

Acompanyament digital i educació digital: 6-12 anys

Liliana Arroyo Moliner

Direcció General de Societat Digital. Generalitat de Catalunya

Introducció

Estem immersos en una transició digital que sacseja la forma de créixer, ser i pertànyer, tot de qüestions essencials per a la vida de qualsevol persona, i que requereixen espais segurs on provar i equivocar-se. Els entorns digitals i els dispositius esdevenen llocs significatius de socialització a un ritme més ràpid del que podem entendre'ls i regular-los. Les competències digitals són indispensables per tal de poder gestionar i acompanyar la criança en qualsevol de les seves etapes, i és que educar avui també implica dimensió digital.

Els ritmes vertiginosos de la transició digital i les interrupcions associades ens aboquen a la immediatesa, i fan paleses situacions urgents com el malestar emocional i una situació empitjorada pel que fa a la salut mental de les nostres criatures. És important donar-hi resposta més enllà del mode reactiu i curt-terminista. El fet que actualment proliferin els missatges simplistes i catastròfics respecte a les pantalles i l'impacte que tenen en la salut mental d'infants i adolescents no ajuda a enfortir les famílies per desenvolupar una criança digital crítica, empoderada i capacitadora.

L'autora és doctora en sociologia, especialista en innovació social digital i directora de la Direcció General de Societat Digital de la Generalitat de Catalunya.

Aquest treball recull un dels temes presentats en la XIII Jornada Multidisciplinària de la Societat Catalana de Pediatria, que sota el títol «Salut digital en pediatria» va tenir lloc a Barcelona, a l'Acadèmia de Ciències Mèdiques i de la Salut de Catalunya i Balears, el 25 de novembre de 2023.

Correspondència

Liliana Arroyo Moliner

Carrer dels Alts Forns, 36-44. 08038 Barcelona

lilianaarroyo@gencat.cat

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5105-0134>

Treball rebut: 12.05.2024 - Treball acceptat: 26.06.2024

Arroyo-Moliner L.
Acompanyament digital i educació digital: 6-12 anys.
Pediatr Catalana. 2024;84(2):82-5.

El que sí que sabem és que la bretxa digital reproduceix les desigualtats: si neixes en un entorn que no té el temps, els recursos ni els coneixements per acompanyar-te i educar-te digitalment, és a dir, en contextos de vulnerabilitat, l'exposició als riscos és més acusada que l'aprofitament de les oportunitats digitals.

Aquest article proposa una mirada en clau estratègica, i planteja reflexions més enllà del (fals) dilema entre restriccions digitals i salut mental. Sota el prisma de la Carta Catalana dels Drets i les Responsabilitats Digitals, posem el focus en la necessitat de potenciar les oportunitats de les criatures d'avui en tant que ciutadania i talent digitals del demà. Això implica millorar l'evidència científica sobre els efectes del món digital en el benestar integral, però també comprendre que les competències digitals i la criança van de bracet. La bretxa digital de coneixement és un escull important per a l'acompanyament efectiu de les criatures quan el propòsit és, més enllà de mitigar riscos, garantir les competències digitals necessàries per créixer i educar en un món connectat.

Bretxa digital, criança i nous reptes de parentalitat-marentalitat

En termes de bretxa digital¹, a Catalunya no tenim un problema d'accés, ja que la connectivitat és pràcticament universal (més del 99% de cobertura mòbil a totes les províncies) i l'accés a dispositius també se situa per damunt del 90% a partir dels setze anys. Tanmateix, les desigualtats digitals sí que es dibuixen en termes d'usos i coneixements. A continuació es destaquen les conclusions principals de l'estudi citat:

- Al voltant del 55% de la població té almenys habilitats bàsiques.
- S'identifiquen altres factors com a generadors de bretxa de coneixement, com la velocitat de l'avenç tecnològic, l'autoestima i l'autoconfiança en l'ús, l'interès per aprendre, o la utilitat percebuda dels mitjans digitals.

- Com més alt és el nivell d'estudis i més alt el nivell d'ingressos, la tendència indica un ús més gran d'internet i, per tant, més apropiació i aprofitament de la tecnologia.
- La bretxa digital generacional ha evidenciat la manca de coneixements d'una part important de la població de gent gran (a partir dels cinquanta-cinc anys es detecten diferències, i s'agreuja per sobre dels setanta-cinc).
- En termes de gènere, les categories d'habilitats de nivell mitjà i avançat estan encapçalades per homes, mentre que el percentatge de dones amb habilitats baixes és superior al d'homes.
- Les persones amb discapacitat física o cognitiva indiquen que els dispositius TIC que utilitzen no s'adapten a les seves necessitats, i el 85% afirma que emprar dispositius adaptats comporta costos afegits.
- La desconexió digital es concentra a les llars en situació de vulnerabilitat. D'aquestes, el 52% afirmen que no poden donar suport educatiu a les persones menors que tenen a càrrec.

Aquest darrer punt és clau, en termes d'èxit escolar però també en clau de criança digital. Educar avui és complex, ja que implica els reptes analògics i també els digitals. Qualsevol problema neix amb les necessi-

tats de ser (tenir una identitat) i pertànyer (comptar amb una comunitat de referència). Són precisament dos eixos clau tant per la formació de la criatura com per la indústria tecnològica en el que coneixem com a economia de l'atenció. El repte és construir hàbits i pautar certa higiene digital a l'hora d'habitar les xarxes socials (entre altres) i dispositius que estan específicament dissenyats per captar la nostra atenció i els nostres clics. I aquest és un repte intergeneracional, ja que les persones adultes sovint no tenim encara resolt el nostre vincle amb les pantalles, però alhora n'hem de ser exemple. En llars on les competències digitals són bàsiques i amb capacitat d'entendre de forma crítica les implicacions d'aquesta transició digital, això pot generar resistències a l'hora d'acompanyar. Si, a més a més, li sumem la destresa i la intuïció digital que sembla que de forma natural té qualsevol infant (no és casualitat ni intel·ligència, és disseny conductual), la tesi de Mark Prenski² sobre nadius i migrants digitals queda desbancada per la metàfora dels orfes digitals³: criatures que neixen i creixen envoltades de tecnologia però sense el guiatge i la modelització pertinents per potenciar l'apropiació i l'aprofitament de la tecnologia. Per tant, podem afirmar que actualment competències digitals i competències parentals s'encavalquen i comencem a veure els efectes d'una nova bretxa: la de la criança digital (*digital parenting divides*)⁴.

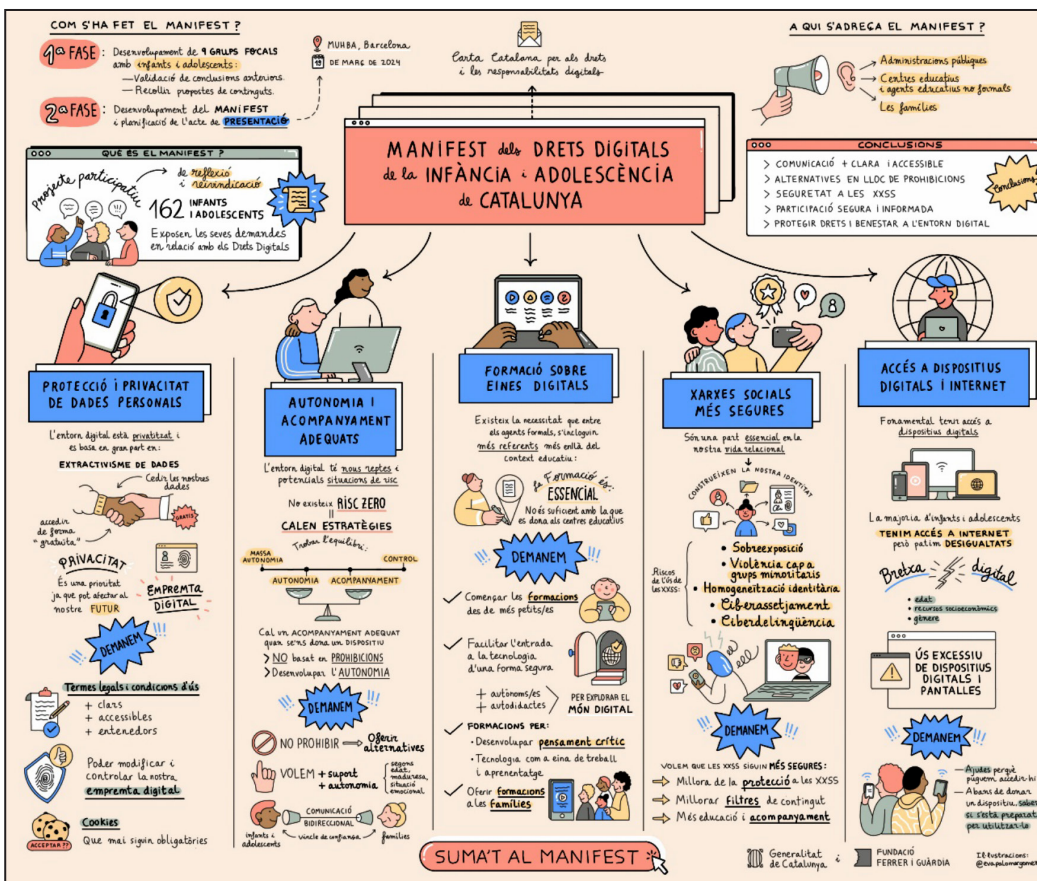


Fig. 1. Relatori gràfic del Manifest dels drets digitals de la infància i l'adolescència a Catalunya.

Ni el temps de pantalla ho explica tot, ni prohibir sembla la solució

Els efectes de l'exposició a dispositius digitals en la salut mental de les criatures és un gran debat i una preocupació compartida socialment, però no és tan clar en termes d'evidència científica. Si tenim en compte les metaanàlisis més recents i completes, en aquest moment la relació entre temps de pantalla i els impactes negatius en salut mental manca de conclusions clares: majoritàriament presenten correlacions (que no impliquen necessàriament causalitat) i són d'intensitat dèbil⁵. El paper dels condicionants socials de la salut també és clau en tot aquest debat. I, d'altra banda, en termes metodològics, la robustesa dels estudis és millorable i se'n destaca també la mirada adultocèntrica, ja que el nombre d'estudis que tenen en compte les actituds i les percepcions de les persones menors és pràcticament nul.

Un dels eixos principals de debat social actual a escala europea i del Nord Global gira al voltant de la necessitat d'establir una edat mínima legal per disposar de mòbil. No obstant això, l'heterogeneïtat d'usos, pràctiques i nivells de maduresa pot diferir tant, que no s'ha generat cap consens en el si de la comunitat científica per determinar a quina edat és adient disposar de mòbil propi⁶.

Així mateix, es plantegen efectes diferencials en funció dels usos actius o passius dels mitjans digitals, tot i que sembla que és més condicionant el tipus de contingut. Quan hi ha exposició a usos creatius (tant si es consumeix contingut com si se'n crea) o bé continguts que fomenten el sentiment de pertinença, els efectes solen associar-se a millores en l'estat d'ànim i els nivells d'ansietat. En canvi, quan es viuen situacions de ciberassetjament, sigui com a víctima o com a part agressora, el lligam amb efectes negatius sembla més prevalent⁷.

Pel que fa als centres educatius, els darrers anys han proliferat les normatives i les regulacions que prohibeixen l'ús dels mòbils a les aules i als espais comuns, però a hores d'ara tampoc se n'ha derivat una pràctica efectiva en termes de resultats acadèmics⁸. El que marca la diferència no són els temps d'exposició, sinó el grau d'acompanyament i supervisió parental⁹.

D'altra banda, la introducció progressiva i proporcional respectant les etapes del desenvolupament ofereix, pel que fa a la qualitat, bones pràctiques en termes de parentalitat digital, caracteritzada per la presencialitat, per usos i accessos progressius, així com per l'establiment de pautes i límits de forma conversada i raonada¹⁰. Les estratègies parentals més acompanyadores s'associen a usos més actius, conscients i responsables dels mitjans digitals¹¹. La bretxa digital de criança, expressada més amunt, està directament lligada a l'estatus socioeconòmic de la llar¹². Els temps de connexió tenen un impacte

modest (potser expliquen el 15% de la variació), però el 85% s'explica per altres factors i aquí les desigualtats tenen un paper crucial.

Si s'opta per la restricció no acompanyada, qui té menys opcions d'aprofitar les oportunitats socials, personals i professionals del món digital és qui menys oportunitats analògiques pot tenir. Si ens fixem, per exemple, en els impactes en termes de gènere, les limitacions i les restriccions acaben perjudicant les nenes i les noies, per a les quals els entorns digitals són més hostils, i si tampoc tenen l'acompanyament necessari, els fan servir de forma menys segura.

Com cal abordar la situació, des del punt de vista dels drets i les responsabilitats digitals, en la franja de 6 a 12 anys?

Segons la guia *Les tecnologies digitals en la infància, l'adolescència i la joventut*, a partir dels set anys l'exposició digital es pot incrementar de forma supervisada. Tenint en compte que entre els 6 i els 9 anys es desenvolupa l'esperit crític i és el moment de fomentar les vocacions professionals, i que a partir dels 10 l'acceptació social pren un paper predominant, és crític que l'accés als entorns digitals en general i les xarxes socials en particular es faci de forma acompanyada, didàctica i conscient. El modelatge, les actituds i la de les figures adultes de referència és crucial per establir ponts de comunicació i confiança, així com comptar amb models de comportament als quals imitar.

Potenciar l'acompanyament i fomentar la criança digital no és tan sols una necessitat en termes de salut mental i benestar emocional, és també una qüestió vinculada als drets digitals de qualsevol criatura. I en aquest sentit, tots els agents implicats de forma directa o indirecta en la criança són imprescindibles. També l'Administració.

És per això que des de la Direcció General de Societat Digital treballem en diferents projectes, complementaris a allò que es pugui plantejar des de la mirada de l'educació formal, i vetllant també pel foment de les vocacions tecnològiques per motivar el talent digital del futur. És una visió clau, ja que el programa europeu de la Dècada Digital preveu que el 2030 el 80% de la població tingui un mínim de competències digitals bàsiques i 20 milions de professionals amb especialització TIC amb èmfasi en tecnologies emergents (cadena de blocs, intel·ligència artificial o quàntica, entre altres).

En el marc de la Carta Catalana de Drets i Responsabilitats Digitals¹³, nascuda amb vocació de contribuir al debat global i posar de manifest drets encara no

garantits per llei i definida com un procés d'innovació social oberta, amb la participació de més de 250 persones i entitats especialistes de diferents perfils (Administració, acadèmia, sector privat i societat civil), vam impulsar la cocreació d'un manifest amb més de 160 infants i adolescents de Catalunya (Fig. 1). Entre les conclusions principals, cal destacar tres demandes:

- Alternatives en lloc de prohibicions.
- Entorns digitals segurs (especialment les xarxes socials).
- Desig de ser escoltats i poder participar en els consensos sobre usos i limitacions.

Per tal d'apostar per l'equitat digital i la cohesió del país, val la pena mencionar la Xarxa PuntTIC, que agrupa espais que ofereixen equipament i el personal necessari per facilitar l'accés d'infants i adolescents a les tecnologies de la informació i la comunicació (TIC). Són centres de referència territorial i els serveis varien en funció de la realitat local; dit d'una altra manera: punts de proximitat digital per a la ciutadania, on trobar recursos en línia, acudir a resoldre dubtes bàsics del món digital o fer servir una impressora 3D.

Per contribuir a les demandes d'acompanyar a qui acompanya, impulem el blog de #Famílies TIC, un portal amb recursos organitzats per temàtiques per tal d'oferir una selecció d'alternatives i recursos. Es procura prioritzar els continguts que plantegen enfocaments constructius, donen importància al consum digital compartit i el nivell de competències digitals necessàries per implementar-les. Properament també hi haurà disponible una versió imprimible, *Les pantalles nostres de cada dia*. És un joc de cartes per facilitar la conversa sobre les situacions de conflicte al voltant de la tecnologia. Una invitació a fomentar l'empatia i el benestar digital, en el si de qualsevol família o nucli de convivència que vulgui transitar de les tensions al voltant dels dispositius, als consensos basats en recomanacions contrastades.

Conclusions

És important eixamplar el debat i acompanyar les decisions sobre les restriccions d'accés a mitjans i dispositius digitals d'altres mirades més estratègiques i de llarg termini. La criança digital que apliquem avui condiona el present i el futur no només

de la salut mental, sinó també de la qualitat de vida i la convivència de demà. És important que debatem amb llums llargues i curtes alhora. Potenciem el benestar digital alhora que ens posem a treballar per aconseguir una societat digital madura, inclusiva i justa, on ser i pertànyer, on provar i equivocar-se compti amb entorns de socialització segurs i amables en formats digitals o analògics. Si canviem la pregunta, qüestionarem el dilema: què necessitem avui per avançar cap a aquest futur on predominin les oportunitats des del disseny i procurem l'equitat digital?

Bibliografia

1. Generalitat de Catalunya i KPMG. Estudi de la bretxa digital a Catalunya. 2022. Disponible a: https://politiquesdigitals.gencat.cat/web/.content/00-arbre/ciudadania/Pla-de-xoc-contra-la-bretxa-digital/Estudi-sobre-la-bretxa-digital-a-Catalunya_DEF.pdf
2. Prenski M. Digital Natives, Digital Migrants. On the Horizon. MCB University Press. 2001;9(5). Disponible a: <https://www.marcprensky.com/writing/Prensky%20-%20Digital%20Natives,%20Digital%20Immigrants%20-%20Part1.pdf>
3. Prats MA. Viure en digital. Com eduquem per al món d'avui. Vic: Eumo Editorial; 2022.
4. Zhao P, et al. Digital parenting divides: the role of parental capital and digital parenting readiness in parental digital mediation. *Journal of Computer-Mediated Communication*. 2023;28(5). DOI <https://doi.org/10.1093/jcmc/zmad032>
5. Valkenburg P, et al. Social media use and its impact on adolescent mental health: An umbrella review of the evidence. *Current Opinion in Psychology*. 2022;44:58-68. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.08.017>
6. Quina evidència hi ha de restringir l'ús dels mòbils a menors de 16 anys? Accessible a la xarxa [data de consulta: 14-11-2023]. Disponible a: <https://www.verificat.cat/quina-evidencia-hi-ha-de-restringir-lus-dels-mobils-a-menors-de-16-anys/>
7. Taylor SH, et al. Social media and close relationships: a puzzle of connection and disconnection. *Current Opinion in Psychology*. 2022;45. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.12.004>
8. Roig, E. Repte, risc o oportunitat? El debat dels mòbils a l'escola i què podem aprendre d'Europa. Fundació Bofill. Accessible a la xarxa [data de consulta: 20-11-2023]. Disponible a: <https://fundaciobofill.cat/blog/repte-risc-o-oportunitat-el-debat-dels-mobils-a-l-escola-i-que-podem-aprendre-d-europa>
9. <https://www.nature.com/articles/s41562-023-01712-8>
10. Vaquero E, et al. 2020. El ejercicio de la parentalidad positiva en un mundo digital. Presencialidad, progresividad y pautas. Disponible a: <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/177959/1/buenas-practicas-ejercicio-parentalidad-positiva-mundo-digital.pdf>
11. Sanders T, et al. An umbrella review of the benefits and risks associated with youths' interactions with electronic screens. *Nature Human Behaviour*. 2024;8:82-99. Disponible a: <https://doi.org/10.1038/s41562-023-01712-8>
12. Nikken P, et al. Guiding Young Children's Digital Media Use: SES-Differences in Mediation Concerns and Competence. *J Child Family Studies*. 2018;27:1844-57. Disponible a: <https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/s10826-018-1018-3.pdf>
13. Carta Catalana de Drets i Responsabilitats Digitals. Disponible a: <https://politiquesdigitals.gencat.cat/ca/ciudadania/drets-responsabilitats/carta/index.html>