



¿PONGA AL DÍA SU YONGON? NO ES HORÁ DE QUE LE

PADRES: EMPIEZEN A RELACIONARSE ANTES DE QUE COMIENZEN A SALIR EN CITAS

Tecnología: Reconozca las Señales de Advertencia de una Relación No Saludable

- Constante mensajes de texto, mensajes instantáneos o llamadas
- Dormir con un teléfono celular al lado
- Reaccionar irracionalmente por no tener acceso telefónico o de Internet
- Insiste en contestar su teléfono celular de inmediato
- Un gran aumento en la cantidad de tiempo dedicado a hablar, enviar mensajes de texto, o en los sitios de redes sociales
- Tomar riesgos innecesarios, tales como el uso de un teléfono celular en clase.

Haga su parte para ayudar a su adolescente a entender como se siente y como se ve una relación sana

- Hable con su hijo(a) hoy.
- Visite www.startstrongparents.org para aprender más.
- Averigüe acerca de los grupos de apoyo escolar y actividades de liderazgo juvenil en Austin en www.SafePlace.org/expectrespect y en www.startstrongaustin.org
- Mandé un correo electrónico a ExpectRespect@SafePlace.org o llame a la Línea Directa de Ayuda de 24 horas de SafePlace, 512.267.7233 si usted tiene preocupaciones acerca de las relaciones de su hijo(a).

**EXPECT
RESPECT**



SafePlace

**START
STRONG
AUSTIN**
BUILDING HEALTHY TEEN RELATIONSHIPS

PADRES: EMPIEZEN A RELACIONARSE ANTES DE QUE COMIENZEN A SALIR EN CITAS

Muchos niños y adolescentes comienzan a explorar la idea de "citas amorosas", o tener un novio o novia en el Internet. Esta generación digital-conocedora utiliza mensajes de texto y los sitios de redes sociales para "conocer" a una novia o novio potencial antes de empezar a salir.

¿Qué puede hacer usted para mantenerlos seguros en el Internet?

- Entender su mundo de la comunicación. Entre a las páginas de Internet de YouTube, Facebook y MySpace para ver de qué se tratan las redes sociales.
- Pregúntele a su hijo(a), "¿Qué te gusta hacer en línea y cómo te comunicas con tus amigos?"
- Hable con su adolescente acerca de la privacidad en línea. Él o ella entiende que en línea todo es público y permanente - algo por escrito para una persona puede ser compartida con toda la escuela y más allá.
- Si usted tiene una computadora en casa, manténgala en un lugar público para que pueda ser más conscientes de lo que su hijo está haciendo en línea. (Sin embargo, dese cuenta que los teléfonos celulares y otros aparatos electrónicos también se conectan al Internet.)

Hable con su hijo sobre el uso seguro de la tecnología

- **Establezca controles de privacidad.** Pregúntele a su hijo que le muestre donde están las características de privacidad en sus sitios de Internet en las redes sociales. La configuración de privacidad, cuando se utiliza, puede reducir la probabilidad de recibir material inadecuado.
- **Establezca reglas básicas.** Ponerse de acuerdo sobre las reglas referente en horas de estar/estar fuera del Internet y los límites de tiempo durante los días de la semana/fin de semana para usar el teléfono celular y el uso del Internet. Conozca y siga las pólizas de la escuela sobre los teléfonos celulares, acoso-cibernético, y otras comunicaciones digitales.
- **Monitorear la actividad en el Internet y del teléfono celular.** Deje que los adolescentes sepan que usted está preocupado acerca de su seguridad y que usted puede revisar el teléfono, los registros de chat, correos electrónicos, archivos y perfiles de redes sociales por contenido inadecuado, amigos, mensajes e imágenes.
- **Definir Uso Inapropiado.** Instruya a su hijo(a) a nunca enviar o reenviar textos, fotos o bromas abusivas o humillantes. Si los adolescentes reciben contenido con la intención de causar daño, ellos deben guardar el mensaje y mostrárselo a usted u otro adulto.
- **Cámaras.** El envío o reenvío de fotografías o videos privados o vergonzosos puede resultar en consecuencias trágicas y es potencialmente ilegal. Recuérdele a su hijo de nunca tomar, llevar o enviar fotos o video de alguien sin su consentimiento.
- **Abuso Digital en Citas Amorosas.** El abuso digital, incluyendo las llamadas no deseadas o repetidas, mensajes de texto, meterse a las cuentas en los sitios de redes sociales, y difundir rumores por Internet es identificado como una forma de abuso en relaciones amorosas entre los adolescentes. Ayude a su adolescente a reconocer y evitar este tipo de comportamiento entre sus amigos y compañeros.