

**GUÍA
V2**

ACUERDO ENTRE PADRES

Acuerdo: Del latín *accordare* (**unir los corazones**), de donde derivó el castellano *acordar* y de ahí *acuerdo* (**resolución premeditada de una persona o entre varias**).

Una vez que un grupo de padres acuerda no dar teléfonos inteligentes a sus hijos, la presión de grupo se reduce instantáneamente y las normas sociales comienzan a cambiar. Pero crear e implementar un acuerdo de padres exitoso requiere tiempo y pensarlo bien.

Entonces, usando ejemplos de mejores prácticas de padres que ya han hecho acuerdos exitosos en sus escuelas, hemos creado esta guía paso a paso para explicar cómo se puede crear uno en su escuela.

NUESTRO PROCESO DE ACUERDO ENTRE PADRES

Paso 1: Forme un grupo de trabajo pequeño

Paso 3: Cultive el propósito que une a ese grupo

Paso 4: Conecte con la comunidad de padres de su escuela

Paso 5: Conecte con su escuela

Paso 6: Haga una encuesta

Paso 7: Cree su acuerdo

Paso 8: Firme el acuerdo

Antes de iniciar este proceso, recuerde que se trata de un tema sensible, especialmente para padres con hijos mayores o con hijos con razones específicas para requerir un teléfono inteligente.

Inicie siempre las interacciones desde la perspectiva de que todos quieren hacer lo mejor para sus hijos, sea cual sea su elección. Mientras más colaborativo e inclusivo y menos crítico pueda ser, mejor. La intención no es polarizar, si no crear una nueva cultura que considere las necesidades de todas las personas.

También es evidente que cada escuela es diferente, así que siéntase libre de adaptar estas recomendaciones para que se ajusten a las necesidades únicas de su comunidad.

Nos encantaría recibir su opinión sobre este proceso, especialmente una vez que comience a trabajar en él. Envíe un correo electrónico a hola@modo-avion.com con cualquier comentario.

PASO 1.

FORME UN PEQUEÑO GRUPO TRABAJO E INVESTIGUE

- Encuentre algunos padres con ideas afines en su escuela y forme un pequeño grupo de trabajo, idealmente de cuatro o más personas. Esto no sólo evitará su propio agotamiento, sino que permitirá aprovechar sus habilidades colectivas
- Identifique quién dentro del grupo está en mejor posición para liderar la comunicación de la idea del acuerdo con otros padres (considere a alguien con un estilo de comunicación cálido y no confrontacional).
- Reúna tanta evidencia como pueda para respaldar su argumentación. Consulte nuestra página de recursos para obtener algunos documentos excelentes para leer y compartir con otros. En nuestra experiencia, cuanto más basada en evidencia sea la fuente, mejor.

PASO 2.

CULTIVE EL PROPÓSITO DE ESE GRUPO

- No corra. *"Despacio por que hay prisa"*. Permítase primero establecer un lazo entre el grupo de trabajo antes de brincar a *"hacer"*. Ese tiempo que inviertan será recuperado con creces en el camino.
- ¿Qué los mueve por estar ahí? Compartan experiencias sobre sus hijos o de su propia infancia.
- Dé espacio a todas las voces, que los liderazgos sean naturales y no impuestos o forzados.
- Aclaren los roles y cómo tomarán decisiones. Algunos roles claves: comunicación, comunidad, fondos, administrativo.
- Incluyan en las reuniones no solo lo que piensan pero también lo que sienten, la fuerza de este movimiento es la combinación de cabezas y corazones.
- Ojalá el grupo sea diverso para potenciar la inteligencia colectiva.

PASO 3.

INVOLUCRE A SU COMUNIDAD DE PADRES

- Comparta el movimiento en el grupo de Whatsapp de su clase de la escuela. Si no está seguro de qué decir, puede utilizar el mensaje sugerido en nuestro sitio web.
- Averigüe si puede hablar con los representantes de otras clases e invítelos a compartir las comunicaciones con su clase.
- Puede ir paso a paso, iniciando en un grado específico (dónde está alguno de sus hijos por ejemplo), o varios a la vez, dependerá de los padres que se vayan apuntando desde el inicio a impulsar el movimiento.
- Si aún no lo ha hecho, considere iniciar un grupo de Whatsapp dedicado. Puede asociarlo a la Comunidad Modo Avión, e invitar a otros padres a unirse.
- Reúna a tantos padres como pueda a una reunión presencial para descubrir qué piensan todos sobre los teléfonos inteligentes. Lea nuestra guía sobre cómo hablar al respecto sin juicio ni división aquí.
- Podría invitar a un orador experto a su escuela para que dé una charla acerca de las últimas investigaciones sobre seguridad digital y teléfonos inteligentes. O también a un orador para inspirar sobre la posibilidad de esta nueva cultura. Vea una lista de oradores aquí.

PASO 4.

CONECTE CON SU ESCUELA

- Organice una reunión presencial con el director de su escuela. Si no está seguro de qué decir, consulte el modelo de carta en nuestro sitio web. En la reunión, pregunte cuál es su posición con respecto a los teléfonos inteligentes en la escuela y cuál es su política oficial. Empatice y reconozca la presión que tiene.
- Vaya con la mente abierta y no asuma que la escuela estará necesariamente de acuerdo o dispuesta a actuar. Es ideal conseguir su aceptación y apoyo, pero tampoco se desanime. ¡Las iniciativas dirigidas por los padres también pueden funcionar!

PASO 5.

REALICE UNA ENCUESTA A PADRES PARA ENTENDER SU POSICIÓN

- Encueste a su comunidad de padres para conocer la situación actual de uso de teléfonos inteligentes en tu escuela. Crear una encuesta es muy fácil en Google Forms o equivalente. Puede utilizar nuestra plantilla de preguntas proporcionada en el paquete de comunicaciones más abajo.
- Idealmente, su escuela aceptará enviar la encuesta en su nombre a través del boletín semanal o equivalente.
- Si no, utilice el grupo de WhatsApp de la clase, folletos impresos con códigos QR o cartas escolares físicas. Incluso una simple encuesta de WhatsApp publicada en cada grupo de clase sobre si considerarían retrasar la entrega de un teléfono inteligente a sus hijos será muy útil.
- Espere entre 7 y 10 días para que las personas respondan. Envíe un recordatorio antes de que la encuesta se cierre para garantizar obtener la máxima respuesta posible. ¡Recuerde que una tasa de respuesta superior al 50 % se considera buena!
- Una vez que tenga los resultados, analícelos y piense en el mejor enfoque para su escuela. Si la mayoría está abierta a un acuerdo (incluidos aquellos que dicen no estar seguros), siga adelante con los siguientes pasos. Si es posible, reúnase con el liderazgo de su escuela para comunicarle el plan y obtener su apoyo.

PASO 6.

CREE SU ACUERDO

El acuerdo es totalmente voluntario y está liderado por los padres. Usando Google Forms, escriba el acuerdo. Le sugerimos utilizar una de las dos opciones siguientes:

Actuando en el mejor interés de mi hijo y su comunidad, hago un acuerdo con los padres de mi comunidad a

A) Esperar hasta que mi hijo tenga al menos 14 años antes de darle un teléfono inteligente.

Esperar hasta los 16 años antes de permitirle el acceso a las redes sociales.

O [ELIMINAR LO QUE CORRESPONDA]

B) No darle a mi hijo un teléfono inteligente durante el próximo año. Revisaré este acuerdo con los padres de mi comunidad dentro de un año para reconfirmar mi compromiso.

Tenga en cuenta que hay dos opciones de redacción. En Modo Avión le sugerimos retrasar la adquisición de un teléfono inteligente para sus hijos hasta los 14 años, porque la evidencia muestra que entre los 11 y los 13 años es el momento más peligroso para que los niños usen redes sociales. Sin embargo, Ud puede sentir que pedirle a los padres que retrasen a una edad diferente funciona mejor para Uds. Algunas comunidades han descubierto que hacer un acuerdo para no entregar teléfonos inteligentes por un año (y revisar si confirman el acuerdo cada año), es un objetivo más alcanzable.

Según nuestra experiencia, le recomendamos que, si utiliza la redacción de 14-16 años, se adelante a cualquier objeción de que es mejor darle a un niño un teléfono inteligente mientras está en primaria (en un espacio más controlado) en lugar de en secundaria (en un ambiente nuevo y menos controlado). Puede hacerlo señalando que la mayoría de las aplicaciones de redes sociales tienen una restricción de edad a niños menores de 13 años, y resaltando los argumentos científicos para retrasar el uso de teléfonos inteligentes hasta al menos los 14 años. Por ejemplo, este enorme estudio global sobre la primera generación de niños que recibieron teléfonos inteligentes y que ahora son adultos descubrió que **cuanto más jóvenes recibieron su primer teléfono inteligente, peor es su salud mental hoy en día.**

<https://sapienlabs.org/wp-content/uploads/2023/05/Sapien-Labs-Age-of-First-Smartphone-and-Mental-Wellbeing-Outcomes.pdf>

PASO 7.

FIRME EL ACUERDO

- Dirija a los padres de cada clase al acuerdo a través de un mensaje en su grupo de WhatsApp.
- Trate de que por lo menos un mínimo de 10 niños de una clase de 30 participen en el acuerdo. Según nuestra experiencia, este es definitivamente un objetivo alcanzable. También crea un punto de inflexión que rápidamente cambia la norma social en torno a los teléfonos inteligentes.
- Todos los padres que firmen el acuerdo pueden ser agregados al grupo de WhatsApp de Modo Avión para la escuela (si aún no están ya inscritos, y si dan su conformidad en la encuesta). Esto permite a los padres ver quién más ha firmado y apoyarse mutuamente en esta decisión. (Si luego quieren comenzar sus propios grupos específicos para la clase, pueden hacerlo). También les permite organizarse y compartirse tips de actividades offline para compartir en comunidad.

¡Paso final muy importante!

Registra tu acuerdo con nosotros en acuerdo@modo-avion.com para que podamos realizar un seguimiento de los datos de cómo este movimiento se está desarrollando en toda la región. Cuéntenos el nombre de su escuela, el número total de alumnos en la escuela y cuántos han firmado el acuerdo.

Una vez que esté registrado, se le invitará a unirse a nuestra reunión mensual en línea, donde podemos compartir ideas y solucionar cualquier problema junto con otras personas participaron en el mismo proceso de acuerdo. Si ha elegido el acuerdo más corto de un año, recuerde pedir a los padres renovar su compromiso con el acuerdo anualmente. Una vez que los padres sepan de qué trata el acuerdo, esto sólo debería implicar un breve resumen por correo electrónico sobre el concepto junto con un nuevo formulario de acuerdo para firmar para el próximo año.

PAQUETE DE COMUNICACIONES PARA EL ACUERDO DE PADRES

A continuación encontrará plantillas de correos electrónicos, mensajes de WhatsApp para la clase y preguntas para la encuesta para padres que necesitará en el proceso de creación de un acuerdo en su escuela. Siéntase libre de editarlos para adaptarlos a las necesidades únicas de su comunidad.

Estimados padres,

¿Cuál es la edad adecuada para que un joven adquiera un teléfono inteligente? Es un tema muy presente en las noticias últimamente. Le escribimos hoy como parte del nuevo movimiento de padres Modo Avión para crear sensibilización sobre el tema en nuestra comunidad escolar.

La tecnología presenta muchos beneficios y oportunidades increíbles, pero ¿cuál es la mejor manera de usarla en esta etapa crítica del desarrollo preadolescente? Sabemos que esto puede ser un tema controversial y que todos quieren hacer lo mejor para sus hijos e hijas, cualquiera que sea el enfoque que adopten ante este desafío particular.

Sin embargo, con la publicación de nuevas investigaciones que muestran un vínculo claro entre la edad en que el niño recibe su primer teléfono inteligente y problemas de salud mental en la juventud y edad adulta, queremos ser proactivos como comunidad y tomar medidas para proteger y apoyar a nuestros niños mientras podamos. Para hacer esto, nos gustaría saber lo que piensa al respecto.

Enviaremos una breve encuesta a través de [INSERTE MEDIO] el [INSERTE FECHA] y le solicitamos su participación. Cuanta más retroalimentación tengamos, más amplia será la conversación y mayor el impacto que podemos lograr juntos.

MENSAJE 2: PRESENTACIÓN DE LA ENCUESTA (E-MAIL)

Hola.

Le escribimos hoy como parte del movimiento Modo Avión para invitarle a participar en una breve encuesta para conocer su opinión sobre la tenencia de teléfonos inteligentes en niños.

Somos conscientes de que éste puede ser un tema controversial y que todo el mundo quiere hacer lo mejor para sus hijos. Quizás ya tenga una postura y ciertamente respetamos sus decisiones personales.

Sin embargo, diversas investigaciones están descubriendo que a pesar de todos los beneficios de mantenerse en contacto, la salud mental y el bienestar de los jóvenes son cada vez más afectados por el uso del teléfono inteligentes. Un estudio global realizado el año pasado encontró un fuerte vínculo entre la edad en que un niño comienza a usar un teléfono o tableta y su salud mental como adultos jóvenes (puede leer el informe resumido aquí y el informe completo aquí). [INSERTAR ENLACES]

Con esto en mente, nos gustaría ser proactivos como comunidad y tomar medidas para ayudar a proteger y apoyar a nuestros niños mientras podamos. Somos conscientes de que esta tecnología llegó para quedarse y presenta muchos beneficios y oportunidades, por lo que estamos interesados en garantizar que nuestros niños interactúen con ella de manera positiva.

La encuesta sólo le debería tomar 5 minutos. Nos gustaría escuchar sus opiniones y apreciamos su tiempo para completarla.

Compartiremos un informe completo de los resultados de la encuesta y propondremos los próximos pasos lo antes posible.

La información de las respuestas de cada familia es confidencial y no será revelada, solo datos agregados.

Saludos,
[NOMBRE DE LOS REPRESENTANTES O DEL EQUIPO]

Encuesta

Esta encuesta sólo llevará 5 minutos. Nos gustaría conocer su opinión y le agradecemos el tiempo que le dedique. Compartiremos los resultados de la encuesta y los próximos pasos propuestos lo antes posible. Si tiene más de un hijo o hija en la escuela, le agradeceríamos que llenara una encuesta para cada uno de ellos.

[INSERTAR LINK DE LA ENCUESTA]

Estimados padres,

¡Muchas gracias!

Muchísimas gracias a todos los que completaron la encuesta. Tuvimos una gran respuesta, con una participación del X% de la escuela, lo que nos ayuda a tener una buena visión de la escuela en su conjunto.

Después de revisar todos los datos de la encuesta, hemos extraído algunos hallazgos en esta carta. Los resultados completos de la encuesta se incluyen en las páginas siguientes, además de un resumen de los temas que se desprenden de los comentarios recibidos.

En cuanto a los comentarios, el volumen (X comentarios en total, con unas Y páginas de texto), la amplitud y el detalle ilustran claramente la opinión de los padres sobre este tema, desde su gran preocupación y apoyo de tomar medidas, hasta oponerse vehementemente a que se plantee el tema, con una gama de opiniones y observaciones intermedias.

Como se desprende de los resultados y los comentarios, no hay una respuesta correcta o incorrecta ni un enfoque único para este tema.

Recordatorio de por qué estamos haciendo esto

Teniendo esto en cuenta, nos gustaría reiterar que el principal objetivo de la encuesta era iniciar el debate recabando opiniones de todas las familias y tomar un primer paso para responder a las preocupaciones de los padres. Somos muy conscientes de que la posesión y el uso de un teléfono inteligente es una decisión de cada familia y que todo lo que propongamos en el futuro será totalmente voluntario.

Sin embargo, mientras nuestros hijos estén juntos en la escuela, formamos naturalmente una comunidad y no vivimos aislados. Nuestros hijos influirán en sus compañeros y serán influenciados por ellos. Los teléfonos inteligentes forman ya parte de la vida cotidiana, no pretendemos negarlo. Nuestra esperanza es que podamos actuar colectivamente, educarnos sobre los riesgos y apoyarnos mutuamente para que nuestros hijos tengan una relación sana con los teléfonos.

También vale la pena decir que esto ha sido un ejercicio liderado por los padres y no por la escuela. Si bien estamos enviando comunicaciones a través de [INSERTE MEDIO], esto ha sido sólo como un mecanismo para llegar a todos los padres.

Resultados principales de la encuesta

- El X% de los niños no tienen teléfono inteligente. De los niños que aún no tienen ningún tipo de teléfono, el X% no tendrá uno hasta los XXX años y el X% no sabía cuándo lo tendría.
- El X% de los encuestados afirma tener un plan sobre cómo y cuándo sus hijos tendrán un teléfono inteligente. El X% no tiene un plan. Más del X% dijo que le

gustaría hacer un plan pero que no lo había hecho.

- Más del X% de los encuestados dijeron que estarían interesados en un apoyo adicional a los padres sobre este tema (como más talleres/aprendizaje compartido para padres en la escuela).
- En respuesta a la idea de un acuerdo voluntario entre padres para restringir los teléfonos inteligentes a los niños de primaria, el X% apoyó esta idea, y otro X% dijo que “no estaba seguro, pero estaría interesado en saber más”.

Nuestras ideas para los próximos pasos

Basándonos en los resultados de la encuesta, hemos propuesto los siguientes pasos:

1. Educación y apoyo

Está claro que hay interés y demanda por saber más sobre cómo podemos gestionar el uso de los teléfonos inteligentes. Por lo tanto, empezaremos a buscar a un experto en este campo para que organice algunos talleres para padres.

También nos gustaría explorar cómo podemos utilizar la escuela como un centro para compartir conocimientos sobre el tema, y ayudar a aclarar los límites en torno a lo que enseñamos a nuestros hijos en casa y lo que es competencia de la escuela.

2. Un acuerdo voluntario para esperar a que tengan al menos 14 años antes de darles un teléfono inteligente y 16 años para darles redes sociales.

Los resultados de la encuesta indican que existe un apoyo mayoritario a un acuerdo voluntario entre padres para posponer la entrega de smartphones a los niños hasta los 14 años. Compartiremos el acuerdo y las instrucciones para firmarlo a su debido tiempo.

Mientras tanto, si desea participar de alguna manera o tiene alguna pregunta, póngase en contacto con nosotros.

Únase al Grupo de WhatsApp Modo Avión a través de este enlace: [ENLACE]
O póngase en contacto con [NOMBRES/CONTACTOS]

Saludos cordiales,
[INSERTE NOMBRE]

Antecedentes

En junio de 2024, surgió en Costa Rica un movimiento popular de padres y madres llamado Modo Avión para promover una conversación sobre el uso de teléfonos inteligentes por niños. Este movimiento se inspira en movimientos en otros países y somos parte de esta red global. Se creó un grupo de WhatsApp para nuestra escuela al que muchos padres se han unido desde entonces.

La tecnología ofrece muchas ventajas y oportunidades increíbles, pero ¿cuál es la mejor manera de manejarla en esta etapa crítica del desarrollo preadolescente? Sabemos que puede ser un tema controversial y que no hay una respuesta definitiva. Todos los padres quieren hacer lo mejor para sus hijos. En última instancia, sigue siendo una decisión personal de cada familia y hogar. Sin embargo, nuevos estudios muestran una clara relación entre la edad a la que un niño recibe su primer smartphone y los problemas de salud mental en la edad adulta. Queremos ser proactivos como comunidad y tomar medidas para ayudar a proteger y apoyar a nuestros hijos mientras podamos.

En fecha realizamos una encuesta entre padres y cuidadores para concientizar sobre estos problemas y conocer la opinión general. Los resultados de esta encuesta se adjuntan a esta carta. Los resultados mostraron un apoyo mayoritario entre la comunidad escolar para actuar colectivamente para retrasar el uso de teléfonos inteligentes hasta que los niños tengan al menos 14 años, minimizando los riesgos de los dispositivos inteligentes y las redes sociales.

A raíz de la encuesta, hemos creado un acuerdo para padres. Tras investigar otras iniciativas similares en todo el mundo, nuestro acuerdo tiene como objetivo ayudar a los padres a tomar decisiones informadas, dándoles confianza colectiva para retrasar la entrega de teléfonos digitales a sus hijos, sabiendo que no están solos.

Los representantes de las clases enviarán un mensaje a los padres a través de los grupos de WhatsApp de las clases con un enlace para participar en el acuerdo.

Gracias por leernos.

De [INSERTE NOMBRE]

ADJUNTO: PDF CARTA DE ENCUESTA Y RESULTADOS

MENSAJE 5 – LANZAMIENTO DEL ACUERDO (WHATSAPP)

Hola,

A raíz de los resultados de la encuesta sobre teléfonos inteligentes dirigida a los padres en fecha, hemos creado un acuerdo voluntario para aquellos que deseen retrasar la entrega de un teléfono inteligente a sus hijos. El objetivo es que los padres de la escuela se unan y puedan tomar medidas colectivas, basadas en la creciente evidencia de los daños que causan a los jóvenes los teléfonos inteligentes y las redes sociales.

Ud puede hacer un acuerdo para retrasar la entrega de un teléfono inteligente a su hijo hasta los 14 años (o más), con la seguridad de que otros padres de su mismo grado están haciendo lo mismo.

Si desea hacer el acuerdo, haga clic en este enlace: [ENLACE]

¡Gracias!

Hola,

Hoy se pone en marcha una nueva iniciativa creada por los padres de la Escuela.

Los padres de toda la ESCUELA se han unido hoy para hacer un acuerdo para proteger a sus hijos de los daños de los teléfonos inteligentes y las redes sociales.

El acuerdo voluntario significa que los padres están de acuerdo en esperar para dar un teléfono inteligente a sus hijos hasta que cumplan 14 años, sabiendo que otros padres de la misma edad se comprometen a hacer lo mismo.

Puede leer todos los antecedentes y más información sobre esta iniciativa en la carta enviada a través de [INSERTE MEDIO] en [INSERTE FECHA].

Si desea adherirse al acuerdo, haga clic aquí: [INSERTE ENLACE]

Muchas gracias.

[INSERTE NOMBRE]

ACUERDO ENTRE FAMILIAS PARA RETRASAR EL USO DE SMARTPHONE

Somos un grupo de familias que promueve postponer el uso de teléfonos, tablets y otros dispositivos con internet para nuestros hijos.

Actuando desde el mayor interés por mis hijos y su comunidad, en esta etapa clave de su desarrollo físico/emocional de sus vidas, hago un acuerdo con mis compañeros padres y madres a:

Esperar hasta por lo menos la edad de 14 antes de darle a mi hijo/hija un Smartphone.

Esperar hasta por lo menos la edad de 16 antes de darles acceso a redes sociales.

Les proponemos sumarse a este acuerdo entre familias. Creemos es una herramienta que puede unirnos y visibilizar que no estamos solos, creando así una red que potencie espacios libres de pantallas para nuestros hijos.

Por lo pronto para comunicación básica existen alternativas [INSERTE LINK], por ejemplo teléfonos sin internet.

Cuéntanos cómo te va en tu colegio.
hola@modo-avion.com



ÚNETE