

RECOMENDACIONES PARA LA FAMILIA

Drama digital

Cuando se habla sobre los medios sociales, es importante que los adultos y los muchachos hablen el mismo idioma. Cuando los adultos hablan de acoso cibernético (*cyberbullying*), los muchachos pueden interpretarlo como *drama digital*. Pero no es trivial. El drama digital se gesta fuera del mundo digital y luego estalla en internet, cuando los muchachos se sienten lo suficientemente fuertes para decir o hacer cosas que no harían ni dirían cara a cara. Supervisar y observar cuidadosamente a los muchachos cuando ellos interactúan con la tecnología los puede ayudar a asegurar que las conversaciones con ellos sean productivas.

- **Pregúntenles cómo están... y luego vuélvanles a preguntar**

Parece simple, pero pregúntenles a sus hijos cómo están a diario. Además, observen si hay señales que revelan que están siendo víctimas del drama digital —un cambio en el estado de ánimo o en el comportamiento— cuando sus hijos interactúan con su teléfono y otros dispositivos. Puede ser que estén absorbiendo, de una manera no muy sana, mensajes sociales casi imperceptibles. Hagan muchas preguntas para determinar cómo sus hijos usan los medios e interactúan con la tecnología. ¿Cuáles son sus herramientas favoritas? ¿Por qué valoran la tecnología? ¿Cuáles son algunos de los beneficios, así como desventajas, de nuestro mundo que opera las 24 horas del día?

- **Presionen el botón de «pausa»**

Si su hijo es el recipiente del comportamiento dañino de otra persona en línea, anímenlo a que transfiera el caso fuera de internet. Puede ser tentador continuar la conversación en línea; sin embargo, cara a cara podría ser mucho más constructivo. La falta del lenguaje corporal, de las expresiones del rostro y del tono de voz en la comunicación en línea pueden crear malentendidos fácilmente. Alíen a sus hijos a ponerse «en los zapatos de la otra persona» para asegurarse de que están considerando todos los puntos de vista posibles. Transferir el caso fuera de internet por lo menos le dará a su hijo el tiempo para pensar cómo actuar —en lugar de simplemente reaccionar—.

- **Dense cuenta de lo que en realidad está sucediendo**

Con la popularidad que tiene el compartir fotos, los chicos frecuentemente tienen la prueba de que no fueron incluidos... lo que conlleva al sentimiento de exclusión. Imagínense a su hijo viendo una foto de sus amistades cenando y de pronto darse cuenta de que no fue invitado. Si bien es cierto de que no todas las personas están incluidas en todas las actividades, es duro para los muchachos entender eso, y a menudo lo único que necesitan es que alguien los escuche o realizar una actividad social alternativa. Desafortunadamente, algunos muchachos comparten fotos en línea e intencionalmente etiquetan a los chicos que no fueron invitados —lo cual es un mensaje de exclusión no tan sutil—. En esos casos, muéstrenle su apoyo a sus hijos, y conversen sobre algunas estrategias para subsanar una mala actitud o disipar una pelea.