide_to_personal_publishing.pdf)
7. **Fíjense** en señales de advertencia. Sean conscientes de las señales de angustia relacionadas con el uso de tecnología: ira, miedo, hablar de violencia. Tengan en cuenta los nombres de los nuevos "amigos", o la ausencia de los amigos conocidos, volverse retraído o estar obsesivamente en línea. Observen si hay señales de que tienen secretos, más allá de lo normal. Estén atentos a los patrones de sueño interrumpido.
8. **Modelen** comportamiento apropiado ustedes mismos. ¿Ustedes envían fotografías o mensajes inapropiados? ¿Mandan textos mientras van manejando? ¿Se burlan, acosan o de otra manera atormentan a otros? Los jóvenes nos observan, y aprenden de lo que ven.
9. **Hablen entre ustedes**. Hablen con los padres de los "amigos" de sus hijos. Hablen dentro de su comunidad. Hablen a su escuela. Formen un grupo de apoyo de padres. Algunas veces, una persona joven compartirá con otra persona lo que no compartirían con sus propios padres.
10. **Recuerden**, y esto es muy importante; La mayoría del tiempo los jóvenes están perfectamente seguros en línea. Ellos están haciendo cosas sorprendentes. Creando comunidades. Viviendo con excelentes normas y protocolos generados por ellos mismos; pero a veces, ellos nos necesitan.

Recursos para padres

Estos son enlaces a documentos y sitios diseñados para ayudar a los adultos a comprender mejor lo que son las redes sociales y cómo usarlas de manera segura. También pueden ayudar a los adultos a hablar más fácilmente con los jóvenes acerca de los comportamientos apropiados y cuestiones de seguridad, y a estar mejor preparados para ser de ayuda cuando sea necesario.

- **A Parents' Guide to Cyberbullying (PDF)**
<http://www.k12.wa.us/safetycenter/InternetSafety/publicdocs/AParentsGuidetoCyberbullyingConnectSafely.pdf>
- **A Parents' Guide to Cybersecurity (PDF)**
<http://www.connectsafely.org/wp-content/uploads/securityguide.pdf>
- **A Parents' Guide to Facebook (PDF)**
<http://www.k12.wa.us/safetycenter/InternetSafety/publicdocs/AParentsGuidetoFacebook.pdf>
- **A Parents' Guide to Instagram (PDF)**
<http://www.connectsafely.org/wp-content/uploads/instagramguide.pdf>
- **A Parents' guide to Snapchat (PDF)**
<http://www.connectsafely.org/wp-content/uploads/snapchatguide.pdf>
- **Family Online Safety Guide (PDF)**
http://now.symassets.com/now/en/public/images/Promotions/onlineSafetyGuide/FamilyOnlineSafetyGuide_4thEd_Final.pdf
 - o Links to document in multiple languages

Otros enlaces enfocados en la familia:

- **ConnectSafely**
<http://www.connectsafely.org/>
- **Cyberbullying Resource Center**
<http://cyberbullying.us/>
- **Facebook Family Safety Center**
<https://www.facebook.com/safety>
- **Family Online Safety Institute**
<http://www.fosi.org/>
- **NetFamilyNews**
<http://www.netfamilynews.org/>
- **OSPI School Safety Center – Cyberbullying & Digital/Internet Safety**
<http://www.k12.wa.us/Safetycenter/InternetSafety/default.aspx>



Image from : <http://www.dangerpoint.org.uk/about/programm/Internet-afetv/>