

Consejos sobre cómo hablar con sus hijos sobre las interacciones en línea

- Seamos realistas, hay algunas conversaciones que simplemente serán incómodas de tener con su hijo. Cuando abra la puerta para hablar con su niño o adolescente sobre las interacciones en línea, comience con: "Recuerdo haber sido un niño. Pero nunca antes había sido padre de un niño de tu edad. Así que, por favor, reconozca que solo quiero mantenerlo a salvo de todas las formas posibles. Es por eso que quería hablar de _____ por un minuto. ¿Estás de acuerdo con eso?"
- **Usa las experiencias cotidianas como indicaciones para las conversaciones.** Supongamos que su hijo le cuenta sobre una decisión que otro niño tomó en línea que lo metió en problemas. Puedes responder con "¿Recuerdas cuando hablamos de elegir cómo reaccionar ante las situaciones? Este es un buen ejemplo de cómo puedes decidir lo que harás cuando te suceda ese tipo de cosas. ¿Qué crees que podría haber hecho para que esto saliera mejor?"
- **Mantén la calma y controla tus emociones en la puerta.** Lo mejor es acercarse a su hijo con una actitud tranquila y mantenerla durante toda la interacción. La reacción exagerada de su parte los afectará; Pueden reaccionar con una respuesta cautelosa o apagarse por completo.

El lenguaje corporal es importante. Colóquese en una postura cómoda y amigable con su hijo, en lugar de una postura confrontativa o antagónica.

- Descruza los brazos y relaja los músculos faciales.
- Pregúntele si es un buen momento para hablar.
- Pida su atención: "¿Podemos apagar este juego/televisión por un minuto?"
- Siéntense uno al lado del otro en lugar de pararse sobre ellos.

Reconozca que esta será una serie continua de conversaciones. Una vez no es suficiente. Si su atención se desvía, pregúntele: "¿Podemos volver a hablar de esto en algún momento?". ?"

Sé consciente de lo que no dicen. Es posible que prueben las aguas y solo le cuenten una parte de la historia para ver cómo responde. Si mantienes la calma y el interés, es posible que opten por contarte el resto.



El lenguaje corporal es importante. Colóquese en una postura cómoda y amigable con el niño, en lugar de una postura confrontativa o antagónica.

1 Jenson, Kristen. "Protect Young Minds Blogs." *Protect Young Minds*, Glen Cove Press, May 2016, www.protectyoungminds.org/

- Si su hijo le revela algo, tenga en cuenta que pueden pasar unos días para que todo salga a la luz. Sé paciente. No digas: "¿Por qué no me dijiste esto el otro día?" Deje que le explique el incidente a medida que se sienta cómodo hablando de ello con usted.¹ Con el tiempo y con interacciones positivas repetidas, aprenderá que puede decirle cualquier cosa y usted reaccionará de manera tranquila y racional. Abstente de apresurarte a juzgar o convertirte en un alarmista.

Evite afirmaciones como:

- ¡Eso fue una locura! ¿Por qué lo hicieron?
- ¿Estás bromeando? ¿Dónde estaba tu profesor/entrenador cuando esto sucedió?
- ¡Eso es tan peligroso! ¡No puedo creer que alguien hiciera eso!
- ¡Nunca deberías haber hecho eso! ¿No te das cuenta de lo malo que fue eso? ¿Qué te pasa?
- La próxima vez que necesites...

CONSEJOS DE UN ADOLESCENTE:

Dado que los niños de hoy en día están creciendo en la era digital, pueden ser mejores para identificar perfiles falsos y comportamientos depredadores de lo que piensas.

De hecho, es posible que ya hayan rechazado el avances de los depredadores antes.

Puede ser útil reconocer esta posibilidad antes de iniciar una conversación sobre lo que deben o no deben hacer en Internet.

En su lugar, escucha y responde con comentarios abiertos:

- Eso debe haber sido aterrador. ¿Cómo te sentiste?
 - ¿Cómo lo manejaste cuando ellos...?
 - ¿Qué pasó cuando hiciste/dijiste eso?
 - ¿Alguien más trató de ayudar/involucrarse/detenerlo?
 - ¿Qué podrías haber hecho de manera diferente para obtener un resultado diferente?
- **Aproveche cada oportunidad para afirmar decisiones y elecciones seguras.** Cuando te cuenten cómo manejaron con éxito una dificultad, responde con "¡Eso fue realmente un buen pensamiento de tu parte! ¡Puedo ver que eres inteligente sobre cómo actúas cuando suceden cosas como esta!"
 - **Pero no exagere con elogios infundados o indistintos, como:** "¡Vaya, eres tan increíble! ¿Te das cuenta de lo maravilloso que eres?" Los niños y adolescentes necesitan una afirmación sincera y comentarios específicos. Dale la opinión sincera que merecen, y quieren escuchar, como respuesta a sus acciones.



Usted es quien mejor conoce a los niños en su vida, por lo que lo alentamos a que use su mejor juicio al hablar sobre temas difíciles.