

Social Work Matters

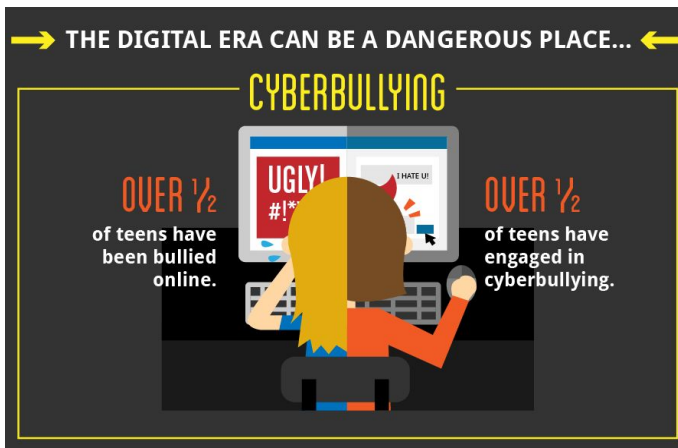
"The great thing in this world is not so much where we are, but in what direction we are moving" – Oliver Wendell Holmes
Farmingdale High School Social Workers: Alisa Lombardo (516) 434-5321 / Lauren Vega (516) 434-5210

Our goal is to give you helpful tips to increase your wellbeing. Enjoy!

Parenting Guide to Tech Safety

Teens Are More Connected Than Ever

- 90% of teens are online
- Teens are online an average of 5 hours every day
- Parents believe their teens are online only 3 hours every day



Sexting

- 28% of teens have engaged in sexting
- 30% have at least one friend who has sent nude or semi-nude photos
- 61% who've sent nude pictures admit they were pressured to do so at least one
- 17% of sexters share their message with someone else

Monitoring is Mandatory

Monitoring helps you protect them from themselves.



What Can You Do?

LEARN THEIR PERSPECTIVE: Understand the technology they use and be supportive of the issues they face. Make yourself the person they come to when they are in need.

HELP THEM UNDERSTAND YOUR PERSPECTIVE: When asked how they would feel if their parents were monitoring them teens replied: 62% Accepting and 75% Unaffected. You can explain it is your job to keep them safe and be clear about your goals and expectations.

SET BOUNDARIES UPFRONT, SUCH AS:



No phones in the bedroom



No phones overnight



Phones stay in common areas



No downloading apps without approval

DISCONNECT: Give your kids your full attention. **Set up "Phone-Free Time."**

Designate times for Family Activities.

Like all parenting decisions, **it's about Finding a Balance** between keeping your child safe and understanding the power of social media.

CREATE A SMARTPHONE AGREEMENT: It's not about depriving or withholding the phone from your child, it is about working together to ensure safety and protection. Make it a collaborative process, so your kids can feel like they have some control. Let them know when, where, and why you are monitoring.

Sources: TeenSafe

Social Work Matters

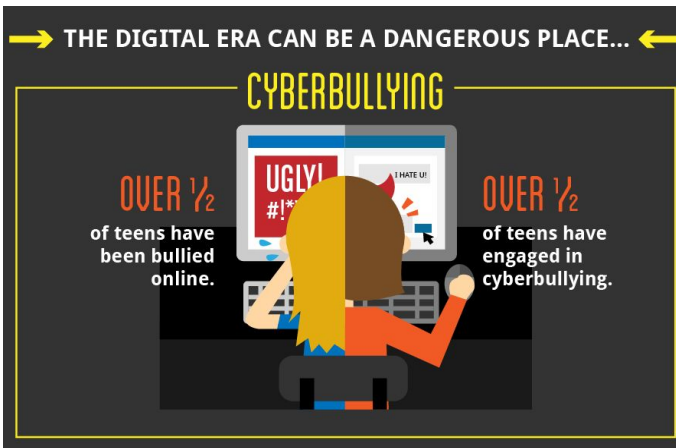
"La gran cosa en este mundo no es tanto dónde estamos, sino en qué dirección nos estamos moviendo" – Oliver Wendell Holmes
Farmingdale High School Social Workers: Alisa Lombardo (516) 434-5321 / Lauren Vega (516) 434-5210

Nuestro objetivo es darle consejos útiles para aumentar su bienestar. Disfruta!

Guía para padres sobre la seguridad tecnológica

Los adolescentes están más conectados que nunca

- 90% de los adolescentes están en la computadora
- Los adolescentes están en la computadora un promedio de 5 horas todos los días
- Los padres creen que sus adolescentes están en la computadora solamente 3 horas al día



Sexting = Mensajes de texto sexualmente explícito o imágenes

- 28% de los adolescentes se han dedicado al "sexting"
- El 30% tiene al menos un amigo/a que ha enviado fotos desnudas o semidesnudas
- 61% de los cuales han enviado fotos desnudas admiten que fueron presionadas para hacerlo por lo menos una vez
- 17% de los "sexters" comparten sus mensajes con otras personas

El monitor es obligatorio

El monitoreo le ayuda a protegerse de sí mismos.



¿Qué puedes hacer?

APRENDE SU PERSPECTIVA: Entender la tecnología que usan y apoyar los problemas que enfrentan. Hágase la persona que vienen cuando están en necesidad.

Ayúdales a entender su perspectiva: Cuando se le preguntó cómo se sentirían si sus padres los están supervisando, los adolescentes respondieron: 62% aceptaron y 75% no estaba afectado. Usted puede explicar que es su trabajo para mantenerlos seguros y ser claros sobre sus metas y expectativas.

SET BOUNDARIES UPFRONT, SUCH AS:



No phones in the bedroom



No phones overnight



Phones stay in common areas



No downloading apps without approval

DESCONEXIÓN: Darle a sus hijos toda su atención. Configure "Tiempo libre de teléfono".

Designe tiempos para actividades familiares.

Al igual que todas las decisiones de los padres, se trata de encontrar un equilibrio entre mantener a su hijo seguro y comprender el poder de los medios de comunicación social.

CREAR UN ACUERDO CON EL SMARTPHONE: No se trata de privar o retener el teléfono de su hijo/a, se trata de trabajar juntos para garantizar la seguridad y protección. Hacer un proceso de colaboración, por lo que sus hijos pueden sentir que tienen algún control. Dígalos cuándo, dónde y por qué se le está monitoreando.