

GUÍA PARA FAMILIAS

sobre creación de contenido por parte de adolescentes

common sense networks™ en colaboración con  YouTube



HOLA, FAMILIAS

Los adolescentes de hoy en día no se limitan a consumir contenido: también lo crean. Al crear sus propios vídeos, los adolescentes pueden ahondar en sus intereses, expresarse, conectar con una comunidad mundial y, por supuesto, divertirse.

Sin embargo, crear contenido puede llevar aparejadas ciertas dificultades. Lo creas o no, los adolescentes quieren tener a su lado a adultos de confianza que se impliquen, sean sus aliados y los apoyen, así que no dudes en estar ahí. Es recomendable que veáis contenido juntos, que habléis y que, incluso, aparezcas en alguno de sus vídeos haciendo un cameo. Más allá de esto, lo primordial es que les des las herramientas para que tomen las riendas de sus vidas digitales.

Esta guía está diseñada para ayudarte en esa tarea antes, durante y después de crear contenido. Te invitamos a que la leas con tus hijos adolescentes y a que sigáis las recomendaciones de la forma que mejor se adapte a vuestra familia.

Esperamos que juntos podamos conseguir que el mundo online de tus hijos adolescentes sea un poco más positivo, mucho más seguro e infinitamente más divertido.



ÍNDICE

ANTES DE LA CREACIÓN	3
• Ponte de su lado: Compréndelos y dales tu apoyo	4
• Medita tus pasos: motivación, objetivos y perfil online	5
• Sopesa los riesgos: Privacidad	7
• Asegúrate de que todo va bien: ¿Es la decisión acertada? ¿Es el momento oportuno?	8
• Repaso: ¿Todo listo para empezar a crear?	9
DURANTE LA CREACIÓN	10
• Ponte de su lado: acompáñalos	11
• Sé un ejemplo de ciudadanía digital: empatía, inclusión y conciencia	12
• Crea: tendencias y retos	13
• Sopesa los riesgos: privacidad, permisos y desinformación	15
• Asegúrate de que todo va bien: confía en tu instinto	16
• Repaso: ¿todo listo para subirlo?	17
DESPUÉS DE LA SUBIDA	18
• Ponte de su lado: analiza los resultados	19
• Prepárate: comentarios y ciberacoso	20
• Asegúrate de que todo va bien: hablad y reflexionad	22
• Repaso: aprende de lo creado	23
PUNTOS CLAVE	24



**ANTES
DE LA
CREACIÓN**



PONTE DE SU LADO: COMPRÉNDELOS Y DALES TU APOYO

Implicáte en el proceso de creación de contenido de tus hijos adolescentes.

Asegúrate de que tus hijos adolescentes sepan que los apoyas cuando piensen en crear contenido:

- 1 Muestra interés real.**
Pregúntales por los creadores y el contenido que más les gustan. O, mejor todavía, ponte a verlos con ellos.
- 2 Apóyalos si algo va mal.**
Acompáñalos si ocurre algo malo. Escúchalos y trata de comprender sus emociones.
- 3 ¡Diviértete con ellos!**
Disfruta de la diversión, la espontaneidad, la creatividad y la conexión que surgen al crear vídeos.

Lo más importante es asegurarse de que sepan que pueden acudir a ti en los altibajos que surgen inevitablemente al crear contenido.

¿Qué es lo que más te gusta de los vídeos?
¿Reírte, aprender u otras cosas?

¿Qué tipo de vídeos te gustaría crear?

¿Habéis tenido algún problema tú o tus amigos, por ejemplo, con vídeos asquerosos o raros?

¿ME AYUDAS A BUSCAR ALGÚN CANAL QUE ME GUSTE?



MEDITA TUS PASOS: MOTIVACIÓN Y OBJETIVOS

¿Por qué crear contenido? Céntrate en los motivos adecuados.

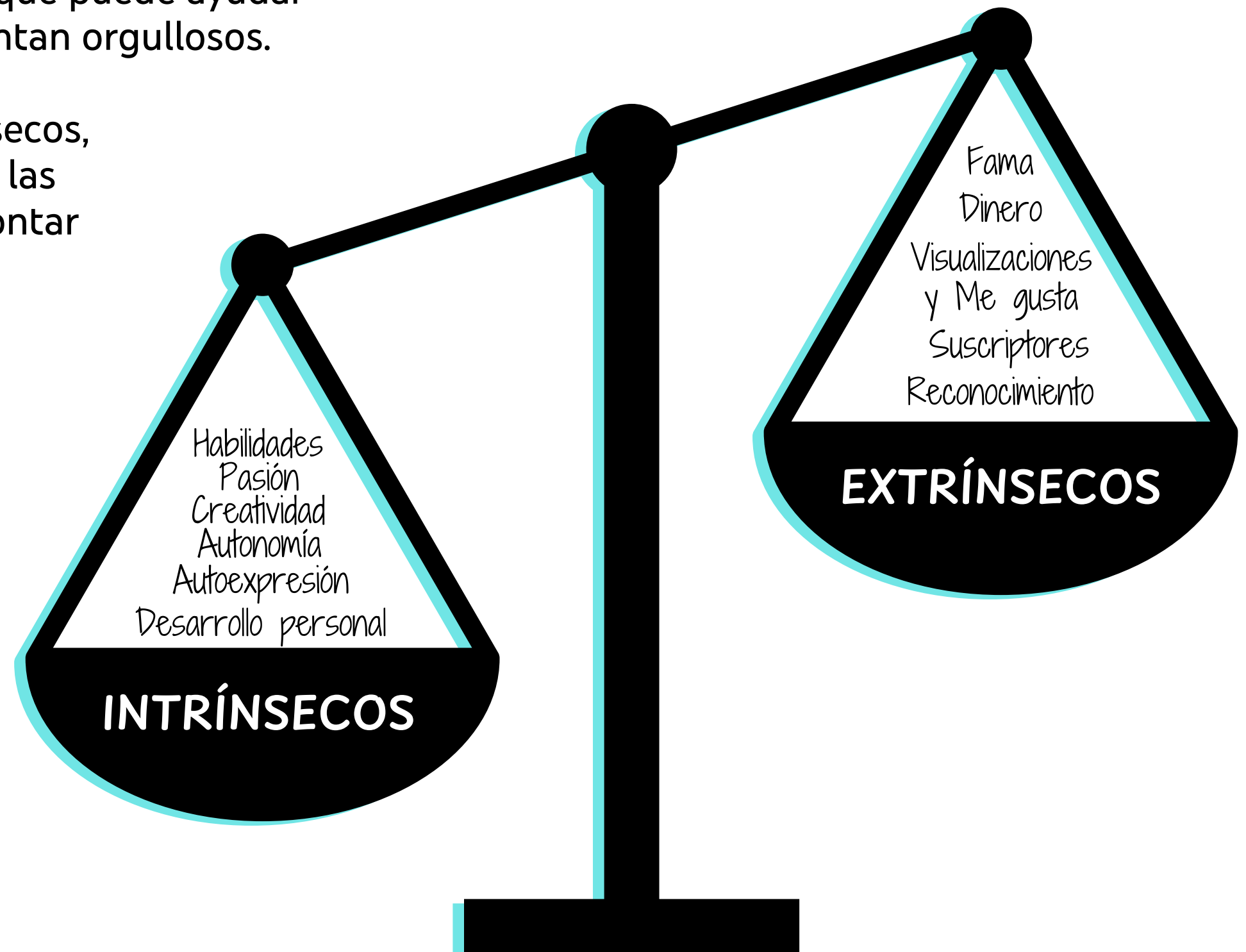
Decidir de forma consciente qué quieren crear y por qué puede ayudar a tus hijos a divertirse y a hacer algo de lo que se sientan orgullosos.

Ayúdalos a dar más importancia a los motivos intrínsecos, como la creatividad y la autoexpresión (en lugar de a las visualizaciones y los Me gusta), para que puedan afrontar su desarrollo en el mundo online a largo plazo.

¿CÓMO TE GUSTARÍA SENTIRTE DESPUÉS DE CREAR?

¿Qué temas te apasionan?

¿Qué te gustaría conseguir con esto?



MEDITA TUS PASOS: PERFIL ONLINE

¿Quiénes van a ser en Internet?

Anima a tus hijos adolescentes a mostrarse al mundo tal y como son y a construir una huella digital de la que se sientan orgullosos.

GLOSARIO PARA CREADORES

Marca personal:

La identidad que muestras a los demás de forma consciente. Se trata de la historia que construyes y de la reputación que te labras.

Huella digital:

El rastro de datos que dejas en Internet. Es un registro de todas tus acciones y de tu información.

DESCUBRE EL CAMINO ADECUADO

Busca un ejemplo de marca personal

Visita las cuentas de redes sociales de algún personaje conocido o de algún famoso.

- ¿Cómo se presentan al mundo?
- ¿Hay algo que te parezca sorprendente o que tú harías de otra forma?

Buscaos en Google

Si la huella digital de tus hijos adolescentes todavía es muy escasa, usa la tuya como punto de partida.

- ¿Te parecen bien todos los resultados que aparecen?
- ¿Qué es lo que más te enorgullece?
- ¿Hay algo que te avergüence?
- ¿Qué más te gustaría ver?



SOPESA LOS RIESGOS: PRIVACIDAD

La privacidad es un derecho y una responsabilidad de tus hijos adolescentes.

Ayúdalos a **identificar si están compartiendo demasiada información** para que no se pongan en peligro a sí mismos ni a otras personas.

Define límites

- Decide qué información es seguro compartir y cuál no.
- Pide el consentimiento de los demás antes de etiquetarlos o mencionarlos.

Revisa la configuración de privacidad

- No compartas tu ubicación en tiempo real y desactiva las etiquetas geográficas.
- Actualiza la configuración de privacidad para controlar dónde aparecen los vídeos y quiénes pueden verlos.

Comprueba los detalles

- Parte de lo que dices, de tu ropa o de los sitios a los que vas puede ser información privada. Comprueba tu entorno para cerciorarte de que no haya nada que muestre ese tipo de información.
- Puedes usar un fondo virtual o desenfocado.

Por aquí tienes una práctica lista de comprobación que te servirá de ayuda.



	SÍ	NO
Aquí la respuesta debe ser un SÍ:		
¿He comprobado si se ven detalles privados en el fondo?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Las personas que muestro o menciono me han dado su consentimiento?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Me parecería bien que cualquier persona viera esto?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aquí la respuesta debe ser un NO:		
¿Estoy compartiendo algo que debería ser privado?	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
¿Algo de lo que digo, muestro o llevo puesto podría usarse para identificarme en la vida real?	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
¿Estoy revelando mi ubicación actual o mis planes de futuro?	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
¿Podría usar alguien esta información para hacerme daño?	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Esto no solo me afecta a mí. ¿Podría poner en peligro la privacidad de otras personas compartiendo este contenido?	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

ASEGÚRATE DE QUE TODO VA BIEN

¿Crear contenido es lo más adecuado en este momento?

Ayuda a tus hijos adolescentes a analizar su estado emocional, su entorno social y su gestión del tiempo.

Estado

Averigua cómo pueden influir en sus acciones y emociones los sentimientos e impulsos que tengan en el momento.

¿CÓMO AFECTARÁ EL CREAR CONTENIDO A TU ESTADO DE ÁNIMO?

¿Crees que mañana tendrás tan claro como ahora mismo que quieres compartir eso?

Espacio

Valora si crear contenido es la mejor forma de expresar lo que piensan o sienten en el momento.

¿Crees que podrías arrepentirte de haber compartido eso aquí?

¿Has pensado compartirlo solo con personas a las que conozcas?

¿Crees que hablar con algún amigo te haría sentir mejor que subir contenido?

Tiempo

Busca un equilibrio entre lo que quieren y lo que deben hacer, y piensa si hay otras cosas a las que deberían estar dando prioridad.

¿Ponerte a crear supondrá una distracción en el resto de tu día?

¿Cuánto tiempo quieres dedicarle?

REPASO: ¿TODO LISTO PARA EMPEZAR A CREAR?

Antes de empezar a crear, ten en cuenta estos consejos.

1 **Ponte de su lado**

Invita a tus hijos adolescentes a compartir su experiencia contigo para que sepan que los apoyas cuando piensen en crear contenido.

2 **Medita tus pasos**

Ayúdalos a dar más importancia a lo que los hace felices, en lugar de a las visualizaciones y los Me gusta, para que puedan afrontar su desarrollo a largo plazo. Anímalos a crear un perfil online en el que destaquen sus pasiones y que puedan mostrar al mundo con orgullo.

3 **Sopesa los riesgos**

¡Cuidado con compartir demasiada información! Ayúdalos a proteger su privacidad definiendo límites, revisando la configuración de privacidad para controlar quién ve su contenido y restringiendo su información personal.

4 **Asegúrate de que todo va bien**

Ayuda a tus hijos adolescentes a analizar su estado emocional, su entorno social y su gestión del tiempo para decidir si crear contenido es lo más adecuado ahora mismo.





**DURANTE LA
CREACIÓN**



PONTE DE SU LADO: ACOMPÁÑALOS

Aparece en sus vídeos, anímalos y crea recuerdos.

Los has ayudado a prepararse. Ahora, es el momento de seguir implicándote cuando empiecen a crear y a compartir contenido:

- 1 Colabora en la creación**
Disfruta de crear contenido con tus hijos adolescentes. Si a ellos les parece bien, participa y ayúdalos con su próximo vídeo para disfrutar juntos de la experiencia.
- 2 Ofrece tu apoyo**
Aunque no quieran que aparezcas en todos sus vídeos, siempre puedes estar ahí para ayudarlos y guiarlos. Ofréceles apoyo técnico, ayúdalos a buscar ideas y a solucionar problemas o, simplemente, sé su fan.
- 3 Promueve una creación responsable**
A medida que vayan dando pasos, es posible que debas recordarles cuestiones sobre la huella digital, los valores o la seguridad. Déjales claro que estás ahí para echarles una mano.
- 4 Crea recuerdos**
El contenido no es lo único que podéis crear juntos. Divertirse explorando el mundo online puede reforzar vuestro vínculo y crear recuerdos inolvidables.



SÉ UN EJEMPLO DE CIUDADANÍA DIGITAL

Analiza el impacto que podría tener su contenido en otras personas.

Ayuda a tus hijos a aportar su granito para construir una comunidad online positiva.

Crea con empatía

Anímalos a ponerse en la piel de su audiencia para que creen contenido que respete los sentimientos, las necesidades y las dificultades de los demás.

¿Lo que estoy diciendo o haciendo podría ofender o herir a alguien?

¿Cómo podría sentar esto a distintos usuarios con experiencias diferentes?

Promueve la inclusión

Ayúdalos a pensar en qué personas podrían sentirse incluidas o excluidas con su contenido. No uses términos moralistas o estigmatizantes.

¿Mi contenido fomenta la amabilidad, la aceptación y el respeto?

¿Podría ayudar a perpetuar estereotipos con algo de lo que estoy diciendo o mostrando?

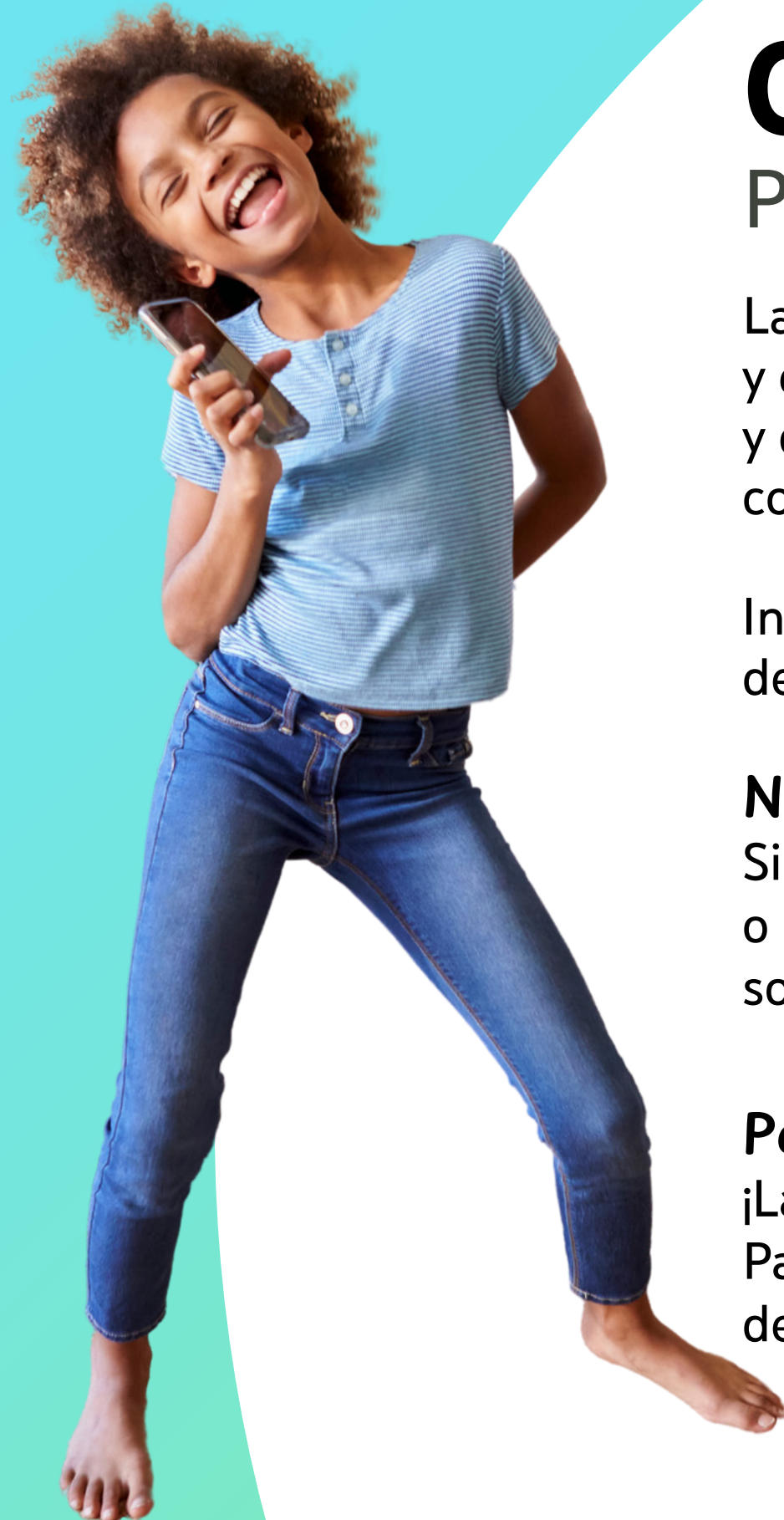
Actúa con cautela

Asegúrate de que sepan (y recuerden) que su contenido puede influir en las personas que lo vean, tanto de forma positiva como negativa.

¿PODRÍA PROVOCAR UNA REACCIÓN NEGATIVA CON ESTO? ¿DEBERÍA INCLUIR UNA ADVERTENCIA?

¿Soy el ejemplo de comportamientos o formas de pensar que puedan resultar perjudiciales o peligrosas?

¿ESTOY SIRVIENDO COMO EJEMPLO POSITIVO O NEGATIVO?



CREA: TENDENCIAS Y RETOS

Participa en la diversión de forma segura y responsable.

Las tendencias online se han convertido en una parte esencial de la cultura adolescente y ejercen una gran influencia en sus vidas digitales. Pueden ser una oportunidad positiva y divertida para que tus hijos adolescentes se expresen de manera creativa, se sientan conectados y hagan gala de sus talentos o puntos fuertes.

Informarse e involucrarse puede ayudarte a estrechar lazos, a comprender el mundo digital de tus hijos adolescentes y a protegerlos. A continuación te indicamos cómo hacerlo:

No te pierdas nada

Sigue cuentas populares y pregunta a tus hijos adolescentes por los retos que les interesan o que han intentado. Si te preocupa algún reto que pueda no ser seguro, habla con ellos sobre los motivos.

Participad juntos

¡Lánzate! No hay mejor forma de comprender la expectativa que experimentarla. Participa con tus hijos adolescentes en retos que vayan en línea con los valores de vuestra familia y aprovecha la ocasión para divertirte.

Sin embargo, es cierto que algunos retos conllevan sus riesgos...

CREA: TENDENCIAS Y RETOS

El gran reto es saber cuándo participar y cuándo no.

La adolescencia es un momento en el que el pensamiento crítico y el control de los impulsos todavía se están desarrollando. Por ello, el verdadero reto para los adolescentes puede ser evaluar los riesgos y las consecuencias. A la hora de crear vídeos de tendencias o retos, ayúdalos a hacer lo siguiente:

Analizar el impacto

- **Para un momento.** Tómate tu tiempo antes de entrar en materia.
- **Evalúa los riesgos.** Pregúntate lo siguiente...
¿Es seguro? ¿Qué podría ir mal? ¿Podría hacerme daño? ¿Rompería alguna norma? ¿Estaría haciendo el bien? ¿Es auténtico?
- **Toma una decisión.** Si es arriesgado o peligroso, no lo hagas. Si no lo tienes claro, espera hasta tener la certeza o consulta con un adulto de confianza.

Investigar

Si bien algunos retos implican riesgos, muchos otros ofrecen una experiencia positiva. Si no lo tienes claro, busca fuentes de información fiables.

Denunciar

Recuérdales que pueden ayudar a detener la difusión de desinformación y otros peligros denunciando retos y bulos perjudiciales (sin crear ni compartir contenido sobre ellos).



SOPESA LOS RIESGOS: PRIVACIDAD, PERMISOS Y DESINFORMACIÓN

Protégete, cumple las normas y piensa de forma crítica.

Privacidad

Recuerda a tus hijos adolescentes que no deben compartir su ubicación en tiempo real ni detalles privados que podrían aparecer en su entorno o en su ropa. Además, tampoco deben incluir a personas que no hayan dado su consentimiento para aparecer en sus vídeos.

Permisos

Las normas, las directrices y las leyes están ahí para protegernos. A la hora de usar música, imágenes o cualquier otro contenido que tus hijos no hayan creado, anímalos a tener en cuenta qué permisos tienen o necesitan.

Desinformación

Los adolescentes todavía están desarrollando la capacidad de pensamiento crítico necesaria para distinguir la realidad de la ficción. Por ello, es posible que tengan más probabilidades de creer o de compartir información falsa. Anímalos a no tomarse lo que vean u oigan al pie de la letra.

- Analiza la fuente. Investiga las cuentas y el resto del contenido que suben para cerciorarte de que son fiables.
- Distingue entre hechos y opiniones. Los hechos pueden demostrarse con pruebas, mientras que las opiniones responden a ideas o sensaciones.
- En caso de duda, compruébalo. Usa herramientas de verificación de datos, como Snopes y FactCheck.org.

¿ES GRATIS
Y PUEDO USARLO?

¿A quién debo dar
reconocimiento?

¿Resulta chocante
o parece demasiado bueno
para ser cierto?

Expresiones como
"Yo creo que" nos indican
que la información está
basada en las ideas
de una persona.

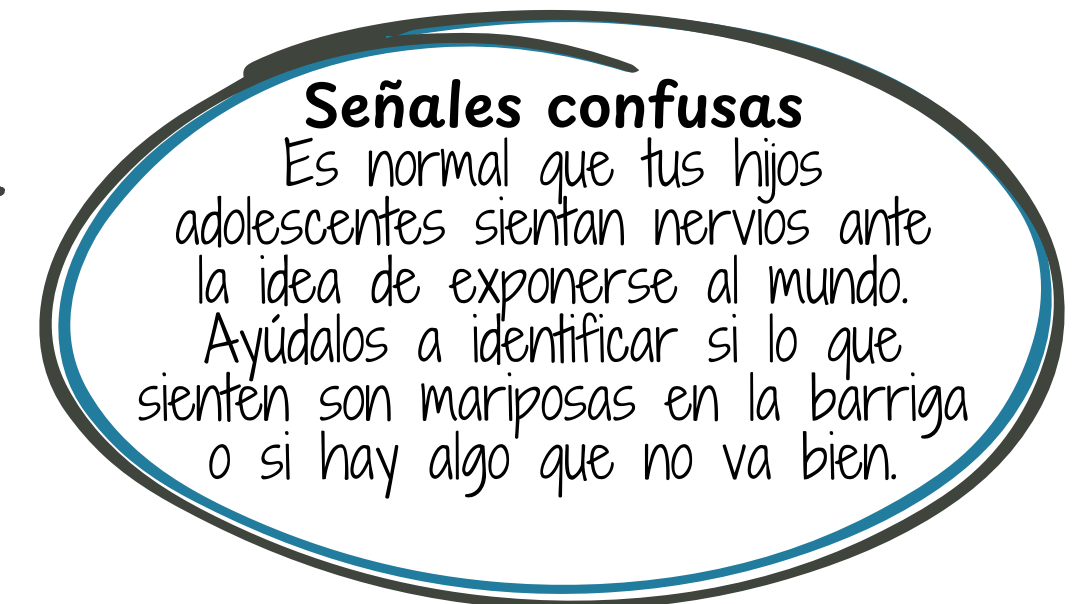
ASEGÚRATE DE QUE TODO VA BIEN: CONFÍA EN TU INSTINTO

Ayuda a tus hijos adolescentes a tratar sus sentimientos como señales, no como distracciones.

En la creación de contenido, es fácil que los adolescentes se dejen llevar por la diversión o incluso por presiones o expectativas externas. Anima a tus hijos adolescentes a practicar el autocuidado recordándoles que son ellos quienes controlan sus decisiones.

Guíalos para que se escuchen a sí mismos y tengan en cuenta sus sentimientos cuando creen contenido o se preparen para subirlo.

Las sensaciones de incomodidad o ansiedad pueden ser indicadores de que es momento de parar y reflexionar.



Señales confusas

Es normal que tus hijos adolescentes sientan nervios ante la idea de exponerse al mundo. Ayúdalos a identificar si lo que sienten son mariposas en la barriga o si hay algo que no va bien.

NEGATIVOS

Sentimientos como la tristeza y la frustración son indicadores para parar o pedir ayuda.

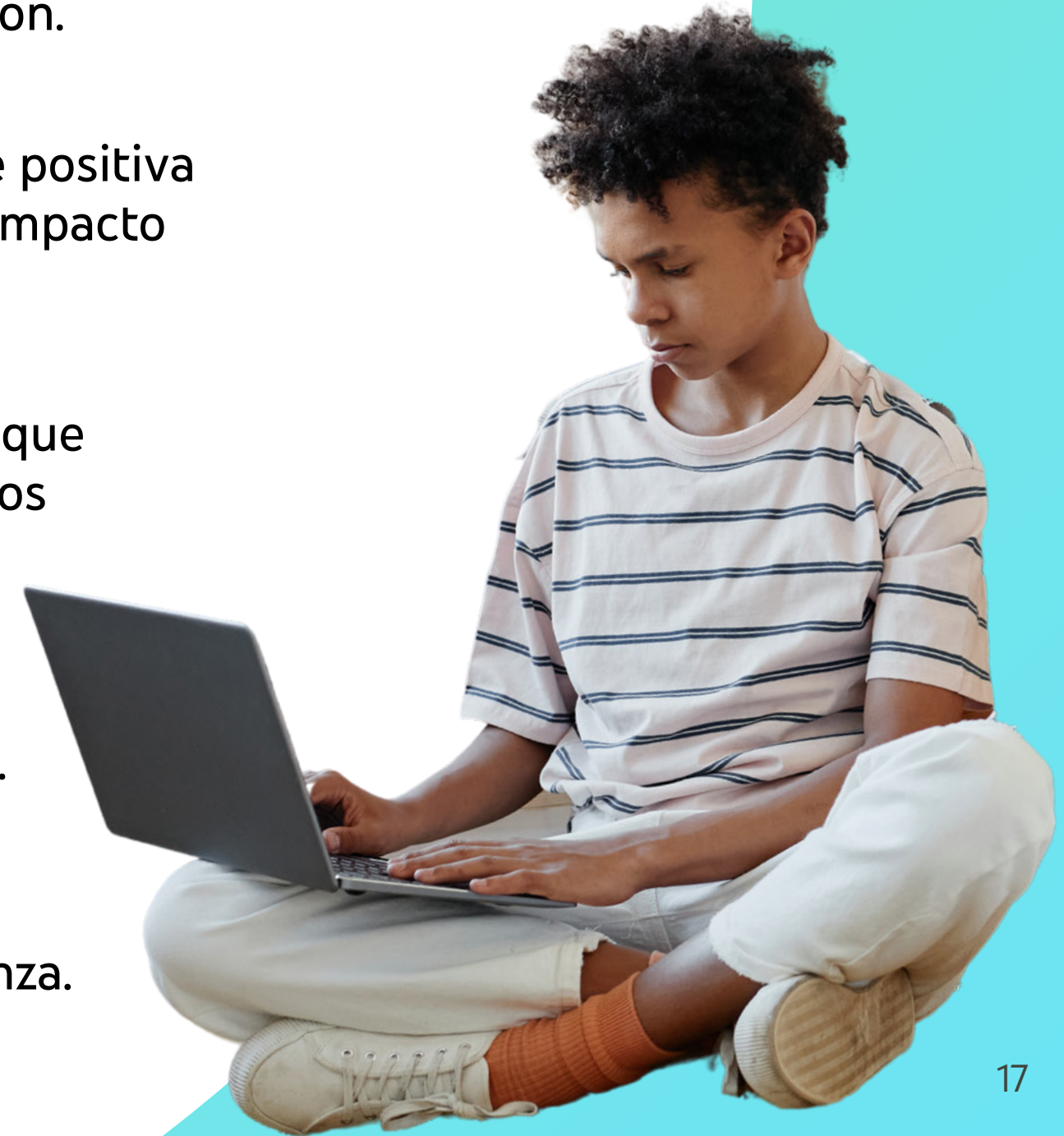
POSITIVOS


Sentimientos como la alegría y el entusiasmo son señales de que seguramente vayan por el camino correcto.

REPASO: ¿TODO LISTO PARA SUBIRLO?

Recuerda estos consejos cuando tus hijos adolescentes creen contenido.

- 1 Ponte de su lado**
¡Acompáñalos! Tanto si participas en la creación como si solo los estás animando, asegúrate de que sepan que estás ahí para ofrecerles tu apoyo y tu orientación.
- 2 Sé un ejemplo de ciudadanía digital**
Ayúdalos a aportar su granito de arena para construir una comunidad online positiva creando desde la empatía, fomentando la inclusión y teniendo en cuenta el impacto que puede producir su contenido en los demás.
- 3 Diviértete con las tendencias y los retos**
Motívalos para que demuestren sus habilidades participando en tendencias que vayan en línea con sus valores. Sin embargo, si algo parece peligroso, ayúdalos a decidir cuándo no participar.
- 4 Sopesa los riesgos**
Anímalos a crear de forma segura y responsable protegiendo su privacidad, siguiendo las normas y directrices, y teniendo cautela con la desinformación.
- 5 Asegúrate de que todo va bien**
Guía a tus hijos adolescentes para que confíen en sus instintos. Son ellos quienes controlan sus decisiones y no deberían subir nada que no les convenza.





**DESPUÉS
DE LA
SUBIDA**

PONTE DE SU LADO: ANALIZA LOS RESULTADOS

Ya han publicado su contenido y se han lanzado al mundo.
¿Qué pasa ahora?

Nunca se sabe cómo va a responder el público. Tanto si los vídeos de tus hijos adolescentes se vuelven virales en sus centros educativos como si alguien se siente herido al respecto, es fundamental mantener los pies en la tierra y dar prioridad al bienestar.

- 1 Forma parte de su estructura de apoyo**
Anímalos a salir del mundo online y a conectar con personas en las que confíen. Esto puede traducirse en hablar sobre sus sentimientos contigo, llamar a algún amigo o recibir ayuda de un profesional.
- 2 Promueve el autocuidado**
Asegúrate de que se tomen descansos para recuperarse. Si se sienten abrumados o desanimados, ayúdalos a volver a encontrar el equilibrio por medio de actividades con las que puedan recargar las pilas.
- 3 Celebra sus éxitos**
Reconoce sus progresos, ya sean grandes o pequeños. Tanto si sus subidas les han hecho sentir bien como si han provocado una interacción positiva o conseguido reflejar verdaderamente quiénes son, es motivo para celebrar.
- 4 Ayúdalos a aprender de la experiencia**
Afronta las dificultades como oportunidades para crecer, adaptarse y mejorar sus habilidades.



PREPÁRATE: COMENTARIOS

Lee la sección de comentarios con seguridad.

Es importante que los adolescentes sepan que las críticas son una parte natural del proceso de creación de contenido y que cabe esperarlas. Sigue estos consejos para ayudarlos a encajar los comentarios de formas que fomenten la positividad y el bienestar.



@Prepárate_para_responder

Ayúdalos a mantener el norte y a ser positivos planificando cómo van a responder.



@El_poder_de_elegir

Recuérdales que tienen libertad para interactuar o no con los comentarios y que pueden, incluso, desactivarlos.



@Fomenta_la_positividad

Anímalos a mantener conversaciones que resulten inspiradoras para los demás. Recuérdales que marquen el tono mediante sus propios comentarios para que las interacciones sean positivas.



@Imagina_a_la_persona

Recuérdales que hay personas de verdad al otro lado, con sentimientos reales y con sus propias circunstancias vitales.



@Ignora_a_los_troles

Déjales claro que pueden ignorar o eliminar los comentarios desagradables o que busquen el troleo. Las herramientas de la plataforma también pueden ayudarlos a filtrar o a inhabilitar los comentarios, incluso temporalmente.



@Prioriza_la_salud_mental

Anímalos a descansar o, todavía mejor, tómate un descanso con ellos.



PREPÁRATE: CIBERACOSO

Gestiona la negatividad con fuerza y apoyo.

El ciberacoso es una conducta online cuyo objetivo es incomodar, hostigar o dañar a una víctima, que puede incluso ser un extraño. Los dramas digitales son desavenencias cotidianas entre iguales. Ambas situaciones son inconvenientes de la experiencia online que pueden tener graves consecuencias sobre la salud mental. Guía a tus hijos adolescentes para afrontar las posibles dificultades.

- 1 Adelántate**
Ayúdalos a identificar señales de ciberacoso (por ejemplo, insultos, rumores, humillaciones, amenazas o acoso) y a no pisar el terreno resbaladizo de los dramas digitales (como las discusiones online y los cotilleos). Déjales claro que esas actitudes son inaceptables.
- 2 Denuncia**
Las personas íntegras, aquellas que toman medidas para protegerse a sí mismas y a los demás frente a cualquier perjuicio, fomentan la empatía y contribuyen a crear una comunidad online positiva. Anima a tus hijos adolescentes a usar las funciones de bloqueo y denuncia si experimentan o son testigos de algún caso de ciberacoso.
- 3 Apoya**
Ser víctima de acoso puede ser una experiencia muy angustiada. Déjales claro que estás de su lado y que pueden confiar en ti. Promueve estrategias sanas para lidiar con esa situación, como tomarse un descanso, hacer actividades que les gusten y pasar tiempo con amigos y familia que los apoyen.

ASEGÚRATE DE QUE TODO VA BIEN: HABLAD Y REFLEXIONAD

Piensa en cómo se sienten, qué han aprendido y qué rumbo les gustaría seguir a continuación.

¿Cómo se sienten?

Reflexiona sobre cómo les ha hecho sentir el proceso.

¿Qué sientes después de crear?
¿Orgullo, nervios u otra cosa?

¿QUÉ PARTE DE LA CREACIÓN TE HA PARECIDO MÁS DIVERTIDA?
¿POR QUÉ?

¿Qué han aprendido?

Identifica qué han podido aprender.

¿Qué nuevas habilidades o datos has aprendido?

¿Qué aspectos han ido bien?
¿Cuáles no?

¿Consideras que crear te ha ayudado a descubrir nuevos intereses o talentos?

¿Qué podrían cambiar?

Identifica aspectos que podrían mejorarse y marca nuevos retos.

¿Cómo podrías revisar o cambiar tus objetivos?

¿DÓNDE PUEDES BUSCAR INSPIRACIÓN?

¿Qué vas a hacer igual la próxima vez? ¿Qué vas a cambiar?

Ayuda a tus hijos adolescentes a ver la creación de contenido como un proceso constante de aprendizaje y mejora.

REPASO: APRENDE DE LO CREADO

Cuando empiecen a compartir contenido, ten en cuenta estos consejos.

1 **Ponte de su lado**
Hace falta valor para compartir contenido. Una vez que publiquen algo, recuérdales que estás ahí para ayudarlos con lo que venga. Forma parte de su estructura de apoyo, anímalos a cuidar de sí mismos, celebra sus éxitos y aprende de la experiencia con ellos.

2 **Prepárate**
Lidiar con los comentarios críticos puede ser complicado. Ofréceles tu apoyo para interactuar con la sección de comentarios de manera que fomenten la positividad y den prioridad a su salud mental.

3 **Asegúrate de que todo va bien**
Ayúdalos a ver la creación de contenido como un proceso. Ahora que ya han subido vídeos, anímalos a pensar en cómo se sienten, qué han aprendido y qué rumbo les gustaría seguir a continuación.



PUNTOS CLAVE

Hay muchas formas de ser aliados en el proceso. Aquí va una recapitulación final.

ANTES DE LA CREACION

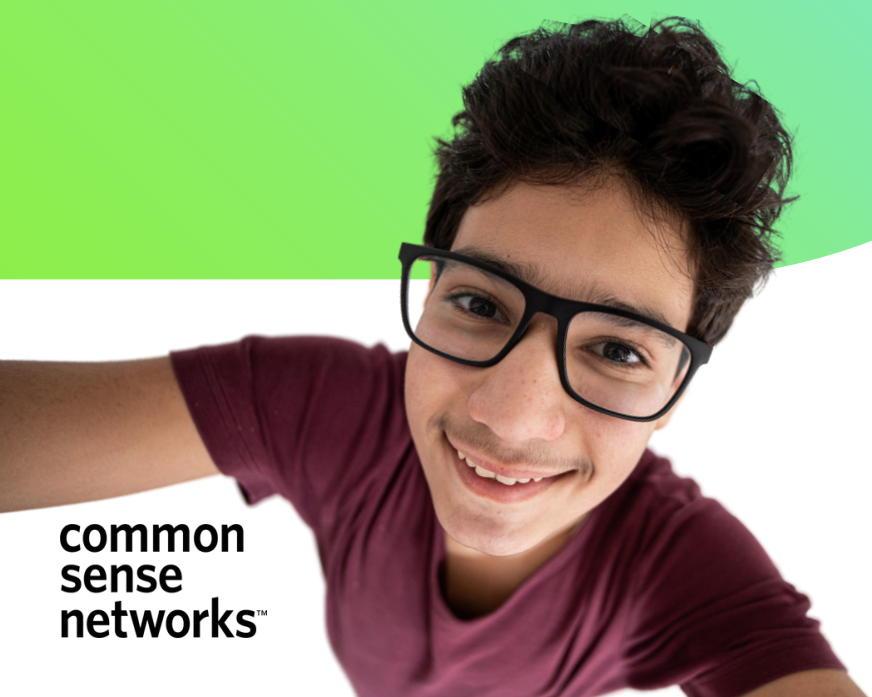
Conviértete en un apoyo creativo para tus hijos adolescentes. Antes de empezar, ayúdalos a imaginar cómo quieren que sea el proceso y despierta su creatividad al tiempo que proteges su privacidad y su bienestar.

DURANTE LA CREACION

Oriéntalos. Cuando afronten el proceso de creación, ofréceles tu guía siempre que la necesiten: ayúdalos a decidir cuándo es momento de participar y céntrate en ser un buen ejemplo de ciudadanía digital.

DESPUÉS DE LA SUBIDA

Reflexiona con ellos. Una vez que hayan empezado a compartir contenido, acompáñalos para celebrar sus éxitos, interesarte por sus sentimientos, revisar los comentarios y decidir cuál será su próxima creación.



Dedicar tiempo a apoyar a tus hijos adolescentes en la creación de contenido va más allá de ayudarlos a grabar vídeos divertidos: se trata de formar a ciudadanos digitales sanos, prudentes y seguros.

Aquí termina esta guía, con la que esperamos marcar el comienzo de un proceso positivo de creación de contenido para tus hijos adolescentes.

common sense networks™ en colaboración con  YouTube



FUENTES

Anderson, M., Vogels, E. A., Perrin, A., y Rainie, L. (2022). *Connection, Creativity and Drama: Teen Life on Social Media in 2022*. Pew Research Center. <https://www.pewresearch.org/internet/2022/11/16/connection-creativity-and-drama-teen-life-on-social-media-in-2022/>

Anderson, M., y Jiang, J. (2018). *Teens and their experiences on social media*. Pew Research Center. <https://www.pewresearch.org/internet/2018/11/28/teens-and-their-experiences-on-social-media/>

Balleys, C., Millerand, F., Thoër, C., y Duque, N. (2020). Searching for Oneself on YouTube: Teenage Peer Socialization and Social Recognition Processes. *Social Media + Society*, 6(2), 205630512090947. <https://doi.org/10.1177/2056305120909474>

Berger, J., y Milkman, K. L. (2012). What makes online content viral? *Journal of Marketing Research*, 49(2), 192–205. <https://doi.org/10.1509/jmr.10.0353>

Ceci, M. W., y Kumar, V. K. (2015). A Correlational Study of Creativity, Happiness, Motivation, and Stress from Creative Pursuits. *Journal of Happiness Studies*, 17(2), 609–626. <https://doi.org/10.1007/s10902-015-9615-y>

Dweck, C. S., y Leggett, E. L. (1988). A social-cognitive approach to motivation and personality. *Psychological Review*, 95(2), 256–273. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.95.2.256>

Evaluating information: The cornerstone of civic online reasoning. (2016). Stanford History Education Group. <https://stacks.stanford.edu/file/druid:fv751yt5934/SHEG%20Evaluating%20Information%20Online.pdf>

How to Prevent Cyberbullying: A Guide for Parents, Caregivers, and Youth. (2021). StopBullying.gov. <https://www.stopbullying.gov/sites/default/files/documents/Cyberbullying%20Guide%20Final%20508.pdf>

Parent's Guide to Disinformation and Misinformation Online. (2022) The Digital Wellness Lab. <https://digitalwellnesslab.org/guides/parents-guide-to-disinformation-and-misinformation-online/>

Montes-Vozmediano, M., García-Jiménez, A., y Menor-Sendra, J. (2018). Los vídeos de los adolescentes en YouTube: Características y vulnerabilidades digitales. *Comunicar*, 26(54), 61–69. <https://doi.org/10.3916/c54-2018-06>

FUENTES

- Nesi, J., Mann, S. and Robb, M. B. (2023). *Teens and mental health: How girls really feel about social media*. Common Sense Media. https://www.commonsensemedia.org/sites/default/files/research/report/how-girls-really-feel-about-social-media-researchreport_web_final_2.pdf
- Pikó, B. (2023). Adolescent Life Satisfaction: Association with Psychological, School-Related, Religious and Socially Supportive Factors. *Children (Basel)*, 10(7), 1176–1176. <https://doi.org/10.3390/children10071176>
- Robb, M. B. (2020). *Teens and the news: The influencers, celebrities, and platforms they say matter most*. Common Sense Media. https://www.commonsensemedia.org/sites/default/files/research/report/2020_teensandnews-fullreport_final-release-web.pdf
- Romer, D. (2010). Adolescent risk taking, impulsivity, and brain development: Implications for prevention. *Developmental Psychobiology*, 52(3). <https://doi.org/10.1002/dev.20442>
- Smith, A. R., Steinberg, L., Strang, N., y Chein, J. (2015). Age differences in the impact of peers on adolescents' and adults' neural response to reward. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 11, 75–82. <https://doi.org/10.1016/j.dcn.2014.08.010>
- Steinberg, L., Graham, S., O'Brien, L., Woolard, J., Cauffman, E., y Banich, M. (2009). Age Differences in Future Orientation and Delay Discounting. *Child Development*, 80(1), 28–44. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2008.01244.x>
- Teen Brain: Behavior, Problem Solving, and Decision Making*. (2017). The American Academy of Child and Adolescent Psychiatry Facts for Families Guide. https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Guide/The-Teen-Brain-Behavior-Problem-Solving-and-Decision-Making-095.aspx
- Vogels, E. A. (2022). *Teens and Cyberbullying 2022*. Pew Research Center. <https://www.pewresearch.org/internet/2022/12/15/teens-and-cyberbullying-2022/>
- Yeager, D. S., Romero, C., Paunesku, D., Hulleman, C. S., Schneider, B., Hinojosa, C., Lee, H. Y., O'Brien, J., Flint, K., Roberts, A., Trott, J., Greene, D., Walton, G. M., y Dweck, C. S. (2016). Using design thinking to improve psychological interventions: The case of the growth mindset during the transition to high school. *Journal of Educational Psychology*, 108(3), 374–391. <https://doi.org/10.1037/edu0000098>