



Guía de asesoramiento familiar

Orientaciones a padres y madres para potenciar un uso adecuado del teléfono

Orientaciones a padres y madres para potenciar un uso adecuado del teléfono móvil.

Guía de asesoramiento para padres y madres de infantil, primaria, secundaria y bachillerato.

Departamento de Orientación

MERCEDARIAS O.M.

Colegio Nuestra Señora de la Merced
C/ del Fuego,9.
28760, Tres Cantos. Madrid.
918 06 25 70





Índice

1. ¿Qué contiene esta guía?	4
2. Primeras conductas con el móvil	6
2.1. ¿Cuándo empiezan a utilizar el móvil nuestros hijos?..	7
2.2. ¿A qué edad regalamos a nuestros hijos su primer teléfono móvil?.....	8
2.3. ¿Para qué usan el móvil los niños y las niñas?.....	9
3. ¿Juegan nuestros hijos con ventaja?	10
4. Nuestras preocupaciones como padres y madres	12
5. Conductas de riesgo	14
5.1. Síntomas.....	15
5.2. Problemas asociados.....	16
6. ¿Qué hacemos ante esta situación?	18
6.1. Prevención.....	19
6.2. Pautas para las familias.....	21
6.3. Consejos.....	29
7. Actuación del centro	31
7.1. Programa Agente Tutor.....	33
7.2. Plan director.....	35
8. Recursos	36
8.1. Apps de control parental.....	37
8.2. Recursos de interés.....	38

**Por motivos de economía de lenguaje, la presente guía está escrita en genérico masculino. Con ello, se incluye a toda la comunidad educativa: padres, madres, alumnos, alumnas, profesores, profesoras, etc.*

1. ¿QUÉ CONTIENE ESTA GUÍA?



MERCEDARIAS O.M.

2. PRIMERAS CONDUCTAS CON EL MÓVIL



2.1. ¿CUÁNDO EMPIEZAN A UTILIZAR EL MÓVIL NUESTROS HIJOS?

El desarrollo que estamos experimentando como sociedad está ocasionando avances y recursos de los que hace unos años no se podían ni imaginar. Entre ellos encontramos que, desde pequeños, los niños se encuentran rodeados de diferentes medios tecnológicos como son los teléfonos, tablets, televisores, ordenadores, etc.

Prestando atención a los móviles, se ha observado que la edad de inicio para manejar el de los progenitores, de una forma más o menos autónoma, **ronda los 5 años**, aunque antes hayan podido interactuar con ellos con la ayuda de un adulto. Esto supone el comienzo de la adquisición de una serie de habilidades en la etapa de infantil que a nosotros, los padres, nos puede superar.

En este sentido, dos aspectos que no podremos dejar de lado en ningún momento son :



Los propietarios del dispositivo sois vosotros, los padres y madres.

Es fundamental que les guíeis y enseñéis a hacer un uso seguro del mismo.



2.2. ¿A QUÉ EDAD REGALAMOS A NUESTROS HIJOS SU PRIMER TELÉFONO MÓVIL?

Ante esta pregunta deberíamos pararnos a reflexionar porque ahí se encuentra el inicio de un largo camino de negociaciones, pautas, establecimiento de normas... entre nuestros hijos y nosotros.



Cada familia es un mundo, pero, independientemente de las condiciones personales de cada uno, desde hace unos años se viene observando que la adquisición de un móvil por parte de los menores ocurre cada vez antes. **Entre los 8 y los 11 años los niños empiezan a disponer de un teléfono propio** del que hacen un uso que, en muchas ocasiones, nos cuesta controlar.

Celebraciones como la primera comunión, pertenecer a un grupo de amigos en el que la mayoría ya dispone de teléfono, etc., son algunas de los motivos para dotar a los menores de un dispositivo de este tipo. Además, muchos de nuestros jóvenes considera que, como el móvil es de ellos, nadie puede cogerlo ni observar cómo lo utilizan, pues estaríamos inmiscuyéndonos en su intimidad.

Sobre estas cuestiones cabe hacer algunas consideraciones:



El regalo de la primera comunión **NO** tiene por qué ser un móvil.



Cada familia debe mantener sus pautas, independientemente de lo que hagan las demás.

Los propietarios del dispositivo móvil sois vosotros, los padres.

Pedir a los hijos que nos enseñen su móvil, los usos que le dan... no es invadir su intimidad, sino protegerlos de posibles peligros de los que no son conscientes.

2.3. ¿PARA QUÉ USAN EL MÓVIL LOS NIÑOS Y LAS NIÑAS?

Si preguntamos a los pequeños de **Infantil y Primaria** para qué les sirve el teléfono móvil en su día a día, observaremos que las respuestas que nos dan no tienen nada que ver si se trata de un niño o una niña.

NIÑOS



Lo usan más para acceder a páginas de videojuegos.

NIÑAS



Lo utilizan para todo aquello que implique establecer relaciones sociales (redes sociales, correo electrónico, etc.).

También se observan diferencias en función del género en la adolescencia. Según los datos extraídos del **II Plan Municipal de Prevención de drogas y otras adicciones (2019-2023)**, en base a las encuestas aplicadas a jóvenes de Tres Cantos de **E.S.O y Bachillerato** (entre los que se incluyen nuestros alumnos), se conoce que:

ACTIVIDAD	HOMBRES	MUJERES
Compras online	50%	60%
Juegos de ordenador	59%	29%
Apuestas online	7%	1%
Visionado de pornografía	66%	10%

3. ¿JUEGAN NUESTROS HIJOS/AS CON VENTAJA?



3. ¿JUEGAN NUESTROS HIJOS CON VENTAJA?

Debido a la familiaridad que tienen nuestros hijos con los recursos tecnológicos que les rodean, no es raro que llegue un punto en el que el dominio que tengan sea mucho mayor que el que nosotros, como padres, podamos llegar a alcanzar. Esto tiene un nombre: **BRECHA DIGITAL**.

Así pues, nos encontramos con jóvenes que han crecido utilizando las TICs, no como nosotros, que las hemos ido incorporando paulatinamente a nuestras vidas. En este sentido, teniendo presente cómo evoluciona la sociedad, debemos asumir que conforme pasen los años, esa brecha se irá haciendo más grande. Esto podrá suponer que nosotros, los progenitores, encontremos mayores dificultades para ayudarles a la hora de hacer un buen uso de las mismas o pautar ciertas restricciones, ya que ellos siempre serán más estratégicos.

Hay dos cuestiones que deben potenciarse y que están en nuestras manos:



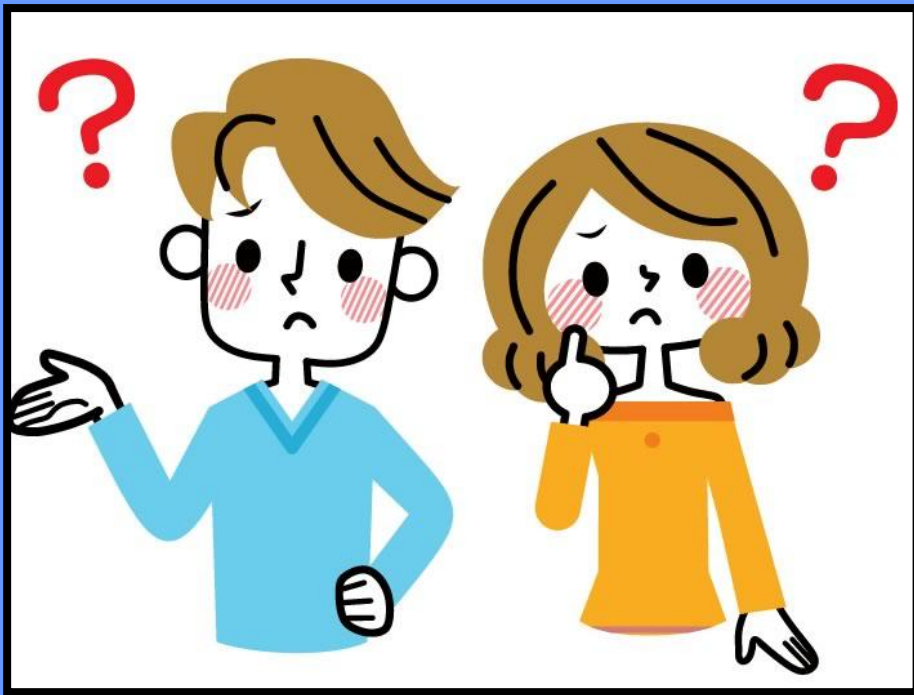
Formarnos y conocer bien los recursos TICs que dejamos que nuestros hijos empleen.



Desde el inicio, marcar unas pautas de uso que deban respetarse en todo momento.



4. NUESTRAS PREOCUPACIONES COMO PADRES Y MADRES



4. NUESTRAS PREOCUPACIONES COMO PADRES Y MADRES



A la hora de plantearnos el uso que nuestros hijos pueden llegar a hacer de un dispositivo móvil personal, surgen una serie de dilemas que como padres nos pueden llegar a inquietar. Estos tienen que ver con:

¿A qué edad es adecuado que nuestros hijos dispongan de móvil propio?

¿Querrá un móvil porque sus amigos lo tienen o porque lo necesita de verdad?

¿Hasta qué punto, nosotros como padres, sabemos usar correctamente las TICs?

¿Y si acceden a contenidos impropios para su edad?

¿Qué pautar de cara a la utilización de este nuevo recurso?

¿Causará conflictos dentro de la familia?

¿Es bueno utilizar el teléfono móvil como premio o castigo?

¿Cuándo supervisar y cuándo dejar más libertad?

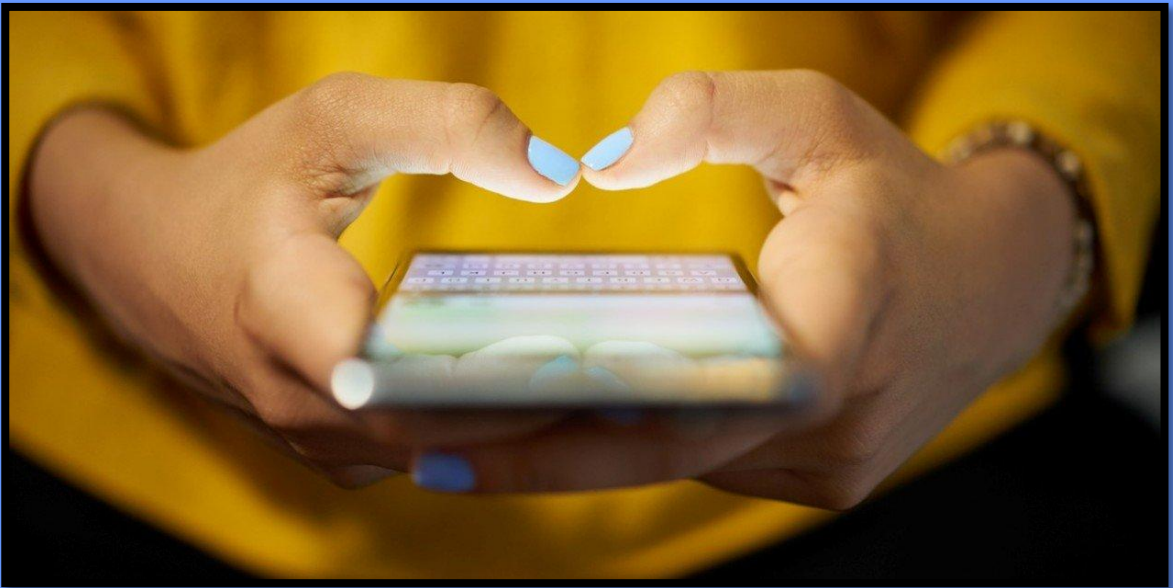
¿Cuándo confiar en el uso libre que pueden hacer los hijos?

¿Cómo compaginar el tiempo de móvil con el estudio?

¿Dejarán de hacer otras actividades por estar con el móvil?

¿Y si padecen sexting o cualquier problemática de ese estilo?

5. CONDUCTAS DE RIESGO



Se entiende por **conductas de riesgo** aquellas formas de actuación que suponen una búsqueda repetida del peligro y que llevan al sujeto a poner en juego su salud, generando así interferencia con su vida cotidiana. Algunas podrían dar lugar a una adicción.

5.1. SÍNTOMAS

De todas esas dudas que se nos pasan por la cabeza, puede ser que alguna de ellas sí de pie a ocasionar conductas que podrían ser consideradas de riesgo. Por ello, es muy importante prestar atención a los siguientes síntomas:

TOLERANCIA

Necesidad de aumentar la duración, intensidad y/o la frecuencia de uso del móvil. De esta manera, se le va dedicando, progresivamente, más tiempo.



OCULTACIÓN



Esto tiende a ocurrir con los adolescentes, aunque también se han observado casos en los más pequeños. Con estos últimos, tienden a ser los padres los que nieguen el uso excesivo a pesar de las evidencias que puedan darse, como son: el fracaso escolar, el aislamiento social, conflictos a nivel familiar, etc.

PÉRDIDA DE CONTROL



Situación en la que el menor se vuelve dependiente del teléfono móvil, siendo incapaz de autorregular su uso.

ABANDONO DE ACTIVIDADES

Ya se trate de actividades extraescolares u obligaciones, se considera un problema el que el menor deje de realizarlas por pasar más tiempo conectado.

CAMBIOS DE COMPORTAMIENTO

Se trata de todo el cambio emocional fruto de la alteración de rutinas y hábitos a medida que se prolongan las conductas dependientes del móvil.

A veces podemos llegar a un **síndrome de abstinencia** en el menor, que le lleva a experimentar malestar emocional cuando no puede hacer uso de su móvil.

5.2. PROBLEMAS ASOCIADOS

Fruto de esa sintomatología ocasionada por un uso excesivo del móvil por parte del menor, pueden llegar a darse otras problemáticas relacionadas, tanto con su salud, como en la relación con los demás.



5.2. PROBLEMAS ASOCIADOS

En el uso de las diferentes redes sociales (Whatsapp, Instagram, Facebook...) y el supuesto **anonimato** que propicia internet, alienta a que muchos lleven a cabo este tipo de conductas.

Acoso virtual

Aumento de conductas violentas

A veces surge como consecuencia de la necesidad excesiva de utilizar el móvil y también como imitación de toda la información a la que están expuestos .

Implicaciones en el comportamiento

Aislamiento y soledad

Deterioro de las relaciones que mantienen con amigos, familiares y la escuela. Lo que puede desembocar en:

Empeoramiento del rendimiento académico

Mayores conflictos familiares

6.1. PREVENCIÓN

Ante cualquier situación que pueda considerarse problemática, lo primero que debemos tratar de hacer es **prevenir** que ocurra.



Poner en marcha actuaciones que disminuyan o eviten la aparición de riesgos para la salud, tanto en el menor como en la familia y la comunidad.

Se habla de tres tipos de prevención en función de cuándo actuéis:

1ª

- Antes de que el problema aparezca.

2ª

- Cuando el problema ya existe pero está en sus inicios.
- Se puede llegar a eliminar por completo.

3ª

- Cuando el problema está fuertemente instaurado.
- En este caso se trabajaría para controlar su desarrollo, no por eliminarlo.

6.1. PREVENCIÓN

Las familias sois la estructura social más importante para vuestros hijos. Por ello, debéis velar por transmitir experiencias y aprendizajes que potencien su autoestima y confianza, sin dejar de lado los valores que les permitan actuar como seres socialmente adaptados. En este sentido, en relación al uso del móvil, estará en vuestras manos informarles sobre cómo utilizarlo de forma responsable. Una prevención eficaz por vuestra parte, implicaría:



Fortalecer aspectos de la personalidad del menor: sus habilidades, su autoestima, aportar recursos para una buena interacción social, implicación, responsabilidad, desarrollo de valores, etc.



Pautar unas normas desde el inicio, no una vez que se observen problemas en la regulación de su uso.



Informar y advertir sobre los peligros que pueden darse en la red.



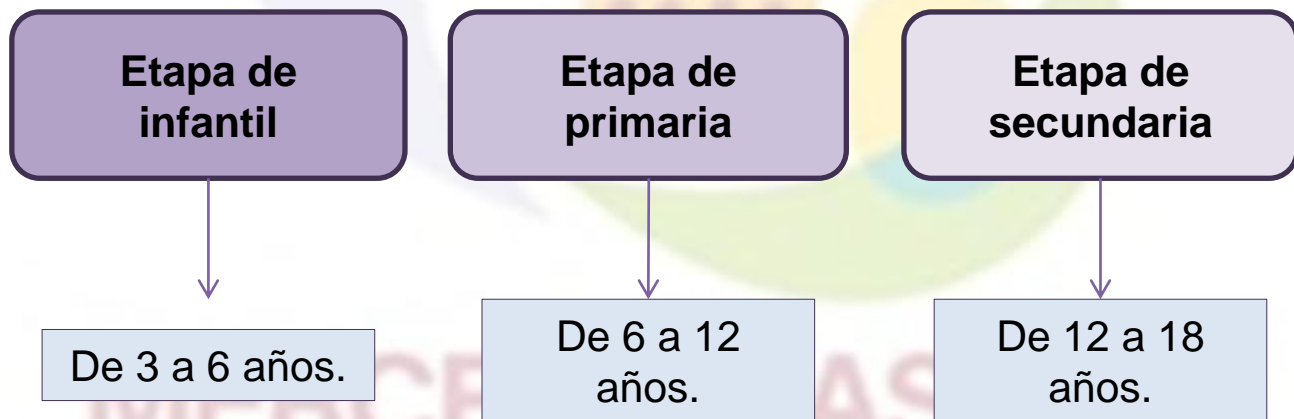
Buscar información sobre la situación que se esté dando: qué pasa, qué lo origina, qué consecuencias está teniendo...



6.2. PAUTAS PARA LAS FAMILIAS

Tras haber analizado cuáles son las preocupaciones que soléis tener todos los padres, qué conductas podrían ser consideradas de riesgo, qué problemas pueden llegar a plantearse como consecuencia de un mal uso del teléfono móvil, etc., ha llegado el momento de explicitar ciertas pautas que os puedan ser de un utilidad. Volvemos a recalcar que cada familia, teniendo presente su propio estilo y el de cada uno de sus hijos, deberá ajustarlas a su realidad para que sean realmente útiles.

Por otro lado, dado que no son las mismas necesidades, ni el uso, ni la relación que tenemos con un menor de infantil o de secundaria, a continuación plantearemos algunas propuestas en las formas de actuación en función de la etapa escolar en la que se encuentren vuestros hijos.



6.2. PAUTAS PARA LAS FAMILIAS

Etapa de infantil



Independientemente de la corta edad que tengan nuestros hijos durante esta etapa educativa, todos somos conscientes de que viven rodeados de una gran cantidad de estímulos tecnológicos en su día a día.

Desde que son bebés se les presentan móviles o tablets para ver vídeos de canciones, juegos... entreteniéndose con ellos mientras hacemos otra actividad (comer, cambiarles el pañal, etc.).

Fruto de esa estimulación tan temprana, ya con tres años, la destreza que presentan para manejar un teléfono es tal que se hacen totalmente autónomos en su uso. Por ello, como padres, debemos estar pendientes y enseñarles a hacer un buen uso de los mismos. Algunas pautas:

1. En caso de utilizar cochecito, **intentad no incorporar el móvil a la estructura del mismo**, a pesar de que ya venga diseñado así.
2. Evitad ofrecer el móvil cuando no lo haya pedido, y proponer alternativas cuando lo haga.
3. **Estableced una hora concreta y un lugar común del hogar en el que puedan utilizar el teléfono o tablet.**
4. **Compartid momentos con vuestros hijos siempre que lo estén usando.**
5. **Durante las comidas, evitar dárselo para que estén callados.** Fomentar un diálogo con ellos en estos momentos es una gran oportunidad para estrechar lazos y potenciar una adquisición de vocabulario.
6. **Dejad claro en todo momento que el móvil es vuestro.**
7. **Guiad para evitar peligros.**
8. **No utilizar el móvil como castigo o premio.**
9. **Intentad mantener un conocimiento actualizado** para no quedaros rezagados con respecto al nivel de conocimiento de vuestros hijos.
10. Controlad que **no dejen de hacer otro tipo de actividades** por estar con el móvil.
11. **Retirad el teléfono en el momento en el que empiezan a cambiar su comportamiento** (enfado, frustración...).
12. **Revisad el historial.**
13. **Por la noche** mantener el móvil apagado y fuera de las habitaciones.

6.2. PAUTAS PARA LAS FAMILIAS

Etapa de primaria



A lo largo de esta etapa los menores desarrollan una serie de habilidades e intereses que les llevará a actuar de una forma considerablemente diferente a como lo han venido haciendo hasta ese momento. Algunos de los cambios que como padres podréis ir observando en vuestros hijos son los siguientes:



- ✓ **Apertura a la hora de mostrar sentimientos y pensamientos:** van siendo cada vez más capaces de comprender los de aquellos que les rodean y los suyos propios.
- ✓ **Desarrollo del sentido de responsabilidad:** ocurre a medida que se van poniendo en ellos ciertas expectativas.
- ✓ **Necesidad de pertenencia a un grupo:** refuerza la seguridad del menor, se siente aceptado e identificado con una serie de amigos.
- ✓ **Necesidad de explicaciones** para entender los motivos de aquello que ocurre a su alrededor.
- ✓ **Necesidad de intimidad**, tanto a nivel físico como mental.

¿Cómo afecta todo esto al uso que hacen del móvil?

Necesidad de disponer del móvil para estar en contacto permanente con el grupo de amigos.

Entender que el móvil es suyo y que por tanto los padres no deben acceder a él, porque sienten que se invade su intimidad.

Darse de alta en redes sociales.

Hablar con extraños que muestren comprensión.

6.2. PAUTAS PARA LAS FAMILIAS



Etapa de primaria

- **Cada familia decide cuándo su hijo debe disponer de un móvil.**
- **El regalo de la primera comunión NO tiene que ser necesariamente un teléfono.**
- Lo ideal es que **durante toda la Primaria no dispongan de móvil propio si no que usen el vuestro.** En caso de que sí tengan uno, estáis en vuestro derecho de acceder a él, puesto que sois los responsables y los que lo pagáis.
- **Negociad unas normas de uso** en vez de imponerlas (horarios, días, acceso a páginas, revisión del historial...). Se puede redactar un contrato que tanto vosotros como vuestro hijo debéis firmar y ponerlo en un lugar visible.
- **Estableced una hora concreta y un lugar común del hogar en el que puedan utilizar el teléfono.** Algunas familias nos sugieren que se puede consensuar con toda la clase para que sea un rato controlado en el que todos se conecten y hablen entre ellos.
- Se recomienda **no superar las dos horas de uso diario** del móvil.
- **Compartid momentos con ellos** para conocer en qué páginas se meten.
- **Pedid asesoramiento a los menores** para el uso de determinadas aplicaciones, de forma que se sientan competentes y deban realizar una tarea reflexiva sobre cómo emplearlas.

6.2. PAUTAS PARA LAS FAMILIAS



Etapa de primaria

- **Advertid e informar sobre los peligros de la red:** no proporcionar datos personales, no hablar con desconocidos,...
- Tratad que **el móvil no se convierta en un premio o castigo** ante una conducta determinada, sino emplear otras alternativas, como puede ser reforzarles con actividades que les gusten (ir al cine, ir de excursión...).
- **Generad sus contraseñas** para el acceso a determinadas redes y otras aplicaciones, y gestionadlas vosotros (no tienen por qué conocerlas ellos).
- **Mantened un conocimiento actualizado** para no quedaros atrás con respecto al nivel de conocimiento de vuestros hijos.
- Controlad que **no dejen de hacer otro tipo de actividades** por estar con el móvil.
- **Retirad el teléfono en el momento en el que empiezan a cambiar su comportamiento** (enfado, frustración...).
- **Revisad el historial.**
- **Durante el tiempo de estudio y por la noche,** mantened el móvil apagado y fuera de las habitaciones.
- Informaros sobre **las radiaciones que puede suponer el tener un móvil dentro de la habitación.** Especialmente durante las horas de sueño.

6.2. PAUTAS PARA LAS FAMILIAS

Etapa de Secundaria



Con la entrada en la E.S.O, se inicia una nueva etapa vital en la que nuestros hijos experimentan cambios físicos, psicológicos y sociales muy importantes para ellos. Como consecuencia, desarrollan una serie de características que pueden suponer un factor de riesgo a la hora de utilizar los teléfonos móviles:



- ✓ **Experimentar sentimientos contradictorios.** Por un lado, la necesidad de ser autónomos y, por otro, la búsqueda de protección de sus padres.
- ✓ Presentar una **actitud de rebeldía** fruto de esas emociones encontradas.
- ✓ **Desarrollar su propia personalidad** como un modo de demostrar que ya no son niños.
- ✓ **Buscar riesgos** como forma de demostrar quiénes son.
- ✓ **Los amigos** cobran una importancia que hasta el momento no tenían. Potencian ese desarrollo de la personalidad, al mismo tiempo que cubren una función terapéutica ante problemas que van surgiendo, y dan apoyo y seguridad de pertenencia a un grupo.

Ante este cúmulo de cambios, los padres jugáis un papel clave en el desarrollo de vuestros hijos. Hay que estar atentos a evitar que realicen acciones que pueda suponer un riesgo para ellos, pero, al mismo, tiempo, dejar un margen de acción que les permita hacerse autónomos y responsables de sus propios actos.

Os proponemos algunas pautas de actuación:

6.2. PAUTAS PARA LAS FAMILIAS



Etapa de Secundaria

- **Cada familia decide cuándo su hijo/a debe disponer de un móvil.**
- En caso de que no les compréis uno, **dejad claro que el móvil es vuestro**, y en el caso de que sí tengan uno propio, estáis en vuestro derecho de acceder a él, puesto que sois los que lo pagáis.
- **Negociad unas normas de uso**, en vez de imponerlas (horarios, días, acceso a páginas, revisión del historial...). Se puede redactar un contrato que tanto vosotros como vuestro hijo debéis firmar y ponerlo en un lugar visible.
- **Estableced una hora concreta y un lugar común del hogar en el que puedan utilizar el teléfono.** Lo primero se puede consensuar con toda la clase para que sea un rato en el que todos se conecten.
- Se recomienda **no superar las dos horas de uso diario** del móvil.
- **Compartid momentos con ellos** para conocer en qué páginas se meten.
- **Pedidles asesoramiento** para el uso de determinadas aplicaciones, de forma que se sientan competentes y deban realizar una tarea reflexiva sobre cómo emplearlas.
- **Advertid e informad sobre los peligros de la red:** no proporcionar datos personales, no hablar con desconocidos,...

6.2. PAUTAS PARA LAS FAMILIAS



Etapa de Secundaria

- Tratar de que **el móvil no se convierta en un premio o castigo** ante una conducta determinada, sino emplear otras alternativas, como puede ser reforzarles con actividades que les gusten (ir al cine, ir de excursión...).
- **Intentad mantener un conocimiento actualizado** para no quedaros atrás con respecto al nivel de conocimiento de vuestros hijos.
- Controlad que **no dejen de hacer otro tipo de actividades** por estar con el móvil.
- **Retirad el teléfono en el momento en el que empiezan a cambiar su comportamiento** (enfados desproporcionados, frustración...).
- **Revisad con ellos el historial** de vez en cuando
- **Vigilad conductas** que tengan que ver con la incapacidad para separarse del móvil, comprobar constantemente la batería o cobertura, recibir mensajes o llamadas constantes, etc.
- **Durante el tiempo de estudio y por la noche** mantened el móvil apagado y fuera de las habitaciones. Se puede dejar la puerta abierta mientras vuestro hijo estudia o trabaja en la habitación.
- Informaros sobre **las radiaciones que puede suponer el tener un móvil dentro de la habitación**. Especialmente durante las horas de sueño.

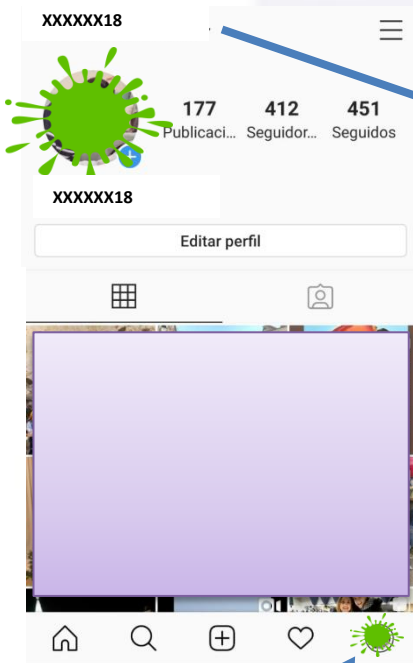
6.3. CONSEJOS

Desde el centro queremos alertaros de que muchos de nuestros jóvenes disponen de más de una cuenta en una misma red social. Ello les lleva a comportarse como es esperado que lo hagan en aquella que vosotros conocéis, pero emplean la otra u otras cuentas para publicar aquello que ni interesa que ciertos adultos conozcan.

Por ello, queremos mostraros cómo conocer si vuestros hijos disponen de más de una cuenta en la red social Instagram.

1

Acceded con ellos a su perfil pulsando en el botón derecho que aparece en la parte inferior de la pantalla.



2

Dirigíos ahora al nombre de usuario y pinchad en la flecha que aparece a la derecha.



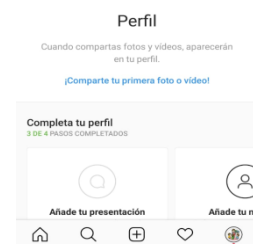
3

En caso de que exista más de una cuenta se desplegará el siguiente panel en la parte inferior.



4

Pinchando en la otra cuenta accederéis al nuevo perfil.



6.3. CONSEJOS

Otra de las cuestiones que hemos detectado en vosotras, las familias, es la gran duda sobre **qué móvil escoger** en aquellos casos en los que decidís regalarles uno a vuestros hijos.

Cada vez son más las gamas que oferta el mercado, lo que convierte este proceso de elección en algo realmente complejo. Si a ello le sumamos que cada vez los móviles presentan más recursos, es totalmente comprensible que no sepáis cómo posicionarnos ante esta situación.

Desde el centro recomendamos que recurráis a aquella opción que sea razonable, tanto a nivel de calidad como de precio. No tiene ningún sentido que nuestros estudiantes dispongan de un recurso del que no van a saber sacar partido a todo lo que ofrece, además de suponer un coste desmedido.

Por ello, atendiendo a las necesidades que puedan tener los menores, consideramos que disponer de un dispositivo de gama media es más que suficiente. Algunos ejemplos son Xiaomi, Samsung, Sony o Huawei.



7. ACTUACIÓN DEL CENTRO



7. ACTUACIÓN DEL CENTRO

Dada la presencia tan elevada de las TICs en la vida de nuestro alumnado, desde el centro proponemos una serie de acciones con las que se pretende tanto prevenir como paliar posibles problemas.

Como entidad educadora, somos una pieza clave para el desarrollo de todos nuestros alumnos y alumnas a este respecto y queremos colaborar con el trabajo que hacéis en familia. De esta forma, tanto en el Plan de Convivencia como en el Reglamento de Régimen Interno del centro, se explicitan medidas llevadas a cabo.

En este sentido, los estudiantes no podrán hacer uso de los dispositivos móviles (u otros dispositivos electrónicos) durante las clases ni otros espacios el centro (baños, patios, pasillos...). En la medida en la que esto no se respete, dichos aparatos electrónicos serán retirados hasta el final de la jornada escolar.

Cabe señalar que se considera como falta muy grave, cualquier grabación o difusión de una agresión que pueda tener lugar a través de estos recursos.

Asimismo, de cara a conocer los usos que nuestros estudiantes realizan de los teléfonos móviles y poder ayudarles y asesorarles al respecto, en el Plan de Acción Tutorial se ha propuesto una serie de programas para aplicar durante las horas de tutoría:

Agente Tutor

(A partir de enero se contará con dos Agentes Tutores)

Plan Director



7.1. PROGRAMA AGENTE TUTOR



Con esta propuesta lo que se busca es sensibilizar y responsabilizar a los menores de las consecuencias que pueden tener sus actos, tanto en la red como en la vida real. Al mismo tiempo se trabaja la adquisición de competencias y habilidades como la capacidad crítica, la empatía o asertividad.

En aquellas situaciones en las que el conflicto ya haya tenido lugar, la figura del Agente Tutor colaborará con en centro, la familia y los estudiantes para resolverlo, pero no será quien lo solucione, sino quien oriente a los alumnos implicados en la búsqueda de soluciones eficaces.

A continuación se especifican los cursos de Primaria en los que se trabaja, así como las temáticas planteadas a los menores.



7.1. PROGRAMA AGENTE TUTOR



En cuanto al trabajo realizado con alumnado de la E.S.O. nos centramos en los siguientes temas:



Asimismo, se aporta información y consejos a madres/padres/tutores sobre el uso de las TICs, básicamente teléfonos inteligentes y tabletas, las aplicaciones que pueden suponer un peligro para sus hijos y consecuencias del mal uso.

7.2. PLAN DIRECTOR



Este proyecto se basa en una serie de charlas orientadas a alumnos desde 5º E.P. hasta 2º de Bachillerato por parte de un equipo especial de la Guardia Civil. La temática es la misma para todos pero en cada sesión se adapta a las dudas y necesidades de los diferentes grupos.

Los temas planteados son los siguientes:

- ✓ Prevención del acoso escolar.
- ✓ Prevención del consumo de drogas y alcohol.
- ✓ Civismo y prevención del racismo y la intolerancia. Bandas violentas.
- ✓ Riesgos de internet y de las redes sociales.
- ✓ Igualdad y no discriminación sexual.

Centrando la atención en el tema de internet y redes sociales, lo trabajado con los menores es:

- ❖ Conocimiento y prevención de los peligros asociados al uso de redes sociales, telefonía móvil y nuevas tecnologías en general.
- ❖ Prevención del ciberacoso escolar, el *grooming* y el *sexting*. Ayudas, responsabilidades y denuncias.
- ❖ Riesgos de las adicciones en internet.

Asimismo, las familias tienen la oportunidad de recibir una charla específica para ellas sobre el uso adecuado de internet y las redes sociales.

8. RECURSOS



8.1 APPS DE CONTROL PARENTAL

Desde el colegio queremos dejar a vuestra disposición tres aplicaciones gratuitas que hemos considerado más útiles para ejercer un adecuado control parental.



Se trata de un **localizador** con el que podrás conocer dónde se encuentra tu hijo/a y **crear avisos** que te informen de si ha llegado al destino esperado.



Family Link

A través de ella podréis:

- **LOCALIZAR** a vuestro hijo/a.
- **ADMINISTRAR LAS APLICACIONES** que se quieran descargar.
- Conocer la **ACTIVIDAD** a través de un informe creado por la propia aplicación en el que se detalla a qué aplicaciones dedican más tiempo vuestros hijos/as y cuánto exactamente.
- Establecer **LÍMITES EN EL HORARIO** de uso de las diferentes aplicaciones o del teléfono en su conjunto bloqueándolo.



Qustodio

Esta herramienta permite:

- **CONTROLAR LO QUE HACE VUESTRO HIJO/A** desde el móvil, el ordenador u otros dispositivos.
- **LIMITAR EL USO DIARIO Y ESTABLECER BLOQUEOS** en aplicaciones y juegos.
- **LOCALIZAR A VUESTRO HIJO/A** gracias a un geolocalizador. Guarda el historial un mes e **incluye un botón del pánico** para contactar con los padres rápidamente si se necesita.

8.2 REFERENCIAS A TENER EN CUENTA

Consideramos relevante aportar la referencia de ciertas páginas webs y artículos en los que podéis obtener información que complete esta guía y os resulte de ayuda en vuestro día a día.

Así pues, os planteamos los siguientes recursos:

- ❖ <https://www.educaciontrespuntocero.com/entrevistas/silvia-barrera-dispositivo-conectado-internet-sin-normas/>
- ❖ Besoli, G., Palomas, N. Y Chamarro, A. (2018). Uso del móvil en padres, niños y adolescentes: Creencias acerca de sus riesgos y beneficios. *Revista de Psicología*, 36(1), 29-39.
- ❖ Carrasco, F., Droguett, R., Huaiquil, D., Navarrete, A., Quiroz, M. J. y Binimelis, H. (2017). El uso de dispositivos móviles por niños: Entre el consumo y el cuidado familiar. *Cultura-Hombre- Sociedad*, 27(1), 108-137.
- ❖ Labrador, F. J. y Villandangos, S. M. (2010). Menores y nuevas tecnologías: conductas indicadoras de posible problema de adicción. *Psicothema*, 22(2), 180-188.
- ❖ Fernández-Montalvo, J., Peñalva, A. e Irazabal, I. (2015). Hábitos de uso y conductas de riesgo en Internet en la preadolescencia. *Revista Científica de Educomunicación*, 22(44), 113-120.
- ❖ Garmendia, M., Jiménez, E., Casado, M. A. y Mascheroni, G. (2015). *Net Children Go Mobile: Riesgos y oportunidades en internet y uso de dispositivos móviles entre menores españoles (2010-2015)*.
- ❖ Gewerc, A., Fraga, F. y Rodés, V. (2017). Niños y adolescentes frente a la Competencia Digital. Entre el teléfono móvil, youtubers y videojuegos. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 89(31), 171-186.
- ❖ Jiménez, E., Garmendia, M. y Casado, M. A. (2018). *Entre selfies y whatsapps. Oportunidades y riesgos para la infancia y la adolescencia conectada*. Barcelona: Gedisa, S.A.
- ❖ Labrador, F., Requesens, A. y Helguera, M. (2015). Guía para padres y educadores sobre el uso seguro de Internet, móviles y videojuegos. *Fundación Gaudium*.
- ❖ Malangón, M. D. (2017). *Un estudio descriptivo sobre el uso de las nuevas tecnologías por niños de 0-6 años*. Universidad de Granada.

