

# Decàleg de Bons Usos de les TIC

Joaquín Gairín Sallán<sup>1</sup>

Anna Díaz-Vicario<sup>2</sup>

Cristina Mercader Juan<sup>3</sup>

L'any 2014, l'Equip de Desenvolupament Organitzacional (<http://edo.uab.cat/>) de la Universitat Autònoma de Barcelona va concloure la recerca "Usos y abusos de les TIC en adolescents espanyols"<sup>4</sup>. El producte resultant va ser una guia en forma de decàleg dirigida a centres educatius, joves i famílies, fruit de l'estudi de camp desenvolupat en el qual es van aplicar 908 qüestionaris a joves d'entre 11 i 17 anys (382 dels quals eren catalans), així com entrevistes i grups de discussió amb joves i educadors de les Comunitats Autònomes d'Andalusia, Catalunya i Madrid.

En el present article, presentem alguns resultats de l'estudi a nivell de Catalunya, així com el decàleg per al bon ús de les TIC, com a elements per a l'anàlisi, la reflexió i l'actuació. Es pot consultar un resum dels resultats a nivell estatal a l'article "Estudio sobre los usos y abusos de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en adolescentes" (Gairín et al., 2014).

## L'ús de les TIC per part dels adolescents

Les Tecnologies de la Informació i la Comunicació (TIC, a partir d'ara) s'han convertit en un aspecte present en tots els àmbits de la vida quotidiana, a l'haver esdevingut potents eines d'informació, comunicació i entreteniment (Castaño, 2009; Castellana et al., 2007). Dia a dia s'estén l'ús de l'ordinador, el mòbil i la tauleta entre tota la població, però, especialment entre els més joves.

Durant el curs 2012/2013, el 93,22% dels joves catalans d'entre 11 i 17 anys tenien accés a un ordinador, el 87,1% a un mòbil, el 51,2% a una videoconsola i el 32,4% a una tauleta, percentatges superiors als de la mitja de les Comunitats Autònomes d'Andalusia i Madrid, en les que també es va dur a terme l'estudi. Segurament, si repetíssim la pregunta avui dia, els percentatges serien superiors, donades les darreres dades de l'Institut Nacional d'Estadística [INE], que mostren una evolució a l'alça del nombre de menors d'entre 10 i 15 anys usuaris de TIC (INE, 2014).

Els joves utilitzen les TIC majoritàriament a la llar familiar (52,14%), seguit del carrer (16,83%) i l'institut (14%). Menor és l'ús de les TIC a casa dels amics (11,28%) i en d'altres espais com cibercafès, biblioteques, espais o altres (5,7%). Els espais d'ús són diversificats, igual que ho és l'ús que en fan.

Com pot resultar previsible, el mòbil i l'ordinador són els dispositius més utilitzats

pels adolescents, tant entre setmana (el 52% i el 38,6% els emprava almenys 3 hores, respectivament) com durant els caps de setmana (el 63,3% i el 46,3% els utilitza almenys 3 hores, respectivament). Les hores d'utilització dels dispositius són superiors durant el cap de setmana, ja que el joves disposen de més hores per a realitzar activitats lúdiques. Hi ha joves que afirmen que amb l'ús de les TIC han reduït, en alguna ocasió, el temps dedicat a realitzar sortides culturals (cinema, teatre, concerts, etc.) (64,4%) i d'altres activitats (esports, lectura, música, etc.) (48,2%), augmentant el temps que passen sols utilitzant algun dels dispositius (72,7%).

Per una altra banda, també afirmen que en algun moment han fet un mal ús de les TIC, quant les empren per a molestar companys de classe (27,3%), ofendre a d'altres persones amb comentaris i/o imatges (10,2%), apropiarse d'informació personal d'altres persones (17,9%), o suplantar la identitat d'altres (15,3%). Tot i que els percentatges no són gaire elevats, segueix essent preocupant que

entorns es coresponsabilitzin en la tasca de conscienciar els joves sobre els possibles riscos de les TIC i les seves conseqüències.

És necessari informar, formar i entrenar els joves en l'autoregulació de l'ús de les TIC, amb la finalitat de què adquireixin referents sobre usos adequats. Més que prohibir el seu ús, cal apostar per un discurs preventiu-formatiu de responsabilitat compartida entre educadors, famílies i joves.

Els joves necessiten de l'adult, tant per a obtenir el coneixement tècnic necessari per al bon ús de les eines, com per a adquirir, sobre tot, actituds crítiques i responsables d'ús de les TIC. Educadors i famílies han de fomentar l'ús segur, crític i responsable de les TIC, contribuint a disminuir la presència de factors que els fan més vulnerables enfront de les situacions de risc i anticipant-se a l'aparició de possibles problemes; han de ser referents que els guïïn i els acompanyin.

## El decàleg d'usos i abusos

El decàleg que presentem a continuació sorgeix fruit dels resultats de la recerca desenvolupada. En un primer moment, l'equip de recerca va destacar i definir en un únic terme els 10 principals resultats de la recerca, que constitueixen l'eix vertebrador de la guia i del decàleg de temes principals. Per a cada tema, s'ofereixen orientacions i pautes d'actuació específiques per a educa-

**DESCRIPCIÓN**  
Discernir qué es un uso o un abuso en relación a las TIC es muy complicado ya que una misma acción puede ser ambas cosas en función de la finalidad u objetivo que se establezca, la intensidad de uso, el grado de madurez de las personas, la intencionalidad, etc.

**ORIENTACIONES PARA COLECTIVOS**  
**PROFESORES/CENTROS EDUCATIVOS**  
# Analizar qué tipo de usos hacen los jóvenes de las TIC: búsqueda de información, comunicarse, estudiar, relacionarse.  
# Advertir lo fácil que puede ser caer en conductas adictivas y en usos abusivos de las TIC.

**JÓVENES**  
# Proponerse límites en el uso de las TIC: temporales (tiempo), espaciales (lugares), comportamiento (valores).  
# Reflexionar sobre qué uso se hace de las TIC y de los diferentes dispositivos para diferenciar si son buenos usos o abusos.

**FAMILIAS**  
# Facilitar límites para discernir entre usos y abusos de los jóvenes en relación al uso de las TIC.  
# Ayudar a los jóvenes a establecer controles para evitar caer en situaciones de abuso en relación a las TIC.

**VARIEDAD DE USOS**

- 1/4 jóvenes afirma que las TIC le hacen perder tiempo que antes dedicaban a otras cosas como estar con los amigos.
- 2/4 jóvenes afirma que consulta libros digitales.
- 3/4 jóvenes afirma que les permiten hacer más ejercicios y repasar mejor las lecciones.
- 2/4 jóvenes dicen bajarse legalmente archivos de música y audio.
- 3/4 alumnos dicen usarlas para buscar información y hacer trabajos.
- 2/4 jóvenes afirman haber copiado los deberes mediante las TIC.

**3. (AB) USOS**

Ayudas a la Investigación 2012. Fundación MAPFRE. EINA UPB EVIDIA MAPFRE

se segueixin produint aquest tipus de conductes, més si es té en compte que els joves identifiquen amb facilitat les males praxis de terceres persones i resten importància a les males accions que ells han pogut realitzar en algun moment, tal com es va evidenciar en els grups focals realitzats.

## El paper dels agents educatius

Donat que els joves utilitzen els dispositius tant en l'entorn escolar, per a realitzar les tasques acadèmiques, com en l'àmbit no escolar (a nivell personal, familiar i socio-relacional), és important que els diversos agents educatius presents en aquests

dors, joves i famílies, a més d'algunes dades i informacions que evidencien, justifiquen i il·lustren la importància dels aspectes que s'aborden. La imatge 1 és un exemple de temàtica tractada.

El decàleg complet en format de guia pot descarregar-se a través del següent enllaç [http://acclera.uab.cat/documents\\_edo/pdf/calogo\\_usosabusos.pdf](http://acclera.uab.cat/documents_edo/pdf/calogo_usosabusos.pdf). A continuació només presentem els 10 principis acompanyats d'una breu descripció, que emmarca la importància del tema, i un exemple de recomanació o pauta d'actuació dirigida al professorat dels centres educatius entre totes les que apareixen a la guia.

		Catalunya	Andalucía	Madrid	TOTAL	
Cuestionarios	Adolescentes de entre 12 y 17 años	382	346	185	913	1.194
	Adolescentes de 18 años o más	117	69	95	281	
Entrevistas	Adolescentes	15	17	20	52	135
	Profesores	16	20	20	56	
	Orientadores	7	10	10	27	
Grupos de discusión	Grupo 1 – adolescentes	10	-	10	20	54
	Grupo 2 – profesores, padres y expertos	12	12	10	34	

**1. Col·laboració.** Promoure un ús responsable de les TIC entre els adolescents requereix establir una estreta col·laboració entre els centres educatius, les famílies i altres especialistes i agents socials. Cal establir mecanismes que facilitin el desenvolupament d'accions coordinades entre els agents que intervenen en els diversos entorns (acadèmic, personal i social) en el que els adolescents desenvolupen la seva activitat quotidiana.

Des dels centres educatius, és important que els professionals desenvolupin una política informativa i formativa sobre l'ús de les TIC dirigida a tota la comunitat educativa.

**2. Espais.** Sovint tendim a dibuixar fronteres imaginàries entre la nostra activitat a la xarxa i la que fem fora d'ella, però tot el que té lloc online forma part de la vida real. Les accions i relacions que desenvolupem a la xarxa determinen les accions i relacions que establím en el nostre dia a dia.

Des dels centres educatius, cal abordar qüestions vinculades amb les activitats i relacions que els joves poden establir a la xarxa, ajudant-los a conèixer les possibles conseqüències del que fan a la xarxa.

**3. (Ab)usos.** A vegades, distingir què és un ús o un abús en relació a les TIC és difícil, ja que una mateixa acció pot ser ambdues coses alhora en funció de la finalitat o objectiu que s'estableixi, la intensitat de l'ús, el grau de maduresa de la persona, la intencionalitat, etc.

Des dels centres educatius, cal promoure el debat amb els joves, per tal de conèixer els usos que fan de les TIC i donar-los l'oportunitat de reflexionar sobre els abusos i les conductes d'addicció en les que es pot caure si es fa un mal ús de les mateixes.

**4. Competències.** Ser competent en les TIC no només significa ser hàbil en l'ús de dispositius i aplicacions; també implica el desenvolupament de capacitats instrumentals, així com d'habilitats, actituds i valors per

a l'ús eficient i responsable de les TIC. És necessari saber navegar estratègicament, avaluar la credibilitat de les fonts d'informació i saber integrar informacions diverses de manera crítica.

Des dels centres educatius, és important incloure l'ús dels dispositius i aplicacions digitals en la vida escolar, per tal d'ajudar als joves a desenvolupar la competència digital.

**5. Persones.** La possibilitat d'accedir a les TIC segueix sent encara una de les principals barreres per a promoure un ús adequat i efectiu de les mateixes, tant en l'àmbit educatiu, com professional i social. La "diversitat digital" ens obliga a desenvolupar polítiques i estratègies ajustades a les persones en funció del gènere, l'edat, la identitat cultural, l'origen geogràfic o qualsevol altre característica personal.

Des dels centres educatius, cal compensar les carències d'accés a les tecnologies que poden presentar alguns estudiants.

**6. Dispositius.** Actualment, són diversos els dispositius tecnològics que estan a l'abast dels joves: televisió, videoconsola, pissarra digital, tauleta, mòbil, etc. Cada dispositiu ofereix diferents possibilitats i per això no s'utilitzen de la mateixa manera. A l'hora de plantejar qualsevol intervenció, cal tenir en compte tots els dispositius que estan a l'abast dels adolescents.

Des dels centres educatius, cal aprofitar les possibilitats educatives de cada dispositiu, però per això es necessari dominar-los.

**7. Protecció.** El terme protecció fa referència tant a la protecció del propi dispositiu per al seu bon funcionament –a través de l'ús d'antivirus, tallafocs, còpies de seguretat, revisions, etc., així com a la protecció de l'individu que fa ús del mateix –hores dedi-cades, accessos restringits per edat, identitat, etc.

Des dels centres educatius, cal, per exemple, restringir l'accés a les pàgines de contingut no adequat o que no tenen un ús acadèmic/escolar, així com ensenyar als joves a

prevenir, detectar i saber abordar possibles problemàtiques.

**8. Convivència.** Els joves són conscients de les possibles conseqüències de l'ús de les tecnologies, però solen percebre que aquests efectes no els afecten perquè actuen amb precaució. És important educar en el respecte i la cura cap a la pròpia persona en aspectes com la pèrdua d'intimitat, l'addicció, la falta de son o la pèrdua d'amistats.

Des dels centres educatius, és important conscienciar als joves sobre les conseqüències legals, socials i personals dels mals usos i abusos de les TIC.

**9. Respects.** La comunitat educativa necessita regular l'ús de les TIC per promoure relacions físiques i virtuals saludables. Les *Netiquette* són necessàries per establir límits i oportunitats per a tothom sense envair el seu espai personal.

Des dels centres educatius, cal promoure el treball individual i en equip en el món virtual, per tal que els joves aprenguin les normes que com a usuaris de la xarxa han de fer servir.

**10. Reptes.** Les TIC suposen una nova manera de comunicar-se, treballar, relacionar-se i aprendre. Cal replantejar-se les formes de treball tradicional, les estructures organitzatives i el plantejament educatiu dels centres educatius. Un canvi de cultura escolar, en el que les TIC s'integrin de manera natural, és necessari.

Des dels centres educatius, s'ha d'evitar caure en la cultura de la prohibició, la sanció o la recriminació per l'ús de les TIC; en canvi, cal incorporar l'ús de les TIC en la vida de l'aula i del centre educatiu per tal d'ensenyar als joves a fer-ne un bon ús.

L'elaboració de la guia en sí mateixa no resol el problema, però serveix de base per al desenvolupament d'iniciatives educatives que impliquin a tota la comunitat educativa en el foment d'hàbits d'ús responsable de les TIC, tant en l'entorn escolar, com familiar i social.

1-Pedagog col·legiat, Professor d'EGB, Graduat Social, Psicòleg. Catedràtic de Didàctica i Organització Escolar del Departament de Pedagogia Aplicada de la UAB. Director de l'EDO: joaquin.gairin@uab.cat

2-Llicenciada en Pedagogia i Màster oficial de Recerca en Educació. Personal Tècnic de Suport a la Recerca del Departament de Pedagogia Aplicada (EDO): anna.diaz@uab.cat

3-Diplomada en Magisteri d'Educació Primària, Màster oficial de Planificació i Gestió de l'Educació, i Màster oficial de Recerca en Educació. Personal Investigador (FPU) del Departament de Pedagogia Aplicada de la UAB: cristina.mercader@uab.cat

4-Recerca finançada per la Fundació Mapfre a través de les Ajudes a la investigació 2012. Desenvolupada per: Diego Castro (Coord.), Joaquín Gairín (Coord.), María José Bartrina, Anna Díaz-Vicario, Pere Marqués, Cristina Mercader, Marta Mozo, David Rodríguez-Gómez i Beatriz Sabaté.

### L'ús de la guia (i el decàleg)

La Guia que recull el decàleg es concep com un instrument per a la conscienciació i la generació del debat entre els membres de la comunitat educativa i altres agents educatius que diàriament comparteixen temps i espais amb joves (clubs esportius, centres cívics, centres d'oci, entitats i associacions juvenils, etc.).

El material permet diverses funcionalitats i usos: material informatiu per a educadors, adolescents i famílies; material per a iniciar el debat i la discussió entre els membres de la comunitat educativa; material per a orientar processos de presa de decisions; entre d'altres. La difusió del material entre els diversos col·lectius implicats permet integrar les TIC i fomentar el seu bon ús en els processos organitzatius i instructius dels

instituts i escoles d'educació secundària, ahora que fa partícip a la comunitat educativa cap a l'establiment d'hàbits d'ús saludable de les TIC.

La Guia s'ha d'entendre com un recurs per a treballar amb els joves l'ús de les tecnologies en l'entorn escolar i no escolar, afavorint la seva conscienciació al voltant dels mals usos, fent-los conscients de les possibles conseqüències que el seu mal ús i abús pot comportar per a un mateix i per l'entorn pròxim.

### Referències

Castaño, C. (2009). *Los usos de Internet en las edades más jóvenes: algunos datos y reflexiones sobre hogar, escuela, estudios y juegos*. CEE Participación Educativa, 11, julio 2009.

Castellana, M., Sánchez-Carbonell, X., Graner,

C., y Beranuy, M. (2007). El adolescente ante las tecnologías de la información y la comunicación: internet, móvil y videojuegos. *Revista Papeles del Psicólogo*, 28(3), 196-204.

Gairín J., Castro, D., Díaz-Vicario, A., Rodríguez-Gómez, D., Mercader, C., Bartrina, M.J., Mozo, M., Sabaté, B. (2014). Estudio sobre los usos y abusos de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en adolescentes. *Seguridad y Medio Ambiente*, 135, 18-29.

Instituto Nacional de Estadística [INE] (2014). *Encuesta sobre Equipamiento y Uso de Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares*.

Recuperat de

<http://www.ine.es/prensa/np864.pdf>

## Avantatges de pertànyer a la Mútua General de Catalunya

Les assegurances de la Mútua, entre les que destaca A-5 Total, garanteixen una atenció a mida amb les millors cobertures, prestada pels millors professionals, centres i clíniques d'Espanya, entre els que s'inclouen més de 9.000 a tota Catalunya i Balears.

Els mutualistes poden accedir a un ampli ventall de prestacions que cobreixen tots els aspectes de la salut, des de la medicina preventiva fins a la cobertura total de la malaltia.

### Què ens fa diferents?

- El nostre **quadre mèdic**, a més de comptar amb centres de renom inclou els equips mèdics de prestigi que hi treballen.
- La nostra **cobertura de pròtesis** és la més completa del mercat.
- La **cobertura d'assistència integral del càncer** cobreix medicacions i teràpies que d'altres companyies no cobreixen.
- Som els únics que cobrim íntegrament la **tècnica LASIK** per a la cirurgia dels defectes de la refracció de l'ull\*.
- Garantim l'**hospitalització en qualsevol centre del Món**, fins a un màxim de 42.000 €, per a tractaments especials que no prestin cap dels nostres centres concertats.
- Les nostres assegurances inclouen gratuïtament la **millor cobertura d'assistència en viatge**, amb validesa a tot el món.
- Amb la garantia de **protecció de quotes** donem cobertura gratuïta durant un any als fills menors de 18 anys, en cas de mort d'un dels progenitors.
- Els mutualistes gaudeixen sense cap cost de l'**Espai Mútua**, un nou concepte de servei que ofereix: Espai Mútua Negocis, Espai Mútua Aniversaris i Espai Mútua Estudi.



### Altres avantatges de l'assegurança:

- Totes les especialitats mèdiques i quirúrgiques.
- Urgències ambulatòries i hospitalàries.
- Servei d'infermeria en consultori o a domicili.
- Hospitalització mèdica, obstètrica, quirúrgica i a la UCI il·limitades.
- Intervencions quirúrgiques.
- Exploracions radiològiques, analítiques, medicina nuclear i qualsevol altra exploració complementària.
- Tractaments en règim ambulatori:
  - Logopèdia i foniatria.
  - Quimioteràpia i radioteràpia antineoplàsiques.
  - Rehabilitació funcional (90 sessions a l'any).
- Teleconsulta mèdica, pediàtrica i psicològica.
- Medicina preventiva.
- Psicologia clínica diagnòstica coberta i psicoteràpia a preus especials.
- Reproducció assistida.
- Odontologia bàsica, 2 higiènes dentals anuals i preus especials per odontologia conservadora i periodontal.
- 12 sessions de quiropèdia anuals (cobertura il·limitada per a pacients amb peu diabètic).
- Revisió del carnet de conduir.
- Curs de preparació al part.
- Conservació de cèl·lules mare del cordó umbilical a preus especials.
- Homeopatia i medicina natural a preus especials.