**Abril, 2020.**

# A nuestras Familias y Apoderados/as:

**Como Colegio, queremos entregarles información de utilidad respecto al uso de redes sociales e internet de nuestros hijos/as.**

**Entendemos que es altamente probable que en este tiempo sus hijos/as y ustedes usen más la tecnología tanto para entretenernos como para aprender y en el caso de los adultos trabajar.**

**La tecnología actualmente forma parte de nuestras vidas y por ende requiere un uso responsable y se vuelve un desafío más en el proceso de criar a nuestros hijos/as.**

**Por todo esto quisimos responder y orientar respecto a las siguientes preguntas:**

* **¿Cómo debo ocuparme del uso que** **hace de Internet mi familia?**

****

En todo tipo de situaciones de la vida diaria, se debe estar alerta a los riesgos. De la misma forma que se enseña a los niños/as a cruzar una calle, se debe orientar el **uso correcto de Internet**. Si se toman las precauciones necesarias, no debiera existir mayor riesgo en su utilización.

* **Es importante el lugar donde se usa Internet si el acceso a Internet es en su casa:**

**1. El computador** no debiese estar en la habitación de los niños(as), sino en un lugar público de la casa.

**2. Si está dentro del dormitorio,** la pantalla debe estar ubicada de frente a la puerta de la habitación.

**3. La puerta del dormitorio** debe estar abierta, para que se pueda ver lo que lo que ellos(as) hacen.

* **¿Debo prohibir el uso de Internet a mis hijos(as)?**

**No,** porque ofrece un gran número de potencialidades que hacen que la vida de las personas sea más fácil y más eficiente. Sin embargo, requiere que los padres y adultos sean protagonistas en regular y manejar su uso seguro.

Los padres no pueden ni deben dejar en los hijos/as la responsabilidad y los criterios para utilizar Internet.

* **Cómo regular el tiempo y el uso de Internet.**



**1. Establezca y acuerde** los tiempos de uso, no más de una hora diaria hasta los 14 años y 2 horas hasta los 18.

**2. El computador se usará** siempre de día, sobre todo cuando sea para jugar, ver películas, participar en redes sociales, etc.

**3. Es importante que los niños** no se duerman usando el computador.

**4. No permita** que niños(as) y jóvenes usen sólo el computador como herramienta de juego, muéstreles otras potencialidades.

**5. No convierta el uso de Internet** como premio o castigo, ya que le dará mayor importancia al tema y es solo una herramienta más, no la única.

**6. Enséñeles que podrán** encontrar mucha información falsa y/o inapropiada y que no todo lo que está en Internet es verdadero.

**7. Recuerde** que mientras más pequeños son, poseen menos criterios y filtros para decidir si la información que están obteniendo es confiable.

**8. Enséñeles que no pueden** enviar sus datos, fotos o videos a personas que no conozcan directamente. Siempre deben preguntarle a un adulto si quieren hacerlo.

**9. Cuéntele sobre las consecuencias** legales, emocionales y sociales, del mal uso que hagan de la información.

* **Edad y uso de Internet.**

***De 2 a 10 años***

• Enséñele que hay horarios para usar el computador, tal como hay horarios para comer y dormir. Permita hasta una hora frente a la pantalla.

• Siempre acompáñelo(a) cuando está frente al computador y guíelo(a) en todas las actividades de entretención y aprendizaje.

• Instale filtros de control parental en el computador y explíquele cómo funcionan. Puede descargar estos filtros y sus formas de instalación de www.**internetsegura.cl**

• Desincentive el uso de redes sociales como Facebook, Twitter, correos electrónicos, blogs, etc.

• Muéstrele buscadores para niños y páginas adecuadas para su edad, como por ejemplo:

**www.buscadorinfatil.com, www.yoestudio.cl, www.chileparaninos.cl,** etc.

• Enséñele que Internet es una de las opciones para buscar información y estudiar. También están los libros, las revistas, etc.

***De 11 a 13 años***

• Guíelo(a) durante el tiempo que navega en Internet.

• Enséñele que no entregue datos personales a nadie, que no hable con desconocidos en las redes sociales, y que pida permiso para usar el computador o entrar a una página que no sea conocida.

• Cree con él (ella) una carpeta de sitios favoritos.

• Cree una sesión de usuario en el computador para los hijos(as) y otra para los padres y active claves de usuario, para monitorear su uso.

• Aunque no debe incentivar el uso de las redes sociales, si ya tiene cuenta de Facebook, por ejemplo, controle el uso que hace de ella. Supervise sin espiar.

• Explíquele que Internet puede ser una forma de mostrar lo que hace y compartir intereses. Por ejemplo, si escribe o canta, puede recibir comentarios de otros niños o niñas que también lo hacen.

• Explíquele que puede encontrar información específica, para profundizar en un área de su interés.

***De 14 a 18 años***

En esta etapa los jóvenes son más independientes y tienen interés de compartir todo con sus pares.

• Explíquele los riesgos de publicar datos personales, hablar con desconocidos, concertar citas con extraños y subir fotografías, entre otros.

• Explíquele que es importante que cierre correctamente su sesión de correo electrónico o Facebook, para que nadie pueda ver su información o intervenirla.

• Enséñele que todo lo que sube a Internet tiene consecuencias para otros y para sí mismo. Debe ser cuidadoso/a con los comentarios que hace, puesto que lo que se publica ya no tiene vuelta atrás.

**[[1]](#endnote-1)**

|  |
| --- |
| *Es importante considerar, que las sugerencias anteriormente entregadas son basadas en los aportes del Ministerio de Educación, considerado tiempos y contextos asociados a un año escolar normal.* *Sin duda, este no es el caso, por lo que la recomendación, como menciona la Neuropsiquiatra Infantil, Amanda Céspedes, es a “ampliar la manga”, esto quiere decir, que se sugiere que como padres y madres flexibilicemos ciertas sugerencias previamente establecidas, dado que el encierro inevitablemente nos llevará a un aumento de exposición a las pantallas, tanto para estudiar como para divertirnos y contactarnos con seres queridos/as.**En este sentido, la invitación es a escuchar su sabiduría interna como padres y madres, acompañando lo que más puedan a sus hijos/as en el uso de las redes, conversando el tema y entregando alternativas atractivas para no abusar de ellas, tales como ver una película juntos, jugar algún juego de mesa en familia, conversar de lo que les va pasando o lo que piensan hacer cuando vuelvan a ver a sus amigos/as.**Hoy más que nunca estamos llamados como padres y madres a enseñar a nuestros hijos/as a mirar las cosas que nos pasan con una visión positiva, donde de aquellas vivencias que pueden ser incómodas y difíciles, aprenderemos y recordaremos.* *Demos amor y contención en estos momentos que nos toca vivir.* |

1. La información entregada es producto de una adaptación al “Manual ser familia en la era digital”. Publicación elaborada por Enlaces Centro de Educación y Tecnología. Ministerio de Educación. WWW.ENLACES.CL [↑](#endnote-ref-1)