WP3 – ACTIVIDADES DEL KIT DE HERRAMIENTAS POWERPACK

Bienestar digital: Juegos de rol para una crianza segura

Co-funded by the European Union

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son exclusivamente las del autor o autores y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas. Número de proyecto: 2024-1-NL01-KA220-SCH-000252923

1. General Information

Well-being dimension: Digital well-being
Target age group: Parents of children aged 6–14 years
Activity format: Role-playing and interactive workshop
Duration: 75–90 minutes
Group size: 10–20 participants
Transversal approach: Digital literacy, family education, social-emotional learning, communication skills

2. Learning Objectives

- To increase parents' confidence in setting up and using parental controls on devices and apps.
- To develop communication skills for discussing online safety with their children.
- To practice problem-solving strategies for handling online risks and digital conflicts.

3. Materials Needed

- Smartphones, tablets, or laptops (optional for demo)
- Printed scenario cards with common online safety challenges (e.g., social media, gaming, chat apps)
- Whiteboard or flipchart for group discussion
- Sticky notes, markers, and pens
- Handouts with tips and step-by-step guides for parental controls

Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them. Project Number: 2024-1-NL01-KA220-SCH-000252923

1. Información general

Dimensión de bienestar: Bienestar digital
Grupo de edad objetivo: Padres de niños de 6 a 14 años
Formato de actividad: Juego de roles y taller interactivo
Duración: 75-90 minutos
Tamaño del grupo: 10-20 participantes
Enfoque transversal: Alfabetización digital, educación familiar, aprendizaje socioemocional, habilidades de comunicación

2. Objetivos de aprendizaje

- Aumentar la confianza de los padres a la hora de configurar y utilizar los controles parentales en dispositivos y aplicaciones.
- Desarrollar habilidades comunicativas para hablar con sus hijos sobre la seguridad en línea.
- Practicar estrategias de resolución de problemas para gestionar los riesgos en línea y los conflictos digitales.

3. Materiales necesarios

- Smartphones, tabletas o portátiles (opcional para la demostración)
- Tarjetas impresas con escenarios que muestran desafíos comunes de seguridad en línea (por ejemplo, redes sociales, juegos, aplicaciones de chat).
- Pizarra blanca o rotafolio para la discusión en grupo
- Notas adhesivas, marcadores y bolígrafos
- Folletos con consejos y guías paso a paso para el control parental.

Co-funded by the European Union

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son exclusivamente las del autor o autores y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas. Número de proyecto: 2024-1-NL01-KA220-SCH-000252923

4. Pasos de la actividad

Paso 1: Introducción y actividad para romper el hielo (10-15 minutos)

- El facilitador presenta la sesión y destaca la importancia del control parental y la seguridad en línea.
- Actividad para romper el hielo: los padres comparten un desafío que han encontrado al gestionar las actividades en línea de sus hijos.

Paso 2: Demostración (10 minutos)

- El facilitador muestra ejemplos de herramientas y configuraciones de control parental (restricciones de edad, permisos de aplicaciones, límites de tiempo de pantalla).
- Analice las ventajas y desventajas de las diferentes herramientas.

Paso 3: Escenarios de juego de roles (30-35 minutos)

- Los participantes se dividen en grupos pequeños (de 3 a 4 padres).
- Cada grupo recibe una tarjeta con un escenario (por ejemplo, "Tu hijo quiere unirse a una nueva plataforma de redes sociales" o "Sospechas que tu hijo está chateando con desconocidos en línea").
- Los padres se turnan para representar los roles:

1. Uno de los padres actúa como si fuera él mismo.
2. Una persona actúa como el niño; sin embargo, la actividad también puede realizarse con padres e hijos, y los propios niños pueden desempeñar sus propios papeles.
3. Otros observan y dan retroalimentación.

- Cada dramatización se centra en establecer límites, utilizar controles parentales y comunicarse eficazmente con el niño.

Paso 4: Sesión informativa grupal (15-20 minutos)

- El facilitador dirige la discusión:

1. ¿Qué estrategias funcionaron bien?
2. ¿Qué se siente al establecer límites manteniendo la confianza?
3. ¿Qué retos quedan por delante?

- Recopila una lista de consejos prácticos y buenas prácticas para padres.

Paso 5: Reflexión y plan de acción (10 minutos)

- Los padres anotan una acción específica que llevarán a cabo en casa para mejorar la seguridad en línea.

Co-funded by the European Union

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son exclusivamente las del autor o autores y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas. Número de proyecto: 2024-1-NL01-KA220-SCH-000252923

5. Teacher Notes & Tips

- Emphasize a non-judgmental and supportive environment; parents may feel anxious about technology.
- Encourage sharing of personal experiences to normalize challenges.
- Adapt scenarios to reflect participants' cultural and technological context.
- Offer additional resources and guides for follow-up after the workshop.

6. Reflection prompt for students

- What was the most challenging part of the role-play for you?
- Which strategies helped you feel more confident in managing your child's online safety?
- What is one concrete step you will implement at home after this session?

Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them. Project Number: 2024-1-NL01-KA220-SCH-000252923

5. Notas y consejos para el profesor

- Es importante crear un ambiente de apoyo y libre de prejuicios; los padres pueden sentirse ansiosos con respecto a la tecnología.
- Fomentar el intercambio de experiencias personales para normalizar los desafíos.
- Adaptar los escenarios para que reflejen el contexto cultural y tecnológico de los participantes.
- Ofrecer recursos y guías adicionales para el seguimiento posterior al taller.

6. Pregunta de reflexión para los estudiantes

- ¿Cuál fue la parte más difícil del juego de rol para ti?
- ¿Qué estrategias te ayudaron a sentirte más seguro/a a la hora de gestionar la seguridad en línea de tu hijo/a?
- ¿Qué medida concreta pondrás en práctica en casa después de esta sesión?

Co-funded by the European Union

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son exclusivamente las del autor o autores y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas. Número de proyecto: 2024-1-NL01-KA220-SCH-000252923

7. Consejos para la adaptación para niños con necesidades especiales

Versión más sencilla (Primaria temprana / soporte adicional):

- Utilice escenarios muy sencillos y claros con instrucciones paso a paso para la dramatización.
- Demuestre las herramientas de control parental antes de pedir a los participantes que las prueben.
- Permita que los padres observen una representación de un modelo antes de practicar ellos mismos.
- Céntrese en un tipo de desafío digital a la vez (por ejemplo, la privacidad en las redes sociales o el tiempo de uso de pantallas).

Versión media (Mediana primaria / mayor independencia):

- Introduce escenarios más complejos, como chats grupales, presión de grupo en línea o solicitudes de aplicaciones.
- Anime a los participantes a proponer múltiples estrategias y soluciones durante la dramatización.
- Facilitar el debate sobre cómo equilibrar la supervisión, la confianza y la independencia de los niños.
- Permitir que los participantes roten sus roles y proporcionen retroalimentación entre sí.

Adaptaciones para estudiantes con necesidades especiales:

- Proporcione ayudas visuales, capturas de pantalla e instrucciones impresas paso a paso para las herramientas de control parental.
- Ofrecer roles de participación flexibles: observador, participante en juegos de rol, encargado de tomar notas o ayudante.
- Dedica más tiempo a la práctica y reduce el tamaño de los grupos para fomentar la confianza.
- Formar parejas estratégicas entre los participantes para que se brinden apoyo y orientación entre pares durante la dramatización.

Co-funded by the European Union

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son exclusivamente las del autor o autores y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas. Número de proyecto: 2024-1-NL01-KA220-SCH-000252923

8. Referencias (enfoque metodológico)

Esta actividad combina aprendizaje activo, resolución de problemas y trabajo colaborativo:

Los padres aprenden practicando situaciones reales de seguridad digital mediante juegos de rol.

Fomenta la alfabetización digital, enseñando a los participantes a identificar riesgos, aplicar controles parentales y comunicarse eficazmente con los niños.

El trabajo en equipo fortalece la confianza, la comunicación y la capacidad de toma de decisiones a través de la retroalimentación y el debate entre compañeros.

Presentar la actividad como un juego de rol realista aumenta la participación, la motivación y el aprendizaje práctico.

Relacionar situaciones con la vida familiar cotidiana fomenta la reflexión sobre el uso responsable de la tecnología y capacita a los padres para tomar medidas concretas en materia de seguridad en línea.

Co-funded by the European Union

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son exclusivamente las del autor o autores y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas. Número de proyecto: 2024-1-NL01-KA220-SCH-000252923

CANALES DE REDES SOCIALES

Proyecto PowerPack

Proyectopower.pack

Proyecto PowerPack

CONSORCIO

COORDINADOR

SOCIOS

CC BY NC SA

Co-funded by the European Union

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son exclusivamente las del autor o autores y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas. Número de proyecto: 2024-1-NL01-KA220-SCH-000252923

VERSIÓN MÁS FÁCIL

Tarjeta de escenario 1: Un extraño en un chat de juego

Descubres que tu hijo (de 9 años) ha estado chateando con alguien que no conoce en un juego en línea.

¿Cómo les hablas de eso?

¿Qué medidas de seguridad toma usted?

Tarjeta de escenario 2 – Contenido inapropiado

Su hijo (de 10 años) ve accidentalmente un vídeo que no es apropiado para su edad.

¿Cómo abordas la situación?

¿Qué herramientas pueden ayudar a prevenir esto en el futuro?

Tarjeta de escenario 3: Demasiado tiempo frente a la pantalla

Su hijo (de 7 años) se niega a dejar de ver vídeos incluso después de varios recordatorios.

¿Cómo les ayudas a alejarse de la pantalla de forma tranquila?

¿Qué control parental sencillo podría respaldar esto?

Tarjeta de escenario 4: Descarga de un nuevo juego

Tu hijo (de 8 años) quiere descargar un juego nuevo sin pedírtelo primero.

¿Cómo se explica la norma sobre pedir permiso?

¿Qué ajustes pueden ayudar a gestionar las descargas de aplicaciones?

Tarjeta de escenario 5: Compartir fotos

Tu hijo/a (de 6 años) quiere enviar una foto divertida a un compañero/a de clase.

¿Cómo les enseñas qué es seguro compartir?

¿Qué ajustes de privacidad podéis revisar juntos?

Tarjeta de escenario 6 – Anuncios emergentes

Tu hijo (de 7 años) hizo clic por error en un anuncio emergente mientras jugaba.

¿Cómo se explica qué son los anuncios?

¿Qué herramientas ayudan a bloquear el contenido inapropiado?

Tarjeta de escenario 7 – Seguridad de contraseñas

Tu hijo (de 9 años) quiere usar una contraseña muy sencilla como “1234”.

¿Cómo explicas la importancia de las contraseñas seguras?

¿Qué pasos podéis dar juntos?

Tarjeta de escenario 8: Ver vídeos a solas

Tu hijo (de 8 años) empieza a ver vídeos sin decírtelo.

¿Cómo se habla de elegir contenido seguro?

¿Qué controles parentales pueden ayudar a filtrar vídeos?

Tarjeta de escenario 9 – Dispositivo en el dormitorio

Tu hijo (de 10 años) quiere dejar su tableta en su habitación por la noche.

¿Cómo se explican los hábitos saludables frente a las pantallas?

¿Qué límites puedes establecer?

Tarjeta de escenario 10 – Dispositivo del amigo

Su hijo (de 7 años) utiliza la tableta de un amigo que no tiene restricciones.

¿Cómo se habla de mantenerse seguro incluso en otros dispositivos?

¿Qué reglas sencillas pueden acordar?

VERSIÓN MEDIANA

Tarjeta de escenario 11 – Nueva solicitud de redes sociales

Tu hijo/a (de 11 años) quiere unirse a una nueva plataforma de redes sociales porque “todos sus amigos están ahí”.

¿Cómo respondes?

¿Qué controles parentales o ajustes de privacidad configurarías?

Tarjeta de escenario 12 – Conflicto por el tiempo frente a la pantalla

Tu hijo (de 13 años) se enfada cuando le pides que deje de usar el móvil por la noche.

¿Cómo se establecen límites manteniendo una comunicación positiva?

Tarjeta de escenario 13 – Segunda cuenta secreta

Descubres que tu hijo (de 12 años) creó una segunda cuenta "oculta" en una aplicación.

¿Cómo se habla de confianza, normas y seguridad en línea?

Tarjeta de escenario 14 – Presión de grupo en línea

Tu hijo/a (de 14 años) se siente presionado/a por sus compañeros de clase para compartir fotos o información personal en internet.

¿Cómo los guías?

¿Qué límites te pones?

Tarjeta de escenario 15 – Drama en el chat grupal

Tu hijo/a (de 12 años) está molesto/a porque sus compañeros de clase lo/la excluyen de un chat grupal.

¿Cómo les brindas apoyo emocional?

¿Qué normas de comunicación en línea se pueden comentar?

Tarjeta de escenario 16: Mensajes nocturnos

Tu hijo/a (de 13 años) se queda despierto/a hasta tarde enviando mensajes de texto a sus amigos.

¿Cómo se establecen límites respetando su vida social?

¿Qué límites de tiempo frente a la pantalla podrían ser útiles?

Tarjeta de escenario 17 – Desafíos arriesgados

Tu hijo/a (de 14 años) quiere probar un reto online que vio en las redes sociales.

¿Cómo se habla de riesgos y pensamiento crítico?

¿Qué medidas de seguridad puedes tomar?

Tarjeta de escenario 18 – Compartir ubicación

Tu hijo/a (de 11 años) activa la función de compartir ubicación con amigos sin avisarte.

¿Cómo se explican los riesgos para la privacidad?

¿Qué ajustes deberían revisar juntos?

Tarjeta de escenario 19 – Discusiones en línea

Tu hijo/a (de 12 años) se ve envuelto/a en una discusión en un chat grupal.

¿Cómo se les guía hacia una comunicación respetuosa?

¿Qué medidas pueden ayudar a prevenir que la situación se agrave?

Tarjeta de escenario 20: Aplicación con funciones ocultas

Su hijo/a (de 13 años) utiliza una aplicación con mensajes que desaparecen o carpetas ocultas.

¿Cómo se abordan la transparencia y la confianza?

¿Qué límites te pones?

VERSIÓN ADAPTADA

Dificultad para comprender los riesgos en línea

Su hijo tiene dificultades para comprender por qué hablar con desconocidos en internet puede ser peligroso.

¿Cómo lo explicas usando ejemplos sencillos y concretos?

¿Qué ayudas o herramientas visuales pueden contribuir a reforzar el mensaje?

Sobrecarga sensorial por el tiempo frente a la pantalla

Su hijo se siente abrumado o sobreestimulado después de pasar largos períodos de tiempo frente a un dispositivo electrónico.

¿Cómo les ayudas a reconocer cuándo necesitan un descanso?

¿Qué límites de tiempo de pantalla o temporizadores podrían ser útiles para ellos?

Problemas para identificar contenido inapropiado

Tu hijo tiene dificultades para reconocer cuándo un vídeo o una imagen no son adecuados para él.

¿Cómo se les enseña a pedir ayuda cuando algo les resulta "extraño" o "confuso"?

¿Qué filtros o controles parentales pueden reducir la exposición?

Dificultad con las señales sociales en los chats.

Tu hijo malinterpreta los mensajes en los chats grupales y se enfada.

¿Cómo les ayudas a comprender el tono y el contexto?

¿Qué normas o medidas de apoyo puedes implementar para una comunicación más segura?

Clics impulsivos

Tu hijo hace clic en anuncios, ventanas emergentes o enlaces desconocidos sin pensarlo.

¿Cómo se explica la diferencia entre botones seguros e inseguros?

¿Qué herramientas pueden bloquear o limitar el contenido peligroso?

Compartir información personal

Tu hijo tiende a compartir demasiada información personal en internet porque no entiende lo que es la privacidad.

¿Cómo se les enseña qué información es “privada”?

¿Qué ajustes pueden ayudar a proteger su identidad?

Regulación emocional durante las transiciones de pantalla

Tu hijo se enfada mucho cuando llega el momento de dejar de usar un dispositivo.

¿Cómo se les prepara para las transiciones de forma predecible?

¿Qué horarios o temporizadores visuales podrían ser útiles?

Dificultad para gestionar las amistades en línea

Tu hijo se pone ansioso cuando sus amigos en línea no responden de inmediato.

¿Cómo les ayudas a comprender las expectativas de una comunicación saludable?

¿Qué límites pueden establecer juntos?

Utilizar dispositivos como herramienta de confort

Su hijo/a recurre a su tableta o teléfono para calmarse.

¿Cómo se logra un equilibrio entre su necesidad de comodidad y unos hábitos de uso de pantallas seguros y saludables?

¿Qué estrategias alternativas para calmar la mente puedes proponer?

Comprender las reglas en diferentes dispositivos

Su hijo/a utiliza dispositivos electrónicos en casa, en la escuela y en terapia, y cada lugar tiene reglas diferentes.

¿Cómo se crea un conjunto de expectativas sencillas y coherentes que puedan seguir en todas partes?

¿Qué recordatorios visuales o listas de verificación pueden ayudarles?