

Peligros asociados al uso de tecnologías

Acceso a contenidos inapropiados: al estar solo en internet se puede encontrar contenido violento o dañino (ej. promover la anorexia).

Grooming: es recurrente que desconocidos con perfiles falsos intenten extorsionar a menores para pedirles imágenes con contenido sexual. Muchos los encaran o los eliminan, pero es necesario denunciar.

Exposición de la intimidad: Han aumentado los casos de jóvenes que envían voluntariamente imágenes sexuales y terminan filtrándose. El 87% de las veces las ven todo el curso.

Bullying: una dinámica en la que no sólo participa el agresor y la víctima, sino también todos los testigos. Es fundamental enseñarles a todos los escolares a vencer el bullying, aún sin estar involucrados.

El 80% de las veces los testigos no intervienen cuando ven cyberbullying. Cuando lo hacen, logran parar el bullying en más del 50% de los casos.

¿Qué pueden hacer los testigos del bullying?

Partir dando el ejemplo: si los amigos cercanos rechazan una agresión o defienden a la víctima, es probable otros sigan el ejemplo.

Mostrarse en desacuerdo: no apoyar las burlas en redes sociales ni reírse es un punto de partida.

Aprovechar los recursos: usar a las mismas redes sociales para evitar agresores (rechazar solicitudes, bloquear, eliminar, enviar denuncias al sitio, etc.).

Empatizar: Tratar de ponerse siempre en el lugar del otro, aunque no se lleven muy bien.

Sobre grupos de WhatsApp del curso

Los sitios de chat, por ser comunicación escrita, son eficientes para ponerse de acuerdo y enviar información urgente: ayuda para recordar tareas entre compañeros y organizar eventos. Discutir temas personales en el grupo puede provocar peleas interminables y malentendidos, es mejor conversar cara a cara. También es preferible darles autonomía y no involucrar a profesores en temas de los niños.

Grupos de WhatsApp entre apoderados

¿Qué prácticas deberían evitarse?

Ser “agenda” de los hijos: Querer controlar todo sobre los quehaceres de los hijos y organizarse entre padres perjudica a los niños a hacerse cargo de sus propias responsabilidades.

Usar el espacio para criticar: Expresar disconformidad sobre profesores u otros apoderados dentro del grupo, aunque sin decirlo directamente, crea discusiones poco constructivas.

Problemas por los rumores: Comentar lo que se cree o se escucha tiende a confundir, dando información poco clara y creando malentendidos. En ocasiones pueden ser sobre los estudiantes y perjudicar la imagen de los niños.

Denunciar problemas con el profesor: Realizar quejas o críticas sobre situaciones que no se pueden solucionar dentro del grupo ensucia el ambiente y no llegan a nada. Es mejor trabajar los problemas que se tengan en persona conversando.

Crear grupos nuevos: Cuando se hacen subgrupos por afinidades o por distanciamientos se separa la relación y hay información a la que no acceden todos como curso.

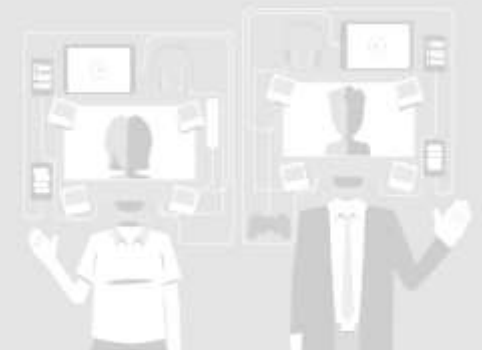


FACULTAD DE COMUNICACIONES
PONTIFICIA UNIVERSIDAD
CATÓLICA DE CHILE



EL USO POSITIVO DE LAS TECNOLOGÍAS CONSEJOS PARA PADRES Y APODERADOS

Las nuevas tecnologías están transformando la vida de nuestros hijos. Puede tener efectos muy positivos cuando se emplean de forma adecuada, pero hay peligros que debemos prevenir como padres y es responsabilidad nuestra conocerlas y conversar sobre sus efectos con ellos. Este tríptico ofrece una serie de consejos para aprovechar las ventajas de las tecnologías y así evitar sus peligros.



¿A qué edad tener un celular con internet?

Si bien hay diversas opiniones, los especialistas recomiendan:

- No antes de los 12 años, preferentemente desde los 14
- Desde que andan solos en la calle
- Mejor postergar ese momento lo más posible

Qué aspectos deben considerarse para entregarle a un niño su propio Smartphone:

- ¿Tiene sentido de responsabilidad?
- ¿Necesita estar comunicado por temas de seguridad?
- ¿Sus relaciones sociales se verán beneficiadas por este contacto permanente?
- ¿Le dará un uso serio y responsable? Como no usarlo durante clases...
- ¿Seguirá las reglas sobre cantidad de uso y tipo de contenido que bajan?
- ¿Lo usarán para fomentar relaciones positivas o para dañar al otro?
- ¿Cuida sus pertenencias o las pierde constantemente?

La exposición excesiva (llegan a ser más de 6 horas al día) puede traer consecuencias como ansiedad, falta de sueño, desórdenes alimenticios, etc. Por eso preguntamos a diversos expertos:

¿Hasta cuánto tiempo se recomienda el uso de las tecnologías en un día?

- Hasta 2 años: No recomendable.
- Entre 2 y 7 años: Hasta 1 hora.
- Entre 7 y 12 años: 1 hora.
- Entre 12 y 15 años: 1 ½ horas.
- 16 años y más: 2 horas.

¿Qué ventajas y desventajas tienen el uso de las tecnologías?

Rendimiento académico: Usar tecnologías con moderación puede servir al estudiar, realizar tareas y comunicarse entre compañeros. En exceso podría afectar negativamente el promedio de notas.

Sensación de soledad: Estar en redes sociales puede ayudar a conectarse con los amigos, pero debe haber un balance entre la realidad virtual y pasar tiempo socializando cara a cara.

Autoestima: Socializar en redes sociales sirve al recibir comentarios de apoyo en momentos difíciles, pero hay que poner ojo a la adicción que generan los “Me gusta” y las consecuencias de los comentarios negativos.

Dependencia: Pasar mucho tiempo pegado al celular o computador puede generar ansiedad y temor al desconectarse. No hay que querer saber todo lo que pasa en internet todo el tiempo.

Uso de redes sociales

¿Qué debemos saber sobre las redes sociales?

- Se puede crear una cuenta a los 13 o 14 años.
- Si no se definen las condiciones de privacidad, los perfiles son de libre acceso.
- Los jóvenes pueden causar daño fácilmente (anonimato, pantallazos...).
- En los sitios de “Confesiones” se envían mensajes anónimos, los que en su mayoría son burlas o insultos.
- Los sitios como Facebook tienen manuales de ayuda en que aconsejan usos apropiados para padres.

¿Cuáles son las redes sociales más usadas?

- WhatsApp: mensajería instantánea online
- Facebook: redes sociales masivas
- Instagram: Sitio para compartir imágenes
- Snapchat: Envío de fotografías por chat
- YouTube: Portal de videos
- Ask y Kiwi: Sitio de preguntas anónimas
- Twitter: publicar mensajes cortos
- Tumblr y Pinterest: para compartir gustos
- Skype y Omegle: Sitios de video chat
- Wattpad: Sitios para compartir literatura
- Videojuegos online



Es fundamental saber qué sitios usan los escolares, de qué se tratan y a qué peligros pueden estar expuestos (muchas veces ellos mismos lo saben). Mostrar interés y conversar sobre lo bueno y lo malo es importante en la supervisión.

Qué conductas pueden ser peligrosas en redes sociales:

- Publicar datos de contacto personales
- Subir o enviar material íntimo/provocativo
- Tener el material personal para todo público
- Etiquetar los sitios en los que se encuentra (dirección de la casa)
- Dejar que todo el público comente, revise y suba material al muro
- Aceptar a desconocidos
- Dar información a desconocidos
- Entrar en grupos para molestar
- Entrar a grupos con desconocidos
- Seguir a desconocidos con contenido inapropiado.
- Entrar en discusiones con desconocidos
- Involucrarse en discusiones agresivas

Referencias:

Sedentary behaviour and screen-time: 1.usa.gov/20YtfkR
10 consideraciones para comprar un celular a tu hijo: abt.cm/1r1GTTs
Grupo de Whatsapp de madres y padres: ¿oportunidad o peligro?: bit.ly/1T05uTL PDI Chile: No más bullying: bit.ly/1VCFX9U
www.common sense media.org