

LAS COMPETENCIAS PARENTALES ORIENTADAS A LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS

Las familias desempeñan un papel fundamental en el establecimiento de normas y actitudes que regulen el uso de las pantallas por parte de sus hijos e hijas.



Es un desafío enorme al que os ayudamos con estas recomendaciones:

Observar, escuchar y conocer a los hijos e hijas. Desarrollar y mantener una comunicación sincera que genere confianza en los hijos para hablar de sus preocupaciones y sentirse apoyados si tienen un problema en internet.

Entender que los menores necesitan la guía y supervisión de sus padres también en lo digital: aunque sepan de tecnología, no conocen los riesgos de internet y están en pleno desarrollo de su empatía, asertividad y autoestima.



Establecer límites claros y concretos para el uso de las pantallas y sostenerlos en el tiempo. Respetar los horarios y las rutinas que protegen sus necesidades fundamentales de movimiento, higiene, estudio, socialización y descanso.



Poner los límites de manera firme y cariñosa, fomentando la comprensión de los mismos y la colaboración de los menores. Determinar consecuencias ajustadas al incumplimiento de estas normas, comunicarlas a los hijos y cumplirlas.

A medida que los hijos van creciendo, llegar a pactos familiares para regular el uso de los dispositivos. Promover actividades placenteras y motivantes que no giren alrededor de las pantallas.



Es importante que madres y padres se conviertan en referentes de un uso responsable de las nuevas tecnologías, equilibrándolo con otras actividades y aficiones positivas para el desarrollo global de todos los miembros de la familia.

Desarrollado por: