General | | Actualitzat el 08/02/2022 a les 07:24

6 consells per a mares i pares preocupats per l'ús que fan els fills de les tecnologies

En parla l'experta en ciberseguretat Silvia Barrera

[inicicentrareport]**Pantalles, sí o no?** És l'etern dilema, però el cert és que ja no som a temps de tenir aquest debat. El paradigma ens hi ha abocat i no podem restar-ne al marge. I sí, fa vertigen. Sobretot perquè vam néixer sense elles, vam aprendre a viure així, i ara hem de reeducar-nos i adaptar-nos a un món totalment regit per les **tecnologies**. Quin contrast i quina transformació tan bèstia.
[nointext]
És normal que ens preocupi el com perquè, a més, criem els nostres fills i filles veient com adquireixen amb gran celeritat i facilitat l'**habilitat tecnològica** que nosaltres ens està costant tant d'esforç integrar. Són natives d'aquest món digital i nosaltres no.

Però tampoc podem quedar-nos només amb la preocupació de qui desconeix i pateix per les conseqüències d'aquest canvi de paradigma. Hem de ser-ne actius si volem poder-los acompanyar. Per això avui us apropem vuit consells que **l'experta en ciberseguretat, SilVia Barrera**, recull al seu llibre "Nuestros hijos en la red" amb l'objectiu que serveixin per donar guies als vostres fills i prevenir riscs:
[intext1]
[GotaVerdaPle] **Comprèn la realitat en la qual vius**

La tecnologia i els canvis socials són positius, però impliquen un període de coneixement i adaptació. Sempre s'ha tendit a demonitzar l'avenç, i limitar allò desconegut i prohibir el que no s'entén. Com no podia ser d'una altra manera, també passa amb l'ús de la xarxa i amb els dispositius mòbils. Els adults sovint lamentem el maneig imprudent que els menors fan d'Internet però el cert és que no es pot exigir un comportament prudent quan ningú els ho ha ensenyat.

[GotaVerdaPle] **No prohibeixis, acompanya**

No privis als teus fills del avenç que suposa Internet per temor a allò desconegut. La xarxa comprèn una gran quantitat d'informació útil i profitosa que ens fa evolucionar acadèmica i personalment. La privació no és una opció, però sí conèixer què hi ha darrere.
[intext2]
[GotaVerdaPle] **Estem preparats/des per educar els nostres fills? Autoavalua't**

Vivim interconnectats/des, i tanmateix seguim en la inòpia respecte a com funciona la xarxa, quins riscs comporta i com hem d'afrontar qualsevol problema. És important conèixer a fons Internet i les diverses xarxes socials. Entrar, remenar i conèixer de primera mà els recursos que fan servir les criatures. Però també conèixer a fons el teus fill o filla, a tu mateix/a i la dinàmica de la llar.

[GotaVerdaPle] **No els deixis sols quan naveguin**

Es pot viure en un món digital, fins i tot envoltats de dispositius informàtics, però el control ha de començar quan se'ls dona accés a la xarxa als nostres fills i aquests poden navegar o comunicar-se amb qualsevol persona sense restriccions. Com a pares i mares, la nostra tasca és prevenir els nostres fills, ensenyar-los a navegar de forma segura i a identificar i detectar possibles situacions de risc.

No és lícit culpar les xarxes socials dels continguts que contenen. Deixant de banda el dilema moral i jurídic de si tenen o no responsabilitat, la nostra obligació és vigilar perquè no accedeixin a aquests continguts abans del permès y que quan ho fagin seguir amb supervisió i control.

Si el deixem sol/a sense haver-li donat una sola pauta o sota certa supervisió, estarà molt exposat/da a conductes de risc. Mai hem d'oblidar que les pautes i la supervisió són necessàries no com a control, sinó com a protecció.

[GotaVerdaPle]**Cibermón i realitat: mostra'ls la diferència**

El cibermón ofereix una imatge allunyada de la realitat. Els nostres fills escullen com a models a seguir persones que han arribat a la fama ràpidament. Internet i els mitjans estan inundats de vídeos, imatges, notícies i històries de persones en situacions idíl·liques i sembla fàcil fins i tot aconseguir determinats objectius de vida. Per a tot hi ha experts/es, gurus i triomfadors/es. Però què passa quan ens enfrontem al món real, quan fem front a la cruesa del món físic i ens mostrem tal i com som? Llavors descobrim que la nostra autoestima és més baixa, que a vegades ens equivoquem, que les relacions interpersonals són complexes, etc. És important educar-nos i educar en aquestes diferències, i tenir recursos per quan ens generen problemes.

[GotaVerdaPle] **Sigues referent i empodera els teus fills**

Si no combatim la superficialitat i no fomentem des de casa i al marge de l'exposició a les xarxes la motivació, l'esforç, la constància, el respecte i la sinceritat, els nostres fills seran com manen les xarxes, amb gran influència sobre ells/es.

[ficentrareport]