

# CONTRATO ANAR PARA FAMILIAS E HIJOS/AS PARA EL USO RESPONSABLE DEL TELÉFONO MÓVIL



## Introducción para madres/padres y figuras de referencia

Las relaciones sociales es casi la faceta más importante de la vida de niños y adolescentes. En ella están depositados todos los deseos, ilusiones, alegrías pero también miedos e inseguridades, es por ello que dicha aérea se complejiza. Cuando pensamos en móviles debemos tener en cuenta que detrás de esos aparatos está todo este mundo social, eso nos ayudará a saber interpretar la situación de forma correcta, analizarla eficazmente y en consecuencia encontrar las soluciones correctas. A partir de este momento piensa en el móvil como en un instrumento, un medio para conseguir un fin.





**ANTES DE ELABORAR UN CONTRATO CON TU HIJO/A, DEBES HACERTE UNAS PREGUNTAS:**

**¿Tiene tu hijo/a una buena red social? ¿Disfruta de las amistades que tiene? ¿Qué tipo de ocio comparte con ellos? ¿Cuánto tiempo destina a estar con sus amigos/as? ¿Necesita ayuda para ampliar el círculo de relaciones?**

**¿Tiene algunas dificultades a la hora de relacionarse? Es importante que como padres, madres o figuras de referencia para él/ella las puedas identificar para acompañarle a resolverlas.**



## ¿QUÉ TIPO DE USO HACE TU HIJO/A DEL MÓVIL?

Si en la vida real encuentra obstáculos para hacer amistades, va a buscarlas en otros lugares, porque la necesidad va a estar siempre presente pidiendo ser satisfecha, por lo tanto el uso que va a hacer del móvil va a ser a modo de refugio, va a buscar en el mundo virtual lo que no encuentra en la vida real. ¿Cómo lo va a buscar? Puede meterse en diferentes redes sociales para entablar contactos con personas desconocidas y confundir el vínculo que genera una amistad en la vida real con una relación virtual. Puede engancharse a juegos individuales o juegos en red como forma de aislarse y no enfrentarse a las preocupaciones del mundo real etc.

**“No es oro todo lo que reluce...”**

También puede estar usando el móvil de forma correcta como continuidad de las amistades que tiene en su centro escolar, en su actividad deportiva, en el barrio etc. Mantener las relaciones implica cuidarlas y dedicarle un tiempo, que hay que consensuar desde el inicio con nuestro/a hijo/a para que pueda organizarse y avisar a sus amigos/as de cuándo va a estar disponible.



**Es imprescindible que podamos enseñar a nuestro hijo/a a estructurarse, está aprendiendo a tener autonomía y la podrá desarrollar si puede gestionar su tiempo, para ello tiene que saber desde el principio con qué espacios cuenta y dentro de qué límites se puede mover. Eso evitará crearle ansiedad. No es lo mismo que el chico/a sepa que por ejemplo a las 21h tiene que terminar la conversación de whatsapp, que si de repente se le quita el móvil y le dejamos con una comunicación a medias. Él o ella puede avisar a sus amigos del tiempo que le queda para poner fin a la conversación.**



## **CONTRATO ANAR FAMILIAS E HIJOS/AS PARA EL USO RESPONSABLE DEL TELÉFONO MÓVIL**

**Tanto las familias como los hijo/as (o el usuario) se comprometen a estar informados sobre temas de seguridad en el uso de las nuevas tecnologías. Conocerán los distintos riesgos (sexting, grooming, adicciones, etc.), cómo prevenirlos, combatirlos y qué hacer en el caso de que sucedan. Así como se comprometen a tener conversaciones sobre estos temas cuando se de la ocasión, para de esta forma mejorar la comunicación y la seguridad.**

**. Los hijos/as deben comprender que un teléfono móvil no es un juguete, es algo muy serio. Deben demostrar una conducta responsable y madurez suficiente para poder tenerlo.**

**. Los hijos/as comprenden que sus tutores legales (los padres) tienen que velar por su seguridad y protección. Los padres establecerán las normas sobre el uso del móvil, negociando y explicando los distintos motivos a los hijo/as, que deberán aceptarlas o no podrán tener un móvil. Los permisos del uso del móvil se irán ampliando o restringiendo en función de la madurez que demuestre el menor, de lo responsable que sea.**



**Junto a los padres se configurará el móvil de la forma que ellos consideren oportuna.**

**. El teléfono podrá utilizarse en el horario que los padres consideren oportuno. Por las noches deberá mantenerse apagado para no interferir en el descanso. Si se lleva a clase hay que respetar las normas de uso del centro escolar. No utilizar el móvil en el tiempo de estudio. Si se necesita buscar información en él se comunicará a los padres.**

**Los hijos/as se comprometen a pasar tiempo de calidad con sus amigos sin estar todo el día “enganchados a los móviles”. En el caso de utilizar el móvil más tiempo del establecido con los padres, el móvil quedará requisado.**

**. Los hijos/as deben ser educados y respetuosos con el uso del móvil. El móvil debe estar en silencio o apagado en lugares donde pueda molestar a las demás personas. (cine, teatro, iglesia, centro escolar...).**

**. Los hijos/as se harán responsables de los costes producidos por un mal uso del teléfono móvil.**

**. Los hijos/as se comprometen a aceptar las llamadas que les hagan sus padres/madres, ya que estos podrían preocuparse por su bienestar si no reciben respuesta.**



**Los hijos/as se comprometen a tener claras las normas del uso del móvil antes de utilizarlo y a devolverlo a los padres, el tiempo que estos estimen oportuno, en el caso de que no se cumplan.**

**.En el caso de disponer de un móvil con conexión a internet el usuario (o los hijo/as) tendrá en cuenta lo siguiente:**

**-Decidirá conjuntamente con los padres qué aplicaciones, juegos y redes sociales puede utilizar. Si ellos no están de acuerdo te indicarán el motivo y deberás respetarlo. En función de la madurez que muestres podrás ir teniendo acceso a otras configuraciones.**

**- Está prohibido compartir información personal, como la ubicación, dónde vives, dónde estudias, qué haces en tu tiempo libre, fotografías...tanto propias como del resto de la familia. Podría poner en riesgo a toda la familia.**

**- Antes de darte de alta en alguna red social o descargar alguna aplicación debes comunicarlo a los padres, y descargarlas acompañado por ellos después de haber valorado conjuntamente el uso, riesgos y cómo evitarlos. Si no se tiene la edad mínima que marca la aplicación, no debes usarla. Si lo haces tiene que ser una cuenta conjunta con los padres.**



**Padres y madres deben saber las contraseñas para protegerte. Se comprometen a no espiar tus conversaciones. Si creen que no estás utilizando el móvil de forma responsable podrán ver tus contenidos, algo que harán estando tu presente e informándote de que van a hacerlo.**

**Queda prohibido utilizar el móvil para burlarte, insultar, excluir, hacer fotos o vídeos, o compartirlos sin consentimiento, o cualquier conducta dañina hacia otra persona. Así como participar en conversaciones en las que se dé esto. Si se es mayor para usar un móvil, también se es para respetar a la gente y para comprender que si hacemos un mal uso de él no podremos seguir utilizándolo. Podrías incurrir en un delito.**

**-Si alguien te hace sentir incómodo, te insulta, te amenaza, te pide fotos comprometidas o información personal, si te muestra que sabe muchas cosas de ti sin realmente conocerte. Si sientes que algo no anda bien... avisarás rápidamente a tus padres, bloquearás a la persona y no eliminarás las conversaciones para poder utilizarlas como prueba. Igualmente si tienes conocimiento de alguna situación de abuso o acoso a otra persona lo comunicarás a los padres para poder ayudar.**



**-Antes de subir una fotografía tus padres deben dar el visto bueno, ya que podrías estar dando información sin darte cuenta (ej. Si subes una foto con el uniforme del colegio, todos sabrán dónde estudias).**

**-Si recibes fotos íntimas de otras personas, no las descargues si conoces su contenido, ni las compartas. Podrías incurrir en un delito.**

**-Aceptas que tus padres utilicen una app de control parental por tu seguridad, entendiendo que no lo hacen para espiarte ni con una intención negativa, lo hacen porque están encargados de tu seguridad y protección.**

**-Recuerda no hacer nada que no harías en persona a través del teléfono. No diremos cosas que no diríamos en persona, ni mandaremos imágenes si no queremos que las vea todo el mundo, tampoco nos relacionaremos con desconocidos igual que no lo hacemos en la vida real.**

**No quedes con alguien a quién no conoces en persona, puede no ser quién dice ser. Por internet es muy fácil que nos engañen.**

**-No hagas fotos a todas las actividades que realizas. En su lugar, disfruta de los momentos en primera persona ¡pasan muy rápido!**



-No te creas todo lo que ves. En las redes sociales muchas veces se muestra una vida idílica que no se corresponde con la realidad. Preocúpate de ser tú mismo, no crees una imagen falseada de tu persona.

Es mejor que nos quieran por lo que somos, a que quieran algo que realmente no somos y no nos conozcan en realidad.

-No hagas compras por internet sin el permiso de los padres ni te metas en la publicidad que aparece. Tampoco rellenes datos personales sin la supervisión de los padres. Podrías ser víctima de un delito de phishing.

. Padres y madres se comprometen a confiar en sus hijo/as y a dialogar con ellos para tener un mejor entendimiento, es bueno ponernos en el lugar de los hijo/as y conocer porque actúan de determinadas maneras para poder darles una mejor ayuda.

. Padres y madres se comprometen a adelantarse a los miedos de los hijo/as, contándoles ejemplos de su propia experiencia, para que vean que todos cometemos errores y no deben avergonzarse si algo se les ha ido de las manos. Es mejor que sepan que pueden confiar en vosotros, a que lo oculten por vergüenza o miedo a las represalias.

. Padres y madres se comprometen a tener en cuenta a sus hijo/as a la hora de tomar decisiones que puedan afectarles y a hacerles partícipes a la hora de encontrar soluciones a los problemas.



**Padres y madres se comprometen a ir adaptando las normas a la madurez que demuestren sus hijo/as.**

**. Padres y madres se comprometerán a preocuparse por las amistades del mundo virtual de sus hijo/as igual que lo hacen de las amistades del mundo real. Los hijo/as se comprometen a informar a los padres sobre estas y los nuevos contactos que mantengan.**

**. Padres y madres se comprometen a confiscar el móvil a sus hijo/as en el caso de que estos incumplan las normas y a tener una conversación con ellos explicándoles los motivos. Los hijo/as poco a poco irán aprendiendo a realizar un buen uso del móvil, es lógico que cometan algunos fallos. Pero padres e hijo/as iréis aprendiendo juntos sobre la marcha.**

