

Instituto Provincial de
Bienestar Social



www.ipbscordoba.net
902 075 365
info@ipbscordoba.es

www.ipbscordoba.es/drogodependencias

957 76 86 98



Estrategias y consejos

para padres, madres
y otros educador@s

y el uso de las
**TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN
Y LA COMUNICACIÓN (TIC)**
de niñ@s y adolescentes



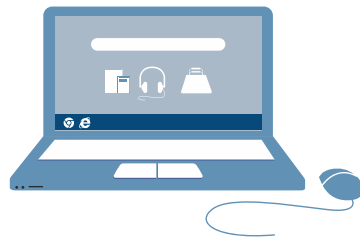
Estrategias y consejos

para padres, madres y otros educador@s

y el uso de las

TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN (TIC)

de niñ@s y adolescentes



1 **El miedo** a los riesgos no debe coartar nuestro disfrute y la utilidad de las tecnologías de la comunicación, lo que supone:

- Establecer una relación de confianza padres hijo/a sobre cualquier otra iniciativa o medio tecnológico para educar, controlar o acompañarlos en el uso de las TIC.
- Establecer medidas de control: horarios, número de horas, supervisión del uso, establecer una edad para disponer del móvil, tener en cuenta la clasificación de los videojuegos, establecer franjas horarias para ver televisión.

2 **Educar** a través del propio modelo. Debemos ser coherentes con los mensajes que queremos trasladar a nuestros hijos e hijas.

3 **Explicarles** el sentido de las normas que se aplican en la familia en relación con los medios audiovisuales y las nuevas tecnologías de la comunicación.

4 **Especialmente** en la adolescencia, es muy importante que ellos/as participen en la determinación, modificación y/o negociación de las normas.

5 **El diálogo.** Cualquier espacio de diálogo con el o la adolescente es oro, por breve que sea. Para ello debemos crear oportunidades y prestar atención para aprovecharlas.

6 **Conocer** sus opiniones, gustos y reacciones siempre de manera respetuosa.

7 **Debatir** sobre las ventajas, sus inconvenientes y riesgos del uso de las tecnologías.

8 **A modo de conclusión:**

-Navega en Internet con tus hijos, enséñales y oríentalos sobre las páginas más fiables. Coméntale que nunca deben proporcionar datos personales en la red.

-Selecciona los videojuegos a los que juegan tus hijos. No olvides supervisar también los juegos que se intercambian entre los amigos. Y juega con ellos en alguna ocasión.

-Establece normas claras para regular el uso de Internet, videojuegos y el móvil. Debe estar muy claro cuándo, cuánto y dónde los utilizan.

-Enseña a tus hijos que el móvil es para llamadas cortas y urgentes. Hazles responsables de su consumo, que siempre debe ser limitado y estar controlado por ti.

-Haz uso de los programas de control parental tanto en el ordenador como en las videoconsolas, para evitar que tus hijos encuentren contenidos inadecuados para su edad.

-Mantente al corriente de los avances de las TIC, para que la llamada brecha digital no suponga un obstáculo en tu labor de proteger a tus hijos.

-Dialoga con tus hijos, favorece la comunicación positiva y la escucha activa.

-Educalo en la gestión inteligente del ocio y del tiempo libre.

-Esfuézate para que tus hijos encuentren en tí la confianza y el apoyo para contarte cualquier problema.

No olvides ser consecuente y da ejemplo en tu uso de las TIC y transmite siempre a tus hijos tu amor incondicional.