

10 consejos para padres sobre las Redes Sociales.

Cuidar a los jóvenes en estos días va más allá de conocer a los amigos que frecuenta, también es importante conocer cómo funcionan las redes sociales, pues es un nuevo medio de convivencia social.

Los padres y los colegios deben apoyarse para monitorear cualquier situación que, derivada del mal uso de las redes sociales esté afectado la vida de tu hija (o).

1. Recuérdale que las acciones en internet tienen consecuencias

Las palabras que tu hija (o) escribe y las imágenes que comparte en las redes sociales tienen consecuencias también fuera del internet. Estas pueden ser motivo de mofa o servir como armas para molestarla, es importante **que tenga consciencia de lo que comparte en sus redes sociales**. En realidad, entre menos detalles se hagan públicos, será mucho mejor.

2. Que sea consciente que lo publicado difícilmente se borra de la red

Aunque elimine la información de un sitio, tendrá muy poco control sobre las antiguas versiones que quedan registradas en las computadoras de otras personas que pueden circularlas en línea. Siempre habrá alguien que descargue la fotografía y la guarde en un dispositivo personal y sobre eso, hay muy poco que hacer.

3. Oriéntala (o) sobre la privacidad de los datos personales

Es importante no dar a conocer datos sobre sí misma (o), sus familiares y amigos. Por ejemplo: números telefónicos, direcciones de su domicilio particular y del colegio o cualquier tipo de información.

A veces, **sin darse cuenta pueden compartir detalles que den pistas** sobre los lugares que frecuenta, los amigos y familia más cercana, horarios y en general la rutina de vida diaria.

4. Indícale expresamente evitar conversaciones con personas desconocidas

Los jóvenes que evitan entablar conversaciones por medio de redes sociales con desconocidos son menos propensos a exponerse a situaciones de riesgo.

Conocer personas por redes sociales requiere de extremas precauciones que en la adolescencia se suelen pasarse por alto. **Es mejor utilizar estas páginas sociales para mantenerse en contacto con los amigos y familiares lejanos pero que ya se conocen.**

5. Limitar el tiempo de uso de las redes sociales

Las redes sociales pueden ser grandes distractores de las responsabilidades escolares o familiares, sin embargo, han llegado a formar parte de la vida cotidiana de las nuevas generaciones. Es recomendable su uso como pequeños premios o distractores ante las actividades escolares o para despejar un poco la mente después de arduas jornadas.

6. Hacer uso de los filtros de privacidad

Es posible configurar los filtros de privacidad de las redes sociales, de esta manera se puede controlar quienes pueden encontrar en la red a tu hija (o), quienes pueden ver lo que sube al internet y hasta quienes pueden enviarle o no mensajes.

Es importante tener activados estos filtros que solamente permitan a sus contactos en línea ver su actividad en redes sociales, enviarle mensajes o contactarla por primera vez.

7. Revisar la lista de contactos

Es mejor únicamente tener como contacto en las redes sociales a personas que se conoce personalmente y evitar siempre aceptar a extraños, pues de lo contrario se le compartirá información de la vida privada a desconocidos.

8. Los sobrenombres en redes sociales

Alienta a tu hija (o) a pensar en los nombres que usa en su actividad en internet. Un nombre que se usa en internet **no debe revelar demasiada información** sobre su edad, su lugar de residencia, etc.

9. Confiar en el instinto

Si se siente amenazada (o) por alguna persona o incómoda (o) puede reportar estas situaciones dentro de las redes sociales, pues cuentan con un botón para reportar cuentas que hacen mal uso de estas páginas o que agreden personalmente a los usuarios.

10. Acércate al colegio de tu hija (o).

El trabajo para monitorear las situaciones de riesgo dentro de las redes sociales se hace en conjunto padres y docentes. Si notan **algunos cambios en la actitud de tu hija (o) que puedan deberse a que ha hecho mal uso de sus redes sociales** y que ahora denotan alguna situación incómoda, deben abordarlo desde la familia y sociabilizar con el colegio.

Departamento de Convivencia Escolar.

Colegio Alicante del Sol