



## Plugged-in Parents / *Padres conectados*

Keeping kids safe, happy, and healthy in the digital age. / *Cómo mantener a nuestros hijos seguros, felices y saludables en la era digital.*

**This brave new world isn't easy for parents. /  
*Este nuevo mundo tecnológico no es fácil para los  
padres***

### Statistics / *Estadísticas*

- Children ages **8 and under spent an average of 1:55 a day with screen media** (TV, video games, computer, mobile devices).
- Tweens use about **6 hours**
- Parents feel guilt and anxiety - worry about kids' well being
- *Niños menores de 8 años pasan un promedio de 1:55 horas en frente de pantallas al día (TV, videojuegos, computadora, aparatos).*
- *Niños pre-adolescentes los usan un promedio de 6 horas*
- *Los padres se sienten culpables y tienen ansiedad y preocupación por el bienestar de sus hijos*

With that in mind, what are your **biggest concerns** about digital media?

*Con eso en mente, ¿Cuáles son sus preocupaciones más grandes acerca de los medios digitales?*

What are some of digital media's **strengths**?

*¿Cuáles son algunos de los beneficios de los medios digitales?*

How do we use media in balance as a family, find quality content, set expectations around healthy use to prevent conflict, and raise media savvy consumers and creators?

*¿Cómo balancear el uso de los medios en familia, buscar contenido de calidad, establecer expectativas sobre el uso saludable de la tecnología para evitar conflictos, y criar jóvenes que sean consumidores y creadores inteligentes de los medios?*

# All About That Balance

## Ask yourself – is my child:

- ✓ Physically healthy and sleeping enough?
- ✓ Connecting socially with family and friends (in any form)?
- ✓ Engaged with and achieving in school?
- ✓ Pursuing interests and hobbies (in any form)?
- ✓ Having fun and learning in their use of digital media?

Source: "New screen time rules from the American Academy of Pediatrics," Sonia Livingstone



© 2018 Common Sense Media. All rights reserved. [www.commonsense.org](http://www.commonsense.org)

## Todo con moderación

### Pregúntese: Está mi hijo/a...

- ¿Físicamente saludable y durmiendo suficiente?
- ¿Siguiendo sus intereses y aficiones?
- ¿Socializando con la familia y sus amistades (de alguna forma)?
- ¿Divirtiéndose y aprendiendo cuando usa los medios digitales?
- ¿Involucrados en la escuela y obteniendo buenos resultados?

Fuente: "New screentime rules from the American Academy of Pediatrics," Sonia Livingstone



© 2018 Common Sense Media. All rights reserved. [www.commonsense.org](http://www.commonsense.org)

# Set Yourself Up For Success

What are best practices around digital media and devices ?

- Use media with your kid.
- Know your own rules.
- Set expectations and rehearse.
- Connect media to real life.
- Talk about commercials and other advertising.
- Encourage creation as well as consumption.
- Talk about digital citizenship.
- Model the media behavior you want to see in your kids.

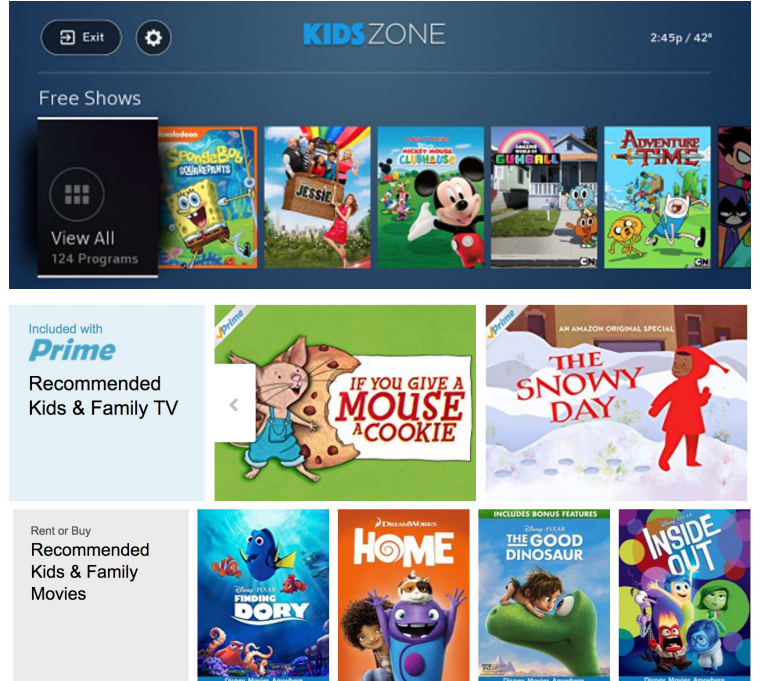
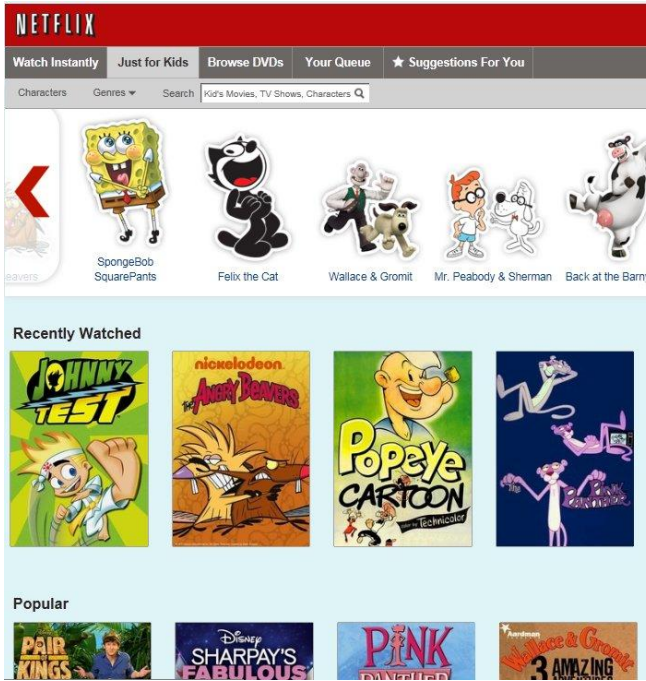
# Encamínate al éxito

¿Cuáles son las mejores prácticas para el uso de los medios digitales?

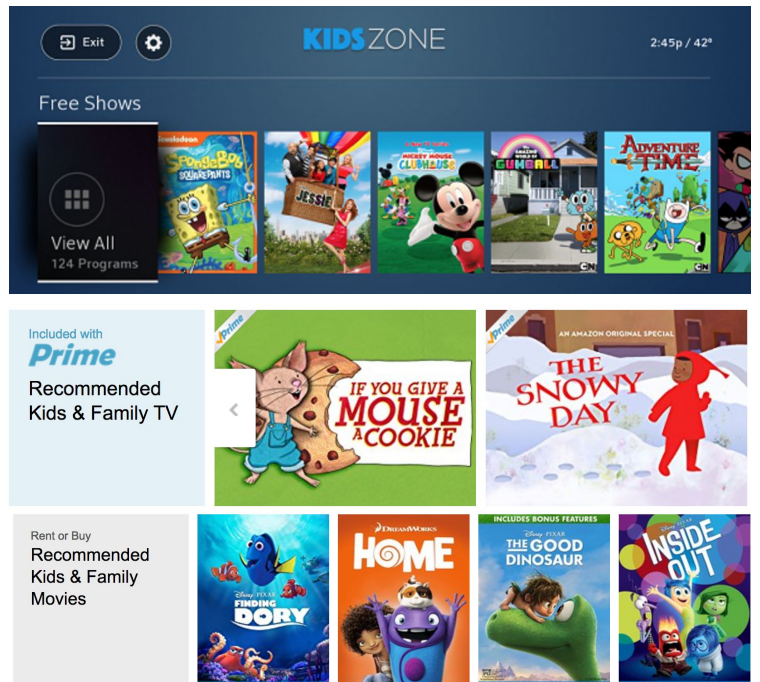
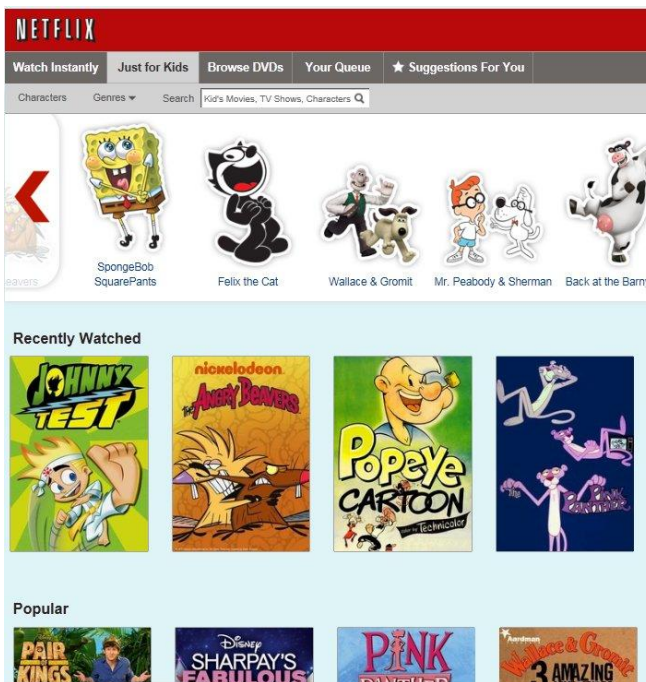
- Usa los medios con tu hijo.
- Conoce tus propias reglas.
- Establece expectativas y práctica.
- Haz conexiones con la vida real.
- Habla acerca de comerciales y publicidad.
- Promueve la creatividad, no solo el consumismo.
- Charla acerca de la ciudadanía digital.
- Da el ejemplo y compórtate como quieres que tus hijos se comporten.



# Be Choosy



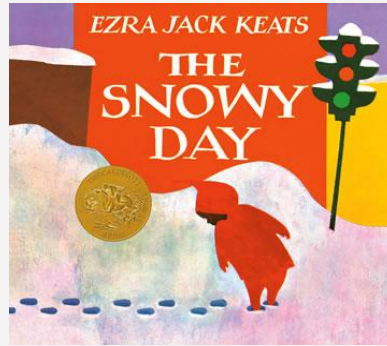
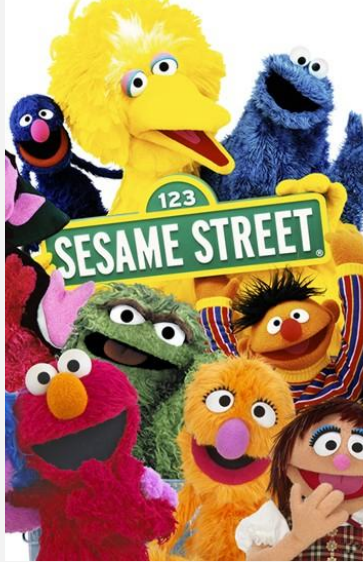
# ¿Cómo Escoger?





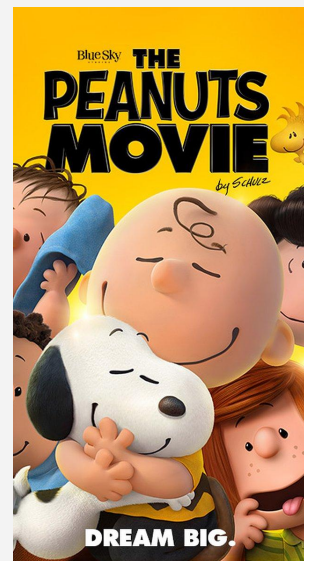
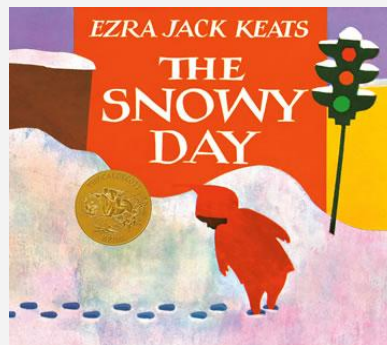
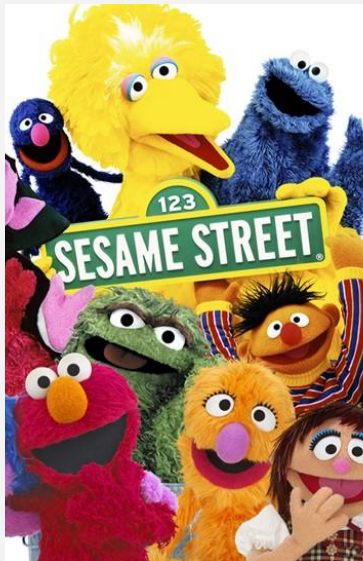
# ABCs and 123s

Look for apps, TV shows, and movies with positive messages and educational value.



# ABC y 123

Busca apps, shows de televisión, y películas con mensajes positivos y valor educacional.



# Declaring Independence / Declarando la independencia

As kids get older, they go their own way / Los hijos crecen, y quieren tomar sus propias decisiones

- Age 8, kids want **more independence**, develop own relationship to tech and media
  - Want to play things like **Minecraft, Roblox, Animal Jam**, etc.
  - Chat **can pose risks**, though really extreme cases of predators are relatively rare
    - More often other kids aren't kind or take advantage of younger kids
  - Often no clear stopping points, so **easy to play for hours**
- 
- *A partir de los 8 años, los niños quieren más independencia y quieren desarrollar su propia relación con la tecnología y los medios.*
  - *Quieren jugar **Minecraft, Roblox, Animal Jam**, etc.*
  - *Chatear **puede ser riesgoso**, aunque los casos extremos de predadores no son comunes.*
    - *A veces otros niños no son muy buenos y toman ventaja de niños más jóvenes*
  - *A veces no hay ciclos que cierran para terminar, así es que **es fácil seguir jugando por horas y horas***

**What was most important to you as a tween? / ¿Recuerda qué era lo más importante cuando usted estaba en la secundaria?**

- A. Friends / Amigos
- B. Family / Familia
- C. Fitting in / Ser aceptado
- D. Self-expression / Autoexpresión
- E. All of the above? / Todo lo de arriba



Kids aren't addicted to technology, they're addicted to their friends.

- Technology has become the primary place where young people can hang out with their peers.

Los niños no son adictos a la tecnología, son adictos a sus amigos.

- La tecnología se ha convertido en el lugar principal donde los jóvenes pueden pasar el rato con sus compañeros.



## Be the training wheels / Sea sus ruedas de entrenamiento





# A phone: To buy or not to buy?

## Responsible

Do they show basic responsibility with time, valuables, and behavior toward others?

## Social

Is there a social benefit to having a phone? A social cost to not having one?

## Safe

Are there reasons you need to be in touch for your kid to stay safe?

## Respectful

Do they generally follow rules? Will they agree to the limits you set?

# Un celular... ¿se lo compro o no?

## Responsable

¿Ya demuestra responsabilidad con su tiempo, sus cosas de valor, y su comportamiento con los demás?

## Sociable

¿Existe un beneficio social de que tenga un celular? ¿Habrá un costo social si no lo tiene?

## Seguro

¿Hay razones por las que quieres estar en contacto? Por ejemplo, para que tu hijo esté a salvo.

## Respetuoso

¿Usualmente sigue las reglas? ¿Estará de acuerdo con los límites que les des?

# Social Media Mashup / *El rompecabezas de las redes sociales*

FACEBOOK TWITTER  
TINDER MUSICALLY INSTAGRAM  
GIFS LIVESTREAMING SNAPCHAT  
EMOJIS GROUP VIDEO CHAT  
LIVE.ME TEXTING



## Social Media Red Flags

- ▶ Age-inappropriate content
- ▶ Public default settings
- ▶ Location tracking and sharing
- ▶ Real-time video streaming
- ▶ Ads and in-app purchases
- ▶ "Temporary" pics and videos
- ▶ Subpar reporting tools
- ▶ Anonymity
- ▶ Cyberbullying/negative culture

# Peligros de las Redes Sociales

- ▶ Contenido inapropiado
- ▶ Configuraciones públicas
- ▶ Seguimiento de la ubicación
- ▶ Transmisión de video en tiempo real
- ▶ Anuncios y compras de apps
- ▶ Fotos y videos “temporales”
- ▶ Informes inadecuados
- ▶ Anonimidad
- ▶ Cyberbullying / cultura negativa

**Self-reflect Before You Self-reveal! /  
¡Reflexiona antes de revelarlo todo!**

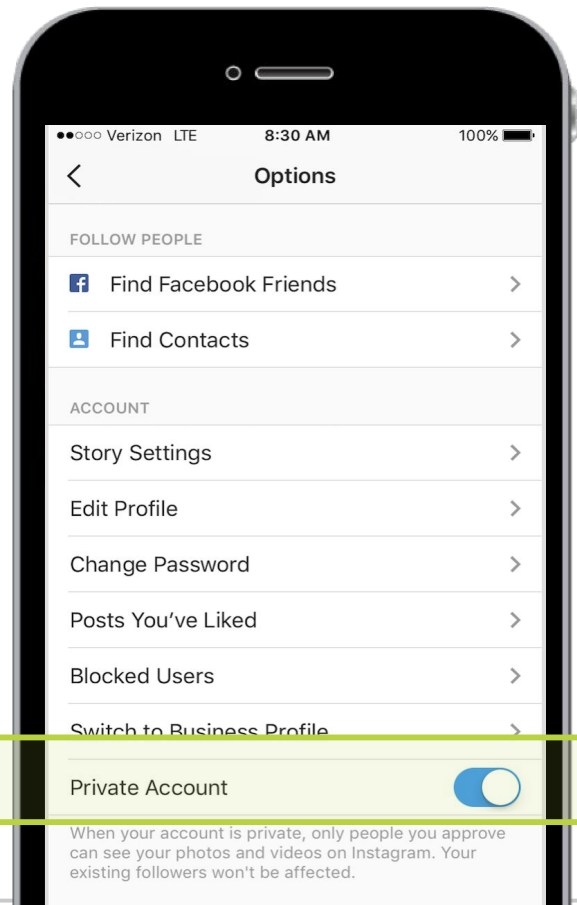




# Privacy Settings

**Posts are Private**

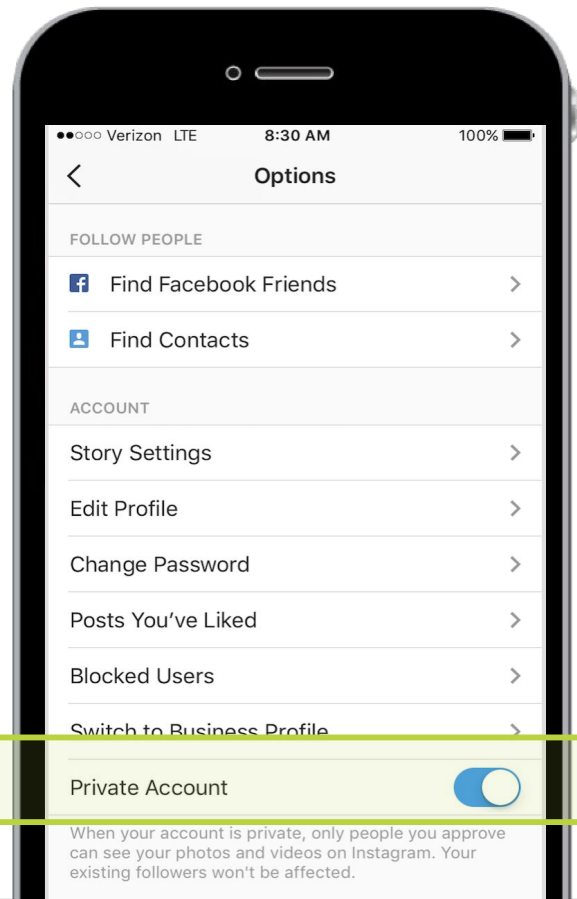
Turn privacy ON to approve follow requests. Your existing followers won't be affected.



# Configuración de Privacidad

**Posts are Private**

Turn privacy ON to approve follow requests. Your existing followers won't be affected.



# Keeping Our Kids Safe

Worst-case scenarios exist, but they are not the norm!

**20–54%**

of teens have sent or posted sexy pictures of themselves. Most sexy pictures are sent to a significant other.

**51%**

of girls say they felt pressure from a guy to send sexy pictures.

**30-40%**

of teens say nude photos are shared beyond intended receiver.

**9%**

of kids receive unwanted online sexual solicitations (as of 2010).

**4%**

of kids have online interactions where a predator attempts to make contact offline

GuardChild citing Pew Internet and American Life Project, National Campaign to Prevent Teen Pregnancy, Cox Communications Teen Online and Wireless Safety Survey, YISS study



© 2018 Common Sense Media. All rights reserved. [www.commonsense.org](http://www.commonsense.org)

## Manteniendo a Nuestros Hijos Seguros

A veces ocurre lo peor, pero no es la norma.

**20–54%**

de los adolescentes han enviado fotos “sexys” o provocativas de sí mismos. La mayoría son enviadas a un novio o novia.

**51%**

de las adolescentes dicen que sintieron presión de un adolescente para mandarles fotos sexies.

**30-40%**

De los adolescentes dicen que las fotos de desnudos son compartidas con más personas que el receptor original.

**9%**

de los niños reciben solicitudes sexuales en la red no deseadas por ellos (2010).

**4%**

De los niños tienen interacciones en la red en la que un depredador intenta contactarlos fuera de la red.

GuardChild citing Pew Internet and American Life Project, National Campaign to Prevent Teen Pregnancy, Cox Communications Teen Online and Wireless Safety Survey, YISS study



© 2018 Common Sense Media. All rights reserved. [www.commonsense.org](http://www.commonsense.org)

# Digital Citizenship



Internet Safety



Privacy & Security



Relationships & Communication



Cyberbullying & Digital Drama



Digital Footprints & Reputation



Self-Image & Identity



Information Literacy



Creative Credit & Copyright

It's never too early to talk to your kid about digital citizenship, being kind online, and calling out cruelty.

# Ciudadanía Digital



Internet Safety



Privacy & Security



Relationships & Communication



Cyberbullying & Digital Drama



Digital Footprints & Reputation



Self-Image & Identity



Information Literacy



Creative Credit & Copyright

Nunca es muy temprano para hablar con tu hijo acerca de la ciudadanía digital, la importancia de ser amable y combatir la crueldad.



## Choose

Help kids make good choices.

## Check

Check what they're doing.

## Chat

Follow up with a chat.



## Elige

Ayuda a tus hijos a tomar buenas decisiones.

## Revisa

Revisa lo que están haciendo.

## Platica

Habla con ellos después de ver o jugar.



# Use Media: Don't Let It Use You

**50 %**

of teens feel addicted to technology.

**59%**

of parents feel teens are addicted.

**Over 1/2**

of teens multitask while doing homework, and most believe it doesn't hurt the quality of their work.

**Over 80%**

of parents and teens feel technology makes no difference or helps their relationships.

**Fear of missing out (FOMO) and social media anxiety are very real for teens.**

## Usa los Medios: No dejes que los medios te usen a ti

**50 %**

de los adolescentes creen que son adictos a la tecnología.

**59%**

De los padres creen que sus hijos adolescentes son adictos.

**Más de la mitad**

de adolescentes hacen “multitasking” mientras hacen la tarea, y la mayoría creen que no les afecta la cualidad de su trabajo.

**Más del 80%**

De los padres y adolescentes creen que la tecnología no afecta sus relaciones.

**La ansiedad por no ser incluidos en las actividades que sus amigos hacen y que publican en las redes sociales afecta verdaderamente a los adolescentes.**



## Model

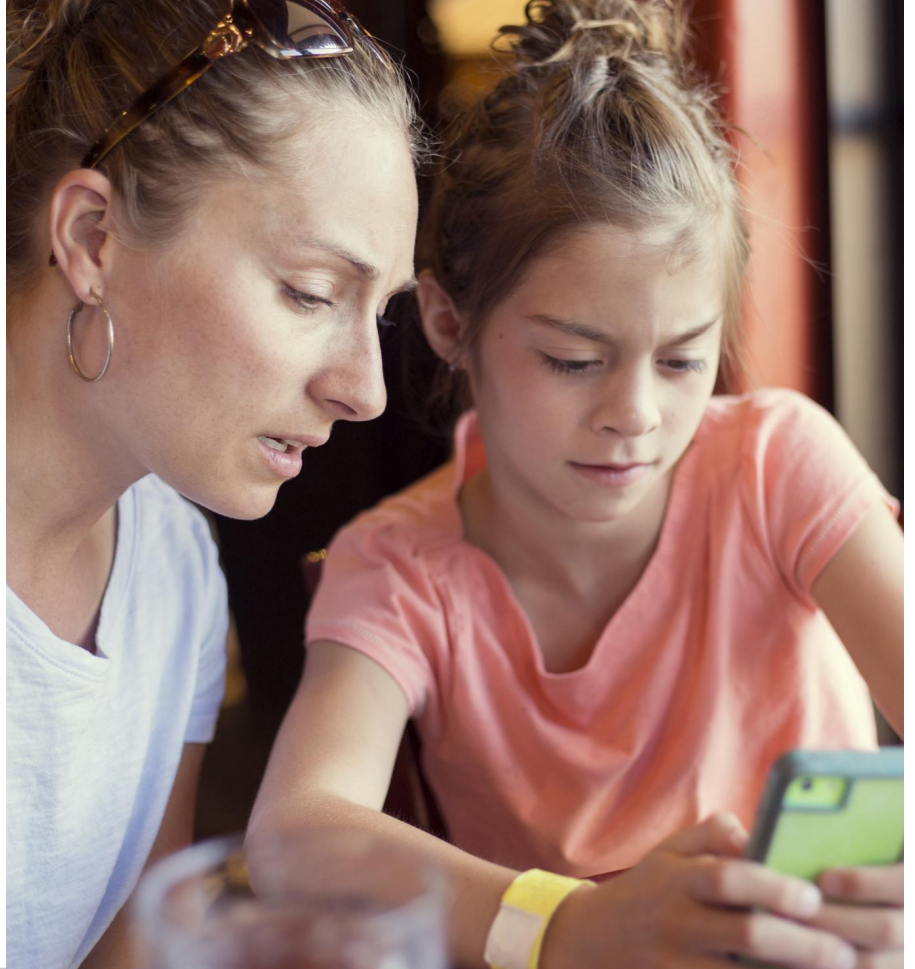
Be a media mentor and set the standard.

## Monitor

Use limits, not lectures, and be up front about checking their media use.

## Mediate

Be ready to step in if necessary, but let teens make some choices on their own.



© 2018 Common Sense Media. All rights reserved. [www.commonsense.org](http://www.commonsense.org)

## Da el ejemplo

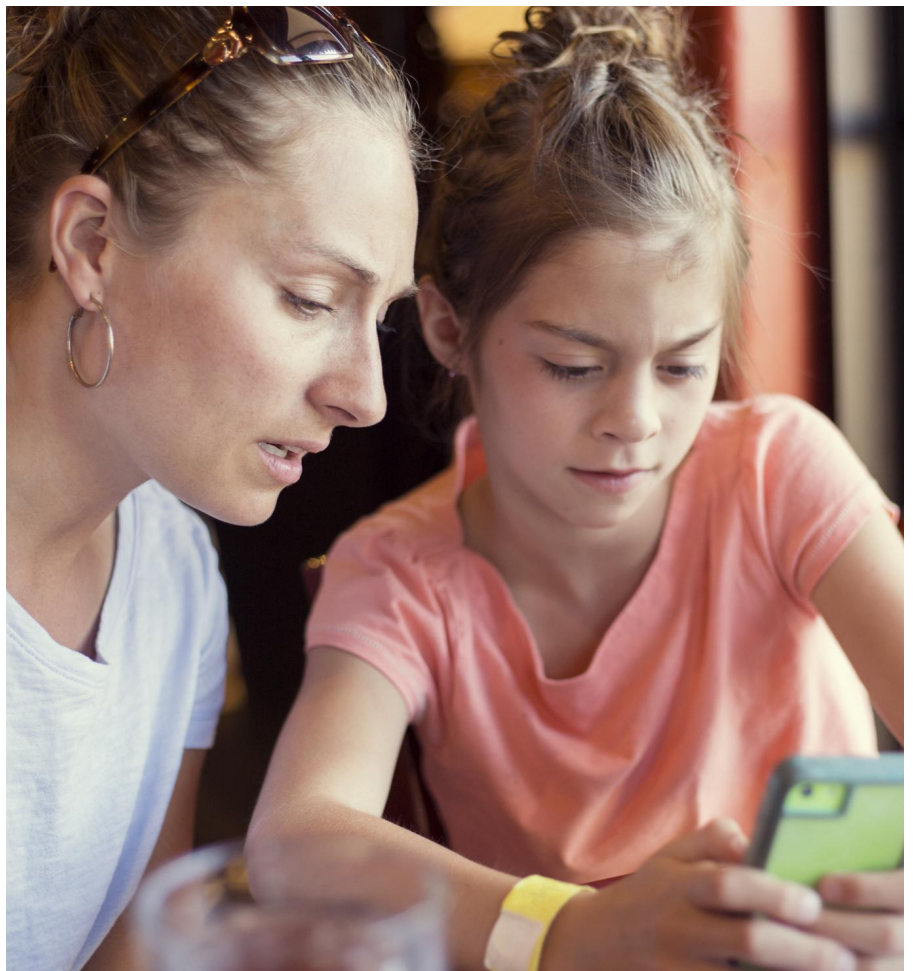
Sé un mentor de los medios y da un buen ejemplo.

## Monitorea

Usa límites, no sermones, y se honesto acerca del monitoreo del uso de los medios.

## Intervén

Está listo para intervenir si es necesario, pero intenta darles espacio para que tomen sus propias decisiones.



© 2018 Common Sense Media. All rights reserved. [www.commonsense.org](http://www.commonsense.org)



**When all else fails, tracking software might, too.**

"Technology is going to help you," he says, "but it's not going to get away from the fact that you should be having more conversations about this with your kids."

Nick Shaw of Norton Security

**Cuando todo lo demás fracasa, software de seguimiento también puede fracasar.**

“La tecnología está aquí para ayudarte, pero no cabe duda que aún tenemos que tener más conversaciones con nuestros hijos.”

Nick Shaw de Norton Security

Instead of shutting it all down, build it up!



© 2018 Common Sense Media. All rights reserved. [www.commonsense.org](http://www.commonsense.org)

**En vez de prohibir todo, ¡sigan adelante!**

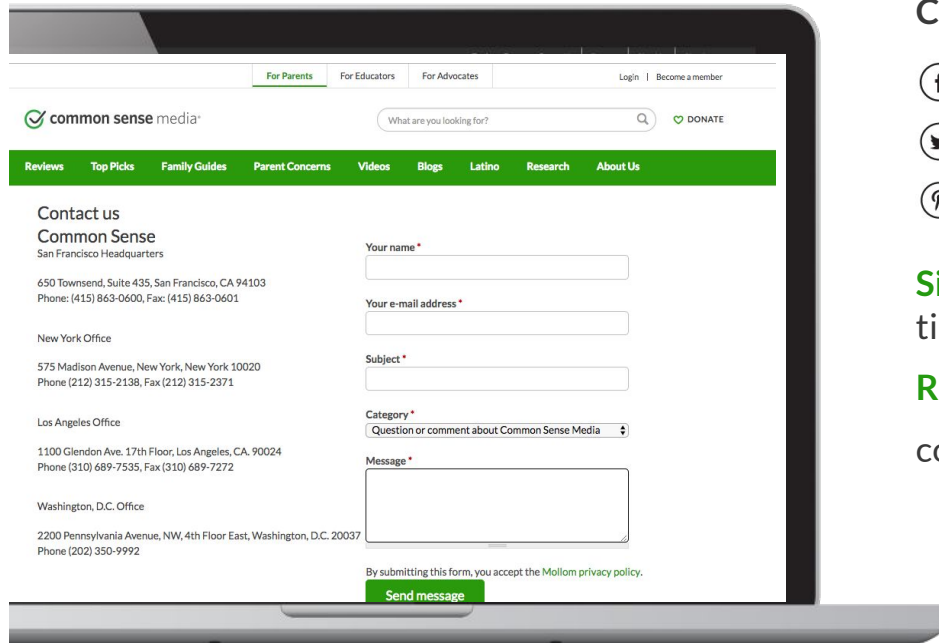
Usa los medios para conectarte y divertirte con tus hijos  
y para guiarlos sobre cómo decidir por sí mismos.






© 2018 Common Sense Media. All rights reserved. [www.commonsense.org](http://www.commonsense.org)

# Resources for Support

[commonsensemedia.org](http://commonsensemedia.org)



## Connect with them

-  @commonsensemedia
-  @CommonSense
-  commonsenseorg

**Sign up today** for our tips and updates.

**Regístrate hoy** para recibir consejos y actualizaciones.



© 2018 Common Sense Media. All rights reserved. [www.commonsense.org](http://www.commonsense.org)

# Thank You ¡Gracias!

