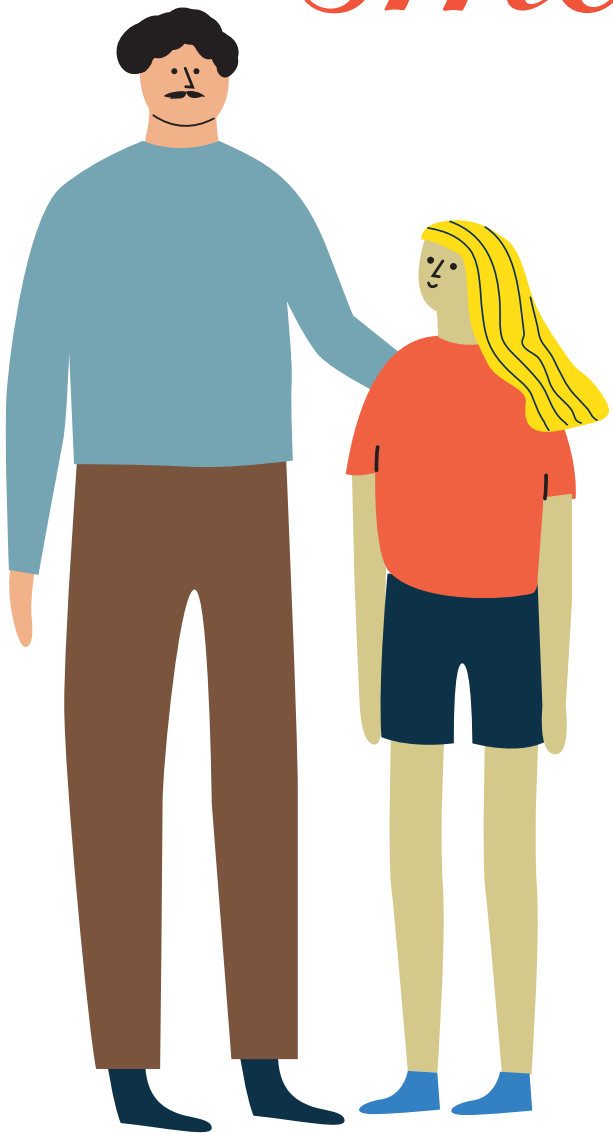
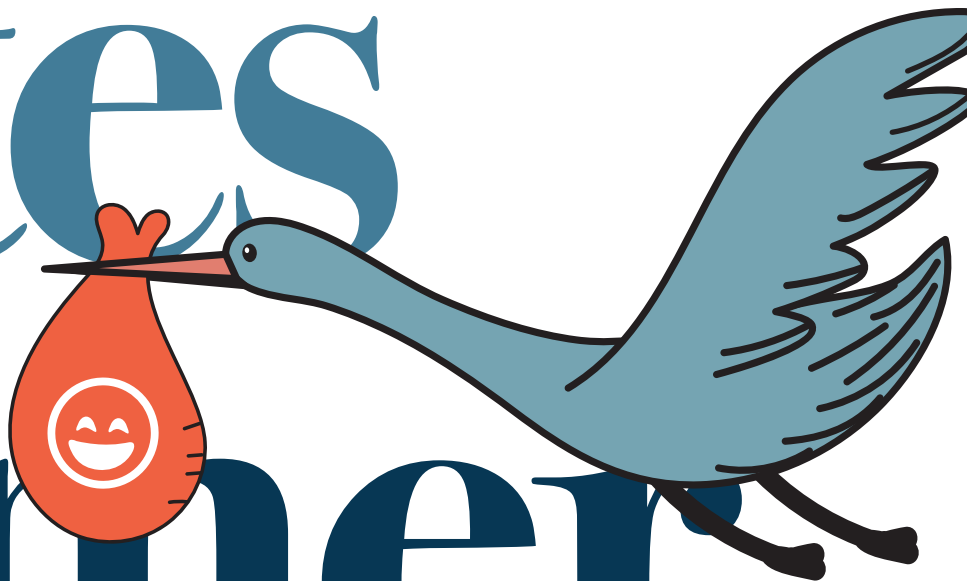


# antes del primer smartphone

Por *EducomLab.cl*



**Cierto, todos  
los papás tenemos  
la misma pregunta**

**¿A qué edad es adecuado  
regalarle el primer celular a mi hijo o hija?**

La respuesta no es simple, ni única. Algunos dicen después de los 16, otros de los 14, otros cuando el niño o niña ande sólo en la calle, etc. En general, los expertos están de acuerdo en que no sea antes de los 12 años e idealmente después de los 14. Pero más allá de determinar una edad perfecta, lo más importante es qué considerar para hacerlo y cómo hacerlo. Y recordar que siempre las normas deben establecerse antes y no después. Si no, es considerado por los hijos como un castigo. Y ahí ya estamos mal.

# ¿Qué debo preguntarme antes de entregar un celular?

## 1. ¿Hemos conversado sobre los beneficios y los riesgos de internet?

Si no lo has hecho, es el momento indicado. ¿Sobre qué se debería hablar dado los altos índices de consumo online? Acceso a videos violentos, pornografía, situaciones de cyberbullying, cuidado de la privacidad e intimidad.

## 2. ¿Somos capaces de establecer límites de horarios, espacios en la casa sin tecnologías y regular los contenidos?

No es sólo importante el QUÉ sino también el CÓMO. Lograr una vida digital balanceada requiere de normas y hábitos.

## 3. ¿Intento ser un buen ejemplo en el uso de mi propio celular? ¿Estoy informado y actualizado sobre lo que mis hijos hacen en internet?

Está claro que las nuevas generaciones responden a la influencia y no a la autoridad como en generaciones previas. Nuestra responsabilidad como padres sigue siendo saber en qué están nuestros hijos, para poder guiarlos y acompañarlos de acuerdo a su edad.

## 4. ¿Mi hijo o hija sabe cómo reaccionar, a quién recurrir para buscar ayuda y cómo defenderse frente a agresiones hacia ellos mismos o los demás?

Los pasos básicos son: guardar los mensajes, bloquear al agresor y buscar ayuda de un adulto de confianza.

## 5. ¿Mi hijo o hija tiene otros intereses y actividades en su tiempo libre que promueven las relaciones offline?

La mejor manera de prevenir la sobreexposición a pantallas, y por lo tanto la probabilidad de verse involucrado en situaciones de riesgo, es manteniendo una vida activa en el mundo offline. Los deportes, la vida social, las actividades extraprogramáticas son excelentes aportes al sano desarrollo de nuestros hijos.

Si ya has decidido que es un buen momento, que tu hijo o hija es suficientemente maduro para utilizar de manera positiva el celular, te dejamos acá **un contrato** para que conversen juntos y firmen un acuerdo al regalarle su primer smartphone (u otro dispositivo).

# Contrato



(Adaptación de material de Janell Burley Hofmann)

1. **Sé educado.** Las mismas normas sociales que ocupamos en el mismo día son necesarias en el celular. Saluda, habla de buena manera y siempre contesta cuando tu papá o mamá te llaman.

2. **La noche es para dormir. Respeta tus horas de sueño y la de los demás.** El celular se carga fuera del dormitorio y se deja apagado desde el momento de ir a acostarse.

3. **Respeta las normas del colegio respecto al uso de celular.** No es una extensión de tu mano, ni lo necesitas para socializar o aprender en todo momento. Si tienes dudas de materias, piensa las respuestas antes de googlearlas.

4. **Cuida tus cosas.** Los celulares son caros y es tu responsabilidad cuidarlo y no perderlo. ¿Quién se hace responsable si eso pasa? ¿Cómo lo harías? \_\_\_\_\_

5. **Respeto y empatía son las reglas #1.** Trata a los demás como te gusta ser tratado. No porque sea a través de una pantalla al otro no lo afecta, ponte en sus zapatos y se buen amigo/a tanto offline como online.

6. **Si no lo dirías a la cara, ¿por qué decirlo online?** Pregúntate esto antes de publicar y responder comentarios en Internet. No envíes mensajes o mails que no dirías de frente o en presencia de adultos.

7. **No accedas a pornografía.** Si tienes dudas pregúntanos. Busquemos juntos y en sitios seguros información adecuada.

8. **Las relaciones con otras personas son esenciales.** Cuida tus amistades y vínculos familiares. Mantén el celular fuera cuando converses con otros y a la hora de comidas, dale toda tu atención a la persona con quien estás. Nada es tan urgente que no puede ser atendido después.

9. **Cuida tu intimidad y la de los demás.** No envíes fotos o videos privados y, si recibes de otros, no los guardes ni compartas. ¡Puedes estar salvando a alguien!

10. **Disfruta del mundo a tu alrededor.** No necesitas grabar o fotografiar todo, tampoco compartirlo. Aprovecha el momento que estás viviendo, mira a tu alrededor y grábalo en tu memoria. Esas experiencias son tuyas y te acompañarán siempre.

11. **Si haces algo incorrecto siempre tiene solución.** Cuéntanos, conversémoslo y busquemos alternativas para solucionarlo y no volver a equivocarnos. Nada es irreversible. Todos nos hemos equivocado y de ahí surgen los mayores aprendizajes para el futuro.

Fecha

Nombre y Firma Hijo

Nombre y Firma Papás