

# GUÍA DE DISCUSIÓN

(Edades 13-17)

Es importante hablar con los adolescentes acerca de la seguridad de una manera que respete su independencia mientras establezca límites. Esta guía de discusión brinda mensajes sobre la seguridad personal y en línea que puede utilizar a comenzar una conversación.



Anime a sus adolescentes a tener conversaciones regulares acerca de sus vidas con usted u otro adulto de confianza. Los adolescentes deben saber que pueden confiar en su apoyo sin importar lo difícil que sea la situación.

## Temas de conversación

Cuando hable acerca de la **seguridad personal**, enfóquese en los mensajes que ayuden a los adolescentes a protegerse sin la supervisión de adultos. Hable con los adolescentes acerca de:

- Cuidarse a sí mismos y a sus amigos cuando vayan a cualquier lugar.
- Consultar con usted o con el adulto encargado antes de cambiar de planes.
- No aceptar invitaciones para llevarlos en su vehículo ni regalos sin su permiso, incluso si provienen de conocidos casuales.
- Decir "no" a cualquier persona que intente presionarlos para participar en actividades indeseadas como las drogas, el alcohol o el sexo. Recuérdeles a los adolescentes que un amigo o adulto confiable no los presionará a hacer nada que sea peligroso o inapropiado.

Cuando hable acerca de la **seguridad del Internet**, enfóquese en los mensajes que ayuden a los adolescentes a comprender cómo sus acciones pueden afectarles fuera del Internet. Hable con los adolescentes acerca de:

- ¿Qué información puede publicarse o no en línea? Ayúdeles a comprender cómo los comentarios e imágenes no apropiados pueden afectar negativamente las oportunidades académicas y laborales.
- No compartir imágenes desnudas ni "sextear". Recuérdele a los adolescentes no enviar, pedir ni reenviar "sextos".
- Crear entornos positivos en la Internet. En lugar de participar, los adolescentes deben denunciar cualquier hostigamiento cibernético al sitio web en el que ocurre e informarle a sus adultos de confianza.
- No presionar a sus pares para que participen en el hostigamiento cibernético, "sexteo" u otros comportamientos por en línea.
- Informarle a cualquier persona que los hace sentir incómodos, les pide mostrar fotos insinuantes o les muestra estas fotos, o les pide reunirse fuera de en línea. Ayude a su adolescente a informar a [www.CyberTipline.com](http://www.CyberTipline.com)

## Cómo hablar acerca de ello

**No exagere.** Los adolescentes pueden ignorarlo a usted y a los riesgos. Ayúdelos a comprender sus inquietudes y cómo sus reglas familiares los mantienen seguros.

**Establezca límites.** Aclare a sus adolescentes las reglas de seguridad de la familia y las consecuencias por violarlas.

**Mantenga la calma.** Los adolescentes cometen errores. Si violan alguna regla de seguridad, recuérdelos por qué la ha establecido y aplique las consecuencias. Hable acerca de lo que deben hacer de manera distinta la próxima vez.

**No omita los asuntos difíciles.** Puede ser difícil hablar acerca de algunos temas de seguridad, especialmente aquellos que involucren el sexo. Pero el hecho de no hablar acerca de ellos puede dificultar que su adolescente hable con usted en caso de surgir algún problema.

**Escuche.** Aliente a sus adolescentes para que hablen acerca de sus inquietudes y escuche respetuosamente, incluso si no está de acuerdo.

**Hable con frecuencia.** Es importante recordarle a los adolescentes acerca de sus reglas de seguridad y los motivos por los cuales las ha establecido en forma regular. Mientras más tenga estas conversaciones con sus adolescentes, más fácil será hacerlo.

## MOMENTOS DE APRENDIZAJE

Las siguientes historias demuestran cómo puede incorporar los consejos de seguridad a las interacciones de la vida real con sus adolescentes.

### Verifique primero

Mya, la hija de 14 años de Andrew, salió al centro comercial con sus amigos después de la escuela, pero no les pidió permiso a sus padres. Cuando Mya llega a casa, Andrew le habla acerca de por qué esto es peligroso. "Tu madre y yo esperábamos que llegaras a casa a determinada hora. Cuando no habías llegado, nos preocupamos mucho. No es justo dejarnos sin saber dónde estás. Deberías informarnos cuando cambies de planes. Puesto que has violado una de las reglas de seguridad de la familia, estás castigada. La próxima vez, pide permiso antes de cambiar los planes."

### "Sexteo"

Shelby acaba de regresar a casa luego de asistir a una reunión de emergencia de los padres en la escuela de Chris, su hijo de 16 años. Se está compartiendo la fotografía desnuda de una alumna en la escuela a través del teléfono móvil. Chris no está involucrado en la situación, pero Shelby sabe que es importante hablarle al respecto. Le dice a su hijo, "'sextear' fotos puede ocasionar muchos problemas para los adolescentes. No deberías pedirle a nadie que te las envíe o se las envíen a cualquier persona, incluso bromeando. Si alguien te la envía, no la reenvíes y hazme saber de inmediato".

No tiene que esperar que ocurra una situación de la vida real antes de hablar acerca de la seguridad con sus adolescentes. Comience a hablarles de ello de inmediato al crear sus propios momentos de aprendizaje.

## CÓMO EMPEZAR

### Cuando los adolescentes se encuentren en línea o envíen mensajes de texto, pregunte

"¿Estás siendo cuidadoso con los comentarios y las imágenes que compartes?"

### Si surge una noticia acerca de la seguridad personal, pregunte

"¿Qué reglas de seguridad podrían haber ayudado en esta situación?"

### Mientras revise las páginas de los medios sociales con los adolescentes, pregunte

"¿Qué crees que dicen tus publicaciones acerca de ti?"



Comprométase a hablar con sus hijos acerca de la seguridad en [MissingKids.org](https://www.MissingKids.org)