



Educación emocional para familias

Las redes sociales: ¿amigas o enemigas de nuestros hijos?

CLARA ALADRÉN BUENO. PSICÓLOGA EDUCATIVA, MIEMBRO DEL GRUPO IMAGINAULA.

Cuando hablamos de redes sociales, los padres siempre nos hacemos la misma pregunta: ¿son positivas o negativas para nuestros hijos? En principio, las redes sociales son positivas, ya que agrupan a personas para que se relacionen entre sí y compartan información e intereses. Entonces... ¿qué es lo que las convierte en negativas? Está claro: el uso inadecuado que hacemos de ellas.

- 1 Evidentemente**, no podemos aislar a nuestros hijos de esta realidad que conforman las redes sociales. Las formas de relacionarse y de comunicación han cambiado y por eso nosotros, los padres, debemos adaptarnos a ellas y asumir la responsabilidad de educar a nuestros hijos para que las usen de una manera responsable, inteligente y productiva. Pero... ¿cómo?
- 2 Familiarizándonos con las nuevas tecnologías.** Lo primero que debemos hacer es conocer las redes sociales a las que están conectados nuestros hijos, familiarizándonos, así, con las nuevas tecnologías y los programas de comunicación que los chicos utilizan con tanta soltura.
- 3 Controlando los contenidos.** Es muy importante comprobar si los sitios frecuentados por los chavales tienen algún tipo de sistema de protección frente a contenidos no aptos, y en ocasiones perjudiciales, para los menores.
- 4 Dialogando con ellos.** Nuestra mente siempre tiene que estar abierta a la hora de hablar con nuestros hijos sobre el uso que hacen de Internet: las páginas que visitan, con quién chatean y qué información suben a la Red, qué datos ponen en su perfil... Lo mejor es ofrecerles, brindarles, nuestros puntos de vista y debatirlos con ellos.
- 5 Alertando y concienciando.** Hay que alertar y concienciar a los chicos de que las personas pueden cambiar su identidad cuando se comunican a través de la Red; de que cuando 'chatean' con personas que no conocen -aunque sean supuestos amigos de sus amigos-, no deben dar sus datos personales o cualquier otro tipo de información que pueda ayudar a identificarlos; y de que tienen que evitar utilizar pseudónimos provocativos o que incluyan información personal.
- 6 Previéndoles sobre los contenidos.** Es fundamental prevenir a los menores de edad acerca de la veracidad de los contenidos de Internet.
- 7 Intercambiando información.** El intercambio de información con los padres de los amigos de nuestros hijos es un paso básico e importante en esta tarea.
- 8 Generando confianza.** Los padres tenemos que ser capaces de generar la suficiente confianza como para que recurran a nosotros, los adultos, ante cualquier situación difícil, peligro o amenaza que se les pueda presentar cuando están sentados frente al ordenador.
- 9 Construyendo reglas.** Es imprescindible acordar, establecer reglas con ellos para navegar por Internet, siempre consensuadas, claro, y, por supuesto, sin imponérselas.
- 10 Enseñándoles a respetar.** Si queremos que nuestros hijos respeten a los demás, tanto en la Red como fuera de ella, en la vida real, debemos enseñarles primero a respetarse ellos mismos.
- 11 Asumiendo su identidad.** Y, para terminar, un último consejo, no por ello menos importante: los chicos tienen que aprender que su identidad digital y la personal es la misma.



ASOCIACIÓN ARAGONESA DE PSICOPEDAGOGÍA
www.psicoragon.es

Caja de herramientas TIC

LA INTELIGENCIA INTRAPERSONAL

DIEGO ARROYO. ASESOR DE FORMACIÓN IFE
 JUAN DE LANUZA-UFU ZUERA

En este espacio para compartir, hoy vamos hablar de herramientas, actividades y recursos que podemos utilizar para trabajar una nueva tendencia educativa muy interesante y asombrosa: las inteligencias múltiples (II. MM.). Desde que Alfred Binet, con su primer test de inteligencia, abrió un campo tan amplio por explorar, hasta nuestros días, este paradigma educativo ha cambiado

muchísimo; no solo tenemos una inteligencia, hoy, gracias a la labor del grupo de trabajo de Howard Gardner, entre otros, sabemos que nuestro cerebro cambia, que es flexible y que es educable... Vamos a proponer pequeños recursos para trabajar con una de estas inteligencias propuestas por este investigador: la inteligencia intrapersonal -se refiere al autoconcepto que tenemos de nosotros mismos, incluye nuestros pensamientos y emociones-. Aquí, podemos centrarnos en actividades como el uso de diarios personales, cuadernos de sentimientos, la expresión de ideas mediante el arte (pinturas, cuadros...) o la utilización de autobio-

grafías... Para ello, tenemos excelentes recursos TIC para trabajar esta inteligencia tan importante: creación de blogs personales / diarios / cuadernos de sentimientos... con la plataforma de Arablogs de CATEDU, Wordpress o Blogger. Publicación de nuestros artículos en servicios gratuitos, como Issuu, Calameo. También podemos crear nuestras páginas web, gratis, con Jimdo, Wix o Webnode. Y si lo que pretendemos es trabajar nuestros sentimientos y emociones a través del arte, podemos utilizar: Tuxpaint, Paint; otra opción consiste en usar la PDI para ello, o bien valernos de los sencillos creadores de cómic y/o avatares como Toondoo. Existen múltiples opciones, como utilizar los mapas conceptuales/mentales a través de Bubbl.us, Spicy Nodes, o emplear actividades con los vídeos de presentación mediante Windows Movie Maker... el abanico, como veis, es muy, muy, amplio.



Me apetece...

GOLONDRINAS, ARDUINO Y LIBROS DE NARICES

MARISANCHO MENJÓN



TALLER ETOPIA KIDS

Los próximos días 10 y 11 de abril se va a realizar un taller de Arduino en Etopia, para niños. ¿Qué qué es arduino? Pues una placa de hardware libre que permite introducirse en un mundo de posibilidades creativas. Es sencillísimo de manejar y se consiguen cosas realmente sorprendentes, que para los adultos parecen magia pero que los niños controlan rápidamente, como 'nativos digitales' que son. En este taller se harán varios proyectos básicos: un dado electrónico, un pequeño juego de habilidad y, como proyecto final, un visor electrónico. Tenéis toda la información en <http://www.coloniaetopia.es/10-y-11-de-abril-taller-tiny-circuits>.

UN LIBRO DE NARICES

Os recomendamos un libro de cuentos que es, en realidad, una obra tremendamente poética: 'El libro de las narices', editado por Nalva. Pensaréis que quizá ese título está un poco reñido con la poesía, pero de eso nada. Los breves cuentos de Pepe Serrano tienen corazón de poeta y las ilustraciones de David Guirao no pueden ser más bonitas ni más evocadoras. Es leer un cuentecito, detenerse a mirar con cuidado la imagen que lo acompaña... y ponerse a soñar, a continuar la historia con la imaginación. Esos son los buenos libros: los que dan pie al lector a crear sus propios mundos. Y si son divertidos, mejor. Éste es fenomenal.



LAS GOLONDRINAS

Con la primavera, vuelven las golondrinas a alegrar el aire con sus vuelos y su piar. Ya las tenemos aquí, de nuevo. ¿Las habéis visto? ¿Sabéis que pasan cada año el invierno en África, adonde van en busca de alimento y calor? ¿Sabéis que son muy beneficiosas para los campos? Y... ¿sabéis que se está reduciendo su número en España de manera alarmante? Todos queremos a estos hermosos pajarillos tan cotidianos y tan nuestros, así que es bueno saber algo más de ellos. Os recomendamos que visitéis la página de SEO/Birdlife (www.seo.org) para buscar información y que veáis el hermoso vídeo que esta organización les ha dedicado: buscad en YouTube 'golondrina común', es el primero que sale. Ya veréis qué bonito.