



Ideas de las charlas de la asociación ASUME celebrada el 10 de enero (“Comprar un móvil: Una decisión educativa”) y 14 de marzo (“Afrontar las redes sociales”) de 2018 en la Junta de Distrito Universidad e impartida por José y Juan Boza, de la Asociación ASUME

Principios básicos

- + **No obviar la realidad:** No podemos obviar la realidad de la necesidad de que los hijos se formen y accedan a las nuevas tecnologías de la comunicación. Hay que afrontarlo y hablarlo con ellos y actuar siempre con un enfoque educativo para prepararles para el apasionante futuro que tienen por delante.
- + **Los padres debemos tener criterio:** La tecnología forma parte de la vida de nuestros hijos. Nosotros no necesitamos ser especialistas, pero sí estar al tanto de los productos que hay en Internet. Para educar en la tecnología no nos hace falta a los padres tanto habilidades sino, sobre todo, criterios. Aunque los hijos puedan tener mayor competencia digital que los padres, los que educamos somos nosotros. Tenemos que tener las riendas educativas.
- + **Lo importante somos las personas:** La tecnología es buena en la medida en la medida en que fomenta el encuentro personal. Nada puede sustituir el encuentro personal.



Ante la compra de un móvil a nuestros hijos

- Damos móviles a nuestros hijos porque creemos que la tecnología es buena. Pero muchos de nosotros no pensamos que supone comprar un móvil. Un móvil no es un juguete. Es mucho más que eso. Hay que pensar lo que hacemos al comprarlo, reflexionarlo y ser crítico.
- Los paquetes de los móviles deberían tener un mensaje del tipo “Esto no es un juguete. Su compra puede tener serias consecuencias educativas en los menores”
- Algunos datos:
 - + España es el país de Europa con más usuarios de Smartphone (88 %)
 - + El 16 % de los niños de 3 y 4 años tienen su propia tablet.
 - + 44 % de los niños de 5 a 15 años tienen su propia tablet
 - + 32 % de los niños de 8 a 11 años tienen su propio móvil
- Es importante recordar que para usar el wasap hay que tener 18 años. Esto contrasta con que el 70 % de los menores de 10-18 años usuarios de Internet tienen al menos un perfil en las redes sociales.
- Según el informe OCDE, 2016 (“Students, computer and learning”) los alumnos españoles son los más enganchados a Internet y esto no es positivo en términos de integración social. El 22 % de ellos son usuarios “extremos”, que usan internet más de 6 horas al día. Estos usuarios extremos obtuvieron 35 puntos menos en la prueba de Ciencias de PISA 2015.
- Los más aislados en la escuela son los que más usan Internet. La tecnología es un refugio individual de las personas.
- Los alumnos de 15 años que más navegan por la red participan menos en clase, faltan más, y tienen peores resultados.
- A más edad, más adicción al Smartphone.
- Ver el móvil es lo primero y lo último que hacen cada día. Es recomendable no dejarles acostarse con el móvil.



- Las pantallas “aprenden” o “desaprenden” más que ninguna fuente de información. Les afectan a las relaciones, a las habilidades sociales, al desarrollo afectivo-sexual, a los valores. En definitiva, les afectan a su educación.
- Se puede y debe controlar. Se debe acompañar.
- El juego on-line es la segunda causa de tratamiento por ludopatía en España.
- Entre los 12 y los 15 años se les compra el móvil. Y a estas edades son muy vulnerables. En todo caso no hay una edad a partir de la que se puede comprar. Depende de los niños, las familias y las circunstancias.
- La tecnología tiende a cubrir el vacío dejado por la familia y por las personas.
- ¿Sabemos lo que hacemos al comprar un móvil?
 - + Los padres compran el móvil para controlar a sus hijos. Sin embargo los hijos quieren el móvil para salir de casa. Los menores piden la conexión a Internet para estudiar, pero lo usan para entretenerse. Los padres creen que el smartphone aleja a sus hijos de la calle, pero en realidad mete la calle en su bolsillo y en casa.
 - + Los chicos buscan:
 - * Contacto permanente con sus amigos (bueno) pero este contacto no da posibilidad de desconectar, es una esclavitud porque a veces el grupo es muy exigente y no hay espacio para el descanso (malo).
 - * El móvil les permite autoafirmación lejos del adulto (bueno) pero les hace sentir la presión del grupo y dependencia (malo).
 - * Les permite favorecer las relaciones y afectos (bueno), pero a veces se favorece la exclusión cibernética y el ciberacoso (malo).
 - * El móvil favorece la autoexpresión (bueno), pero les puede hacer mantenerse en la irrealidad, tomarse su ser como un juego (malo).
 - * El móvil les permite acceder a información y conocimiento (bueno) pero también tiene el riesgo de hacer que pierdan su tiempo, la falta de atención y la hiperactividad (malo).



- + Hay que desmitificar algunos mitos. No hay nativos ni inmigrantes, como se decía antes. Ahora hay residentes (los que están todo el día) y visitantes (los que acceden alguna vez). Generalmente los primeros son los jóvenes y los segundos son los adultos.
- + Las redes sociales tienen un inmenso poder educativo, pero no se aprovecha. Hay que educar en el criterio y en el autodomínio.
- + Internet no es más que una herramienta. Hay que esforzarse más que nunca en educar la cabeza, el corazón y la capacidad de trabajo. Amueblar la cabeza y ocuparnos de los corazones. Decía José Antonio Marina que: "Un burro conectado a Internet sigue siendo un burro, pero delante de las pantallas ha de haber personas inteligentes e instruidas".

- A la hora de comprar un móvil:

- + Nos dirán que todos lo tienen. ¿Y qué? Esto no es argumento
- + Debemos preguntarnos si lo necesita, cuando lo necesita, si le hace falta conexión a Internet, si tiene que ser necesariamente el último modelo, que les va a exigir la compra del móvil.
- + Un buen ejemplo de lo que hay que plantearse es la carta-contrato que le hizo firmar Janell Burley Hofmann al mayor de sus cinco hijos, Gregory cuando tenía 13 años y que es una referencia de los criterios que hay que transmitir a nuestros hijos al comprarle un móvil esta carta es la siguiente (entre corchete los comentarios de José Boza):

Querido Gregory,

¡Feliz Navidad! Tú eres ahora el orgulloso dueño de un iPhone. ¡Fantástico! Eres un chico bueno y responsable de 13 años y te mereces este regalo. Pero aceptándolo debes asumir también algunas reglas y normas. Por favor, lee atentamente el siguiente contrato. Espero que comprendas que es mi responsabilidad ayudarte a ser un hombre sano y maduro que pueda vivir en el mundo y convivir con la tecnología, en vez de ser esclavizado por ella. El incumplimiento de la siguiente lista conllevará el final de la propiedad de tu iPhone. *[Confía y valora a su hijo y se lo hace saber de manera explícita; le exige responsabilidad porque le ve capaz de asumirla; tiene clarísimo que la capacidad adictiva de la tecnología que pone en sus manos no es ninguna broma].*

Te quiero locamente y deseo compartir varios millones de mensajes contigo de aquí en adelante. *[No se sitúa fuera del mundo tecnológico ni lo demoniza, sino que lo integra desde el*



principio como ampliación de la comunicación familiar].

1. Es mi teléfono. Yo lo compré. Yo lo pagué. Yo te lo presto. ¿A qué soy genial? *[con sentido del humor, pone las cosas en su sitio recordando y relativizando a la vez el valor material del objeto regalado]*

2. Yo siempre sabré la contraseña. *[Exigencia sin discusión. La edad de Gregory pone su privacidad al alcance de la necesaria vigilancia y protección de sus padres. No nos pueden cerrar la puerta de esa habitación nueva haciéndola privada e inaccesible].*

3. Si suena, cógelo. Saluda. Sé educado. Nunca ignores una llamada si en la pantalla aparece “Mamá” o “Papá”. Nunca. *[El móvil no es un refugio, sino un medio más de comunicación. Si lo compramos para mejorar la comunicación familiar, exijámoslo. Que no nos tomen el pelo].*

4. Entregarás el teléfono tus padres a las 7:30 de la tarde cada día de colegio y a las 9:00 de la noche durante el fin de semana. Estará apagado toda la noche y se volverá a encender a las 7:30 de la mañana. Si no harías una llamada al teléfono fijo de alguien, porque pueden responder sus padres, tampoco llames o envíes mensajes a su móvil. Respeta a las otras familias y sus horarios como nos gusta que nos respeten a nosotros. *[Dos efectos secundarios de esta tecnología que se suponen inevitables y ante los que Janet no se resigna: el móvil se apodera de nuestro tiempo 24 horas al día 7 días a la semana. Es invasivo tanto en nuestro tiempo como en el de los demás. Su disponibilidad hace que ya no haya horarios y estos son imprescindibles para crecer y convivir].*

5. No te llevarás el iPhone al colegio. Conversa y habla con la gente y con tus amigos en persona. Es una habilidad vital. Los días de media jornada, las excursiones y las actividades extraescolares requerirán consideraciones especiales. *[Otro efecto evidente y paradójico: su capacidad de comunicación, nos aísla de los más cercanos y ese aislamiento nos hace perder habilidades sociales esenciales para la vida].*

6. Si el iPhone cae en el lavabo, se golpea en el suelo o desaparece en el aire, tú eres el responsable de los costes de la sustitución o de la reparación. Para ello ahorra dinero de tu cumpleaños o realiza otros trabajos: corta el césped, haz de canguro... Sucederá, así que



debes estar preparado. *[Es un objeto caro. Tiene un valor. No es un capricho fácilmente sustituible por otro. Hay que cuidarlo, exijámoslo con firmeza para educar de nuevo su responsabilidad].*

7. No uses esta tecnología para mentir, hacer tonterías o engañar a otro ser humano. No te involucres en conversaciones que sean dañinas para otros. Primero sé un buen amigo o, al menos, mantente fuera del lío del fuego cruzado. *[La pantalla nos oculta y nos protege en el anonimato, hay que aprender a manejar con veracidad esa dimensión].*

8. No envíes mensajes, correos electrónicos o digas o hagas nada a través de este dispositivo que no dirías o harías en persona. *[El peligro es que ese anonimato y esa protección nos cambien haciendo que tengamos dos vidas: una verdadera en la que afrontamos la realidad y otra virtual en la que no tenemos responsabilidad alguna. Hay que aprender a evitar esa dualidad de la propia identidad]*

9. No envíes mensajes, correos electrónicos o digas a alguien algo que no le dirías en voz alta y con sus padres en la habitación. Autocensúrate. *[idem. ... y ¡qué valiente apelación sin complejos a la autocensura]*

10. Nada de pornografía. Busca en la web información que compartirías abiertamente conmigo. Si tienes alguna duda sobre algo, pregunta a una persona. Preferiblemente, a tu padre o a mí. *[De nuevo una perfecta conciencia de lo que supone el móvil y su acceso sin restricciones a todo lo bueno y todo lo malo de la red. En especial, la pornografía que está haciendo un daño tremendo a generaciones enteras de chavales ante la impotencia y a veces la indiferencia de sus padres]*

11. Apágalo, siléncialo, guárdalo en público. Especialmente en un restaurante, en el cine o mientras hablas con otro ser humano. No eres una persona maleducada, no dejes que el iPhone cambie eso. *[que la tecnología no te controle ni cambie tu vida: lo primero las personas con las que estás, luego todo lo demás]*

12. No envíes ni recibas imágenes íntimas tuyas ni de otras personas. No te rías. Algún día estarás tentado de hacerlo, a pesar de tu gran inteligencia. Es arriesgado y puede arruinar tu



vida de adolescente, joven y adulto. Es siempre una mala idea. El ciberespacio es más poderoso que tú. Y es difícil hacer que algo de esa clase desaparezca, incluyendo una mala reputación. *[Piensa antes de publicar. Cada presencia en la red deja una huella. El Big Data es una realidad en la que nunca se piensa, pero que puede tener consecuencias funestas. Otra vez Janet demuestra un profundo conocimiento de la red y sus efectos secundarios y se los toma en serio pensando en su hijo. De nuevo apela a su inteligencia y capacidad para que discrimine y se maneje en la red]*

13. No hagas millones de fotos o vídeos. No hay necesidad de documentar todo. Vive tus experiencias. Quedarán almacenadas en tu memoria para toda la eternidad. *[Vive en vez de mirar. Preciosa referencia a la memoria personal contra la estúpida tendencia al selfie continuado, permanente y narcisista]*

14. Deja a veces tu iPhone en casa y siéntete seguro de esa decisión. No es un ser vivo ni una ninguna extensión de tu cuerpo. Aprende a vivir sin él. Tienes que vencer el miedo a perderte algo que está ocurriendo y a estar siempre conectado. (“Vencer el FOMO “–Fear of Missing Out- en el original) *[Esa capacidad adictiva que, sin darnos cuenta se apodera de nuestros horarios, nuestras costumbres y nuestras vidas]*

15. Bájate música que sea nueva o clásica o diferente de la que escuchan millones de tus colegas envasada del mismo modo. Tu generación tiene un acceso a la música mayor que cualquier otra de la historia. Aprovechate de ese don. Amplía tus horizontes. *[No mires la red a través de una pequeña cerradura como hacen la mayor parte de los supuestos nativos digitales que desperdician las verdaderas posibilidades de la red. Úsala bien para que te enriquezca]*

16. De vez en cuando puedes jugar con las palabras, los puzzles y rompecabezas de toda la vida. *[Existe vida fuera de las Apps. Disfrútala. Fundamental]*

17. Mantén tus ojos abiertos. Observa el mundo que te rodea. Mira por la ventana. Escucha a los pájaros. Date una vuelta. Habla con un desconocido. Busca sin necesidad de acudir a Google. *[No solo existe, sino que la vida está y sigue ahí fuera de la pantalla, la vida de verdad, la vida física, biológica, afectiva, sensitiva... la que nos hace ser personas y no avatares de nosotros mismos]*



18. Meterás la pata. Te quitaré el teléfono. Nos sentaremos y hablaremos sobre ello. Volveremos a empezar. Tú y yo siempre estamos aprendiendo. Somos un equipo. Estamos juntos en esto. *[Quizá el punto educativamente más valioso: no es fácil, te vas a equivocar, aquí estoy yo para ayudarte a reconducir y mejorar y aprender. No de dejo sólo con el móvil por habértelo comprado. Esto es un proceso que realmente empieza ahora con exigencia para ti y para mí. La asumo]*

Espero que puedas estar de acuerdo con estos términos. La mayoría de las lecciones de esta lista no sólo son aplicables al iPhone, sino que son útiles para la vida. Estás creciendo en un mundo que cambia más deprisa que nunca. Es apasionante y tentador. Aprovecha cada oportunidad que tengas. Confía en tu poderosa mente y en tu enorme corazón antes que en cualquier máquina. Te quiero. Espero que disfrutes de tu impresionante nuevo iPhone. *[Un final positivo y abierto: valoración y confianza en las capacidades del hijo, rechazo a la tecnofobia, optimismo educativo, la vida como un reto: aunque no es fácil, podemos dominar y sacarle partido a la tecnología. Ánimo]*

¡Feliz Navidad!

Mamá



Redes sociales

- Un estudio de la “Royal Society for Public Health” de Reino Unido basado en 1.500 encuestas sobre el efecto de la salud psíquica en Facebook, Twenty, Youtube, Instagram y Snapchat concluía que el 91 % de la poblaci3n de 16 a 24 a1os tiene al menos un perfil en una red social. S3lo 1 de cada 10 no tiene ning3n perfil.

- Las redes no acercan de lo lejano pero nos alejan de lo pr3ximo.

- ¿Buenas?
 - + Las bondades de las redes sociales las conocemos porque nos las cuentan las grandes empresas. Google, Amazon, Microsoft,... son muy grandes y controladas por pocos.
 - + Las redes sociales son 3tiles, eficaces, r3pidas, instant3neas.
 - + Las redes sociales favorecen la expresi3n de la opini3n personal, dan apoyo emocional y el incremento de la personalidad.
 - + No se hace una relaci3n m3s detallada de los aspectos buenos de las redes porque nos centraremos en los peligros.

- ¿Malas?
 - + No hay que perder de vista que las redes sociales son redes comerciales, redes industriales que comercializan nuestro tiempo. Nosotros pagamos con nuestra privacidad, intimidad, atenci3n y tiempo.
 - + No son “sociales” en el sentido de relaci3n cara a cara.
 - + Las redes sociales incrementan la ansiedad, provocan p3rdida de sue1o y la tensi3n del FoNo (miedo de no estar al tanto de lo que ocurre).
 - + Cuanto m3s tiempo se dedica a las redes sociales hay m3s probabilidad de sentirse aislado, hay menos interacci3n con el medio real y se hace una representaci3n idealizada de las vidas ajenas.
 - + Es indudable que las redes inciden en la relaci3n familiar, producen frustraci3n, falta de resiliencia (en la vida las cosas no responde a un clic, sino que exigen paciencia y esfuerzo).



- + Machismo 2.0. El móvil puede favorecer el machismo ya que es una herramienta de control. Además el acceso a la pornografía de los jóvenes desde edades muy tempranas con imágenes que falsean la relación hombre-mujer y deforman la imagen de las mujeres como un objeto sumiso ante el hombre.
- + Ciberacoso. En las redes de da esta forma de acoso. Se ofrece una relación social durante las 24 horas del día y sin reglas.

- Pautas para gestionar el uso de las redes de nuestros hijos desde el sentido común:

- + No adelantar la edad de acceso de nuestros hijos a las redes sociales para garantizar la madurez. Cada hijo es distinto, pero no adelantar si no hace falta.
- + Usar sistemas de control parental.
- + Fomentar alternativas para evitar un uso excesivo de las pantallas. Despegarlos de las pantallas con alternativas. Crear entornos enriquecidos.
- + Enseñarles a comunicar en contacto personal. No felicitarles con wasap, sino llamarles por teléfono, por ejemplo.
- + Poner límites
- + Potenciar los juegos tradicionales
- + Fomentar la lectura
- + Dialogar con ellos todo lo que podamos

- La Privacidad en las redes tiene dos vertientes, una es que el usuario acepta que lo que cuelgue sea de uso público (esto se acepta al formar parte de ellas) y otro es el uso que hace la empresa con mis datos. Las empresas necesitan conocer los hábitos de las personas para diseñar sus estrategias de mercado y para trabajar con Big Data y detectar tendencias. Uno de los primeros fue Inditex, que utilizaba la información de las redes para hacer sus diseños.

- Características de algunas redes:

+ Facebook:

- * Es un blog que refleja mi imagen.
- * Es la red con más usuarios.



- * El contenido lo reflejan los usuarios
- * Facebook vive de metadatos y publicidad. En 2018 tiene 1.550 millones de usuarios.
- * La política de privacidad está fuera de control. Es la red que tiene un uso más oscuro de los datos privados.
- * Facebook es también muy negativa por la ansiedad que provoca perderte lo que ocurre (el FoNo).

+ Instagram:

- * Instagram es la pero valorada por que es una ventana de comportamientos “guays” y hace que la gente se sienta infeliz con su realidad.
- * Muy preparada para el móvil.
- * Se trata de compartir fotos con gente.
- * Hace filtros. No zoom. La gente hace muchas fotos de comida porque es el elemento cotidiano que más colores tiene.
- * Los más populares son los que tienen más seguidores.
- * Es una plataforma publicitaria que puede llegar a dar muchos beneficios a los que tienen muchos seguidores.
- * Es adictivo porque su filosofía es asomarte a la vida de los demás, que dan imagen de felices, y te dan un modelo para que seas feliz tú.
- * Ningún adicto es absolutamente feliz porque siempre hay nuevos modelos que le provocan frustración por no ser como ellos.
- * Se pone un ejemplo de Essena O’Neill, que llegó a ingresar mucho dinero en publicidad porque tenía muchos seguidores, pero al final se dio de baja porque veía que Instagram le estaba anulando su propia personalidad. Un buen ejemplo de persona con criterios personales claros.
- * Instagram es la red social que más afecta a la salud de los jóvenes. Se ha detectado un incremento de la tasa de ansiedad.

+ Youtube

- * Youtube es la mejor valorada.
- * Es el segundo buscador más usado después de Google. Youtube es el servicio más consumido con los menores.
- * Los youtubers se han constituido en un referente de los menores y no hay más que ver uno de ellos para ver el poco contenido que tienen esas intervenciones (ejemplo: AuronPlay). Son un modelo de éxito, tienen dinero, son ídolos y tienen “gancho”.
- * No es una red social en realidad, sino un buscador de videos que se basa en “Broadcast yourself” (difúndete a ti mismo).
- * Se ven 3,25 millones de horas de videos al mes.



- * Tiene cosas muy buenas. Por ejemplo hay profesores que cuelgan sus clases y esto es buenísimo.
- * Más de la mitad de las visitas proceden de dispositivos móviles.
- * El vídeo más visto en youtube ha sido la canción Psy de Gangnam Style, con 2.500 millones de visualizaciones y le sigue "Charlie Bit Finger" con 840 millones y que es como un niño le mete el dedo en la boca de otro.
- * En 2014 el tema más buscado es "música" y el segundo es "Minecraft", que es un juego.
- * las búsquedas de tutoriales (Como hacer....) crecen un 70 % cada año. Esto es muy bueno.
- * El impacto en la cultura de los jóvenes es muy grande.
- * Los vídeos más vistos son: Publicidad, tutoriales (Como hacer...), vídeos musicales, youtubers jugando a videojuegos, youtubers que prueban juegos, youtubers que comentas videos de otros youtubers,...

+ Snapchat

- * No tiene ninguna utilidad real
- * Muy parecida a Instagram
- * Su contenido desaparece con el tiempo
- * Explota el cotilleo y la espontaneidad
- * Genera mucho PoMo (miedo a perderse lo que se cuelga en la red)

+ Musical.ly

- * Muy parecido a Instagram y Snapchat
- * Permite grabarte con imagen y voz. Es ideal para hacer videoclips musicales
- * Lleva mucho tiempo y esfuerzo
- * Hay más chicas que chicos

+ Twitch

- * Es un chat con video directo.
- * Es especialmente útil para jugadores de video que se graban a la vez que juegan
- * Hay algunas chicas que lo usan para exhibirse mientras juegan
- * Puedes vincular la cuenta corriente y recibir donaciones
- * La mayoría de los que lo usan tienen menos de 21 años
- * El top de twitch puede llegar a ganar 5.000 €/semana
- * Amazon lo ha comprado recientemente por 970 millones de €



Material recomendado

- Recomienda las páginas web de IS4K (<https://www.is4k.es/>), empantallados (<http://empantallados.com/>), App de la Fundación Aprender a Mirar, y la de ASUME (<http://www.medioambientesimbolico.asumearagon.es/>).
- Recomienda la película “Hombres, mujeres, niños” como una muy buena herramienta que hace un retrato muy realista de lo que está pasando. Puede ser recomendable verla con los hijos, en una AMPA,... Da mucho que pensar.