

CONTRATO DE CONFIANZA Y SUPERPODERES

Este documento confirma que el lector tiene la madurez para ser un Experto/A Responsable en Redes Sociales y en el Mundo Digital, con el apoyo de sus padres. El cumplimiento del contrato es imprescindible para la obtención del carné que lo acreditará como experto/a.



1. Mis superpoderes de seguridad

- **Escudo invisible:** Nunca daré datos personales (dirección, teléfono, escuela) a extraños.
- **Código secreto:** Mis contraseñas son secretas, pero mis padres las tendrán por si hay una emergencia.
- **Perfil blindado:** Siempre tendré la cuenta en modo privado y solo aceptaré a quien conozco en persona.

2. Equipo de apoyo

Como estoy aprendiendo, mis padres serán parte de mi equipo de apoyo en esta aventura:

- **Acceso compartido:** Mis padres sabrán qué perfiles tengo y podrán acceder a ellos si es necesario para mi seguridad.
- **Revisión de entrenamiento:** Una vez a la semana por ejemplo, nos sentaremos juntos durante 10 minutos para revisar mi perfil. Veremos qué cosas nuevas he aprendido, qué amigos me han seguido y si hay algún mensaje que no entienda. ¡Es hora de resolver las dudas juntos!

3. Detector de «Fake-tonterías»

- **El filtro de la verdad:** Si veo alguna noticia increíble, que me preocupa, que llama mi atención o que me asusta, no lo compartiré hasta que esté seguro/sea de que es cierta.
- **Escáner de la verdad:** Antes de creer algo, le preguntaré al equipo de apoyo (los padres).
- **Escudo Anti-spam:** No mandaré mensajes de «Reenvíalo o tendrás mala suerte.» Los expertos y expertas como yo, sabemos que eso es mentira.

4. Las leyes sagradas

- **Buenas vibraciones:** Si alguien no es amable o positivo en sus comentarios, o en lo que sube a las redes, no le prestaré atención, ni lo publicaré. Cero insultos, cero comentarios desagradables y cero burlas en las Redes Sociales y el Mundo Digital, en general.

- **Pienso, y luego publico:** Antes de comentar, o subir cualquier contenido a las Redes Sociales, pensaré muy bien sobre los efectos que este contenido puede tener en la gente que tiene acceso a mi perfil, y en quienes que no lo tienen, si ese contenido circula en las Redes Sociales.
- **Derecho a la imagen:** Pediré permiso antes de publicar fotos de otras personas.
- **Filtro «anti-chof»:** Si hay algún contenido que a las personas que quiero no les gustaría ver, porque sé que les haría sentir «chof», no lo colgaré.
- **Detector de vergüenza:** Si creo que decir o colgar según qué contenidos podría avergonzarme, o dañarme en unos años, no los colgaré.

5. Código rojo

- **Botón de alerta «Caca de la Vaca»:** Si veo algo que me hace sentir triste, incómodo, o que me hace sentir escalofríos (y no de los buenos), no lo mantendré en secreto. Es pura «Caca de la Vaca» y debe ser eliminada con la ayuda de mi equipo de apoyo (los padres).
- **Seguro anti-dramas:** Si explico a mi equipo de apoyo (los padres) un problema que he tenido en las redes, tengo «inmunidad digital.» Esto significa que no habrá dramas, ni broncas. Firmando este documento, los padres prometen que pedir ayuda nunca tiene castigo.

6. Operación «No-Zombi»

- **Pacto de desconexión:** Utilizaré las redes sociales durante [_] horas/minutos al día, entre semana y un máximo de [_] horas/minutos los fines de semana.
- **Lo primero es lo primero:** Deberes y tareas domésticas terminados antes de que me conecte.
- **«Game Over»:** Cuando el tiempo se acabe o mis padres me lo pidan, apagaré mi teléfono con una sonrisa.
- **Zona «Anti-Zombies»:** Nada de móvil durante las comidas o en la habitación por la noche.

Firmado:

El experto/a:

El equipo de apoyo (padres):

Fecha: de de 202...

*¡Descarga el contrato
de confianza y pégalo
en el frigorífico!*

