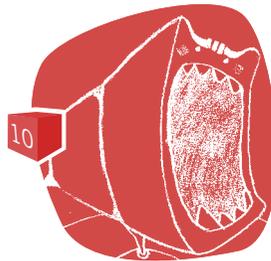


Educar para Proteger

Guía de formación TIC para padres y madres
de menores de 3 a 11 años

01. Los Padres Analógicos

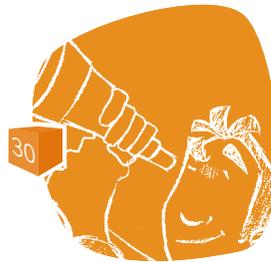


Introducción: Los Huérfanos Digitales

02. Los Hijos Digitales



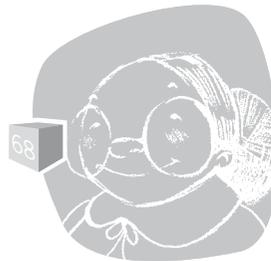
03. Los Juguetes Digitales



04. Educar para prevenir

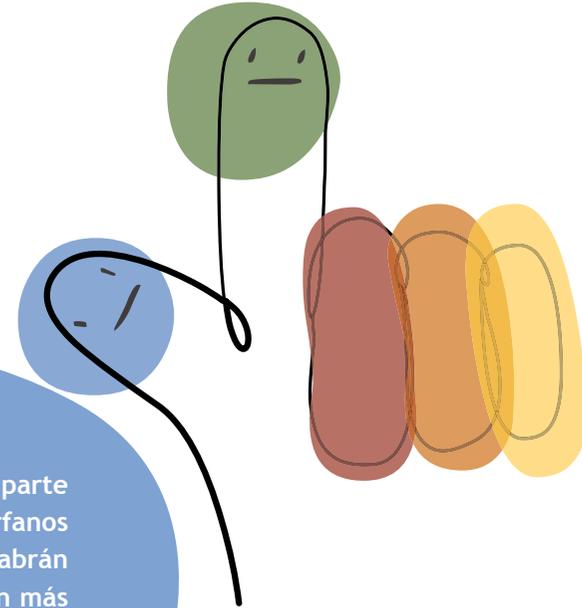


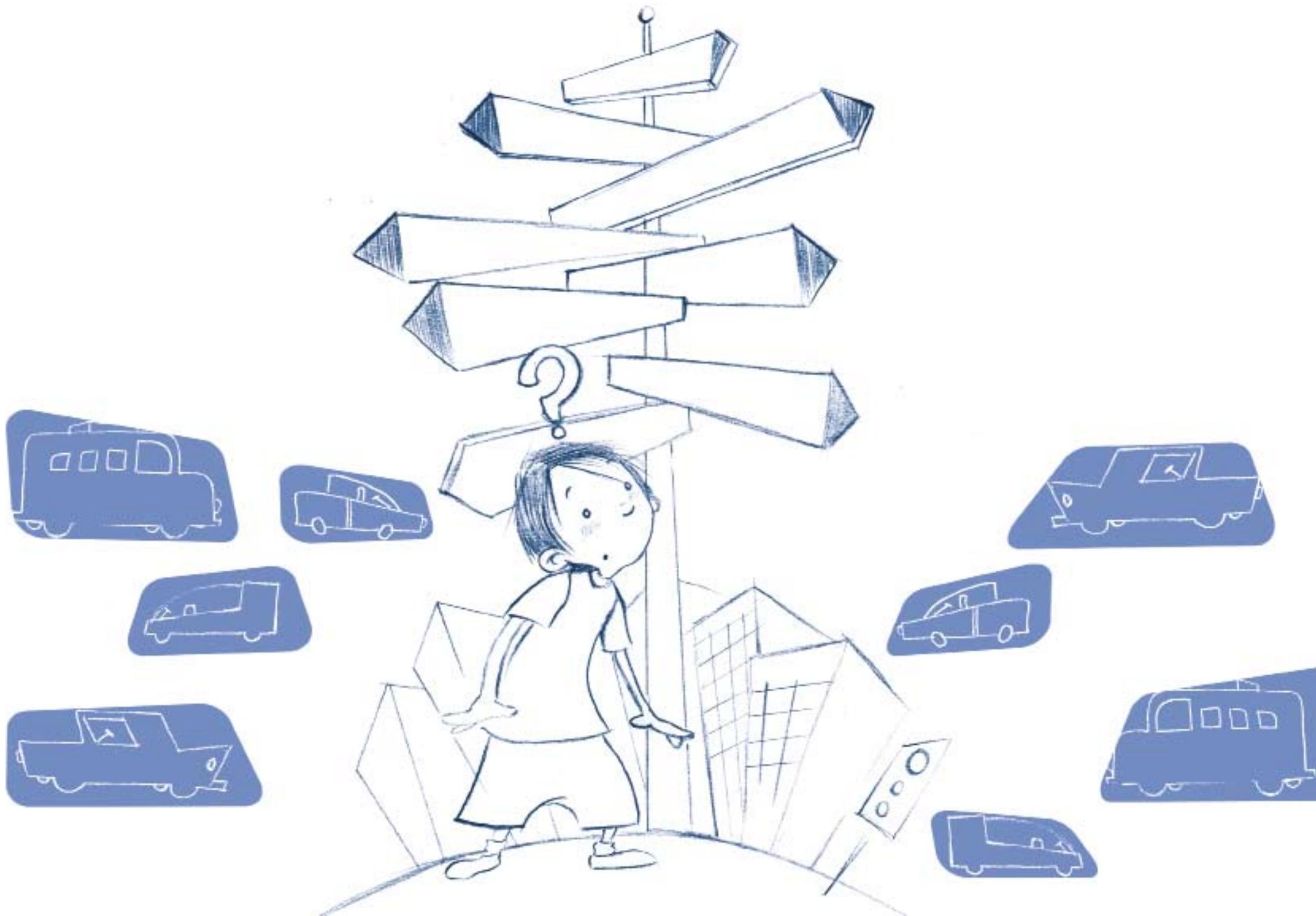
05. Anexos

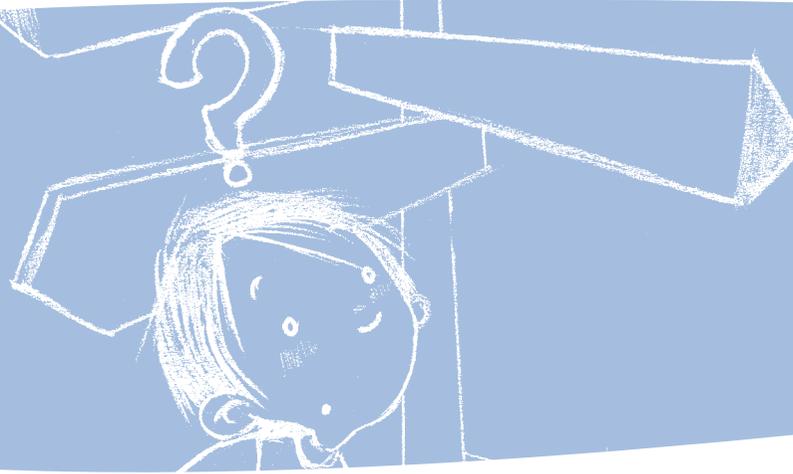


Introducción: Los huérfanos digitales

Los padres que no se involucran en el acercamiento por parte de sus hijos a las nuevas tecnologías los convierten en huérfanos digitales. Sin un referente de comportamiento no sabrán enfrentarse a los dilemas éticos que se les planteen. Serán más propensos a desarrollar hábitos poco saludables y estarán más expuestos a los posibles riesgos. Está en nuestra mano evitar que eso suceda.







Huérfanos digitales

“Siembra un pensamiento y cosecharás un acto,
Siembra un acto y cosecharás un hábito,
Siembra un hábito y cosecharás un carácter,
Siembra un carácter y cosecharás un destino.”
Samuel Smiles

5

En un extremo del salón, nuestros ancianos se asoman por una ventana que da a una calle, o quizá a un jardín. En el otro, nuestros hijos se sientan frente a la pantalla de un ordenador que no tenemos muy claro hasta dónde puede llegar.

No necesitamos acercarnos a la ventana para saber lo que se ve desde allí. Ya lo hemos hecho cientos de veces. Un cartero que empuja un carrito amarillo, una señora paseando a su perrito y un vecino que vuelve de comprar el pan. Pero necesitamos mucha más imaginación para figurarnos qué están viendo nuestros hijos, porque detrás de su “ventana” hay un mundo infinito.

Las abuelas gritan al teléfono cuando sus hermanas llaman desde más lejos que de costumbre, mientras nuestros hijos ven películas con sus teléfonos móviles.

El mundo gira cada vez más deprisa gracias al vibrante impulso de las TIC, es decir, las nuevas tecnologías. Son las tecnologías que se inventaron después de que nacióramos nosotros, pero con las que han nacido nuestros hijos.

El mundo ha cambiado bastante desde que teníamos su edad. Jugábamos como ellos, pero los juegos eran diferentes. Estudiábamos como ellos lo hacen, pero nuestros libros eran distintos. Nosotros también nos relacionábamos con nuestros amigos, pero con instrumentos más simples de los que se usan ahora.

El mundo es el mismo, pero tiene un aspecto nuevo. Sobre la capa analógica que nosotros hemos conocido se ha superpuesto una capa digital que lo cubre todo y que nos afecta a todos. Sí, también a nosotros. Y a nuestros hijos.

El mundo se ha quedado sin fronteras porque las medidas del tiempo y del espacio han cambiado gracias a la nueva

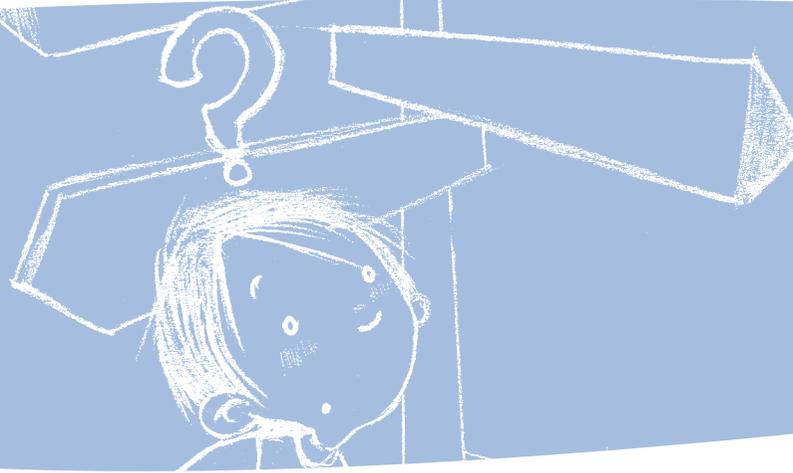
El término “TIC”, que usaremos a menudo en esta guía, es la abreviatura de “Nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación”.

5

vida digital. Estamos ante la revolución más profunda de la historia.

Una revolución que ya se ha producido, y en la que no hay marcha atrás. Y, sobre todo, una revolución de la que ya formamos parte nosotros y con la que viven y habrán de vivir nuestros hijos.

La vida digital ha triunfado porque de ella se obtienen enormes beneficios reales. Ya es parte de nuestro mundo, por lo que no hay otra opción. Pedir a nuestros hijos que no utilicen las nuevas tecnologías sería como pedirles que viviesen en Marte. Nuestro planeta es digital.



Esta revolución se caracteriza porque la mayor parte de las cosas (y cada vez son más) se hacen a través de las TIC, las nuevas tecnologías digitales:

- La educación
- El ocio
- La comunicación y las relaciones interpersonales
- El comercio
- El trabajo

Gracias a la conexión mundial que tenemos hoy en día, podemos comunicarnos desde casa con hogares de todos los puntos del planeta o acceder de manera instantánea a todo el conocimiento de la humanidad.

Por desgracia, no siempre sabemos canalizar el exceso de información a la que tenemos acceso, ni tampoco si es buena, mala o digna de confianza. Mayor información no implica necesariamente mayor conocimiento, ni que ese conocimiento se aproveche de manera correcta.

Las TIC aportan riesgos y beneficios. Se necesita una revolución educativa para conseguir que sólo haya ventajas. La información sólo puede entenderse adecuadamente a través de un sistema coherente de valores.



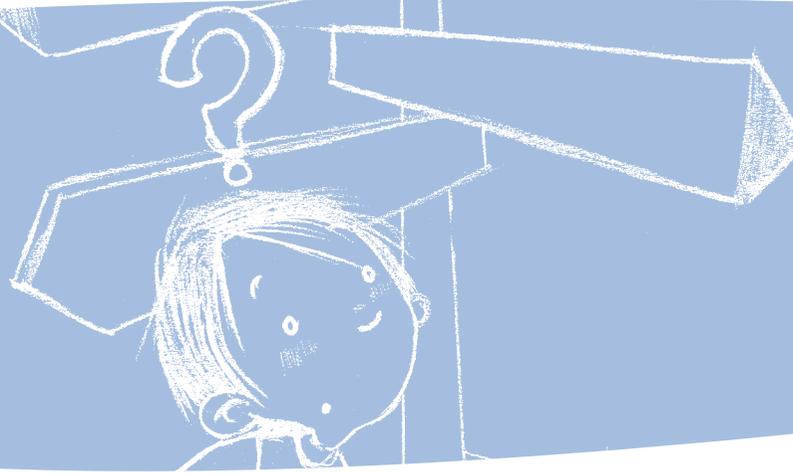
Los niños y niñas de hoy tienen oportunidades sin precedentes, pero en muchos casos sabemos tan poco de las TIC que no podemos ayudarles a sacar provecho de ellas.

Por otro lado hay que pensar que, aunque estamos en la sociedad del conocimiento, nuestros hijos e hijas se enfrentan a los riesgos de siempre, los mismos que se nos presentaban a nosotros de pequeños, sólo que en un entorno que no conocemos bien. Esto genera en nosotros la incertidumbre de no creernos capaces de protegerlos.

Los grandes males de este mundo son siempre los mismos:

- Individualismo
- Poca implicación
- Egoísmo
- Insolidaridad
- Exclusión social

Huérfanos digitales



En las TIC como en el resto de las cosas, cuando no hay conocimiento hay superstición.

El entorno es una poderosa fuerza formativa, positiva o negativa. Debemos asumir que el medio en el que nos movemos ha cambiado, y lo inteligente es conocer el medio para adaptarnos a él. En nuestro afán protector podemos decidirnos por dos caminos:

- Disciplina y censura
- Educación en valores

La disciplina y la censura tranquilizan la conciencia de los padres, pero no resuelven el problema. Las aplicamos por inseguridad y porque en un entorno que no conocemos nos parece más fácil, pero los que sí conocen ese entorno, se pueden saltar los mecanismos con una gran facilidad.

No debemos tener miedo, porque nuestra mente es más poderosa que el ordenador más potente del mundo.

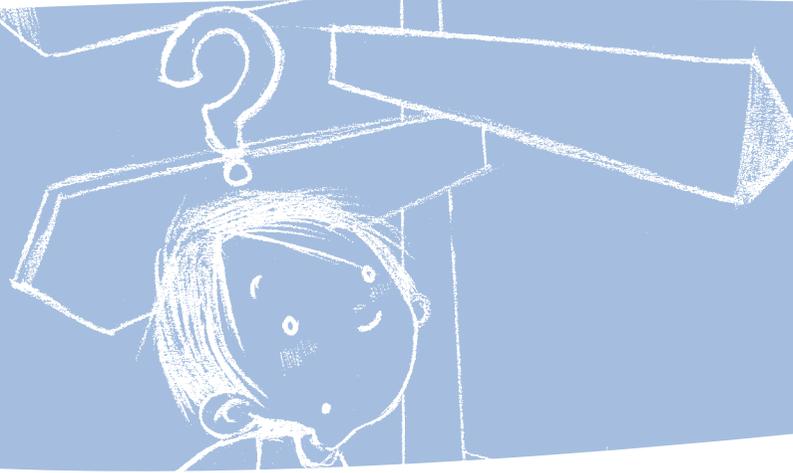
Dentro de pocos años, los verdaderos pobres no serán quienes no posean bienes materiales, sino quienes no posean competencia digital. Que nuestros hijos e hijas no tengan competencia digital es como si nosotros no hubiésemos aprendido a leer en nuestra infancia.

Por eso, los padres y las madres que no se involucran en el acercamiento por parte de sus hijos e hijas a las nuevas tecnologías los convierten en huérfanos digitales. Sin un referente de comportamiento no sabrán enfrentarse a los dilemas éticos que se les planteen. Serán más propensos a desarrollar hábitos poco saludables y estarán más expuestos a los posibles riesgos. Está en nuestra mano evitar que eso suceda.

Es necesario adquirir competencia digital para ser ciudadanos completos en un mundo digital.

Más que nunca, el acceso inteligente a la información y a la tecnología dará igualdad de oportunidades a todas las persona.





EDUCACIÓN EN VALORES

El problema principal de las nuevas tecnologías es que son nuevas. Dicho así parece una obviedad, pero vamos a pensarlo un momento: todo el mundo sabe para qué sirve la nevera o la lavadora, pero ¿hasta qué punto somos conscientes de todas las cosas que podemos hacer con las TIC?

Debido a este desconocimiento a menudo las madres y los padres confundimos los medios con los fines. Las TIC son un medio para realizar y facilitar determinadas tareas, pero no un fin en sí mismas. Sólo son vehículos para transmitir mensajes, por lo que no hay que fijarse tanto en el vehículo como en lo que transmiten: el contenido.

Las TIC, por sí solas, no conducen a situaciones de riesgo. Es el sistema de valores y los hábitos inadecuados con los que se utilizan lo que da lugar a dichas situaciones. Si nuestros hijos e hijas utilizan las tecnologías con valores equivocados, lo que hay que cambiar son sus hábitos de consumo y su sentido de

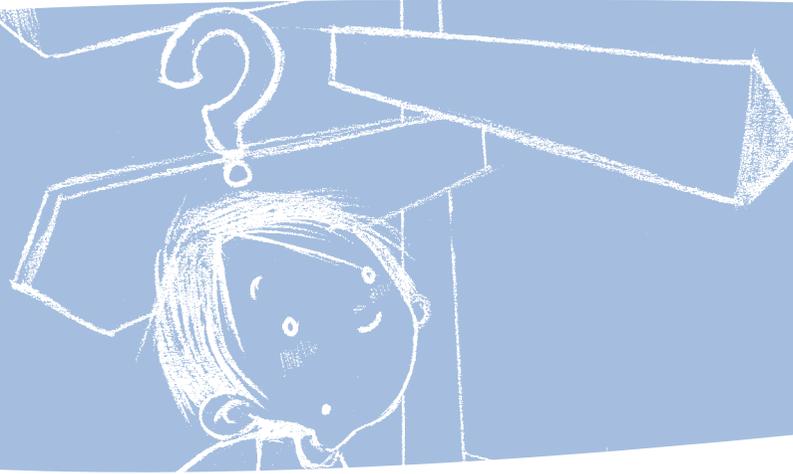
la responsabilidad, de la conciencia, y de la propia seguridad.

La educación en valores está en la base de toda la educación. También de la educación tecnológica. La forma de utilizar la tecnología, adecuada o inadecuada, dependerá de los valores que las madres y los padres hayan transmitido a sus hijos e hijas.

A partir de una determinada edad consentimos que nuestros hijos e hijas salgan de casa solos, pero antes de eso nos aseguramos de haberles enseñado el camino a casa y a la escuela, a mirar a ambos lados antes de cruzar, a no hablar con extraños y a no pasear por lugares peligrosos. De la misma manera, no hay que tenerle un miedo irracional a que utilicen las TIC, siempre y cuando nos preocupemos de enseñarles a hacerlo de manera responsable y segura.

Los valores que nos han sido inculcados desde la infancia tienen una enorme trascendencia en nuestras vidas, porque influyen en todas las decisiones que tomamos. Debemos tener muy claro cuál es el sistema de valores que queremos transmitir a nuestros hijos e hijas, y cuáles son sus prioridades, sus preocupaciones, sus objetivos y sus creencias. Todo ello será lo que marque y defina su comportamiento en todas las facetas de su vida, entre las que se incluye su relación con las TIC.

Los valores no se transmiten por instrucción, sino por experiencia. No podemos quejarnos de que nuestras hijas e hijos no leen si no tenemos ningún libro en casa. No podemos decirles que dejen de jugar con el ordenador y que salgan a la calle a jugar si nosotros nos pasamos la tarde entera delante del televisor.



Cada persona tiene su propia lista de valores. Ésta la compartimos muchos:

- Imaginación
- Conocimiento
- Independencia
- Solidaridad
- Colaboración
- Responsabilidad
- Justicia

Si nuestros hijos e hijas utilizan las TIC a través de esos valores, les habremos dotado de las herramientas para controlar su vida y su destino.

La cultura en la que vivimos nos enseña el uso que tenemos que hacer de las herramientas y las cosas. Si algo se utiliza frecuentemente de manera inadecuada, la gente tiende a “colgar el San Benito”, lo que hace que se siga utilizando de manera negativa y que además no

se pueda ver de otra manera para utilizarlo para bien. Por ejemplo, si sólo pensamos que Internet es un sitio donde los delincuentes rondan de manera anónima robando datos y engañando a incautos, nos perdemos la posibilidad de conocer que en Internet podemos acceder a información, consultar a expertos, estudiar, comunicarnos con parientes que viajen al extranjero, consultar el tiempo, etc. Si sólo vemos la pequeña parte negativa, nos cegaremos en ella y no veremos la realidad, no pudiendo transmitir valores adecuados.

La educación a través de un sistema valores asume que el maravilloso regalo de la información y el conocimiento sin límite, debe ir acompañado de un cerebro estructurado para asimilarlo.

En esta nueva sociedad, los padres y las madres debemos asumir nuestro papel educativo. Debemos tener claro que el hogar es la institución educativa más importante que existe, cuya labor debe estar coordinada con los

esfuerzos del profesorado, capaz de ofrecer un sistema de aprendizaje profesional y motivador.

En esta sociedad global y competitiva, hay personas que tendrán una clara desventaja con respecto al resto:

- Las que nazcan en un hogar sin un sistema de valores coherente
- Las que no tengan acceso a las TIC

Hay que evaluar la tecnología a través de los valores. Es necesario verificar si las propuestas tecnológicas de las que disponen nuestros hijos e hijas satisfacen o no algún valor.

Los Padres Analógicos

01



10

10



Los Padres Analógicos

¿QUÉ SON PARA TI LAS TIC?

A menudo, la visión que se tiene de las TIC suele estar desenfocada, motivo por el cual es fácil que podamos confundir el mensaje (aquello a lo que accedemos gracias a Internet, por ejemplo) con el mensajero (el ordenador que usamos para conectarnos a Internet).

Por eso, el primer paso es detectar con qué ojos ves las TIC, a fin de saber si tienes una visión clara de las mismas o te mueves ante una realidad un tanto borrosa.

Ni que decir tiene que, si adoptas una mirada clara y sensata ante las TIC, los valores que transmitirás a tus hijos e hijas sobre un uso responsable de las mismas serán igualmente claros y sensatos, cosa que te agradecerán.

Así pues, ¿qué son para ti las TIC?

¿Un galimatías? - Ve a la página 12.

¿Una herramienta? - Ve a la página 13.

¿Un juguete? - Ve a la página 14.

¿Una trampa? - Ve a la página 15.

¿Un ordenador? - Ve a la página 16.



¿CREES QUE LAS TIC SON UN GALIMATÍAS?

No te preocupes, no necesitas conocer perfectamente las TIC para educar a tu hijo o hija en un uso responsable de las mismas.

Imagina que en lugar de emplear el término “TIC”, empleamos el término “bicicleta”, ¿cual de las dos opciones que siguen te parece más relevante si hablamos de educación?

a) Quiero saber cómo funciona una bicicleta.

Y haces bien. Si no supieras nada sobre bicicletas, estarías educando de esta manera:

— Pues ayer le compré a Carmencita una bicicleta.

—¿Y eso qué es?

—No tengo ni la menor idea.

Evidentemente, tienes que saber qué son las TIC para poder educar adecuadamente a tus hijos e hijas. Pero, si

te fijas, no necesitas saber gran cosa sobre su manejo, no tienes que saber pedalear para comprarle una bicicleta a Carmencita, como tampoco tienes que ser un experto jugando a videojuegos para comprarle una consola a tus hijos.

No necesitas saber cómo funcionan las cosas para educar sobre un uso responsable de las mismas, sólo necesitas saber qué son y para qué se usan.

Tú decides en qué orden.

b) Quiero saber para qué usarán mis hijos una bicicleta.

Lo cierto es que el uso que le den va a depender mucho de la edad, el género, etc... No es lo mismo un niño de 6 años que una niña de 11.

No obstante, existe un punto en común: tus hijas e hijos verán las TIC como un juguete; es el tipo de juego lo que variará con la edad. Eso, y no otra cosa, es lo que hace que nos refiramos a ellos con el adjetivo “digitales”: la naturalidad que tienen para relacionarse con las nuevas tecnologías. Por eso es necesario hablar de educación en valores, de hábitos y actitudes sensatas y saludables, porque si bien las TIC pueden usarse para jugar (o incluso son juguetes en sí mismas, como las consolas de videojuegos), en la mayoría de los casos son mucho más que un juguete.

Sigue en la página 16.

Para leer más sobre las características por rangos de edad, ve a la página 18.

Los padres analógicos



¿CREES QUE LAS TIC SON UNA HERRAMIENTA?

Estás viendo una parte del pastel, pero no el pastel entero. Es cierto que los ordenadores y 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, sólo es un medio para un fin. Si no hay un clavo que clavar, un martillo es un artefacto inútil.

Ahora piensa en una bicicleta. En teoría, una bicicleta es una herramienta que te lleva del punto A al punto B, y sólo eso.

¿Sólo eso? ¿Seguro? Por lo pronto, una bicicleta hace el mundo más asequible, ya que te permite ir a sitios a los que antes ni se te habría ocurrido ir, y experimentar sensaciones únicas. Y eso no sólo cambia tu percepción de la realidad, cambia tu realidad entera, la amplifica.

De repente, la bicicleta deja de ser sólo un medio y se convierte en una extensión de ti mismo, ya que gracias a ella gozas de mayor libertad de movimientos. Si después de un año yendo en bici a todas partes, te quedaras sin ella, tu mundo empequeñecería y tú perderías calidad de vida.

Ahora imagina que en lugar de una bicicleta hablamos de un fórmula uno ¿a qué velocidad y a cuántos lugares podrías ir en pocas horas?

Ni a la décima parte de los que vas cuando te conectas a Internet. Por eso las TIC son más que una herramienta, mucho más, son un órgano interno de nuestra sociedad, como el riñón o el hígado. No es algo de lo que podamos prescindir, es lo que somos.

13  Sigue en la página 16.

 ¿Te preguntas cuáles son los usos que hacen tus hijos de las TIC?

Ve a la página 20.



¿CREES QUE LAS TIC SON UN JUGUETE?

Así es como ven tus hijos e hijas un ordenador, un móvil, una cámara digital, etc... Para ellos, las TIC son un juguete. Y lo son porque es lo que tienen a mano, es la realidad en la que viven ¿qué habrías hecho tú si en lugar de un yo-yó hubieras tenido una consola de videojuegos llena de experiencias excitantes y profundamente interactivas? no hay color; el yo-yó pierde por goleada.

En todo caso, disponer de juguetes tan estupendos no es motivo para estar todo el día jugando, o para pensar que jugar no entraña peligro alguno. Imagina el siguiente diálogo:

—Mamá, me voy a jugar al fútbol a la vía del tren.

—Muy bien, hijo, que te diviertas.

Nadie hace esto (esperamos); nadie le da permiso a su hijo para ir a jugar a una vía del tren. Y ahí está la clave:

No se trata de prohibir el juego.
Se trata de regular el juego.

Es decir, de lograr la siguiente situación:

—Mamá, me voy a jugar al fútbol a la vía del tren.

—No, a la vía del tren no: a la placita; y vente a las dos que vamos a poner la mesa.

Llevamos haciendo esto toda la vida ¿por qué no lo hacemos también con las TIC?

Sigue en la página 16.

Eso está muy bien, pero ¿qué cosas hay que regular? Algunas respuestas en las páginas 24-26.

Si quieres saber más sobre los juguetes digitales, puedes ir directamente al capítulo 3 en la página 30.



¿CREES QUE LAS TIC SON UNA TRAMPA?

Y no te falta razón. En algunos casos, el uso irresponsable de las TIC puede llevar a nuestros hijos e hijas a estafas electrónicas y a situaciones desagradables que puedan confundirlos.

Para evitar este tipo de situaciones es necesario planificar adecuadamente las estrategias que vamos a seguir a la hora de educarlos con respecto a las TIC.

De esta manera, ante el hecho de que puedan acceder fácilmente a contenidos inadecuados por Internet, por ejemplo, ¿cuál sería tu reacción?

a) Prohibir el uso de Internet.

No lo conseguirás. Las TIC son un hecho, no puedes impedir que condicionen la vida de tus hijos e hijas. Es más, la prohibición puede llevarte a ser “el malo de la peli”, consiguiendo exactamente lo contrario de lo que te proponías: que accedan a esos contenidos a través de las nuevas tecnologías sin que tú puedas mediar en el

proceso, ya que se las ingeniarán para usarlas sin que tú lo sepas.

Y el problema de esto no es sólo la desobediencia. No, lo verdaderamente grave es que estarán perdidos en las superautopistas de la información. Así que la pregunta ahora es ¿Dejarías a tus hijos e hijas solos en una autopista? No; les dices dónde está el paso elevado y por qué es necesario que crucen por ahí. Con Internet, y con las TIC en general, sucede lo mismo: si no los educas adecuadamente, los dejas huérfanos, indefensos.

b) Regular el uso de Internet.

Si bien hay herramientas que te pueden ayudar a regular el tiempo que tus hijos e hijas le dedican a la consola, o filtros para impedir que accedan por Internet a contenidos adultos o que puedan violentarlos, lo cierto es que esas medidas de regulación sólo tendrán éxito si logras que estos entiendan qué hacen y porqué.

La regulación empieza por la negociación. Te tienes que sentar con ellos y escuchar su punto de vista, sus demandas, para luego razonarles lo que puede ser y lo que no. ¿Videojuegos? Por supuesto, pero ¿qué videojuegos en particular? ¿A qué hora del día? ¿Durante cuánto tiempo?

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

Sigue en la página 16.



LAS TIC SON NUEVAS TECNOLOGÍAS. NI MÁS NI MENOS.

En efecto, las TIC no dejan de ser eso: tecnologías, electrodomésticos que andan por casa y te simplifican la vida, como la tele, la lavadora o el teléfono.

Piensa en el frigorífico, por ejemplo. Imagina que lo llenas de toneladas de helado de chocolate, dulces y postres en general, y que además tienes el hábito de levantarte cada dos por tres a picotear algo (ahora un pastelito, luego una tostada con su buen tolondrón de mantequilla, más tarde unos churros con chocolate, etc.). No estarías llevando una dieta sana precisamente, equilibrada, que contemple buenos hábitos y costumbres a la hora de comer. Y, sin embargo, a nadie se le ocurre decir cosas del tipo “no, nosotros no tenemos nevera en casa porque engorda”.

Pues bien, con las TIC pasa lo mismo: no tienen la culpa de lo que se haga con ellas y, al igual que la nevera, son utilísimas.

Los contenidos a los que tus hijos e hijas accedan por medio de las TIC dependerán de los responsables que sean al usarlas, exactamente igual que con cualquier electrodoméstico de la casa o que cualquier otra tecnología, como la bicicleta. Si nuestra hija o nuestro hijo se levanta cada noche a las 2 de la madrugada para zamparse medio litro de helado de tarta de queso con remolinos de caramelo, lo lógico es preocuparnos por su alimentación y negociar con ellos cuándo podrán comer helado y en qué cantidad (una bola en el postre del almuerzo, después de haber comido en condiciones, por ejemplo). De la misma manera, si empieza a despertarse a las 2 de la madrugada pero, en lugar de ponerse a comer, le da por jugar a la consola, tendremos que pactar, de nuevo, un uso responsable de los electrodomésticos de la casa (no abras la nevera a todas horas para comer cualquier cosa, no pongas la consola a todas horas para jugar a cualquier cosa).



Los Hijos Digitales

02

17

17

Los Hijos Digitales

¿POR QUÉ SON “DIGITALES”?

Nos encontramos ante un hito único en la Historia: la revolución tecnológica ha sido tan acelerada en los últimos quince años que las madres y los padres se encuentran en la situación de tener que educar a sus hijas e hijos en un ámbito –las nuevas tecnologías de información y comunicación– para el que, en la mayoría de los casos, ellos mismos no han tenido ni la formación ni el tiempo necesarios para adaptarse.

Estos niños han asimilado de forma natural su entorno digital. Para ellos, las TIC han dejado de ser un capricho, y ya están completamente integradas en todas las facetas de sus vidas. En este nuevo entorno debemos entender sus necesidades tecnológicas, y los usos que ellos hacen de las TIC.

Los padres y las madres necesitan conocer las TIC para decidir cómo quieren educar con respecto a ellas, ayudar a obtener todas las ventajas y beneficios que aportan, y proteger de los riesgos. Pero, sobre todo, necesitan

conocer estas tecnologías para poder argumentar y negociar con sus hijos e hijas, y no sentirse en desventaja y sin autoridad en el proceso educativo.

La educación en TIC no se limita a una cuestión de competencia técnica. Quizá los hijos y las hijas tengan mucho que enseñar a sus progenitores sobre “cómo” usar las TIC, pero son las madres y los padres los que deben enseñarles “qué” hacer con ellas, “para qué” utilizarlas, y a hacerlo de un modo provechoso, responsable y seguro.

DESARROLLO PSICOLÓGICO POR EDADES

De 2 a 4 años

Su actitud es egocéntrica: lo justo es lo que ellos quieren y sólo hay una perspectiva, la propia.

Pueden manipular a los mayores y mentir sin tener consciencia de que actúan mal.

Pueden comprender razonamientos superiores a su etapa de desarrollo.

Pueden sentir deseos de ayudar siempre que ello no contravenga sus intereses.

Ya son capaces de elegir con qué juguete jugar o qué prefieren comer. Si se les apoya en sus avances de independencia, se volverán más confiados y seguros de sus capacidades. Si se les critica o controla excesivamente pueden volverse excesivamente dependientes y desarrollar una baja autoestima.



De 5 a 7 años

El apoyo parental es fundamental. Los niños observan los comportamientos de otros para evitar castigos o para obtener recompensas. Entiende las etiquetas de “bueno” y “malo” y las interpreta tanto en función de las consecuencias (premio, castigo o intercambio de favores) como en función del poder y relevancia de quienes enuncian las reglas y etiquetas.

Pueden ver los puntos de vista de los demás, pero sólo el de los adultos es el correcto. El bien o mal de una acción viene determinado por las consecuencias físicas de la acción. Cuando los adultos no están presentes, pueden saltarse las normas, ya que desaparece la posibilidad de castigo.

Comienzan a desarrollar iniciativas, inventan juegos y se abren a la participación grupal. Si se les estimula en todo esto desarrollarán gran seguridad en sí mismos. Si

se frustran estas iniciativas con excesivo control, el niño se tornará inseguro.

De 7 a 9 años

Piensa que la acción buena es la que satisface sus necesidades. Las relaciones con los otros se ven en términos de intercambio: existen elementos de igualdad y reciprocidad, pero en términos prácticos, “si tú me das esto, yo te doy lo otro”. Del mismo modo también creen que “hay que hacer al otro lo que él te haga a ti”, lo que puede llevarles a conductas agresivas, físicas o verbales, ya que creen que “el que la hace la paga”.

Suelen hacer muchas comparaciones y exigir un trato igualitario. Los niños a estas edades son muy trabajadores y desarrollan mucho el sentido de orgullo por las tareas realizadas.

De 9 a 11 años

Quieren agradar a los demás, les gusta ser considerados “niños buenos” por las personas que consideran relevantes en su entorno, (fundamentalmente sus padres y profesores, aunque comienzan a considerar relevantes a algunos niños de mayor edad). Asumiendo los papeles de dichas personas, son capaces de tener en consideración las expectativas sociales y las leyes al ser enfrentados a un dilema moral.

El buen comportamiento es el que ayuda y agrada a los demás. El niño busca tener buenas relaciones y la aprobación de otros.

La norma básica en esta etapa es: “trata a los demás como te gustaría que te trataran a ti”.

Perdonan más y son menos exigentes a la hora de juzgar a los demás, consideran la situación del otro al ser capaces de ponerse en su lugar.

Confían en el grupo y son capaces de sentirse integrados y colaborar con la familia, les gustan las relaciones grupales y asumir responsabilidades.

En algunos de estos niños los cambios físicos y/o psicosociales acontecen con más celeridad, por lo que empiezan a aparecer los típicos problemas de relación paterno-filial de la adolescencia. La figura del grupo de iguales surge muy potente con referentes de conducta que compiten con los paternos, la buena relación y la confianza paterna (apoyando su auto-concepto y autoestima) son esenciales para que el niño aprenda a enfrentarse a la presión de grupo.

¿POR QUÉ NECESITAN NUESTROS HIJOS LAS TIC?

- **Alfabetización tecnológica:** el uso de las TIC es hoy tan indispensable como la adquisición de nociones tan básicas como leer y escribir. Buena parte de las posibilidades de actuación que uno tiene sobre la realidad dependen de las capacidades de interacción con las TIC que posea.

- **Desarrollo social:** el núcleo fundamental de las TIC es la comunicación: sirven para poner en contacto a unas personas con otras. Se han impuesto nuevas formas de interacción social que antes no existían (foros, redes sociales, bitácoras, wikis, etc.) de las que nuestras hijas e hijos quedarán excluidos si desconocen los mecanismos que regulan dichos procesos comunicativos.

- **Apoyo al aprendizaje:** las TIC, y muy especialmente Internet, suponen una fuente inagotable de conocimiento que puede ser aprovechada por padres e hijos, tanto para formarse como educadores (los primeros), como para ser educados (los segundos).

- **Futuro desarrollo profesional:** las TIC están muy arraigadas en el ámbito laboral por todos los beneficios que suponen en cuanto a la comunicación, al trabajo colaborativo, a la simplificación de tareas que antes resultaban mucho más arduas... Si nuestros hijos e hijas no adquieren a tiempo la competencia necesaria, se estarán cerrando muchas salidas profesionales.

- **Ocio y desarrollo personal:** las TIC ofrecen grandes posibilidades para el entretenimiento y la diversión. Se pueden realizar muchas actividades que, además de ser divertidas, nos nutren en lo personal, algo que nos hace entrar en la dimensión más positiva del ocio. Dada la gran interactividad y la diversidad de información a la que podemos acceder a través de las TIC, estos medios tienen unas enormes posibilidades para realizar actividades de ocio dotadas de un gran potencial educativo. Cuando utilizan las TIC, nuestros hijos e hijas, muchas veces sin saberlo, están aprendiendo a la vez que juegan.

LOS NIÑOS DE AYER Y DE HOY

Seguimos haciendo las mismas cosas de siempre, pero de manera diferente.

21

Las TIC están presentes en muchas de las actividades y tareas que realizamos a diario, y también en aquellas que afectan directamente a la vida de los más pequeños: el ocio, la educación, la comunicación y la forma de relacionarse con los demás.

Las TIC han modificado los hábitos de los niños y las niñas. Sin embargo, la esencia de las actividades que realizaban antes y las que realizan ahora es la misma. Tan sólo se ha producido una evolución natural:

- Antes jugábamos en la calle y ahora juegan con videojuegos.
- Antes leíamos libros en papel, y ahora leen en la pantalla.

- Antes nos comunicábamos a gritos y por señas, y ahora tienen teléfono móvil.

- Antes escribíamos en un cuaderno, y ahora buscan e imprimen.

Lo que realmente marca la diferencia es la aparición de un nuevo hábito que antes no existía: el uso de TIC como fin en sí mismo, y no como herramienta o vía para algo más. Este es el cambio al que debemos prestar mayor atención, porque afecta a la esencia de las actividades que realizamos tanto nosotros como nuestros hijos e hijas.

Existe el riesgo de que la propia actividad pierda protagonismo frente al “cómo se realiza”: el niño no quiere hablar con su hermana, pero sí conectarse al Messenger. No quiere jugar en la calle, pero sí a la videoconsola. Ve la televisión independientemente de que le guste o no lo que vea.

Las TIC imponen también un ritmo de consumo sin precedentes: estamos en la cultura de lo instantáneo. Obtenemos lo que queremos aquí y ahora porque lo tenemos todo al alcance de la mano. Mientras que a un adulto eso le supone una enorme ventaja para alcanzar sus objetivos, el niño debe acostumbrarse a valorar lo que tiene, a tener paciencia, a decidir qué quiere y qué no quiere, y a esforzarse cuanto sea necesario para conseguirlo.

21

Si quieres reflexionar sobre los hábitos de juego de los niños y niñas de hoy en día, echa un vistazo a las páginas 24-26.

LOS NIÑOS Y LAS NIÑAS DIGITALES

Las TIC permiten ponerse en contacto a personas de extremos opuestos de la Tierra, pero paradójicamente, es fácil caer en un consumo cada vez más individualizado y aislado de las mismas (ej: el ordenador, el reproductor de MP3).

Cuando el niño o la niña son pequeños es el momento de enseñarles a integrar la tecnología como una faceta más (y no exclusiva) de sus experiencias de interacción con otras personas, para potenciar así sus relaciones en y con

el mundo real. Buena parte de su proceso de socialización cultural se producirá a través de esta tecnología, lo que puede traer consigo muchas ventajas y algunos riesgos que hay que prevenir.

Virtudes que hay que potenciar	Riesgos que hay que prevenir
<p>Es menos crédulo y más inquieto. Tiene acceso a más información (y es consciente de ello). Se lo cuestiona todo, y tiene medios para buscar respuestas por sí mismo.</p> <p>Tiene mayor capacidad de procesar información audiovisual.</p> <p>Ha nacido y crece con las TIC, para las que posee enormes aptitudes, mucha intuición y una gran capacidad de adaptación.</p>	<p>Tendencia al consumismo ilimitado.</p> <p>Individualismo.</p> <p>Valora poco lo que tiene.</p> <p>Pérdida de perspectiva humana: las TIC no son un fin en sí mismo, sino un medio para que se relacionen las personas.</p>

Hay que evitar que las nuevas tecnologías nos aislen de la realidad. Las TIC nos permiten disfrutar más de esta realidad, de una manera más completa y satisfactoria. Nos relacionamos con personas, no con máquinas.

Para evaluar hasta qué punto conoces los hábitos de tus hijos, te proponemos un test en la página 27.

LA HABITACIÓN DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DIGITALES



Teléfono móvil: Les concede una intimidad y un espacio propios que antes no tenían.

Videoconsola: Han creado hábitos de juego diferentes, que potencian el consumo individualizado.

Reproductor MP3: Multiplicación del consumismo de los contenidos de ocio, cuya "vida" es cada vez más corta. Cultura de lo instantáneo.

Ordenador: Infinitas posibilidades de ocio, pero también acceso ilimitado a cualquier ámbito del conocimiento, y enormes posibilidades comunicativas.

Cámara digital: Generación audiovisual, mayor importancia que nunca a la imagen sobre cualquier otra cosa.

Colección de DVDs: Mayor demanda de contenidos audiovisuales que nunca, disponibles siempre "aquí y ahora".

EL RECREO DIGITAL

24

El recreo, entendido como el conjunto de actividades y hábitos de ocio de los niños, y la pandilla, tienen ahora una ubicación virtual además de física. Eso implica la ruptura de las limitaciones de tiempo y espacio: la red de relaciones que pueden establecer los niños y niñas es mayor que nunca.

Las TIC son necesarias para el esparcimiento y la socialización de las generaciones actuales de niños y adolescentes, motivo por el cual es necesario establecer una relación con ellas idéntica a la que mantenemos con las actividades que nuestros hijos e hijas desempeñan en el mundo físico.

Fomentar una comunicación abierta y natural en torno a las TIC supone la conversión de la frase “¿qué has hecho hoy en el colegio?” en la de “¿qué has hecho hoy en Internet?”.

¿DÓNDE JUEGAN TUS HIJOS E HIJAS?

El Dormitorio

No es conveniente que, de entrada, los niños y las niñas pequeños tengan un acceso autónomo a las TIC, igual que no los dejamos salir solos de casa para ir a todas partes. Deben entender que 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.

Es importante que no perciban las normas o consejos de sus padres y madres como imposiciones sin sentido, sino como enseñanzas útiles similares a las que les dan para salir solos a la calle: mirar a ambos lados antes de cruzar, no andar por lugares solitarios, no hablar con extraños.

La sala de estar

Es el sitio más adecuado para que los niños y las niñas 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. También es importante que se acostumbren a negociar con los demás sobre el tiempo y el horario de uso, que hay que combinar con otras actividades propias de un espacio común. No ponemos las TIC aquí solamente para controlar, sino para compartir su uso. Si les enseñamos adecuadamente, el niño o la niña se controlarán solos.

La calle

Los videojuegos portátiles se prestan a que los niños y las niñas los lleven consigo al patio del colegio, al jardín o la calle, de manera que su uso sustituye a otras actividades

24

de socialización e interacción con los demás que puede potenciar su individualización y aislamiento. La calle ha de ser un espacio para hablar, gritar y cantar, para pasear, saltar y correr, y las madres y los padres deben ser los primeros en fomentar estos hábitos aunque no siempre sea fácil ni cómodo.

Cada vez es más común ver a niños y niñas sentados con sus padres en la terraza de un bar jugando con una consola portátil. No es recomendable que el juego individual aisle de la actividad social.

La casa de un amigo

Es conveniente conocer la actitud con respecto a las TIC que adoptan los padres y las madres de los amigos de nuestros hijos: a qué tienen acceso, cuál es el nivel de supervisión... del mismo modo que nos preocuparíamos de qué comen en sus casas o de qué película ven.

¿CUÁNDO Y CUÁNTO JUEGAN TUS HIJOS E HIJAS?

Una de las primeras cosas en las que debemos educar a nuestras hijas e hijos es en una correcta gestión de su tiempo en relación a las TIC. Es fundamental que los acostumbremos a desarrollar hábitos saludables, cuya base es ser capaces de combinar la tecnología con todo tipo de actividades.

Es innegable que las TIC despiertan una enorme atracción por encima de muchos otros juegos y formas de ocio, pero es nuestro trabajo conseguir despertar el interés de nuestros hijos e hijas por otras 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 y niñas 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: por ejemplo, después de haber terminado los deberes, o de haber ordenado la habitación).

¿COMO JUEGAN TUS HIJOS E HIJAS?

Hay muchísimos y muy diversos hábitos relacionados con el juego que los padres y las madres deben esforzarse por conocer y corregir. Al fin y al cabo, el juego es el mecanismo por el cual aprendemos a relacionarnos con nuestro ámbito familiar, material, social y cultural. Los hábitos que adquieren y desarrollan los niños durante su tiempo de juego serán también los hábitos y costumbres que apliquen luego a otras actividades de su vida diaria.

Señalamos, a continuación, algunos aspectos a los que hay que prestar especial atención:

Los comportamientos violentos o poco respetuosos

Hay que evitar que los niños y niñas, que se encuentran en pleno desarrollo del sentido de la ética, se comporten en su relación con las TIC de un modo que no aprobaríamos en la vida real. Es cierto que las repercusiones que estos comportamientos tienen en el mundo virtual (ej: un

videojuego) pueden ser menores que en la realidad, pero a menudo ellos carecen aún de la madurez necesaria para establecer esa diferencia.

El comportamiento de nuestra hija o hijo en el videojuego no afecta a los marcianitos de la pantalla, sino a ellos mismos: los actos de los niños reflejan y a la vez refuerzan sus ideas, actitudes, sentimientos y valores.

Es una buena idea potenciar desde el principio el aspecto comunicativo de las TIC: de ese modo, los niños y niñas entienden que detrás de las máquinas también hay personas a las que le afectan lo que se les haga o se les diga igual que sucede en el mundo real.

La ecología

Hay que educar en un consumo responsable, consciente y sensato de las TIC. Igual que les enseñamos a nuestros hijos e hijas a no dejar el grifo abierto, hay que conseguir que se acostumbren a no dejar el ordenador encendido cuando están fuera, o la música o el televisor cuando se van a dormir.

La ergonomía y los hábitos posturales

La cantidad de ejercicio físico que realizan nuestros hijos e hijas se ha visto mermada en muchos casos con la llegada del ocio digital (aunque, como veremos luego, ya hay videojuegos que se han preocupado por subsanar esta carencia). Pasan más tiempo que antes delante del ordenador y la consola, por lo que es importante prestar atención a las posturas que adoptan y tratar de corregir aquellas que no sean correctas.

La atención y la memoria

Muchos juegos de ordenador entrenan a los menores en su concentración. Los vemos absortos, como si estuviesen en otro planeta (un planeta digital) y nos sorprendemos de que se concentre en la pantalla pero tal vez no lo haga delante de los libros.

Están acostumbrados a recibir muchos más estímulos que nosotros, y no sólo por las TIC, sino también por el cine y la televisión. Por eso se aburren ante lo que para ellos es poco estimulante y se concentran en aquello que les interesa.

De esta manera, cuando se hagan mayores, les interesan más otros temas en los que se concentrarán igual que hacen hoy ante la pantalla.

Ese juego que les divierte ahora, les entrena para la concentración, la memoria y la constancia.

LA PANDILLA DIGITAL

Aunque esta guía está destinada a padres y madres de menores de 11 años, hay que tener en cuenta que el desarrollo social de los niños y las niñas con respecto a las TIC es paralelo a su desarrollo social en la realidad.

A partir de los 10 años comenzarán a relacionarse de forma independiente tanto en el mundo real como en el virtual. Para cuando llegue ese momento, hemos de estar familiarizados con las TIC como herramientas de socialización: los SMS, las redes sociales, las comunidades virtuales, los juegos online, los blogs, los foros, las wikis, y la web 2.0 en general.

En el capítulo 3 de esta guía haremos un recorrido por todas esas herramientas. Pero antes, insistimos en la importancia de la comunicación como principal mecanismo de protección para estar al tanto de las actividades de nuestros hijos e hijas.

Es el momento de “dejarlos solos”, lo que no significa

que nos desentendamos de ellos de ahí en adelante: por un lado, nos aseguraremos de haberles dotado de las herramientas y conocimientos necesarios para garantizar su seguridad. Por otro, es importante que sepan que seguimos ahí para asesorarles y ayudarles en cualquier momento, igual que lo hacemos en su relación con el mundo real.

Si quieres saber más sobre las TIC como herramienta de sociabilización, puedes ir directamente al capítulo 3 en la página 30.

También puedes echar un vistazo al glosario, en la página 78.

CONOCE A TUS HIJOS E HIJAS

La mejor manera de conocer la relación que tienen nuestras hijas e hijos con las TIC es preguntárselo directamente y observar. Tenemos que acostumbrarnos a preguntarles “a qué han jugado hoy en la videoconsola” igual que les preguntamos “qué han hecho en el colegio”.

Proponemos a continuación un ejercicio de reflexión para que nos paremos un minuto a analizar hasta qué punto conocemos a nuestros hijos e hijas y cuánto sabemos de su relación con las TIC.

¿Qué tecnologías tiene a su alcance? ¿Cuáles de ellas son de su propiedad?

Ordenador	Teléfono móvil
Videoconsola	Reproductor de MP3
Cámara digital	Otros: _____

¿Durante cuánto tiempo diario utiliza nuevas tecnologías?
¿Cuánto tiempo lo hace a solas? ¿Cuánto de ese tiempo está dedicado al ocio?

Ordenador: _____ Teléfono móvil: _____
Videoconsola: _____ Reproductor de MP3: _____
Cámara digital: _____ Otros: _____

Si tienen un teléfono móvil:

¿Lo lleva siempre encima? ¿Lo apaga por las noches?
¿Tiene el móvil a mano o activo mientras estudia?
¿Lo lleva al colegio? ¿Respetan las normas de uso que le imponen en el colegio?
¿A quién tiene entre sus contactos? ¿A quién da su número de teléfono?
¿Cuál es su consumo? ¿Cuántas llamadas realiza al día?
¿Cuánto duran?
¿Envía SMS? ¿Utiliza el lenguaje típico de los SMS? (faltas de ortografía, expresión pobre...)

¿Tiene juegos? ¿Cuánto tiempo pasa jugando con el móvil?

¿Hace fotografías o grabaciones de vídeo o sonido?
¿Descarga contenidos (vídeos, fotos, música) de algún sitio, o los intercambia con sus amigos y amigas?
¿Lo utiliza como reproductor de música?
¿Lo conecta al ordenador?
¿Tiene o utiliza Bluetooth?

Si tiene videoconsola:

¿Qué tipo de jugador es tu hijo o tu hija? ¿Juega todos los días, o de forma casual? ¿Le gusta algún juego en particular?
¿Cuál es el uso diario de videojuegos? ¿Cuántas horas seguidas juega?
¿Combina los videojuegos con otros tipos de ocio y entretenimiento?
¿Suele jugar solo o acompañado?
¿Qué tipo de videojuegos prefiere? ¿Dónde consulta

información sobre las novedades del mercado? ¿Quién decide cuáles se compran?

¿Cuál es el contenido de los videojuegos que tiene? ¿Qué valores transmiten? ¿Qué le aportan?

¿Qué videojuegos intercambia con sus amigos y amigas?

¿Conoces el código PEGI, que identifica los contenidos no aptos para menores en los videojuegos?

Si utilizan el ordenador: ¿qué actividades realizan con él?

Comunicación:

¿Con quién se comunica a través de Internet? ¿Cuánto tiempo le dedica al día? ¿Sustituye a otras vías de comunicación (ej: teléfono)?

¿Por qué vías ha conocido a la gente con la que más se relaciona? ¿Son amigos de su vida real, o personas que ha conocido por Internet?

¿Tiene cuentas de correo electrónico? ¿A quién le da la dirección? ¿Quién le escribe?

¿Reacciona de forma activa frente al spam, la publicidad, y en general, cualquier mensaje no deseado?

¿Utiliza algún servicio de mensajería instantánea? ¿Lo hace mientras estudia, o mientras realiza otras tareas en el ordenador?

Ocio:

¿Utiliza videojuegos instalados en el ordenador o juegos online? ¿Cuál es el contenido de esos juegos? ¿Cuánto tiempo le dedica?

¿Descarga vídeos o música? ¿Utiliza a menudo el ordenador para ver vídeos de series o películas? ¿Lo hace por su cuenta o en compañía? ¿Alguien controla los contenidos que descarga?

Navegación por Internet:

¿Qué páginas visita más a menudo?

¿Pertenece a foros o redes sociales? ¿Tiene un blog, o un myspace? ¿Qué pseudónimos o “nicks” utiliza para navegar por Internet?

¿Cuánta información personal comparte con el resto de usuarios?

¿Cómo reacciona ante contenidos inapropiados para su edad, o que le incomodan? ¿Hablan alguna vez sobre ello?

Apoyo educativo:

¿Qué tipo de tareas necesitan realizar con el ordenador?

¿Qué fuentes de información utiliza? ¿Tienen espíritu crítico y de contraste?

¿Sus trabajos son de elaboración propia o los copian de otros otros autores?

¿Usan el corrector ortográfico de los procesadores de texto?

Educar es la mejor manera de proteger a tus hijos e hijas. Espiarles o prohibirles el acceso a las TIC son sólo soluciones temporales que no darán frutos a largo plazo. Sólo ganaremos su desconfianza.





Los Juguetes Digitales

EL TELÉFONO MÓVIL

El teléfono móvil debe ser una herramienta de seguridad para los niños, y no un juguete, aunque ellos lo traten así.

31

Además de llamar y escribir mensajes, ahora se pueden hacer muchísimas cosas con el teléfono móvil, incluso navegar por Internet. La mayoría de estos servicios son prácticos y fáciles de usar, pero algunos pueden llegar a ser peligrosos si no se utilizan bien.

Los teléfonos móviles son una magnífica herramienta de seguridad para nuestros hijos e hijas, que siempre nos pueden localizar cuando lo necesiten y que nos permiten estar siempre en contacto.

Cuanto mayor es la situación de dificultad de una familia, más importante es estar en contacto. Las familias divididas, las monoparentales, o las que han padecido malos tratos suelen tener más razones para que sus hijos e hijas utilicen responsablemente el teléfono móvil desde pequeños.

Hemos de enseñar la utilidad básica del teléfono antes que los juegos o la música que pueda incorporar. Deben aprender a diferenciar lo esencial de lo accesorio en todas las facetas de la vida. Deben entender, como con el resto de las tecnologías, que se trata de un medio y no de un fin.

El teléfono ha de ser más sencillo y simple cuanto más pequeño es el niño o la niña. La primera razón es para que tengan clara su función, pero también para que no se convierta en un objeto de deseo para unos o de frustración para otros.

Las distracciones, pérdidas y robos hacen que lo más recomendable sea la sencillez y la austeridad.

Los teléfonos más adecuados para los más pequeños son los que se parecen a los diseñados para los ancianos,

que utilizan tecnología sencilla y teclas grandes.

Hay muy pocas razones que justifiquen que un niño o niña de once años pueda navegar por Internet desde su teléfono móvil por lo que, si el teléfono lo permite, se debe indicar a la operadora de telefonía que impida el acceso.

Los teléfonos móviles actuales, incluso los más sencillos, tienen excelentes opciones de seguridad que hay que aprender a utilizar.

Después de grabarles los números de teléfonos de padres y parientes cercanos, deben aprender a utilizar el número de emergencias de toda Europa: 112.

Este número funciona sin el PIN, y nuestros hijos deben saber utilizarlo en todos los sentidos.

El número PIN es un código de seguridad que sirve para garantizar que nadie que no seamos nosotros o nuestros

31



hijos e hijas podrá utilizar el aparato. Una vez que hayamos asignado el número PIN al teléfono, se debe bloquear para que ellos no lo puedan cambiar, de manera que si lo tenemos que utilizar, podamos hacerlo.

Los números de la familia deben estar asignados a teclas rápidas, que es un procedimiento sencillo que incluye el manual del aparato. De esta manera podrá llamarnos más deprisa cuando esté en una situación de emergencia.

Deben utilizar siempre el bloqueo de teclado para evitar llamadas involuntarias, puede ocurrir por ejemplo que echen el teléfono, sin bloquear, a un bolsillo de la mochila y este empiece, por error, a hacernos una llamada. Esto nos puede acarrear un susto porque sabremos que nos llaman nuestros hijos, pero no nos dejarán ningún mensaje.

El otro susto que conviene evitar es el de la factura telefónica: es muy importante inculcarles desde pequeño

ALGUNAS NORMAS DE USO DE TELÉFONOS MÓVILES PARA NIÑOS Y NIÑAS

No deben dar su número de teléfono a nadie que no conozcan. Tampoco deben dar el número de sus amigos o amigas ni pasar las fotos de nadie.

No deben contestar los mensajes de nadie que no conozcan. Hay mensajes que son legales, como los de quienes ofrecen tonos, salvapantallas o informaciones de interés que se convierten en una desagradable trampa. Son actividades que la ley tolera, pero que están al

margen de la justicia y de la ética empresarial.

No debería aceptar llamadas de números ocultos. Si el que llama tiene alguna razón para ocultar su número, seguro que es alguien que no llama a tu hijo o hija, o que no tiene las mejores intenciones.

No deben aceptar llamadas de personas que no conozcan (es decir, que no están en la agenda).

sentido común y moderación en todo lo relacionado con el consumo. Si se opta por un contrato en lugar de por una opción prepago, conviene fijar con la operadora un límite de gasto para los números que utilicen nuestras hijas e hijos.

Para ser eficaz, la educación debe ser un sistema coherente e integrado, en el que los principios sean los mismos. Es necesario que los niños los hayan vivido en el ejemplo de sus padres y comprendido en los conceptos transmitidos por los docentes.



LOS VIDEOJUEGOS

Nuestros hijos e hijas deben ser conscientes de que es mejor mostrarnos los mensajes SMS que reciben en sus teléfonos móviles si no están seguros de cuál es su origen o su propósito. Si recibe mensajes o llamadas molestas de alguien que no conoce, puedes instalar en su teléfono un bloqueador de llamadas mediante el que defines qué números pueden entrar y qué números serán rechazados.

Si su teléfono dispone de bluetooth, este sistema deberá estar desconectado cuando no se esté utilizando para evitar cualquier tipo de intrusión a través de ese medio.

Uno de los problemas más graves de los teléfonos móviles proviene de organizaciones que utilizan publicidad engañosa para que nuestros hijos e hijas se descarguen tonos pagando un precio elevado por el mensaje, que luego se repetirá hasta la saciedad haciendo que sea muy difícil salir de ese circuito, y sólo se puede salir pagando.

¿Son buenos o malos?

Depende del juego, igual que con las películas que alquilamos en el videoclub. El problema es que existe una concepción del videojuego como producto orientado exclusivamente al público infantil, y no es así. Hay videojuegos para todos los públicos y edades, igual que las películas, motivo por el que es muy necesario saber a qué juegan nuestros hijos e hijas.

Si en un videoclub les dijéramos a nuestros hijos e hijas que escogieran una película y nos vinieran con una película para adultos, reaccionaríamos inmediatamente y no dejaríamos que la alquilaran. Si, por el contrario, trajeran "Bambi", no tendríamos ningún problema.

Con los videojuegos pasa lo mismo, los hay de todo tipo. Por eso es muy importante seleccionar aquellos que se ajustan a su edad y que no les van a ofender con situaciones para las que no están preparados.

Los videojuegos y el cine

No todos los videojuegos son iguales, como las películas, por eso hay que pensar en cada juego particular al que acceda nuestro hijo o hija.

Los videojuegos, hoy por hoy, generan más dinero que la industria cinematográfica y muchos de ellos han costado decenas de millones de euros. No son una tontería, son una nueva forma de entretenimiento y expresión artística, como el cine o la literatura, sólo que lleva muy poco tiempo y la gente todavía no lo ve así.

El código PEGI (Pan European Game Information)

Todos los videojuegos informan de la edad recomendada para la que están hechos, así como de los contenidos que en ellos se encuentran.



Gracias al código PEGI, formado por una serie de iconos que podemos encontrar en la carátula de cualquier videojuego, nos ayudará a determinar si éste es apto o no para nuestros hijos e hijas.

Calificación	Indicador
Más de 3 años	3
Más de 7 años	7
Más de 12 años	12
Más de 16 años	16
Más de 18 años	18

Los niños no evolucionan de manera idéntica, pero sí de forma muy parecida. Por eso sabemos aproximadamente lo que es o no es recomendable para su edad. Los padres y madres tienen la última palabra, porque son quienes mejor conocen a sus hijas e hijos.

Los videojuegos también se pueden caracterizar por poseer distintos tipos de contenido ofensivo:

Contenido	Indicador
Violencia	
Sexo o desnudez	
Terror	
Drogas	
Lenguaje soez	
Discriminación	

Antes de que los menores tengan acceso a contenidos con estas características, hay que pensar si les va a hacer algún bien o es más probable que les afecte negativamente.

La consola no es el enemigo: muchas de ellas adoptan medidas de seguridad tales como moderación en las partidas de tipo online o mecanismos de regulación y cómputo del tiempo empleado para jugar.

Tipos de soporte

¿Recuerdas cuando había BETA y VHS? Bueno, pues con los juegos pasa lo mismo. Cada juego se lleva bien con una máquina determinada, de manera que si quieres usar un juego de ordenador en una consola, sería como intentar ver una película VHS en un video BETA.

Y dicho esto, veamos qué tipo de máquinas usan tus hijos e hijas para jugar a videojuegos.

- Consola de videojuegos:



Están hechas para jugar, y 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 de TV.

Portátil: Son consolas de bolsillo, y están pensadas para poder jugar en cualquier parte.

- Ordenador:

Al ser tan versátiles, los ordenadores son una buena plataforma para jugar, si bien no tan específica como las consolas. En todo caso, su mayor problema radica en que, para poder jugar a juegos de mucha calidad visual, es necesario contar con un equipo muy potente (y caro).

- Teléfono móvil:

Los teléfonos móviles poseen un gran abanico de juegos, si bien éstos están orientados a un público eminentemente casual y sus contenidos, en la mayoría de los casos, es bastante inocuo.

Tipos de jugadores

- Hardcore:

Los jugadores llamados “hardcore” son aquellos para los cuales los videojuegos no son un pasatiempo o un entretenimiento ligero, sino un hobby, una afición seria, motivo por el que demandan juegos de gran calidad visual y tienden a invertir buena parte de su ocio en jugar a la consola o el ordenador.

Ni que decir tiene que ser un jugador hardcore no es malo en sí mismo. Como siempre, la clave está en la moderación, en el hábito saludable.

En todo caso, este tipo de jugador está más expuesto a encontrar juegos de contenidos no convenientes a su edad, motivo por el que es muy importante hablar con ellos de su afición. Convierte la frase “¿A qué has jugado hoy en el cole?” en esta otra: “¿A qué has jugado hoy en la consola?”

- Casual:

A diferencia de los jugadores hardcore, los llamados “casual” (casuales, ocasionales), son aquellos que entienden los videojuegos como un pasatiempo ligero, algo para matar el rato, como hacer sudokus.

En todo caso, los juegos orientados a este público fomentan más una jugabilidad basada en la interacción social y la compañía física que los juegos hardcore, que priorizan o bien el juego individual (más inmersivo), o el online (donde sin duda hay interacción social pero no compañía física).



Tipos de partida

Cada juego se juega de una manera. Unos están pensados para ser jugados solos (partida de tipo monojugador, introvertida), mientras que otros se centran más en opciones multijugador (partida extrovertida). Por supuesto, la tendencia actual es incorporar, en cada juego, ambas opciones, de manera que sea el o la jugadora quien elija qué tipo de partida quiere tener.

- Introvertidas: Suponen una mayor inmersión del jugador en el discurso narrativo del juego. Este tipo de partidas fomentan la imaginación y la creatividad, al estar sumidos en una historia cuyo desarrollo depende de nuestras decisiones en la partida

- Extrovertidas: Se basan en la continua interacción con otros jugadores, fomentando el desarrollo social y cooperativo.

Tipos de juegos:

Según las habilidades que fomentan y estimulan, los videojuegos pueden dividirse en tres grandes grupos: impulsivos, reflexivos e imaginativos. Ni que decir tiene que muchos juegos combinan estas tres tipologías, logrando experiencias más ricas y variadas.

- Impulsivos:

Se basan en una interacción continua con el juego. En ellos, los jugadores se ven inmersos en una acción continua en la que tienen que hacer que su personaje se mueva y actúe continuamente frente a los obstáculos y enemigos que puedan salirle al paso, estimulando sobre todo la percepción espacial y temporal, así como procesos de atención disociada (la capacidad para atender a varios estímulos o actividades a la vez).

- Reflexivos

Desde puzzles a juegos de estrategia pasando por simuladores de vida, estos juegos se basan en la continua estimulación de las facultades intelectuales de discursión lógica, estratégicas y de planificación. Su jugabilidad no es tan frenética como en el caso de los juegos impulsivos, proponiendo desafíos que el jugador debe evaluar metódicamente a fin de poder salir airoso de ellos.

- Imaginativos

Son juegos basados en el fomento de la creatividad y la imaginación, a menudo por medio de historias en las que el jugador se ve inmerso. La mayoría de juegos. Es habitual que esta categoría se relacione mucho con las otras dos, si bien hay géneros que la explotan especialmente, como los juegos de rol o de aventuras.



Tipo	Género	Características
Impulsivos	Plataformas	Hay muchísimos y es uno de los géneros más habituales. Consiste en avanzar por escenarios realizando saltos y malabarismos para obtener determinados objetos.
	Arcade/Acción	Se basan en la superación continua de escenarios cuajados de enemigos que el jugador debe eliminar.
	Shooters	Uno de los géneros de moda. Consiste en la simulación, en primera persona, de batallas y tiroteos en los que el jugador se ve envuelto. En su modalidad online, muy popular, equivale a jugar a “Policías y ladrones” o “Indios y vaqueros”.
	Deportivos	Son juegos basados en la simulación de distintos deportes, desde el fútbol al tenis de mesa.
	Simulación de vehículos	Se basan en la simulación, más o menos realista según el juego, de vehículos de todo tipo.
Reflexivos	Aventura	Funciona como una historia interactiva, en la que el jugador avanza a lo largo de una línea argumental definida.
	Aventura gráfica	Son un caso particular de aventura muy centrada en el diálogo con otros personajes, en el desarrollo de guiones especialmente elaborados, y la resolución de intrincados puzzles (lo que hace que también tengan un fuerte componente reflexivo).
	Rol	Es una evolución de todo lo anterior, basada en la personalización del personaje que maneja el jugador, el cual se enfrenta a muchos desafíos que tienen que ver con una trama mayor que los engloba a todos.
Imaginativos	Puzzle	Desde sudokus a fórmulas más experimentales centradas en el entrenamiento de las capacidades intelectuales. Hay cientos
	Estrategia	Basados en la planificación y la gestión de recursos con el objetivo de incrementar los mismos, evolucionar y derrotar al bando enemigo.
	Simulación de vida	Basados en la simulación de modos de vida y especies que van desde gestionar la vida de un ser humano (que vaya al trabajo, que coma, duerma, conozca gente), al de distintas especies reales o imaginarias, que se convierten en mascotas digitales.



Hábitos saludables

No es malo comer alimentos grasos, es malo comer demasiados alimentos grasos. Los hábitos lo son todo, si nuestras hijas e hijos se acostumbran a un determinado uso de las tecnologías, un uso responsable, no debería preocuparnos que jugaran a videojuegos o se conectaran a Internet.

-Dónde jugar

-En casa:

Es el sitio idóneo, preferiblemente en el salón. Si lo piensas, el salón de la casa es el lugar de reunión familiar, por lo que el hecho de que la consola de videojuegos esté ahí fomenta un uso de la tecnología integrada dentro de la rutina familiar, en la que los niños pueden compartir su experiencia con sus padres.

-Fuera de casa:

Los móviles y las consolas portátiles suponen que los niños y niñas puedan jugar en cualquier parte, si bien este uso no es tan exhaustivo como pueda parecer.

Un lugar de reunión típico para jugar a videojuegos fuera de casa son los cibercafés, los cuales han sustituido prácticamente a los parques y plazas como lugar para los juegos y vagabundeos de muchas pandillas actuales. Negar a nuestros hijos e hijas el acceso a este tipo de locales es negarle buena parte de sus relaciones sociales, que son necesarias para su desarrollo. Por eso, de nuevo, es la sensatez y el diálogo con ellos lo que debe primar. En todo caso, debido a la llegada de conexiones de alta velocidad a los hogares, el uso de los cibercafés va decreciendo poco a poco.

-Cómo jugar

-En solitario: muchos juegos están hechos para ser disfrutados de manera individual, ya que proponen una experiencia muy concreta que requiere una gran inmersión por parte del o la jugadora (como cuando leemos un libro).

-En compañía: es la mejor manera de jugar, ya que el juego se convierte en un apoyo al desarrollo social. Tener la consola en el salón de casa fomenta este hábito. Además, la mayoría de consolas tienen la posibilidad de conectar dos o más mandos a la misma, de manera que sean varias personas las que puedan jugar a la vez con ella.

Muchos juegos orientados al público casual se basan precisamente en este tipo de jugabilidad, priorizando la relación social como núcleo de la experiencia de juego.

-Online: es un tipo de juego que, si bien existe en los



ordenadores desde hace mucho tiempo, ahora se está popularizando también en las consolas de sobremesa. Los videojuegos con opciones online facilitan la conexión del jugador a Internet, de manera que pueda jugar con otras personas que no estén físicamente a su lado.

Si bien este tipo de juegos son la tendencia actual, conviene saber qué medidas de moderación existen en este tipo de partidas, a fin de evitar que los niños y niñas puedan entrar en contacto con jugadores que nos les convengan (que usen un lenguaje malsonante, que los marginen un poco en la partida, etc....).

Hay consolas que poseen mecanismos de moderación para impedir que estas cosas ocurran, si bien nunca está de más saber a qué juega nuestro hijo o hija online, para así saber qué podemos esperar que encuentre.

EL ORDENADOR

El ordenador puede convertirse rápidamente en el juguete preferido, pero no debe sustituir al compañero o la compañera de juegos. Es una herramienta de aprendizaje y comunicación, y con él se aprende a:

Organizarse

Es bueno que nuestras hijas e 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 e hijas debe tener un tiempo para utilizar el ordenador. Debe ser un tiempo medido, con un final previamente conocido y consensuado.

Priorizar

Deben tener un tiempo y un espacio limitado, lo que les enseñará a priorizar lo que hacen y los contenidos que guardan. Deben ser conscientes de que los recursos no son infinitos.

Son excelentes usuarios de los ordenadores, pero deben saber qué sentido tiene lo que hacen con ese ordenador. Por eso muchas veces es más difícil proteger al ordenador de los niños que a los niños del ordenador.

Muchas veces instalan programas por curiosidad, sin saber muy bien para qué sirve, sin asegurarse de su procedencia o sin asegurarse de que el antivirus esté actualizado.

Nuestros hijos e hijas tienen muchas ganas de hacer cosas, son muy rápidos. Ven pero no leen. Por eso suelen pulsar el botón “Aceptar” cuando no debían. También lo hacen cuando no entienden el mensaje, como hacen



INTERNET

muchas personas al asentir con la cabeza cuando un extranjero supone que se entiende su idioma y nos suelta una larga parrafada.

¿Os habéis fijado en que a veces les hablamos y nos dicen que sí, pero sabemos que no nos han escuchado? Hacen lo mismo con el ordenador porque son muy intuitivos y casi saben lo que va hacer la máquina antes de que aparezca un mensaje en la pantalla. Muchas veces aciertan, pero otras no.

El tiempo que pasan delante del ordenador debe ser de calidad, como todo aquello a lo que se dediquen. Por eso es necesario que aprendan a elegir.

Internet tiene muchos menos riesgos que el mundo real, pero tiene algunos. Tiene muchos más beneficios, pero es imprescindible que conozcamos cuáles son esos riesgos.

Ahora que nuestros hijos e hijas son pequeños, el ordenador debería estar en una zona común de la casa, como el salón. Es como cuando los llevamos a jugar al parque, y mientras ellos se columpian podemos estar hablando o leyendo, sabiendo que están bien porque no les quitamos el ojo de encima.

Los niños y las niñas tienen unos horarios que cumplir, y también deberían tenerlos para entrar en Internet, que es como salir de casa para entrar en otra dimensión del mundo.

Igual que cuando salimos de casa para pasear por el mundo real nos llevamos una serie de cosas, como la chaqueta para protegernos del frío o los zapatos para

protegernos de las piedras, entramos en Internet con unas cuantas cosas esenciales para protegernos: el antivirus y el firewall. Eso es lo que utilizaremos siempre, sólo por estar conectados a Internet.

En algunas ocasiones vamos a sitios especiales, que tienen unas características específicas, como la playa o la nieve. Cuando vamos a esos sitios, además de las protecciones de siempre, nos llevamos una protección específica, como protectores solares, flotadores, gorros o guantes.

Imagina que estás en el parque y se acerca alguien que no conoces a pedirte tu dirección, tu teléfono. Nunca le darías esos datos, ¿verdad? En Internet es lo mismo, lo que ocurre es que muchas veces no percibimos el riesgo como algo cercano, ya que la comunicación es virtual y no vemos físicamente a la persona en cuestión. Por otro lado, no sabemos dónde tenemos esos datos y si alguien puede tener acceso a ellos.



Internet es un mundo virtual, por lo que a través de él sólo enviaremos datos virtuales, no datos reales, que guardamos para el mundo real.

Aunque Internet es un mundo virtual, sus efectos son completamente reales, por eso hay que ser igual de prudentes. Ambos mundos son parecidos, el uno no es sino el reflejo del otro. Veamos algunas equivalencias:

Mundo real	Mundo virtual
Foto	Avatar
Nombre	Usuario, alias
Correo electrónico privado	Correo electrónico público
Ciudad	Ciudad imaginaria
Llave	Contraseña

Igual que nuestros hijos e hijas deben marcharse de un lugar cuando se encuentren incómodos o crean que están corriendo un riesgo, deben entender que de la misma manera han de abandonar una web o un foro.

Seguridad básica en Internet

Cerramos la casa con llave y tal vez tengamos rejas en las ventanas. Cerramos el coche con llave cuando lo dejamos aparcado. Nos guardamos la cartera en el bolsillo cuando estamos tomando algo en el bar en lugar de dejar el dinero y los documentos encima del mostrador o de la mesa. Hemos incorporado de manera natural un comportamiento seguro para prevenir situaciones de riesgo, y debemos trasladar ese comportamiento a Internet e inculcárselo a nuestros hijos e hijas, igual que les hemos enseñado a no meter los dedos en los enchufes o a mirar antes de cruzar la calle.

Otra opción es estar siempre encima de ellos y no dejarles salir solos de casa, pero a la larga da muchos más disgustos que beneficios. La única alternativa es la educación responsable.

Herramientas básicas de seguridad para Internet

Lo primero que debemos tener en cuenta es plantearnos si nuestra conexión es segura. Es algo tan obvio como no dejarse abierta la puerta de casa. Esto afecta especialmente a las conexiones inalámbricas, que siempre deben estar protegidas por contraseñas. Si nuestro acceso a Internet no está protegido, el problema menor es que nuestros vecinos se aprovechen de nuestra conexión restándonos velocidad.

El siguiente paso después de esa comprobación de prudencia, es asegurarnos contra los virus.



Aunque los virus afectan mucho más al sistema operativo Windows, no existe un sistema invulnerable. Los ejemplos que pondremos son del sistema Windows por ser los que padecen más riesgos y los más numerosos, pero nosotros preferimos el software libre, entre otras cosas, porque es el más seguro.

Igual que en la vida real hay virus y bacterias, y los mantenemos a raya lavándonos las manos y manteniendo unas normas de higiene, mantenemos alejados los bichos que viven en Internet con un sistema defensivo formado por el antivirus y el firewall.

El antivirus y el firewall son como la puerta y la ventana de nuestra casa. No necesitamos cerrar las paredes porque nadie puede entrar por allí. Cuando salimos de casa, lo único que revisamos es la puerta y las ventanas. El antivirus impide que entre algo dañino y el firewall impide que entre algo desconocido o que salga algo que no queremos que salga. No podemos hacerlo a ojo,

porque un ordenador tiene miles de ventanas.

Es difícil entender por qué existen los virus informáticos. En cualquier caso sabemos que sus efectos pueden ser devastadores para nuestros sistemas informáticos, y consisten especialmente en la pérdida de la información.

Es muy importante tener un antivirus actualizado antes de conectarse a Internet. Sí, los virus pueden entrar sólo por conectarse, sin descargar ningún archivo, sin recibir ningún correo y sin entrar en ninguna página.

El antivirus es como un compañero de viaje, y por eso hay que escoger bien. En una buena tienda o en un buen foro de Internet podrán aconsejarnos, aunque hemos de tener en cuenta que ninguno es infalible al cien por cien. Tendrás suficiente con entrar en un buscador de Internet y escribir “mejor antivirus” o “mejor firewall”. No son caros y siempre acaban siendo una excelente inversión.

Dado que la aparición de nuevos virus es continua, es muy importante actualizar periódicamente el antivirus, muchos de ellos ofrecen la posibilidad de actualizarse automáticamente cuando nos conectamos a Internet.

El firewall impide que entre algo a nuestro ordenador que no deba entrar, y que tampoco salga de nuestro ordenador lo que no queremos que salga. Aunque no está al alcance de todo el mundo porque requiere de conocimientos y herramientas especializadas, es posible técnicamente que alguien entre desde Internet a nuestro ordenador si no disponemos de firewall, cuya expresiva traducción literal sería “muro de fuego”.

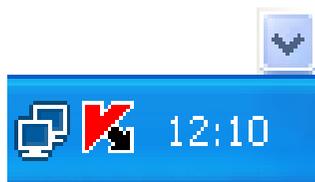
Existen muy buenas versiones de estos programas que son antivirus y firewall al mismo tiempo. El resultado es excelente si el programa es bueno, y algo más barato y coherente que las versiones separadas.



Si el antivirus o el firewall son malos, toda la experiencia en Internet será mala.

En cualquier caso, hay que advertir a nuestros hijos e hijas que siempre deben estar activos. A veces, el antivirus bloquea un contenido que les interesa, y por el afán de tenerlo, desactivan el antivirus y pierden mucho más. El símbolo del antivirus se ve siempre en el margen inferior derecho de la pantalla.

Si se muestra de color gris, es que no está activo, y hay que corregir esa situación inmediatamente.



Los filtros de contenidos son sistemas que revisan lo que va a llegar a nuestro ordenador, y los bloquean si están definidos como contenidos inadecuados. La mayor parte de las webs dañinas, incluidas las pornográficas, pueden ser neutralizadas de esta manera.

La Consejería de Innovación de la Junta de Andalucía ofrece filtros de gran rendimiento que se pueden [descargar](#).

Los buenos filtros están basados en listas de sitios inadecuados y en el análisis de las palabras que aparecen en esos contenidos. También se pueden configurar para que no entren contenidos a través de determinados caminos que llegan hasta nuestro ordenador, como el P2P, por ejemplo.

Las madres y los padres podemos configurar perfiles diferentes de filtrado, para cada uno de nuestros hijos e hijas o para nosotros mismos, que no queremos ser molestados con tonterías que entren a nuestro ordenador.

Podemos utilizar reglas complejas que protejan a

cualquiera de los usuarios a través de cualquiera de los protocolos que utiliza el ordenador. Podemos incluir la hora a la que se pueden ver determinados contenidos.

El mayor problema de los sistemas de filtrado es que no sabemos si los tienen activados y configurados en las casas de los amigos o familiares de nuestros hijos e hijas, por lo que resulta indispensable que interioricen los conceptos esenciales de seguridad basados en valores.

Protección de la identidad y datos personales

Nuestros hijos e hijas entenderán la lógica de la seguridad recordando a Batman y a Superman. Batman recorre la ciudad de Gotham a bordo de su batmóvil sin que nadie sepa dónde vive o conozca su verdadera identidad. Si alguien supiese sus datos personales o dónde vive, se le acabarían sus poderes. Los niños y las niñas deben entender que a ellos les pasaría lo mismo en Internet.



NAVEGAR POR INTERNET

Navegar es la actividad más elemental que hacemos en Internet, y muy importante para divertirse, aprender, relacionarse, comprar... Es como salir a la calle y pasear. Puedes encontrarte de todo. Algunas cosas serán buenas, y otras malas.

Nuestros hijos e hijas deben entender que pasear por la calle y navegar por Internet pueden considerarse derechos, pero todo derecho trae consigo una responsabilidad. Pasear por la calle no les da derecho a cruzar con un semáforo en rojo, y navegar por Internet no les da derecho a entrar en un lugar que no deben.

Los antiguos navegantes griegos acudían al oráculo de Delfos para pedir consejo sobre las rutas marinas más seguras. El oráculo siempre daba las respuestas más certeras, porque como los capitanes de los navíos debían volver a explicar cómo les había ido el viaje, el oráculo era donde más se sabía de los mares, aunque los augures nunca hubiesen estado en ellos.

Lo mismo nos pasa a los padres y madres. Tenemos la experiencia de conocer los riesgos genéricos, que son parecidos en Internet o en el autobús.

Somos nosotros los que sabemos dónde están los piratas, los arrecifes y los monstruos marinos. Los que debemos dar a nuestros hijos e hijas los mapas de navegación, trazando sus caminos por rutas seguras.

Esas rutas pueden ser normas impresas o escritas en un lugar accesible del ordenador, y ellos han de comprometerse a no salir del tiempo y del espacio que se marque en esas rutas.

Es interesante negociar con nuestros hijos e hijas unas normas de hacia dónde navegan, cómo, cuándo, cuánto y por qué.

Las herramientas que se utilizan para navegar por Internet se suelen llamar navegadores, claro. Son programas, habitualmente gratuitos, que sirven para ver páginas web.

Los navegadores modernos, como Firefox y otros, disponen de herramientas gratuitas para que los niños y niñas sólo puedan navegar por los sitios que previamente han aprobado sus padres.

Evitar las ventanas emergentes es como quitar los tiburones de sus mares.





Los niveles de seguridad del navegador son ajustables, de manera que podría ser una buena idea que progenitores e hijos utilicen navegadores con diferentes sistemas de seguridad.



DESCARGAS DE FICHEROS

Los ficheros pueden ser de diferentes formatos, y los formatos están asociados a diferentes utilidades:

Formatos más frecuentes	
Música	mp3, wav
Imágenes	jpg, png, gif, bmp, psd,
Documentos	txt, doc, pdf
Video	avi, mp4, mpg

Un fichero suele ser una unidad de contenido: una canción, una imagen, un libro, una película, un juego. Eso es lo que se suelen descargar nuestros hijos e hijas.

Las posibilidades que encierra utilizar toda esa información o diversión son espléndidas, aunque pueden entrañar algunos riesgos que debemos conocer.

Una de las características sociológicas de Internet es que sirve para compartir. La mayor parte de lo compartimos es bueno, como en la vida real, pero no todo.

Descargas de servidores

Existen enormes repositorios de ficheros en Internet que sirven para que las personas compartan información y otros la descarguen.

Son sitios como Rapidshare, Megaupload o Depositfiles, por citar sólo algunos. Sus sistemas analizan los posibles virus que puedan haber en los ficheros, pero no revisan el contenido, que en algunos casos es ilegal porque infringe derechos de autor, o resulta inadecuado para nuestros hijos e hijas pequeños.

Por eso es importante que ellos sólo se descarguen los archivos que haya dejado alguien que conocemos, o cuyo contenido nosotros hayamos revisado.

Algunas personas desarrollan cierto afán coleccionista, algo parecido a la glotonería. El criterio con el que eduquemos a nuestros hijos e hijas debe ser el mismo que le daríamos en un buffet libre: coge sólo aquello que



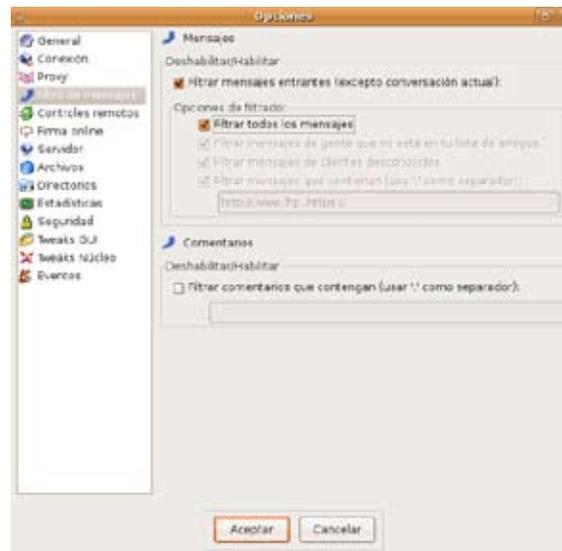
vayas a consumir. Si tienes más hambre, vuelve a coger lo que necesitas.

46

Descargas de otros ordenadores

Si tenemos los programas adecuados, todos los ordenadores conectados a Internet pueden convertirse en servidores. Eso es lo que sucede cuando instalamos en nuestro ordenador programas P2P (Peer to peer), sistemas de intercambio de ficheros 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 un sistema muy bueno para pasar archivos. Por desgracia, es frecuente encontrar contenidos ilícitos o inadecuados en los ficheros descargados a través de este método, por lo que los niños y niñas no deben usarlo sin control parental.



Algunos de estos programas permiten chatear con grupos de personas desconocidas, que es algo que no deberían hacer los menores, por lo que conviene poner especial atención.

Es muy importante que el área compartida sea sólo una carpeta controlada por los padres, para no poner en riesgo la privacidad de la familia.

Algunos sistemas penalizan que no se comparta nada, de manera que en esta carpeta compartida se pueden dejar cosas interesantes para otros, como las mejores obras de la literatura clásica española, por ejemplo.

Los programas típicos son Emule, BitTorrent, Ares, Kazaa, etc.

Lo ideal es que nuestros hijos e hijas sólo compartan ficheros con su lista de contactos de los programas de mensajería que nosotros ya habremos validado previamente.

46



PROGRAMAS PARA COMUNICARSE

No hay nada que proporcione más satisfacciones que la comunicación. Tal vez por ello encontramos tanta riqueza y posibilidades para hacerlo a través de Internet.

Cada sistema de comunicación aporta una riqueza nueva, una perspectiva diferente de la persona con la que nos estamos comunicando. Por eso es muy interesante utilizar varias de estas herramientas para comunicarnos con nuestros hijos e hijas, además de mirarles a los ojos.

Mensajería Instantánea

Estos programas se conocen por las siglas IM (Instant Messenger). Sirven para comunicarse en tiempo real. En uno de los ordenadores conectados escribimos algo y se lee en la pantalla de los demás ordenadores conectados. Normalmente se utiliza en comunicación de uno a uno y en tiempo real, es decir, tiene que haber alguien en cada ordenador dispuesto a comunicarse en ese momento.



Para garantizar que esas comunicaciones sean autorizadas, quien quiera relacionarse con nosotros a través de este sistema debe conocer al menos nuestro correo electrónico, y desde nuestro ordenador se debe aceptar la invitación a hablar que la otra persona realiza.

Igual que no permitimos que nuestros hijos e hijas hablen con desconocidos, debemos enseñarles a consultarnos frente a invitaciones de personas que no conocemos.

Una vez que hayamos validado que esa persona es quien dice ser y estemos seguros que puede hablar sin riesgo con nuestros hijos e hijas, las comunicaciones podrán realizarse sin nuestra autorización siempre que el interlocutor se encuentre en la agenda de aceptados del sistema de mensajería instantánea que estemos utilizando.

Si se dispone de sistema de sonido (micrófono y auriculares) se pueden realizar conferencias de una gran



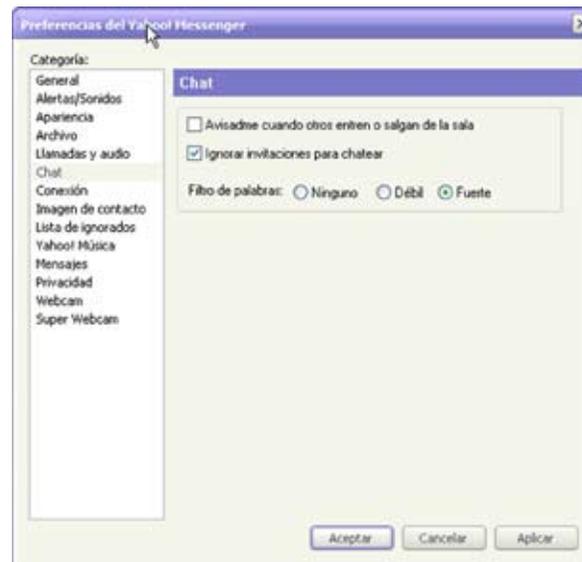
calidad con cualquier ordenador conectado a Internet, esté donde esté. Añadiéndole una webcam se pueden realizar videoconferencias, por lo que es ideal para contactar sin coste con los familiares y amigos que se encuentren lejos. Se puede hacer más o menos lo mismo con los programa de voz IP. Si conectamos la webcam corremos el riesgo de que alguna persona capture nuestra imagen sin nuestro consentimiento, por lo que sólo es conveniente conectarla con familiares y amigos de confianza.

Los programas de mensajería instantánea también permiten compartir carpetas e intercambiar ficheros. El sistema avisa cuando se ha conectado alguien de nuestra lista de contactos aceptados, pero se puede desactivar la indicación para garantizar la confidencialidad.

Si borramos a alguien de nuestra lista de contactos, ya no podrá conectar con nuestros hijos e hijas a través de este sistema. Además, se pueden rechazar las comunicaciones

con alguien que esté en nuestra lista de contactos.

Algunos de estos programas, como Yahoo Messenger, disponen de salas de chat. Los niños y niñas no deberían



entrar en esas salas porque no son adecuadas para su edad.

Programas de mensajería Instantánea son Microsoft Messenger, Google Talk, ICQ, Yahoo Messenger o AOL Instant Messenger.

Voz IP

También son programas para comunicarse, pero fueron diseñados para hacerlo especialmente a través de la voz.

Desde estas herramientas de Internet se puede llamar a teléfonos convencionales de forma gratuita o con un coste muy bajo. De momento, es mejor que nuestros hijos e hijas utilicen los programas de Mensajería Instantánea. Skype o Gizmo son programas conocidos de Voz IP.



Chat

Son sistemas que permiten la comunicación en tiempo real de dos o más personas. Como hemos visto, eso también se puede hacer con los programas de Mensajería Instantánea, por lo que en este apartado nos referiremos específicamente a los sistemas accesibles desde la web.

Un Chat es una herramienta que suele estar en una página web o una red de páginas web en el que al menos dos personas se comunican instantáneamente. El chat puede ser por texto, por voz o incluso por vídeo.

El comportamiento es el mismo que se espera de cualquier conversación. Cuando hablamos con alguien en la calle, porque hemos coincidido en la cola del autobús o cualquier otra razón, no le damos nuestros datos personales, ni nuestra foto.

Existen miles de webs que disponen de chats, pero muy pocos cumplen criterios de seguridad para niños, y de

esos, muy pocos son buenos. En general, los niños y niñas de estas edades no deben entrar en las salas de chat.

Algunos de los sistemas más conocidos, como habbo.es, no permiten el acceso a menores de 14 años. También son muy utilizados los chats de Terra, IRC Hispano, Yahoo, Ya, etc.

Foros

Un foro es similar a mantener una conversación por correspondencia, pero con una diferencia: en los foros puede participar mucha, muchísima gente, no sólo dos personas.

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.

Imagina una página web dedicada a cualquier afición de este mundo, como la micología (la ciencia que estudia los hongos y las setas). Un aficionado encuentra una tarde un espécimen que nunca ha visto, así que llega a su casa, se mete en la web y no encuentra nada sobre el mismo.

Afortunadamente, en la web hay un foro donde puede plantear su duda, así que le hace una foto a la seta y la manda al foro de manera muy similar a como se envía un correo electrónico con la siguiente duda: “¿Alguien ha visto una de estas antes? Luego, otro usuario encuentra su pregunta y le contesta

Esta mecánica, muy similar a la de un chat, tiene la ventaja de que la conversación no requiere que los usuarios estén presentes ni conectados a la vez, lo que permite una mayor flexibilidad a la hora de participar. Así, cualquiera puede, además, acceder a la conversación en cualquier momento, e intervenir en ella si lo desea.



Los foros, por lo tanto, son una mezcla entre un chat (se basan en mantener una conversación) y el correo electrónico (la conversación se basa en el envío de mensajes que no requieren que el interlocutor esté conectado en ese momento).

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 valoran con su experiencia los recursos.

Las redes sociales para la infancia suelen tener foros, grupos o comunidades, y recomendaciones de los usuarios.

Los sistemas de información y comunicación a través de Internet poseen una potencia extraordinaria. Hay una

fantástica corriente de ayuda, colaboración y solidaridad que se debe apoyar y que podemos aprovechar para obtener información y conocimientos.

Nuestras hijas e hijos tienen foros con temas y contenidos adaptados a su edad. En ellos no suele haber ningún problema si están moderados.

Kiddia (<http://www.kiddia.org>) - Se trata de un portal moderado y gratuito, que dispone de contenidos de alta calidad.

Totlol (<http://www.totlol.com>) - Se trata de un lugar moderado, y por tanto, bastante seguro respecto a los contenidos, en el que padres e hijos pueden ver y compartir videos educativos y adecuados para el público infantil.

MyFamilypedia (<http://www.myfamilypedia.org>) - Se trata de una red social moderada, y por tanto, bastante segura respecto a los contenidos, para toda la familia.

Panfu (<http://www.panfu.es>) - Se trata de un lugar moderado y revisado por especialistas en pedagogía, con una buena presentación gráfica.

Correo electrónico

El correo electrónico es una forma de comunicación muy eficaz. Es muy rápida aunque no requiere que la persona esté al otro lado para enviar el mensaje.

Es bueno tener varias direcciones de correo electrónico: uno para cosas importantes y que sólo se lo daremos a amigos y parientes, y otro para cosas poco importantes y que acabarán llenándose de correo basura. Este tendrá un apodo o alias, nunca el nombre real o los apellidos, y lo utilizaremos para suscribirnos a portales, foros y cosas así, mientras que el otro lo mantendremos siempre "limpio".



Con frecuencia se reciben correos no solicitados con publicidad lamentable por su forma y su contenido. Son envíos masivos cuyo remitente no sabe si alguien lo va a recibir o no. Por eso es muy importante que nuestras hijas e hijos no contesten a ninguno de estos correos, porque equivaldría a decirle a quien envía esos correos que nuestra dirección es válida y que sí hemos leído su correo, con lo que obtendríamos mucha más basura en nuestro buzón, y probablemente habríamos pasado alguna información personal a gente que vive al margen de la ley, lo que no depara nada bueno.

Hay dos sistemas para ver un correo electrónico: en el servidor de correo o en nuestro ordenador. Para verlo en el servidor de correo utilizamos el navegador de Internet para acceder a cuentas como Gmail, Hotmail o similares. Si lo vemos en nuestro ordenador es porque ya nos hemos descargado los mensajes y los vemos con un cliente de correo electrónico, como Outlook, Eudora, etc.

Lo mejor es ver el correo cuando está en el servidor y no puede afectar al ordenador. Nuestros hijos e hijas deben aprender a borrar los mensajes que tienen ficheros adjuntos y que son de desconocidos, y con frecuencia están en otros idiomas.

Los ficheros adjuntos a los mensajes pueden tener virus, y por eso son los que más nos preocupan. También puede haber riesgo en mensajes basura o “spam” que, sin tener ficheros adjuntos, nos lleven a enlaces fraudulentos (como por ejemplo temas bancarios); hemos de verificar bien la autenticidad de dichos mensajes y, como norma general, no dar datos personales ni referencias bancarias por Internet.

El contenido del mensaje también puede ser inadecuado o engañoso. Nuestros hijos e hijas deben ser conscientes de que nunca hay que contestarlos. Igual que desconfiamos de los desconocidos que nos abordan en plena calle para ofrecernos algo, con más motivo debemos desconfiar de las propuestas que nos hace alguien que no vemos.

Nunca hay que enviar información personal por correo electrónico o a través de Internet, especialmente en lo que se refiere a contraseñas, números de cuentas, teléfonos, dirección, etc.

Twitter

Twitter sólo sirve para que los más cercanos (nuestros amigos, nuestros padres), sepan qué estamos haciendo o qué estamos pensando. El sistema permite introducir una breve frase del tipo “voy a comer, vuelvo en media hora” o “Ya he acabado los deberes. Los ejercicios de mates eran chungos”.

De esta forma, aquellos que tienen interés por nosotros saben lo que hacemos, estén donde estén y estemos donde estemos.

Para hacer una cuenta en Twitter sólo hay que utilizar



un correo, que puede ser de cuentas genéricas, como Hotmail o Gmail, y un nombre de usuario.

52

El nombre de usuario no debe ser nada relacionado con nosotros, nada que nos identifique. Es sólo un código que daremos a aquellas personas cercanas que tienen interés en conocer el día a día de nuestras vidas cotidianas, un grupo reducido.

Se puede aumentar la seguridad y la privacidad diciendo qué usuarios pueden ver lo que escribimos, pero no suele ser necesario, porque si un usuario de Estambul o de Jaén lee en la cuenta de alguien que no sabe quién es “Voy a casa de la tía Marta”, mi seguridad no se verá comprometida. Como siempre, lo que nunca hacemos es poner datos personales.

De esta manera nosotros podemos saber lo que hacen nuestros hijos cuando ellos están en casa y nosotros trabajando o viajando. Es un sistema para mantener

la relación, pero no un sistema de control. Utilizando canales nuevos de comunicación sabremos mucho más de nuestras hijas e hijos, porque los observaremos desde perspectivas que antes no imaginábamos.

Buscadores

Un buscador es un gran índice de todos los contenidos que hay en Internet. Los hay completamente automatizados y los hay mixtos, con intervención de seres humanos que deciden cómo clasificar determinadas informaciones. Pero la cantidad de datos que hay en la Red es ingente, por lo que se tiende a que los buscadores sean sistemas robotizados que analizan la red incesantemente para encontrar datos nuevos, guardarlos y ponerlos a disposición de quienes necesitan alguna información.

La información que ha guardado el buscador no tiene por qué estar actualizada, pero la mayor parte está

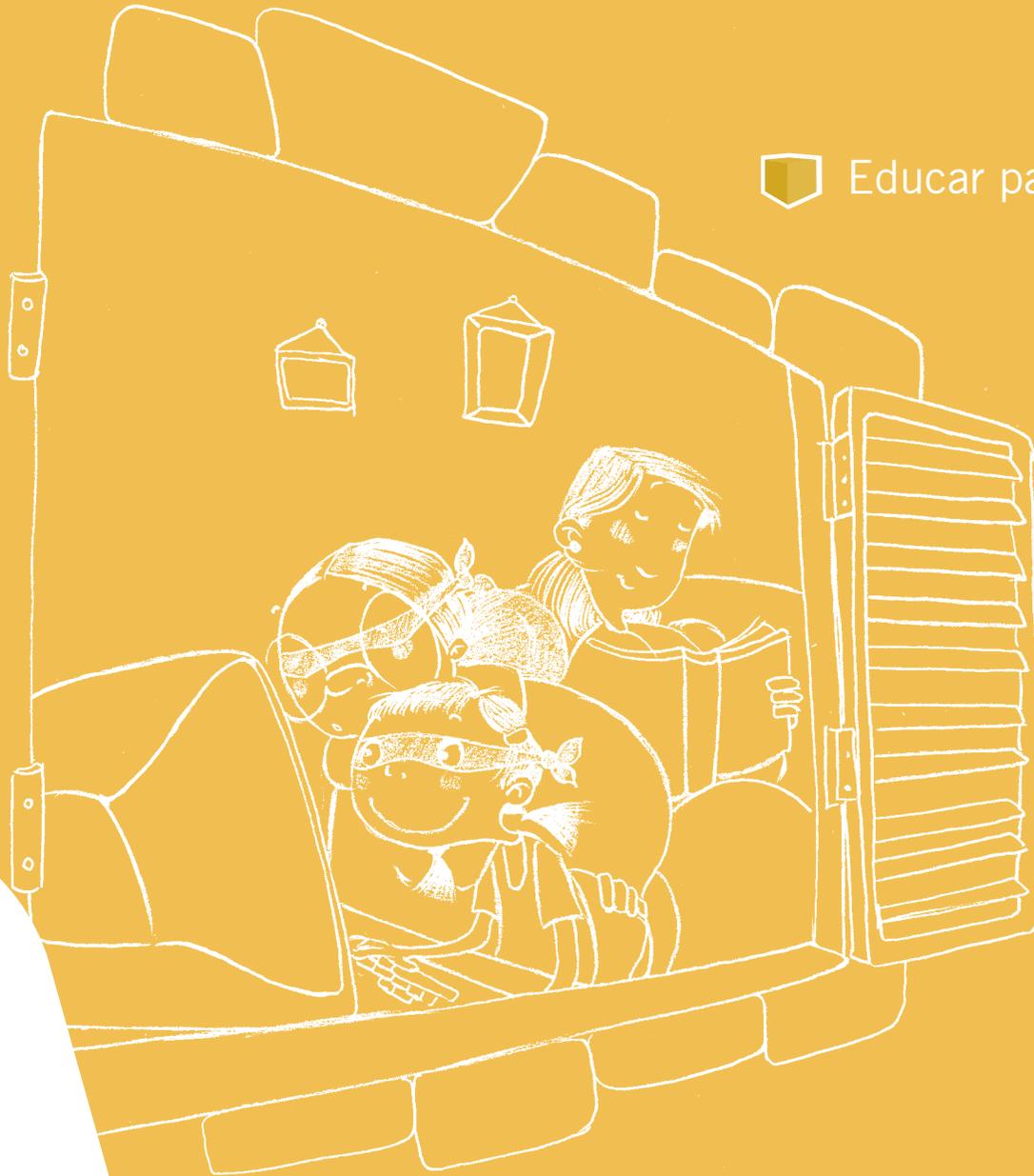
bastante al día. Esa es la razón por la que algunas veces obtenemos un error al pulsar sobre un vínculo hallado en un buscador.

En ocasiones se tardan días o semanas antes de que un nuevo recurso sea indizado por los buscadores, por eso en ocasiones no encontramos la página que un amigo acaba de abrir.

Algunos de los buscadores más conocidos son:

- Google
- Yahoo
- Altavista
- Ask
- Cuil, que puede filtrar las búsquedas para evitar pornografía.

52



Educar para prevenir



Educar para Prevenir

54

La educación en valores y la buena relación entre padres, madres e hijos es la clave para la prevención de posibles riesgos en el uso inadecuado de las TIC.

Parfraseando a Paulo Freire: “Nadie educa a nadie, nadie se educa solo, los padres, madres, hijos e hijas se educan entre sí mediatizados por el mundo analógico y digital”.

Las personas que, teniendo una amplia trayectoria vital, han sido testigos de los grandes cambios tecnológicos de los últimos tiempos pueden expresar sus sospechas acerca del uso que las nuevas generaciones, los llamados “niños y niñas digitales”, hacen de las TIC.

El escritor José Luís Sanpedro en su libro: “Escribir es vivir” nos comenta:

“... Las relaciones con otro se aprenden jugando, en la

calle, en el recreo, haciendo deporte, pero jugando entre seres humanos, no entre un humano y una máquina. Las relaciones del fuerte con el débil, la comprensión, la solidaridad, el compañerismo no los da la maquineta. Y, sin embargo, parece que hemos triunfado si metemos muchos ordenadores en el aula desplazando al profesor, que es quien podría enseñar y transmitir los valores humanos. La formación así concebida no va encaminada a enseñar a vivir, se enseña a consumir y producir, no a vivir”.

Sin embargo, las TIC son medios ideales para el desarrollo de las capacidades de nuestros hijos e hijas. Unos medios capaces de relacionarlos con multitud de personas, con una gran cantidad de información y puntos de vista diferentes. Son algo así como una enciclopedia, un teléfono y una máquina de escribir al mismo tiempo, pero el cerebro lo ponen los niños y aquellos con los que hablan a través del ordenador.

Los medios tecnológicos son herramientas para que nuestros hijos e hijas aprendan y discutan entre ellos y con otras personas adultas: padres y madres, docentes, tutores, etc.

El único modo de prevenir comportamientos de riesgo y un uso inadecuado de las TIC es involucrarse en la educación de los hijos e hijas y potenciar las ventajas que aportan, no prohibir o restringir radicalmente su uso.

Si te saltaste el capítulo sobre los niños y niñas digitales, éste es el momento de leerlo. Ve a la página 17.

Encontrarás más información sobre los usos que hacen los niños de las nuevas tecnologías en la página 20.

54



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

Educar para prevenir es educar en valores, pero dichos valores no pueden ser inculcados; tienen que ser sentidos e identificados por nuestros hijos e hijas. Dependiendo de su nivel de desarrollo, pueden aprender con nosotros las actitudes y valores que les capaciten para un buen uso de las TIC, para lo que hemos de tener en cuenta los siguientes consejos:

Mejoremos la comunicación con nuestros hijos e hijas:

- Prestemos atención a sus sentimientos y mostrémoslos interesados, siendo capaces de ponernos en su lugar y comprender sus problemas.
- Valoremos positivamente que nos digan la verdad, 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.
- Mostrémosnos disponibles siempre que requieran nuestra atención para contarnos algo, y no censuremos sus comentarios.

Desarrolla una autoridad positiva:

- Somos los modelos de conducta para nuestras hijas e hijos. Nuestro ejercicio de autoridad positiva es bueno y saludable para el desarrollo psico-social del niño. Debemos saber poner límites a su actividad, pues tiene que aprender que “no todo vale”. La conducta de nuestros hijos e hijas 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, estas deben mantenerse y cumplirse, salvo en el caso de un conflicto con hijos o hijas en edad adolescente, donde el diálogo puede dar lugar a cambios de normas y nuevos compromisos. Las figuras de autoridad, esencialmente padre y madre, han de consensuar las normas y límites para la conducta de sus hijos e hijas, porque en caso contrario los niños encontrarán resquicios e inestabilidades que les provocarán confusión y las consecuentes conductas disruptivas.

- Seamos firmes y estables: si tomamos una decisión con respecto a la conducta de nuestros hijos e hijas, hemos de cumplirla. Si, por alguna razón, les castigamos con no utilizar el ordenador o el videojuego, cumplamos con la decisión, porque no hacerlo echaría por tierra todo el sistema de normas que nuestros hijos tienen que aprender.



- Escuchemos, expliquemos, negociemos: escuchemos las opiniones de nuestros hijos e hijas, expliquemos las nuestras, intentemos razonar con ellos cómo funcionan las normas en la familia, demostremos con nuestro comportamiento que también cumplimos las normas, aunque en un papel diferente con ciertas ventajas y ciertos inconvenientes respecto del papel que tienen ellos. Con adolescentes, el razonamiento puede extenderse a diálogo, podemos poner en cuestión las normas, sus pros y contras, renegociar nuevas normas y adquirir nuevos compromisos, cada uno desde su papel.

- Si tienes que hacer algún tipo de corrección o crítica hacia el comportamiento de tu hijo o hija, recuerda siempre que has de criticar precisamente eso: el comportamiento, no al niño en su totalidad. Por ejemplo: si una madre descubre que su hijo ha bajado un programa de la red sin tomar las precauciones necesarias provocando la entrada de un virus, es más efectivo reprender al niño por haberse comportado mal: bajar programas sin permiso, no utilizar

el antivirus, no comunicar el problema etc. y enseñarle cuál es el procedimiento adecuado, amén del castigo pertinente, que gritarle: -“¡eres malo! ¡No se puede confiar en ti! “, y otras descalificaciones personales que además de minar su autoestima y no enseñar nada bueno al crío, está creando un abismo en la relación de confianza con él.

Compartamos momentos con nuestros hijos e hijas:

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

- Para divertirnos con nuestros hijos e hijas no es necesario ir a un centro comercial ni a un parque temático. 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 nuestras hijas y nuestros hijos, a la vez que les enseñaremos con el ejemplo.

- Nuestro apoyo en la organización de tiempos de estudio también es importante. Hemos de establecer un momento del día para el estudio, preguntemos a nuestro hijo o hija qué tareas tiene, y ayudémosle a organizarlas. Si tiene pocas, podremos elegir temas de estudio para completar la sesión. Dejémosle tiempo para realizar las tareas por sí mismo, ayudémosle después en el repaso; en caso de error, no le daremos la respuesta correcta directamente, trataremos de que razone para que llegue a la solución por sí mismo. Es bueno enseñar estrategias de repaso y auto corrección, por ejemplo: en matemáticas podemos enseñar a corregir las restas sumando el resultado al sustrayendo ($5-3=2$, la prueba es sumar $2+3$), en un dictado podemos enseñarle a corregirlo buscando palabras en el diccionario, etc.



- Convertamos al ordenador en un medio para compartir, jugar y estudiar junto a nuestros hijos e hijas: podemos hacer un uso excelente y muy creativo del ordenador. Si no tenemos mucha experiencia con ordenadores, eso no debe preocuparnos; les dará la oportunidad a ellos de enseñarnos a nosotros. Podremos pasar buenos ratos buscando datos de referencia, consultando enciclopedias virtuales, comunicándonos con grupos de estudiantes de diversos lugares del mundo, etc. De esta relación padre-ordenador-hijo, los niños y niñas aprenderán a enfrentarse a las posibilidades formativas y recreativas de Internet, al tiempo que interiorizará 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 el desarrollo de la educación de los hijos. Por ello, hay que tener en cuenta detalles específicos:

Los hijos e hijas de los hogares monoparentales, a causa de la situación de su familia, están más expuestos a algunas amenazas derivadas de un uso inadecuado de las TIC.

Las madres solteras y los padres separados suelen mostrar una gran abnegación por sacar adelante a sus hijos en condiciones, con frecuencia, más duras que el resto. En todos los casos la situación económica es más difícil, puesto que una sola persona tiene que mantener una casa. Casi todos tienen que trabajar, atender su hogar y atender a sus hijas e hijos sin disponer de otra ayuda, incluso en momentos de enfermedad. El tiempo disponible es mucho menor y se tiene que repartir de otra manera. El primer tiempo que desaparece es el de ocio personal, y se reduce sensiblemente el destinado al descanso.

En ese entorno, el tiempo que se puede dedicar a los hijos también es menor, por lo que se debe cuidar especialmente la calidad de la relación en ese breve espacio de tiempo que las madres y los padres solos tenemos para dedicar a nuestros hijos.

Por cuestiones de su propia disponibilidad de tiempo y, con frecuencia, por su situación anímica, los juguetes tecnológicos suelen ser un refugio para los niños y niñas. Los juguetes, como cualquier otra tecnología, sólo son una herramienta. Pueden servir de ayuda, pueden servir incluso para enseñar, pero no sirven para educar por sí solos.

Muchas veces los niños de familias separadas tienen acceso a más tecnología y más sofisticada que los otros, porque los padres y las madres tenemos tendencia a compensarles con juguetes por las dificultades adicionales que creemos que viven.



En los casos de los que viven en dos casas (la de su padre y la de su madre), los niños suelen 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. La única posibilidad de educar bien en esas circunstancias consiste en ser un ejemplo de coherencia para ellos, en observarles mucho y en mantener una relación franca y abierta, de diálogo permanente.

Todos los principios que se comentan a lo largo de este texto no son de aplicación exclusiva para los casos de familias monoparentales, pero hay que aplicarlos con más rigor y con mayor cuidado.

Además, es bueno seguir estos consejos adicionales:

- Las TIC son una herramienta valiosísima para que nuestros hijos e hijas estén en contacto permanente con su familia extensa, por lejos que se encuentren.
- Los niños y niñas 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 nuestras hijas e hijos disponen de suficientes conocimientos para decir “cómo”.
- En los casos de custodia compartida, en los que el niño vive por periodos de tiempo en casa de la madre o la del padre, ambos progenitores hemos de hacer un esfuerzo en ponernos de acuerdo en algo que, por responsabilidad, estamos destinados a compartir: la educación. El

esfuerzo, en ocasiones titánico, 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 del hijo o la hija, y de ahí su buen comportamiento y felicidad. Es el punto común que deseamos todos los padres y que puede motivarnos para establecer juntos unas reglas iguales, que se cumplan en las dos casas.



EDUCAR EN VALORES POR RANGOS DE EDAD

De 2 a 4 años:

La actividad ha de ser dirigida por los progenitores que, por tanto, podemos controlar perfectamente los materiales que llegan a nuestros hijos e hijas. Las actividades estarán basadas en visionado de fotos, material multimedia especial para estimulación sensorial, y comunicación con webcam con parientes y amigos, etc.

El niño o la niña, acompañado por sus padres, puede aprender a manejar el ratón, relacionando el movimiento de su mano con la imagen y el sonido del ordenador, desarrollando al mismo tiempo psicomotricidad, coordinación óculo-manual, atención a estímulos visuales y auditivos, etc. No mantienen una atención continuada sobre la pantalla porque, afortunadamente, lo que más les interesa son las personas. Aunque no deben estar mucho tiempo ante la pantalla, las imágenes y los colores desarrollan su imaginación y despiertan su curiosidad. Nunca pueden estar solos delante de la pantalla, y los

padres y las madres debemos interpretar para ellos todo lo que ocurre.

Es normal tener los filtros de control parental para evitar errores en las búsquedas. También conviene que activemos el sistema de bloqueo de ventanas emergentes para evitar publicidad indeseada, porque distorsiona la experiencia frente al monitor y porque puede aportar contenidos completamente inadecuados. Conviene que tengamos una lista de favoritos clasificada por el orden de preferencia tanto de nuestros hijos e hijas como nuestra.

Nuestra actitud como madres y padres ha de ser de apoyo y confianza, hay que dedicarse a “pasar un buen rato con el hijo y el ordenador”, experimentar y observar la curiosidad de los niños y niñas apoyando sus logros. No tenemos que extender demasiado el tiempo de actividad. Es mejor pequeñas sesiones en las que se queden “con ganas de más” que darles un “atracción de ordenador”.

ACTIVIDAD: SEÑALA LAS FOTOS DE MAMÁ Y PAPÁ.

El padre o la madre compartirán un rato de ocio enseñando al niño diversas fotos en el ordenador; le pedirán que señale con el dedo la pantalla, y posteriormente le enseñarán a hacer lo mismo con el puntero del ratón.

De 5 a 7 años:

A esta edad los niños y niñas se comportan de manera comunicativa y curiosa, les encanta hablar y demostrar lo que han aprendido.

Confían en sus padres, no tienen ningún problema con la autoridad paterna y suelen ser muy obedientes. Es asombroso lo bien que pueden utilizar el ordenador, sobre todo cuando sabemos que nadie les ha enseñado. A veces necesitan ayuda para encontrar un juego, pero luego lo saben utilizar.



Los niños de estas edades se interesan en navegar por Internet, pero dado que no han desarrollado sentido crítico, no pueden hacerlo solos. El acompañamiento de los padres y madres es fundamental para mediar en sus aprendizajes. El peor riesgo para los niños son la publicidad y las imágenes inadecuadas.

Si los progenitores no tenemos gran experiencia en el uso de Internet, el trabajo conjunto es una buena oportunidad para que tanto madres y padres como hijos aprendamos juntos, porque cada uno aportará al otro sus puntos fuertes: el niño el entusiasmo, la curiosidad, el manejo fluido de los medios tecnológicos... y los progenitores el juicio crítico, la interpretación de enunciados y datos, el control de tiempos, etc...

Conviene que tengan sus propios “favoritos” y los filtros de contenido activos.

Podemos establecer una serie de normas que haya que

cumplir cuando utilizamos Internet, por ejemplo: ya pueden entender que no deben dar sus datos personales a nadie, o pueden entender que al igual que hay una hora para ir a dormir, también hay una hora para dejar de utilizar el ordenador.

ACTIVIDAD: LA MÁSCARA Y EL PÓSTER DEL HÉROE.

1. Los padres explicarán al hijo el “secreto de los superhéroes”: Los superhéroes tienen una identidad secreta, no pueden actuar mostrando su verdadera identidad, ni decir a nadie quiénes son realmente, ya que esto los pondría en peligro.
2. Con el ordenador crearán el nombre del superhéroe y diseñarán la “máscara del héroe” y “el póster del héroe”. Una vez impresos, la máscara y el nombre se usarán siempre que se vaya a utilizar el ordenador. Además, colocando el póster sobre el ordenador, se comprometerá

a no desvelar nunca su identidad secreta en Internet.

3. Todos los héroes tienen “mentores”, personas que les enseñan y orientan. Los mentores del héroe serán el padre y la madre, que ayudarán a explicar lo que no entienda, le indicarán al hijo o la hija cuándo utilizar el ordenador y cuándo dejar de usarlo.

De 7 a 9 años:

La familia es todavía su marco de referencia. Le interesan lo que hacen los chicos y chicas mayores. Pueden, por emulación, realizar actividades en la web no adecuadas a su edad. Les gusta jugar a través de Internet y comienzan a utilizar la mensajería instantánea y las actividades en línea, pueden empezar a relacionarse por medio de redes sociales con otros niños tanto para actividades de ocio como para trabajos educativos.



Los progenitores hemos de apoyar y alabar los avances en el manejo del ordenador y las tareas educativas realizadas por nuestros hijos e hijas. Del mismo modo, podemos pedir aclaraciones técnicas y explicaciones de procesos para aprender de ellos, algo que resulta para ellos del todo motivador.

A esta edad se puede empezar a trabajar cierto tipo de valores y actitudes. Conviene crear una lista de normas para cumplir, a ser posible negociada, argumentada y razonada. Las normas han de ser claras y sencillas y el niño o la niña debe saber que si se sobrepasan los límites se enfrentará a una serie de consecuencias.

Algunos ejemplos de normas pueden ser:

-No dar datos personales, direcciones ni teléfonos a nadie que conozca en la red.

-El ordenador se utiliza sólo por un tiempo limitado.

-Pedir permiso para comenzar la sesión que, a ser posible, será supervisada por su padre o por su madre.

ACTIVIDAD: EL HÉROE NECESITA...

Los seres humanos actuamos para satisfacer nuestras necesidades. De hecho, las necesidades humanas y sus satisfactores son uno de los motores más potentes de la actual sociedad, tan consumista. Los usuarios de las TIC, como nuestros hijos y nuestras hijas, quieren satisfacer ciertas necesidades. Para educarles en valores hacia esas tecnologías es preciso conocer cuáles son sus necesidades y qué medios se utilizan como satisfactores de las mismas.

Hemos de sentarnos con nuestros hijos e hijas a “valorar para qué necesitamos y usamos las TIC”. Sólo de este análisis saldrán los verdaderos valores que les aportarán las destrezas y actitudes que les permitan un uso

responsable de las tecnologías.

El desarrollo de la actividad es el siguiente:

1. Los progenitores explicarán a su hijo o hija que el héroe tiene ciertas necesidades que tiene que cubrir de diferente forma: siendo de alguna manera, teniendo algo, usando algo o haciendo algo; o estando en algún sitio o con alguna persona.

2. Los padres preguntan a su hijo o su hija: ¿Qué necesita nuestro héroe para...? La actitud paterna ha de ser abierta, teniendo paciencia y esperando su respuesta del niño. Intentad no anticipar que esto va sobre la necesidad de tener un ordenador o más videojuegos.

Poco a poco pueden ir rellenando la matriz con satisfactores y descubrir para qué necesita su hijo o su hija las TIC.

3. Los progenitores darán su opinión y razonarán con sus hijos e hijas sobre las cosas que satisfacen al héroe.



Verán si los recursos tecnológicos son los únicos satisfactores o existen otros alternativos. En caso de no existir, los padres pueden ayudarles a descubrirlos. Por ejemplo: para divertirse, el héroe necesita un videojuego, pero también jugar al fútbol, ir al parque, etc.

La madre o el padre pueden, dando las explicaciones pertinentes, distribuir los tiempos y horarios en los que el héroe utiliza o realiza actividades. Si algún satisfactor no está disponible en el entorno familiar, se puede intentar solucionar buscando un satisfactor alternativo o un sitio donde el recurso esté disponible, por ejemplo: las bibliotecas públicas disponen de accesos a Internet.

El cuadro puede pegarse en la pared junto con el póster del héroe, así los padres y el niño o la niña podrán ir organizando la utilización de los medios y comprendiendo para qué necesidades resultan adecuados.

SUGERENCIA:
Realiza tu propia matriz, a ser posible con tu pareja, y mira qué es lo que satisface tus necesidades de protección, subsistencia y afecto. Puedes descubrir cosas interesantes que te ayudarán a analizar la relación con tus hijos.

El mundo del marketing y la publicidad tiende a evidenciar, y en ocasiones a exagerar o incluso crear necesidades y a establecer sus productos como los únicos y legítimos satisfactores de dichas necesidades.

¿QUÉ NECESITA EL HÉROE PARA...				
	SER	TENER	HACER	ESTAR
... que le quieran?				
... aprender más?				
... hablar con los demás y ayudar?				
...divertirse en su tiempo libre?				
...hacer cosas y crear?				
...ser un verdadero héroe?				



De 9 a 11 años

Dada la precocidad de desarrollo de algunos de estos niños y niñas, hay que prever que alguno presente conductas desafiantes respecto a la autoridad paterna. Del mismo modo puede despertarse 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 progenitores puedan replantear las situaciones, las relaciones de poder y, al mismo tiempo, aclarar dudas y ayudarles a evaluar e interpretar adecuadamente información que de otro modo puede resultarles confusa.

Por ejemplo: un padre o madre que, sin poner el grito en el cielo, explican que la pornografía es algo inadecuado: “está mal porque es mentira. El amor y la sexualidad reales son algo muy diferente a las fantasías”, pueden aprovechar la ocasión para buscar contenidos adecuados

a su edad, sobre reproducción y sexualidad humanas, prevención de riesgos, etc.

Las madres y los padres deben sentarse con sus hijos ante el ordenador para empezar a trabajar el espíritu crítico y los hábitos de consumo saludable, ya que a pesar de los estímulos positivos y posibilidades de socialización que ofrecen las TIC, también aparece una avalancha de publicidad. La capacidad de persuasión de la sociedad de consumo que puede llegar al niño y a la niña a través de la web ha de ser contrarrestada con el papel mediador de los padres, que expliquen a sus hijas e hijos el verdadero trasfondo y significado de los mensajes.

El clima de confianza ha de ser tal que niños y niñas sean capaces de comunicar a sus padres aquello que les moleste o inquiete de lo que ve en la web. Por nuestra parte, igual que preguntamos “¿Qué has hecho en el parque?, ¿Con quién has estado?”, podemos preguntar: ¿Qué has hecho en Internet?, ¿con quién? De nuevo, en

este caso, es importante mostrar interés, y aprobar y felicitar a nuestra hija o hijo cuando sus actuaciones se enmarcan dentro de lo acordado.

Es recomendable que tengan activo en el ordenador un sistema anti-banner, además de las medidas normales de antivirus y firewall. Son capaces de saltarse los filtros de seguridad, aunque suelen ser lo bastante obedientes como para no hacerlo. Lo más importante es hablar mucho con ellos.

ACTIVIDAD: LAS VIRTUDES DEL HÉROE.

Recordemos que en estas edades los niños y niñas tienden a orientar sus comportamientos en agradar a los demás y ser considerados “niños buenos” por las personas relevantes de su entorno, especialmente sus progenitores.



Para evidenciar lo que la sociedad y los padres esperan de los niños cuando utilizan Internet y las TIC, proponemos la siguiente actividad:

1) La madre y el padre explican que el héroe lo es porque cultiva una serie de virtudes y defiende una serie de principios.

2) Las madres y los padres muestran a sus hijos la tabla de virtudes del héroe y explican qué significa cada virtud. Éstos pueden pedir aclaraciones y proponer modificaciones.

3) Los niños dibujarán una escena en la que el héroe ejercita dicha virtud y valorar si esa acción es correcta. En ese caso dibujarán a personas aplaudiendo al héroe.

4) Padres e hijos elaborarán una tabla de actos heroicos: es decir, frases que dejen claras las cosas que hace el héroe para cultivar sus virtudes.

5) Los niños pegarán en la pared las virtudes y los actos heroicos y se comprometerán a cumplirlos y defenderlos.

LAS VIRTUDES DEL HÉROE

CONFIDENCIALIDAD: El héroe sabe guardar secretos, tiene una identidad secreta que protege de los demás. Nadie que no sea de su familia puede saber quien está realmente detrás de la máscara. El héroe se protege así de los peligros. El héroe no dice su verdadero nombre ni da su dirección o teléfono ni enseña sus fotos ni las de sus amigos por Internet.

SINCERIDAD: El héroe está comprometido con la búsqueda de la verdad, siempre dice la verdad y rechaza las mentiras. El héroe que navega por Internet tiene que investigar para asegurarse de que lo que está leyendo es verdad y que nadie le engaña o le miente.

LEALTAD: Todos los héroes son leales a sus padres, le hacen caso y les preguntan cuando no saben algo. También les cuentan cuando tienen problemas con algo que ven o cuando conocen a alguien por Internet. Sus progenitores siempre podrán ayudarle en todo.

VALENTÍA: El héroe se atreve a actuar ante la injusticia, la falsedad o el engaño. Los verdaderos héroes actúan en defensa de la justicia y colaboran con ella. Por eso cuando ven algo malo, ofensivo o violento, se lo cuentan sus padres para que se pueda luchar contra el mal.



LAS VIRTUDES DEL HÉROE (Continuación)

LIBERTAD: El héroe es libre, no es esclavo de nada ni de nadie, no se engancha a nada, respeta los horarios que se ponen para la utilización del ordenador.

SOBERANÍA PERSONAL: El héroe es dueño de sus decisiones y acciones. Sólo hace lo que él cree que está bien hacer. El héroe es fuerte y no se deja influenciar por lo que hagan otros o por lo que le pidan otros aunque sea un grupo muy grande. El héroe piensa de esta manera: "Cuando tu corazón te diga que no hagas algo, entonces no lo hagas. Si los demás te insisten en hacer algo que tu corazón no quiere, entonces grita ¡no! alto y claro, y busca el consejo de tus padres".

CIVISMO: El héroe es educado y respeta las normas de conducta. Trata bien a los demás y respeta a todo el mundo. Si ve a alguien que se comporta mal en un foro le llama la atención y no colabora más con él.

...

LOS ACTOS HEROICOS (Tabla elaborada a partir de los dibujos infantiles)

Proteger la identidad secreta, no decir mi nombre ni dirección a nadie.

No poner mis fotos ni las de mis amigos en Internet.

Decir siempre la verdad, informar a mis padres sobre cualquier contenido o situación de Internet que me incomode, violente o me ofenda.

Conectarse a Internet sólo cuando se necesite, y siempre dentro del horario.

Conectarse sólo a sitios de contenido agradable y que conozcan mis padres.

...



ACTIVIDAD: LA PIRÁMIDE DEL HÉROE.

Podemos debatir con nuestros hijos e hijas sobre el mundo de las TIC y el mundo del consumo, y aclarar con ellos cuáles son sus verdaderas necesidades, qué cosas satisfacen dichas necesidades, y construir juntos una pirámide de necesidades y satisfactores, entre los que deben encontrarse el uso de medios tecnológicos, por orden de importancia y tiempo de dedicación.

Para ello, trabajaremos con la matriz de necesidades del héroe propuesta en esta misma guía:

1) Los padres y los hijos puntúan los satisfactores de la matriz por turnos, dándole los puntos que considere necesarios en función de la importante que le parece:

- 3 puntos = muy importante.
- 2 puntos = importante.
- 1 punto = poco importante.
- 0 puntos = nada importante.

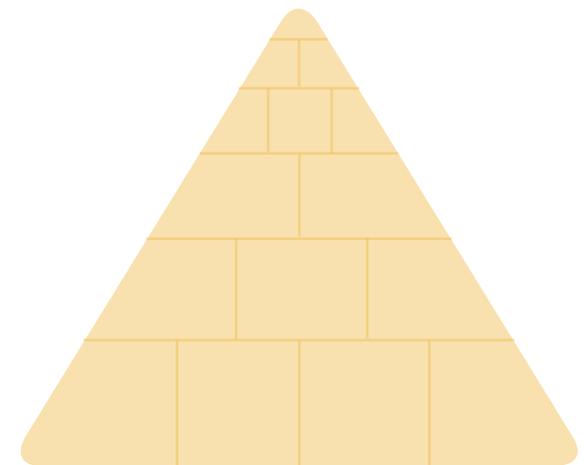
2) Se suman los puntos de cada satisfactor, y se rellena la pirámide del héroe con ellos, que funciona igual que la pirámide alimenticia: los que tienen más puntos se colocan abajo, en las casillas más grandes. Los que tienen menos puntos se colocarán ordenadamente en las zonas superiores, con casillas más pequeñas.

4) Decidir cuánto tiempo se dedica a las actividades más importantes y cuanto a las menos importantes y distribuirlas en un horario semanal. Habrá que dedicar más tiempo para los satisfactores que se encuentran abajo, en las casillas grandes.

6) Pegar la pirámide y el horario en la pared y comprometerse a cumplirlo.

CARACTERÍSTICAS DE LA PIRÁMIDE: Estará compuesta por varias filas de diferentes colores de compartimentos más grandes en la base y más pequeños conforme

se acercan a la cúspide, como la que se muestra a continuación. El tamaño de los compartimentos debe permitir que se puedan escribir dentro de ellos dos o tres palabras, como por ejemplo “llamar a la abuela”, “hacer los deberes” o “jugar al ordenador”.



Educar para prevenir



ACERCA DE LAS ACTIVIDADES PROPUESTAS

Para la propuesta de actividades se ha tenido siempre en cuenta el nivel de desarrollo psicosocial de los niños y niñas. Sin embargo, y dadas las diferencias individuales, dejamos a los padres y las madres la decisión de intentar desarrollar con sus hijos actividades ideadas para rangos de edad superior.

Por otro lado, recomendamos que con los niños mayores se realicen también las actividades destinadas a edades más tempranas (salvo la actividad de fotos para niños de 2 a 4 años), ya que están todas ubicadas dentro de la misma línea argumental: “El héroe digital y el desarrollo de valores”. Las actividades les

resultarán igualmente atractivas y forman parte de un orden dotado de significatividad psicológica. Por otro lado, la realización de todas las actividades dará a progenitores e hijos oportunidad de compartir experiencias y construir valores juntos.





Anexo I: Realidad y ficción

¿TIENE SENTIDO PROHIBIR A MIS HIJOS E HIJAS EL ACCESO A INTERNET?

Falso: Internet está lleno de peligros, así que la mejor solución es apartar a nuestras hijas e hijos de ella hasta que sean mayores.

Verdadero: Es cierto que el empleo de Internet conlleva una serie de riesgos potenciales, pero la mejor solución no es apartarse de ella, sino enseñar a utilizarla con responsabilidad y garantizando la seguridad de los menores.

F: No tener Internet en casa o restringir el acceso a nuestros hijos e hijas es la mejor manera de tenerlos controlados y de protegerlos.

V: Hoy en día el acceso a Internet está implantado en muchos lugares. Aunque nuestras hijas e hijos no tengan Internet en casa, podrán acceder a la web desde la escuela, la biblioteca o desde la casa de un amigo. No podemos evitar que accedan a Internet por sus propios medios y, además, prohibirle el acceso en casa supondrá

que conozcamos muy poco o nada de sus actividades online.

F: Internet sólo sirve para pasar el rato y, por lo tanto, tampoco es tan grave que nuestros hijos e hijas no tengan acceso, ya se entretendrán con otra cosa. Además, ellos también pueden vivir sin Internet si se acostumbran. Al fin y al cabo, ¿no lo hemos hecho nosotros?

V: Internet y las TIC en general tienen cada vez más peso en todos los ámbitos de la vida diaria: es cierto que multiplica las posibilidades de ocio, pero también de comunicación, de educación y de acceso a todas las fuentes de conocimiento, y además contribuye a agilizar un sin fin de tareas y trámites de todo tipo. Impedir el acceso o pretender ignorar la existencia de las TIC supone una desventaja en el ámbito académico, el social, e incluso el laboral.

F: Internet tampoco es tan peligroso. A mis hijos no le

va a pasar nada mientras esté en casa, metido en su habitación.

V: Es importante que seamos conscientes de qué riesgos entraña el uso de Internet, ya que si nosotros mismos no estamos familiarizados con estas tecnologías, no seremos capaces de prevenir los posibles consecuencias de un uso inadecuado. Las TIC no son peligrosas si se utilizan de manera responsable, consciente y segura.

F: Para garantizar la seguridad de nuestros hijos e hijas basta con controlar y/o restringir el tiempo que pasan conectados.

V: La gestión responsable del tiempo es fundamental en el proceso educativo (cumplir con las obligaciones académicas, ayudar con las tareas domésticas, salir con los amigos y amigas, combinar todo tipo de actividades lúdicas y deportivas, etc.), y sobra decir que no es saludable pasar muchas horas seguidas delante del ordenador, la



videoconsola o el televisor. Pero para educar en las TIC no sólo hay que tener en cuenta factores cuantitativos, sino también cualitativos: ¿qué tipo de actividades desempeñan nuestros hijos e hijas en Internet? ¿A qué tipo de contenidos acceden? ¿Se exponen a algún riesgo? ¿Son conscientes de ellos o saben cómo prevenirlos? Una vez más, la solución pasa por la educación en valores y la comunicación fluida con ellos.

LA PRIVACIDAD EN INTERNET

F: En Internet estamos protegidos porque estamos en casa, y nadie nos ve ni sabe quiénes somos en realidad. Para proteger nuestra identidad basta con ocultar nuestro nombre real y no difundir imágenes personales.

V: El mundo real se diferencia del mundo virtual en que éste último se encuentra situado detrás de una pantalla, lo que nos otorga cierto distanciamiento y, hasta cierto punto, un mayor grado de protección física. Sin embargo, eso no debe hacernos más descuidados a la hora de compartir datos personales que no daríamos a gente que no conocemos en la vida real: edad, lugar de estudio o de trabajo, zonas que se frecuentan, datos sobre nuestros amigos... Tenemos que enseñar a nuestros hijos e hijas a compartir esa información sólo con personas de confianza, ya que no podemos saber de antemano si un desconocido es o no bienintencionado.

F: No es peligroso dar a conocer nuestro e-mail o el número de móvil, porque al fin y al cabo no es nuestra

dirección real ni el teléfono que aparece en la guía.

V: El correo electrónico y el móvil, aunque no implica el contacto físico entre personas, no dejan de ser una vía de comunicación directa con nosotros, por lo que debemos cuidarlos como datos confidenciales y gestionarlos de forma responsable. De lo contrario, estaremos facilitando el acceso a desconocidos cuyas intenciones no conocemos, y también a la publicidad no deseada, engañosa (que a veces entraña mucho peligro real si no se identifica) e incluso con contenido inadecuado para los menores.

F: Sólo un experto o un pirata informático será capaz de averiguar información confidencial sobre nosotros.

V: Nuestra actividad y nuestra presencia en Internet deja huellas que, si se unifican, pueden dar mucha más información sobre nosotros de lo que creemos: la ciudad en que vivimos, qué edad tenemos, cuáles son nuestras



aficiones, qué páginas visitamos, cuáles son nuestros horarios... Gran parte de esa información la damos sin darnos cuenta en formularios de registro de todo tipo de webs (foros, redes sociales, juegos online...), y además existen herramientas al alcance de cualquier usuario que registran información de carácter técnico (localización, dirección IP, tiempo que pasamos en cada página...). Por lo tanto, cualquier persona con un conocimiento medio de Internet es capaz de recabar toda esa información desperdigada.

F: Es inútil tomar precauciones. Las grandes compañías nos tienen “fichados”, y ya lo saben todo sobre nosotros.

V: La privacidad en Internet es posible si nos lo proponemos. Por eso resulta fundamental educar a los menores en la correcta gestión de su identidad desde que empiezan a conectarse a la red. Una de nuestras propuestas para ellos es la creación de una identidad

alternativa para usarla siempre que se les pida algún dato. Por otro lado, tampoco hay que tenerle miedo al uso de las herramientas que hay en Internet con fines comerciales y publicitarios. A las empresas les interesa conocer los perfiles de los usuarios para poder adaptarse mejor al mercado, pero en la mayoría de los casos, para ellos somos poco más que una estadística, no suelen manejar nuestros datos individuales.

LAS HERRAMIENTAS DE CONTROL

F: Instalar un filtro parental garantizará la total protección de nuestros hijos e hijas en Internet.

V: Es aconsejable graduar el acceso a las distintas aplicaciones y contenidos de Internet por parte de los niños y niñas, que irán ganándose una mayor autonomía a cambio de mostrar el grado de responsabilidad necesario. Los filtros parentales son una buena opción para proteger a los más pequeños porque nos aseguramos de que no accedan por error a contenidos inadecuados. Pero no hay ningún filtro infalible 100%, y tampoco podemos mantener a nuestros hijos e hijas aislados para siempre. Su competencia informática irá creciendo al mismo tiempo que lo hacen su curiosidad y sus necesidades, y es más que probable que nuestras barreras sólo sirvan para incentivar su ingenio a la hora de buscar caminos alternativos para acceder a lo que quieren. Su responsabilidad debe crecer al mismo ritmo que su competencia.



F: Podemos conocer la actividad de nuestros hijos e hijas en Internet mirando el historial en el navegador.

72

V: La única manera de saber lo que hacen nuestros hijos e hijas es manteniendo con ellos una comunicación fluida, no espiándolos. De cualquier otro modo, y si tienen algo que ocultar, se las arreglarán para hacerlo. Ellos saben que pulsando un botón se borra el historial del navegador y pulsando otro botón se borra la caché.

F: Para proteger a nuestros hijos e hijas, tenemos el derecho e incluso la obligación de leer los mensajes que reciben, y controlar así cómo y con quién se comunican.

V: El correo electrónico, al igual que los mensajes SMS del móvil o las llamadas telefónicas, pertenecen al ámbito privado de cada persona. Entrar en ellos sin permiso es violar su intimidad, y puede ser tomado como una ofensa grave con consecuencias muy perjudiciales para la confianza mutua y la comunicación con nuestros hijos e hijas.

72



Anexo II: Qué hacer cuando...

NUESTROS HIJOS O HIJAS TIENEN ADICCIÓN A LAS TIC

Lo principal es la observación y el buen clima de diálogo, no es necesario espiar ni interrogar taxativamente a nuestros hijos e hijas. Si tenemos buena relación con ellos podemos observar lo que hacen en su cotidianeidad. Para ello es muy útil el cuestionario que proponemos en el apartado número 2: Los hijos digitales.

Cuando el comportamiento en el día a día de nuestro hijo o hija cambia, 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 (la consola), el aislamiento social y ensimismamiento en la actividad de uso de la TIC en cuestión, apatía y desgana frente a actividades de la vida diaria que nada tengan que ver con

su nueva afición desenfadada, 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. En casos extremos pueden darse alteraciones en el sueño y la alimentación.

Como norma general, hemos de preocuparnos cuando, para nuestro hijo o nuestra hija, el uso de alguna TIC pasa de ser una actividad más en la vida diaria, como leer, comer, charlar, etc. a convertirse en lo único importante, alterándose totalmente el tiempo que se debería dedicar a otras cuestiones y perjudicando el normal desarrollo del menor.



ESTÁN DEMASIADO TIEMPO CON LAS TIC

Lo ideal es actuar antes de que esto ocurra, lo malo es que, 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 e hijas.

Es preciso pasar más tiempo junto a nuestros hijos, con y sin TIC. El uso de las nuevas tecnologías no es negativo a priori, sólo si se realiza de manera inadecuada.

Lo fundamental es establecer unas normas de uso de las TIC y una regulación cuantitativa: “cuánto tiempo” y cualitativa: “para hacer qué durante ese tiempo”. Evidentemente no es tan preocupante que nuestros hijos pasen una o dos horas más utilizando el ordenador para hacer un trabajo escolar, que si utilizan esas dos horas de más sólo para “matar marcianos”, o estar obsesionado en mandar SMS con el móvil a amigos del colegio a los que ve todos los días.

Si nuestras hijas e hijos están ante un serio problema de adicción a las TIC, nosotros también lo estaremos. Hemos de sentarnos junto a ellos, hablarles con comprensión y hacerles tomar conciencia del problema. No es necesario ser drásticos, pero sí persistentes, sentarnos con ellos a mediar en sus usos controlados de las TIC: restringir el uso, pero no cortarlo de raíz, porque eso sería tan contraproducente como si para ponernos a dieta dejásemos de comer drásticamente.

Paralelamente hemos de realizar otras actividades de ocio con nuestros hijos e hijas, o plantearles la realización de deportes, aficiones o actividades extraescolares que llenen su tiempo de cosas que también puedan parecerles interesantes.

SE ABURREN SIN TECNOLOGÍA

Como dijo el célebre humanista Erasmo de Rotterdam: “El que conoce el arte de vivir consigo mismo ignora el aburrimiento”

Cierto es que 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 para alcanzar la felicidad y la realización personal y social. Si nuestro hijo o hija se aburre cuando no tiene tecnología, es que no está entendiendo el mensaje.

Hay que enseñar a vivir con la suficiente soberanía personal para no ser objeto de nuestros objetos. Hemos de educar a los niños como sujetos llenos de imaginación, de diferencias individuales y coincidencias colectivas con los miembros de su grupo familiar y generacional. Un sujeto así de subjetivo, nunca podrá aburrirse.



HABLAN CON GENTE QUE NO CONOCEMOS

La primera cuestión será enterarnos de que esto sucede. Si tenemos la necesaria relación de confianza con nuestra hija o con nuestro hijo, esto no será un problema.

Hay que decirles que no se pueden dar datos, mandar mensajes ni hablar con personas extrañas por Internet, y que en caso de duda ante la aparición de un posible desconocido, nos llame y nos pida ayuda. Sin alarmar en exceso, hemos de enseñar a no aceptar mensajes ni archivos de desconocidos al igual que enseñamos a no coger caramelos de nadie que se los pudiera ofrecer por la calle.

Como norma general, no debemos dejar a nuestros hijos e hijas entrar en chats ni en foros a estas edades, salvo en portales educativos de contrastada confianza. En todo caso, nuestra supervisión es necesaria.

UTILIZAN JUEGOS VIOLENTOS

El código PEGI debe ser nuestra referencia. Si la edad recomendada para el uso de un videojuego excede la de nuestro hijo o hija, hemos de impedir que lo use, y eso debe quedarle tan claro como que no se le permita decidir si quiere conducir, fumar, o consumir alcohol hasta que tenga cierta edad.

Incluso entrando dentro del rango de edad recomendada, el contenido de ciertos videojuegos puede ser cuestionable. El código PEGI explica también por iconos cuando un videojuego tiene contenidos de violencia, sexo, lenguaje soez, discriminación, etc. Ahí es donde los progenitores nos tenemos que poner de acuerdo para, conociendo mejor que nadie a nuestros hijos, decidir si el contenido les puede afectar negativamente o no.

Todos hemos jugado de pequeños a indios y vaqueros, y algunos de los videojuegos “shooters” no son más que eso. Caso aparte son ciertos títulos que, en busca de notoriedad o de la provocación (con su consecuente repercusión mediática y publicitaria que asegurará su

éxito de ventas) proponen juegos basados en la violencia escolar, la tortura o el narcotráfico. Para enfrentarnos a estos videojuegos lo más normal es utilizar el sentido común y no permitir que nuestros hijos e hijas accedan a materiales que exceden los límites de la ética y el buen gusto.

Un recurso tecnológico de apoyo a los padres y madres pueden ser los foros de Internet en los que se analizan a fondo los diferentes títulos de videojuegos: basta con poner el título en el buscador para encontrar comparativas, opiniones, noticias, etc. que nos darán una buena idea del tipo de juego en cuestión.

Como norma general, y habiendo tomado las precauciones anteriores, es bueno observar la conducta de nuestro hijo o nuestra hija mientras juega, y si esa conducta se extrapola a otros ámbitos fuera del videojuego, sólo tenemos que preocuparnos si comienza a reproducir expresiones y comportamientos asociales aprendidos en el juego.



HAN ENTRADO EN UN SITIO PARA ADULTOS

En primer lugar hay que averiguar si la entrada ha sido intencionada o involuntaria, ya que existe un bombardeo continuo de pornografía en la web, por lo que, como hemos dicho anteriormente es preciso tener al día el firewall y el bloqueador de elementos emergentes.

Si la entrada ha sido involuntaria hay que preguntar al niño o la niña cómo se ha sentido con lo que ha visto, y tratar de aliviar su confusión dando 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 a sabiendas de que era algo no apto ni permitido para su edad. Dependiendo de su respuesta actuaremos en consecuencia con las medidas correctoras que creamos necesarias. Por otro lado hemos de explicar, con naturalidad, las mentiras y fantasías que rodean

el mundo de la pornografía así como dar la pertinente explicación relativa a la sexualidad humana.

En este caso también habrá que decidir si colocar o no un filtro de contenidos, aunque a sabiendas de que si ha sido capaz de meterse voluntariamente en una página de adultos, puede ser capaz de “burlar” el filtro o en todo caso de acceder a esos contenidos desde otra vía. Por ello lo mejor es el diálogo y la educación.

QUIEREN TENER SU PROPIO BLOG

En principio, los niños y niñas pequeños no han de 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. De esta experiencia nuestras hijas e hijos interiorizarán valores que les permitirán, en el futuro, gestionar adecuadamente su propio espacio.



SE DESCARGAN 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: sólo lo que de verdad nos interesa.

Existen sitios de Internet de donde podemos bajar contenidos no sujetos a derechos de autor: obras clásicas (música, libros, etc.), educativas, obras de copia libre etc., que pueden ser una gran fuente de conocimientos a la libre disposición de nuestros hijos e hijas.

Como no podía ser de otro modo, recomendamos mesura, juicio crítico y sentido común a la hora de decidir, junto a nuestros hijos, qué bajar y que no bajar de Internet.



Anexo III: Breve guía para padres y madres de adolescentes

INTRODUCCIÓN: TRATAR CON ADOLESCENTES

La adolescencia es un período incierto; incierto para sus protagonistas, que pasan de la niñez a la edad adulta, pero también incierto para los estudiosos del tema, que no llegan a un consenso en cuanto a las fases, características y duración del mismo.

La adolescencia ha de ser tratada como una etapa en sí misma, no como un tránsito, porque los adolescentes tienen sus propias características y necesidades. Estos años cruciales determinan el desarrollo de sus personalidades por la evolución física, psicológica y psico-social que suponen.

El trato con nuestros hijos cambia cuando llegan a esta etapa: cambian los roles, cambia su manera de ver y comprender el mundo, cambian sus características físicas. Afrontar todos estos cambios puede convertirse en una tarea complicada, y por ello hemos de tener en cuenta ciertos factores:

La confianza.

En esta etapa suele perderse una parte importante de la relación, que es la confianza. No sabremos con quiénes hablan nuestros hijos a través del móvil, del Messenger o de otras tecnologías que les dan mucha más privacidad que ir a jugar a la calle o a la casa de un amigo. En general, a pesar de la incertidumbre que sufrimos, debemos respetar su privacidad. Algunos padres angustiados colocan sistemas espías en los ordenadores de sus hijos, pero suelen ser descubiertos cuando nuestras hijas e hijos perciben una repentina falta de rendimiento en el sistema y se ponen a investigar. Saberse espiados será un mazazo que dañará muy seriamente la relación, por lo que vale la pena mantener el diálogo.

No hay motivo para que rompamos la relación de confianza con nuestros hijos que hemos mantenido hasta ahora. Su realidad, sus hábitos y sus costumbres van a cambiar, y es posible que eso provoque ciertas crisis.

Pero la confianza recíproca entre padres e hijos puede perdurar siempre que respetemos y nos adaptemos a esos cambios. A ninguno nos gustaría meter a nuestros hijos en una burbuja: lo que queremos es verlos crecer y evolucionar. Busquemos por tanto la forma de afrontar las crisis de la adolescencia sin que ello suponga una merma de la confianza.

La primera necesidad que tienen nuestros hijos en la adolescencia es la de apropiarse un espacio propio para desarrollar su propia identidad. Necesitan un lugar “privado”, tanto físico (su cuarto, su ordenador...) como psicológico (sus deseos, sus pensamientos...). Permitir que vayan teniendo esta intimidad es el primer paso para ayudar nuestros hijos a avanzar en su desarrollo como adolescentes. Toda forma de intromisión sin permiso por parte de sus padres, será vivida por los hijos como una intrusión o invasión frente a la cual se defenderán encerrándose en una fortaleza, sin posibilidad de comunicación ni diálogo.



La autoridad.

La autoridad del padre o la madre es esencial para el desarrollo de los hijos. Los límites, las normas de comportamiento y los valores familiares son muy necesarios. En la adolescencia, como consecuencia del desarrollo psicológico y la ampliación de horizontes, es normal que nuestros hijos cuestionen normas y valores, así como que nos cuestionen a nosotros como padres.

No es fácil para los padres ver como su autoridad está puesta constantemente en entredicho, por eso es inevitable la confrontación, a veces con mucha energía, por parte de ambos. Por ejemplo, puede ser una lucha feroz conseguir que dejen el ordenador para cenar o que dejen un rato los SMS o los juegos del móvil.

Es aquí donde tenemos que entrar a dialogar con ellos desde nuestra experiencia vital y confianza, para construir y replantear, sin renunciar a su esencia, todos

los aspectos del funcionamiento familiar que se pongan en tela de juicio.

A la hora de tomar decisiones importantes y difíciles, el adolescente busca un conjunto de valores morales y normas de conducta que le orienten en su vida. Por eso necesitan unos padres capaces de transmitirles estos valores con el ejemplo de su propia conducta.

La negociación.

En el caso precedente, por ejemplo, será mucho más eficaz el razonamiento y la persuasión que la imposición. Nuestras hijas e hijos entenderán que es bueno para la convivencia cenar todos juntos y conversar en lugar de estar en ese momento en el ordenador o con el móvil. Cuando nuestros hijos entran en el periodo adolescente es preciso que los padres renunciemos definitivamente a argumentos tan desfasados como el “¡porque lo digo

yo!” o “cuando habla un mayor tú te callas”. Con estas artimañas quizá podamos prolongar por un tiempo una relación autoritaria, pero tarde o temprano se volverá en nuestra contra. Como consecuencia, podemos llegar a perder la confianza de nuestros hijos, mantendremos relaciones con ellos cada vez menos sinceras y más superficiales e incluso estaremos contribuyendo a convertirlos en personas pasivas y apáticas que no serán capaces de tomar sus propias decisiones ni afrontar responsabilidades en el futuro.

En cambio, si afrontamos la negociación con voluntad de diálogo, por muy duro que sea al principio y siempre que no adoptemos una posición excesivamente permisiva, podremos ver cómo nuestros hijos van aprendiendo poco a poco a argumentar sus propuestas y a regular sus propios comportamientos. Es imprescindible negociar, pero haciendo llegar a nuestros hijos la visión de conjunto: sus exigencias y sus necesidades no son las únicas que hay que satisfacer.



No siempre se consigue que todos entiendan o estén de acuerdo con una norma (como la de tener un horario de trabajo o de no poder ir a más de 120 Km/h en el coche), pero eso no impide que haya que asumirla de todos modos. La cuestión es que los adolescentes, y también algunos padres, interpretan que el asumir una norma significa someterse a otra persona; por eso, para no quedarse sometidos, se empieza una lucha interminable.

El grupo de iguales.

Una de las razones por las que las TIC se han hecho imprescindibles es porque facilita enormemente la comunicación entre iguales. Nuestros hijos e hijas las utilizarán intensamente para mantener la relación con sus amigos, cosa que para ellos es fundamental. En esos grupos cuyos integrantes son iguales los adolescentes buscan compartir problemas y preocupaciones, buscar

su propia identidad y probar roles diferentes, encontrar afectos diferentes a los de su entorno familiar y lograr una sensación de pertenencia a un grupo propio, que no le viene preestablecido, como sí sucede con la familia.

El sentido de pertenencia es algo muy importante para los adolescentes, esa es la razón por la que se ven altamente influenciados por el grupo de iguales, cuyos valores pugnan y en ocasiones contradicen los valores familiares. Por ello, es imprescindible que como padres hayamos fortalecido la relación de confianza que comentábamos más arriba y que propiciemos una relativa autonomía, la capacidad de negociación y la toma de decisiones responsables por parte de nuestros hijos. Esto los dotará de suficiente juicio crítico para pertenecer a un grupo sin tener que seguir a pies juntillas sus usos y costumbres. Recordemos aquello que decían nuestras madres: “Si fulanito se tira a un pozo... ¿tú te tiras con él?”. Si, por el contrario perseveramos en una actitud excesivamente autoritaria y prohibitiva, los sermoneamos sin ton ni son,

o no respetamos sus espacios; además, todos sabemos que lo “prohibido” es lo que más interés suscita a los adolescentes.

La pubertad: el factor físico.

El principio de la adolescencia coincide con la pubertad, es decir, los cambios físicos y fisiológicos que transforman definitivamente a nuestros hijos e hijas en jóvenes desarrollados con plena capacidad reproductora. Como padres, a menudo es algo difícil de aceptar en un primer momento.

La pubertad le llega de manera diferente a cada niño; para unos es más temprana, para otros, más tardía. En un primer momento hay una gran diferencia entre el cuerpo, que se convierte en un cuerpo adulto, y la mente, que sigue siendo una mente infantil. Es importante que tengamos en cuenta todo esto y sepamos transmitir



nuestro apoyo a nuestros hijos, y darles seguridad ante todos esos cambios. Es muy frecuente que ellos lo perciban como algo traumático o de lo que avergonzarse, como por ejemplo todo lo relacionado con la aparición de características sexuales secundarias (ej.: vello en la cara de los chicos, desarrollo del pecho en las chicas, cambio de la voz, etc.). Sin embargo, la actual sociedad de consumo y el llamado “culto al cuerpo” hacen que la aparición de ciertas características o el desarrollo precoz no se perciban por los adolescentes de modo tan traumático como la ausencia o el retraso de los mismos.

Un tema de especial atención y relevancia actualmente es el de los trastornos de alimentación que, ahora más que nunca, afecta a los adolescentes influenciados por los estereotipos de “cuerpo perfecto” y los lleva a caer en prácticas alimenticias no saludables que pueden desembocar en enfermedades como anorexia, bulimia, etc. Aunque es cierto que estos problemas están relacionados con muchos otros factores mentales y

relacionales, en Internet tienen cada vez mayor cabida ese culto al cuerpo que hemos mencionado, porque supone un escaparate de exhibicionismo sin precedentes en el que todo el mundo puede ser protagonista en un momento dado. Por ejemplo, hay sitios web en los que los adolescentes cuelgan sus fotografías para ganarse el voto de los demás.

ETAPAS DE LA ADOLESCENCIA

Intentando aunar los puntos de vista de diferentes teóricos, podemos determinar que en la adolescencia se evidencian dos etapas: una primera entre los 12 y los 15 años, y una segunda de los 15 a los 18. Por supuesto, estas etapas pueden variar dependiendo de las diferencias individuales.

De 12 a 15 años

A esta edad el desarrollo psicológico empieza a permitir al adolescente funcionar desde la lógica y empieza a formularse preguntas e hipótesis sobre todo lo que le rodea. El mundo ya puede empezar a cuestionarse, así como las normas y los comportamientos paternos, las figuras de autoridad, las reglas, etc. En esta etapa todos los esquemas mentales anteriores chocan con esta nueva manera de valorar la realidad, por lo que pueden empezar a aparecer conflictos.



Utilizan las TIC igual de bien que antes, pero con nuevos propósitos mucho más sofisticados. Al ser una herramienta tan poderosa, que suelen dominar con soltura, ven que las pueden usar para conseguir sus fines y explorar sus límites: consolidar una identidad propia y que no es la de sus padres, comunicarse con otros, expresar sus gustos, deseos e ideas personales que están empezando a tomar forma, quejarse, protestar contra unos principios de autoridad con los que ya no están de acuerdo... las TIC son una manera de transgredir las normas impuestas, una versión digital del “escaparse de casa” o “vestirse contra el gusto de sus padres”: visitar páginas que saben que no pueden ver, chatear con desconocidos, participar en foros quejándose de su familia, etc.

Todo esto puede llegar a generar verdaderos conflictos éticos en la mente de los adolescentes. Por primera vez la realidad ofrece alternativas y se puede discrepar y no estar de acuerdo con la visión oficial que viene de los padres o de la familia; es la primera vez que el adolescente tiene

que decidir por sí solo entre varias formas de entender la vida. Se empiezan a marcar las normas desde dentro, en lugar de venir de la familia, es el propio adolescente quien trata de razonar y decidir sobre lo que es correcto y lo que no. Surgen los principios personales que no siempre están de acuerdo con las leyes que marca la sociedad y el adolescente comienza a actuar en función de esos principios.

En cualquier caso, todo esto no es más que el proceso de maduración individual de cada persona, de construcción de su propia personalidad. No hay motivos para alarmarse, pero sí conviene estar pendiente de esta evolución, plantearnos si los valores que nos hemos forzado por inculcar a nuestros hijos e hijas han sido transmitidos por medio de la educación y el razonamiento, o por imposición forzosa. Esforzarnos por comunicarnos con ellos, por negociar, por entender sus nuevos puntos de vista, a cambio de que ellos sigan respetando nuestra autoridad. Y, sobre todo, hacerles ver que poco a poco

los vamos teniendo en cuenta como los adultos en los que pronto se convertirán.

De 15 a 18 años

Como norma general, a partir de los 15 años se produce cierta estabilización en la utilización del razonamiento lógico y suelen disminuir los conflictos, aunque en algunos casos aún puede perdurar.

Se empiezan a asumir responsabilidades, aunque la sociedad entiende que la adolescencia es una etapa de “moratoria” en la que se pueden aceptar ciertos fallos, ya que el adolescente está aún en periodo de tránsito hacia una responsabilidad total. El adolescente, por su parte, comienza a “ponerse a prueba” asumiendo distintos tipos de roles.

El sujeto se hace más independiente ante la presión del



grupo, ya que se suele admitir que la responsabilidad es más importante que el complacer al grupo de iguales. Aún así, el grupo de amigos supone todavía un referente y un apoyo que, salvo excepciones, suele ser positivo para el desarrollo de la personalidad. En esta etapa comienza a despertarse en el sujeto el interés por cooperar con los demás, de realizar acciones altruistas y de mejorar las condiciones de vida tanto de personas conocidas como de personas desconocidas.

Las TIC proporcionan el espacio idóneo para compartir y cooperar, para desarrollar iniciativas propias, conocer iniciativas de otros y crear sinergias de trabajo. Las redes sociales pueden constituir un lugar donde los adolescentes andaluces puedan, desde el desarrollo de unos valores positivos, intercambiar conocimientos y desarrollar sus personalidades desde una perspectiva basada en el respeto propio y en un sentido de la responsabilidad social.



LOS ADOLESCENTES Y LAS TIC

En la “Guía para padres de menores entre 3 y 11 años” hicimos un extenso recorrido por las distintas tecnologías, señalando sus utilidades, los hábitos que generan y los posibles riesgos que entraña el uso inadecuado de las mismas.

A continuación nos centraremos en el uso de Internet, pues será el ámbito en el que los adolescentes se desmarquen definitivamente del control paterno, y jugará un papel fundamental en su desarrollo psicosocial. El grado de independencia se multiplicará y el sistema de valores se pondrá a prueba más que nunca.

Como padres, cada vez nos será más difícil controlar o restringir estas actividades, pero eso no significa que debamos mantenernos al margen de ellas. Internet es el espacio en donde el adolescente tendrá más libertad para dejar su propia huella, expresar lo que siente y lo que piensa, comportarse como la persona que es o quiere ser en realidad.

La clave está en encontrar un equilibrio que no suponga una intrusión en la intimidad de nuestros hijos, pero que tampoco nos distancie de ellos hasta el punto de no saber cómo son, qué piensan, o cuáles son sus intereses.

BLOGS

Un blog, weblog o bitácora es una página personal en Internet que viene preparada para que el usuario pueda publicar fácilmente sus propios textos, imágenes o vídeos. Basta con crearse una cuenta en algún servicio gratuito (wordpress.com, blogspot.com, blogia.com, bitácoras.com) y la página estará lista para empezar a publicar, con la misma sencillez con la que se maneja una cuenta de correo electrónico. El usuario puede elegir mantener su blog como un espacio privado, pero lo normal es que se trate de una página pública para que cualquier pueda visitarla y dejar sus propios comentarios en respuesta a lo que hay allí.

Los blogs funcionan a menudo como “redes interconectadas”, que es lo que realmente los dota de sentido: los dueños de blogs suelen visitar otros de temáticas parecidas a las suyas o con las que comparten intereses y dejan allí sus propios comentarios y saludos. Es muy común que un blog contenga multitud de enlaces a otros blogs recomendados, o que el dueño



incluya directamente la lista de “blogs que visito más a menudo”, o “los blogs de mis amigos”. De ese modo, cualquiera que entre allí tendrá acceso a toda esa red interconectada, irá navegando de un sitio a otro y descubriendo gente y espacios a los que volverá si le resultan interesantes o divertidos. Así se van creando constantemente vínculos y relaciones con personas que no habríamos tenido manera de conocer por otras vías.

Los blogs o bitácoras son páginas muy populares en la adolescencia. A partir de una determinada edad nuestros hijos e hijas están deseosos de expresarse y de contar qué se les pasa por la cabeza, qué película han visto, cómo han logrado terminarse el último videojuego o lamentarse de que ese chico o esa chica del instituto no les presta la más mínima atención. Los blogs no son ni más ni menos que las versiones digitales de los viejos diarios bajo llave de toda la vida, sólo que esta vez en lugar de esconderse bajo el colchón están abiertos y a la vista de todo el mundo.

El blog clásico consta fundamentalmente de texto y enlaces a otros sitios, pero actualmente hay otros formatos que son incluso más populares entre los adolescentes. Por ejemplo, los “Fotologs” son bitácoras en las que el usuario cuelga una imagen o una fotografía acompañada de un pequeño texto y en el que se permiten comentarios. Algunas páginas que proporcionan estos servicios son fotolog.com, metroflog.com o esflog.com.

Una versión más dinámica son los Videoblogs o Vlogs, donde el usuario en lugar de escribir un diario de texto o poner una fotografía, cuelga un vídeo (propio o cogido de una red de vídeos como Youtube o GoogleVideo) al que le añade algún texto explicativo.

Los blogs no son de por sí una vía de comunicación que entrañe peligro alguno, siempre y cuando se tomen algunas precauciones:

- No usar el nombre real o facilitar datos personales de

manera irresponsable (edad, lugar de residencia, centro de estudios, información sobre su grupo de amigos...).

- Cuidar la publicación de fotos personales: aunque, siendo realistas, no es algo que se pueda prohibir a estas alturas, sí hemos de conseguir que sean conscientes de que no se deben subir fotografías comprometidas o inadecuadas, porque con eso sólo conseguirán atraer la atención de personas indeseables.

- Evitar la publicación de material ilegal (texto, imagen o vídeo).

- Reforzar, igual que siempre, un sistema de valores positivo que se refleje tanto en la vida real como en la virtual: evitar insultos, comentarios sexistas, racistas, discriminatorios, etc. No hay motivo para comportarnos como personas diferentes en uno u otro entorno.



REDES SOCIALES

Las necesidades de socialización en la etapa adolescente se multiplican, y los contactos y amistades de nuestras hijas e hijos se expanden y aumentan progresivamente: los amigos de los años anteriores del colegio, los del barrio, los del campamento de verano, los de las vacaciones en el pueblo... allí donde antes nos “carteábamos”, ahora los adolescentes hacen lo mismo, pero a través de las llamadas redes sociales.

Una red social es un sitio web que permite al usuario crearse una página personal en la que aporta datos sobre aficiones, gustos, viajes... que se exponen de forma pública con el objetivo de darse a conocer y de interactuar con otras personas.

Algunas redes sociales tienen como objetivo primordial conocer a gente nueva, hacer nuevos amigos e incluso encontrar pareja, como en meetic.es o be2.es. Otras muchas giran en torno a una afición como la música, el cine, la lectura o los videojuegos. Algunas de las

redes sociales más famosas son Myspace.com, tuenti.com, hi5.com o facebook.com. Las redes sociales, en muchos casos, no aportan un contenido concreto, sino que integran varias funciones: pequeños blogs, álbumes de fotos, compartir música, integrar juegos, señalar con frases cortas el estado actual (de un modo similar al de Twitter), hacer clubs de fans, pequeños foros... La mayor parte de las redes sociales dan la opción de que la página personal de cada usuario no sea completamente pública, sino que sólo esté visible para aquellos a los que el usuario se lo permita.

Al igual que antes mencionábamos que la mayoría de los blogs hacen referencias a otros blogs, las páginas de usuarios en estas redes sociales se relacionan entre sí: lo normal es navegar entre montones de perfiles de usuario y señalar como “amigos” todos aquellos que conozcamos o sencillamente llamen nuestra atención. La relación entre esos amigos se va estrechando a medida que van interactuando entre ellos.

De nuevo, hay que cuidar los siguientes aspectos:

- La publicación de datos y fotos personales.
- Tomar conciencia de que no podemos fiarnos ciegamente de cualquier desconocido que se ponga en contacto con nosotros a través de esas redes. A menudo se crean vínculos muy estrechos con personas a las que no conocemos realmente, y no siempre es fácil saber si sus buenas intenciones son genuinas.
- Prevenir o detectar la adicción a estas redes, cuyo abuso puede llegar a desvirtuar las relaciones sociales cotidianas en el entorno de la familia y amigos. Un ejemplo extremo es el de Japón, en donde ya se presentan patologías de jóvenes que viven encerrados voluntariamente en sus cuartos y sólo se relacionan con el mundo a través de su ordenador, utilizando a su familia solamente para tener cubiertas sus necesidades básicas de alimento, comida, etc.



FOROS

- Saber diferenciar entre los distintos tipos de redes sociales, ver los valores y la filosofía que hay detrás de cada una, y el uso que está haciendo de ella nuestro hijo o hija: no es lo mismo una red social sobre cine que una para conocer pareja, o en la que los adolescentes consiguen popularidad publicando fotos privadas para que se les valore solamente por su físico (ej. <http://www.votamicuerpo.com>).

A medida que nuestras hijas e hijos crecen, su campo de intereses se amplía y sus ganas de conocer más sobre ellos y compartir sus conocimientos también. Los foros de Internet son una buena manera de compartir opiniones y aprender cosas nuevas acerca de sus aficiones y hobbies.

Hay todo tipo de foros en Internet: de música, de videojuegos, de coches, de cocina, de costura, de juegos de rol... la mayor parte de estos foros están hechos a partir de plantillas preestablecidas que pueden encontrarse en páginas gratuitas como bbpres.org, melodysoft.com o miarroba.com. Casi siempre es necesario darse de alta en un foro para participar en él.

Algunos foros de videojuegos, como por ejemplo zonaforo.meristation.com son particularmente populares, ya que los juegos son una actividad que requiere de una interacción continua por parte del jugador (no es algo pasivo como la lectura o el cine) y en estos foros se

encuentran con frecuencia trucos y soluciones halladas por los propios usuarios.

Algunos motivos de preocupación para los padres:

- Debemos prevenir que nuestros hijos participen en foros poco adecuados para su edad. Debido a sus condiciones de desarrollo psico-social, el adolescente puede creer que el conjunto de ideas y patrones de conducta que observa en un foro es un modelo coherente y lo asuma como propio, interiorizando de manera acrítica un sistema de valores que puede ser en principio cuestionable.

Tenemos claro que el grupo de iguales puede influir y en ocasiones desafiar al sistema familiar, pero en Internet, el hecho de que se mezclen "foreros" de edades muy diferentes hace que nuestro hijo se mezcle con gente que pueden no ser sus iguales ni en edad, ni en madurez, ni en intenciones, haciéndoles vulnerables a cierta manipulaciones.



Ponemos como ejemplo que nuestro hijo visite foros con connotaciones ilegales, racistas, fascistas, o nocivas para la salud, como las que incitan a trastornos alimenticios graves, al consumo de alucinógenos, etc.

- Nos encontramos, de nuevo, con la necesidad de reforzar los valores y comportamientos que dicta el sentido común de cualquier proceso de comunicación, ya sea real o virtual. Es lo que se conoce como “netiqueta”: educación, respeto, tolerancia... No hay que perder la perspectiva de que al otro lado del ordenador siempre habrá personas. No nos comunicamos con máquinas, sino con gente como nosotros.

- Los “trolls” son figuras que, por desgracia, suelen ser bastante comunes en los foros. No es otra cosa que personas que se dedican a hacer el gamberro en Internet, a “dar la lata” a los demás amparándose en el anonimato que este medio les brinda. Contaminan los foros con mensajes poco respetuosos o insultantes, o

con comentarios que tienen poco o nada que ver con los temas que se están tratando. En realidad, lo único que quieren es llamar la atención sobre sí mismos, y la mejor manera de tratar con ellos es denunciarlos directamente a los administradores de los foros para que los expulsen, evitando cualquier confrontación verbal directa con ellos.

Por suerte, cada vez hay más valores de respeto en Internet, y las actitudes de “trolleo” suelen ser rechazadas por la mayoría de los usuarios.

JUEGOS ON-LINE

La red está llena de páginas web que ofrecen juegos on line de forma rápida y gratuita, muchos de los cuales ni siquiera necesitan ser instalados para poder jugar: basta con entrar en la página en la que se encuentran. Algunas de ellas, como minijuegos.com o juegosdiarios.com actualizan diariamente su colección de juegos, que van desde los más clásicos (ajedrez, pac-man, tetris) hasta complicadas aventuras y puzzles. La posibilidad de diversión inmediata y gratuita es un atractivo irresistible para los adolescentes, que encuentran una manera barata y divertida de poder jugar en su ordenador sin necesidad de gastar mucho dinero en ello.

La amplitud de esta oferta hace prácticamente imposible hacer un seguimiento de los juegos que utilizan nuestros hijos. Como todo, muchos de ellos poseen contenidos y valores poco apropiados para menores de edad, pero no vamos a poder restringir su uso más que con cualquier otra página de Internet. Son juegos que están al alcance de cualquiera, no hay código de contenido por edades



que pueda disuadir a un padre de comprarlo; hay juegos poco recomendables que aparecen en categorías como “sangrientos”, “para niñas” (abiertamente sexista), “adultos”, etc.

Sin embargo, los juegos más populares entre los adolescentes son los que combinan la posibilidad de juego y de red social: el usuario se crea un personaje virtual que irá evolucionando, pasando por una serie de pruebas y mejorando sus características, capacidades y posesiones. La mecánica de este tipo de juegos suele ser muy sencilla, pero la clave reside en la posibilidad de interactuar con el resto de usuarios mediante mensajes privados y chats, pues cada uno tiene una página de perfil en la que puede incluir todo tipo de información personal (incluso una fotografía), igual que se hace en las redes sociales convencionales. A menudo, se crean vínculos con otras personas que suelen ir más allá del aspecto puramente lúdico y competitivo del propio juego.

La mayoría de estos juegos, aunque de entrada se ofrecen de manera gratuita, sí ofrecen más adelante una serie de ventajas especiales de pago, que marcan una diferencia considerable entre los jugadores que aceptan realizar esos desembolsos frente a los que siguen jugando de forma gratuita. Obviamente es necesario controlar el gasto de los menores en este tipo de actividades, sobre todo en la medida en que pueden generar adicción. Dichos pagos suelen realizarse a través de mensajes de móvil, aunque lo más grave es cuando a nuestros hijos se les solicitan datos bancarios por Internet.

PÁGINAS PARA ADULTOS

La curiosidad y las hormonas en ebullición siempre ha llevado a los adolescentes a tratar de traspasar las líneas en cuanto a qué contenidos deben ver o no. También los padres y madres, cuando fueron adolescentes, trataron de ver películas “de dos rombos” o comprar revistas de las más escondidas del kiosco. Nada de eso ha cambiado. Lo que sí ha cambiado es el medio de acceso a ese “contenido prohibido” y hoy resulta una obviedad decir que en Internet hay acceso a más cantidad de contenidos eróticos o pornográficos que nunca. Los filtros de contenidos pueden evitar que los niños pequeños accedan por error a un contenido para adultos, pero cuando es el adolescente quien busca intencionadamente dichos contenidos, encontrará la manera de saltarse esos filtros o de acceder a los contenidos desde otro ordenador sobre el que los padres no tengan control.

Existe una gran cantidad de páginas que atraen a los usuarios con publicidad engañosa de contenidos gratuitos, pero que luego resultan ser de pago.



Qué hacer cuando...

DESCUBRO QUE MI HIJO O HIJA CUELGA FOTOS COMPROMETIDAS EN PÁGINAS WEB PARA CONSEGUIR QUE OTRAS PERSONAS LE VOTEN.

El adolescente tiene una gran necesidad de pertenencia y aceptación en el grupo. Existen redes sociales en las que los usuarios cuelgan sus fotos, que son valoradas y votadas por el resto de usuarios, estableciéndose así clasificaciones de los cuerpos más votados.

Es evidente que el adolescente busca mejorar su autoestima a través de la aprobación por la comunidad, algo que puede resultar peligroso: por un lado, se interiorizan valores de culto al cuerpo; por otro, se colocan fotografías que pueden ser capturadas y reutilizadas por personas de dudosas intenciones. Pero lo más importante es que el adolescente interioriza la valía personal, y el autoconcepto depende de lo que otras personas opinen de él, basando sus juicios en un solo aspecto: el físico.

Si nuestro hijo está en los primeros años de adolescencia hemos de explicarle claramente los peligros de colocar sus imágenes en Internet, la existencia de delincuentes en la red y, a ser posible, denunciar la existencia de la

página que instrumentaliza de ese modo a los menores.

Si nuestro hijo tiene la madurez suficiente podemos discutir con él acerca de la necesidad de aceptación y el poder que concedemos a los demás sobre la construcción de nuestra autoestima y amor propio.

MI HIJO O HIJA ENTRA EN PÁGINAS PARA ADULTOS.

Como hemos dicho anteriormente, es importante relativizar y comprender el interés de nuestros hijos adolescentes por la sexualidad. Se encuentran en una etapa de cambios psicológicos, físicos y hormonales que les hace preguntarse y explorar constantemente sobre ese tema.

Si la comunicación no es lo suficientemente fluida y no existe la suficiente confianza como para que se traten temas de sexualidad en familia, convirtiéndolo en algo tabú, nuestros hijos sólo tendrán dos acercamientos a este tema: por un lado el escolar, centrado en la mayoría de los casos en reproducción humana y prevención de riesgos, y por otro el pornográfico, repleto de fantasías, estereotipos, exageraciones y mentiras. Falta la visión global que contemple los aspectos sentimentales, sensuales y de realización personal.

Es importante, por tanto, establecer una comunicación fluida respecto al tema si no la ha habido hasta ahora.



El hecho de “pillar” a nuestro hijo puede ser una buena excusa para empezar a hablar con ellos, sin reproches ni sermones. Incluso podemos referirnos a nuestras propias dudas e inseguridades cuando teníamos su edad. Es evidente que tendremos que adaptar nuestra conversación al nivel de madurez de nuestro hijo.

Otro tema es el de las páginas de pago: advertir bien a nuestros hijos sobre estos posibles fraudes es fundamental.

MI HIJO O HIJA NO QUIERE QUE ME META EN SUS COSAS, NI ME DEJA VER EL CONTENIDO DE SU BLOG.

La necesidad de independencia de nuestros hijos adolescentes es algo natural, y debemos respetar su intimidad. Si hemos trabajado con nuestros hijos el tema de la seguridad y la protección de datos personales y de imagen, no tiene porqué haber necesidad de meternos en su blog. Eso sería como querer leer su diario personal o escuchar sus conversaciones con amigos (todo un atentado a la relación de confianza).

El proceso de acompañamiento en la interiorización de normas de seguridad en Internet debe ser paulatino y comenzar en la infancia para ir, poco a poco, dando independencia a nuestro hijo. Si la iniciación en el uso de nuevas tecnologías es reciente para nuestro hijo o hija y consideramos que no tiene la madurez suficiente, podemos iniciarnos juntos creando un blog familiar para después, cuando lo veamos preparado, animarlo a crear el suyo propio, sobre el cual él y solo él tendrá responsabilidad y derecho de uso.

Si nuestro hijo presenta la suficiente madurez, consensúa con nosotros las normas de uso y seguridad y el grado de confianza familiar es alto, no hay ningún problema en que gestione su propio blog.

No olvidemos, como norma general, incluir Internet como parte de los espacios cotidianos en los que se desarrollan nuestros hijos. Recordemos una pregunta inocente de vez en cuando: “¿qué has hecho hoy en Internet?”.



Anexo IV: Glosario de términos

Este glosario de términos relacionados con las nuevas tecnologías no trata de ofrecer explicaciones técnicas, sino de fijar algunos conceptos que nos ayuden a entender qué hacen nuestros hijos y nuestras hijas con la tecnología: qué herramientas y contenidos tienen a su disposición, qué les ofrecen y qué hay que tener en cuenta para asegurar la protección de los menores. Se incluyen también algunos términos coloquiales de uso extendido en las TIC que utilizan nuestros hijos. Ellos siempre están al día, por lo que no se contemplan aquellos términos o nombres de programas caídos en desuso.

Actualizar: En un navegador, volver a cargar una página web en el navegador. En los navegadores más habituales, esto se hace pulsando la tecla F5. También se actualizan los programas y los sistemas operativos con nuevas versiones. Los contenidos de los blogs, webs y portales también se actualizan.

Ares: Se trata de un programa de intercambio de ficheros mediante el sistema P2P.

Avatar: Pequeño dibujo que los usuarios utilizan a modo de identificación, para sustituir a una foto personal. Se utiliza para mejorar la seguridad en foros, chats, o programas de mensajería instantánea.

Bajar: Descargarse de Internet al ordenador un documento, una película, música, imágenes, programas, etc. Los archivos se pueden bajar de dos maneras: directamente de una página web o servidor en el que se encuentran alojados, o bien a través de programas específicamente

diseñados para intercambiar archivos con otras personas (ver P2P).

Banear: Es la decisión o acto de autoridad del moderador de un foro, juego online y otras páginas web para impedir el acceso a un usuario. Normalmente eso se hace cuando el usuario contraviene las normas, falta al respeto a otro usuario o demuestra algún comportamiento malintencionado.

BCC: Véase Copia Oculta.

Bitácora: Ver blog.

Blog: Web especialmente diseñada para publicar artículos de manera sencilla y que se actualiza con cierta regularidad. En la mayoría de los casos, los blogs son páginas personales que mantienen los usuarios de Internet sin ningún ánimo de lucro. Los blogs son muy



populares hoy en día en las relaciones sociales e incluso profesionales, porque constituyen una especie de carta de presentación de las personas en Internet a través de la cual se dan a conocer.

Cualquiera puede crearse un blog. Es gratuito, e igual de sencillo que crearse una dirección de correo electrónico: basta con abrir una cuenta en alguna de las páginas de Internet que ofrecen ese servicio (Wordpress.com, Blogspot.com, Blogia.com, Blogalia.com, Bitácoras.com). Nos dan la página ya diseñada para que añadamos los textos, las fotos o los vídeos que queramos. El contenido de un blog puede ser muy diverso: desde una especie de diario personal hasta una página especializada en la temática de interés del autor, de opinión o de comentarios de actualidad. Actualmente hay millones de blogs en Internet.

Bloguero, Blogger: Persona que participa o tiene un blog en el que escribe con asiduidad.

Bluetooth: Es un tipo de conexión inalámbrica entre dispositivos que tiene un alcance de varios metros, popularizado por la telefonía móvil. Se usa, por ejemplo, para transferir una foto o un vídeo de un móvil a otro, de forma gratuita. Para hacer eso no es necesario conocer el número de teléfono del receptor: al activar nuestro Bluetooth, el teléfono detecta automáticamente todos los teléfonos a su alcance que también lo tengan activado. Los niños y niñas no deberían tener teléfono con Bluetooth o, si lo tienen, hemos de asegurarnos de que no lo conectan en lugares públicos, ya que podrían recibir mensajes no deseados (y a veces inadecuados) de personas desconocidas o malintencionadas.

Buscador: Sitio web que sirve para localizar cualquier contenido específico entre los millones de páginas, portales o foros que hay en Internet. Hay buscadores seguros para niños y niñas pequeños, que filtran y bloquean los resultados no aptos para ellos.

Caché: Es el sistema que utilizan los navegadores para que los usuarios puedan acceder más rápidamente a la información que ya han visitado, consistente en guardar una copia temporal de algunos ficheros en el disco duro. De ese modo, la próxima vez que visitan la misma web, el programa no tiene que volver a descargar la página entera, y la navegación es más rápida.

Casual: Aquella persona que ve en los videojuegos un pasatiempo eventual en lugar de un hobby o afición que practicar a diario.

Chat: Se trata de un espacio en el que dos o más usuarios (que pueden o no conocerse de antemano) se comunican en tiempo real. Los chats se encuentran situados en páginas web de carácter social, y lo normal es encontrar chats especializados en todo tipo de temáticas para reunir a usuarios con algún interés en común. La mayoría de juegos online incorpora hoy en día un pequeño chat para que los jugadores se comuniquen entre ellos directamente mientras juegan.



Los chats pueden ser exclusivamente de texto, pero en muchos casos ya existe la posibilidad de añadir voz (basta con tener un micrófono conectado al ordenador) y también vídeo (mediante una webcam que permite a los interlocutores verse entre sí). Los chats no son demasiado cómodos cuando hay más de dos o tres personas hablando a la vez, así que para grandes cantidades de personas se utilizan los foros, que no requieren que los usuarios estén conectados al mismo tiempo.

Consultar también “Mensajería instantánea”.

Chatear: Comunicarse a través de un chat.

Cheater: Personas que hacen trampas en los videojuegos.

Chetero, cheatero, cheto: Véase cheater.

Chrome: Navegador de código abierto para moverse por Internet, desarrollado por Google.

Código Abierto: Hace referencia a todo tipo de software o programas en los que puede verse el código que los hace funcionar, de manera que cualquiera con conocimientos de programación puede proponer mejoras e incluso introducirlas él mismo. Los programas de código abierto crecen muy rápidamente gracias al trabajo permanente, entusiasta y, a menudo, desinteresado, de una gran cantidad de personas. Suelen ser gratuitos, y los resultados que ofrecen son similares y, en muchas ocasiones, superiores a los programas cerrados y de pago. Algunos ejemplos: Linux (sistema operativo), OpenOffice (conjunto de programas de oficina), Firefox (navegador), etc.

Colgar: Enviar o “subir” un archivo a una página web para que otros usuarios y usuarias tengan acceso a él o puedan descargárselo desde ahí.

Ej: “Voy a colgar este vídeo en Youtube para que podáis verlo en casa”.

Comprimir: Introducir uno o más archivos en un solo fichero que, gracias a un programa específico, ocupa menos espacio que el/los originales, y se envía con más facilidad por correo electrónico u otros medios. El receptor sólo tiene que abrir el fichero para obtener los originales. Este sistema permite, además, incluir una contraseña para que no lo pueda abrir cualquiera.

Copia Oculta: Forma de enviar un correo electrónico a varias personas que permite ocultar las direcciones de correo de los destinatarios para garantizar su privacidad. Es especialmente recomendado cuando los receptores de nuestros mensajes no se conocen entre sí, porque ninguno verá las direcciones ni los nombres del resto. Al fin y al cabo, el email de una persona es igual de privado que su número de teléfono, por lo que es información que no debemos difundir de forma descuidada.



Copyleft: Es un conjunto de licencias relacionadas con los derechos de autor que, al contrario que el copyright, permiten cierta libertad a la hora de distribuir o modificar una obra o contenido original siempre y cuando se respeten unas determinadas reglas. Una buena parte de los contenidos de Internet se publican con estas licencias por deseo expreso de sus autores, así que no es ilegal acceder, distribuir o descargar ese material.

Cortafuegos: Es un programa que controla las entradas y las salidas de datos de nuestro ordenador, de manera que puede evitar que algún experto malintencionado entrase a por nuestros datos.

Crack: Es un pequeño código que sirve para saltarse las protecciones anticopia de un programa que se ha descargado ilegalmente. Por ejemplo, puede hacer que una versión gratuita de prueba siga funcionando después de la fecha de expiración sin tener que comprarlo, o que no haga falta introducir el código de la licencia (es

ilegal utilizar un programa sin licencia). También hay cracks que permiten hacer trampas en los videojuegos. En realidad son programas cuya procedencia suele ser desconocida, y en ocasiones pueden dañar el ordenador. Para casi todo existen excelentes programas alternativos gratuitos.

Cracker: Personas que emplean su habilidad para burlar sistemas de seguridad anticopia.

Dirección IP: Es una secuencia de números (ej: 88.145.23.1) que se asigna de forma automática a nuestro ordenador para identificarlo cada vez que nos conectamos a Internet.

Emoticono: Iconos que expresan estados de ánimo. Se usan asiduamente en chats y foros. Pueden tener forma de pequeños dibujos, o de una simple secuencia de signos de puntuación que simulan expresiones faciales de forma esquemática.

Emule: Se trata de un sistema del tipo P2P para compartir ficheros. Además, incluye un sistema de mensajería instantánea para que cualquier otro usuario pueda comunicarse con nosotros, y que debería estar deshabilitado si lo utilizan nuestros hijos. Es importante asegurarnos de que sólo compartimos una carpeta, y que en ella no se encuentra ningún archivo que comprometa nuestra privacidad ni nuestra situación de legalidad.

Encriptar: Guardar un archivo mediante un programa que lo codifica para que no sea legible ni accesible a menos que se conozca la contraseña que pone el usuario. Se hace para proteger un archivo con contenido confidencial o enviarlo de forma segura a otra persona.

Enlace: Texto, icono o imagen que, al pinchar sobre ellos, nos conducen a otra parte de una web, a otra página diferente o a un fichero. Su función es agilizar la navegación entre los distintos contenidos en Internet, y normalmente están resaltados de alguna manera



(subrayado, color diferente o negrita) para que se puedan identificar a simple vista y diferenciarlos del resto del texto.

96

Filtro parental: se refiere al conjunto de medidas de que disponen algunos sistemas operativos, navegadores o videoconsolas para que un padre pueda regular el acceso a determinados contenidos por parte de sus hijos e hijas, y también los horarios y el tiempo de uso.

Filtro antispam: Es una aplicación que tienen la mayoría de servicios de correo electrónico que permite identificar y bloquear el correo electrónico no deseado (ver "spam").

Firefox: Navegador de código abierto para moverse por Internet, que goza de gran popularidad.

Firewall: Ver Cortafuegos.

Flickr: Red social que sirve para subir, compartir y comentar fotografías. Tiene un carácter más profesional que Fotolog.

Foro: Es un tipo de página web en la que los usuarios charlan, discuten o comparten información sobre diferentes temas. A diferencia del chat, no se trata de comunicación en tiempo real: cada usuario se conecta cuando quiere, escribe un mensaje, y éste queda registrado en la web para que el resto lo lea cuando pueda y participe en la conversación si le apetece. Aunque hay foros abiertos, lo más común es que haya que registrarse para poder participar. Cada persona participará siempre con el mismo nombre o nick, lo que hace que la gente se implique más al dejar de ser totalmente anónimos, y además facilita el control en el foro: aquellos o aquellas que no se comportan de manera correcta, son expulsados.

Fotolog: Red social en donde los usuarios suben fotografías e imágenes acompañadas (opcionalmente) por un pequeño texto, y los usuarios pueden realizar comentarios. Tiene un carácter más social que Flickr.

Friki: Es un término coloquial para referirse a cualquier persona con comportamiento fuera de lo habitual, interesada o, a veces, obsesionada con un hobby concreto. Suele relacionarse con aficiones como la informática, los videojuegos, los cómics, el rol, etc. Aunque al principio se usaba más como un insulto, hoy en día su empleo está cada vez más extendido, y ya no tiene tantas connotaciones negativas.

FTP: Es un protocolo especialmente adecuado para subir y descargar ficheros a Internet, alojándolos en un servidor. El protocolo http que utilizamos para navegar por Internet también puede hacerlo, pero no con la misma eficacia.

Gamer: Es un jugador de videojuegos. Por lo general, el término se usa para designar a aquellas personas a las que les gusta mucho jugar.

Geek: Persona aficionada a la electrónica de consumo, la robótica y la informática.

96



GNU: Ver GPL

Google: Es el motor de búsqueda que en este momento goza de mayor popularidad en Internet en España. Se ha desarrollado una gran compañía en torno a este buscador, que se muestra muy activa e innovadora en aplicaciones y servicios para Internet.

Google Vídeo: Es un sistema parecido a Youtube, que permite subir vídeos a Internet pero con las siguientes ventajas: permite subir videos en casi todos los formatos, sin límite de tiempo en la reproducción, permite marcar el video como privado para que no aparezca en las búsquedas que realiza el público. También permite bloquear la descarga para proteger los derechos de autor.

GPL: Acrónimo de “Licencia Pública General”, que es la que se suele aplicar en el Software Libre y de Código Abierto para que sus autores o programadores cedan ciertos derechos de distribución, modificación y uso de los programas.

Hackear: Proceso por el cual un experto logra burlar un sistema de seguridad informática.

Hacker: Experto en burlar sistemas informáticos de seguridad, normalmente por afán de notoriedad o porque se lo han impuesto como reto personal.

Hardcore: Toda persona que entiende los videojuegos como una afición o un hobby, no como un pasatiempo.

Historial: Es el registro de todas las páginas web que se visitan desde un navegador (y que permite utilizar los botones “adelante” y “atrás”). Este registro se guarda de forma automática, pero el usuario puede borrarlo en cualquier momento para proteger su intimidad o

configurar el navegador para que no se guarde nada.

Hoax: Es un bulo, un engaño, que normalmente se distribuye por correo electrónico porque la gente los toma por verdaderos. Suelen tener un contenido de carácter alarmista, o muy sensacionalista. En su origen son pura invención, pero mucha gente los sigue reenviando sin preocuparse por confirmar su veracidad. Si decidimos reenviarlo, es importante que utilicemos la opción de “copia oculta” al añadir las direcciones de los destinatarios, lo que garantiza su privacidad.

Http: Es el protocolo que utilizamos para navegar por Internet.

Hype: Se refiere a las altas expectativas que produce el anuncio de un producto determinado entre la comunidad de aficionados.

Internet Explorer: Navegador para moverse por Internet, desarrollado por Microsoft.



iPod: Es un reproductor portátil de mp3 y mp4, de la marca Apple.

iTunes: Es un programa que organiza y reproduce música en el ordenador, y que aunque se puede utilizar de manera independiente, es el software específico del iPod. Ofrece también acceso a su propia tienda online, en donde se puede comprar música en formato mp3, vídeos y juegos.

IRC: Es un programa que da acceso a multitud de salas de chat, con todo tipo de usuarios y temáticas. Cualquiera puede crear una sala de chat pública o de acceso restringido. Se complementa con pequeñas aplicaciones que permiten organizar juegos y campeonatos entre los usuarios (de Trivial, por ejemplo). No es adecuado para niños o niñas.

Lammer: Esta palabra se aplica a las personas que dicen ser expertos en informática pero que en realidad saben bien poco.

La Mula: Véase Emule.

Leeroy Jenkins: Se trata de una especie de grito de guerra. Si oye a su hijo o a su hija gritar eso no es que tenga que llevarlo al psicólogo, sino que está realizando una maniobra arriesgada en un juego en línea. Puede encontrar en Internet la curiosa historia de esta expresión.

Linusero o linuxero: Aficionado, usuario o miembro de la comunidad Linux.

Linux: Es un sistema operativo gratuito, de código abierto, muy potente y seguro. La Junta de Andalucía dispone de su propia versión de este sistema, llamada Guadalinux, cuyo uso se incentiva especialmente en los centros educativos.

Lol: Del inglés "Lot of laugh". Significa "muy divertido". Se usa en chats, juegos en línea y foros. Se pone cuando el usuario se está riendo a carcajadas.

Mac: (Diminutivo de "Macintosh") Nombre de los ordenadores personales desarrollados por la compañía Apple, que cuentan con su propio sistema operativo (Mac Os) independiente de Windows. Se utiliza mucho en entornos gráficos de trabajo.

Mensajería instantánea: Sistema de comunicación en tiempo real muy similar al chat, pero que funciona por medio de un programa instalado en el ordenador del usuario. Otra diferencia entre estos programas y las salas de chat en Internet es que en las primeras, el usuario sólo se comunica con las personas que están en su lista de contactos. Para añadir a alguien a esa lista es preciso conocer su dirección de correo electrónico; dicha persona recibirá un aviso y habrá de dar su confirmación para completar el proceso. Algunos de los programas más conocidos son el Messenger, el Yahoo Messenger y el Gtalk.



Messenger: Es el programa de chat y mensajería instantánea de Microsoft. Es el más utilizado por la gente joven.

Metroflog: Red social muy similar a Fotolog.

Moderador: Es la persona encargada de vigilar el comportamiento de los usuarios de un chat o un foro. Tiene el poder de modificar cualquier texto, y de expulsar a los usuarios que se salten las normas o actúen de forma irrespetuosa. En la gran mayoría de los casos se trata de un trabajo voluntario y no remunerado, al que la gente se compromete de manera altruista.

MSN: véase Messenger.

Mp3: Es un formato de archivo de audio muy popular. La mayoría de la música que se encuentra en Internet está en ese formato, pues tiene la ventaja de que ocupa muy poco espacio. También están muy extendidos los reproductores portátiles de mp3., en los que se graban

los archivos en ese formato para escucharlos en cualquier parte.

Mp4: Es uno de los formatos de video que suelen utilizar los dispositivos móviles. El reproductor mp4 reproduce sonido y vídeo.

Navegador: Programa de ordenador que sirve para visualizar páginas web en Internet. Los más conocidos son Internet Explorer, Mozilla Firefox, Opera, Safari, Chrome, etc.

Myspace: Red social que permite a los usuarios crear páginas en donde colgar diversos tipos de contenidos: imágenes, canciones, textos...

Navegar: Visitar páginas web en Internet.

Nerd: Empollón.

Nick: Es el nombre o mote que utilizamos al participar

en chats, foros, blogs y otras páginas de Internet, para no usar nuestro nombre real.

Nintendero: Es un fan de las consolas de videojuegos de la marca Nintendo.

Noob: Es un aprendiz en una comunidad virtual. Es lo contrario de un experto, y por tanto es algo molesto en los juegos en línea.

Open Source: Véase Código Abierto.

Opera: Navegador para moverse por Internet. Dispone de una buena versión para navegar por Internet desde dispositivos móviles.

p2p, Peer to peer: Son programas de intercambio de archivos entre usuarios. Cada uno comparte con los demás los datos y archivos que quiera desde su propio ordenador, y al mismo tiempo tiene acceso a todo lo que comparten los demás. La diferencia con descargar



algo de Internet es que en el p2p los datos no llegan a subirse nunca a la web: se transmiten directamente de un ordenador a otro.

Página: Véase “Web”.

PDA: Dispositivo portátil que funciona como una especie de pequeño ordenador, que permite, por ejemplo, navegar por Internet, manejar procesadores de textos, almacenar agendas de contactos y tareas, reproducir sonido y vídeo... Algunos también tienen la función de teléfono móvil.

Phishing: Es un delito que consiste en conseguir contraseñas mediante engaños, basados sobre todo en correos falsos.

Pirata: Copia ilegal de algún producto digital (juegos, música, películas...)

Play: Véase Playstation.

Playstation, PS2, PS3: es la consola de videojuegos más popular de Sony.

PSP: Playstation Portátil.

Portal: Página web con una gran cantidad de contenido bien organizado referente a un tema concreto, que permite personalizar la información a la que tiene acceso cada usuario, incluir foros y chats, perfiles de usuarios, realizar búsquedas, y otras funcionalidades más avanzadas. El portal permite actualizar fácilmente los contenidos, y a menudo son los usuarios los que contribuyen con sus propias aportaciones.

Puertos: Son las puertas de un ordenador. Hablamos de muchos miles, por lo que es una parte sensible de nuestro sistema. Ver Cortafuegos.

Red social: Es un sitio web que permite a cada usuario crearse una página personal en donde colgar contenidos con el objeto de darse a conocer, conocer a los demás,

e interactuar con otros usuarios. Algunas de las más populares son: Facebook, MySpace, Twitter, Tenty, Fotolog...

RSS: Es un formato de datos que permite la redistribución automática de la información sin necesidad de volver a copiarla.

Sala de chat: Se refiere a una pantalla específica dentro de una página o portal web en la que hay abierta una ventana de conversación mediante sistema de chat que puede tener un carácter general o versar sobre un tema concreto. Al conectarte, puedes comunicarte con las personas que en ese momento se encuentran en esa sala.

Safari: Navegador de código abierto para moverse por Internet. Lo suelen utilizar los ordenadores con sistema operativo Mac, pero existen versiones para otros sistemas operativos.

SGAE: Sociedad General de Autores de España.



Smiley: Es un tipo de icono muy popular que consiste en una cara sonriente. Expresa emociones, por lo que también se les conoce como Emoticonos.

Sonyer: Fan de las consolas de videojuegos de la marca Sony, conocidas como Playstation.

Spam: Es correo masivo no solicitado que se envía sin saber si el destinatario tiene el mínimo interés en el mensaje. Se genera por comerciantes de pocos escrúpulos y suelen utilizarlo para promocionar productos o servicios ilegales o poco recomendables. El correo electrónico es uno de los sistemas de comunicación más baratos que existen, y por eso los spammers tienen tanto interés en él.

Sub o subs: Subtítulos de las películas que a menudo se descargan de Internet y cuyo sonido puede estar en idiomas poco accesibles, por lo que se requiere un fichero de subtítulos para entenderlas.

Subir: Se trata de enviar algo a una página web, a un servidor de Internet o a través de un programa de intercambio de archivos. Es lo contrario de bajar, que se explica en este glosario.

TIC: Tecnologías de la Información y la Comunicación.

Torrent: Es un tipo de programa orientado al intercambio de ficheros. Tiene popularidad gracias a que la descarga de ficheros es más rápida que con los sistema p2p.

Troll: Persona que se dedica a molestar, insultar y despotricar en foros y chats.

Troyano: Se trata de un programa que se suele presentar en forma de utilidad gratuita pero que encierra un regalo envenenado, ya que abre una puerta dentro de nuestro ordenador para que alguien pueda ver datos o tomar el control de nuestro sistema. Afortunadamente, muchos programas de seguridad en Internet, incluidos los gratuitos, impiden la entrada de este software malintencionado.

Twitter: Red social en la que cada usuario tiene su propia página, en la cual va publicando textos muy cortos. Normalmente se usa para decir lo que uno está haciendo en ese momento.

Virus: Programa que altera y estropea el buen funcionamiento del ordenador (corrompe o borra los datos guardados en el disco duro, estropea el sistema operativo, etc.). Los virus pueden llegarnos de varias maneras: descargando contenidos de Internet que no sepamos de dónde vienen, abriendo correos electrónicos de procedencia también dudosa, o instalando copias piratas de programas. Los ordenadores con sistema operativo Windows tienen más virus que los que utilizan sistemas operativos Mac o Linux, aunque no existe nada inexpugnable.

VOS: Versión original subtitulada.

VOSE: Versión original subtitulada en español.



Web: Es el conjunto de páginas y portales por los que navegamos en Internet.

102

Web Cam: Cámara de video que se utiliza conectándola a un ordenador, y que permite que otro usuario nos vea mientras chateamos. Es muy útil para que nuestras hijas e hijos se relacionen con familiares o amigos que se encuentran lejos, pero los niños no deberían utilizarla solos puesto que compromete seriamente su privacidad.

Wii: Consola de videojuegos de Nintendo con gran aceptación entre el público casual.

Wikipedia, Wikanda: Grandes enciclopedias que se encuentran en Internet y que crecen gracias a las aportaciones de los usuarios.

Winamp: Es un programa que sirve para organizar y reproducir música en un ordenador.

Xbox: Es una consola de videojuegos de Microsoft.

Xboxer: Fan de las consolas de videojuegos de Microsoft, que se comercializa con el nombre de Xbox.

Youtube: Portal dedicado a la subida de videos que cualquiera puede visionar. Goza de una gran popularidad entre niños y adolescentes.

102



ÍNDICE DE CONTENIDOS

Contenidos	2	Desarrollo psicológico por edades	18	El dormitorio	24
00. Introducción: Los huérfanos digitales	3	De 2 a 4 años	18	La sala de estar	24
103 Educación en valores	8	De 5 a 7 años	19	La calle	24
01. Los padres analógicos	10	De 7 a 9 años	19	La casa de un amigo	25
¿Qué son para ti las TIC?	11	De 9 a 11 años	19	¿Cuándo y cuánto juegan tus hijos e hijas?	25
¿Un galimatías?	12	¿Por qué necesitan nuestros hijos las TIC?	20	¿Cómo juegan tus hijos e hijas?	26
¿Una herramienta?	13	Los niños de ayer y de hoy	21	Los comportamientos violentos	26
¿Un juguete?	14	Los niños y las niñas digitales	22	La ecología	26
¿Una trampa?	15	Tabla de virtudes y de riesgos	22	La ergonomía y los hábitos posturales	26
¿Un ordenador?	16	La habitación de los niños y las niñas digitales	23	La atención y la memoria	27
02. Los hijos digitales	17	El recreo digital	24	La pandilla digital	27
¿Por qué son “digitales”?	18	¿Dónde juegan tus hijos e hijas?	24	Conoce a tus hijos e hijas	28



03. Los juguetes digitales	30	Dónde jugar	38	Descargas de servidores	45
El teléfono móvil	31	Cómo jugar	38	Descargas de otros ordenadores	46
Cuadro: Normas de uso para niños y niñas	32	El ordenador	39	Programas para comunicarse	47
Los videojuegos	33	Organizarse	39	Mensajería instantánea	47
¿Son buenos o malos?	33	Administrar el tiempo	39	Voz IP	48
Los videojuegos y el cine	33	Priorizar	39	Chat	49
El código PEGI	33	Internet	40	Foros	49
Tablas de símbolos	34	Comparativa: mundo real y mundo virtual	41	Redes sociales para menores	50
Tipos de soportes	34	Seguridad básica en Internet	41	Correo electrónico	50
Tipos de jugadores	35	Herramientas de seguridad para Internet	41	Twitter	51
Tipos de partidas	36	Protección de la identidad y datos personales	43	Buscadores	52
Tipos de juegos	36	Navegar por Internet	44	04. Educar para prevenir	53
Tabla: Clasificación de los tipos de juegos	37	Descargas de ficheros	45	Educación en valores: Consejos generales	55
Hábitos saludables	38	Formatos de archivos más frecuentes	45	Mejorar la comunicación	55



Desarrollar una autoridad positiva	55	Anexos	68	Breve guía para padres de adolescentes	78
Compatir momentos con nuestros hijos	56	Realidad y ficción	69	Introducción: Tratar con adolescentes	78
Nuevos modelos de familia	57	¿Tiene sentido prohibir el acceso a Internet?	69	Etapas de la adolescencia	81
Educación en valores por rangos de edad	59	La privacidad en Internet	70	Los adolescentes y las TIC	84
De 2 a 4 años	59	Las herramientas de control	71	Blogs	84
Actividad: Señala la foto de papá y mamá	59	Qué hacer cuando nuestros hijos o hijas...	73	Redes sociales	86
De 5 a 7 años	59	Tienen adicción a las TIC	73	Foros	87
Actividad: La máscara y el póster del héroe	60	Pasan demasiado tiempo con las TIC	74	Juegos on-line	88
De 7 a 9 años	60	Se aburren sin tecnologías	74	Páginas para adultos	89
Actividad: El héroe necesita...	61	Hablan con gente que no conocemos	75	Qué hacer cuando mi hijo o hija...	90
De 9 a 11 años	63	Utilizan juegos violentos	75	Pone en Internet fotos comprometidas	90
Actividad: Las virtudes del héroe	63	Han entrado en un sitio para adultos	76	Entra en páginas para dultos	90
Actividad: La pirámide del héroe	66	Quieren tener su propio blog	76	No quiere que vea el contenido de su blog	91
Nota acerca de las actividades	67	Se descargan música y películas	77	Glosario de términos	92

Educar para proteger. Edición 1.0

Consejería de Innovación, Ciencia y Empresa

Avda. Albert Einstein, 4
Parque Científico Tecnológico Cartuja 93
41092 Sevilla
902 113 000
www.kiddia.org
kiddia@juntadeandalucia.es

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.

