

MÓDULO ESTUDIANTES Y PROFESORES

ACTIVITY 4 . NAVEGACIÓN SEGURA EN INTERNET

- **TIME:** Periódicamente.
- **RECURSOS:** Lista de recomendaciones y consejos.
- **IDIOMAS:** ING / ESP.

DESCRIPCIÓN:

El uso de las plataformas digitales conlleva una serie de riesgos que pueden afectar el rendimiento de tu hijo, como es el caso del ciberacoso. La discriminación y la intolerancia pueden dar el salto al mundo digital y llegar a perjudicar su estado de salud. Por ello, es necesario conocer métodos y herramientas para prevenir, identificar y atajar este problema.

OBJETIVOS:

- Proteger la privacidad de tu hijo.
- Conocer métodos para prevenir el auge de estos ataques.
- Identificar si tu hijo es víctima de intolerancia y discriminación.
- Implantar métodos para intentar resolver el problema.

INSTRUCCIONES:

Primero debes construir una relación de confianza mutua con el joven, quien debe ser el primero en denunciar el ciberacoso. A continuación, debéis poner en práctica las recomendaciones que se enumeran a continuación y evaluar los progresos. Si el problema persiste, el consejo es comunicarse con el centro educativo e intentar abordar el problema de forma conjunta. Los profesores y miembros del centro educativo pueden identificar comportamientos que escapan al entorno familiar.

NAVEGACIÓN SEGURA EN INTERNET PARA JÓVENES

01



Mantén tu información personal privada: Evita compartir información sensible como tu dirección, número de teléfono, detalles bancarios o contraseñas en línea, a menos que sea absolutamente necesario y estés seguro de la autenticidad del sitio web.

02



Configura la privacidad en tus cuentas sociales: Revisa y ajusta la configuración de privacidad en tus cuentas de redes sociales para controlar quién puede ver tus publicaciones, fotos y otra información personal.

03



Usa contraseñas seguras y únicas: Crea contraseñas fuertes que sean difíciles de adivinar y utiliza diferentes contraseñas para cada cuenta en línea. Considera el uso de un administrador de contraseñas para mantener un seguimiento de ellas de manera segura.

04



Sé cauteloso con los enlaces y archivos adjuntos: Evita hacer clic en enlaces sospechosos o descargar archivos de fuentes desconocidas, ya que pueden contener malware o virus que puedan dañar tu dispositivo.

05



Valida la autenticidad de las fuentes de información: Verifica la veracidad de la información antes de compartirla o creer en ella. Consulta múltiples fuentes confiables para confirmar la exactitud de la información.

06



Sé consciente de tu huella digital: Recuerda que todo lo que publicas en línea puede ser permanente y tener consecuencias en el futuro. Piensa antes de publicar y considera cómo podría afectar tu reputación en el largo plazo.

07



Aprende a detectar el phishing: Estate alerta ante correos electrónicos, mensajes o sitios web que soliciten información personal o financiera. A menudo, estos intentos de phishing se hacen pasar por empresas legítimas para engañarte y robar tu información.

08



Actualiza regularmente tus dispositivos y software: Mantén tus dispositivos, programas y aplicaciones actualizados con las últimas versiones de seguridad para protegerte contra vulnerabilidades conocidas.

09



No aceptes solicitudes de amistad de extraños: En las redes sociales, evita aceptar solicitudes de amistad de personas que no conoces en la vida real. Esto puede ayudar a protegerte de posibles depredadores en línea.

10



Habla con un adulto de confianza si tienes dudas o problemas: Si te encuentras en una situación en línea que te hace sentir incómodo o inseguro, habla con un adulto de confianza, como tus padres, un maestro o un consejero, para recibir apoyo y orientación.

NAVEGACIÓN SEGURA EN INTERNET PARA PADRES

01



Educación sobre seguridad en línea: Habla con tus hijos sobre los riesgos en línea, incluyendo el ciberacoso, el contacto con extraños y el contenido inapropiado. Enséñales a ser conscientes de su comportamiento en línea y cómo proteger su privacidad.

02



Establece reglas y límites: Define claramente las reglas y límites sobre el uso de Internet y la tecnología en tu hogar. Establece horarios para el uso de dispositivos y sitios web, y supervisa su actividad en línea de manera regular.

03



Configura controles parentales: Utiliza herramientas de control parental disponibles en los dispositivos y en los navegadores web para limitar el acceso a contenido inapropiado y establecer filtros de seguridad.

04



Aprende junto con tus hijos: Familiarízate con las plataformas y aplicaciones que utilizan tus hijos, así como con las redes sociales y los juegos en línea populares. Esto te permitirá entender mejor sus experiencias en línea y brindarles apoyo cuando lo necesiten.

05



Fomenta la comunicación abierta: Crea un ambiente en el que tus hijos se sientan cómodos compartiendo sus experiencias en línea contigo. Anímalos a hablar sobre cualquier problema o preocupación que puedan tener mientras navegan por Internet.

06



Supervisa la actividad en línea: Mantén un ojo en la actividad en línea de tus hijos, ya sea revisando su historial de navegación, sus perfiles en redes sociales o utilizando herramientas de monitoreo parental.

07



Enseña sobre privacidad y seguridad: Educa a tus hijos sobre la importancia de proteger su información personal en línea, incluyendo contraseñas, direcciones y números de teléfono. Enséñales a configurar correctamente la privacidad en sus cuentas y perfiles en línea.

08



Promueve el pensamiento crítico: Ayuda a tus hijos a desarrollar habilidades de pensamiento crítico para evaluar la veracidad de la información en línea y discernir entre contenido confiable y engañoso.

09



Establece normas sobre compartir contenido: Enséñales a tus hijos a pensar antes de compartir cualquier contenido en línea, ya sea fotos, videos o información personal. Hazles entender las implicaciones de compartir contenido público en su reputación y seguridad.

10



Fomenta el uso equilibrado de la tecnología: Promueve actividades fuera de línea y fomenta el tiempo en familia y actividades sociales fuera de la pantalla. Ayuda a tus hijos a encontrar un equilibrio saludable entre el uso de la tecnología y otras actividades en su vida diaria.