

Adolescencia e redes sociais:



o traballo educativo para unha cidadanía dixital
ética, responsable, segura e positiva.



Adolescencia e Redes Sociais

o traballo educativo para unha cidadanía dixital ética,
responsable, segura e positiva



1

A cidadanía dixital

Concepto e algúns datos sobre ocio dixital



2

Unha educación para as TIC

Perspectivas contrapostas sobre como educar para unha cidadanía dixital



3

Factores de risco e de protección

Síntese dos estudos estadísticos



4

Contidos

Que debe ensinarse?



5

Recursos educativos

Qué materiais e recursos temos actualmente para educar?



6

Boas prácticas en educación

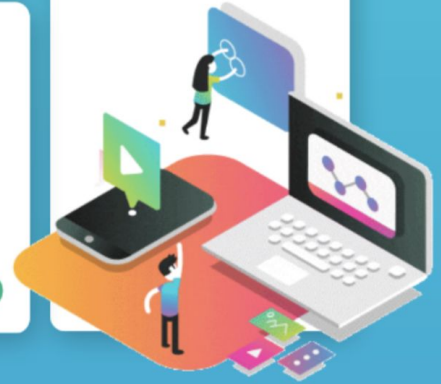
Mostra dalgúnhas boas prácticas neste campo, dende os hackaton que fomentan valores á cibermentoría



7

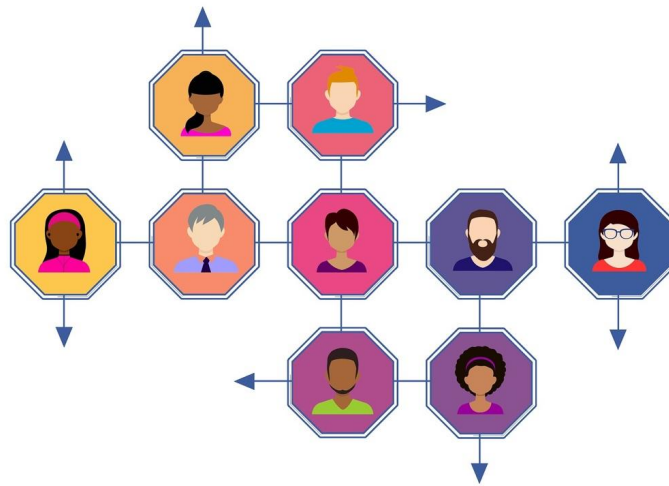
O ciberacoso

Estudo dun fenómeno extremo e preocupante que sucede nas contornas virtuais. Características, actuación e prevención.





1. UNHA CIDADANÍA DIXITAL



As TIC revolucionaron e transformaron a cultura, especialmente a das relacións sociais, ata modificar os tempos e os espazos das interaccións entre as persoas.

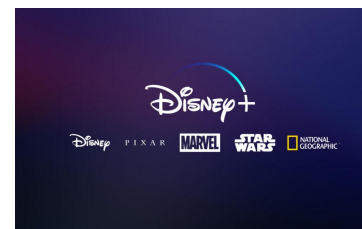


As redes sociais son un espazo mais onde os e as adolescentes viven e xestionan as súas relacións con naturalidade (sen diferenciar entre espazo online e offline) onde atopan referentes, procuran estatus social, conforman a súa identidade, xogan e se relacionan.





Na situación Covid-19, medra a preferencia polo ocio dixital na xuventude, sendo un consumo pasivo e en solitario, mais tamén fonte de conversa e de relación nos espazos off e online.





É neste contexto onde xorde o reto de educar para o uso seguro, responsable e positivo (creativo, participativo, ético) das TIC



Like



Love



Porque o mero feito de considerar ao noso alumnado como “nativos dixitais” non os capacita para un uso seguro, responsable e positivo das TIC.



2. PERSPECTIVAS SOBRE EDUCACIÓN DIXITAL

Perspectiva 1.

Pesimismo
tecnolóxico ou de
efectos negativos
inherentes á
tecnoloxía.





Neurociencia: as TIC poden afectar á organización cerebral...



- diminúen ás capacidades como a memoria “google effect” (Sparrow, 2011)
- dispersando a atención (Nicholas, 2010)
- modificando o xeito en que lemos, de xeito superficial e “escaneo en F” (Nielsen, 2006),
- merman capacidades como a orientación (Spiers, 2017).

Divulgación, ensaio e as ciencias sociais.



- *“ As RRSS son unha trampa, pois evitan as relacións incómodas que son a base para ampliar horizontes e adquirir habilidades sociais” (Bauman, 2016).*
- *“non favorecen un pensamento crítico e profundo, senón que volven ás persoas máis superficiais e ao servizo das necesidades dos seus propios instrumentos” (Carr, 2017)*
- *“diminúen a capacidade de sorpresa dos nenos e nenas e os converten en amantes da irrelevancia” (L’Ecuyer, 2015)*



- *“Internet non é a resposta pois está a xerar unha economía de gañador único no que a riqueza se acumula en poucas mans (Keen, 2017).*
- *“As RRSS desprazan os beneficios da conversa real” (Turkle, 2017)*
- *“As relacións se desenvolven baixo unha cegueira ética onde os bos usos e costumes de relación, abandónanse agora polos tempos que marcan os teléfonos móbiles” (James, 2014).*

Fundamentos estatísticos (psicología, sociología..)

Estudo da USC (Rial et al, 2015) apunta ós seguintes resultados:

- 1 de cada 4 adolescentes de 11 a 17 anos (26,6%) poderían estar facendo un uso problemático ou pouco saudable da Rede.
- A maioría dos adolescentes cun perfil de risco fan un uso de máis de dúas horas e en gran medida en horario nocturno.
- Os usuarios problemáticos teñen en maior medida discusións en casa e problemas no colexio. A porcentaxe de usuarios e usuarias problemáticos é un 14% maior entre alumnado repetidor.
- O feito de que os proxenitores non sexan usuarios e usuarias habituais de Internet implica maior prevalencia de usos problemáticos nos fillos e fillas.



Datos estudo "EU Kids online" e proxecto Mocidade Online

1. Ver imaxes ou recibir mensaxes sexuais (un 52%), o visionado de contidos potencialmente negativos xerados polos usuarios/as (32%, contidos de odio, pro-anorexia, auto-lesión, consumo de drogas o suicidio...), e de ser obxecto de ciberacoso por internet ou telefonía móbil (12%).
2. O 4% do alumnado presentaría signos manifestos dun posible uso abusivo.
3. As mozas teñen niveis de ciberacoso sensiblemente maiores que os mozos (11 vs. 6,9%).
4. Por cursos, os niveis de ciberacoso son maiores entre os alumnado de 3º e 4ºESO que entre os de 1º e 2º (8,8%), ao igual que de sexting (5,2 vs. 3%), de sextorsión (4,4% vs. 3,5%), quedar con descoñecidos (14,4% vs. 7,8%) e de uso problemático (4,4% vs. 3,7%).



Estudo *La situación de la violencia contra las mujeres en la adolescencia en España*, 2021 (María José Díaz-Aguado, promovido por la Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género)

Incremento da violencia de xénero nas parellas adolescentes que o estudo explica polo despegue das redes sociais (que transformou tanto o xeito de relacionarse dos adolescentes como o de exercer violencia).



Porén a partir de 2013, “controlar a través do móvil”, “usar as súas contraseñas para controlala” e “usar as súas contrasinais para suplantar a súa identidade”, tiveron menor incidencia

- o 14,1% das mozas de entre 14 e 20 anos sentíronse presionadas para realizar actividades de tipo sexual, case a metade delas recibiron fotografías sexuais (o 48%) ou llas pediron (o 43,9%), e o 23,4% recibiron peticións de cibersexo.
- un 72% dos mozos e o 29% das mozas din acceder a páxinas pornográficas.
- un 60% admitiu ter dado o nome do seu colexio ou instituto,
- un 33% dos adolescentes quedaron cunha persona que coñeceron na rede
- un 13% ten enviado unha foto ou vídeo seu de carácter sexual.

En educación preocúpanos...

- Ciberacoso, violencia relacional, amenazas á reputación...
- A sexualidade educada na pornografía.
- A falta de entusiasmo no ensino, orixinado polas TIC
- A mala xestión da privacidade
- A difusión de contravalores sexistas ou xenófobos, as comunidades perigosas (autolesións, pro-ana e pro-mia)...
- Os usos abusivos, principalmente como o videoxogo.
- O xogo de apostas online (gambling)





Que hai que facer?

- Retrasar o acceso o máximo posible, apelando ao principio de prudencia.
- Controlar contidos e tempos de uso (controles parentais..)
- Dar información dos usos problemáticos das TIC (sexting, grooming, privacidade, etc..),

Quen o di? APA, Publicacións científicas, Garda civil (Plan director).



Baseándose no principio de prudencia....



- evitar o uso de pantallas para nenos e nenas menores de 18 meses.
- só contido e visualización de calidade en compañía de pais, para nenos e nenas de entre 18 e 24 meses.
- 1 hora diaria de contido de calidade para nenos de 2 a 5 anos.
- a partir dos 6 anos límites coherentes no tempo de uso e nos contidos aos que acceden.

(asociación pedriátrica americana)

Perspectiva 2: Optimismo tecnológico



Prólogo de Ana Patricia Botín

La cuarta revolución industrial

Klaus Schwab

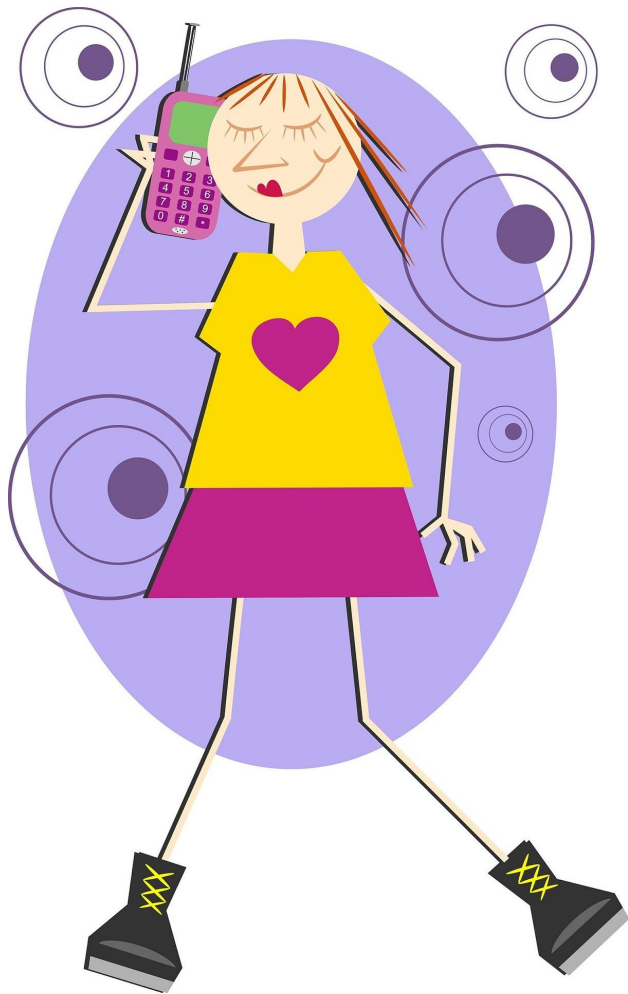
DEBATE

- Estamos a vivir unha cuarta industrialización onde un bo nº de empregos partirán das novas tecnoloxías. Necesidade de “Formalos para competir nun mundo globalizado”.
- Solucionadora de problemas e potenciadora do rendemento.

Quen o di?: loobies tecnolóxicos e think tanks, diversos influencers, sociólogos, makers,...

Non podemos enfocar a educación para a cidadanía dixital demonizando a relación dos xoves coa tecnoloxía, ignorando cómo contribúe a creación da identidade adolescente e recordando soamente os riscos.



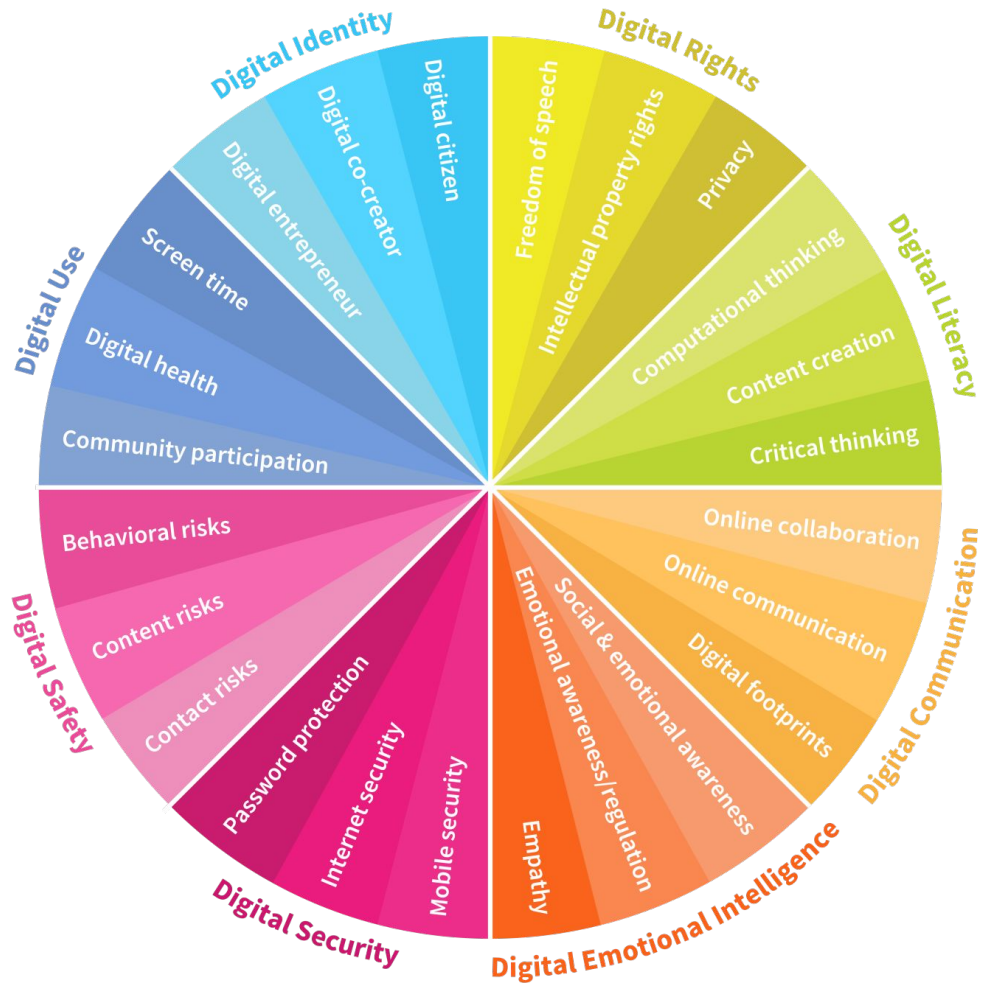


- Non é o móvil, senón o seu uso, o que facemos con él.
- Non son as pantallas, senón as persoas.
- Detrás dos usos problemáticos hai unha falta de hábitos saudables ou de educación.

Que hai que facer?



- Ofrecer os dispositivos dende idades temperás, cando a familia ten alta influencia, para acompañalos e preparalos para a cidadanía dixital.
- Marcar pautas mais que tempos
- Entrenar unha serie de habilidades
-



Identidad de ciudadano digital:

Construir una personalidad íntegra y saludable, tanto online como offline.

Administración del tiempo frente a la pantalla:

Control del tiempo de conexión, la multitarea o la obsesión por estar conectado.

Detección y manejo del ciberacoso:

Capacidad para detectar situaciones de ciberacoso y manejarlas con inteligencia.

Seguridad cibernética:

Protección de los datos personales, con claves seguras, y saber manejarse en situaciones de ciberataque.



Control de la privacidad:

Discreción a la hora de publicar o compartir información personal, para proteger la privacidad.

Pensamiento crítico:

Capacidad para discernir entre informaciones falsas y verdaderas, contenido dañino o saludable y la identificar la credibilidad o no de los contactos.

Huella digital:

Entender las consecuencias en la vida real, de las decisiones y acciones tomadas en el mundo digital y la responsabilidad que de estas se deriva.

Empatía digital:

Capacidad para empatizar con las necesidades de uno mismo y otros, en un entorno online.



3. EN QUE TEMOS QUE EDUCAR?
FACTORES DE RISCO E DE
PROTECCIÓN

VARIABLES ASOCIADAS ÓS USOS PROBLEMÁTICOS

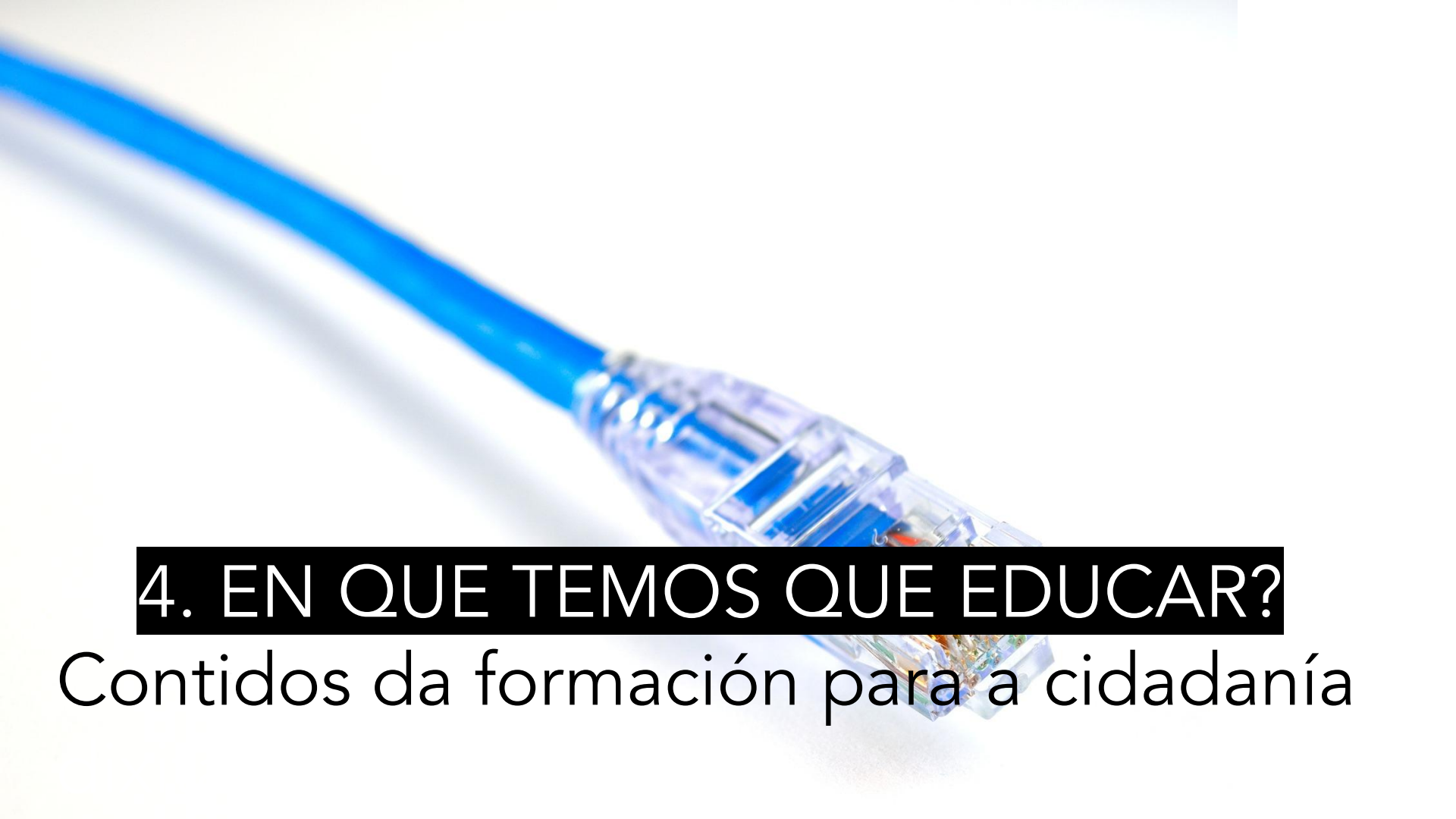
1. Déficit de habilidades sociais e emocionais, que poderían explicar a maior preferencia destes usuarios polas interaccións online.
2. Alta impulsividade, baixa asertividade.
3. A maioría fan un uso diario elevado da Rede en gran medida en horario nocturno.
4. O feito de que os proxenitores non sexan usuarios e usuarias habituais de Internet implica maior prevalencia de usos problemáticos nos fillos e fillas. (familias con menor acompañamento, pouco tempo ou con pouco coñecemento)
5. O alumnado acosado na clase, maior posibilidade de acoso online (14,7% veces maior)

FACTORES DE PROTECCIÓN NOS USOS PROBLEMÁTICOS

1. A adquisición por parte do adolescente de hábitos saudables de alimentación, ocio e tempo libre (deporte, clubes de ocio).
2. O acompañamento informado por parte das familias
3. O desenvolvemento de habilidades de vida:

autoestima

resolución de conflitos, empatía, autocontrol..



4. EN QUE TEMOS QUE EDUCAR?

Contidos da formación para a cidadanía

EDUCAR PARA A CIDADANÍA DIXITAL

CONTIDOS

En que é
preciso
educar?



proposta de clasificación para o traballo

<https://forms.gle/LvZ8HcEd9EFCy1JV7>

CHECKLIST

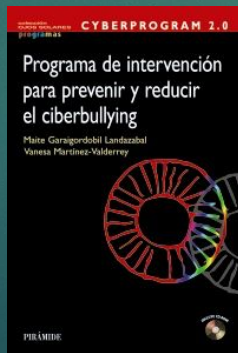
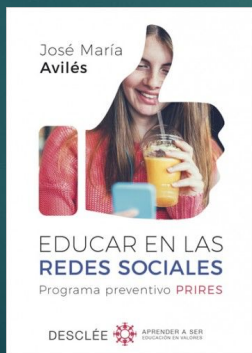




5. RECURSOS, MATERIAIS E
OPORTUNIDADES COAS QUE
CONTAMOS

PROGRAMAS DE INTERVENCIÓN ESPECÍFICOS (para tutorías ou materias)

- ▶ ConRed (Ortega, del Rey y Casas, 2013)
- ▶ Cyberprogram 2.0. Garaigordobil, M., y Martínez-Valdeney, V. (2014) [acceso](#)
- ▶ Educar en las redes sociales. Programa PRIRES. Desclee. Avilés, 2018
- ▶ Salud digital. [Educalike](#) (Cánovas, 2017)
- ▶ [Is4Kids https://www.is4k.es/de-utilidad/materiales-didacticos](https://www.is4k.es/de-utilidad/materiales-didacticos)



Materias e materiais

- ▶ MATERIA ESPECÍFICA DE IDENTIDADE DIXITAL:
https://www.xunta.gal/dog/Publicados/2017/20170818/AnuncioG0164-080817-0005_es.html
- ▶ *ORDEN de 3 de agosto de 2017 por la que se amplía la relación de materias de libre configuración autonómica de elección para los centros docentes en la etapa de educación secundaria obligatoria, y se regula su currículo y su oferta.*
 - ▶ MATERIAIS DE APOIO “IDENTIDADE DIXITAL”
<https://eventos-edu.xunta.gal/identidade-dixital>

MATERIAIS PROPIOS

- ▶ https://docs.google.com/document/d/1rylM_0iOTgPwh9dUflftoXKa_sQXgZRmjLT82SK9io/edit?usp=sharing

▶ Outros:

- ▶ Proyecto conectados, el juego. (FAD e google)
<https://www.campusfad.org/proyecto-conectados/>

Proyecto infórmate. (Fad e google)

<https://informate.campusfad.org>

PÁXINAS WEB DE REFERENCIA...

- Internet Segura for Kids: fantástica páxina para coñecer recomendacións e consellos para a práctica da internet segura. Con artigos moi interesantes para o profesorado e as familias e con recursos para o alumnado (xogos, guías etc.) <https://www.is4k.es>
- Pantallas Amigas: grande cantidade de materiais, especialmente pequenos vídeos de animación que tratan temas concretos: <http://www.pantallasamigas.net>
- Protéjeles: Esta páxina ten unha liña de denuncia que pode ser empregada en caso de necesidade. <http://www.protegeles.com>
- INCIBE: Páxina do Ministerio que inclúe información útil sobre seguridade y manejo de internet. <https://www.incibe.es/>
- OSI: Oficina de Seguridade do Internauta: <https://www.osi.es/>
- Common sense media (página en inglés. Se requiere registro). <https://www.common sense media.org/>
- Xogo interactivo para o ciberbullying do CEDEC: <http://blog.educalab.es/intef/2018/03/26/conectado-concienciando-contr-el-cyberbullying-mediante-un-videojue-go-educativo/>
- Vídeos: <https://alumnosayudantes.wordpress.com/cibervoluntariado/iniciativa-2/>

ESPECÍFICO PARA FAMILIAS:

- Programa Parentnets. Videoxogo e guía para nais e pais que permite practicar ou simular diferentes situacións de risco nas redes coas súas fillas e cos seus fillos.
<http://parentnets.com/es/>
- Programa Ciberfamilias.:destinada a pais e nais con información sobre seguridade en internet, tecnoadicións, situacións conflitivas. Conta cun servizo de axuda online.
<http://www.ciberfamilias.com>
- Apps en familia: Guía para usar apps cos teus fillos e coas túas fillas. Unha guía interactiva gratuíta publicada pola *Joan Ganz Cooney Center* para axudar ás familias a entender mellor a variedade de formas nas que as apps poden apoiar o desenvolvemento saudable dos seus fillos e das súas fillas e a aprendizaxe, comunicación e vínculos familiares.
<http://www.joanganzcooneycenter.org/publication/apps-en-familia-guia-para-usar-apps-con-tus-hijos/>



6. BOAS PRÁTICAS EDUCATIVAS

1º experiencia: Obradoiro nos VI Encontros e Convivencia Positiva. Muros, 2018





@TodoiPhone.net

Legend

Anima tus textos en vídeo y GIF



Uso de micronarrativas dixitais

2° experiencia: Hackaton Epdlab



Mais en <https://epdlab.gal>

Experiencia 3.

A Cibermentoría



É un servizo de apoio entre iguais no que alumnado de idades superiores, normalmente de 3º de ESO en adiante e capacitado para este fin, forma ao alumnado máis pequeno no uso positivo e seguro das Tic e ofrécelles asesoramento, guía e axuda ante situacións problemáticas que lles poidan xurdir nas súas relacións interpersoais nas redes sociais e Internet.



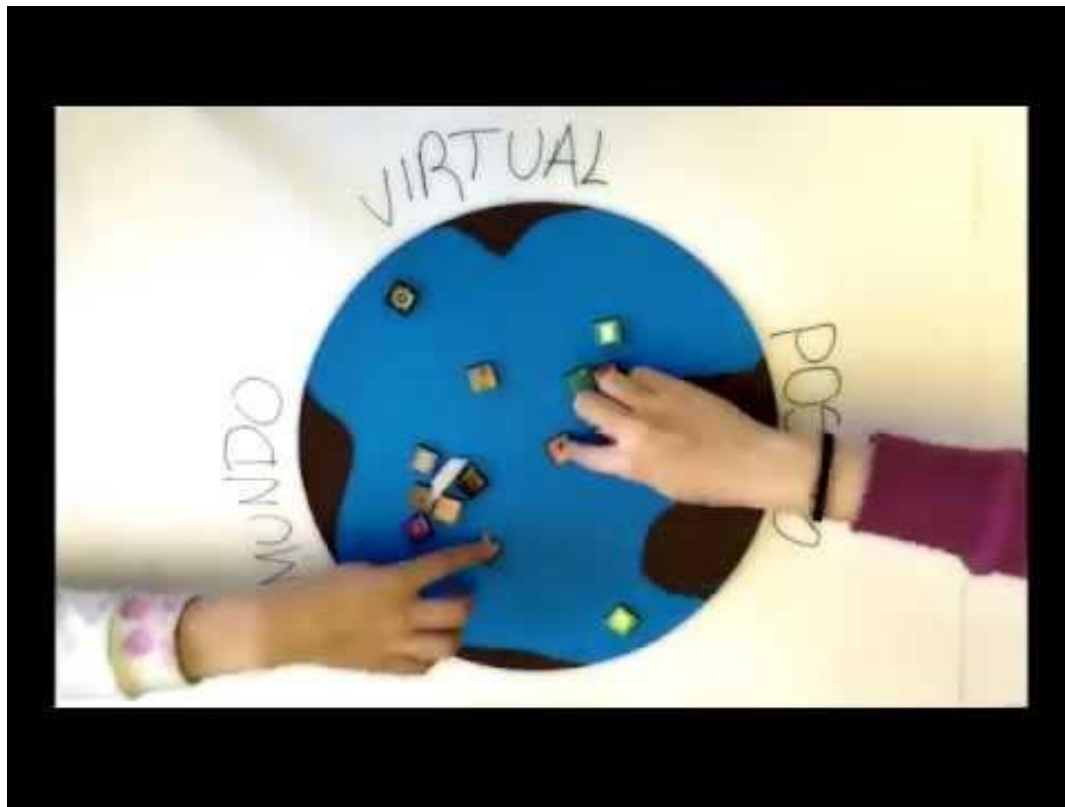
A CIBERMENTORÍA. FUNCIONES

- Ofrecer sesións de formación ao alumnado menor (1ºESO, 5ºEP) e ás familias sobre temas relacionados coa identidade dixital, o uso seguro e positivo das redes sociais e Internet.
- Diseñar materiais para a concienciación
- Ser mentores dos máis xóvenes (superación de retos e obxectivos pessoais) e ofrecen acompañamento, guía e consello para xestionar os problemas que poideran xurdir nas súas relacións nas redes sociais e Internet.

Cibermanagers. Pantallas amigas, co soporte de Vodafone



Cibermentores. mini experiencia piloto no IES Fin do Camiño. Fisterra



FORTE: YOUTUBE
(<https://youtu.be/grHTMLKLsE>)



<https://youtu.be/knddv-wrwww>

Cibermentores (arela)

O CIBERACOSO ESCOLAR



Vídeo: Violencia escolar - El cyberbullying.

Autor: [institutokennedy](#)

Publicado o 18 sept. 2012.

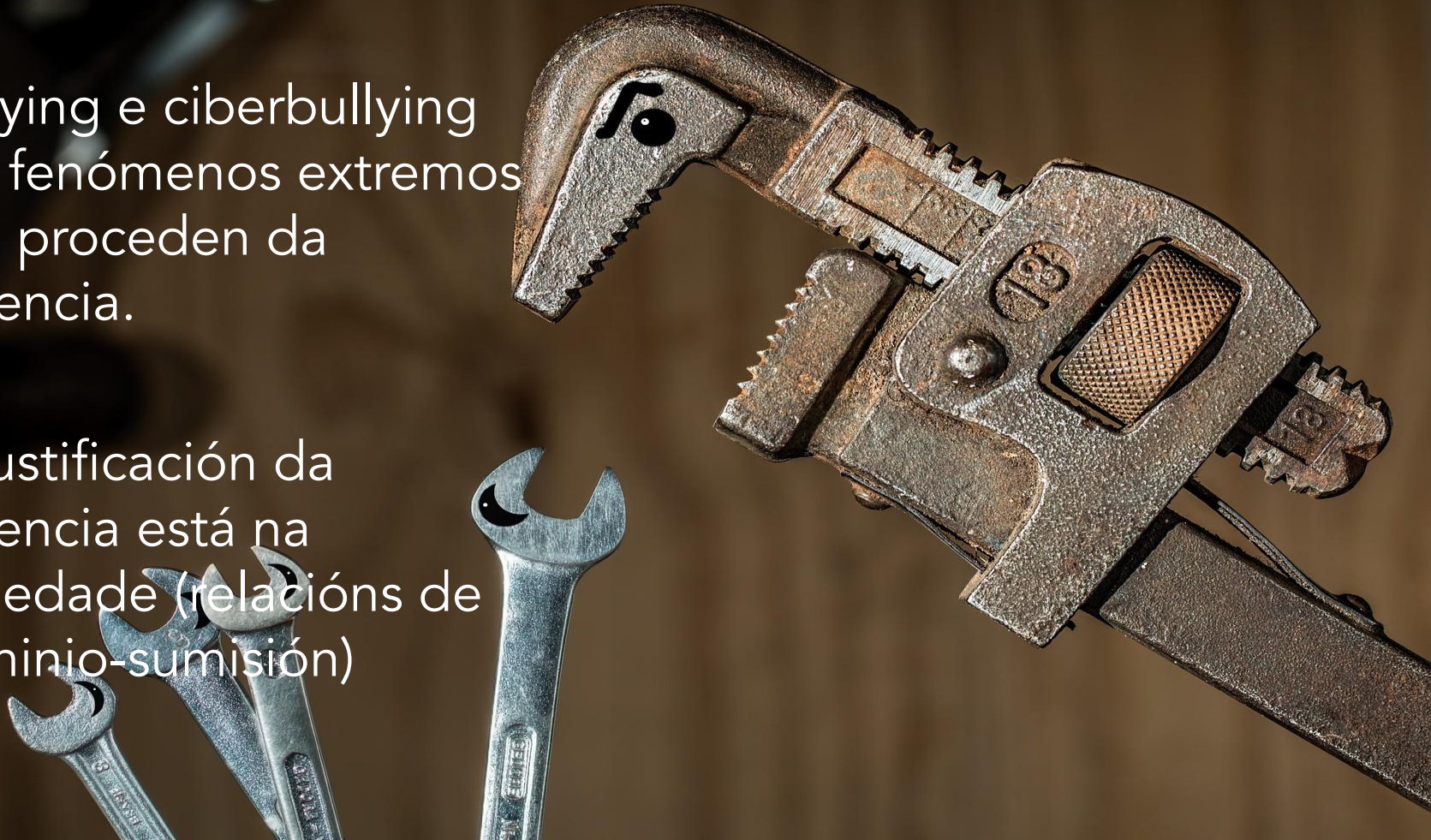
Licencia Youtube estándar.

Dirección url: <https://youtu.be/cJsVCXOMZMY>

8. O CIBERACOSO



- Bullying e ciberbullying son fenómenos extremos que proceden da violencia.
- A xustificación da violencia está na sociedade (relacións de dominio-sumisión)



definición



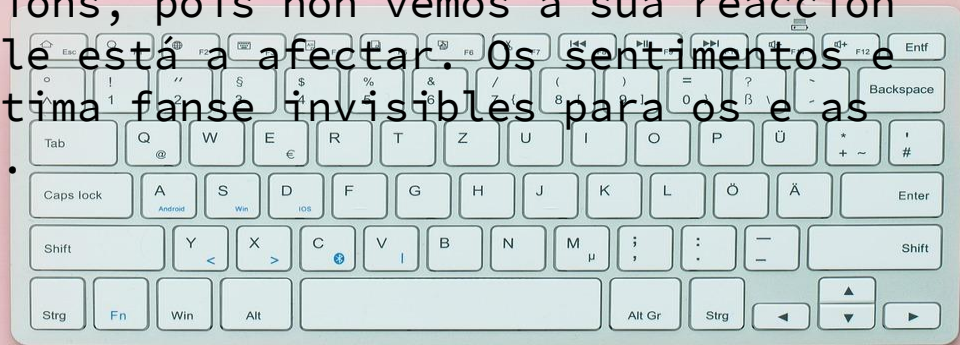
Actos continuados e repetitivos de maltrato psicológico, como ameazas, fustrigación, humillación ou outro tipo de agresións realizadas entre menores de idade na contorna virtual. O cyberbullying é o acoso entre iguais mediante ferramentas dixitais.

O 'cyberbullying' é un tipo de acoso psicológico que se pode perpetrar en calquera lugar e momento sen necesidade de que o acosador e a vítima coincidan nin no espazo nin no tempo. É un acto agresivo e constante.

Particularidades do contexto no que se desenvolve

1. Efecto deshinbidor da Rede:

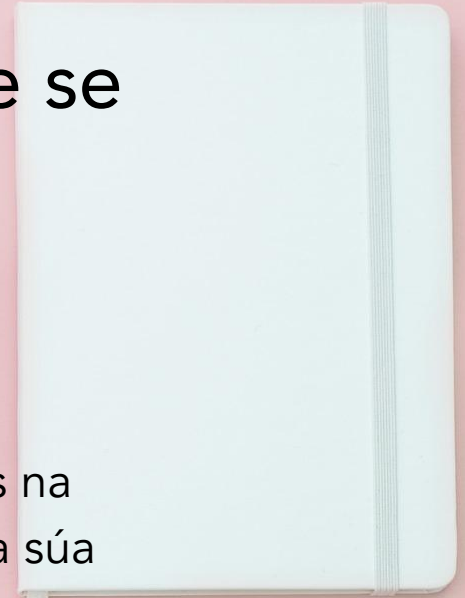
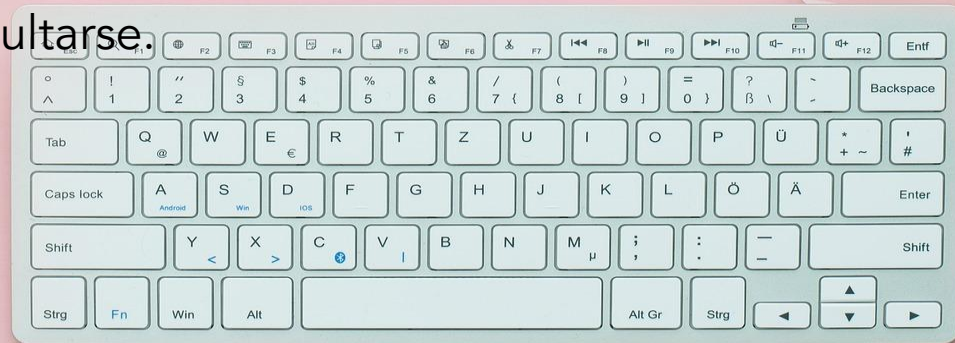
- falta de claves emocionais (empatía virtual): non entendemos ben cómo se está a sentir a persoa cando recibe as mofas ou as agresións, pois non vemos a súa reacción emocional, cómo lle está a afectar. Os sentimentos e pensamentos da vítima fanse invisibles para os e as persoas agresoras.



Particularidades do contexto no que se desenvolve

- **sensación de anonimato:**

- no cyberbullying os e as acosadoras fan uso de pseudónimos, alteran a linguaxe ou realizan cambios na configuración do ordenador ou móbil para ocultar a súa identidade e procuran ter destreza e bos coñecementos da rede para ocultarse.



Particularidades do contexto no que se desenvolve

- Baixa reflexividade nas interaccións: Ás veces nas redes todo o facemos rápido, de xeito impulsivo, sen pararnos a pensar. Podemos dicir o primeiro que se nos pasa pola cabeza sen deternos a analizar o que desencadeará no futuro. (pensamento consecucional e autocontrol)



Particularidades do contexto no que se desenvolve

2. As ofensas chegan a unha ampla audiencia difícilmente controlable
3. A presenza e o mantemento da mensaxe ou acción agresiva durante moito máis tempo

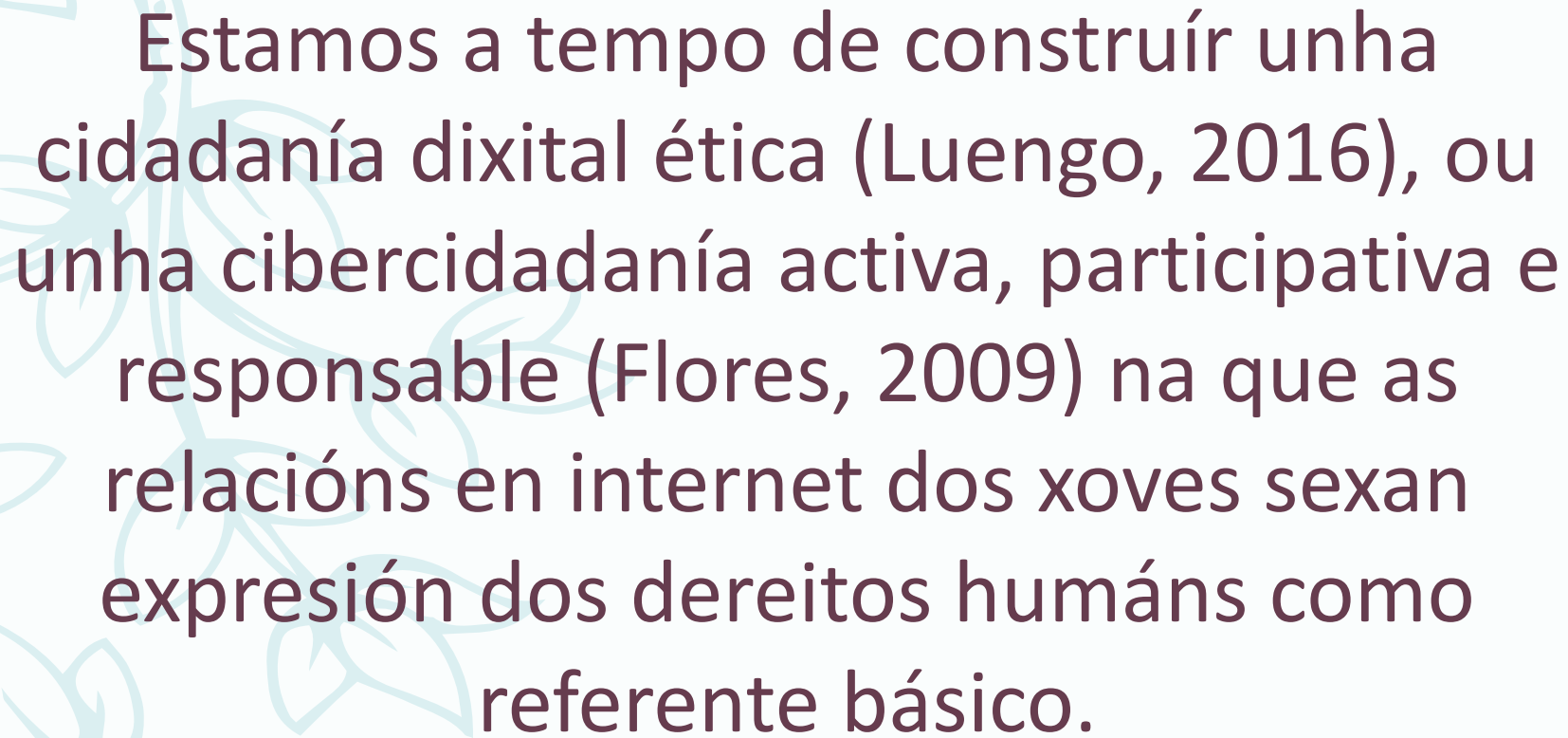


consequencias na vitima



1. Provoca maior sensación de indefensión.
2. A tensión e ansiedade. O mozo ou a moza que o sofre teme atoparse cos agresores, recibir novas mensaxes, imaxes ou vídeos ofensivos ou ben non para de pensar nas consecuencias de que as ofensas se estendan pola rede..
3. A autoestima baixa: dánase a confianza que ten a persoa en sí mesma e noutras persoas.
4. O pesimismo: a creencia de que todo vai a ir de mal en peor.
5. A tristeza: ganas de chorar ou mesmo falta de interese pola vida, normalmente pasaxeiro. A culpa e a vergonza son tamén os sentimentos mais frecuentes
6. O illamento e a soidade: prefire estar soa para non ter mais problemas ou ben percíbese soa e desamparada ante os actos dos demais.

No cyberbullying, a vítima sente que não pode defender-se, que não tem o controlo. Normalmente não o diz ao professorado ou à sua família porque teme que lhe quitem o móvel se o faz ou porque sente vergonha e culpa.

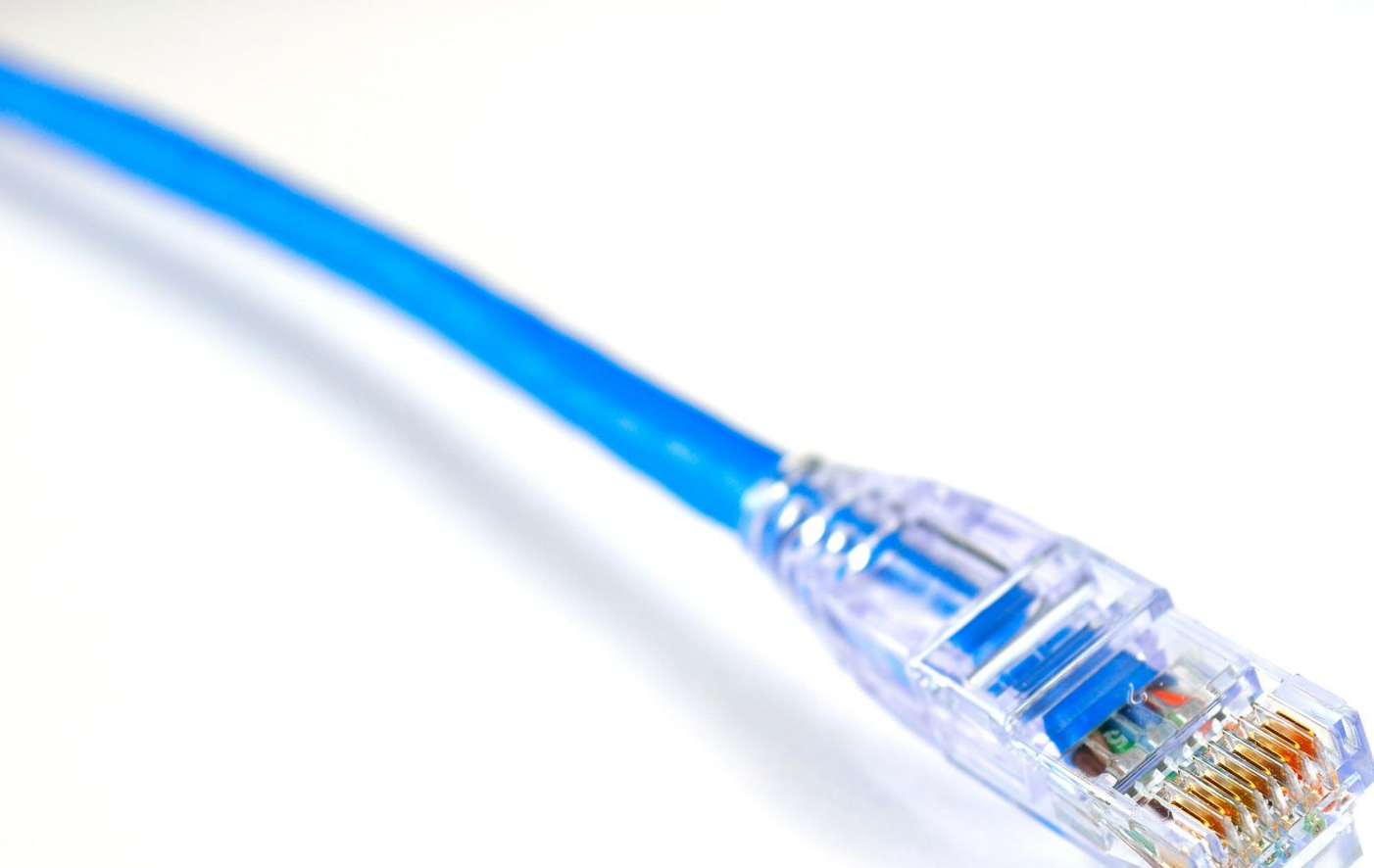


Estamos a tempo de construír unha cidadanía dixital ética (Luengo, 2016), ou unha cibercidadanía activa, participativa e responsable (Flores, 2009) na que as relacións en internet dos xoves sexan expresión dos dereitos humanos como referente básico.



Moitas grazas.
Marcho que teño que marchar...

javier.garcia@edu.xunta.es



7. CONSELLOS E RETOS PARA AS FAMILIAS



https://youtu.be/H2g2O1tY_UM



1. Coñecer os riscos asociados ao uso das TIC e estar presentes, acompañando sen xulgarlles.
2. Construír nos fillos e fillas hábitos de vida saudables e habilidades de vida, que funcionen como mecanismos de protección e de prevención.



3. Aprender a xestionar os conflitos familiares derivados do uso problemático das redes sociais e a tecnoloxía, axustados á idade.

4. Coñecer aspectos básicos do funcionamento das redes sociais, os seus usos problemáticos e, especialmente, as súas oportunidades.



5. Acompañar aos fillos e fillas no proceso de construción voluntario e consciente da súa identidade dixital e no acceso á Rede como oportunidade de desenvolvemento e de participación.

6. Ser os referentes morais que sempre foron tamén dentro da Rede. Aprenderlles a reflexionar sobre a toma de decisións éticas nas súas relacións nas redes.

No referido ás actuacións familiares, o DCU Anti-Bullying Center de Dublin, prevención do ciberacoso:

- Falar e escoitar aos fillos e fillas sobre o seu uso de Internet e as redes sociais.
- Investir tempo en conversar sobre o ciberacoso e preguntarlles si estiveron implicados algunha vez nestas situacións.
- Supervisar as actividades na Rede e non ter un exceso de confianza.
- Dicir aos e ás menores que non van ser culpabilizados ou culpabilizadas se son vítimas de ciberacoso. Non ameazar con quitarlles o móbil xa que esta é a principal razón pola que non din aos adultos e ás adultas que están sendo vítimas de ciberacoso.

Algunhas “receitas”:



- Evita o contacto excesivo e temperá (0-3) aos dispositivos móbiles
- Evita o uso a altas horas da madrugada dos dispositivos móbiles
- Acorda os momentos nos que as tecnoloxías non deban estar presentes, por desprazar un valor superior como a conversa familiar. Mais que tempos, marca pautas de cando non deben usarse ou usos que non se permiten.
- Comparte momentos con tecnoloxía e fomenta usos e prácticas creativas e positivas. Acompaña e divértete.
- Procura actividades de ocio con e sen tecnoloxía
- Controla as etiquetas PEGI dos videoxogos ou acompaña no seu uso
- Desenvolver habilidades de vida e de relación (adiantar o que vai pasar, protexer e valorar a privacidade, resolución de conflitos ...)
- Fala na familia sobre o que sucede nas redes, das relacións que alí se establecen.
- Lembra que controlar non é educar.