



los adolescentes está inscrito en alguna red social. Que los adolescentes se salten esta norma no es una novedad, que lo hagan en un porcentaje tan elevado llama la atención y nos lleva a plantearnos el motivo, y este no es otro que la edad en la que disponen de teléfonos móviles o, mejor dicho, de smartphones.

El 72% de los niños menores de 12 años tienen su móvil propio, cantidad que aumenta hasta el 83% en menores de 14 años. Un Smartphone, con todas las posibilidades que ofrece, es un gigante en manos de un ser inmaduro y poco formado. Lo sabemos y a pesar de ello se lo regalamos y nos autoconvencemos de la bondad de nuestra acción con planteamientos tan vagos como la necesidad de tener localizado al hijo en todo momento, cuando no caemos en el tan manido y peligroso *lo tienen todos los niños de su clase*.

El móvil les ayuda a nuestros queridos adolescentes a acceder a un mundo nuevo y fascinante en el que se sienten mayores, y en el que no hay límites para su curiosidad. Todo está a un *click* de distancia. A estas edades, estas cabecillas

sin formar acceden de manera habitual a contenidos desaconsejables en internet y a páginas o personas cuyo contenido desaprobarían sus padres.

Muy relacionado con lo anterior y, en muchos casos, consecuencia de ello, se encuentra unos de los temas que más atormentan a los padres: la relación de los adolescentes con desconocidos. Los datos están ahí: 1/3 de los adolescentes tiene “amistad” en la Red con desconocidos y un 20% se cita con ellos.

Otro punto que preocupa de manera importante es la pérdida de tiempo que genera el uso de las redes sociales. Según los estudios más recientes, el 32% de los adolescentes españoles le dedica más de tres horas diarias y la media de conexión a las redes está en torno a los 100 minutos. Otro dato importante se centra en que a medianoche el 83% está conectado. Esta realidad atenta directamente contra el estudio de nuestros hijos. Pero no es la única consecuencia: muchos han perdido el hábito de lectura, otros han dejado de jugar, de ver una película o un partido de fútbol de su equipo favorito, de hablar con sus padres y

hermanos... Todos sus momentos en casa son con el móvil en las manos.

Y podríamos seguir desarrollando más peligros, pero caeríamos una vez más en una visión totalmente negativa de este fantástico mundo y no es el objetivo. De hecho, si bien todos estos peligros son reales y existen, no podemos olvidar que las redes sociales también proporcionan ventajas. Tanto para evitar los peligros como para sustraer las ventajas, necesitamos un cambio en los planteamientos educativos.

COMO EN TODO, LLEVAMOS LAS RIENDAS

Si somos conscientes de que estamos ante un tema de gran importancia en el desarrollo de nuestros hijos, tendremos claro que la formación en este apartado nos corresponde a nosotros. La realidad actual nos muestra que esto no es así. El 90% de los adolescentes reconoce que son iniciados en el mundo de las redes sociales por amistades. Tenemos que ser coherentes: si realmente consideramos este tema esencial en la formación de nuestros hijos, si nos preocupa su mal uso de las redes sociales y los peligros que hemos mencionado, no podemos dejar en manos de desconocidos la educación de nuestros hijos. **Esto nos obliga en primer lugar a conocer las realidades de las diferentes redes sociales** para enseñarles desde edades muy tempranas su buen uso.

Este cambio de planteamiento nos llevará a potenciar determinadas actitudes que nuestros hijos deben desarrollar para desenvolverse con éxito en este medio:

En la **amistad**. En primer lugar, tenemos que hacerles ver la diferencia entre compañeros y amigos. No todos los que conviven con uno son amigos y tenemos que fortalecer esta idea con acciones claras. Nuestro hijo no tiene porqué llevarse bien con todos, debe

respetar a todos y ayudar al que lo necesite independientemente de cómo le caiga. Ser popular no implica tener más amigos, implica tener –en el mejor de los casos– más aduladores. Esta idea es muy importante, ya que el motivo principal por el que un adolescente admite a cualquiera en su red social es porque el número de amigos marca de manera esencial la categoría de cada uno: Si tienes más de 500 seguidores eres guay; si solo tienes 100, eres un marginado.

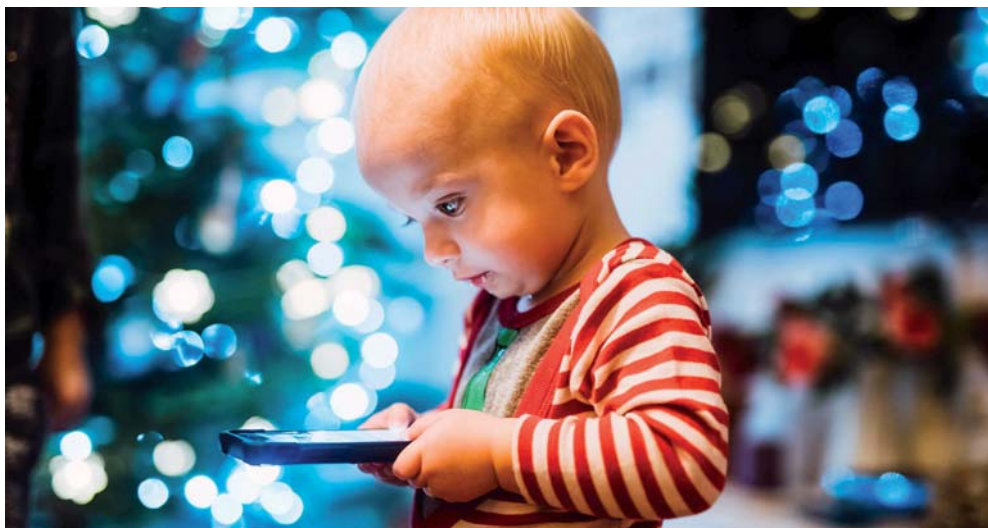
En segundo lugar, el **respeto a todas las personas**. Uno de los mayores peligros de las redes es el ataque individual o colectivo a una persona, a través de insultos, comentarios, manipulación de fotos o provocándole un aislamiento del grupo. Desde muy pequeños hay que educar a nuestros hijos en este punto, enseñándoles a ver en cada persona sus puntos fuertes y evitando en casa comentarios y críticas sobre terceros.

Respetar al prójimo es el primer paso, pero nuestros hijos no se pueden quedar ahí. No basta con que sean buenos en el trato individual, tenemos que educarles para que sean fuertes ante la presión del grupo. Esta **fortaleza y valentía** va a ser esencial para triunfar en este complejo mundo. No solo en estas situaciones, también necesitan ser fuertes en sus comentarios, en sus publicaciones, en sus fotos, en sus tuits y retuits, en criticar noticias y afirmaciones que son moralmente nocivas, en resumidas cuentas, en ir contracorriente.

Con estas armas esenciales, acompañadas de una formación en las **virtudes** humanas tendremos a nuestros hijos en disposición de extraer de las redes sociales todas las ventajas que nos ofrecen.

¡PERO, SI LAS REDES SOCIALES SON BUENAS!

Si caemos en esta división maniquea de buenas y malas, en efecto hemos de situar



a las redes sociales en el lado positivo. Y son buenas por diferentes aspectos:

En primer lugar, porque son un **instrumento de comunicación fantástico**, caracterizado por la inmediatez y por evitar todas las distancias geográficas. No solo nos facilita el contacto permanente con amigos y familiares que están lejos, sino también recuperar relaciones perdidas con antiguos compañeros del colegio o universidad.

En segundo lugar, es un magnífico **canal de información** que supera a los medios de comunicación por su agilidad e inmediatez.

Por último, es un espacio idóneo para **crear opinión**, para influir en la sociedad y transformarla. Las Redes sociales tienen una fuerza enorme. Convertir un tema en viral o en *trending topic* supone ponerlo al frente del interés social y eso está en nuestras manos. No somos conscientes de la fuerza que tienen las Redes y de la expansión que puede lograr un buen comentario, imagen o tuit. Se dice que para que un comentario atraviese el mundo solo se necesitan seis tuits. Esto nos tiene que motivar, ilusionar

y, por consiguiente, llevar a formar a nuestros hijos en esta apasionante tarea transformadora. Insisto, **en sus manos está la posibilidad de cambiar la sociedad**, de conseguir que temas de interés copen los altos puestos de audiencia, de aceptar el reto de contrarrestar y manifestar su oposición a declaraciones de un personaje o un medio de comunicación a favor de temas que atentan contra la moralidad y el bien común.

Y nuestros hijos e hijas están dispuestas a asumir el reto si les motivamos y les enseñamos que para formar un discurso no basta con impresiones –de eso está el foro repleto–, sino que hay que informarse y formarse bien para argumentar de forma correcta y exacta y así lograr un mensaje sólido.

Para ello, centrarán su interés en seguir a personas con criterio en vez de *perder el tiempo* en páginas de ocio o contenido escabroso, porque para ellos la red social ya no es un lugar de entretenimiento, sino una herramienta al servicio de un fin: crear opinión.

Fernando Sopeña Pérez-Argüelles
Director Colegio Montessori de Salamanca



EL SACRAMENTO DE LA ALEGRÍA

El sacramento de la Penitencia, reconciliación o confesión, es el sacramento instituido por Nuestro Señor Jesucristo para borrar los pecados cometidos después del Bautismo. Es, por consiguiente, el sacramento de nuestra curación espiritual, llamado también sacramento de la conversión, porque realiza sacramentalmente nuestro retorno a los brazos del padre después de que nos hemos alejado con el pecado.

Explica el Papa Francisco que *el perdón de nuestros pecados no es algo que podamos darnos nosotros mismos. El perdón se pide, se pide a otro, y en la Confesión pedimos el perdón a Jesús. El perdón no es fruto de nuestros esfuerzos, sino que es un regalo, es un don del Espíritu Santo.*

La Iglesia nos propone cuatro pasos para una buena confesión (Cfr. *Compendio del Catecismo de la Iglesia Católica*, 303):

- 1) **Examen de conciencia:** consiste en reflexionar sobre aquellas acciones, pensamientos o palabras, que nos hayan podido alejar de Dios, ofender a los demás o dañarnos interiormente. Es el momento de ser sinceros con uno mismo y con Dios, sabiendo que Él no quiere que nuestros pecados pasados nos opriman, sino que desea liberarnos de ellos para poder vivir como buenos hijos suyos.
- 2) **Contrición** (o arrepentimiento), que incluye el propósito de no volver a pecar. Es un dolor del alma y un rechazo de nuestros pecados, que incluye la resolución de no volver a pecar. Es un

