

---

Etapa III  
Formulación del acompañamiento

Yanitze Gutiérrez, código: 66.947.380

Grupo: 442001\_19

Universidad Nacional Abierta y a Distancia – UNAD

Programa de Psicología

[pastorayanitze@gmail.com](mailto:pastorayanitze@gmail.com)

Tutora: Adriana Bernal

## Tabla de contenido

<b>0. Resumen.....</b>	<b>04</b>
<b>0.1 Abstract.....</b>	<b>04</b>
<b>0.2 Palabras claves.....</b>	<b>04</b>
<b>1. Nombre de la propuesta.....</b>	<b>05</b>
<b>2. Antecedentes.....</b>	<b>05</b>
<b>3. Descripción de la propuesta.....</b>	<b>07</b>
<b>4. Diagnóstico social participativo.....</b>	<b>09</b>
<b>4.1 Categorías de análisis de primer orden.....</b>	<b>10</b>
<b>4.2 Categorías de análisis de segundo orden.....</b>	<b>11</b>
<b>4.3 Categorías de análisis de tercer orden.....</b>	<b>12</b>
<b>5. Descripción del problema.....</b>	<b>11</b>
<b>6. Marco Teórico.....</b>	<b>13</b>
<b>6.1 David Buckingham.....</b>	<b>14</b>
<b>6.2 Manuel Castell.....</b>	<b>16</b>
<b>6.3 Mark Prensky.....</b>	<b>18</b>
<b>7. Descripción de las posibles alternativas de solución.....</b>	<b>20</b>
<b>7.1 Normas para el uso de las pantallas en los hogares.....</b>	<b>21</b>
<b>7.1.1 Normas para el uso correcto del televisor.....</b>	<b>22</b>
<b>7.1.2 Normas para el uso correcto del celular.....</b>	<b>23</b>
<b>7.1.3 Normas para el uso correcto de los video juegos.....</b>	<b>23</b>
<b>7.2 Taller a los padres sobre el uso excesivo de internet y sus consecuencias.....</b>	<b>24</b>
<b>7.3 Teatro al parque.....</b>	<b>26</b>
<b>8. Descripción de la mejor alternativa de solución.....</b>	<b>28</b>

<b>8.1 Taller a los padres sobre el uso excesivo de internet y sus consecuencias.....</b>	<b>28</b>
<b>8.2 Alcances y propósito del taller de capacitación a los padres.....</b>	<b>29</b>
<b>9. Justificación.....</b>	<b>30</b>
<b>10. Localización.....</b>	<b>31</b>
<b>11. Beneficiarios.....</b>	<b>31</b>
<b>12. Objetivo General.....</b>	<b>32</b>
<b>13. Objetivos Específicos.....</b>	<b>33</b>
<b>14. Matriz de planificación.....</b>	<b>34</b>
<b>15. Factibilidad.....</b>	<b>37</b>
<b>15.1 Factibilidad Administrativa.....</b>	<b>38</b>
<b>15.2 Factibilidad Técnica.....</b>	<b>39</b>
<b>15.3 Factibilidad Económica.....</b>	<b>40</b>
<b>15.4 Factibilidad social y de género.....</b>	<b>41</b>
<b>16. Cuadro de resumen de actividades.....</b>	<b>42</b>
<b>17. Responsable de la propuesta.....</b>	<b>44</b>
<b>18. Tabla de presupuesto.....</b>	<b>45</b>
<b>19. Bibliografía.....</b>	<b>47</b>

### **Resumen**

La era tecnológica llegó para quedarse inmiscuyéndose en cada área del ser humano como la educación, la diversión y el ocio. La familia no escapa a su intromisión y se ha visto afectada tanto positiva como negativamente. Algunos de los efectos del las TICS está enmarcado en el uso excesivo de las pantallas tales como el celular, las tabletas y los computadores. Establecer límites, conocer los riesgos y empoderar a los padres para que adquieran herramientas que les permita educar a sus hijos son lagunas de las propuestas de la siguiente investigación acción participativa.

### **Abstract**

The technological age came to stay impinging on every area of the human being like education, fun and leisure. The family does not escape its intrusion and has been affected both positively and negatively. Some of the effects of TICS are framed in the excessive use of screens such as cell phones, tablets and computers. Setting limits, knowing the risks and empowering parents to acquire tools that allow them to educate their children are gaps in the proposals of the following participatory action research.

### **Palabras claves**

TICS, Adicción, Familia, Empoderar, Límites, Pantallas.

Fecha de elaboración de la propuesta: Julio 14 de 2017

Link del video realizado en la tercera fase: <https://youtu.be/nF9NppU0hVU>

**1. Nombre de la propuesta:**

El uso excesivo del uso de las pantallas en padres e hijos y sus efectos en siete familias del barrio la Hojarasca en el municipio de Jamundí.

**2. Antecedentes:**

La Fundación Universitaria Antonio José Camacho con sede en Jamundí en las instalaciones del Colegio Parroquial, consciente de la problemática que enfrentan los colegios con la utilización excesiva de celulares y tabletas que provoca entre otras cosas trastornos de aprendizaje, bajo rendimiento académico y deficiencias gramaticales y que no se corrige ni se limita en los hogares, ha diseñado una escuela para padres de familia llamada Red Onda Joven en la cual pretende desde sus contenidos educativos hacia los padres, generar conciencia del trabajo en equipo que deben consolidar padres y maestros; institución y hogar. El programa Red Onda Joven, ha sido diseñado para implementarse en las escuelas de padres y ya se encuentra en los siguientes colegios del Municipio de Jamundí:

Colegio Villa de Ampudia

Colegio Ángel María Camacho

Colegio Litecom

Colegio Senderos

Colegio Rosa Lía Mafla

Colegio Central

Colegio María Villegas

Colegio La Merced

Colegio Nuestra Señora del Rosario

Colegio Fray Luis Apóstol

La meta es que a Diciembre del año 2018, todos los colegios y escuelas del Municipio implementen las temáticas desarrollados en el programa Red Onda Joven ya que el uso excesivo de los celulares y las tabletas son una problemática que aqueja a casi todas las instituciones educativas del Municipio de Jamundí así como a los hogares de los estudiantes.

Son cinco los ejes temáticos implementados y desarrollados por el programa Red Onda Joven. Éstos son:

- Empoderar a los padres de familia frente al uso de las TIC ya que se trata de un trabajo permanente más que de una solución centralizada y total. Por eso la necesidad de crear una escuela si no la hay y en el caso de las instituciones educativas que ya la tienen, integrar los temas dentro de la dinámica y programa que manejan.
- Incorporar la idea de que la agresión no solo viene de los extraños hacia los niños, niñas y jóvenes, sino que los mismos chicos y jóvenes, en muchas ocasiones, son los agresores y victimarios de sus pares o de adultos, como por ejemplo en el caso del bullying o cyberbullying.
- Dinamizar conceptos de ética, convivencia y límites que rige los vínculos entre las personas. Estas pautas no deben ser diferentes para los vínculos que se establecen a través de lo virtual, sino que este “mundo” debe quedar dentro de las leyes sociales del respeto al otro, la tolerancia, el resguardo de la privacidad, la confidencialidad y el respeto.
- Fomentar la idea del uso responsable de las TIC ubicándola en las competencias y las actividades de los niños, niñas y jóvenes en el centro del problema. El punto es que los chicos y los jóvenes comprendan que las interacciones virtuales tienen consecuencias en la vida real.

- Promover la formación de criterio para un uso provechoso de las tecnologías, estimulando en los chicos la capacidad crítica sobre la información que circula en la Red, para que puedan discernir y estén capacitados para elegir, para conocer el valor de las cosas. Esta es una transmisión transversal que se debe extender a las respectivas familias donde viven los estudiantes.

El material mencionado e investigado anteriormente fue facilitado por los padres de familia de la comunidad La Hojarasca. Sus hijos estudian en varios de los colegios citados anteriormente y los temas que se desarrollan bimensualmente en las respectivas escuelas de padres constituyen un soporte y apoyo valioso que aporta al correcto uso y manejo de las pantallas en los hogares. Sin embargo, desde la misma comunidad nunca antes se había llevado a cabo una investigación y propuesta de solución a esta problemática que los aqueja y los preocupa. Los padres manifiestan que a pesar de recibir capacitación en el colegio sobre este tema, es diferente cuando el psicólogo es quien se acerca y trabaja con ellos. El vínculo que se crea de innovación, calidez, confianza, cercanía y cooperación hace que la comunidad se abra a nuevas y mejores formas de abordar la problemática desde su cotidianidad familiar.

### **3. Descripción de la propuesta**

El objetivo de la presente propuesta es identificar los peligros a los que los niños y jóvenes están exponiéndose de manera voluntaria e involuntaria; consciente e inconsciente a la vez que educar a los padres para mejorar y reglamentar de manera responsable el uso de las pantallas en los hogares. Un promotor del uso excesivo de las pantallas es la ausencia de los padres y el desconocimiento de los términos y el uso correcto de la tecnología, ya que los jóvenes están teniendo acceso a Internet a través de múltiples pantallas, como la computadora, el teléfono celular, el iPod y las consolas de videojuegos, en numerosos casos desde la

privacidad de sus recámaras. Además, muchos padres ni siquiera están enterados de ello.

Dentro de los riesgos a los que se exponen, se identificó el acceso inmediato a contenidos no aptos para su edad, como la pornografía o la violencia extrema, el ciberacoso, el daño a la reputación personal por el comportamiento vulgar en el ciberespacio y el uso excesivo, incluso adictivo de dichas pantallas. Hay que resaltar que los jóvenes que están exponiéndose a estos riesgos, según lo expresado por los padres, lo están haciendo mientras se encuentran solos en sus recámaras, y durante el tiempo que permanecen sin supervisión hasta que sus padres llegan de trabajar principalmente.

Elementos del proyecto: Los elementos que se investigarán y se propondrán como ejes temáticos de la propuesta son:

**Contenido de la información:** Quizá, lo que más inquietud genera son los contenidos. Muchas familias temen que, a través de la red, sus hijos entren (de hecho sucede) en contacto con escenas asociadas a contenidos sexuales, violentos y morbosos.

**Tiempo en las pantallas:** El promedio de horas que los jóvenes pasan en las pantallas de sus celulares o tabletas es de 9 horas diarias aproximadamente. En una entrevista realizada a Laura, una adolescente de 15 años hija de una de las familias que participó en la investigación, manifestó que nunca apaga su teléfono celular. Su rendimiento académico es muy bajo y aunque el año escolar está finalizando, no logra comprometerse con la superación de los logros perdidos.

**Cyberbullying o matoneo en las redes:** No son pocos los casos que se presentan con esta situación. Síntomas como lloro sin explicación, retraimiento, baja autoestima, insistencia en no ir a estudiar o miedo de llegar al colegio son algunos de los síntomas que se han presentado y que han prendido las alarmas con respecto al cyberbullying.

Los padres de familia del barrio la hojarasca manifiestan especial preocupación por las nuevas maneras de comunicación, entretenimiento y aprendizaje que sus hijos manejan a través del uso de las pantallas y por ello se comprometen a participar de manera activa en los procesos de aprendizaje y empoderamiento del uso correcto de las TICS en sus hogares. Poder identificar y reflexionar sobre los riesgos que implica el uso excesivo de internet y sus efectos en la dinámica familiar, a la vez que poder proponer cambios sencillos, viables y que estén al alcance de todos de manera oportuna y permanente es una propuesta que surge desde la necesidad de integrar de manera acertada y asertiva el uso excesivo de las pantallas y la familia en siete familias del barrio la Hojarasca.

#### **4. Diagnóstico social participativo**

Durante la realización del árbol de problemas se observó una correlación directa entre los hijos cuyos padres están ausentes y el uso irresponsable y excesivo de las pantallas en los hogares. Así mismo, muchos padres de familia manifestaron “batallar” por controlar el uso excesivo del celular en sus hijos, esto sumado a su ausencia ya que trabajan y no pueden permanecer en casa. El móvil que desencadena situaciones de riesgo y exceso es un hecho doble: por un lado cada hijo tiene su propio teléfono celular ya que los padres insisten en que es un “medio para controlarlo y comunicarnos” y por otro lado, el hecho de que en cada hogar hay uso de wifi banda ancha considerado necesario para la elaboración de investigaciones académicas. De esta manera, controlar y supervisar que el uso de las pantallas sea correcto y adecuado, se vuelve una tarea agotadora.

Se vive con frecuencia la situación preocupante para muchos de que, aunque la familia está reunida bajo un mismo techo, sus miembros están desconectados entre sí por completo y

conectados cada quien en su realidad virtual (el padre en el televisor, la madre en el computador portátil y el hijo en el celular)

**Categorías de análisis de primer orden:**

- Los riesgos y consecuencias más preocupantes por parte de los padres se manifestaron en los hijos jóvenes entre los 15 y los 20 años.
- Los padres deben aprender a empoderar a sus hijos para que éstos manejen correctamente las redes sociales a las que pertenecen así como el uso del internet.
- La comunicación en la familia fue catalogada como muy importante de rescatar a la vez que se reconocieron que hay mucho por hacer en esta área familiar.

**Categorías de análisis de segundo orden:**

- El rol de padre o madre de familia como figura de autoridad puede verse amenazado porque éste se siente rebasado por su hijo en las cuestiones tecnológicas. En el caso analizado en el árbol de problemas, pudo observarse con claridad como la falta de intervención de los padres puede incidir en un uso excesivo de las pantallas por parte de los adolescentes. Éstos al sentirse más hábiles que sus padres en el uso y manejo de las TIC, se sienten erróneamente más maduros, independientes y capaces de enfrentar al mundo de lo que en realidad son.
- La mayoría de los padres están desde algo hasta muy preocupados por la educación tecnológica de sus hijos, pero al mismo tiempo, muchos no saben como hacerlo pues nacieron en una era para nada o apenas tecnológica y han tenido que aprender y adaptarse a un mundo que para sus hijos es muy familiar y cotidiano.

**Categorías de análisis de tercer orden:**

- Los padres manifiestan establecer límites y reglas, pero están teniendo enormes dificultades para hacerlas cumplir. Las peleas y enfrentamientos entre padres e hijos son el pan de cada día y el asunto es el mismo: pedirles el celular o la tableta, solicitar que lo apaguen o quitar el wifi durante la noche. Desde llanto hasta gritos para asombro de los padres. Algunos terminan cediendo ante la presión que ejercen sus hijos pero otros prefieren enfrentarlos aunque eso signifique una larga jornada de llanto y malestar.

- Algunos padres consideran normal que sus hijos chateen hasta altas horas de la noche e introduzcan el acceso a internet en la privacidad de sus alcobas, *“porque todos los demás también lo están haciendo. De hecho el habla es con sus amigos”*

- En este punto, quedó evidencia durante el desarrollo del árbol de soluciones, la necesidad de promover el desarrollo de las competencias informáticas en el hogar (ya que en la escuela o colegio puede estarse llevando a cabo la escuela para padres de Onda Joven), mediante la orientación y entrenamiento del uso responsable y constructivo de las pantallas por parte de los padres hacia los hijos.

## 5. Descripción del problema

La situación social interna de las familias que constituye un problema en la comunidad la Hojarasca y que produjo la necesidad de la presente propuesta de investigación, se describe de la siguiente manera:

- **No hay un límite de tiempo para el uso de las TIC en los hogares:** Muchos padres, en teoría, han marcado un horario, pero los hijos saben que no se va a cumplir. No es bueno para la legitimidad de la autoridad parental que los padres pongan reglas que todos de antemano saben que no se aplicarán.

▪ **No se limita el uso del teléfono celular en los hogares:** “*Comunicarnos y poderlo controlar*” es la frase que más argumentan los padres para evitar a toda costa quitar o suprimir el uso del teléfono celular en sus hijos adolescentes. Éste no debería ser un pretexto para dar a los hijos más libertad para que hagan lo que quieran por el hecho de que pueden ser localizados en cualquier momento ya que algunos de ellos ni siquiera contestan a sus padres cuando los llaman.

▪ **El uso de internet está permitido en la alcoba de los adolescentes a través de alguna pantalla:** El ciberespacio es un lugar público y sumamente peligroso; por lo tanto, no deben navegarlo sin la supervisión. Para evitar enfrentamientos y discusiones, los padres optan por dejar que sus hijos adolescentes naveguen o chateen desde sus pantallas móviles en su habitación hasta altas horas de la noche.

▪ **Los padres no supervisan que sus hijos duerman lo suficiente:** Se recomienda vigilar que los hijos que están en edad escolar duerman por lo menos de ocho a nueve horas cada noche, sin excepción. El caso estudiado mostró que la mayoría de los adolescentes no están durmiendo lo suficiente, y mucho tiene que ver con el uso excesivo de las TIC.

▪ **No hay supervisión frecuente y permanente de las actividades de los hijos adolescentes en el ciberespacio:** No es posible que un padre de familia esté al lado de su hijo todo el tiempo supervisando lo que hace. Simplemente no es viable. Lo que sí es factible es instalar filtros especiales o revisar historiales de manera periódica. Los padres manifestaron que sus hijos borran el historial sin que por ello hubiera alguna sanción.

▪ **Los padres del barrio la Hojarasca no están siendo empoderados para provechar la nueva ventana al pensamiento adolescente que ofrecen las TIC:** Esta ventana al pensamiento adolescente que las TIC ofrecen está siendo utilizada para lucrar al que se considera uno de los sectores más rentables de la economía mundial: el mercado adolescente.

Si los padres son educados al respecto y empoderados para conocer y acercarse a sus hijos adolescentes aprovechando esta ventana que las TIC nos ofrece, al estar mejor informados podrán comunicarse, divertirse y aprender como familia con mayor efectividad, así como cuestionarlos e invitarlos a una reflexión formativa sobre el uso, abuso y manejo asertivo de las pantallas ya que estas llegaron para quedarse y hacer parte inevitable de sus vidas.

## 6. Marco Teórico

Para expresar las proposiciones teóricas y postulados que servirán como base de las posibles técnicas y procedimientos a seguir, elaboraré una tabla con los postulados en los que me apoyaré para esta propuesta: Buckingham, Castell y Prensky, respetados y reconocidos antropólogos y psicólogos que han escrito libros y ensayos sobre el uso de las TIC y sus efectos en niños y adolescentes. Sobre sus postulados teóricos se elaborarán los procedimientos a seguir.

David Buckingham	Manuel Castell	Mark Prensky
Buena parte de esta tecnología está dirigida específicamente a los niños y los jóvenes, y muchas de las nuevas formas culturales (como los videojuegos) están, al menos en principio, identificadas con ese público. Los niños se han convertido en un "nicho" de mercado cada vez más importante, como es obvio a partir de la permanente expansión de	Los cambios sociales son tan espectaculares como los procesos de transformación tecnológicos y económicos. Las redes informáticas interactivas crecen de modo exponencial, creando nuevas formas y canales de comunicación proporcionando los medios para la estimulación de la hiperactividad mental y el	Para Prensky, los jóvenes de hoy no pueden aprender como los jóvenes de ayer, porque son diferentes sus cerebros y su cultura. La escuela y la familia tradicional deben incorporar formatos educativos y formativos basados en el ocio y el entretenimiento. Resulta evidente que nuestros niños y jóvenes piensan y procesan la información de modo

<p>los canales de televisión especializados y dirigidos a ellos. El crecimiento de la oferta en Internet, la demanda de televisión satelital y por cable, Smart pones para controlar los hijos y el uso de tabletas y computadoras ha sido mucho más elevada en los hogares con niños que en aquellos donde no hay población infantil. Si bien el mercado adolescente de los teléfonos celulares se está acercando a paso acelerado al punto de saturación, el uso de estos aparatos crece a diario entre los niños pequeños quienes piden de regalo éstos artefactos. Asimismo, hoy la tecnología digital influye y define buena parte de la cultura joven Contemporánea. Por otro lado, el uso de la tecnología en la actualidad es más individualizado. Hoy por hoy no es un lujo que los niños y los jóvenes tengan televisor en su cuarto y que además restrinjan el acceso a su celular con una clave que por supuesto los padres no deben tener. Esto facilita el aislamiento y la división del tiempo en familia ya que cada quién está en su cuarto o compartiendo juntos pero separados por una pantalla al mismo tiempo. La llegada de</p>	<p>deseo prohibido por medio de las TIC que han llegado a las manos de millones de hogares para quedarse y acomodarse a los gustos de las identidades y temperamentos de quienes los conforman. De ahí se deduce una redefinición fundamental de las relaciones entre mujeres, hombres y niños y, de este modo, de la familia, la sexualidad y la personalidad. Los movimientos sociales tienden a ser fragmentados, localistas, individualistas y orientados a un único tema: la satisfacción del propio mundo interior. En un mundo como éste de cambio incontrolado y confuso, en un periodo histórico caracterizado por una amplia desestructuración de las organizaciones, deslegitimación de las instituciones, desaparición de los principales movimientos sociales y expresiones culturales efímeras nuestras sociedades se estructuran cada vez más en torno a una oposición bipolar entre la red y el yo. Los mayores no sabemos bien qué representa el uso de las redes para los jóvenes. Y ellos no saben lo extraño que puede ser</p>	<p>significativamente distinto a sus predecesores. Además, no es un hábito coyuntural sino que está llamado a prolongarse en el tiempo, que no se interrumpe sino que se acrecienta, de modo que su destreza en el manejo y utilización de la tecnología es superior a la de sus padres y educadores. La designación a esta generación que le ha parecido más fiel a este autor es la de “Nativos Digitales”, puesto que todos han nacido y se han formado utilizando la particular “lengua digital” de juegos por ordenador, vídeo e Internet. ¿Cómo denominar ahora, por otro lado, a los que por edad no hemos vivido tan intensamente ese aluvión, pero, obligados por la necesidad de estar al día, hemos tenido que formarnos con toda celeridad en ello? Somos llamados “Inmigrantes Digitales”. Por lo anterior, se plantea un problema, una ruptura, un desfase, una brecha digital y generacional que no puede ser ignorada ni aceptada sin propósito firme de cambio para intentar paliarla o solventarla: los Inmigrantes Digitales que se dedican a la enseñanza están empleando una “lengua” obsoleta (la propia de la edad pre-digital) para instruir a una</p>
---	--	--

<p>internet ayudó a borrar la distinción entre comunicación interpersonal y comunicación de masas. Ya casi no existe una comunicación verbal que fije los ojos y la atención prolongada sobre los hijos o los padres. para preocupación de muchos adultos, la cultura infantil y juvenil de las TIC está cada día más marcada por una especie de anarquía y sensualidad placenteras, muy diferentes del enfoque sobrio y sencillo de épocas anteriores. El gasto familiar en medios de entretenimiento (celulares, tablets y video juegos) ha crecido en forma exponencial en la última década en proporción al ingreso total del hogar. Una consola de play station está alrededor de un millón cuatrocientos mil pesos y un x-box cerca del millón y en casi todos los hogares del barrio la hojarasca hay uno, sin contar con los celulares de alta gama. Esto pone en evidencia que sin el patrocinio de los padres no habría tanto acceso y sin el apoyo de los adultos, se restringiría y usaría más adecuadamente las TIC en los hogares.</p>	<p>ese mundo para los adultos. Para los jóvenes, todo forma parte de un solo mundo, que es así porque así se lo han encontrado. La conciencia del cambio es de los mayores. Los jóvenes son más despreocupados que los mayores para facilitar informaciones como el lugar donde trabajan o estudian, la dirección de e-mail o incluso de su casa, situación que los hace vulnerables de ser contactados, vinculados o extorsionados. En la propia página de inicio, cada usuario hace su performance, su construcción (pública) del yo, su exhibición; el perfil de cada usuario es un conjunto de datos de diversa naturaleza: un collage de texto e imágenes que componen un reflejo de sí mismo, pero maleable, cambiante y flexible. La mayoría dejan al descubierto sus datos personales. Internet, además de ser un medio sincrónico, también es un medio acrónico para todas aquellas personas que accedan más tarde, que pueden ser muchas y desconocida. Lo que sí sabemos es que, si alguien se lo propone, puede</p>	<p>generación que controla perfectamente dicha “lengua”. Y esto es sobradamente conocido por los Nativos Digitales, quienes a menudo tienen la sensación de que a las aulas ha llegado, para instruirles, un nutrido contingente de extranjeros que hablan idiomas desconocidos, extranjeros con muy buena voluntad, sí, pero ininteligibles. De ahí que a los estudiantes actuales les impacienten y cansen las conferencias, así como la lógica del aprender “paso a paso” así las cosas, el proceso de formación no les atrae, no les motiva, no despierta su interés. Surge la pregunta ¿Qué debe hacerse? ¿Tendría que cambiarse algo? Debemos derrochar imaginación, debemos inventar. Hay que adaptar los materiales a la “lengua” de los Nativos –algo que ya se viene haciendo con éxito–. Personalmente opino que la enseñanza que debe impartirse tendría que apostar por formatos de ocio para que pueda ser útil en otros contenidos. Así, la mayoría de los jóvenes se familiarizaría con esta nueva “lengua” propone Prensky.</p>
--	---	--

	<p>apropiarse de sus expresiones escritas o habladas y de todo lo publicado. La pregunta es ¿Están los padres preparados para acompañar y educar a sus hijos en el uso apropiado de las TIC?</p>	
<p><b>Procedimientos a seguir desde Buckingham</b></p>	<p><b>Procedimientos a seguir desde Castell</b></p>	<p><b>Procedimientos a seguir desde Prensky</b></p>
<p><b>Responsabilidad en los regalos:</b> ¿Está bien darle celulares de gama alta a nuestros hijos? ¿Cuál es la edad adecuada para regalarles celular? ¿Por qué nuestros hijos necesitan un celular? El teléfono ha de ser más sencillo y simple cuanto más pequeño es el niño o la niña. La primera razón es para que tengan clara su función, pero también para que no se convierta en un objeto de deseo para unos o de frustración para otros. Las distracciones, pérdidas y robos hacen que lo más recomendable sea la sencillez y la austeridad.</p> <p><b>Filtros en los programas infantiles y juveniles:</b> Programas no aptos para el hogar por su alto contenido sexual, obsceno y violento</p>	<p><b>Estimulación prematura de las TIC en los hijos:</b> Castell los llama “niños sin asombro” y hace referencia al afán de los padres por tener ocupados y entretenidos a los hijos como si así fueran a ser más felices o más desarrollados. Hijos desmotivados, quejas de padres por unos hijos que no rinden académicamente, que dejan sus deportes tirados para quedarse encerrados en su cuarto sobreestimándose con el uso de internet en sus pantallas. Niños y jóvenes con problemas de atención, mal dormidos (porque navegan hasta altas horas de la noche y de la madrugada) e incapaces de saber que hacer con su tiempo excepto manipular una pantalla.</p>	<p><b>Nuevos formatos educativos en el hogar:</b> <b>Prensky expresa</b> “Nadie educa a nadie, nadie se educa solo, los padres, madres, hijos e hijas se educan entre sí mediatizados por el mundo analógico y digital” Dentro de éste formato familiar se propone los siguientes componentes:</p> <p><b>Mejorar la comunicación con los hijos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Prestar atención a sus sentimientos y mostrarse interesado, siendo capaces de ponernos en su lugar y comprender sus problemas.</li> <li>-Valorar positivamente que digan la verdad, de ese modo se establecerá un clima de confianza, y los hijos podrán decir lo que realmente les preocupa.</li> </ul>

<p>debe ser filtrado por los padres o la presencia de un adulto responsable. Casi sin ninguna responsabilidad, los jóvenes y niños del hogar ven programas cargados de escenas homosexuales, violentas y que incitan al narcotráfico. Ver televisión hasta altas horas de la noche (o hasta que el niño se duerma) suele ser un hábito frecuente en los hogares.</p> <p><b>Uso responsable de la tecnología: normas y pautas.</b> Hay que evitar que los niños y niñas, que se encuentran en pleno desarrollo del sentido de la ética, se comporten en su relación con las TIC de un modo que no aprobaríamos en la vida real. Es cierto que las repercusiones que estos comportamientos tienen en el mundo virtual (ej: un videojuego) pueden ser menores que en la realidad, pero a menudo ellos carecen aún de la madurez necesaria para establecer esa diferencia.</p> <p><b>Control y supervisión en el uso de las tecnologías:</b> Cuanto mayor es la situación de dificultad de una familia, más importante es estar en contacto. Las familias divididas, las monoparentales, o las que</p>	<p><b>Uso excesivo de las tecnologías y sus efectos en las relaciones familiares:</b> Estas relaciones no son calmadas, tranquilas y respetuosas. Están marcadas por la indiferencia, la hostilidad y el rechazo de los hijos hacia los padres. Por evitar cualquier intromisión de sus padres al mundo de sus celulares.</p> <p>Padres que necesitan ajustarse a los cambios: Los padres que no se involucran en el acercamiento por parte de sus hijos a las nuevas tecnologías los convierten en huérfanos digitales.</p> <p><b>Protección de la identidad y amigos en las redes:</b> ¿Cuántos amigos tienen? ¿Los conocen los padres? Muchos amigos pero pocos rostros son el común denominador en las relaciones de los hijos. Corresponde a los padres identificar, conocer y acercarse a los amigos de los hijos. Saber de dónde viene y cuáles son sus creencias y valores además de su edad y su familia de procedencia.</p> <p><b>Influencia de las redes en la identidad de los hijos:</b></p>	<p>- Preguntar abiertamente y de manera curiosa por sus actividades y pedirles que nos enseñen a hacer algo que no sepamos, por ejemplo el manejo de algún programa informático.</p> <p>- Mostrarnos disponibles siempre que requieran nuestra atención para contarnos algo, y no censurar sus comentarios.</p> <p><b>Desarrollar una autoridad positiva:</b> Los padres son los modelos de conducta para los hijos. El ejercicio de autoridad positiva es bueno y saludable para el desarrollo psico-social del niño. Los padres deben saber poner límites a su actividad por internet pues tienen que aprender que “no todo vale”. La conducta de los hijos pide límites. Si somos excesivamente condescendientes y no fijan límites a tiempo, los hijos lo exigirán con conductas cada vez más inadecuadas. Ser firme y estable en las decisiones tomadas para corregir o instruir. Si se toma una decisión con respecto a la conducta de los hijos, se debe cumplir. Si, por ejemplo, se les castiga con no utilizar el celular o el videojuego, se debe cumplir con la decisión, porque no hacerlo echaría por tierra</p>
--	---	--

<p>han padecido malos tratos suelen tener más razones para que sus hijos e hijas utilicen responsablemente el teléfono móvil desde pequeños.</p> <p><b>Presencia parental y diálogo:</b> Corresponde a los padres enseñar la utilidad básica del teléfono antes que los juegos o la música que se pueda incorporar. Los hijos deben aprender a diferenciar lo esencial de lo accesorio en todas las facetas de la vida. Los padres deben enseñar, que como el resto de las tecnologías, las pantallas se tratan de un medio y no de un fin..</p>	<p>“Ser como toreto” el actor de la saga Rápido y Furioso es un orgullo para Santiago un niño de 10 años del barrio la Hojarasca. “Sentirme tan triste como la actriz de la serie en Netflix 13 razones para” arranca suspiros y lágrimas en María del Mar una adolescente de 15 años que se engancha fácilmente con series que inducen al suicidio. Esto sumado a los video juegos violentos y a la pornografía causa efectos negativos en la identidad de los hijos.</p>	<p>todo el sistema de normas que los hijos tienen que aprender.</p> <p><b>Compartir momentos de esparcimiento:</b> Para divertirse con los hijos no es necesario ir a un centro comercial ni a un parque. Un sencillo paseo en bicicleta, sentarse en el sofá de casa a leer juntos un cuento, buscarlo en Internet o jugar con un videojuego, puede crear relaciones de confianza mutua donde conoceremos mejor a los hijos, a la vez se les enseñará con el ejemplo.</p>
--	--	--

## 7. Descripción de las posibles alternativas de solución

La mayoría de los padres tienen aparatos tecnológicos y muchos dicen saber manejarlos bien (sólo una madre expresó que utiliza su celular para cosas básicas como hacer y recibir llamadas mientras su hijo de 17 años tiene un celular de alta gama), aunque les gustaría aprender a controlarlo mejor y sacarle más partido. Unos pocos afirman utilizarlos perfectamente. Muchos dicen que en sus hogares hay normas para el uso de las pantallas. Afirman que durante la semana sus hijos no los utilizan. Sin embargo, los jóvenes no consideran que haya normas y utilizan las pantallas a diario aprovechando que sus padres no

permanecen en casa.

Los padres de familia se sienten solos y desorientados en el difícil proceso de educar a sus hijos en lo concerniente al uso y manejo correcto de las pantallas en sus vidas. Saben que hay peligros y tienen miedo de que sus hijos no sean capaces de reconocerlos. Los hijos más pequeños son más difíciles de educar en este aspecto, ya que no entienden porqué el uso de las pantallas debe ser restringido. Los padres se dan cuenta que la televisión puede ser “peligrosa” si no se controla su uso. Algunos en medio de risas y chistes dicen comer frente al televisor como si éste fuera música de fondo, y reconocen que les impide hablar más al tener ese ruido acompañándoles. Otros tratan de ver televisión juntos en familia como una actividad de ocio que les sirve para comunicarse y aprender y para saber que opinan del contenido de los programas sobre todo en series.

Algunos comentarios expresados que dejan ver el trasfondo de la problemática son:

*“Me da un poco de miedo el uso prolongado y sin mi presencia del celular, sobre todo por la pornografía y gente desconocida que puedan conocer por internet”*

*“Yo siento que mi familia está dividida y no sé que hacer. He intentado todo: invitarlos a comer pizza, piscina o ir al río, pero nada me ha dado resultado. Para mis hijos el mejor programa es que no haya ningún programa”*

*“Me parece tan extraño que mi hija no me responda el celular cuando la llamo, pero sí me hable por WhatsApp cuando le hablo”*

*“El mayor le da mal ejemplo al menor”*

Durante la charla con los padres para plantear los efectos y vivencias personales con sus hijos sobre la problemática planteada, se supo al menos cinco cosas:

- Había mucha información que desconocían sobre el tema como términos, páginas. Lenguaje propio de las redes, etc.
- En segundo lugar, se reconoció que había un mal manejo de las normas y la autoridad en el hogar que fomenta y apoya el uso excesivo de las TIC.
- Los padres no están al tanto del quehacer tecnológico de sus hijos. Sus celulares tienen clave, su Facebook tiene clave y hasta su cuarto tiene llave. Parece ser que para la mayoría de ellos la enmienda es “No te quiero cerca de mi privacidad” mientras los padres se esfuerzan en medio de sus posibilidades de tiempo, para acercarse y regular a sus hijos.
- Ellos pudieron reconocer que estaban cometiendo errores que no sabían como corregir como el hecho de regalar consolas y juegos, así como celular y tabletas, a la vez que el Wifi de sus respectivas casas no tiene clave restringida.
- Muchas mujeres no cuentan con el apoyo de sus esposos en lo concerniente al consumo de pornografía en los hijos más grandes. Para los hombres es “normal” que lo vean y de esta manera desautorizan a la madre y desestiman su opinión tildándola de exagerada, cansona y moralista.

Por todas estas razones expresadas por padres y madres de la comunidad, se proponen las siguientes tres alternativas de solución:

- 1. Explicar y establecer las normas básicas para el uso correcto de las tres pantallas más usadas en los hogares: el televisor, las consolas de video juegos y el celular.**

**Para el uso correcto del televisor:**

**Interesarse por los programas que más les gustan:** establecer unas normas de uso

(tiempo y contenidos) y definir el tipo e programas que pueden ver.

Ver televisión con los hijos: Esto constituye una oportunidad única para reforzar los vínculos familiares, hablar de ciertos temas, debatir sobre lo que ven, transmitir valores y ayudarles a desarrollar un espíritu crítico.

**No instalar el televisor en la habitación:** Esto fomentará el aislamiento y dejará en las manos del menor la decisión sobre lo que puede ver y a qué horas lo hace. Se expondrá a no dormir lo suficiente y a que vea programas para adultos. Lo mejor es que el televisor esté en un espacio común que sirva de punto de encuentro para toda la familia.

**Apagar el televisor durante las comidas y mientras los hijos hacen las tareas del colegio:** Esto debe empezar por el padre de familia que cena frente al televisor. Apagar el televisor durante el poco tiempo que dura la comida familiar favorecerá los vínculos familiares, transmitirá mejores hábitos alimenticios y aumentará el contacto con los hijos. Ellos quieren contar desde chistes hasta como les fue durante el día, y este es un buen espacio para aprovecharlo.

**Promover la televisión con contenido familiar:** Esto implica, programas que puedan ver todos, desde películas hasta seriados para poder comentarlas. Se puede provocar una sesión de cine por ejemplo los sábados en la noche con crispetas incluidas, donde se pueda pasar un rato agradable juntos.

Para el uso correcto de los videojuegos:

**Preguntarse antes de comprar un juego:** ¿Qué contenido ofrece este juego? El propósito es que potencie los valores y actitudes con los que los jóvenes se deben educar.

**Jugar con ellos:** Involucrarse en el juego no solo es un manera de compartir tiempo con

ellos, sino de cerciorarse de los contenidos exactos del juego y desde allí, inculcar valores.

**Crear conciencia del gasto que genera comprar juegos y tecnología para las consolas:**

Cada vez has más modelos de consolas para videojuegos. La pregunta es ¿Porqué comprar el último modelo? Es necesario enseñar que éstas tecnologías suponen un desembolso importante para la economía familiar. Sucede en los hogares, que damos por sentado que tener acceso a los juegos y tendencias tecnológicas que los acompañan es algo fácil, cuando en realidad supone un gran esfuerzo en el presupuesto familiar, esfuerzo que en muchos casos los hijos no valoran ni son conscientes.

Para el uso correcto del celular:

**Utilizar los sistemas de control:** En caso de no saber cómo hacerlo, buscar a un profesional que instale los filtros de seguridad y enseñe a los padres a usarlos. No es un procedimiento costoso pero si trae muchos beneficios. Existen muchos programas de los que los padres se pueden servir para proteger a sus hijos del uso excesivo de sus pantallas.

**Aprender a manejar internet:** Los primeros navegantes diestros deben ser los padres. Es indispensable que para hablar con ellos, sepan de qué están hablando. Hay un sin fin de tutoriales y cursos para Dummies en internet.

**Procurar la comunicación abierta:** Es necesario hablar de los contenidos, de lo que se puede encontrar en internet, de las muchas cosas buenas pero también de las cosas malas (como depredadores en línea, contenidos que promueven antivalores, odios, violencia, sexo, etc) Si dado el caso, los hijos preguntan por temas que los padres desconocen, deben investigar para posteriormente tratarlos con ellos. Lo importante es estar presentes y tener abiertos los canales de comunicación.

**Advertir y prevenir:** No dar datos personales ni responder mensajes de origen desconocido, tampoco concretar citas con personas conocidas en internet ni chatear con “amigos” desconocidos. Sin alarmismos pero con mucha claridad se debe advertir para prevenir caer en manos de inescrupulosos que viven del engaño a través de internet.

## **2. Segunda alternativa de solución: ofrecer un taller para educar a los padres acerca del uso excesivo de Internet y sus consecuencias**

En este taller se empezará por explicar el lenguaje y la terminología propia de las TIC que muchos padres no manejan. Se incluiría también contenidos acerca del manejo de los límites y el control que los padres deben tener sobre este asunto. Para finalizar, el taller incluiría un test acerca de cuánto saben sobre las TIC y cómo podrían acercarse más a sus hijos desde una propuesta que integre un nuevo formato educativo en el hogar. Se haría con cartillas y material didáctico que le quedaría a ellos para volver a consultar cuantas veces quieran en caso de que olviden algún contenido.

El taller se ofrecerá con el acompañamiento de una cartilla donde se encuentran los contenidos más relevantes que resultaron de la investigación. Está diseñado para dictarse en un espacio de dos horas de tiempo, en un lugar acordado previamente por la comunidad del barrio la Hojarasca.

La cartilla podrá imprimirse, aclarando que cada padre asumirá el costo de la impresión (ésta puede ser a color o en blanco y negro), o podrá descargarla en su teléfono celular a la vez que podrá compartirla y reproducir el mensaje que recibió, con otros padres y madres allegados.

Link para acceder a la cartilla: <https://goo.gl/Y69zU7>

3. **Tercera alternativa de solución: Teatro en el parque.** La comunidad del barrio la Hojarasca cuenta con un parque grande y concurrido durante las noches. Como allí se llevan a cabo diferentes actividades para la comunidad, se solicitaría con anticipación a la JAC, para que en ese espacio se realicen obras de teatro cortas que apunten a las problemáticas planteadas en esta investigación. Aprovechando tres fortalezas como son: el gran número de jóvenes que tiene la comunidad la hojarasca, el interés de la comunidad en participar y la necesidad de encontrar soluciones a una problemática tan sentida como el uso excesivo de las pantallas dentro de los hogares , se convocarían a los jóvenes entre los 12 y los 17 años, para que representen de manera teatral, en el parque principal del barrio, escenas con las problemáticas propias de sus familias en el uso de la tecnología y la internet. En éstos jóvenes, la espontaneidad y el hecho de que ya han trabajado juntos en otra actividades como danzas y deportes, son un elemento que ayuda al buen desarrollo y ejecución de esta alternativa. Esta solución se ejecutaría de la siguiente manera:

- ✓ Se convocan a los padres de familia de los jóvenes que harían parte del grupo de teatro que representaría dos escenas familiares en las que el uso de las TIC dificulta o entorpece la armonía y la unidad familiar o en la que representa un peligro para el joven.

- ✓ Se daría una capacitación más sencilla que la cartilla propuesta en la alternativa anterior donde se expongan contenidos dirigidos a los peligros, cuidados y riesgos que deben tenerse en cuenta dentro de las familias del barrio la Hojarasca. Éstos mismo ejes estarían representados en las obras de teatro realizadas por los jóvenes de las

comunidad.

✓ Terminaría la actividad con un tiempo de preguntas y respuestas a los padres asistentes. Podría buscar apoyo en habitantes de la comunidad que tienen profesiones y trabajos afines al tema: técnicos en sistemas, dueños de salas de internet, profesoras de colegio, abogados y una fiscal que trabaja en el área de informática. Esto con el fin no solo de involucrar otras profesiones y saberes, sino de apoyarme en el despeje de dudas e inquietudes que los padres tengan al final de la actividad.

## 8. Descripción de la mejor alternativa de solución

Segunda alternativa de solución: ofrecer un taller para educar a los padres acerca del uso excesivo de Internet y sus consecuencias.

¿Porqué esta es la mejor alternativa? El taller de capacitación propuesto, es el resultado de un diagnóstico de la problemática familiar acerca del uso excesivo de las TIC en las familias del barrio la Hojarasca en Jamundí y que pretende ofrecer herramientas que contribuyan a la formación de los padres de familia, dándoles conocimientos y aprendizajes concernientes a las nuevas tecnologías. El taller ofrecerá una cartilla de apoyo que quedará al final como soporte para cada padre de familia asistente al taller. En el taller se abordarán 5 ejes temáticos:

- Un glosario con los términos que deben conocer y manejar como lo hacen sus hijos
- Unos indicadores sobre la adicción
- Como establecer limites
- Peligros y riesgos
- El ejemplo empieza por casa

Todo lo anterior, acompañado de un cuestionario introductorio al taller para conocer en qué nivel de saberes y compromisos se encuentran los padres de familia.

Las temáticas fueron propuestas por los mismos padres de familia. No son caprichosas ni elegidas al azar, sino que responden a las necesidades identificadas con la comunidad. Así pues, el taller propuesto encierra los temas que pretenden brindar herramientas para mejorar y regular el uso excesivo de las TIC y sus efectos nocivos en la dinámica familiar.

El tiempo de duración del taller es de dos horas y para procurar el mayor número de padres asistentes, se programará a las 7:30 p.m.

ALCANCES Y PROPÓSITO DEL TALLER DE CAPACITACIÓN A LOS PADRES	
Beneficios	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Identificar mediante una encuesta introductoria, el grado de manejo y conocimiento que los padres de familia tienen acerca del uso que sus hijos le dan a internet y las pantallas.</li> <li>-Capacitar de manera didáctica a los padres de familia, ya que aquellos contenidos en los que se escribe, se lee, se escucha y se muestran relacionándolos con imágenes, se retienen mucho más que aquellos que sólo se escuchan, ya que las probabilidades de olvidarlos son mayores.</li> <li>-La cartilla pretende ser una herramienta que se pueda compartir con otros padres de familia o allegados. Ésta, se podrá recibir y compartir en el celular o se podrá imprimir.</li> </ul>

	<p>Como cada quien lo prefiera.</p> <p>-La capacitación incluye un glosario de preguntas técnicas que muchos padres desconocen o no manejan bien, así como la explicación del uso correcto y saludable de las pantallas dentro de los hogares. Aspectos tan sencillos como los límites y las normas, no son tenidos en cuenta ni sobre ello se dialoga con los hijos.</p>
<p>Probabilidad de lograr los objetivos</p>	<p>-La respuesta de la comunidad durante el desarrollo de la presente investigación ha sido positiva. Se han acercado a las reuniones programadas y han participado activamente en el desarrollo de la problemática que identificaron. Esto facilita y contribuye a que la probabilidad de lograr el objetivo de diseñar estrategias pedagógicas que permitan dar a conocer a los padres de familia el uso adecuado de las herramientas tecnológicas sea alta.</p> <p>-Capacitar a los padres de familia en el uso de las TIC hará que adquieran conocimientos necesarios para la orientación de sus hijos. Éstos son padres que aunque trabajan por fuera del hogar, manifiestan interés por regular una actividad que en la mayoría de los hogares, está fuera de control.</p> <p>-La mayoría de los padres de familia son personas educadas que trabajan de manera</p>

	<p>profesional, técnica o son dueños de su propio negocio. Esto garantiza que haya un nivel de comprensión alto a la hora de enseñar contenidos nuevos. Ellos pertenecen a la generación de “inmigrantes de la tecnología” es decir que no nacieron aprendiendo a manejarla como lo hacen sus hijos, pero no son ajenos a ella.</p> <p>-Nadie se ha tomado la tarea ni el tiempo de acercarse, preguntarles, investigar y hacerles reflexionar sobre sus problemáticas familiares. Este hecho hace que se sientan motivados no solo para identificar una situación problemática, sino para vincularse en su posible solución.</p>
<p>Recursos</p>	<p>Físicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Espacios propicios (amplios, aireados, de fácil acceso e iluminados) para dictar el taller.</li> <li>✓ Acceso a tablero, video beem y micrófono.</li> </ul> <p>Sociales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Comunidad unida</li> <li>✓ Padres de familia interesados</li> <li>✓ Buen liderazgo en la JAC</li> <li>✓ Disposición en las reuniones establecidas.</li> </ul> <p>Económicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Padres de familia que trabajan y</li> </ul>

	<p>tienen un nivel socio-económico estable.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Son generosos. En las reuniones programadas han propuesto brindar comida a manera de comitiva al final de la reunión, pero no lo he permitido.</li> <li>✓ La mayoría tiene casa propia, la han embellecido y se esfuerzan por darle a sus hijos lo mejor.</li> </ul>
Costos	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Alquiler de sillas</li> <li>-Impresión de la cartilla</li> <li>-Papel para el papelógrafo</li> <li>-Marcadores negro y rojo</li> <li>-Directorio de los padres asistentes</li> <li>Volantes de invitación al taller</li> <li>- Refrigerio</li> </ul>
Limitaciones	<p>-Poca disponibilidad de tiempo dado que los padres trabajan en Cali y algunos llegan después de las 7:30 P.M</p>
Interés de la comunidad	<p>Capacitar a los padres fomentará la capacidad de manejar asertivamente los conflictos y diferencias que se presentan dentro del hogar. Además, los padres tienen el derecho y el deber de proteger a sus hijos de los excesos y peligros que representa el uso inadecuado de las pantallas en sus hijos y en ellos mismos, incorporando a sus saberes, herramientas que les ayude a la correcta utilización de la</p>

	tecnología.
--	-------------

## 9. Justificación

Es necesario realizar la presente propuesta entre los habitantes del barrio la Hojarasca del municipio de Jamundí porque la adicción a las nuevas tecnologías es un aspecto dentro de sus hogares que está afectando la sana convivencia, la comunicación entre padres e hijos y el rendimiento académico de los adolescentes quienes a pesar de estar en el último periodo de su año escolar e ir perdiendo casi todos los logros requeridos para promoverlos, no logran comprometerse con su proyecto de vida debido al uso prolongado de las TICS. Sus padres consideran esta práctica “una perdedera de tiempo” y la catalogan sin reparos como “adictiva” y “peligrosa”. A través de esta investigación se pretende brindar herramientas a los padres de familia que empoderen y ayuden a establecer límites y ayudarles a convertir las pantallas en herramientas que unan y potencien la familia, no en instrumentos que dividen y la afecten negativamente. La tendencia entre los adolescentes del barrio la Hojarasca es un asunto que preocupa a los padres de familia ya que genera comportamientos como rebeldía, introversión, bajo rendimiento académico, deserción en el deporte y matoneo en las redes. Es necesario tomar conciencia de la necesidad de involucrarse con efectividad (esto es conocimiento y empoderamiento) en la educación de sus hijos para el uso responsable de la tecnología. A cada familia del barrio la Hojarasca le corresponde decidir qué hacer y cómo hacerlo a partir de las herramientas que se darán en la capacitación que surge como resultado de esta investigación.

## 10. Localización

El taller de capacitación para padres acerca del uso correcto de las TIC en los hogares, se llevará a cabo en la comunidad del barrio la Hojarasca en el municipio de Jamundí más exactamente en la plazoleta comunitaria del barrio. Dado que el clima del municipio de Jamundí es cálido, el taller de capacitación con los padres de familia se puede hacer en las horas de la noche al aire libre. De todas maneras, por si llueve, la señora Isabel Cristina Cepeda quien hace parte de la JAC y se ha mostrado muy interesada en la investigación propuesta, podría facilitar la terraza de su casa contigua a la plazoleta comunitaria que tiene capacidad para 50 personas. Esto sólo en caso de que llueva la noche de la realización del taller.

## 11. Beneficiarios

Directos:

- ✓ Padres de familia y tutores
- ✓ Niños, adolescentes y jóvenes hasta los 17 años.

Indirectos:

- ✓ Comunidades educativas
- ✓ Maestros y educadores en general

## 12. Objetivo General

Educar a los padres de familia mediante el taller “Efectos y Consecuencias del uso excesivo de las pantallas dentro del hogar” que pretende minimizar las grandes diferencias

que suelen presentarse entre personas de diferentes edades o épocas, especialmente entre hijos jóvenes y padres adultos, situación que genera distanciamiento y falta de comunicación, además de incompreensión y orfandad a la hora de darle un correcto uso a las pantallas dentro del hogar. El propósito es el fortalecimiento de las relaciones familiares en un ambiente de aprendizaje, unidad, diálogo y tiempo juntos mediante la adquisición de conocimientos que promuevan el uso adecuado y no excesivo de las TIC

### 13. Objetivos Específicos

- Concientizar a las familias del barrio la hojarasca sobre el uso de la tecnología para lograr que ésta se adecúe a la familia y no la familia a la tecnología.
- Sondear el nivel de conocimientos tecnológicos y términos propios de la era digital.
- Educar brindando herramientas que ayuden al mejoramiento de la calidad de las dinámicas interfamiliares.
- Promover valores que se debilitan directamente con el uso excesivo de las pantallas tales como la comunicación verbal y personal, la unidad familiar, la comunicación asertiva, el establecimiento de límites y controles, el interés por el otro y el contacto físico como las caricias y el juego.
- Generar un espacio de reflexión, aprendizaje y retroalimentación donde los padres y sus hijos puedan expresar sus vivencias, dificultades y tensiones familiares surgidas a partir del uso indebido de las TIC.

- Vincular a los hombres padres de familia al taller ya que son las mujeres madres de familia, las que en su mayoría hacen presencia y buscan soluciones a ésta problemática familiar.
- Desafiar a la comunidad para que no se conformen ni se adapten a la disfuncionalidad generada por el uso excesivo de las pantallas en sus hogares.

#### 14. Matriz de Planificación

Descripción	Indicador	Fuentes de Verificación	Supuestos
<p><b>Finalidad:</b> Educar a los padres de familia acerca del uso excesivo de las pantallas en sus hogares y sus efectos.</p>	<p>La asistencia a las reuniones programadas para desarrollar las diferentes actividades propias de la investigación es un indicador de compromiso.</p> <p>La buena dinámica generada durante la investigación: los padres participan, cooperan, asisten, generan ideas y cuentan sus situaciones familiares generando una sinergia positiva en el desarrollo de la investigación.</p> <p>El interés de los padres de familia por apoyar la actividad taller de capacitación.</p>	<p>-Fotos                      -Videos                      -Consentimientos                      -Informados                      -Link de la cartilla elaborada para el taller de capacitación</p>	<p>Los padres de familia del barrio la Hojarasca pretenden y desarrollan una vida autónoma en lo económico y en lo social.</p> <p>Puede y desea compartir una confianza mutua con quienes quieren aportar de manera positiva al mejoramiento de su calidad de vida (en este caso, conmigo como estudiante de la UNAD)</p> <p>Poseen un concepto de sí mismos como capaces de tomar decisiones y auto dirigirse en la ejecución de normas y regulaciones que mejoren su dinámica familiar.</p>

	La aceptación de la comunidad a la propuesta generada		Juegan un papel comunitario que conlleva responsabilidades desde el punto de vista económico y cívico. Esto les hace vincularse de manera voluntaria y espontánea en el desarrollo de la investigación.
<b>Objetivo:</b> : Generar cambios en la dinámica familiar alterada por el uso excesivo de las TIC.	El problema de el uso excesivo de las TIC es una realidad que afecta sus hogares, situación que los hace especialmente susceptibles de cooperar con el taller.	-Archivo fotográfico -Testimonios familiares de las experiencias negativas por el uso excesivo de las TIC.	En su mayoría son padres preocupados por adquirir conocimientos pertinentes y serios sobre el tema que les aqueja. Tienen la capacidad para entregarse a compromisos familiares concretos así como para desarrollar la fuerza ética necesaria para cumplir con tales compromisos. Sus experiencias sexuales y sociales, así como sus responsabilidades, lo separan sustancialmente del mundo de sus hijos. Esto los capacita para guiar y dirigir a sus hijos.
<b>Meta 1:</b> Convocar a la comunidad para plantear juntos la problemática y su alternativa de solución.	Invitar a la reflexión y al planteamiento de las causas y los efectos del uso excesivo y prolongado del internet en el hogar  Proponer alternativas factibles a corto plazo para provocar cambios en la dinámica familiar afectada negativamente por el	Archivo fotográfico Árbol de problemas Árbol de soluciones Video de participación de la comunidad.	Entrevista formal a diferentes padres y madres de familia para sondear acerca de sus problemáticas familiares y cómo los afecta. Identificar y delimitación con la ayuda de la comunidad del problema a investigar. Planteamiento con la ayuda de la comunidad de las

	uso excesivo de las pantallas		posibles alternativas de solución al problema identificado.
<p><b>Meta 2</b> Unir a los padres de familia en torno a un proyecto de investigación. En este caso sería “El uso excesivo de las pantallas y sus efectos dentro de la familia”</p>	<p>Dialogar de manera franca y abierta con los habitantes del barrio acerca de sus familias ¿Cómo están conformadas? ¿Cuáles son sus mayores dificultades? ¿Cómo han procurado solucionarlas? ¿En quien se han apoyado para lograrlo? Solicitar a la comunidad los ejes temáticos sobre los que se desarrollaría el taller</p> <p>Comprometer a los padres de familia (hombres y mujeres) para que se vinculen y promuevan los contenidos adquiridos en la investigación. Este ejercicio pretende ser no solo una tarea, sino un trabajo que deje huella en la comunidad generando cambios positivos en el mejoramiento de las dinámicas familiares afectadas negativamente por el uso excesivo de las TIC.</p>	<p>Archivo fotográfico Consentimiento Informado Listado de asistencia de los padres de familia</p>	<p>Forman parte de la población económicamente activa del municipio de Jamundí cumpliendo una función productiva.</p> <p>Se consideran responsables del bienestar de sus hijos y como quienes los instruyen y enseñan.</p>
<p><b>Meta 3:</b> Capacitar mediante el taller “Uso excesivo de las</p>	<p>Invitar a la reflexión y al planteamiento de las causas y los</p>	<p>Archivo fotográfico Consentimiento Informado</p>	<p>Dialogar de manera franca y abierta con los habitantes del</p>

<p>pantallas y sus efectos dentro de la familia” a los padres de familia que se encuentran desactualizados en el tema, así como brindar herramientas que ayuden al mejoramiento del uso de las TIC.</p>	<p>efectos del uso excesivo y prolongado del internet en el hogar Elaborar una cartilla que refuerce de manera pedagógica los contenidos del taller y sirva de material de apoyo para compartirlo con otros padres de familia Dar a conocer la Universidad y sus competencias a la comunidad del barrio la Hojarasca en el Municipio de Jamundí</p>	<p>Listado de asistencia de los padres de familia al taller.</p>	<p>barrio acerca de sus familias ¿Cómo están conformadas? ¿Cuáles son sus mayores dificultades? ¿Cómo han procurado solucionarlas? ¿En quien se han apoyado para lograrlo? Solicitar a la comunidad los ejes temáticos sobre los que se desarrollaría el taller Comprometer a los padres de familia (hombres y mujeres) para que se vinculen y promuevan los contenidos adquiridos en la investigación. Este ejercicio pretende ser no solo una tarea, sino un trabajo que deje huella en la comunidad generando cambios positivos en el mejoramiento de las dinámicas familiares afectadas negativamente por el uso excesivo de las TIC.</p>
<p><b>Actividades M1:</b> -Visitar a los integrantes de la JAC de la comunidad ya que ellos gozan de credibilidad e influencia en los habitantes del barrio. -Pedir el permiso mediante carta escrita a la JAC para utilizar la plazoleta del barrio. -Acordar el día y la hora de la reunión</p>			<p>N.A</p>
<p><b>Actividades M2:</b> -Plantear problemáticas generadas por el uso excesivo de las TIC desde sus propias experiencias. -Preguntar ¿Cómo creen que podrían mejorar el uso de las TIC dentro de sus hogares? -Hacer una lluvia de ideas -Seleccionar las que generen más acuerdo entre el grupo de padres -Preguntar ¿Cuál de las propuestas generadas por ustedes quisieran que se desarrollara y se ejecutara en la comunidad?</p>			<p>N.A</p>

<p><b>Actividades M3:</b>                  -Preguntar ¿Cuáles temas acerca del uso de las TIC dentro de sus hogares considera que deberían incluirse en el taller?                  -Recoger una lluvia de ideas                  -Seleccionar los temas a desarrollar                  -Mostrar la cartilla para su aprobación                  -Concretar la fecha del taller de capacitación en común acuerdo                  -Imprimir las cartillas                  -Preparar lapiceros y hojas para la actividad</p>	<p>N.A</p>
--	------------

## 15. Factibilidad

### 15.1 Administrativa:

- La vicepresidenta de la JAC la señora Yolima Alejandra Agudelo, es la encargada de convocar a las líderes comunitarias. Éstas son mujeres fundadoras del barrio que sin pertenecer a la JAC gozan de influencia y credibilidad dentro de la comunidad. Son líderes positivas cuyas invitaciones son bien recibidas por los habitantes del barrio la Hojarasca. Entre ellas se encuentran: Isabel Cristina Cepeda, Yonier Caicedo y su esposa Marcela García y Marina Vásquez.
- La señora Isabel Cristina Cepeda, es la encargada de facilitar la terraza de su casa en caso de que llueva el día de la capacitación.
- Los jóvenes quienes son los hijos de algunas madres de familia que han asistido y apoyado ésta investigación, serían los responsables de entregar un volante sencillo hecho en computador y fotocopiado, para recordar el día y la hora de la reunión. Entre ellos están: Alejandro y Carlos Figueroa, Miguel ángel Palta, Santiago López y Maira Alejandra Balanta.
- La bienvenida al taller, estará a cargo de la presidenta de la JAC.
- El desarrollo del taller estará a cargo de la estudiante de psicología de la UNAD Yanitze Gutiérrez González.
- La persona encargada de tomar las fotos será el señor William Calderón.

- La persona encargada de filmar en video será el señor Yonier Caicedo.
- La persona encargada de tomar la asistencia será la señora Yolima Alejandra Agudelo, vicepresidenta de la JAC del barrio.

### 15.2 Técnica:

- Volantes para recordar el día y la hora de la reunión. Éstos se entregarán dos días antes de la reunión, es decir, el día jueves.
- Impresión de la cartilla según el número de padres que asistan a la capacitación.
- Alquiler de sillas
- Alquiler de micrófono
- Alquiler de video beam
- Alquiler de dos mesas (Una para el video beam y otra para el material del taller)
- Refrigerio (está por definirse, pero dentro de las propuestas están: Big cola con galletas, Jugo del Valle con pastel o un paquete de galletas club social con frutiño)

**Económica:** Para adquirir lo anterior, la JAC cuenta con un presupuesto de 200.000 (doscientos mil pesos). Si llega a hacer falta, algunos padres de familia están dispuestos a colaborar de la siguiente manera:

- Llevando sillas rimax de su casa
- Colaborando con el refrigerio
- Imprimiendo los volantes para la convocatoria.

#### 15.4 Social y de género:

- La comunidad se beneficiará adquiriendo herramientas que les ayude a un manejo equilibrado y saludable de las pantallas dentro de sus hogares.
- Las familias afectadas que asistan al taller y pongan en práctica los contenidos, gozarán de mejores relaciones interpersonales, comunicación y manejo de términos y conocimientos propios de las TIC.
- Como el contenido de la propuesta surge de las necesidades de la misma comunidad, la cantidad de personas esperadas incluye tanto a hombres como mujeres y sus hijos adolescentes.

Actividad	Medios	Competencias	Indicador de logro
Convocar mediante las líderes de la JAC	Voz a voz Volantes Llamada telefónica y WhatsApp	Compromiso de la comunidad Interés en los temas que se abordarán	Asistencia al taller Aprobación de la cartilla Apoyo de la JAC
Programar el orden del taller de capacitación.	Padres de familia Líderes de la JAC	Disposición de cooperar en la comunidad	Asistencia mayoritaria a la convocatoria
Desarrollar el taller con la comunidad	La plazoleta de la comunidad Instrumentos adquiridos para la capacitación	Investigación de los temas desarrollados Condiciones del entorno óptimas	Tipo de información que se impartirá y su duración (dos horas)

**16. Cuadro de resumen de actividades**

Actividades	Tiempo																Responsables
	MES 1				MES 2				MES 3				MES 4				
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
Contactar la vicepresidenta de la JAC	x																Yanitze Gutiérrez Yolima Alejandra Agudelo
Entrevista a la vicepresidenta de la JAC	x																Yanitze Gutiérrez Yolima Alejandra Agudelo
Aplicación de instrumento en la entrevista	x																Yanitze Gutiérrez
Visita a los hogares para convocar a la primera reunión donde se explicó y desarrolló en árbol de problemas																	Yanitze Gutiérrez William Rojas Yonier Caicedo Junior Lopera Edwin José Rivera Jairo Escudero Juan David Grisales Milton Peña Sandoval
Desarrollo del árbol de soluciones						x											Yanitze Gutiérrez William Rojas Yonier Caicedo Junior Lopera Edwin José Rivera Jairo Escudero Juan David Grisales Milton Peña Sandoval
Propuesta de solución al problema identificado							x										Yanitze Gutiérrez Marina Vásquez Loor Isabel Cristina Cepeda Yonier Caicedo Marcela García Milton Peña Sandoval William Rojas Yonier Caicedo Junior Lopera Edwin José Rivera Jairo Escudero Juan David Grisales Milton Peña Sandoval
Elaboración de posibles soluciones											x						Yanitze Gutiérrez Yolima Alejandra Agudelo William Rojas Yonier Caicedo Junior Lopera Edwin José Rivera Jairo Escudero Juan David Grisales Milton Peña Sandoval William Rojas Maira Alejandra Balanta Sofía Cajiao

					Marina Vásquez Dora Belalcazar Isabel Cristina Cepeda Alejandra Bustamante
Lluvia de ideas para identificar los temas que se abordarán en el taller de capacitación				x	Yanitze Gutiérrez Yolima Alejandra Agudelo William Rojas Yonier Caicedo Junior Lopera Edwin José Rivera Jairo Escudero Juan David Grisales Milton Peña Sandoval William Rojas Maira Alejandra Balanta Sofía Cajiao Marina Vásquez Dora Belalcazar Isabel Cristina Cepeda Alejandra Bustamante
Elaboración de la cartilla				x	Yanitze Gutiérrez Milton Peña
Ejecución del taller				x	Yanitze Gutiérrez

### 17. Responsable de la propuesta

Nombre: Yanitze Gutiérrez González

Dirección: Carrera 17 A # 22-47 Barrio: La Pradera

Municipio: Jamundí Departamento: Valle

Teléfono: 300-676-84-81

Duración de la propuesta: 4 meses

Firma:



**18. Tabla de presupuesto**

Ítem	Cantidad	Valor Unitario	Unidad De tiempo	Aporte comunidad	Aporte entidades	Aporte de terceros	Valor total
<b>RECURSOS HUMANOS</b>							
Psicóloga	1	N.A			N.A		
JAC	5	N.A			N.A		
<b>Subtotal</b>							
<b>EQUIPOS</b>							
Refrigerio	1 p/p	\$1.000					\$30.000
Hidratación	6	\$1.500					\$9.000
Cartilla	20	\$2.500					\$50.000

Volantes	50	\$100					\$5.000
No fungibles (Equipos)							
Video Beem	1	Es de la JAC					
Sillas	30	\$800					\$24.000
Desechables para el refrigerio	25	\$100					\$2.500
<b>Subtotal</b>							
<b>IMPREVISTOS</b> <b>5%</b>							
Que asistan más personas de las esperadas							
<b>TOTAL</b>		<b>\$6.000</b>					<b>\$120.500</b>



### Bibliografía

- BERMÚDEZ, J. C. (Septiembre de 2013). *Estrategias y herramientas para promover la apropiación de Nuevas Tecnologías en procesos comunitarios*. Obtenido de Más allá del acceso: <http://tecnologicamerani.edu.co/web/wp-content/uploads/2014/08/MasAlladelAcceso.pdf>
- BERMÚDEZ, J. C. (agosto de 2014). *Estrategias y herramientas para promover la apropiación de Nuevas Tecnologías en procesos comunitarios*. Obtenido de Más allá del acceso: <http://tecnologicamerani.edu.co/web/wp-content/uploads/2014/08/MasAlladelAcceso.pdf>
- Buckingham, D. (2007). *mas alla de la tecnologia* . Cambridge: polity press.
- CAICEDO, W. G. (2008). *SIGNIFICADO QUE LE DAN LOS PROFESORES AL USO DE LAS TICS EN LOS PROCESOS DE ENSEÑANZA Y DE APRENDIZAJE EN DOS INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE FLORIDABLANCA*. Obtenido de colombiaaprende.edu.co: [http://www.colombiaaprende.edu.co/html/docentes/1596/articulos-172430\\_archivo.pdf](http://www.colombiaaprende.edu.co/html/docentes/1596/articulos-172430_archivo.pdf)
- Díaz1, C. M.-C.-D. (2012). *CONSTRUCCIÓN DE IDENTIDAD DE LOS Y LAS JÓVENES EN LAS REDES VIRTUALES*. Obtenido de contextos-revista: [http://www.contextos-revista.com.co/Revista%2012/A2\\_lconstruccion%20de%20identidad%20de%20los%20y%20las%20jovenes%20en%20las%20redes%20virtuales.pdf](http://www.contextos-revista.com.co/Revista%2012/A2_lconstruccion%20de%20identidad%20de%20los%20y%20las%20jovenes%20en%20las%20redes%20virtuales.pdf)
- Fernandez, E. E.-C. (2009). *Jovenes y adolescente ante las nuevas tecnologias: Percecion de riesgos*. Obtenido de JUMPU: <https://www.yumpu.com/xx/document/view/58081574/dialnet-usosyriesgosdelasnuevastecnologias-3099745>
- Lamschtein, S. (2006-2009). *Las TICs y la brecha generacional*. Obtenido de agesic: [https://www.agesic.gub.uy/innovaportal/file/1077/1/Tic\\_y\\_brecha\\_generacional.pdf](https://www.agesic.gub.uy/innovaportal/file/1077/1/Tic_y_brecha_generacional.pdf)
- Laster, V. A.-G. (s.f.). *Uso responsable de las TIC*. Obtenido de Relpe: <http://www.relpe.org/wp-content/uploads/2013/04/04-Uso-Responsable-de-las-TIC.pdf>
- Manuel, C. (1996). *PRÓLOGO LA RED Y EL YO*. Obtenido de Castelsm: <http://herzog.economia.unam.mx/lecturas/inae3/castelsm.pdf>
- Prensky, M. (1892). *Nativos e Inmigrantes Digitales*. Distribuidora SEK, S.A.
- Rubio, À. (2010). *JÓVENES EN RED, GENERACIÓN DIGITAL Y CAMBIO SOCIAL* . Obtenido de diba.cat: <http://www.diba.cat/documents/95670/96986/joventut-fixters-2010rubio-pdf.pdf>
- Sandra Audaly Burgos Rodríguez, L. A. (15 de febrero de 2015). *Manual para el Fortalecimiento y Profundización de Habilidades en el Uso de las TIC - Personas con Discapacidad Física y Auditiva*. Obtenido de Ciudadania Digital: <http://www.ciudadaniadigital.gov.co/627/w3-propertyvalue-14645.html>
- URIBE, J. B. (2010-2012). *El uso de las TICs y la Brecha Digital entre adultos y adolescentes*. Obtenido de Educacion mediatica.es:

<http://www.educacionmediatica.es/comunicaciones/Eje%204/Jordi%20BUSQUETy%20Ana%20Cinthya%20URIBE.pdf>

