

# SU HIJO/A TIENE UN DISPOSITIVO... ¿Y AHORA QUÉ?

Proporcionado por Utah NetSmartz y The Boys and Girls Clubs of Utah



## 3. LO QUE PUEDES HACER

**Tiempo de pantalla** - Poner límites de tiempo. Utiliza la configuración del teléfono para controlar el tiempo de pantalla y el uso del dispositivo. Establece objetivos con la familia y haz un seguimiento semanal.

**Crear un contrato** - Decidir JUNTOS cómo debe usarse ese dispositivo. ¿Qué se espera? Sé oficial y hazlo firmar.

**Ubicación** - tener zonas sin teléfono, es decir, la cama, los espacios cerrados, la mesa de la cocina, etc. Tener un lugar común donde vayan todos los teléfonos por la noche.

## 1. CREAR UN CONTRATO DE MEDIOS DE COMUNICACIÓN FAMILIAR.

## 2. INICIE UNA CONVERSACIÓN

¿CÓMO PUEDE SERVIRLE MEJOR ESTE DISPOSITIVO?  
¿QUÉ LE PREOCUPA DE TENER SU PROPIO DISPOSITIVO?

¿QUÉ EXPECTATIVAS TIENE?  
¿CÓMO VE USTED EL USO ADECUADO?

VEA EL VÍDEO

