



Parenting in the Digital Age

Crianza de niños
durante la era digital

The Kedzie Center

Cassandra Firkins, LCSW

Objectives/Objetivos

1. Parenting in the in the Digital Age
2. Challenges
2. Risk Factors and Protective Factors
3. Cyberbullying
4. It's all about Communication

1. Ser padres en la era digital
2. Desafíos
3. Factores de Riesgo y Factores de Protección
4. Acoso cibernético
5. Se trata de comunicación

Why is it so challenging parenting kids in the digital age?

¿Por qué es tan difícil criar niños en la era digital?

- Pre-internet parents raising digital natives
- Parenting culture changes
- Puberty and brain development
- Our own struggles with managing our screen time
- Padres antes de Internet criando nativos digitales
- Cambios en la cultura de crianza de niños
- La pubertad y el desarrollo del cerebro
- Nuestras propias luchas con el manejo de nuestro tiempo frente a la pantalla

Discussion ideas/Ideas para Discutir

- Why do you want your child to have a phone or computer?
- How much should they be using this technology?
- What are you most concerned about? Be specific.
- Ask your child to answer the same questions.
- ¿Por qué quieres que tu hijo tenga un teléfono o una computadora?
- ¿Cuánto deberían estar usando esta tecnología?
- ¿Qué es lo que más te preocupa? Se específico.
- Pídale a su hijo que responda las mismas preguntas.

Discussion ideas/Ideas para Discutir

- Clarify expectations of phone/computer usage including who does the device belong to and when can it be used
- Determine consequences for inappropriate use
- Make sure you can explain the reason behind each limit or rule.
- Aclare las expectativas del uso del teléfono/computadora, incluyendo a quién le pertenece y cuando se puede usar
- Determine las consecuencias por el uso inapropiado
- Asegúrese de poder explicar la razón detrás de cada límite o regla

Risk Factors and Protective Factors/**Factores de Riesgo y Factores de Protección**

"Risk factors are those things that predispose us towards harm. Protective factors can decrease the harmful effect of a risk factors and contribute to a positive outcome."

From "Raising a Screen Smart Kid: Embrace the Good and Avoid the Bad in the Digital Age" by Julianna Miner

"Los factores de riesgo son aquellas cosas que nos predisponen al daño. Los factores de protección pueden disminuir el efecto dañino de un factor de riesgo y contribuir a un resultado positivo".

De "Criar un niño inteligente frente a la pantalla: aceptar lo bueno y evitar lo malo en la era digital" de Julianna Miner

Self-Esteem/**Autoestima**

- Social Media usage and self-esteem
- FOMO- Fear of missing out
- Selfie Generation
- Social Comparison
 - Uso de redes sociales y autoestima
 - FOMO- Miedo a perderse algo
 - Generación de selfies
 - comparación social

Relationships in the age of the Internet/ Relaciones en la era de Internet

- Tech can provide feelings of social connectedness
 - The difference between acquaintances vs. friends,
Only online friends vs. friends you can see in person
 - Oversharing
 - People act different online
 - Unable to read visual cues
 - Overthink situations and ruminate about how to respond
-
- La tecnología puede proporcionar sentimientos de conexión social
 - La diferencia entre conocidos y amigos, solo amigos en línea a diferencia de amigos que puedes ver en persona
 - compartir en exceso
 - Las personas actúan diferente en línea
 - Incapaz de leer señales visuales
 - Pensar demasiado en situaciones y reflexionar sobre cómo responder

Video Games/Juegos de Video

- Are video games meeting needs?
- Talking with kids about video games
- Watching other kids play video games
- Setting Limits
 - ¿Los videojuegos satisfacen las necesidades?
 - Hablando con los niños sobre videojuegos
 - Ver a otros niños jugar videojuegos.
 - Establecer límites

Questions to ask your child/Preguntas para hacerle a su hijo:

- Tell me about this game and why do you like to play it?
 - Is this a multiplayer game?
 - Are the people who play generally pretty nice?
 - How do you communicate with other players on what you're doing?
 - Do people trash-talk and how does it make you feel when they do?
- Cuéntame sobre este juego y por qué te gusta jugarlo.
 - ¿Es este un juego multijugador?
 - ¿Son las personas que juegan en general bastante agradables?
 - ¿Cómo te comunicas con otros jugadores sobre lo que estás haciendo?
 - ¿Habla la gente mal y cómo te hace sentir cuando lo hacen?

Cyberbullying and other safety concerns/El ciberacoso y otros problemas de seguridad

- Being mindful of our fear response (shut down or freak out)
- Talking to kids about strangers on the internet
- Defining cyberbullying
- Helping your child cope/respond to bullying
- Other steps to take such as screenshots, reporting to social media platforms, etc.
 - Ser conscientes de nuestra respuesta de miedo (apagarse o alterarse)
 - Hablando con los niños sobre extraños en el Internet
 - Definición de ciberacoso
 - Ayudando a su hijo a sobrellevar/responder al acoso
 - Otros pasos a seguir, como capturas de pantalla, informes a las plataformas de redes sociales, etc.

Tips on Using App's/Consejos sobre el uso de aplicaciones

- Positive Apps are open-ended, promote learning and creativity (create, make, design) such as Duolingo, Calm, Headspace.
- Concerning App's promote anonymity, location services, private messaging and global sharing such as Meetme, Tick Tock, WhatsApp
- www.common sense media.org/app-reviews
 - Las aplicaciones positivas son abiertas, promueven el aprendizaje y la creatividad (crear, hacer, diseñar) como Duolingo, Calm, Headspace.
 - Las aplicaciones concernientes promueven el anonimato, los servicios de ubicación, la mensajería privada y el uso compartido global, como Meetme, Tick Tock, WhatsApp.
 - www.common sense media.org/app-reviews

Online Privacy/Privacidad en Línea

- Talk with your kids about not sharing personal information such as home addresses, phone numbers, inappropriate photos, etc. Help your child think about how something they post could put their safety at risk or could be embarrassing for them or others.
- Hable con sus hijos acerca de no compartir información personal, como domicilios, números de teléfono, fotos inapropiadas, etc. Ayude a su hijo a pensar en cómo algo que publique podría poner en riesgo su seguridad o podría ser vergonzoso para ellos o para otros.

Mentoring and monitoring/Tutoría y vigilancia

- Model the behavior you want to see
- Don't worry about what other families are doing. You can make a plan that fits your family's needs.
- Teaching kids how to responsibly use the Internet by developing their critical thinking skills including anticipating consequences.
 - Modele el comportamiento que desea ver
 - No se preocupe por lo que están haciendo otras familias. Usted puede hacer un plan que se adapte a las necesidades de su familia.
 - Enseñe a los niños cómo usar el Internet de manera responsable mediante el desarrollo de sus habilidades de pensamiento crítico incluyendo la anticipación de consecuencias.

Tips on Setting Limits/Consejos para establecer límites

- Decide what the rules should be with your kid.
 - When making rules, be sure your kids understand why you feel they're important.
 - Try to attain a balance between school, extracurricular activities, in person social time, outside/exercise time and time spent in the digital world.
 - Be consistent in your enforcement of rules.
 - Revisit rules and be open to changing them if they are not working.
- Decida cuáles deben ser las reglas con su hijo.
 - Cuando establezca reglas, asegúrese de que sus hijos entiendan por qué usted cree que son importantes.
 - Trate de lograr un equilibrio entre la escuela, las actividades extracurriculares, el tiempo social en persona, el tiempo al aire libre/ejercicio y el tiempo que pasa en el mundo digital.
 - Sea consistente en la aplicación de las reglas.
 - Revise las reglas y esté dispuesto a cambiarlas si no funcionan.