

Internet

Internet es un medio de comunicación, conocimiento y ocio. Sin embargo, los menores suelen hacer de Internet un fin en sí mismo; es decir, no usan Internet para conseguir algo, sino que usan Internet simplemente por usarlo.

El uso de Internet debe ser un medio para obtener algo y no ser un objetivo en sí mismo.



Riesgo

- Hacer del uso de Internet un FIN en lugar de un MEDIO; navegar por navegar sin perseguir un fin concreto.
- Adicción a la tecnología.
- Comportamientos compulsivos y adictivos.
- Aislamiento social. El menor puede mantener relaciones sociales pero suelen ser todas virtuales, sin interrelación física.
- Incapacidad para afrontar la vida real.
- Puede derivar en Hikikomori (fobia social, aislamiento social agudo). Los menores terminan por mantenerse recluidos en casa sin contacto con el exterior o incluso con su familia.
- Incapacidad para llevar una vida normal



Efectos

- Aislamiento del mundo real
- Pérdida de habilidades sociales
- Pérdida de referentes morales
- Abandono escolar
- Depresión
- Adicción



Qué hacer

- Definir qué uso van a hacer nuestros hijos de Internet, dependiendo de su edad, necesidades y madurez.
- Si consideramos que el uso es necesario debido a su actividad diaria (ir a clase, salir los fines de semana, etc.), marcar pautas y límites
- Observar "tics" de dependencia: ¿qué es lo primero que hace al despertarse? ¿Enciende el ordenador cuando va a estudiar aunque no lo necesite para ello? ¿Estudia con el móvil a mano? ¿No lo desconecta nunca?



Buenas prácticas

- Acordar con ellos cuándo, cómo y para qué van a utilizar Internet
- Ofrecer al menor alternativas, preferiblemente familiares o grupales.
- Buscar pasar tiempo con ellos en actividades que impliquen salir de casa para reducir el acceso a Internet durante periodos.
- Definir horarios de uso y acceso a Internet.
- Diferenciar claramente las actividades que precisen Internet y limitar su uso a las mismas, incluso las escolares.
- Predicar con el ejemplo. Además, así no dejamos que hagan lo que quieran por no prestarles atención.

¿Debo establecer un tiempo de uso para internet a mis hijos?

Aceptar