

2

"Proba a poñerte nos meus zapatos. Beneficios e riscos da Rede baixo a mirada adolescente"

D Patricia Gómez Salgado

Doutora en Psicoloxía, investigadora da USC e experta en adolescentes e TICS



Retos da convivencia escolar na era de internet

10 de maio do 2017
EGAP Santiago de Compostela



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE CULTURA, EDUCACIÓN
E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA



centro autonómico
de formación e innovación



Que hai na cabeza dunha/dun adolescente? Por que toman certos riscos online? Que é capaz realmente de proporcionarlles a Rede? ...ata o punto de afirmar que se senten incompletos sen Internet e as redes sociais?

Esta sesión pretende trazar un mapa co que poder achegarnos ao sentir dos adolescentes e comprender moitos dos seus comportamentos e actitudes. **Educ**ar nos tempos de hoxe implica **non só** ser quen de entender o contexto actual do uso masivo e globalizado da Internet e as **TIC**, **senón tamén estar dispostos** a camiñar un bo **treito** nos zapatos **dos nosos/as adolescentes**.

DESCIFRAR O CÓDIGO

Que hai na cabeza dunha/dun adolescente? Por que toman certos riscos online? Que é capaz realmente de proporcionarlles a Rede? ...ata o punto de afirmar que se senten incompletos sen Internet e as redes sociais?

Esta sesión pretende trazar un mapa co que poder achegarnos ao sentir dos adolescentes e comprender moitos dos seus comportamentos e actitudes. **Educ**ar nos tempos de hoxe implica **non só** ser quen de entender o contexto actual do uso masivo e globalizado da Internet e as **TIC**, **senón tamén estar dispostos** a camiñar un bo **treito** nos zapatos **dos nosos/as adolescentes**.



! ENTENDÁMOLOS!!!



Walk a mile
in my shoes



É necesario
entender o novo
contexto
que supón Internet,
as Redes Sociais e
as Novas
Tecnoloxías

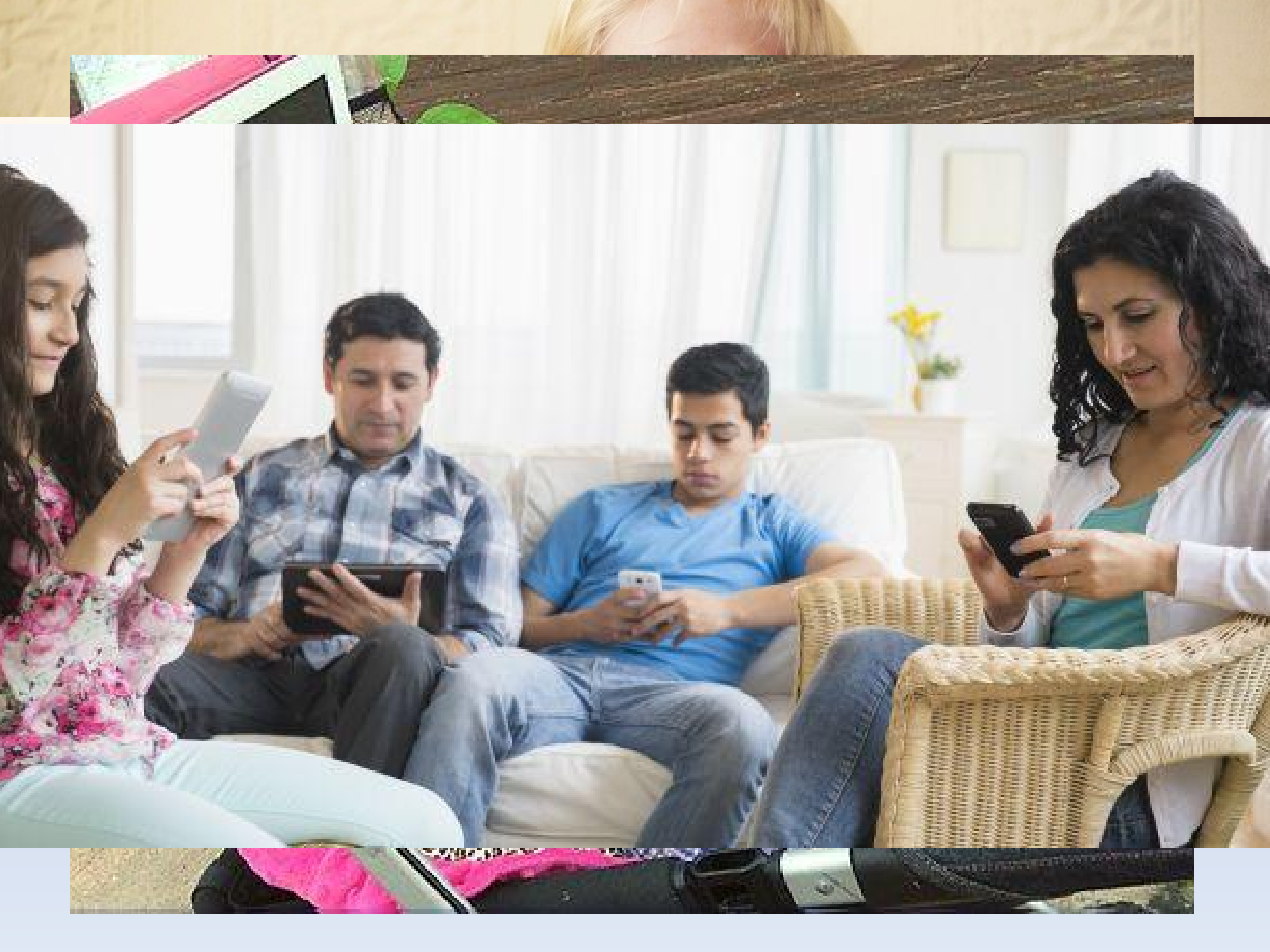
TEN UN FORTE COMPOÑENTE ECONÓMICO

✓ **A INDUSTRIA DO VIDEOXOGO E OS XOGOS
ONLINE É A MAIOR INDUSTRIA DE OCIO E
ENTRETENIMENTO EN ESPAÑA, SUPERANDO
EN VOLUME DE FACTURACIÓN AO CINE E A
MÚSICA XUNTOS.**

✓ **NEGOCIO MOI RENTABLE PARA ALGÚNS
(PUBLICIDADE ONLINE, BIG DATA...)**

**"CANDO NON HAI PRODUTO,
O PRODUTO ES TI"**









EXPERIMENTAR

Toda persoa na súa adolescencia ten un gran potencial para un desenvolvemento exitoso e saudable.

PARADOXO DA SAÚDE

O pico da saúde física coincide tamén cunha gran exposición a situacións de risco.

IMOS

COMENZANDO



online} **TU
MUNDO
ES** {offline

Sumar tus mundos.

**AQUÍ TIENES UNA LISTA DE TODAS
LAS COSAS QUE ME GUSTAN DE TI:**



QUE É O QUE TEN INTERNET
QUE TANTO LLES GUSTA?

GRANDES BENEFICIOS DA REDE





espazo**Abalar**

INDUBIDABLES BENEFICIOS A TODOS OS NIVEIS

Somos o que somos
grazas ás NT



QUE HAI NA CABEZA DUN ADOLESCENTE?





LA PARTE MÁS GRANDE DEL CEREBRO HUMANO, LA CORTEZA, SE DIVIDE EN DISTINTOS LÓBULOS QUE MADURAN DE ATRÁS HACIA DELANTE.



El último lóbulo en madurar es el frontal, que controla el juicio y el autocontrol.

DESARROLLADO POR COMPLETO: A LOS 25 AÑOS

Cuando la corteza frontal aún no ha alcanzado su desarrollo pleno, tomar decisiones racionales es mucho más difícil.

A LO LARGO DE LA ADOLESCENCIA EL CEREBRO SUFRE CAMBIOS DEBIDO A LA INFLUENCIA DE LAS HORMONAS Y DE LAS EXPERIENCIAS EMOCIONALES



El cerebro adolescente apenas alcanza el **80% DE SU DESARROLLO.**



LA CORTEZA PREFRONTAL TAMBIÉN SE ENCUENTRA POCO DESARROLLADA Y DESBALANCEADA CON RESPECTO A LAS DEMÁS PARTES DEL CEREBRO QUE SE ENCARGAN DE LAS EMOCIONES.

ES POR ESO QUE LOS ADOLESCENTES SON MÁS SENSIBLES AL...

comportamiento arriesgado e impulsivo.

la presión social

TODOS ESTOS DATOS SUGIEREN QUE EL CEREBRO ADOLESCENTE **NO**
ES UN CEREBRO ADULTO CON MENOS EXPERIENCIA.

LA MADUREZ ES **BIOLÓGICA**, NO
SÓLO PSICOLÓGICA.



DIFERENCIAS EN EL CEREBRO ADOLESCENTE

ADOLESCENTES



ADULTOS

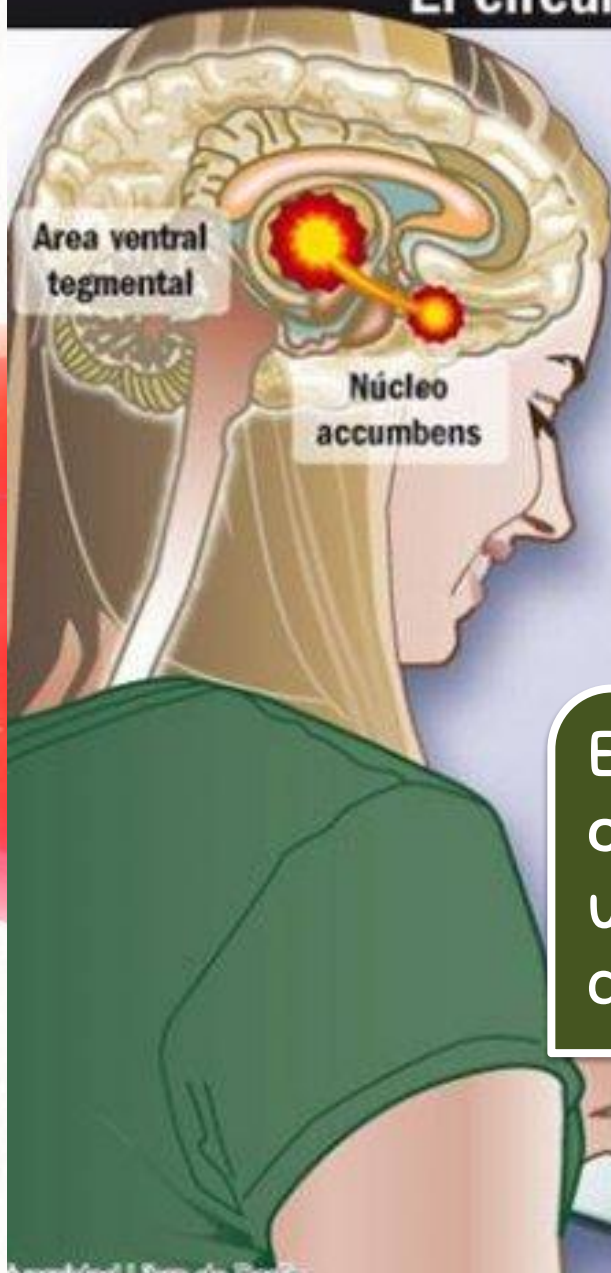


El cerebro adolescente
es más **susceptible** a los
efectos del alcohol, la
privación de sueño y la
sobrecarga sensorial.

Una región frontal menos desarrollada implica
que el cerebro no es capaz de razonar o
modular **respuestas emocionales** como lo
hace un adulto.



El circuito cerebral de recompensa



- Estímulos distintos como la comida, el sexo y la risa activan las neuronas del **área ventral tegmental** y se produce una descarga de dopamina en el **núcleo accumbens**.
- Esta liberación de dopamina brinda al organismo una recompensa mediante sensaciones de placer, ejerciendo un reforzamiento positivo que lleva a repetir la actividad.
- Ahora científicos de la Universidad de Berlín hallaron que este sistema de recompensa del cerebro también se activa cuando una persona recibe un "Me gusta" en Facebook.

Estudios de seguimiento ocular concluyen que los usuarios de internet no realizan una lectura lineal, sino que "escanean" la pantalla, realizan una "lectura en F".

Google IS MAKING US Stoopid?

Internet: ¿más superficiales o más listos?

¿Internet está erosionando nuestra capacidad de concentración y pensamiento crítico, o potencia nuestra agilidad cerebral y permite aprender más y más rápido?

Un estudio realizado entre **jóvenes de 12-18 años** por el University College of London determinó que los **adolescentes necesitan mucho menos tiempo para encontrar una información en internet** que los adultos. Son seis veces más rápidos. Pero, del mismo modo, el estudio concluye que **internet disminuye la capacidad de concentración**, así como la **capacidad de los jóvenes para leer y escribir textos largos**.

El uso excesivo de Internet afecta el cerebro adolescente

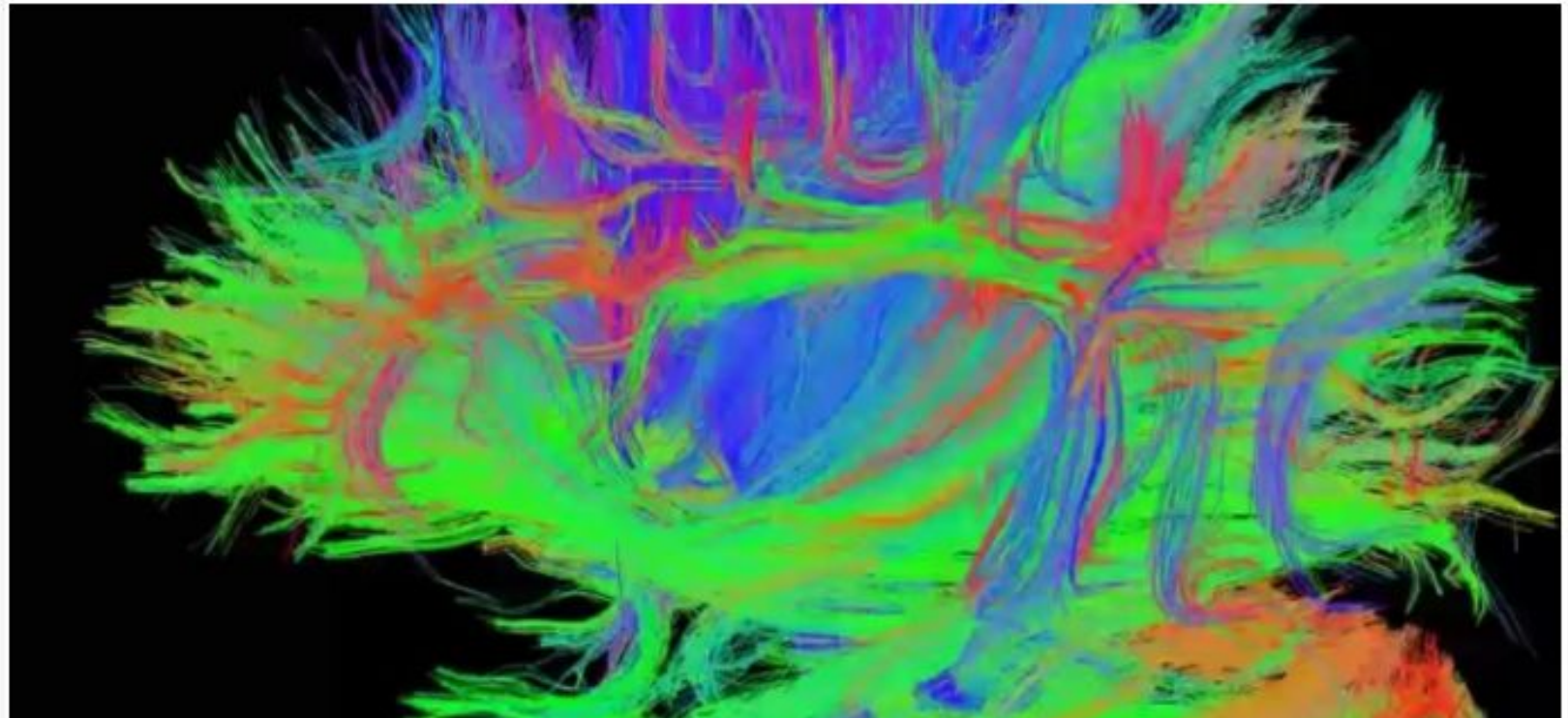
El abuso de esta red desgasta la mielina y provoca traumatismos neuronales.

Los adictos a Internet sufren alteraciones en la estructura cerebral

22 diciembre, 2015

Adicciones

AdamedTV



COMUNICACIÓN INSTANTÁNEA 24H

- ✓ Estrategia comunicativa
- ✓ Espontaneidade regulada
- ✓ Atenuar ou potenciar certos
elementos



VEHICULO DE CREACIÓN DA PROPIA IDENTIDADE

- ✓ Autoexpresión
- ✓ Dámonos a coñecer
(escaparate)
- ✓ Perfís nas redes sociais

Oportunidade de crear unha
nova identidade



A WEB 2.0

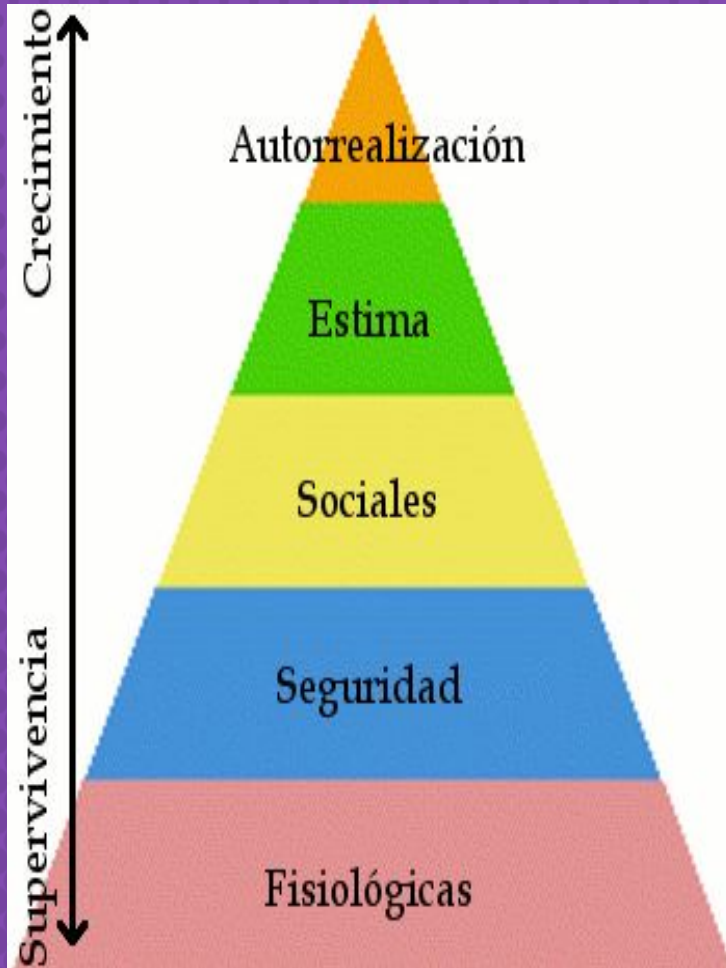
- ✓ Blogs, redes sociais, wikis...
- ✓ Interactividade e participación
- ✓ Carácter grupal: reforza, cohesiona e magnifica
- ✓ Prosumidores de contidos

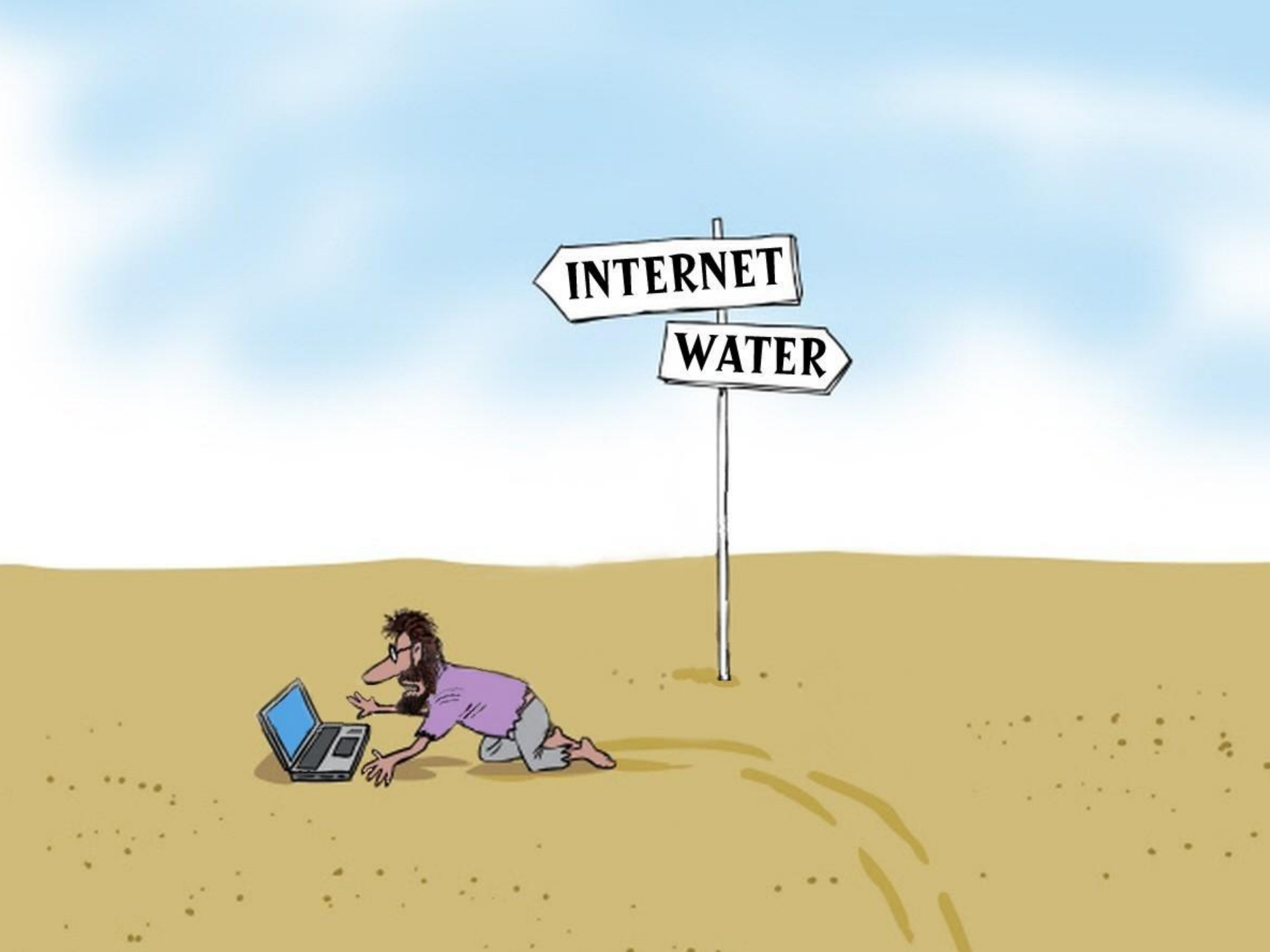


RELACIONARSE



CONECTA COAS NECESIDADES DE TODO SER HUMANO, PERO SOBRE TODO COAS DOS ADOLESCENTES







POPULARIDADE

**ESCUDO PROTECTOR E
DESINHIBIDOR**



**FONTE INESGOTABLE
DE ENTRETENIMENTO**



**RECOÑECIMIENTO
GRUPAL**



**SENTIMENTO DE
PERTENENZA**



AUTOESTIMA

**LAZOS EMOCIONAIS
CO GRUPO**



HÁBITOS Tecnología

Los jóvenes se sienten incompletos sin internet y las redes sociales

- Piensan que es el lugar donde deben estar : todo pasa en las redes
- Saben que genera dependencia, pero lo entienden como 'normal'
- Son conscientes de sus ventajas, pero también de sus riesgos



F.O.M.O.



Entender aos adolescentes no contexto global do uso das NT

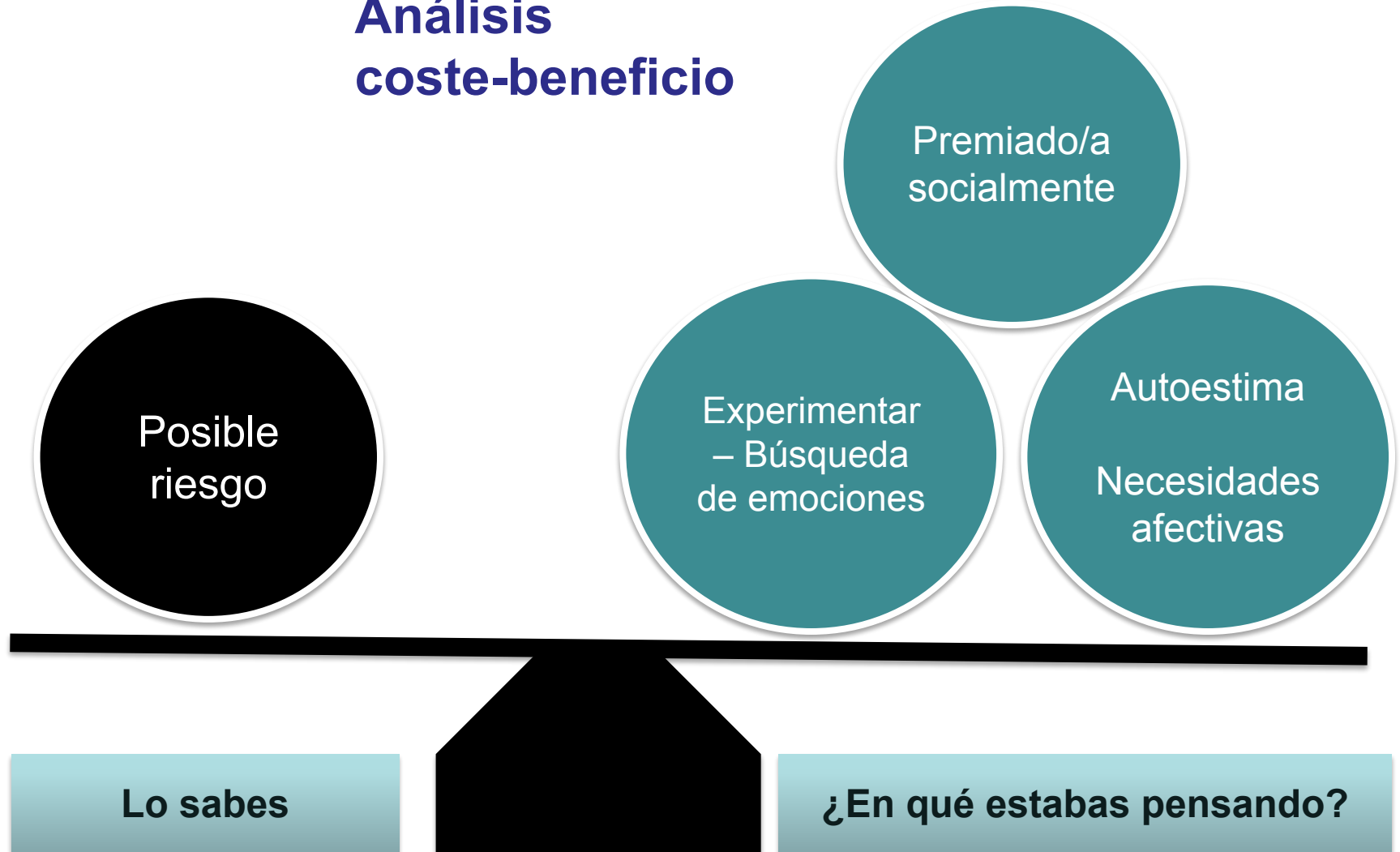
Lo sabes

¿Por qué
hiciste
eso?

¿En qué
estabas
pensando?

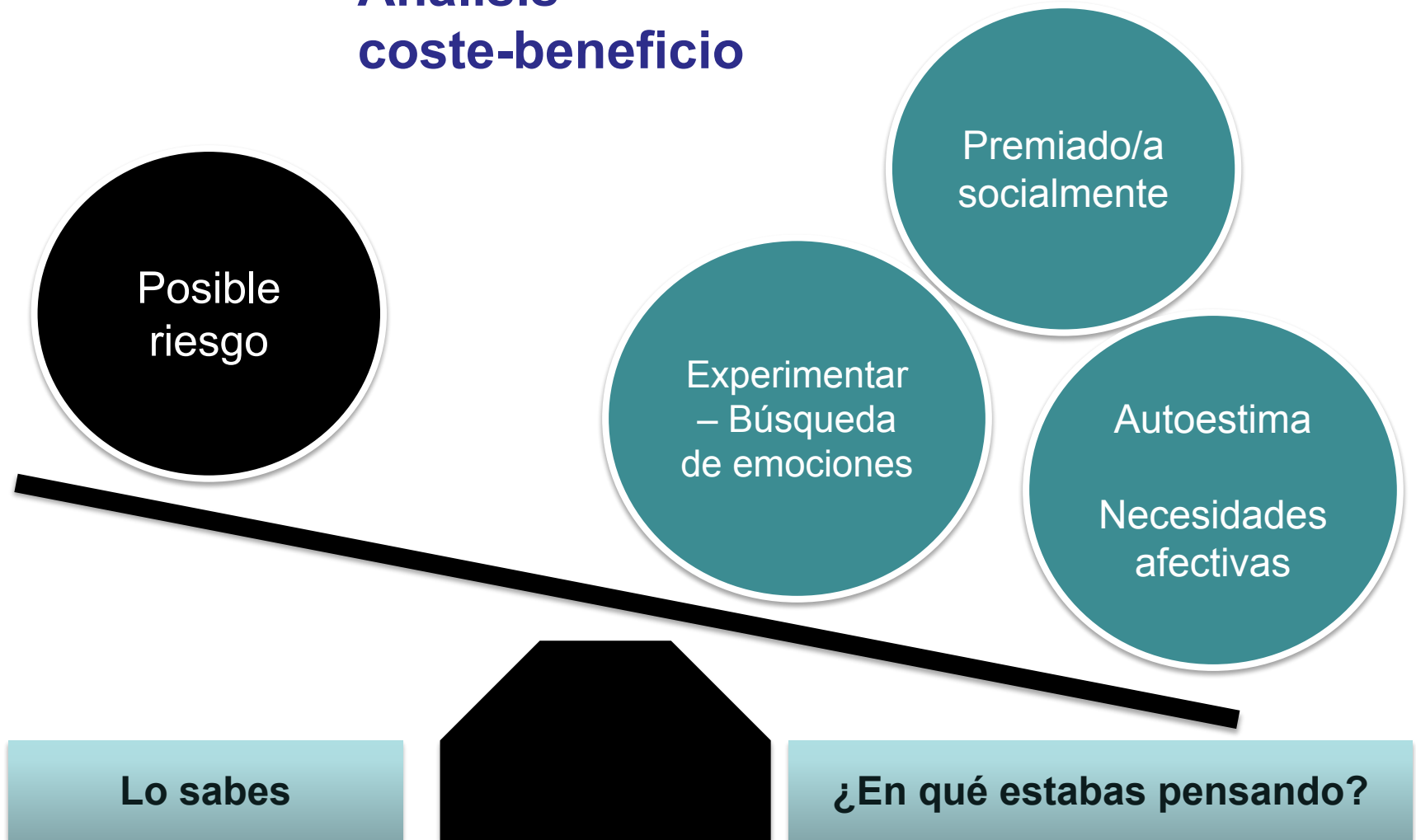
¿POR QUÉ HICISTE ESO?

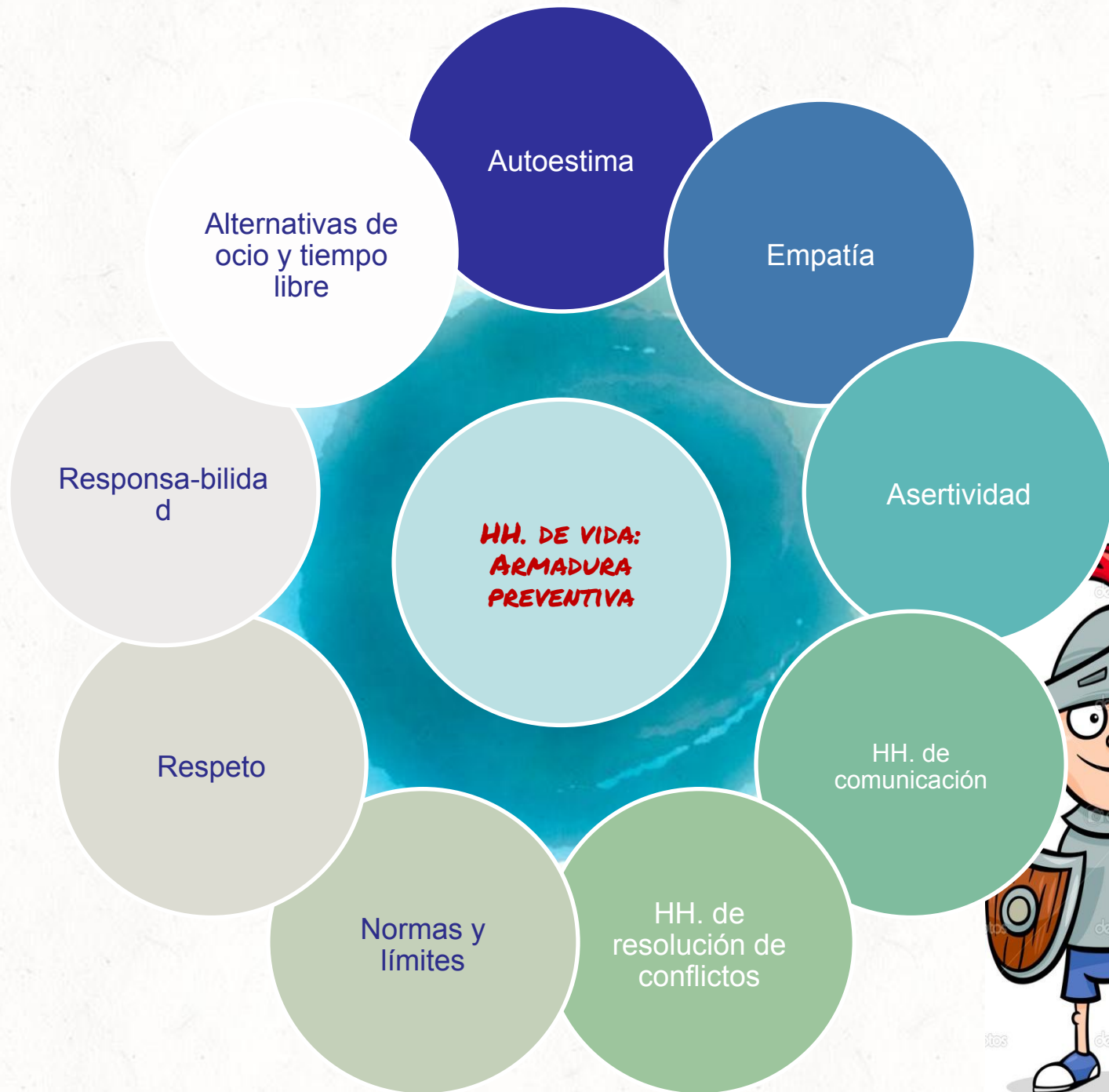
Análisis coste-beneficio



¿POR QUÉ HICISTE ESO?

Análisis coste-beneficio







MANTÉN UNA BUENA
COMUNICACIÓN.



OFRECE TU APOYO Y CONSEJO
SIN EMITIR JUICIOS.



FORMA PARTE DE SUS
VIDAS Y CONOCE A
SUS AMISTADES.



ESTABLECE LÍMITES SALUDABLES Y
EXPECTATIVAS CLARAS.



RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS

1. Fala e **escoita** aos adolescentes sobre o seu uso de Internet e as redes sociais.
2. **Invirte tempo** en conversar sobre o ciberacoso e **non temas preguntarles** se estiveron implicados algunha vez coma acosadores/as, vítimas ou espectadores/as.
3. O **exceso de confianza** non é bo (over-reliance).
4. Dille aos/ás menores que **non os culparás se son vítimas de ciberacoso**. Non os ameaces con que lles quitarás os seus privilexios tecnolóxicos (esta é a principal razón pola que os rapaces/as non lles din aos adultos que están sendo vítimas de ciberacoso).



“A EDUCACIÓN É A ARMA MÁIS PODEROSA QUE PODES EMPREGAR PARA CAMBIAR O MUNDO” NELSON MANDELA