SMARTPHONE-aren SARBIDEA ATZERATZEKO FAMILIEN ARTEKO AKORDIOA

Laudio ikastolako guraso talde bat gara, Interneterako konexioa duen mugikorra goiz emanez gero seme-alabei izan ditzazketen arriskuengatik kezkatuta. **Lehen Hezkuntzako 3. mailatik 6. mailara eta DBH 1 eta 2ko familien laguntza kolektiboa lortu nahi dugu, smartphone bat emateko adina atzeratzeko**.

Ez gaude teknologiaren aurka, seme-alabak helduagoak izan arte itxaron nahi dugu, familiak pauso hori ahalik eta ondoen emateko prestatzen ari garen bitartean.

Guztion artean, DBHren hasieran familia asko eta asko dispositibo hau ematera bultzatu dituen **presio soziala murriztu dezakegu**, beraien iritzi eta nahiaren aurka, eta baita gero eta sendoagoa den ebidentzia zientifikoaren aurka ere, **internetera eta sare sozialetara sarbide ez-gainbegiratuak adingabeen osasun mentalean eta ongizatean ondorio oso negatiboak dituela.**

Smartphona goiz erabiltzearen arriskuak

Umore aldaketak



Antsietatea, depresioa, lo ezina, autoestimu baxua, ziurtasun falta...

Funtzio kognitiboen arazoak



Arreta falta, atzerapen kognitiboak, ikasteko arazoak, autokontrol eza, jarrera agresiboak...

Mendekotasun psikologikoa



Sare sozialak eta mobilaren erabilera okerrak antsietatea eta sintoma psikopatologiakoak eragin ditzake

Eskola-errendimendua



Erabilera goiztiarrak eskola errendimenduan eragina dauka

Harremanetan arazoak



Harreman pertsonaletan eta trebetasun sozialetan arazoak

Erabilera desegokiaren arriskuak



Ciberbulling, iruzurrak, datu pertsonalen lapurreta, jazarpen sexuala, sexting...

ALTXA BURUA Guraso taldea

LAUDIO ikastola

SMARTPHONA ATZERATZEKO FAMILIARTEKO HITZARMENA (2026-27)

Galdetegi hau Altxa Burua taldeak garatu du eta Laudio Ikastolako **LH3 - LH6** eta **DBH 1 - 2** familiei zuzenduta dago

Aiaraldeko Eskola guztietan burutuko da

Seme-alaba bakoitzeko formulario bat bete, mesedez

Betetzeko eta Ikastolara bueltan eramateko azken eguna 2026eko **Azaroak 13** izango da

Galdetegia urtero bidaliko da, familiek konpromisoa hasi edo berritzeko aukera izan dezaten

ESKERRIK ASKO parte hartzeagatik!!

1.- Zure seme-alabaren maila:

☐ LH3 ☐ LH4 ☐ LH5 ☐ LH6 ☐ DBH1 ☐ DBH2

2.- Zure seme-alabak smartphone propioa dauka?

☐ EZ / No ☐ BAI / Sí

*Aurreko galderan **EZEZKOA** erantzun baduzu:*

3.- AKORDIOA: Gure familia batzen da 2026-2027 ikasturteko familiarteko akordiora, eta konpromisoa hartzen du smartphonik ez emateko.

☐ BAI / Sí ☐ EZ / No

4.- Eta zure seme-alaba DBH-ra doanean, nola ikusten duzu gaia (nahiz eta oraindik ez jakin bete ahal izango duzun edo ez)?

- ☐ DBH1 hasi aurretik ematea
- ☐ DBH1ean zehar eman
- ☐ DBH1 osoa igaro smartphonik gabe
- ☐ 16 urte bete arte nahiko nuke itxaron
- ☐ Beste aukera bat: _____

_____

*Aurreko galderan **BAIEZKOA** erantzun baduzu:*

5.- Zure seme-alaben mugikorraren erabilera mugatzen duzu?

☐ BAI / Sí ☐ EZ / No

6.- Zure seme-alaben mugikorraren erabilerari mugak ezartzeko baliabideak ezagutzeak lagunduko lizuke?

☐ BAI / Sí ☐ EZ / No

ALTXA BURUA Guraso taldea

LAUDIO ikastola

ACUERDO ENTRE FAMILIAS PARA RETRASAR EL ACCESO AL SMARTPHONE

Somos un grupo de familias de Laudio Ikastola preocupadas por los riesgos a los que podemos exponer a nuestr@s hij@s si les damos un móvil con conexión a internet de forma temprana. **Queremos conseguir el apoyo colectivo de las familias de 3º-6º de Primaria y 1-2º ESO para retrasar la edad en la que les damos un smartphone.**

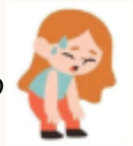
No estamos en contra de la tecnología, simplemente queremos esperar a que nuestr@s hij@s sean más maduros, mientras las familias vamos formándonos sobre cómo dar ese paso de la mejor manera posible.

Entre tod@s podemos **reducir la presión social** que ha arrastrado a muchísimas familias a dar este dispositivo al inicio de la ESO, en contra de su propia opinión y deseo, y también en contra de la evidencia científica cada vez más sólida de que **el acceso no supervisado a internet y las redes sociales tienen consecuencias muy negativas en la salud mental y el bienestar de l@s menores.**

Riesgos del uso temprano smartphone

Alteración del estado de ánimo

Ansiedad, depresión, insomnio, miedo a salir sin el móvil, nerviosismo, baja autoestima e inseguridad



Alteración funciones cognitivas

Déficit de atención, retrasos cognitivos, problemas de aprendizaje, aumento de la impulsividad y riesgo de conductas agresivas



Adicción tecnológica y dependencia psicológica

El uso intensivo y problemático del teléfono móvil y de las redes sociales puede llevar a desarrollar síntomas psicopatológicos



Rendimiento escolar

El uso temprano y problemático de dispositivos móviles se asocia a una disminución del rendimiento académico



Deterioro relaciones interpersonales

Déficit de habilidades sociales, priorizando las conversaciones telefónicas al contacto directo con la persona



Riesgos asociados al uso indebido

Ciberbulling, estafas, sexting, robo de datos personales, ciberacoso sexual,...



ALTXA BURUA Guraso taldea

LAUDIO ikastola

RETRASAR EL SMARTPHONE
ACUERDO INTERFAMILIAR (2026-27)

Este formulario lo ha desarrollado el grupo Altxa Burua y va dirigido a las familias de **3º- 6º de Primaria y de 1º- 2º de ESO**

Se va a realizar en todos los **centros escolares de Aiaraldea**

Rellenar **un formulario por cada hij@**

El último día para entregarlo de vuelta en la Ikastola es el **13 de noviembre** de 2026

El **formulario se enviará anualmente** para que las familias puedan iniciar o renovar su compromiso

¡MUCHAS GRACIAS POR PARTICIPAR!

1.- Señala el curso de tu hij@:

☐ LH3 ☐ LH4 ☐ LH5 ☐ LH6 ☐ DBH1 ☐ DBH2

2. ¿Tu hij@ tiene su propio smartphone?

☐ EZ / No ☐ BAI / Sí

*Si has respondido **NO** a la pregunta anterior:*

3.- ACUERDO: Nuestra familia se une al acuerdo del curso 2026-2027 entre familias y se compromete a no entregar un smartphone.

☐ BAI / Sí ☐ EZ / No

4.- Y cuando tu hij@ vaya a DBH, ¿cómo ves el tema (aunque aún no sabes si podrás cumplirlo o no)?

- ☐ Dar un smartphone antes de empezar 1ºESO
- ☐ Darlo en algún momento de 1ºESO
- ☐ Aguantar todo 1ºESO sin smartphone
- ☐ Me gustaría esperar a que tuviera 16 año
- ☐ Otra opción:_____

_____

*Si has respondido **SI** a la pregunta anterior:*

5. ¿Limitas el uso del smartphone por parte de tu hijo?

☐ BAI / Sí ☐ EZ / No

6.- ¿Te ayudaría conocer los recursos para poner límites en el uso del móvil de tus hijos?

☐ BAI / Sí ☐ EZ / No

ALTXA BURUA Guraso taldea

LAUDIO ikastola