

# Recomendaciones sobre CONVIVENCIA Y SEGURIDAD

## Madres, padres y tutores de alumnos de educación secundaria

### Programa Nacional de Convivencia Escolar



<http://www.gob.mx/escuelalibredeacoso>



- 1** Dedique un tiempo especial y exclusivo para hablar con sus hijas e hijos, por lo menos 20 minutos al día tres veces a la semana. Piense en un buen lugar sólo para conversar, libre de distractores. Deles tiempo de calidad.
- 2** Establezca reglas para usar los medios tecnológicos (televisión, computadora, internet, tableta, celulares, videojuegos) y revise las políticas, las condiciones y la edad apropiada para su uso.
- 3** Manténgase al tanto de los cambios en el estado de ánimo de sus hijas e hijos. Platique con ellos dándoles confianza para saber si tienen algún conflicto.
- 4** Evite gritarles o castigarlos si están viendo contenidos inadecuados. Mantenga la calma y hable al respecto con ellos. Si necesita asesoría, búsquela.\*
- 5** Tome en serio lo que sus hijas o hijos le platican, créales. Cuando una situación se salga de control, busque ayuda profesional sin dudar.\*
- 6** Acuda con frecuencia a la escuela (no sólo se presente en las juntas escolares) para preguntar por la conducta de sus hijas o hijos. Haga equipo con los docentes.
- 7** Conozca a las amigas y los amigos de sus hijas e hijos.
- 8** Revise periódicamente el historial de las publicaciones de sus hijas e hijos en las redes sociales. Está en tu derecho.
- 9** Recuerde que es responsable de sus hijas e hijos, así como de lo que llevan a la escuela, de los lugares que frecuentan y de las cosas que consumen.
- 10** Aliente las manifestaciones de afecto y la retroalimentación positiva con sus hijas e hijos; así logrará tener una comunicación adecuada y les inspirará confianza.

\*Bomberos, policía, Policía cibernética de la localidad  
DIF: <http://sn.dif.gob.mx/>  
Protección civil: <http://www.gob.mx/proteccion-civil>  
Servicio TelSEP (01-800-11-ACOSO (22676))  
Comisión nacional de seguridad:  
[http://www.cns.gob.mx/portalesWebApp/wlp.c?\\_\\_c=7d1](http://www.cns.gob.mx/portalesWebApp/wlp.c?__c=7d1)

Clic seguro: <http://www.clicseguro.sep.gob.mx/>  
Policía federal: <https://www.gob.mx/policiafederal/articulos/policia-federal-alerta-sobre-riesgos-en-el-uso-de-redes-sociales-por-ninas-ninos-y-adolescentes?idiom=es>