

La seguridad de nuestros hijos e hijas en Internet debe ser una prioridad

Consejos para un uso seguro de internet

8 a 10 años

Ciclo de consejos básicos para ayudar a que nuestros hijos e hijas hagan un uso seguro de Internet. Los materiales se han elaborado a partir de las publicaciones del Instituto Nacional de Ciberseguridad

2

¿CÓMO EJERCER UNA ADECUADA MEDIACIÓN PARENTAL?

La Mediación Parental

Consiste en un conjunto de estrategias que empleamos padres y madres para proteger a los menores en Internet.

Se trata de:

- Conocer y disfrutar de la Red.
- Prevenir riesgos.
- Detectar y afrontar problemas.

No te olvides de...

El sentido común y la experiencia vital

Como persona adulta, sabes relacionarte con los demás, afrontar dificultades... y los problemas en línea no dejan de ser conflictos con otras personas.

- Implicate en el entorno en línea de tus hijos/as, igual que lo haces en el escolar, interesándote por sus inquietudes y necesidades.
- Gánate su confianza día a día, para que sepan que pueden contar contigo si tienen un problema en línea.

¿QUÉ ES LA MEDIACIÓN PARENTAL?

Estrategias Activas

Supervisión:
Estar al tanto de **su día a día en Internet**. Pregúntales sobre las apps que les gustan y sus contactos en línea.

Acompañamiento:
Compartir actividades en línea juntos. Pasa tiempo de calidad con tus hijos/as en Internet.

Orientación:
Cuidar una **relación de confianza**. Potencia sus habilidades sociales y pensamiento crítico.

Estrategias Restrictivas

Normas y límites:
Coherentes, consistentes y pactados. Establece cuánto **tiempo y en qué lugares** pueden utilizar Internet.

Controles parentales:
Apoyos técnicos complementarios. **Limita contenidos y haz seguimiento** del tiempo y tipo de uso de la Red.

Opciones de bienestar y seguridad:
En páginas y apps de uso común. **Configura las opciones de privacidad** en las redes sociales.

