

NUEVAS TECNOLOGÍAS USO Y ABUSO EN NIÑ@S Y ADOLESCENTES



Cynthia Santacruz

“Cada día sabemos más
y entendemos menos”

Albert Einstein

¿CÓMO SER PADRES
DE LOS NATIVOS
DIGITALES?



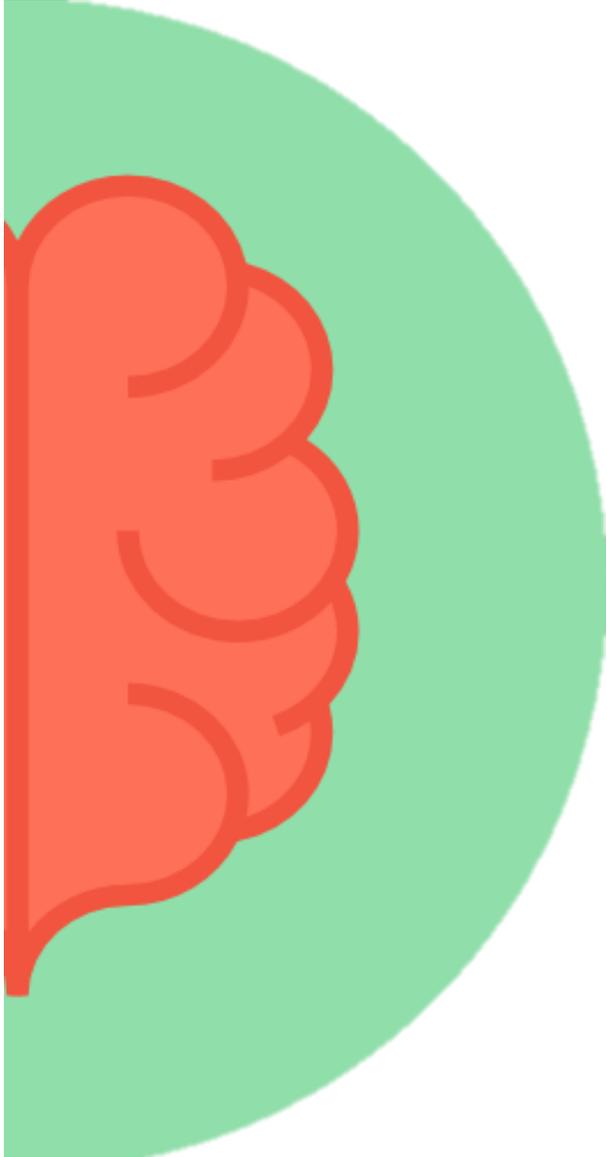
**NEUROCIENCIA
DEL EFECTO TICS**



**¿CÓMO?
¿CUÁNDO?
¿CUÁNTO?**



**LA FAMILIA
EDUCACIÓN
OFFLINE**

A stylized illustration of a brain in shades of red and orange, positioned on the left side of the slide. The brain is partially obscured by a green circular shape that frames its right side. The overall design is clean and modern.

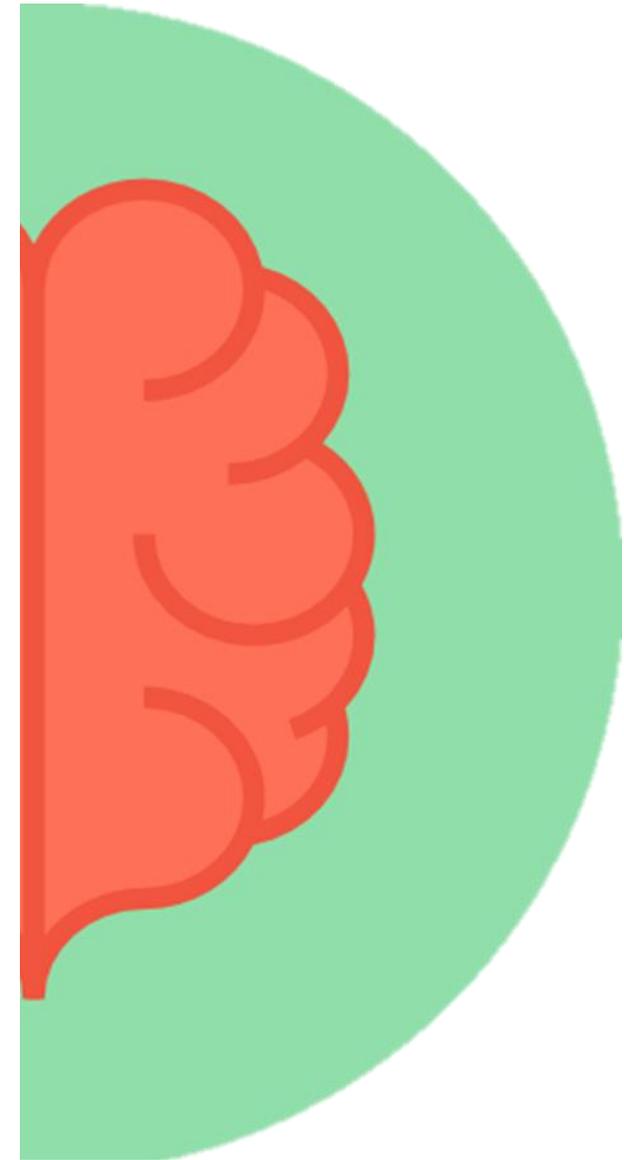
¿ Cómo afectan las pantallas al cerebro de nuestros hijos?

“NEUROMITOS”

“NEUROMITOS”

Allan Crockard

- Los niños tienen una inteligencia ilimitada. Sólo usamos el 10 % del cerebro. (más y antes es mejor).
- Los tres primeros años son decisivos para el aprendizaje.
- Un entorno enriquecido aumenta la capacidad del cerebro de aprender.



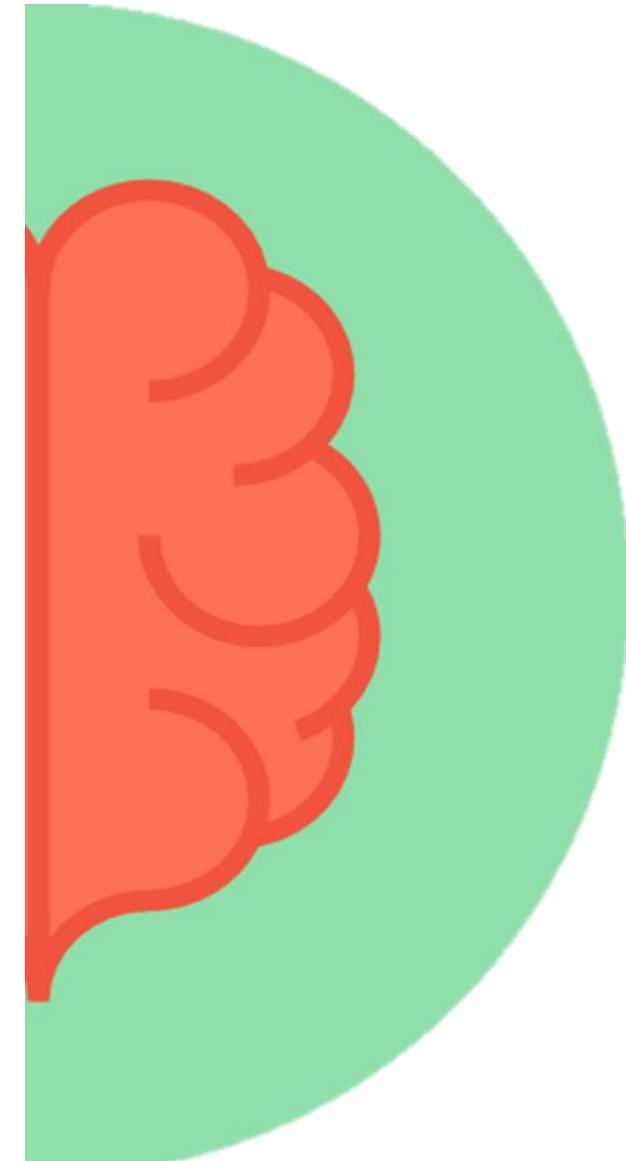
¿ Cómo se desarrolla el cerebro?

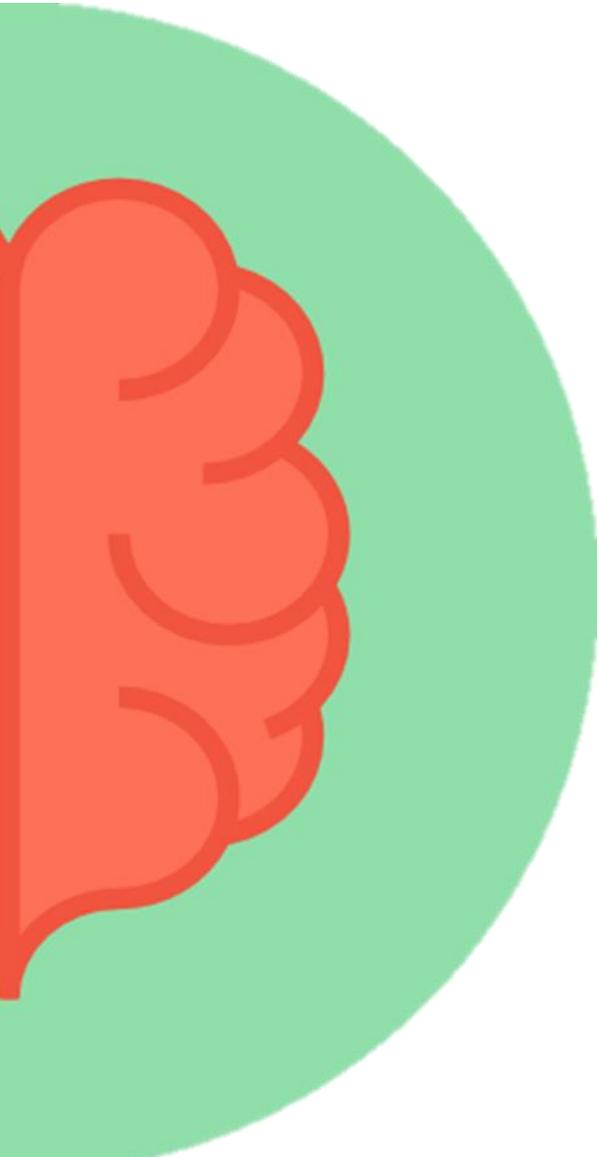
DOWN-TOP

La conquista de la **FRONTALIZACIÓN**.
(unión de atención y voluntad)

- Déficit por **HIPERESTIMULACIÓN**: modificación de los umbrales.
- El valor de la atención y la memoria de trabajo.
INCAPACIDAD PARA TOMAR DECISIONES
(no sabes que es lo importante).
- La vida **MULTITAREA** (mientras veo...hago...

Clifford Nass *"enamorado de la irrelevancia"*



A stylized illustration of a human brain in red, positioned on the left side of the slide. The brain is set against a light green circular background that is partially cut off by the left edge of the frame. The brain's surface is depicted with several rounded, overlapping lobes.

Baja Tolerancia a la frustración.
Retraso en la gratificación
(dopamina)
(Marshmallow Test.
Walter Mischel)

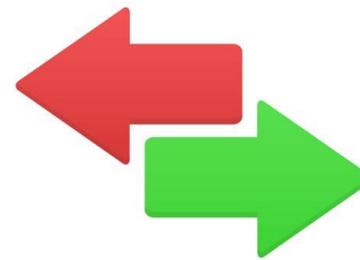
ALTERACIÓN DEL SENTIDO DEL SER / FRAGIL IDENTIDAD

La identidad se construye con REALIDAD.
La realidad es siempre EXPERIENCIAL.



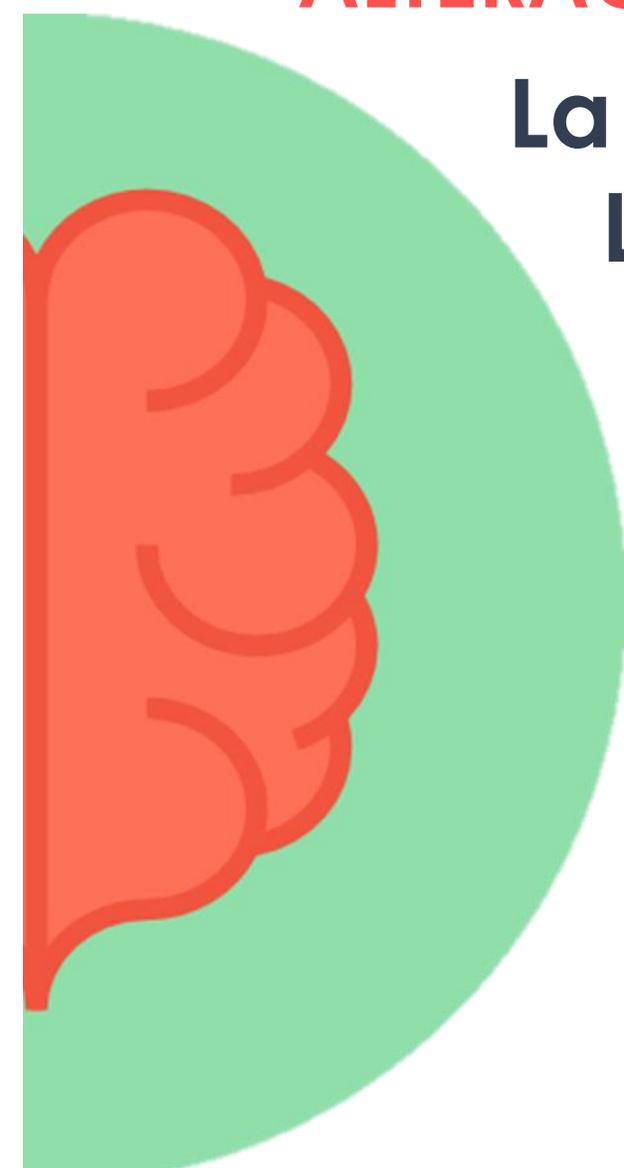
MEMORIA BIOGRÁFICA

YO soy el protagonista



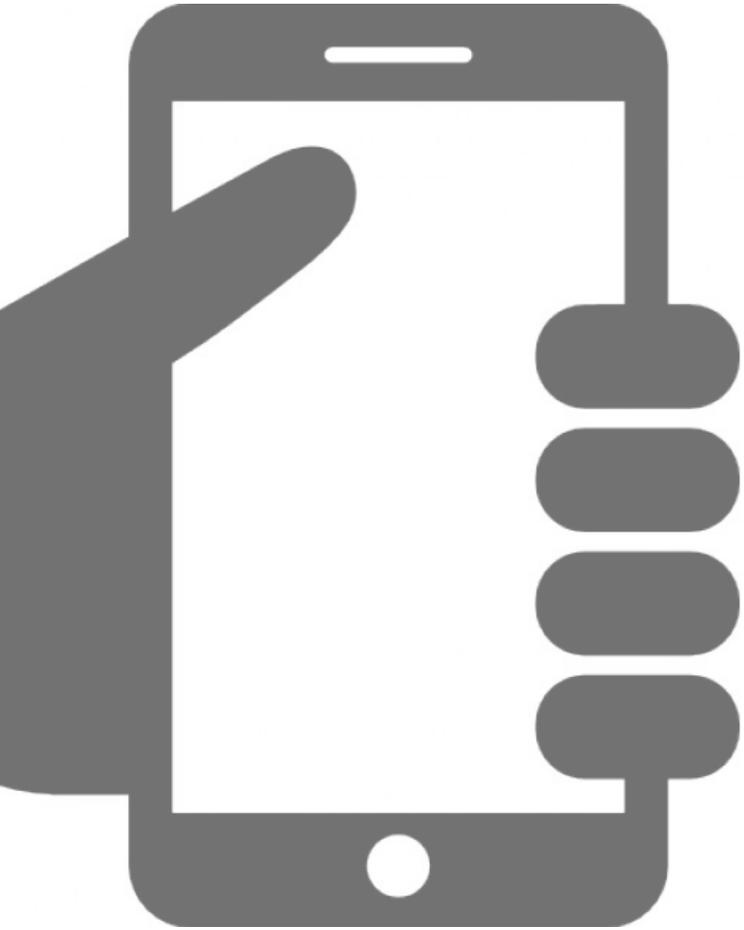
MEMORIA SEMÁNTICA

YO soy un agente pasivo



¿CÓMO, CÚANDO, CUÁNTO?





INE (2014)

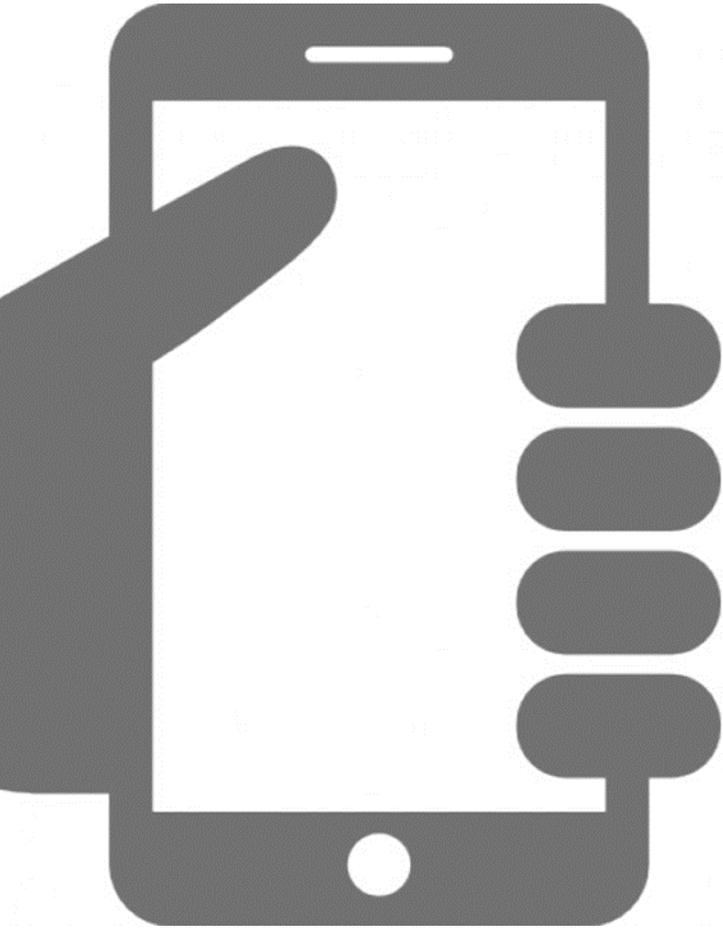
El 89% de los niños de 10 años navegan por internet y el 24% tiene móvil

El 92% de los niños de 12 años tiene móvil.

El primer móvil se suele dar por herencia y cómo una forma de **control y contacto**. Justo en este momento los padres empiezan a buscar formas **de supervisión y seguimiento**.

¿ Si no está preparado para tenerlo... ¿Por qué lo tiene?

¿CÓMO, CÚANDO, CUÁNTO?



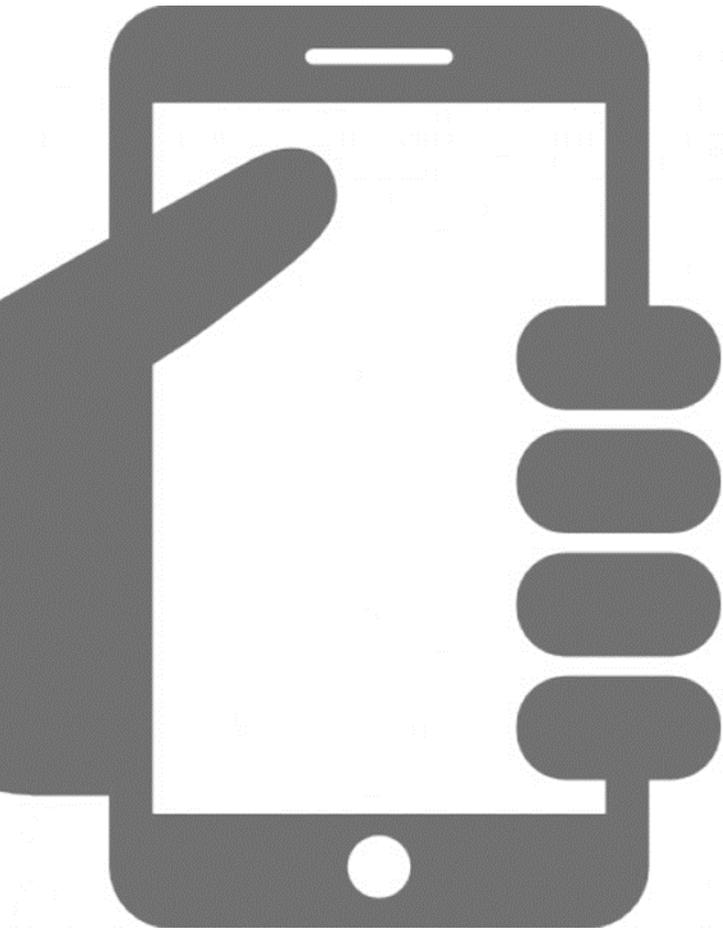
- NUNCA ANTES DE LOS 3 AÑOS.
- POCO A PARTIR DE LOS 2.
- LOS CONTROLES PARENTALES REDUCEN RIESGO **NO DAÑOS**
- NUNCA EN NIÑOS/AS con LOCUS DE CONTROL EXTERNO , FALTA DE AUTOCONTROL.



Lo poco que sabemos por el momento es que su uso inadecuado (abuso) correlaciona positivamente con:

- **OBESIDAD**
- **PROBLEMAS DE INSOMIO**
- **HIPERACTIVIDAD**
- **PROBLEMAS DE APRENDIZAJE**
- **BAJO CONTROL DE IMPULSOS**
- **ANSIEDAD**
- **DEPRESIÓN**

RECURSOS DE INTERES



- Aprender a convivir con las pantallas.
¿ Le dejo la Tablet a mis hijos?

<http://www.madrid.org/bvirtual/BVCM014077.pdf>

Los nativos digitales no existen

www.nativosdigitales.com

CIBER-EXPERTO

www.ciberexperto.com

EL OPUESTO DE ADICCIÓN ES CONEXIÓN

<https://youtu.be/iQFNmalajc>

SER AMIGOS “DE VERDAD”

<https://youtu.be/MiXwBNiFM58>

**La clave para el buen manejo de
los recursos ON -LINE
es haber completado la formación
OFF-LINE**



Tener complicidad con nuestros hijos
NO significa ser sus COMPLICES



LÍMITES PROTECTORES: UN ASUNTO URGENTE

Vivimos en la sociedad de NO PERDERNOS NADA
DE LLEGAR A TODO (desequilibrio simpático para simpático)

**NUESTROS HIJOS NOS MIRAN CUANDO NOSOTROS NO LES MIRAMOS....
¿Dónde estamos mirando?**



“La atención que prestamos es el termómetro más exacto de nuestro amor” *Pablo d'Ors*

- Lo que mas conexiones neurológicas genera es el afecto y el contacto.
- Para ser coherentes hay que estar presentes.
- “ Todo el mundo lo hace” “Todos lo tienen”.
- **Nuestros hijos nos reflejan nuestra propia necesidad de DESCONEXIÓN.**



REFLEXIONES DESDE LA FAMILIA....

¿ Dónde situamos el LOCUS DE CONTROL?

¿Dónde nace lo que me pasa?
¿Cuál es el impacto de mis actos?

INTERNO

- Motivación intrínseca
- Responsabilidad
- Esfuerzo

EXTERNO

- Irresponsabilidad
- Falta de decisión
- Conformismo, queja.



PARA REFLEXIONAR

- ¿Qué es lo verdaderamente importante?
 - ¿Qué es verdad y que no? ¿Qué es bueno y que no?
 - ¿Qué necesita realmente nuestro hijo/a?
- Le dejo el móvil/Tablet por miedo a que se descontrole, o por miedo a no saber YO como controlarle.



VINCULARSE A TRAVES DE LAS REDES

Evita el verdadero contacto

La inteligencia emocional es el mayor predictor de éxito vital.

La pantalla es un filtro emocional, frena nuestra capacidad de entender y SENTIR...

Encapsula y aísla..

Vivir una “metáfora de la vida y las relaciones”

Lo jóvenes de hoy tienen profundas dificultades para hablar de lo que sienten mirándonos a los ojos



LIBROS:

- Educar en la realidad . Catherine L'Ecuyer.
- Educar en el asombro. Catherine L'Ecuyer.
- El cerebro del niño . Daniel Siegle
- Los Nativos digitales NO existen.
Susana Yuna y Javier Pedreira.



Cynthia Santacruz

csantacruz@diadapsicologia.es

91 134 23 04 - 629 42 94 09



@cynthiasantacruzpsicóloga



Cynthia Santacruz



cyn_santacruz



Diada

www.diadapsicologia.es



@diadaps