

USO DE NUEVAS TECNOLOGÍAS 12/02/08

Interviene el Sr. Ruiz, técnico de la Generalitat de Catalunya, que hace una exposición sobre la dependencia a las nuevas tecnologías.

La dependencia muestra que algo no funciona bien, el joven tiene dificultades para expresar sus emociones y la dependencia le permite evitar momentos conflictivos o huir de la realidad. Cabe diferenciar entre uso y abuso de Internet, el uso es cuando una persona tiene libertad y abuso cuando no puede decidir y todo gira alrededor de la dependencia, generando malestar cuando no se consigue.

El entorno tiene una gran importancia, las influencias externas y sobre todo del grupo de amigos.

En la pubertad se forma la identidad a través de las elecciones y la valoración propia y del grupo, Internet permite crear una identidad ideal donde los jóvenes pueden refugiarse

El proceso de dependencia tiene tres momentos:

- Inicio: Se entra por curiosidad y se repite, los amigos refuerzan su identidad.
- Deseo: Quiere entrar, pero aún tiene libertad para salir
- Dependencia: Todo gira alrededor, busca todos los momentos para repetir.

Para salir de la dependencia debe ser consciente de la adicción, aunque no se debe esperar a este punto para actuar, y se deben potenciar nuevos Hobbies y valorar cosas que se dejan de hacer por la adicción, potenciar la identidad.

Interviene a continuación el Sr. Wohlfahrt, profesor del DSB, quien centra su exposición en los peligros de Internet.

Recomienda la comunicación con nuestros hijos estableciendo unas reglas de uso seguro de Internet.

Diferencia entre los usos de los buscadores en Internet y los chats.

En cuanto al uso de buscadores recomienda la instalación de buscadores para niños en la página inicial.

- www.helles-koepfchen.de
- www.kidstation.de
- www.milkmoon.de
- www.blindkuh.de

El Sr. Wohlfahrt ha probado entradas a través de buscadores habituales y los niños pueden encontrar páginas no deseadas sin gran esfuerzo y aún sin buscarlas.

En el uso de chats diferencia entre MSN, donde los contactos son individuales, normalmente con amigos y donde los contactos no deseados pueden ser bloqueados y los Chats generales y Blogs donde todos pueden intervenir sin saber quien está al otro lado y donde existe un claro peligro de pederastia. El profesor entró dentro de un chat con el nick Sabina12 y a los pocos minutos tuvo proposiciones sexuales.

Recomienda que se establezcan dos direcciones de email para los niños, una para Internet y el chat, que no de ninguna pista sobre su nombre, sexo, edad o domicilio. Y otra privada únicamente para los amigos íntimos. Y que se informe a los niños de los peligros y explicarles estrategias para evitar riesgos.

Consejos para los padres:

- Establezcan dos direcciones de correo para sus hijos.
- Hablar con los hijos para que usen sólo chats moderados que pueden ignorar interlocutores no deseados.
- Evitar chats de adultos (Yahoo, AOL, Lycos,...)
- Marcar los límites claros: ejemplo, dar el objetivo y el tiempo permitido
- Utilizar mecanismos de control y programas de filtrado

- Establecer compromisos de forma interna en la familia con explicaciones y comunicación, es importante que a más edad, se le debe permitir más libertad y exigir más responsabilidad.

Consejos para los hijos:

- Piensa un apodo (Nick) que no de información sobre ti.
- Desconfía, no sabes quien está al otro lado.
- No des datos y no envíes fotos.
- No quedes con personas que hayas conocido en el chat o ve acompañado de tus padres y con su consentimiento.
- Interrumpe todo diálogo desagradable y explícaselo a tus padres.

Chats recomendados:

www.chaten-ohne-risiko.net

www.kindersindtabu.de

www.chaten-aber-sicher.de

www.jugendschutz.net

www.time4teen.de

www.kids.polizei-beratung.de

www.fsm.de

www.protegeles.com

www.cibercentroamigo.com

Finaliza el turno de exposiciones la Sra. Porcar, psicóloga del DSB, quien se centra en el uso responsable y seguro de Internet.

Recomienda a los padres acompañar sin alarmar a los hijos darles confianza pero también establecer límites sobre todo de horario. Recomendado como máximo 1 hora diaria hasta los 14 años y a partir de esta edad negociar con los hijos y no temer a frustrarlos por no obtener lo que quieren.

Recomienda la consulta de algunos recursos disponibles en Internet dirigidos a los padres y algunos a los jóvenes.

www.portaldelmenor.es

www.protegeles.com

www.laredytu (está dirigido específicamente a jóvenes)

www.enlaredprotegete.com (explica los peligros de la red y da consejos de autoprotección)

www.cibercentinelas.org

www.exprimelared.com (dirigido específicamente a jóvenes)

www.asociacion-acpi.org

www.internetseguraenred.es

Recomienda el uso de filtros y facilita uno gratuito OPTENET que permite:

- Seleccionar los tipos de contenidos a filtrar: violencia, racismo, pornografía, explosivos, sectas, drogas, juegos, etc.
- Definir distintos perfiles de filtrado
- Definir tiempo máximo semanal y diario de uso de Internet y franjas horarias.
- Añadir o quitar direcciones a filtrar según preferencias personales.
- Activar o desactivar fácilmente mediante una contraseña.
- Consultar el histórico de navegación
- Para sistemas operativos: Windows 95, 98, Milénium, NT, 2000 y XP

Zona de descarga: www.optenet.com/en/index.asp

En el turno de preguntas interviene también el Sr. Leeuw, coordinador de la OS 5-9 y se habla sobre las dificultades de establecer límites, la facilidad que tiene Internet de obtener

información y el peligro de que se mal use la información y sobre todo se incide en la necesidad de dedicar tiempo y diálogo a nuestros hijos, enseñarles a superar el conflicto y la frustración de no obtener lo que desean de forma inmediata, que facilita la superación de la adicción al establecer un espacio entre deseo e inmediatez.

También es a través del diálogo donde podremos establecer los límites, que siempre deben ser flexibles e individualizados a cada niño, y así podremos acompañar a nuestros hijos y ayudarles.

José A. Molina

Representante comisión OS 5-9

Secretario del EB