

Entrevista con Óscar González, autor del libro *Tus hijos y las nuevas tecnologías*

«Apaga el móvil, desconecta tus redes sociales y conecta con tus hijos»

¿Cómo pueden los padres prevenir que las nuevas tecnologías no sean una pesadilla para la educación de sus hijos, sino unas grandes aliadas?

Es necesario ponernos al día y aprender a usar las herramientas necesarias para poder educar a nuestros hijos para que hagan un uso responsable y seguro de las mismas. Para ello debemos asumir que nuestro papel a partir de hoy va a ser el de:

- **Prevenir.** En la prevención está la base para evitar problemas que surjan de un mal uso de la tecnología.
- **Acompañar/supervisar.** Siempre es mejor acompañar que prohibir. Por eso es necesario que supervises las actividades que realiza tu hijo, los contenidos a los que accede, etc.
- **Orientar.** En todo este proceso el objetivo es orientarlos para que hagan un buen uso de la tecnología. El primer paso para hacerlo es actuando con coherencia y darles un buen ejemplo.



¿Cuál debe ser la relación entre padres, niños y nuevas tecnologías?

Las nuevas tecnologías han llegado para quedarse. Además, crecen y avanzan a un ritmo tan vertiginoso que la gran mayoría de padres nos vemos desbordados, perdidos y desorientados ante tanta información. Si a esto le sumamos el gran dominio que tienen nuestros hijos –que han nacido con Internet y para quienes la red forma parte de sus vidas– de estas tecnologías, hay que entonar el famoso «¡Houston, tenemos un problema!».

¿Cuál es el problema?

Vivimos rodeados de aparatos que, en la mayoría de ocasiones, no sabemos para qué sirven y ni tan siquiera si los necesitamos... pero esta sociedad nos empuja a “tener lo último”. Gran error. Al de educar a nuestros hijos tomamos como referencia lo que han hecho con nosotros, aunque muchas veces no queramos reconocerlo. En el caso de las nuevas tecnologías no tenemos referentes, ya que a nosotros no nos educaron en el buen uso de Internet o el teléfono móvil, sencillamente porque no existían (o estaba en una fase embrionaria).

Entonces, ¿nos hallamos ante una diferencia generacional?

La brecha digital entre generaciones es el origen de una gran cantidad de problemas de las familias actuales. Dificulta el control parental, ya que los padres consideramos que es difícil conocer las nuevas tecnologías porque avanzan y crecen de manera exponencial. ¿Sabes más de redes sociales que tu hijo? ¿Te manejas con mayor soltura con el móvil que tu hijo? Posiblemente no... pero queramos o no, **tenemos que estar al día para poder orientar, guiar, acompañar y educar a nuestros hijos** de la mejor manera posible en esta faceta tan importante de sus vidas. Es nuestra obligación poner normas en el uso de los teléfonos móviles, supervisar qué hacen cuando navegan por la red y estar pendientes de qué es lo que hacen con sus móviles y *Tablet*.

«La brecha digital entre generaciones es el origen de una gran cantidad de problemas de las familias actuales».

¿De qué deben ser conscientes los padres antes de darles un *Smartphone* o una *Tablet* a los niños?

Tenemos que comprarle el móvil a una edad y una maduración adecuada, teniendo en cuenta también su entorno de amistades, no ceder a la presión del grupo. Debemos dejar muy claro a nuestros hijos lo que pueden hacer y lo que no pueden hacer con el móvil. No utilizar el móvil como castigo o recompensa. Si el teléfono es de contrato, controlar las llamadas y el consumo y compartir esta información con los hijos para que sean conscientes del coste.

«Un informe de la Office of National Statistics británica sobre el bienestar infantil determinó que los niños que pasan más de 3 horas los días de colegio navegando por redes sociales están expuestos a una probabilidad más de 2 veces mayor de sufrir alteraciones mentales que los que lo hacen durante menos tiempo». Elizabeth Kilbey

¿Cómo podemos protegerlos de los riesgos que comportan las redes sociales?

La brecha digital entre generaciones es el origen de una gran cantidad de problemas de las familias actuales. **La Agencia Española de Protección de datos** está especialmente preocupada por la protección de los menores, sabiendo que hay miles de ellos (menores de 14 años) con perfiles en las redes, lo que está prohibido por la legislación española. Por este motivo **propone**:

- Debería haber fórmulas de comprobación de la edad al darse de alta en las redes.
- No prohibirlas, pero sí advertirles de los riesgos que hay en las redes sociales.
- Comprobar el perfil del joven para verificar que no hay datos sensibles. No permitir que ofrezcan datos que permitan localizarles.
- Informarles de que no pueden subir fotos o vídeos de terceros sin su consentimiento. No publicar fotos suyas sensibles.
- Insistir en que no admitan solicitudes de amistad de desconocidos. No deben establecer nunca citas presenciales.

¿Qué recomienda decirles a los niños para que los usen responsablemente?

Les podríamos dar algunas pautas como:

- No responder llamadas con número oculto.
- No facilitar su número a extraños (tampoco el número de sus amigos).
- No guardar datos personales en el móvil.
- No compartir imágenes que les envían sus amigos con terceros, sobre todo si son de carácter personal o íntimo.
- Si son víctimas de *ciberbullying* deben guardar los mensajes de texto y e-mail.
- Si reciben imágenes pornográficas o con agresiones tienen que entregarlas a los adultos (sus padres o profesores).

«Educar con el ejemplo no es una manera de educar, es la única».

Si los niños copian los comportamientos que ven, ¿qué deben evitar los padres de sus prácticas con las nuevas tecnologías y las redes sociales para que no lo hagan ellos?

Antes de poner normas debemos pensar que estamos obligados a cumplirlas, ser coherentes y hacer exactamente lo que le pedimos a nuestros hijos. Educar con el ejemplo no es una manera de educar, es la única. A los padres les invito a que tomen conciencia de todo lo que se pierden

por estar enganchados a la pantalla del móvil. Nuestro ejemplo es clave y ayuda a que las relaciones fluyan.

¿Qué provoca la adicción del móvil de los adultos en los niños?

Podemos afirmar que por culpa de este “enganche” y “adicción” al móvil o las propias redes sociales nos perdemos mucho de la infancia de nuestros hijos. Dejamos de lado momentos inolvidables como jugar con ellos, contarles cuentos, el contacto físico a través de mimos, caricias y abrazos o algo tan sencillo e importante como **mirarles a los ojos mientras nos hablan**.



¿Qué comportamiento aconseja a los adultos para dar ejemplo?

Apaga el móvil, desconecta tus redes sociales y conecta con tus hijos. Te lo agradecerán y te lo agradecerás a ti mismo... Si queremos que hagan un buen uso, debemos ser un ejemplo en cuestiones como:

- Tratar a los demás con respeto y sin mentiras: trata a los demás como te gustaría que te trataran a ti.
- No están permitidos ni los insultos ni la invasión a la intimidad de otras personas.
- No enviar fotografías de terceros que les haga sentir mal por su carácter vejatorio o comprometedor.

¿Qué normas propone?

Debemos educar en el buen uso de los teléfonos móviles acordando unas normas de uso que nos ayuden a evitar el máximo de riesgos. Es muy importante que los padres eduquemos aquí también con nuestro ejemplo. No podemos decir al niño que mientras se come no puede estar conectado al WhatsApp y nosotros estar haciéndolo continuamente en cada comida: **transmitamos coherencia en nuestro mensaje**. Estas normas que establezcamos deben incluir:

- Tiempo de exposición.
- Momentos de uso.
- Fijar una hora de desconexión del teléfono por la noche.

¿Podría dar algunas prácticas o momentos para utilizar las nuevas tecnologías con los hijos?

Nuestro papel es el de orientar y supervisar. Por este motivo es importante que utilicemos de manera conjunta las tecnologías con nuestros hijos desde que son pequeños. Que se acostumbren a nuestra ayuda y supervisión. Para ello es importante sentarnos con ellos, acceder a páginas web de su interés, aplicaciones, etc. A medida que van creciendo, les iremos explicando (adaptando esta explicación a su edad), los posibles peligros que se irán encontrando. Para ello podemos seguir algunas pautas:

- Supervisa su actividad.
- Elige contenidos adaptados a su edad.
- Iniciales en buenos hábitos de uso.
- Sé claro con las normas desde el principio.
- Comunícales que estás disponibles para escucharles y ofrecerles ayuda ante cualquier problema.

Y fuera de casa, ¿cómo debe de ser el uso de las nuevas tecnologías en las aulas? ¿Y del Smartphone?

No todo el tiempo delante de las pantallas es igual y debemos distinguir entre *tiempo pasivo* y *tiempo activo/creativo*. Este tiempo activo y controlado podría incluir actividades como:



- Crear un blog o página web sobre algún tema de su interés
- Hacer fotos y editarlas e incluso crear su propia película de vídeo
- Aprender una nueva habilidad
- Crear música digital
- Programar
- Usar internet para investigar sobre diversos temas y buscar respuesta a cuestiones e inquietudes sobre el mundo que les rodea
- Hacer uso de aplicaciones educativas para trabajar la ortografía, las tablas de multiplicar o los idiomas
- Utilizar YouTube para aprender nuevas habilidades (más allá de seguir al YouTube de moda).

Además, hay que resaltar que diversos estudios han puesto de manifiesto que los videojuegos tienen varios efectos beneficiosos.

«No es un libro de teorías, sino que nos anima a ponernos las pilas y pasar a la acción convirtiéndonos en unos auténticos “padres digitales”».

¿Qué cree que diferencia el libro respecto a otros que tratan temáticas parecidas?

Se trata de un libro práctico donde los padres encontrarán soluciones y consejos para abordar los problemas frecuentes que se presentan con el uso de las nuevas tecnologías en cada una de las etapas educativas. No es un libro de teorías, sino que nos anima a ponernos las pilas y pasar a la acción convirtiéndonos en unos auténticos “padres digitales”.

Maria Lluís – Barcelona, febrero del 2019

Esta entrevista puede ser copiada en fragmentos o en su totalidad y reproducida en cualquier medio

Para una posible entrevista con el autor del libro, no dudes en contactar.

¡Espero que este libro sea de tu interés!

Bibiana Ripol - 93 368 84 66 - 607 71 24 08 - bibiana@ripol.es

