

ASeGÚRATE De
Que Quieres
PUBLICARLO...



ASeGÚRATE De
Que NO HACES
DAÑO...



@SeGÚRAT 



ASeGÚRATE De
Que Quieres
COMPARTIRLO...



ASeGÚRATE De
Que De VERDAD
CONTROLAS...

Rosario Del Rey (Coord.) | José A. Casas |
Joaquín Mora-Merchán | Lydia Nacimiento |
Elena Díaz | Paz Elipe | Carmen Gómez |
Susana Ramírez | Rosario Ortega



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE ECONOMÍA
Y COMPETITIVIDAD



EDU2013-44627-P



Programa Asegúrate

Sexting, Ciberbullying y Riesgos Emergentes en la Red: Claves para su Comprensión y Respuesta Educativa ([EDU2013-44627-P](#))



Rosario Del Rey (Coord.), José A. Casas,
Joaquín Mora-Merchán, Lydia Nacimiento, Elena Díaz,
Paz Elipe, Carmen Gómez, Susana Ramírez y Rosario Ortega



ISBN 978-84-16989-42-3



Prólogo

La incursión de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en nuestras vidas ha supuesto toda una revolución. Entre todos los contextos de la vida de los seres humanos que se han visto transformados por la utilización de elementos digitales o virtuales debemos destacar uno, el de la **interacción entre las personas**.

Hoy comunicarnos y relacionarnos a través de un ordenador o un dispositivo móvil implica el uso de la denominada **comunicación mediada** por ordenador, en cuya definición está implícita la creación de comunidades, es decir, crear redes de personas que mantienen un nodo con otras, ya sea por intereses comunes, por aficiones o por cualquier otro motivo que establezca un nexo. Hecho que ha enriquecido, pero también complejizado enormemente, nuestra vida social.

Bastaría tan sólo con cuestionarnos nuestra vida sin el teléfono móvil, sin el ordenador o simplemente sin la multitud de microprocesadores instalados en alguno de los utensilios que habitualmente pasan por nuestras manos un día cualquiera, para tomar conciencia de la importancia que han adquirido las TICs en nuestras vidas y en la sociedad en general. Desde nuestro punto de vista, no sería ilógico afirmar que la omnipresencia tecnológica **ha modificado la realidad en la que vivimos**. Y aún más la presencia de la red de redes, Internet.

Estos cambios nos están exigiendo un conocimiento y control que no siempre hemos adquirido. Por ello, es importante que, desde los centros educativos, se potencie el conocimiento y

dominio de las claves que rigen la comunicación online y, por tanto, las relaciones online y su conexión con las relaciones físicas u offline. Una formación que permita a alumnos y alumnas, pero también a profesorado y familias, comprender y hacer buen uso de su condición de ser un **ciudadano y ciudadana digitalizada**. **Asegúrate** es una propuesta que pretende **ayudar** al profesorado y las familias a contribuir **a ello**. Esperamos que sea de utilidad para todos y todas.



Índice

Asegúrate, un programa para la mejora de las relaciones sociales y virtuales	7
Objetivos de Asegúrate	9
Metodología de Asegúrate	10
Asegúrate para Tercer Ciclo de Educación Primaria	12
Asegúrate para Educación Secundaria	14
Valoración y evaluación de Asegúrate	17
Sesiones para Educación Primaria	19
En línea... Escribiendo.....	21
#Gossiping	26
#Cyber-asegúrate.....	34
¿Qué quieres ser de mayor?	46
#NETIQUETAS.....	52
Sesiones para Educación Secundaria	61
En línea... Escribiendo.....	64
#YOELIJOQUIÉN SOY	68
¿QUIÉN SOY? ¿QUIÉN DIGO SER?	68
#ElegiendoAmigos.....	74
#Cyber-asegúrate.....	86
#Sexting-asegúrate	98
¿Qué quieres ser de mayor?	105
#NETIQUETAS.....	111



Asegúrate, un programa para la mejora de las relaciones sociales y virtuales

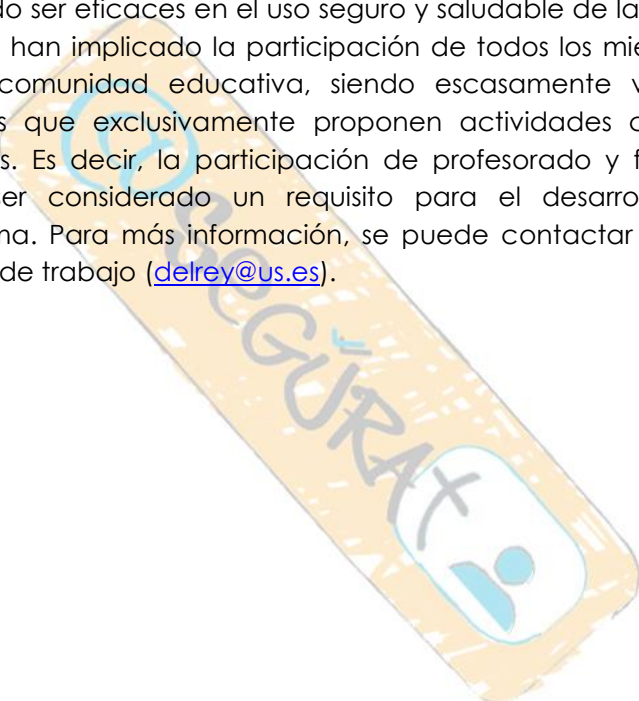
Asegúrate es una iniciativa desarrollada gracias a la financiación del Ministerio de Economía y Competitividad con el proyecto **Sexting, Cyberbullying y Riesgos Emergentes en la Red: Claves para su Comprensión y Respuesta Educativa** (EDU2013-44627-P) en el que participan profesionales de dos grupos de investigación de Andalucía: el IASED (Interpersonal Aggression and Socio-Emotional Development, SEJ-580) de la Universidad de Sevilla y el LAECОВI (Laboratorio de Estudios Sobre Convivencia y Prevención de la Violencia, HUM-298) de la Universidad de Córdoba.

Asegúrate es un programa de intervención que pretende servir de ayuda a los centros educativos en la tarea de educar a su alumnado a conocer las implicaciones que puede tener el uso de las redes sociales virtuales y potenciar en ellos una reflexión sobre las consecuencias de los comportamientos que solemos tener en ellas. Mediante esta reflexión se pretende reforzar la actitud entre el alumnado de **pensar antes que actuar**, lo cual suele ser poco habitual en los entornos virtuales.

Se recomienda que **Asegúrate** sea implantado **integrándolo** en el seno del proyecto de **convivencia del centro**, ya que puede suponer un enriquecimiento del mismo al abordar los múltiples retos que las redes sociales presentan diariamente y que han ampliado las dimensiones de la convivencia transformándola en ciberconvivencia.

Para ello, es importante que el programa se implique además del alumnado al profesorado y las familias. En el presente

material se ofrece una secuencia de actividades a desarrollar con el alumnado de **tercer ciclo de primaria** y de **Secundaria**. Adicionalmente, se debe implantar la **Campaña de sensibilización** y la **formación de profesorado y familias** que el grupo de trabajo ofrece. En este sentido, es importante tomar en consideración que hasta la fecha, los programas que han mostrado ser eficaces en el uso seguro y saludable de las redes sociales han implicado la participación de todos los miembros de la comunidad educativa, siendo escasamente valiosos aquellos que exclusivamente proponen actividades con los menores. Es decir, la participación de profesorado y familias debe ser considerado un requisito para el desarrollo del programa. Para más información, se puede contactar con el equipo de trabajo (delrey@us.es).



Objetivos de Asegúrate:

- Sensibilizar sobre la naturaleza de la comunicación en las redes sociales y sus implicaciones.
- Potenciar la autoreflexión en el uso de las redes sociales virtuales.
- Proporcionar los conceptos y funcionamientos básicos de herramientas digitales para realizar un uso seguro y saludable de ellas.
- Promover la elaboración de netiquetas que faciliten la calidad de las relaciones sociales y virtuales.
- Conocer los riesgos que pueden aparecer vinculados a las redes sociales, como el cyberbullying, el sexting y el gossip.
- Prevenir la aparición de dichos riesgos y estimular el uso positivo de las redes sociales virtuales.

Metodología de Asegúrate:

Asegúrate pretende que el alumnado, aunque también profesorado y familias, adquiera una actitud reflexiva ante el uso de las redes sociales y los entornos virtuales. No busca ofrecer una imagen negativa de las redes sociales, sino la comprensión de que en los entornos virtuales las normas y convenciones de las relaciones interpersonales no deben ser los mismos que en las relaciones cara a cara. Es decir, aunque las normas básicas en las relaciones interpersonales deben ser las mismas independientemente de dónde acontezcan, es importante considerar que, ante contextos distintos, las normas concretas quizás deban diferir dadas las características singulares de dichos contextos. Por ejemplo, la necesidad de utilizar emoticonos en los mensajes de texto de WhatsApp al no tener la información del lenguaje no verbal.

Para comprender dichas diferencias entre el contexto físico y virtual, las sesiones de Asegúrate incluyen material audiovisual, disponible en la web, noticias de prensa y una secuencia de tareas comunes con las que se promueve la identificación de dichas diferencias y estimula la reflexión personal ante las relaciones que se mantienen en los entornos virtuales. Concretamente, la secuencia tiene cinco tipos de actividades:

Trending topic: destinada a identificar en el grupo clase lo que suele percibirse como normal en las redes sociales a través del análisis de situaciones reales o realistas.

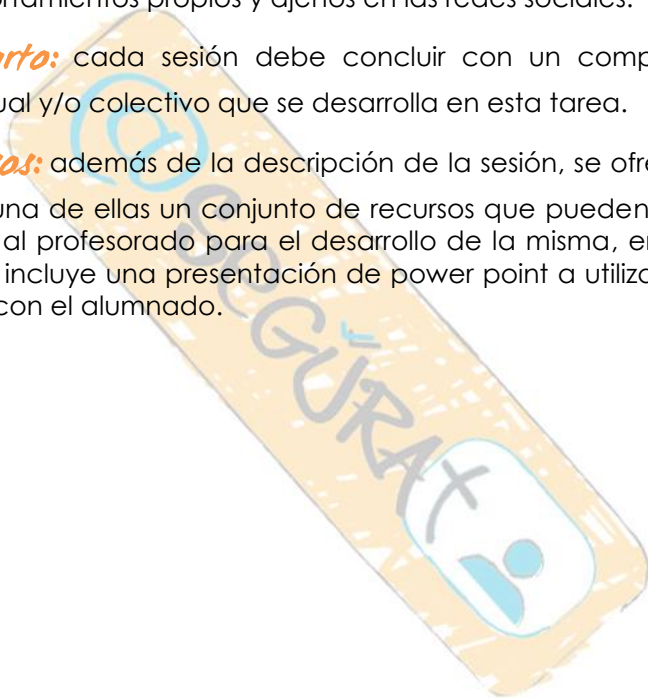
Mi perfil: pretende propiciar en el alumnado una reflexión sobre sus propias prácticas en las redes sociales, mas allá de lo que se percibe como normal.

Párate a pensar: centrada en el análisis de las razones que nos llevan a nosotros y a los demás a comportarnos de una determinada manera en las redes sociales.

Me gusta/No me gusta: provoca la identificación de las posibles consecuencias positivas y negativas de los comportamientos propios y ajenos en las redes sociales.

Comparto: cada sesión debe concluir con un compromiso individual y/o colectivo que se desarrolla en esta tarea.

Recursos: además de la descripción de la sesión, se ofrece en cada una de ellas un conjunto de recursos que pueden ser de ayuda al profesorado para el desarrollo de la misma, entre los que se incluye una presentación de power point a utilizar en la sesión con el alumnado.



Asegúrate para Tercer Ciclo de Educación Primaria

Para trabajar con el alumnado de tercer ciclo de Educación Primaria, Asegúrate propone como deseable desarrollar cinco sesiones. Al margen de ello, cada equipo docente puede decidir si usarlas todas o no, pero siempre teniendo en cuenta que la investigación ha demostrado que en este tipo de programas deben desarrollarse, además de formación de profesorado y familias, al menos cuatro sesiones con el alumnado. Más adelante se describe cada sesión en detalle, pero a modo de síntesis, las sesiones que se proponen son:

Primera sesión: *En línea... Escribiendo...*

Con esta sesión se pretende reflexionar sobre las formas de comunicación en las redes sociales; asumir e identificar cambios que las redes sociales han traído a nuestras vidas, analizar las razones y motivos de lo que se hace y hacemos en las redes sociales; y promover la reflexión en primera persona sobre cómo cada una de nosotras y nosotros nos comunicamos en las redes sociales y sus posibles implicaciones.

Segunda sesión: *#Gossiping*

Centrada en reflexionar sobre el tiempo que dedicamos a observar la vida de los demás en las redes sociales; analizar las razones que nos llevan a hablar sobre los otros o extender rumores en las redes sociales; y conocer el impacto que nuestros comentarios pueden tener en los demás y en nosotros mismos.

Tercera sesión: #Cyber-asegúrate

Se aborda el concepto y las consecuencias del cyberbullying en todos sus implicados (víctimas, agresores y espectadores). Para ello, se sensibiliza al alumnado en relación a los temas de violencia digital y escolar; se analizan las conductas de su práctica diaria que pueden estar facilitando o reforzando la aparición de este fenómeno; y se facilita una reflexión sobre estrategias para evitar o, en su caso, salir de este problema y sobre el buen uso de las nuevas tecnologías.

Cuarta sesión: ¿Qué quieres ser de mayor?

Dedicada a tomar conciencia de la gran cantidad de tiempo y esfuerzo que dedicamos a nuestros juegos online y redes sociales (RRSS); recapacitar sobre el tiempo dedicado a las RRSS y a nuestra familia y amistades; analizar los aspectos positivos y negativos de nuestra excesiva actividad online; y descubrir la importancia de actuar ante la necesidad y la dependencia a las RRSS.

Quinta sesión: #NETIQUETAS

La última sesión pretende reflexionar sobre la necesidad y la utilidad de normas en los entornos virtuales; analizar los comportamientos que dificultan la convivencia; promover la reflexión personal para identificar qué comportamientos de uno o una misma resultan inadecuados; y crear un conjunto de normas propias que favorezcan la convivencia armónica en las redes sociales y fomentar su cumplimiento.

Asegúrate para Educación Secundaria

Para trabajar con el alumnado de Educación Secundaria Obligatoria, Asegúrate propone como deseable desarrollar ocho sesiones. Al margen de ello, cada equipo docente puede decidir si usarlas todas o no, pero siempre teniendo en cuenta que la investigación ha demostrado que en este tipo de programas deben desarrollarse, además de formación de profesorado y familias, al menos cuatro sesiones con el alumnado. Más adelante se describe cada sesión en detalle, pero a modo de síntesis, las sesiones que se proponen son:

Primera sesión: *En línea... Escribiendo...*

Con esta sesión se pretende reflexionar sobre las formas de comunicación en las redes sociales; asumir e identificar cambios que las redes sociales han traído a nuestras vidas, analizar las razones y motivos de lo que se hace y hacemos en las redes sociales; y promover la reflexión en primera persona sobre cómo cada una de nosotras y nosotros nos comunicamos en las redes sociales y sus posibles implicaciones.

Segunda sesión: *#YoElijoQuiénSoy*

Sesión dedicada a reflexionar sobre lo que se comparte en las redes sociales; valorar las razones que llevan a compartir un determinado contenido; identificar las consecuencias negativas de la obsesión por mostrar una determinada imagen; tomar conciencia sobre cómo la búsqueda de la aceptación social guía, en muchas ocasiones, el uso de las redes sociales; y analizar la relación existente entre un mal uso de las redes sociales y ciertos problemas de confianza y autoestima.

Tercera sesión: #EligiendoAmigos

Destinada a reflexionar sobre el significado de la amistad y cómo se utiliza este concepto en las redes sociales; analizar qué aportan las amistades en las redes sociales; conocer las implicaciones de aceptar amigos en nuestros perfiles en las redes sociales; y elaborar criterios que nos permitan establecer amistades seguras en las redes sociales.

Cuarta sesión: #Gossiping

Centrada en reflexionar sobre el tiempo que dedicamos a observar la vida de los demás en las redes sociales; analizar las razones que nos llevan a hablar sobre los otros o extender rumores en las redes sociales; y conocer el impacto que nuestros comentarios pueden tener en los demás y en nosotros mismos.

Quinta sesión: #Cyber-asegúrate

Se aborda el concepto y las consecuencias del cyberbullying en todos sus implicados (víctimas, agresores y espectadores). Para ello, se sensibiliza al alumnado en relación a los temas de violencia digital y escolar; se analizan las conductas de su práctica diaria que pueden estar facilitando o reforzando la aparición de este fenómeno; y se facilita una reflexión sobre estrategias para evitar o, en su caso, salir de este problema y sobre el buen uso de las nuevas tecnologías.

Sexta sesión: #Sexting-asegúrate

Focalizada en conocer y comprender el fenómeno sexting y sus

riesgos; analizar las principales razones de estas prácticas; tomar conciencia de las repercusiones de este fenómeno en las víctimas; reflexionar sobre la implicación personal en prácticas que podrían ser consideradas sexting; y aprender estrategias para prevenir este tipo de práctica.

Séptima sesión: *¿Qué quieres ser de mayor?*

Dedicada a tomar conciencia de la gran cantidad de tiempo y esfuerzo que dedicamos a nuestros juegos online y redes sociales (RRSS); recapacitar sobre el tiempo dedicado a las RRSS y a nuestra familia y amistades; analizar los aspectos positivos y negativos de nuestra excesiva actividad online; y descubrir la importancia de actuar ante la necesidad y dependencia de las RRSS.

Octava sesión: *#Netiquetas*

La última sesión pretende reflexionar sobre la necesidad y la utilidad de normas en los entornos virtuales; analizar los comportamientos que dificultan la convivencia; promover la reflexión personal para identificar qué comportamientos de uno o una misma resultan inadecuados; y crear un conjunto de normas propias que favorezcan la convivencia armónica en las redes sociales y fomentar su cumplimiento.

Valoración y evaluación de Asegúrate

Los centros educativos que participan en la **validación** del programa **Asegúrate** reciben mediante una plataforma las encuestas que el alumnado debe rellenar antes y después del desarrollo del programa. Esta tarea es de vital importancia porque permite conocer cuáles son los cambios que se han generado tras el desarrollo de Asegúrate y si estos son los esperados o no. Información relevante para **seguir mejorando** el programa y, por tanto, el impacto del mismo entre el alumnado. Si quieres participar en este proceso sólo tienes que ponerte en contacto con la **coordinadora de Asegúrate, Rosario Del Rey** (delrey@us.es).

Al margen de ello, el **equipo de Asegúrate** insta a todo equipo docente que decida utilizar este material a evaluar el impacto del mismo de la forma que ellos consideren adecuada. Más allá del valor científico, es importante asumir la necesidad de las **Prácticas Basadas en la Evidencia**. Es decir, todos debemos contribuir a conocer si aquellas actividades y/o programas que desarrollamos promueven los cambios que deseábamos alcanzar cuando se decidió el desarrollo de los mismos. Por tanto, la evaluación es una tarea ineludible.

Adicionalmente a la evaluación del impacto del programa Asegúrate en su conjunto, es recomendable **valorar** la marcha del mismo tras cada una de **las sesiones**. Una sesión deberá ser positivamente valorada si con ella se consigue la participación activa del alumnado, la implicación personal en la realización de las tareas y en el debate. Este tipo de actividades, como las de Asegúrate, suelen tener un impacto en las propias

conversaciones de los alumnos. Eso sería un indicador positivo y señal de que el alumnado se ha implicado, clave para el cambio. En cualquier caso, la valoración de la actividad debe hacerse siempre en positivo. La participación en buenas redes de amistad es un objetivo a conseguir por todos. Se trata por tanto de entender las limitaciones que tienen las relaciones de amistad online en ocasiones, así como algunos riesgos presentes en el establecimiento de estos vínculos.



Sesiones



para

Educación

Primaria



En línea... Escribiendo...

Introducción:

Las redes sociales y su uso masivo han promovido un cambio en la forma de comunicarnos y de relacionarnos, no sólo en este contexto, sino en todos, físicos y virtuales. Sin embargo, estos cambios no han sido acompañados de un proceso de toma de conciencia sobre los mismos y menos aún sobre las posibles consecuencias positivas y negativas que de ello se pueden derivar. Por esta razón, se hace imprescindible asumir, desde el ámbito educativo, la promoción del uso seguro y saludable de las redes sociales. Para ello, un primer paso implicaría pararse a pensar, desde los propios contextos educativos, qué implica la normalización de estas nuevas formas de comunicación y asumir como reto los posibles cambios que se derivan de ello.

Objetivos:

- Reflexionar sobre las formas de comunicación en las redes sociales.
- Asumir e identificar cambios que las redes sociales han traído a nuestras vidas.
- Analizar las razones y motivos de lo que se hace y hacemos en las redes sociales.
- Promover la reflexión en primera persona sobre cómo cada una de nosotras y nosotros nos comunicamos en las redes sociales y sus posibles implicaciones.

Secuencia de tareas

Trending topic

La actividad comienza con la exposición de unas imágenes de los logotipos de las redes sociales. Se le pregunta al alumnado si las conocen, si creen que la gente las suele usar y cómo suele ser la comunicación en ellas. Se pretende que entre todo el grupo se reflexione sobre las convenciones de la comunicación en las redes sociales. Para ello se lanzarán preguntas tales como ¿Cómo nos comunicamos en las redes sociales? (para más ejemplos, ver recursos). Tras ello, se hace una breve síntesis sobre lo que las redes sociales han cambiado nuestras vidas para bien y para mal. Lo ideal es que esto se haga de forma participativa de forma que sea el propio alumnado el que vaya aportando ideas. El papel del profesorado en esta parte será más de facilitador, reforzando lo importante y añadiendo aquellas ideas que no salgan del alumnado (ver diapositivas 2 a 5).

Mi perfil

Tras la reflexión conjunta, se invita a la reflexión personal. Se pregunta ¿Por qué gustan tanto las redes sociales?, ¿Qué suelo hacer en ellas? (ver diapositivas de 6 y 7). Posteriormente, en pequeños grupos deben rellenar una tabla de doble entrada (ver recursos, diapositiva 8) donde escriban cómo reaccionarían ante determinadas situaciones en función de si se le presentan cara a cara o en las redes sociales. A continuación, se les pide una reflexión personal sobre prácticas cotidianas como, por ejemplo, poner el estado de la red social y que se paren a pensar por qué y para qué lo hacen (ver diapositiva 9).

Párate a pensar

Seguidamente se ponen en común las opiniones de los distintos grupos y se hace una pequeña reflexión sobre la necesidad de tener en cuenta los niveles de intimidad de las relaciones cuando nos comunicamos (diapositiva 10). Aquí introduciremos una reflexión sobre el significado del concepto de amistad en las redes sociales (diapositiva 11). Para ello se les pedirá que, en los grupos de trabajo que están organizados, rellenen un cuadro pensando en las ventajas e inconvenientes que aporta estar en muchos grupos de Whatsapp (diapositiva 12). El objetivo es que reflexionen sobre la relación que tienen con las diversas personas con las que se comunican a través de las redes.

Me gusta/No me gusta

Posteriormente, se visualizará el video “amistades sin medida” (ver recursos). Este vídeo llama la atención sobre la importancia de respetar siempre la privacidad de otras personas y de no publicar nada sin su consentimiento explícito (ver diapositiva 13).

Comparto

Tras el visionado del vídeo se abrirá un debate sobre qué podemos hacer para evitar el problema visto en el vídeo y otros que las alumnas y alumnos creen que son importantes en la comunicación a través de las redes sociales. La idea es que cada alumno y alumna asuma un compromiso sobre qué alerta va a activar en relación a su comunicación en las redes sociales y con las personas que más le importan. Asimismo, sería deseable un compromiso grupal. Por ejemplo, si hay grupos de Whatsapp, establecer algunas normas de uso que mejoren la comunicación entre ellos y evite malos entendidos y conflictos (ver diapositiva 14).

Recursos

Trending topic

- ¿Qué cosas se hacen en las redes sociales?
- ¿Cómo nos comunicamos en las redes sociales?
- ¿Qué nos permiten las redes sociales?
- Cosas típicas de comunicarse en las redes sociales:
- Cuando se manda un mensaje se espera que ...
- Cuando se sube una fotos se espera que
- Cuando comentas algo se espera que ...
- Cuando nos se cumple lo que se espera ...

Mi perfil

Cara a cara

Redes
sociales

Te encuentras a tu íntimo amigo/a

Te cruzas con alguien muy guapo/a

Un desconocido te cuenta un problema personal

Te encuentras las llaves /contraseñas de alguien

Se enseñan una foto íntima de alguien

Ves que se están riendo de alguien

Me gusta/No me gusta

Vídeo "amistades sin medida".

<https://www.youtube.com/watch?v=ELDIQj1aLmo>



#Gossiping

Introducción:

Las personas tenemos una curiosidad innata hacia lo que sucede en nuestro entorno. Antes de la irrupción de los medios de comunicación, esa curiosidad se centraba en lo que sucedía en nuestros círculos más cercanos y, más recientemente, en lo que se mostraba en la televisión o en la prensa escrita. Ahora, con la llegada de las redes sociales, nuestro interés por lo que sucede en estos espacios ha aumentado y dedicamos buena parte de nuestro tiempo no solo a observar lo que los otros hacen, sino también a comentarlo. Esta dinámica ha favorecido que, muchas veces sin pensarlo lo suficiente, se hayan extendido rumores u opiniones con efectos devastadores a quienes convertimos en objeto de nuestra atención. Así, en una sociedad en la que gran parte de lo que hacemos está expuesto a la opinión de los demás, se hace necesario que reflexionemos sobre el impacto que tienen nuestras actuaciones en las redes sociales y que empaticemos con aquellos que pueden ser potencialmente objeto de nuestros comentarios.

Objetivos:

- Reflexionar sobre el tiempo que dedicamos a observar la vida de los demás en las redes sociales.
- Analizar las razones que nos llevan a hablar sobre los otros o extender rumores en las redes sociales.
- Conocer el impacto que nuestros comentarios pueden tener en los demás y en nosotros mismos.

Secuencia de tareas

Trending topic

Buena parte de la actividad diaria de la sociedad se emplea en intentar saber qué está haciendo el resto. Las redes sociales y los realities televisivos utilizan la intimidad como productos de consumo abierto al público general, transmitiendo la idea de que es "normal" juzgar la vida de los demás. Por otra parte, el "cotilleo" es algo que ha existido siempre, si bien, la aparición de las TIC's ha supuesto una posibilidad de amplitud y difusión de la información sin precedentes, pudiendo extenderse un rumor en cuestión de días a una enorme audiencia. En esta primera parte de la sesión se pretende que el alumnado conozca este fenómeno y reconozca cómo seguramente en algún momento ha formado parte de él (diapositiva 2). En la diapositiva 3, se incluye un cuento que ejemplifica el problema de juzgar sin tener toda la información y cómo las razones que están en la base de los comportamientos de las personas pueden cambiar nuestra opinión sobre ellas. Tras leerlo, se pasa a la diapositiva 4 para reflexionar sobre cómo las redes sociales se prestan, especialmente, a la distorsión de la información.

Mi perfil

A continuación, se pretende que la actividad se centre en qué hacen los propios alumnos. Para ello se propone que reconozcan como verdaderas o falsas algunas afirmaciones (diapositiva 5, ver recursos). Se propone que primero las revisen de forma individual y que luego se respondan entre todos, analizando las posibles diferencias entre unos y otros, pero evitando la valoración de la realidad de cada uno.

Párate a pensar

Seguidamente, se propone hacer una pequeña reflexión sobre por qué nos gusta saber qué hacen los demás y comentarlo (diapositiva 6). Para profundizar en la actividad se puede discutir sobre qué variables influyen en estas razones (diapositiva 7, ver recursos). Por ejemplo: ¿nos interesa más un tipo de información que otra?, ¿es lo mismo ser cotilla que ser curioso?, ¿es negativo por sí mismo estar interesado en conocer la vida de los demás?, ¿es lo mismo un comentario que un juicio?, Cuando comento la vida de los demás, ¿lo hago desde una posición de superioridad (me creo mejor que...)?, ¿es comentar la vida de los demás una forma de evitar afrontar mis propios problemas?

Me gusta/No me gusta

En este apartado se analizarán las consecuencias, negativas y positivas, de estos comportamientos (diapositivas 8 y 9). Es importante focalizar la atención del alumnado no solo en las consecuencias que ellos mismos experimentan (por ejemplo, tener más información), sino también sobre los efectos que este tipo de conductas tienen sobre quien se convierte en objeto del comentario.

Comparto

Para finalizar, el alumnado deberá plantearse cómo controlar este comportamiento y los efectos negativos que puede tener (diapositiva 10). Tras la discusión en grupos pequeños sobre qué se puede hacer y la presentación de las principales estrategias al resto de la clase, se sugiere ver el vídeo que aparece en las diapositivas 11 y 12, que ofrece tres claves muy simples para controlar la aparición de rumores (comprobar la veracidad de la información, su bondad y la utilidad para quien los recibe). En

la última diapositiva, la 13, se incluye una frase en la que se remarca la idea de que si colaboras en este tipo de práctica debes recordar que es muy probable que, en algún momento, seas víctima de la misma.

Recursos

Trending topic

- El gossip (cotilleo) hace alusión al hecho de hablar y extender información sobre la conducta y la vida personal de otra persona. Con la aparición de las TIC's la posibilidad de expansión de esta información es hoy más amplia y rápida que nunca pudiendo en muy poco tiempo expandirse cualquier rumor con efectos devastadores para la persona objeto del mismo.
- Cada vez dedicamos más tiempo a Internet y menos a salir por ahí con los amigos.
(<http://www.20minutos.es/noticia/765886/0/encuesta/empleo/tiempo/#xtor=AD-15&xts=467263>)
- Según se desprende de los estudios e investigaciones realizadas por el antropólogo Robin Dunbar, en una conversación rutinaria con otra persona, **dedicamos el 65% del tiempo a hablar sobre nuestra vida o la de personas que conocemos. En conclusión, nos gusta chismorrear.**
(<https://lamenteesmaravillosa.com/por-que-somos-cotillas/>)
- La actividad más común en internet es **“Cotillear” en las redes sociales.** [...] las redes sociales se presentan como el escaparate de todas las novedades que pueden contarnos nuestros amigos. Sin embargo, muchas veces se emplean también para averiguar de manera discreta qué estará haciendo aquella persona con la que ya no tenemos relación o saber más de alguien que acabamos de conocer o deseamos conocer en profundidad. De cualquier manera,

ocupa más de una hora diaria de media (<http://www.lagranepoca.com/vida/43990-cuales-son-las-actividades-de-ocio-a-las-que-dedicamos-mas-tiempo-en-internet.html>)

Mi perfil

	Verdadero	Falso
Me gusta saber qué dicen de mí mis amigos		
Me gusta opinar de lo que dicen los demás, pero no que los demás opinen sobre mí		
Creo que juzgar a los demás y difundir nuestro juicio (p.e., en Whatsapp) es algo normal		
Solo comparto información (p.e., en Whatsapp) cuando tengo permiso de la persona implicada		
Cuando veo un comentario que me hace gracia sobre un contacto sigo la broma, aunque no tenga claro si es verdad		
Solo publico información (p.e., en Whatsapp) después de asegurarme que no puede hacer daño a nadie		
Compartir información falsa sobre otra persona es, sobre todo, una broma		

Párate a pensar

- ¿Nos gustan más saber de unas cosas que de otras?

Es normal que cada uno tengamos unos intereses distintos. No obstante, actualmente los medios de comunicación dirigen nuestra atención hacia los temas que nos interesan. Así, encontramos que de un día para otro nos hemos enterado de la vida privada de tal o cual persona.

- ¿Es negativo por sí mismo estar interesado en conocer la vida de los demás?

El problema no es interesarse por la vida de los demás, el problema es utilizar esa información para juzgar y dañar a esa persona.

- ¿Es lo mismo un comentario que un juicio?

Es importante enfatizar que NUNCA debemos juzgar a los demás y mucho menos sin tener toda la información. Las redes sociales se prestan, especialmente, a este tipo de conductas ya que nos dan una información muy parcelada de la realidad.

- Cuando comento la vida de los demás, ¿lo hago desde una posición de superioridad (me creo mejor que...)?

El juicio siempre se hace desde un lugar de superioridad. Cosa distinta es el interés genuino por la vida de la gente que es importante para nosotros.

- ¿Es comentar la vida de los demás una forma de evitar afrontar mis propios problemas?

Todas y todos tenemos material más que suficiente en nuestras propias vidas para comentar. Utilizar material de otra persona, y más sin su consentimiento, es una forma de evitar hablar de nosotros. Hay gente que basa su existencia en contar la vida de los demás.

Me gusta/No me gusta

- “Imaginen. Ángel tiene 19 años. Sale de la facultad y, de camino a casa, ojea la página de Informer de su universidad con el móvil. Parece que es el destinatario de uno de los mensajes publicados, aunque prefiere ignorarlo. Continúa leyendo y descubre que, de hecho, es el protagonista de muchos de los comentarios de la página. Y así, entre comentario y comentario, se descubre a sí mismo siendo víctima de ciberacoso. De un delito. Penal. [...] El acosador de Ángel podría ser sancionado con una orden de alejamiento o comunicación, con una multa económica, o incluso podría ir a prisión –dependiendo de la gravedad–. Además, si fuese imputado de un delito de amenazas no condicionales, podría enfrentarse a una condena de entre 6 meses y dos años de prisión.”
(<http://www.lavanguardia.com/vida/20130207/54366428715/informer-cotilleo-delito.html>)
- Sarah Lynn Butler había sido elegida como reina del festival de octubre de su clase de séptimo grado en Arkansas. Pero decidió suicidarse antes, el 26 de septiembre de 2009. También fue víctima de bullying a través de su página de MySpace. Sus compañeros de clase difundían rumores de que ella era una chica “fácil” y dejaban mensajes de que “era una chica estúpida e ingenua”. Antes de ahorcarse en su cuarto, dejó una nota expresando que ya no aguantaba lo que los demás decían de ella. Tenía sólo 12 años.
(<http://www.elnuevodía.com/noticias/locales/nota/casosde-cyberbullyingqueterminaronensuicidio-1452093/>)
- Famosos que cierran sus cuentas de twitter por los comentarios de los usuarios
(<http://www.eluniversal.com.mx/articulo/espectaculos/farandula/2016/03/3/los-famosos-que-abandonan-twitter>)

- La app de cotilleos para adolescentes Gossip provoca conflictos en escuelas catalanas (<http://www.lavanguardia.com/vida/20130125/54363092753/app-cotilleos-adolescentes-gossip-conflictos-escuelas.html>)

	Consecuencias negativas	Consecuencias positivas
Para quien publica los rumores		
Para quien los recibe		

Comparto

Vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=Rj-zseUqQxk>

En este vídeo se ofrecen tres claves muy simples para controlar la aparición de rumores: comprobar la veracidad de la información, su bondad y la utilidad para quien los recibe.

La conversación del vídeo en la que se narra esto sigue más o menos esta secuencia.

Espera un momento, antes de decirme nada de mi amigo:

- ¿Estás segura de que lo que me vas a decir es cierto? VERACIDAD DE LA INFORMACIÓN
- ¿Lo que me vas a decir de mi amigo, es bueno? BONDAD
- ¿Necesito conocer esa información? UTILIDAD

Si no es absolutamente fiable, ni es bueno, ni me sirve para nada, mejor no me lo digas.

#Cyber-asegúrate

Introducción:

El acoso escolar (bullying) es un fenómeno que se muestra de un modo cada vez más frecuente en nuestra sociedad, siendo uno de los principales problemas que afectan a la convivencia en los centros educativos y una preocupación para las y los educadores. La generalización del acceso a las tecnologías de la información y comunicación y su uso masivo han permitido que las Nuevas Tecnologías (NNTT) sean un escenario a través del que se pueden desarrollar conductas de acoso, dando lugar al cyberbullying. Ante esta situación, concienciar al alumnado sobre las implicaciones que tienen estos fenómenos, hacerlo reflexionar sobre su responsabilidad en los mismos y dotarlo de estrategias para frenarlos son importantes objetivos que deben abordarse desde los ámbitos educativo, familiar y social.

Objetivos:

- Informar y reflexionar sobre el concepto y consecuencias del cyberbullying en todos sus implicados (víctimas, agresores y espectadores).
- Sensibilizar al alumnado en relación a los temas de violencia digital y escolar.
- Analizar qué conductas de su práctica diaria pueden estar facilitando o reforzando la aparición de este fenómeno.
- Facilitar una reflexión sobre estrategias para evitar o, en su caso, salir de este problema y sobre el buen uso de las nuevas tecnologías.

Secuencia de tareas

Trending topic

Se realizará el visionado del vídeo de Amanda Todd, adolescente que sufrió cyberbullying, sexting y sextorsión y colgó un video en Youtube, antes de suicidarse explicando su caso (diapositiva 2). Posteriormente, se examinará de forma interactiva con el grupo-clase el vídeo de forma oral identificando el concepto de cyberbullying y distintos aspectos de este fenómeno (ver diapositivas 3 a 6). Para ello, se preguntará al alumnado sobre sus ideas en relación al concepto de cyberbullying, por qué sucede, quiénes son los implicados, consecuencias y daños (para más información, ver recursos) tomando como ejemplo el vídeo que acaban de ver, pero animándolos a aportar información de otros casos o situaciones conocidas.

A continuación, se les mostrarán diferentes casos de adolescentes que han sufrido cyberbullying en distintas áreas geográficas (ver diapositivas 7 a 8) y se les contará de forma resumida la historia de cada uno (para más información, ver recursos). Los casos que se mostrarán son: Allen Halckic; Romina Perrone; Phoebe Prince; Ryan Halligan, entre otros casos donde no aparece el nombre de la víctima.

Mi perfil

En esta actividad se pretende que el alumnado reflexione sobre las actuaciones que forman parte de su vida diaria y que pueden estar facilitando o reforzando una situación de cyberbullying. Es una toma de conciencia personal sobre las propias actuaciones. El objetivo es acercar el fenómeno del cyberbullying a la realidad del alumnado y hacerles ver que ellos y ellas pueden estar implicados, incluso sin ser conscientes de ello. Algunas de las actuaciones de nuestra vida pueden estar normalizando conductas que no deben tolerarse (enviar fotos en las que nos reímos de alguien o vídeos sobre agresiones que parecen graciosas, entre otras). Se puede empezar la reflexión

con la pregunta *¿Alguno de nosotros hemos apoyado alguna vez una situación de cyberbullying? ¿Cuál?* En caso de que las respuestas sean negativas se pueden plantear situaciones concretas: *Si recibierais estas fotos que aparecen en el power point, ¿las enviaríais o compartiríais?* (ver diapositivas 9 y10). Para más información, ver recursos.

Párate a pensar

A continuación, el alumnado debe considerar cuáles son las posibles causas de las conductas de refuerzo o agresión que realizan ante esta situación. Para ello, se presentan falsas ideas sobre el cyberbullying y se les pide que digan cuál/es de ellas han pensado alguna vez. Así se inicia una votación y se reflexiona sobre las mismas (ver diapositiva 11). Después de esta actividad, se organiza al alumnado en grupos de 4 o 5 personas y se les pide que escriban en post-it otras causas por las que tendemos a colaborar o reforzar esas conductas (porque es muy divertido, porque se lo merece, porque es una broma y no hace daño, etc.). Después se les pedirá que cada grupo, pegue dichos post-it con las causas en una cartulina.

Me gusta/No me gusta

Permaneciendo el alumnado en grupos, se proyecta el vídeo de "Ciberbullying" de la Campaña de PantallasAmigas, el Defensor del Menor y Metro Madrid (diapositiva 12). A continuación, debe intentar detallar ejemplos de consecuencias que el cyberbullying puede tener en cada uno de nosotros (diapositiva 13). Se pretende sensibilizar al alumnado en dos direcciones. Por un lado, que tomen conciencia de que las agresiones virtuales pueden dañar tanto como las físicas y, por otro, que el daño no es exclusivo para la víctima, sino que todos y cada uno nosotros nos vemos afectados por el cyberbullying. Una vez trabajado en pequeño grupo, es importante dedicar unos minutos a compartir los trabajos en el grupo aula.

Comparto

Para terminar la sesión, se leerá el caso de Lorena (diapositiva 14) y se pedirá que intenten identificar cómo se sienten cada una de las protagonistas de la historia. Para ello, puede ser de ayuda, preguntar a algunos alumnos, uno por uno, ¿cómo te sentirías si fueras Lorena?, ¿cómo te sentirías tú si fueras Marta?, ¿cómo te sentirías tú si fueras alguna del resto del grupo?, ¿Te gustaría que te lo hicieran a ti? Si te pasara algo como esto, ¿qué harías?, ¿a quién se lo contarías? La idea es terminar la sesión dando a entender al alumnado que a todos nos puede pasar alguna situación de este tipo y que, por tanto, todos debemos intentar contribuir a que esto no suceda y, si sucede, intentar frenarlo.

Recursos

Trending topic

¿Qué es el Cyberbullying?

El cyberbullying es el uso de los medios telemáticos (Internet, telefonía móvil y videojuegos online principalmente) para ejercer el acoso entre iguales. Se puede afirmar que estamos ante un caso de cyberbullying cuando un o una menor atormenta, amenaza, hostiga, humilla o molesta a otro/a mediante Internet, teléfonos móviles, consolas de juegos u otras tecnologías telemáticas.

¿Qué no es el cyberbullying?

Dado que hablamos de acoso entre iguales, tiene que haber menores en ambos extremos del ataque para que se considere cyberbullying: si hay algún adulto, entonces estamos ante algún otro tipo de ciberacoso.

Tampoco se trata de adultos que engatusan a menores para

encontrarse con ellos fuera de la Red o explotar sus imágenes sexuales.

Además, el cyberbullying comparte con el bullying tradicional una:

- Repetición. Cuando se produce una situación de violencia *mantenida*, física o mental, realizada por un niño o por un grupo de niños y dirigida contra otro niño que no es capaz de defenderse a sí mismo. Estamos hablando de una frecuencia de agresión que implica que suceda esto, al menos, una vez a la semana.
- Para que hablemos de bullying esta situación debe desarrollarse en el *ámbito escolar*.
- Intencionalidad. El bullying se refiere a todas las formas de actitudes agresivas, *intencionadas* y repetidas, que ocurren sin motivación evidente, adoptadas por uno o más estudiantes contra otro u otros.
- Desequilibrio de poder. El bullying es la consecuencia de una situación de desequilibrio de poder entre dos partes: la parte débil (hostigado) y la parte dominadora (hostigador), la cual abusa de ese desequilibrio para maltratar intencionadamente al hostigado de manera violenta y agresiva. La relación asimétrica se extiende, además, a través de reiterados acosos y hostigamientos que pueden trasladarse incluso fuera del horario escolar, aislando a la víctima e impidiendo que pueda defenderse y solucionar el conflicto por sí sola. Por lo tanto, la asimetría condiciona un tipo de comunicación interpersonal en el que la persona que agrede oprime a la persona hostigada dejándola sin posibilidad de responder y convirtiéndola en el objeto pasivo del maltrato.

Este fenómeno presenta características específicas que amplían las consecuencias y la posibilidad de la agresión. Cabe destacar el fuerte impacto, ya que muestra su agresión al mundo. Esto contribuye y magnifica el “poder” del maltrato del agresor sobre

la víctima, incluso de forma permanente. De igual forma, internet permite el acceso a una fotografía, comentario, etiqueta o video denigrante las 24 horas, los 365 días del año, permaneciendo al alcance de todos de forma indefinida. Además, el agresor puede permanecer en el anonimato y la agresión está al alcance de cualquier usuario llegando, a veces, a ser la víctima la última en enterarse de que esto está ocurriendo.

- A continuación, se presentan algunos ejemplos de preguntas que pueden guiar la reflexión sobre el cyberbullying:
 - a. ¿Qué es el cyberbullying? ¿Qué no es cyberbullying? Se trata de establecer una distinción entre el fenómeno de cyberbullying y otras formas de agresión similares. En este caso se destaca que, para hablar de cyberbullying, es necesario que exista una frecuencia, una intencionalidad de hacer daño, un desequilibrio de poder, que no estén implicados adultos...
 - b. ¿Por qué sucede esto? Analizar qué aspectos están influyendo en las personas implicadas y en la interacción. Por ejemplo: los agresores buscan mejorar su estatus, ser el centro de atención, imponerse; mientras que los espectadores pueden verlo como algo divertido.
 - c. Destacar la responsabilidad de todos los implicados. En este caso es necesario reforzar la idea de que el culpable no es solo el agresor o los agresores, sino que, aquellos que lo permiten también están apoyando esta situación.
 - d. ¿Qué consecuencias tiene esto? Hacer un breve análisis sobre las consecuencias que tiene para todos los implicados: para la víctima la destrucción de sus elementos de defensa, la baja autoestima, la indefensión, el aislamiento; para el agresor, la disminución de la comprensión moral, de la empatía, creer que la única forma de relacionarse es mediante un modelo violento de relaciones y ser incapaz de hacerlo de otra manera; para los espectadores, que se acostumbran a vivir diariamente con el miedo, la reducción de la empatía, la normalización

de las conductas violentas, así como el aumento de la apatía, la insolidaridad y la falta de sensibilidad.

- Se incluye más información sobre los casos de cyberbullying:

Se suicidó después de ser acosado en una red social

Alleem Halkic, un joven de Melbourne de 17 años, se quitó la vida en 2009 tras haber sufrido cyberbullying en una red social online. El tribunal que juzgó el caso en 2011 sentenció que había muerto a consecuencia de un acto de violencia.



(Caso extraído de The Sidney Morning Herald)

Una niña de 10 años creó un exitoso grupo en Facebook para humillar a una compañera de clase

Romina Perrone, estudiante de 10 años en un colegio bonaerense, tuvo que sufrir que una compañera de clase crease un grupo en Facebook dando razones para odiarla. Llegó a sumar más de cinco mil fans y pese a los esfuerzos de la madre de Romina, Facebook se negaba a eliminarlo.



(Caso extraído de Ciberbullying.Wordpress.com)

La acosaron hasta provocar su muerte (e incluso después)

Nueve adolescentes (siete de ellos, chicas) fueron juzgados en 2010 por acosar y maltratar física, psicológicamente y a través de móviles y de Internet a una compañera de escuela, inmigrante irlandesa. Phoebe Prince, de 15 años, fue acosada, humillada y agredida durante tres meses por algunos compañeros del instituto hasta que no pudo aguantarlo más y se suicidó ahorcándose. El acoso siguió online tras su muerte.

El grupo de adolescentes que se sentará en el banquillo la insultaba a voces en los pasillos del colegio, en la biblioteca, en la cafetería o en el camino de vuelta a casa. La llamaban día tras día puta irlandesa y zorra, la empujaban, le tiraban cosas, le quitaban los libros de la mano y le mandaban mensajes de SMS con amenazas.



(Extraído de Ciberconvivencia.wordpress.com.)

Se rieron del raro hasta provocar su suicidio

Ryan se suicidó en 2003 después de años de agresión psicológica. Era acosado continuamente por ser supuestamente gay, afirma su padre. Tras años sufriendo diversos tipos de acoso, al llegar a la adolescencia una traición de un supuesto amigo tras una confidencia online derivó en la extensión del rumor de que era homosexual por todo el colegio. Una chica que le gustaba tonteó con él online haciéndole creer que le gustaba para después humillarlo en persona cuando él dio el paso fuera de la Red, además de distribuir los mensajes privados que había provocado con su fingido interés por él. Fue más de lo que pudo soportar.

Según palabras de su padre: Una cosa es sufrir bullying y ser humillado delante de unos pocos chicos. Una cosa es sufrir el rechazo de una chica y ver tu corazón destrozado. Pero tiene que ser una experiencia totalmente distinta a la de una generación anterior, cuando este dolor y esta humillación son ahora contemplados por una audiencia muchísimo mayor de adolescentes online. Creo que mi hijo habría sobrevivido a estos incidentes de no haber tenido lugar en Internet.

El caso fue clave para conseguir la aprobación de Ley de Prevención del Acoso en el Estado norteamericano de Vermont, siete meses después de la muerte de Ryan.



(Caso de Ryan Halligan, extraído de la web creada en su memoria.)

Mi perfil

A continuación, se incluyen ejemplos que corresponden a conductas propias de cyberbullying sobre las que se puede reflexionar (¿Alguno de nosotros ha hecho o recibido...?):

- He dicho o alguien me ha dicho palabras malsonantes o me ha insultado usando sistemas de mensajería instantánea (como Whatsapp, Twitter, Email, mensajes de texto, entre otros).
- He dicho o alguien ha dicho a otros palabras malsonantes sobre mí usando sistemas de mensajería instantánea (como Whatsapp, Twitter, Email, mensajes de texto, entre otros).
- He amenazado o alguien me ha amenazado a través usando sistemas de mensajería instantánea (como Whatsapp, Twitter, Email, mensajes de texto, entre otros).
- He pirateado o alguien ha pirateado mi cuenta de correo y ha sacado mi información personal. (ejemplo: A través de email o red social).
- He pirateado o alguien ha pirateado mi cuenta y se ha hecho pasar por mí (a través de mensajería instantánea o cuentas en las redes sociales).

- He creado o alguien ha creado una cuenta falsa para hacerse pasar por mí. (Twitter, Whatsapp, Instagram, entre otros).
- He colgado o alguien ha colgado información personal sobre mí en internet.
- He colgado o alguien ha colgado videos o fotos comprometidas mías en internet.
- He retocado o alguien ha retocado fotos mías que yo había colgado en internet.
- He sido excluido o ignorado de una red social o de chat.
- He difundido o alguien ha difundido rumores sobre mí por internet.
- He excluido o alguien me ha excluido de una red social o chat.

Me gusta/no me gusta

Vídeo de Cyberbullying: campaña de PantallasAmigas, el Defensor del Menor y Metro Madrid.
<https://www.youtube.com/watch?v=tX4WjDr5XcM>

Tabla para analizar las posibles consecuencias del cyberbullying para todos y cada uno:

Perfil	Consecuencias a corto y medio plazo	Consecuencias a largo plazo
Víctima		
Agresor		
Espectadores		
Familias		

Profesorado



¿Qué quieres ser de mayor?

Introducción:

Muchos chicos y chicas siguen e idolatran a famosísimos jóvenes que se dedican a subir videos en plataformas como YouTube o Vine. La primera más dedicada a realizar tutoriales de videojuegos y la segunda, Vine, más novedosa enfocada a subir video de contenido humorístico y elaboración de bromas o retos. Realizar este tipo de comportamiento requiere un enorme esfuerzo y una gran cantidad de tiempo para estar siempre a la última, conocer los videojuegos y sus trucos o pensar en guiones originales que permitan que la gente te siga y esté atento a todo cuanto subes. En ocasiones, muchos de estos chicos y chicas llegan a generar una verdadera dependencia tanto de las redes sociales como de los juegos online en los que participan descuidando sus vínculos familiares y de amistad. Esta actividad se convierte para ellos y ellas en una actividad frenética focalizada en conseguir una amplia difusión y popularidad en la red que les proporcione "satisfacción" y reconocimiento social. Pero no sólo estos chicos "profesionales" invierten esta cantidad de tiempo. Poco a poco asistimos a una creciente dependencia, de adultos y jóvenes, a sus dispositivos digitales interfiriendo esto, como cualquier otra dependencia, con el normal desarrollo de su vida diaria. Ser conscientes de este riesgo e identificar claves para prevenirlo y/o eliminarlo es, sin duda, una de las tareas que hemos de abordar desde el sistema educativo.

Objetivos:

- Hacernos conscientes de la gran cantidad de tiempo y esfuerzo que dedicamos a nuestros juegos online y redes sociales (RRSS).

- Recapacitar sobre tiempo dedicado a RRSS y a nuestra familia y amistades.
- Analizar los aspectos positivos y negativos de nuestra excesiva actividad online.
- Descubrir la importancia de actuar ante la necesidad y dependencia de las RRSS.

Secuencia de tareas

Trending topic

La actividad comienza con una pregunta generalizada a nuestro alumnado sobre qué quiere ser de mayor y qué creen que tienen que hacer para lograrlo. A continuación, se les muestra diferentes imágenes relativas a plataformas como youtube, un logotipo de una comunidad gamer y se les pregunta si conocen estos términos o a estas personas (diapositivas 1 y 2). En la siguiente diapositiva se les muestran algunos datos sobre el tiempo que pasamos a diario enganchados al Whatsapp (diapositiva 3).

Mi perfil

A partir de estos datos, se les pide que analicen su práctica diaria. En primer lugar, se les pide que rellenen, individualmente, una tabla (ver diapositiva 4 y recursos) en la que se incluye una lista de redes, tareas, tiempo y actividades. Posteriormente, se les pedirá que lo pongan en común en grupos de 4 o 5 e intenten hacer un promedio. Finalmente, pondremos en común esto con todo el grupo clase. El objetivo es que sean conscientes de que es mucho el tiempo, muchas las actividades y muy elevada la importancia de todo lo que hacemos y dedicamos a mantener la reputación online.

Párate a pensar

La actividad continúa pensando en cuáles son las razones por las que dedicamos tanto tiempo a realizar estas actividades. Para ello, se comenzará con una pregunta abierta para que el alumnado muestre sus creencias (diapositiva 5). Posteriormente, se les explicará, a modo de ejemplo, qué supone hacer o convertirse en un youtuber y el requerimiento de todo el tiempo y esfuerzo para ser una persona popular y con seguidores en las redes sociales y en plataformas de difusión de vídeos. Se trata de que se perciba que este comportamiento, así como la necesidad compulsiva de estar "on-line" se convierte muchas veces en una necesidad y dependencia y no en un elemento que enriquece nuestra vida (diapositivas 6 a 9). En la diapositiva 9 nuevamente volvemos a la pregunta de si estamos seguros que pasar mucho tiempo conectados es una "elección". Es importante, a este respecto, que el alumnado perciba que muchas veces detrás de lo que llamamos elección hay una "necesidad".

Me gusta/No me gusta

Este punto analizaremos las consecuencias positivas que tiene invertir tiempo en las redes sociales. Para ello expondremos algunas de las consecuencias positivas (diapositiva 10) y pediremos al alumnado que añada más. Evidentemente, el objetivo es dejar claro que no consideramos que pasar tiempo en las redes sociales sea malo. A continuación, haremos lo mismo con las consecuencias negativas (diapositiva 11). Para finalizar esta parte, mostraremos un vídeo sobre los problemas que puede generar estar todo el día enganchado al teléfono (diapositiva 12, ver recursos). Al final del mismo pediremos al alumnado que nos digan si se identifican con algo de lo que han visto o si conocen a alguien, como la niña del vídeo, con objeto

de reflexionar un poco más sobre esta “necesidad” de estar constantemente “online”.

Comparto

Finalmente, planteamos una reflexión sobre cuánto y en qué invertimos el tiempo que pasamos “offline” (diapositiva 13). Empezamos esta reflexión con algunas preguntas para todas y todos (diapositiva 14). Posteriormente, pedimos al alumnado que, individualmente, realice una tabla similar a la realizada con el tiempo on-line pero ahora con el tiempo off-line (ver diapositivas y recursos). Una vez realizado esto, le pediremos que comparen esta tabla con la anterior y saquen conclusiones sobre si creen que gestionan de forma adecuada su tiempo o si creen que hay algo que cambiar. En caso de que crean que hay algo que cambiar se les pedirá que lo escriban en post-it en forma de propósitos de cambio. Con los grupos de trabajo previamente formados le pediremos que incluyan estas frases (poniéndolas antes en común con el resto del grupo por si se repiten) en cartulinas.

Recursos

Trending topic

Artículo. ¿Cuántos mensajes enviamos y recibimos por Whatsapp? Disponible en <http://www.hijosdigitales.es/2013/10/%C2%BFcuantos-mensajes-enviamos-y-recibimos-por-whatsapp/>

Mi perfil

	Nº de Perfiles/ grupos	Horas que dedicas a subir, enviar, ...	Horas que dedicas a responder, mirar lo que otros suben	Nº de contactos o jugadores	Nº de videos o fotos subidos/ vistos
<u>Whatsapp</u>					
<u>Instagram</u>					
<u>Twitter</u>					
<u>facebook</u>					
<u>snapchat</u>					
<u>Juegos online</u>					
<u>Youtube</u>					
<u>Vine</u>					
<u>Otros</u>					

Me gusta/no me gusta

Vídeo. Pilar y su celular (2:30).
<https://www.youtube.com/watch?v=d3nDUXLavlcl>

Comparto

Toda la familia

Papá

Mamá

Hermanos/as

Amistades

**Clubs o
asociaciones**

Otros



#NETIQUETAS

Introducción:

Internet es una herramienta que permite la comunicación entre un gran número de personas y de diferentes partes del mundo, cuyos emisores y receptores utilizan los dispositivos electrónicos para poder establecer esta comunicación. Es por esto que, en ocasiones, no se recuerda que lo que está al otro lado de la pantalla es también una persona y de esta forma se abandona el uso de ciertas normas de respeto y convivencia. Por esta razón surge el concepto de netiquetas, entendidas como aquellas normas que regulan el correcto comportamiento de los usuarios en la red, cuyo conocimiento y aplicación resulta imprescindible desde que se empieza a entrar en el mundo digital para evitar situaciones que puedan no agradar al resto de usuarios. Sin embargo, las netiquetas no son aún reconocidas por todos los usuarios de redes sociales y, por ello, es importante que se trabaje sobre ello desde los centros educativos. Si aprendemos a relacionarnos, disminuirémos el riesgo de pelearnos.

Objetivos:

- Reflexionar sobre la necesidad y utilidad de normas en los entornos virtuales.
- Analizar los comportamientos que dificultan la convivencia.
- Promover la reflexión personal para identificar qué comportamientos de uno o una misma resultan inadecuados.
- Crear un conjunto de normas propias que favorezcan la convivencia armónica en las redes sociales y fomentar su cumplimiento.

Secuencia de tareas

Trending Topic

La sesión comienza con la exposición de una serie de imágenes que hacen referencia a malos comportamientos en las redes sociales tales como insultos, faltas de ortografía, etiquetar a personas sin consultarles o aceptar solicitudes de amistad de alguien que no conocemos (diapositiva número 2). Se solicita al grupo de alumnos que diga si suelen suceder estas cosas en las redes sociales y si opinan que son buenas o malas prácticas en el uso de las redes sociales. A continuación, se les pide que aporten ejemplos de otros comportamientos en las redes que crean que no son adecuados y que expliquen por qué.

Mi perfil

Una vez analizados los comportamientos que no son adecuados en las redes sociales, pero que se perciben como normales, se invita al alumnado a la reflexión individual. De forma anónima, cada uno debe escribir en un papel qué cosas de las que hace en las redes sociales, juegos online o grupos de whatsapp, creen que no se deberían hacer o no son correctas (diapositiva 3, se recomiendan que pongan al menos tres cosas). Posteriormente, se anotarán en la pizarra haciendo un ranking de los más usuales y analizando, conjuntamente, las razones de su frecuencia.

Párate a pensar

Seguidamente se introduce el tema de las netiquetas mediante el visionado de un vídeo en el que se explica el concepto de netiqueta mostrando cómo en la vida offline seguimos ciertas normas de convivencia que nos permiten tener una vida más agradable para todos y enfatizando la necesidad de trasladar estas normas a nuestros entornos digitales de convivencia (diapositivas 4).

Me gusta/no me gusta

Una vez visionado el vídeo, deben reflexionar sobre la necesidad o no de las netiquetas y de las consecuencias positivas que puede tener el seguir estas netiquetas y las consecuencias negativas de no respetar estas normas de convivencia digitales. Para facilitar esta reflexión, se pedirá al alumnado que, en grupos de 4 o 5, rellenen una tabla (véase recursos) sobre estas consecuencias (diapositiva número 5).

Comparto

Para finalizar la sesión, se propone la elaboración, por parte de todo el grupo clase, de su Netiqueta particular, es decir de un conjunto propio de normas para la correcta convivencia en la red (diapositiva 6). Para ello, se dividirá al alumnado en grupos de 4 o 5 y se les pedirá que redacten una serie de normas (para ver algunos ejemplos véase el apartado recursos) que, posteriormente, se pondrán en común con el resto de la clase. Se realizará un listado en la pizarra que recoja todas las normas propuestas de forma consensuada. Es importante que las normas sean lo más concretas posibles y lo más cernas posibles a su realidad. Acto seguido se escribirán en una o varias cartulinas (cada grupo se puede ocupar de hacer una cartulina con unas cuantas normas) con un bonito diseño para colocarla en un lugar visible de la clase. Se recomienda dedicar a esta actividad la mayor parte del tiempo de la sesión puesto que el ejercicio de reflexión que implica y la selección de normas es algo que conlleva tiempo.

Esta actividad tiene una variante, si estimamos que tenemos tiempo suficiente. Consiste en que, una vez elaboradas, leídas y anotadas en la pizarra las normas propuestas, las comparemos con las propuestas por Pantallas Amigas (diapositivas 7 a 9, ver recursos para una mayor explicación de estas normas). El objetivo es, por una parte, ver cómo muchas de ellas son de “sentido común” y se nos ocurren a la mayoría y revisar que no haya “lagunas”, es decir, aspectos en los que no hayamos caído y que puedan ser importantes. Es importante que esto lo hagamos después y no antes de que el alumnado genere sus normas dado que sabemos que el que las normas emanen del

propio grupo facilita su interiorización. También se puede usar el vídeo de la Netiqueta joven de Redes sociales de Pantallas Amigas. (diapositiva 10).

Recursos

Párate a pensar

Netiqueta para redes sociales de Pantallas Amigas.
https://www.youtube.com/watch?v=3c9bNKow_CQ

Me gusta/no me gusta

Si respetamos las netiquetas...

Si NO respetamos las netiquetas...

Comparto

Normas propuestas por Pantallas amigas (Netiqueta joven para redes sociales). Disponible más extendido y explicado en <http://www.pantallasamigas.net/proteccion-infancia-consejos-articulos/netiqueta-joven-para-redes-sociales-ciudadania-digital-y-ciberconvivencia.shtm>

También se puede usar la Netiqueta joven de Redes sociales de Pantallas Amigas.

<https://www.youtube.com/watch?v=jbwRV1WV0Xw>

- Otra información de interés para netiquetas:

Disponible en el Portal de la Educación Dominicana

<http://www.educando.edu.do/articulos/estudiante/netiqueta-y-redes-sociales/>

En resumen:

1. Pide permiso antes de etiquetar
2. Utiliza las etiquetas de manera positiva
3. Mide bien las críticas que publicas
4. No hay problema en ignorar solicitudes de amistad
5. Evita la denuncia injusta de Spam
6. Usa las opciones de denuncia cuando esté justificado
7. Pregúntate qué información de otras personas expones
8. Etiquetar a otras personas, pero sin engaño
9. No publiques fotos o vídeos de otras personas sin su permiso
10. Antes de publicar algo privado que has recibido, pregunta
11. Facilita a los demás el respeto de su privacidad
12. Escribir todo en mayúsculas equivale a GRITAR
13. Usa emoticones (smiles), etc. para expresarte mejor
14. Ante algo que te molesta, ¡calma!
15. Dirígete a los demás con respeto
16. Lee y respeta las normas de uso de la red social en específico (Facebook, Twitter, LinkedIn, y etc.)

Algunas reglas de Netiqueta en Facebook

- **No te dediques a enviar regalitos, invitaciones a aplicaciones, causas, etc. de manera indiscriminada.** No se trata de que no los uses, sino de que envíes a cada persona las que le pueden interesar o resultar divertida. Fuera de Facebook se

llama spam y es una mala práctica. Dentro de Facebook es exactamente lo mismo.

- **No escribir todo en mayúscula y/o en lenguaje SMS.**
- **Etiquetar indiscriminadamente**, o etiquetar personas que no están en las fotos o en fotos que le serían de su agrado sin su permiso es lo mismo, **Spam**.
- **No confundas mensajes y muro**, no coloques en el muro mensajes personales, lo privado es privado, lo público es público.
- **Agrupar**, no trates de la misma forma a tus amigos, familiares y compañeros de trabajo, conocidos, compañeros de clases, y otros que ves de milagro. Agrúpalos, ellos no ven la etiqueta que le asignas.
- **Controla tu privacidad**, aunque es complicado en Facebook existen maneras de controlar lo que publicas y quiénes lo pueden ver, no dejes las opciones de privacidad de Facebook como están por defecto, controla tu privacidad, no dejes que Facebook lo haga por ti.
- **Cuida tu perfil**, no instales dos mil aplicaciones, te unas a cien mil causas y grupos. Lo adecuado es instalar lo que te llama la atención y desinstalarlo si no lo usas.
- **Un perfil es un perfil, una página es una página**. Los perfiles son personales, se espera que en ellos añadas a tus amigos y conocidos. Si se trata de dar difusión a tu blog o a tu empresa, lo tuyo es una página. Un perfil es personal, si es de una empresa, estarás usando una herramienta para lo que no es, y te lo podrán borrar en cualquier momento sin previo aviso.
- **No uses el muro de otro para hacer publicidad** de tu empresa, de tu blog o de ninguna otra cosa. Si no generas atención de manera lícita, no intentes usar la que genera otro de manera ilícita.

Netiqueta en Twitter

- **Proporciona tu nombre, avatar (foto) y una breve biografía.** La gente quiere saber quién eres. No te escondas detrás de nombre falso. Se honesto si esperas honestidad. Asegúrate de utilizar la foto o un avatar personalizado para que otros puedan recordar y reconocerte.
- **Se social.** Haz tus tweets personales y deja que tus seguidores te conozcan. La amabilidad de contestar si alguien te hace una pregunta. No dudes en hacer preguntas o conectar con la gente. Comparte enlaces interesantes con la comunidad (pero asegúrate de comprobar que realmente funcionan). Después de todo, Twitter es una red social.
- **Se moderado en la auto-promoción.** No hay nada malo con la publicidad ocasional, pero no mantengas una cuenta de Twitter sólo para promover tu trabajo.
- **Da crédito.** Cuando encuentres una información útil en algún lugar, ya sea un tweet, un blog o una imagen que quieres compartir, da el crédito, haz que la gente sepa quién fue el que te condujo a tu descubrimiento. Si lees un tweet que quieres compartir con los demás, deberás hacer Retweet.
- **No utilices Twitter para chat o conversación personal.** Twitter no es un mensajero instantáneo, utiliza un cliente de mensajería instantánea para el chat.
- **Tu mensaje no debe abarcar múltiples tweets.** Un tweet debe contener un máximo de 140 caracteres, y no más de un mensaje. No escribas mensajes que sea más largo de 140 y luego lo continúes en otro tweet. Utiliza los medios apropiados para esos mensajes Posterous, Tumblr o tu blog.
- **No tweets demasiado.** Twitter es la mejor forma de enviar mensaje rápido y fácil. Trata de no tweetear demasiado, o tus seguidores no podrán leer todo lo que dices. Elige calidad sobre cantidad.
- **No inundes.** Si bien hay gente que está interesada en la lectura de decenas de tus tweets, uno tras otro, la mayoría

no. Inundar no es educado para no tratar de exagerar. Si tus seguidores tienen mucho que leer y estudiar, fácilmente podrían optar por hacer caso omiso de tus tweets.

- **Seguir, dejar de seguir y bloquear a todo aquel que desees.** En Twitter, eres libre de seguir y dejar de seguir a cualquiera como desees. También eres libre de impedir a las personas de ver tus tweets. Cuando alguien te sigue, no está obligado a seguirte de nuevo. Cuando alguien te deja de seguir, esto no significa que tienes que dejar de seguirlo. Dejar de seguir a alguien no significa "**que no te gusta**".
- **No sigas a todos los que te siguen.** ¿De qué sirve seguir a miles de personas si no te interesan realmente sus tweets? La mayoría de los usuarios que siguen miles de personas se consideran spam.
- **Utiliza hashtags (etiquetas), pero no abuses de ellas.** Los hashtags no son eficaces si cada palabra en un tweet es un hashtag. Úsalos con moderación para ayudar a la gente a encontrar la información sin que el mensaje se vea como un spam.
- **No spamees.** Dile no al spam y no envíes a la gente la información no deseada. La gente te dejará de seguir si retuiteas sus mensajes. Si te gustan los concursos crea una cuenta exclusiva para ello.
- **Proporciona suficiente información.** No basta con copiar / pegar una URL, no es suficiente. Agrega valor a sus tweets y los harás fáciles de entender y analizar.
- **Retweetea en 140 caracteres.** A veces un retweet no cabe dentro del límite de 140 caracteres una vez que se agrega el nombre de usuario@. Para que se ajuste, recorta la última parte del mensaje. Si piensas que no va tener sentido, cambia el texto, pero trata de mantenerlo lo más similar al original como sea posible. Lo que estás haciendo básicamente es citando a otra persona, para ser justos.

Correo Electrónico

- Dale un formato claro a tus mensajes; no escriba un párrafo sin fin; inserta líneas en blanco para separar sus ideas.
- Utiliza el campo de Asunto del correo ("Subject"). Que no sea muy largo (2-5 palabras) y trata de que resuma el contenido del correo.
- Cuando respondas a un correo, utiliza la función de cita textual que le permite el comando "Responder" ("Reply") para resumir aquello a lo que está respondiendo.
- **No cites el mensaje original completo, sino solo las partes principales a las que estás dando respuesta. Incluso la respuesta o comentario la puedes intercalar con el mensaje original** para hacer más claro tu punto de vista.
- En algunos ambientes de Internet, sobre todo entre los navegantes veteranos, **los párrafos o palabras en mayúsculas se consideran como "GRITAR" con un tono de enojo**. Procura no gritar.
- Las expresiones de humor en los mensajes pueden malinterpretarse, ya que el receptor del mensaje no te ve, no te oye y no te conoce. Para esto, se han desarrollado expresiones o símbolos llamados "**emoticones**" o "**smilies**", que pueden ser más entendibles: :-)sonriente. :- (decaído. ;-(llorando, etc.

Fuentes:

Pantallas Amigas

[Netiquette: Reglas De Convivencia En La Red](#)

[Manual de etiqueta social para-facebook y twitter](#)



**Sesiones
para
Educación
Secundaria**





En línea... Escribiendo...

Introducción:

Las redes sociales y su uso masivo han promovido un cambio en la forma de comunicarnos y de relacionarnos, no sólo en este contexto, sino en todos, físicos y virtuales. Sin embargo, estos cambios no han sido acompañados de un proceso de toma de conciencia sobre dichos cambios y menos aún sobre las posibles consecuencias positivas y negativas que de ello se pueden derivar. Por esta razón, se hace imprescindible asumir, desde el ámbito educativo, la promoción del uso seguro y saludable de las redes sociales. Para ello, un primer paso implicaría pararse a pensar, desde los propios contextos educativos, qué implica la normalización de estas nuevas formas de comunicación y asumir como reto los posibles cambios que se derivan de ello.

Objetivos:

- Reflexionar sobre las formas de comunicación en las redes sociales.
- Asumir e identificar cambios que las redes sociales han traído a nuestras vidas.
- Analizar las razones y motivos de lo que se hace y hacemos en las redes sociales.
- Promover la reflexión en primera persona sobre cómo cada una de nosotras y nosotros nos comunicamos en las redes sociales y sus posibles implicaciones.

Secuencia de tareas

Trending topic

La actividad comienza con la exposición de unas imágenes de los logotipos de las redes sociales (diapositiva 2). Se le pregunta al alumnado si las conocen, si creen que la gente las suele usar y cómo suele ser la comunicación en ellas. Se pretende que entre todo el grupo se reflexione sobre las convenciones de la comunicación en las redes sociales (diapositiva 3). Para ello se lanzarán preguntas tales como: ¿cómo nos comunicamos en las redes sociales? (para más ejemplos, ver recursos). Tras ello, se hace una breve síntesis de lo que las redes sociales han cambiado nuestras vidas para bien y para mal. Si se estima oportuno se puede hacer de manera participativa (ver diapositivas 4 a 8).

Mi perfil

Tras la reflexión conjunta, se invita a la reflexión personal. Se pregunta: ¿por qué gustan tanto las redes sociales? (diapositiva 9), ¿qué suelo hacer en ellas? (diapositiva 10). Posteriormente, para profundizar, en pequeños grupos deben rellenar una tabla de doble entrada (diapositiva 11) donde escriban cómo reaccionarían ante determinadas situaciones en función de si se les presentan cara a cara o en las redes sociales.

Párate a pensar

A continuación, se ponen en común las opiniones de los distintos grupos y se hace una pequeña reflexión sobre la necesidad de tener en cuenta los niveles de intimidad de las relaciones cuando nos comunicamos. La idea es que cada alumno y

alumna reflexione sobre prácticas cotidianas, como por ejemplo poner el estado de la red social, y se pare a pensar por qué y para qué lo hace (ver diapositivas de 12 a 13).

Me gusta/No me gusta

Seguidamente, se visualizará el video “yo tb tq”. Este vídeo llama la atención sobre el hecho de cómo, a veces, la comunicación a través de medios tecnológicos puede prestarse a malos entendidos y generar un deterioro de nuestras relaciones; y sobre la necesidad de ser sensibles al hecho de que la comunicación virtual debe ser completada y enriquecida con la comunicación cara a cara (ver diapositiva 14).

Comparto

Tras el visionado del vídeo se abrirá un debate sobre qué cosas podemos tener en cuenta en nuestra comunicación en las redes sociales para que no nos pase como a los protagonistas. La idea es que cada alumno y alumna asuma un compromiso sobre qué alerta va a activar en relación a su comunicación en las redes sociales y con las personas que más le importan. Asimismo, sería deseable un compromiso grupal. Por ejemplo, si hay grupos de whatsapp establecer algunas normas de uso que mejoren la comunicación entre ellos y evite malos entendidos y conflictos (diapositiva 15).

Recursos

Trending topic

- ¿Qué cosas se hacen en las redes sociales?
- ¿Cómo nos comunicamos en las redes sociales?

- ¿Qué nos permiten las redes sociales?
- Cosas típicas de comunicarse en las redes sociales:
 - Cuando se manda un mensaje se espera que...
 - Cuando se sube una fotos se espera que...
 - Cuando comentas algo se espera que...
 - Cuando no se cumple lo que se espera...

Mi perfil

	Cara a cara	Redes sociales
Te encuentras a tu íntimo amigo/a		
Te cruzas con alguien muy guapo/a		
Un desconocido te cuenta un problema personal		
Te encuentras las llaves /contraseñas de alguien		
Te enseñan una foto íntima de alguien		
Ves que se están riendo de alguien		

#YOELIJOQUIÉN SOY

¿QUIÉN SOY? ¿QUIÉN DIGO SER?

Introducción

Las redes sociales tienen como objetivo dar la oportunidad de compartir con multitud de personas al mismo tiempo diferentes aspectos, dar a conocer cuál es la opinión que se tiene sobre un tema o qué momentos de nuestra vida vale la pena hacer públicos por medio de fotografías o vídeos. Sin embargo, esta oportunidad de poder ver las experiencias de otras personas trae consigo el lastre de las inevitables comparaciones y la búsqueda de la aceptación social por medio de lo que se comparte, provocando, en ocasiones, realidades paralelas en función de la vida que se muestra en las redes sociales y la que se tiene realmente. Es por esto que la sesión que se plantea a continuación tiene como objetivo reflexionar acerca de lo que decidimos mostrar en las redes sociales.

Objetivos

- Reflexionar sobre lo que se comparte en las redes sociales.
- Valorar las razones que llevan a compartir un determinado contenido.
- Identificar las consecuencias negativas de la obsesión por mostrar una determinada imagen.
- Ser conscientes de cómo la búsqueda de la aceptación social guía, en muchas ocasiones, el uso de las redes sociales.
- Analizar la relación existente entre un mal uso de las redes sociales y ciertos problemas de confianza y autoestima.

Secuencia de tareas

Trending Topic

La sesión dará comienzo con una actividad que pretende introducir el tema mediante un acercamiento al uso que se le da a las redes sociales. Por ejemplo, Facebook o Instagram como escaparate de imágenes que muestran la vida de las personas otorgando a los usuarios la posibilidad de juzgar ese contenido público y sacar sus propias conclusiones. Para ello, se presentarán al alumnado una serie de imágenes (diapositiva 2) que hacen referencia a los estilos de vida que muestran diferentes personas en sus redes sociales y se les pedirá que traten de imaginar teorías y sacar conclusiones acerca de cómo creen que son estas personas anónimas. Para ello pueden servir de ayuda unas preguntas guía (ver recursos). Asimismo, se puede dividir la clase en cuatro grupos y que cada uno describa a la persona de cada uno de los cuatro perfiles que se muestran en la diapositiva para, posteriormente, compartirlo en el grupo aula. Se recomienda no dedicar a este ejercicio más de 10 minutos dado que su importancia reside en los juicios que se hacen a primera vista. Esta actividad no tiene una respuesta correcta. No tiene como objetivo acertar cómo es esa persona sino que se trata de vidas ficticias que sirven para que el alumnado tome conciencia de la cantidad de conclusiones que somos capaces de sacar de la vida de una persona, simplemente viendo lo que comparte en las redes sociales.

Mi perfil

Una vez que las y los alumnos han experimentado en la práctica cómo sacar conclusiones a partir de imágenes, se les propone que hagan un ejercicio de introspección (véase la diapositiva 3). Se les pide que recuerden por un momento la clase de contenido que comparten en sus propias redes sociales y, de la manera más objetiva posible, traten de hacer el ejercicio

anterior, juzgando a partir de las imágenes que ellos mismos han compartido. Posteriormente, se les pide que escriban en un papel tres rasgos o características que podría conocer sobre ellos una persona que mira por primera vez sus redes sociales y no los conoce personalmente. Se trata de que el alumnado reflexione acerca de la imagen que actualmente están dando en dichas redes y si esta se asemeja a la realidad o no.

Párate a pensar

Posteriormente, la sesión continúa con el visionado de un vídeo (diapositiva 4) que nos muestra la historia de un hombre que decide crear una vida ficticia a través de sus redes sociales, una vida que oculta lo que realmente le ocurre y que sirve como coraza para no afrontar sus problemas. Ya sea por medio de “filtros” o efectos que tapan los defectos físicos o porque se seleccionan cuidadosamente las fotografías que se desean compartir para mantener una determinada imagen y conseguir la aprobación popular, las redes sociales nos muestran en ocasiones vidas ficticias que poco tienen que ver con la realidad de las personas.

Me gusta/no me gusta

Una vez finalizado el corto se planteará un debate en clase con preguntas, como: ¿las imágenes que subimos a las redes sociales muestran nuestra vida tal y como es? (para más detalle ver recursos), que hacen referencia al retoque de fotografías que se comparten en las redes sociales o la selección de las mismas en función de la imagen que se desea dar al resto de usuarios. El objetivo de este debate es reflexionar acerca de por qué o para qué intentamos adornar o mejorar la imagen que damos en las redes sociales. Estas preguntas (recogidas en la diapositiva 5) pretenden focalizar la reflexión en torno a las consecuencias

positivas que tiene en la persona y las satisfacciones que produce ser aceptado y valorado en las redes sociales. Aquí podrían surgir temas como la autoestima, la seguridad en uno mismo y la aceptación social reflejada por medio de “likes” o puntos positivos que otorgan los usuarios cuando les gusta una publicación.

Seguidamente se proponen otras cuestiones (diapositiva 6) acerca de cómo sería o qué consecuencias tendría compartir en las redes sociales aspectos de la vida de una persona tal y como es. El objetivo es reflexionar sobre temas como la inseguridad, el miedo a no ser aceptado o la necesidad de popularidad.

Finalmente, se concluye esta ronda de preguntas con una última cuestión (diapositiva 7) dirigida a asumir qué ocurriría si lleváramos al extremo esta necesidad de mostrarnos en función de lo que creemos que es socialmente valorado. El objetivo es analizar cómo afectaría esto a nuestra identidad y a nuestras relaciones sociales. Se pretende, asimismo, con esta pregunta llamar la atención en el alumnado sobre las repercusiones que puede tener en la vida de una persona dedicar la mayor parte de su tiempo a crearse una imagen en las redes sociales, en lugar de disfrutar de la vida fuera de internet.

Se recomienda dedicar a esta actividad la mayor parte de la sesión puesto que se trata de una extensa batería de preguntas que animan a la reflexión y al debate y, por tanto, puede prolongarse para que la mayor parte del alumnado intervenga.

Comparto

Para concluir la sesión, se planteará una actividad que sirva como cierre a toda esta experiencia y ponga en práctica lo aprendido. Se propondrá al alumnado la siguiente situación hipotética: si tuvieras que subir a cualquier red social una imagen o varias que representen cómo eres, cuál es tu personalidad, tus gustos, tus aficiones, etc., cómo sería esa fotografía, quiénes aparecerían y cuáles serían los hashtags. Esto supondrá un reto,

en mayor o menor medida, para todo el alumnado ya que el objetivo es que den a conocer su personalidad basándose en lo que ellos piensan que son, no en lo que quieren que otros piensen que son.

El alumnado se dividirá por grupos de 4 o 5 para compartir en pequeño grupo las ideas acerca de cómo serían estas fotografías y, finalmente, se planteará la pregunta de si esas ideas se reflejan en el tipo de contenido que comparten habitualmente en las redes sociales.

Recursos

Trending Topic.

- ¿Qué defectos y virtudes tiene esta persona?
- ¿Cómo dirías que es su vida?
- ¿Cuáles son sus aficiones?
- ¿En qué trabaja o qué está estudiando?
- ¿Cambiarías tu vida con la de esta persona? ¿Por qué?
- ¿Podría ser tu amig@?

Párate a pensar.

Video La vida real detrás de Facebook.
<https://www.youtube.com/watch?v=Y6McGHITAKY>

Me gusta/no me gusta.

- ¿Las imágenes que subimos a las redes sociales muestran nuestra vida tal y como es?
- ¿Por qué nos esforzamos en mostrar en redes sociales que nuestra vida es mejor?

- ¿Valoramos suficientemente lo que tenemos?
- ¿Por qué retocamos con filtros o efectos nuestras fotografías antes de subirlas a una red social?
- ¿Qué nos proporciona un "like"?
- ¿Qué pasaría si mostráramos nuestra vida tal y como es, con lo bueno y lo malo?
- ¿Qué pasaría si mostráramos en nuestras fotografías nuestros defectos?
- ¿Qué pasaría si únicamente nos preocupáramos por compartir en las redes sociales una imagen de nosotros mismos en base a lo que pensamos que va a ser aceptado socialmente?



#ElegiendoAmigos

Introducción:

La amistad es un aspecto fundamental en el desarrollo social y personal. Con los amigos tenemos la oportunidad de establecer vínculos de reciprocidad, de compartir experiencias, de aprender a relacionarnos con los demás, de construir nuestra propia identidad. Las redes sociales han aumentado hasta límites insospechados estas opciones. Por un lado, porque nos permiten mantener un contacto casi continuo, rompiendo las barreras de tiempo y espacio que suelen marcar las relaciones convencionales (u offline). Por otro lado, porque nos abren la puerta a tener contacto con un número prácticamente ilimitado de potenciales amigos. Estas características, fundamentalmente positivas, no están, sin embargo, exentas de riesgos. Por ejemplo, cuando establecemos contacto con otras personas en las redes, y más aún si les otorgamos la etiqueta de amigo, estamos compartiendo con ellas información privada que puede ser mal utilizada. En ocasiones, además, no conocemos la verdadera identidad de la persona que se encuentra tras un nombre que creemos identificar. En esta sesión se pretende analizar qué significa la amistad en las redes sociales y cómo podemos actuar para potenciar los aspectos positivos de estas relaciones y evitar o minimizar los negativos.

Objetivos:

- Reflexionar sobre el significado de la amistad y cómo se utiliza este concepto en las redes sociales.
- Analizar qué aportan las amistades en las redes sociales.
- Conocer las implicaciones de aceptar amigos en nuestros perfiles en las redes sociales.
- Elaborar criterios que nos permitan establecer amistades seguras en las redes sociales.

Secuencia de tareas

Trending topic

La facilidad con la que se establecen “amistades” en las redes sociales ha promovido que adolescentes y jóvenes hayan encontrado una vía fácil para ampliar su número de contactos. Sin embargo, esto no significa que se establezca un contacto real y profundo con todos ellos. En esta parte de la actividad se pretende profundizar en el concepto de amistad que se maneja en las relaciones online (diapositiva 2).

Mi perfil

Posteriormente, se plantea analizar cómo viven nuestras alumnas y alumnos esta realidad. Para ello se les propone que reflexionen sobre cómo eligen a sus amistades en las redes sociales, invitándoles a que respondan preguntas del tipo “¿qué miramos antes de aceptar a un nuevo amigo?” (diapositiva 3). A continuación se les pide que analicen, completando una tabla (diapositiva 4), si se comportan con todos sus amigos online de la misma forma.

Párate a pensar

Seguidamente, se propone discutir sobre las razones que nos llevan a ampliar nuestro número de amigos en las redes (diapositiva 5). Para ayudar a profundizar sobre este punto se sugiere reflexionar sobre las diferencias entre las relaciones de amistad offline y online, si es mejor tener muchos amigos o pocos (y buenos), el concepto de popularidad o sobre qué nos aportan unos amigos y otros. A partir de una imagen, que vale más que mil palabras, en la diapositiva 6 se pretende que el

alumnado discuta sobre la duración y la calidad de la amistad en entornos virtuales.

Me gusta/No me gusta

En este apartado se analizarán las consecuencias, positivas y negativas, que puede tener el pertenecer a redes de amigos que no conocemos. No se trata de resaltar solo lo negativo. Como decíamos al inicio, el establecimiento de lazos de amistad es un elemento clave en un desarrollo positivo. Sin embargo, se debe reflexionar sobre los efectos en el corto y el medio/largo plazo (por ejemplo, posibles empleadores analizando con qué grupos nos relacionamos, diapositiva 7). Para completar esta tarea se les propone completar una tabla con ventajas e inconvenientes (diapositiva 8, ver recursos).

Comparto

Para finalizar, se sugiere ver con el alumnado el vídeo que aparece en la diapositiva 9 en el que se advierte de la importancia de controlar el número y tipo de contactos en las redes sociales. En la última diapositiva se les pedirá que elaboren un decálogo de la amistad en las redes sociales que resuma los aspectos más relevantes que se hayan discutido en la sesión.

Recursos

Trending topic

- <http://mentescuriosas.es/los-datos-increibles-de-facebook/>
- <http://factoides.com.ar/post/1013732701/facebook>
- <http://elcomercio.pe/tecnologia/facebook/adolescentes-dejan-facebook-y-migran-otras-redes-sociales-noticia-1848138>

Mi perfil

- <http://socialmedia.com/quienes-son-nuestros-amigos-en-facebook-twitter-linkedin-foursquare/>

Tipo de amigo	¿Qué miras antes de aceptarlo?	¿En qué red social lo pondrías?	¿Qué relación esperas con ellos?
Compañero de clase			
Amigo de amigo			
Famoso			
Familia			

Me gusta/No me gusta

Ventajas	Inconvenientes

Comparto:

Video de Pantallas Amigas Privacidad y ciberacoso en redes sociales: limita tus contactos.
<https://www.youtube.com/watch?v=5FdtwlpL-M>



#Gossiping

Introducción:

Las personas tenemos una curiosidad innata hacia lo que sucede en nuestro entorno. Antes de la irrupción de los medios de comunicación, esa curiosidad se centraba en lo que sucedía en nuestros círculos más cercanos y, más recientemente, en lo que se mostraba en la televisión o en la prensa escrita. Ahora, con la llegada de las redes sociales y al haber volcado nuestras vidas en ellas, nuestro interés por lo que sucede en estos espacios ha aumentado y dedicamos buena parte de nuestro tiempo no solo a observar lo que los otros hacen, sino también a comentarlo. Esta dinámica ha favorecido que, muchas veces sin pensarlo lo suficiente, se hayan extendido rumores u opiniones con efectos devastadores en quienes convertimos en objeto de nuestra atención. Así, en una sociedad en la que gran parte de lo que hacemos está expuesto a la opinión de los demás, se hace necesario que reflexionemos sobre el impacto que tienen nuestras actuaciones en las redes sociales y que empaticemos con aquellos que pueden ser potencialmente objeto de nuestros comentarios.

Objetivos:

- Reflexionar sobre el tiempo que dedicamos a observar la vida de los demás en las redes sociales
- Analizar las razones que nos llevan a hablar sobre los otros o extender rumores en las redes sociales.
- Conocer el impacto que nuestros comentarios pueden tener en los demás y en nosotros mismos.

Secuencia de tareas

Trending topic

Buena parte de la actividad diaria de la sociedad se emplea en intentar saber qué está haciendo el resto. Las redes sociales y los realities televisivos utilizan la intimidad como productos de consumo abierto al público general. En esta primera parte se pretende que el alumnado tome conciencia sobre cómo todas y todos estamos implicados, en mayor o menor medida, en este tipo de actividades. Para ello se ofrecen logos de distintas redes sociales y de distintos realities (diapositiva 2). Se puede explorar cuáles son conocidos, qué diferencias hay entre unos y otros, o cuáles entran más en la intimidad de los participantes. Posteriormente, se puede preguntar a los alumnos y alumnas sobre quiénes creen que son las personas más seguidas en la redes sociales (diapositiva 3), y después confirmar quiénes son, valorando las razones por las que los son (diapositiva 4). Esta primera parte de la sesión se cierra intentando avanzar en la reflexión sobre el problema de la difusión de la información en las redes sociales: ¿podemos creernos lo que se publica? ¿cuál es el efecto de lo que se publica o comenta? (diapositiva 5).

Mi perfil

En esta parte de la actividad nos centramos en qué hacen los propios alumnos. Para ello se plantea que reconozcan como verdaderas o falsas algunas afirmaciones (diapositiva 5, ver recursos). Se propone que primero las revisen de forma individual y que luego se respondan entre todos, analizando las posibles diferencias entre unos y otros y evitando la valoración de la realidad de cada uno.

Párate a pensar

A continuación, se propone hacer una pequeña reflexión sobre por qué nos gusta saber qué hacen los demás para, después, comentarlo con la ayuda de una tabla de doble entrada en la que tienen que argumentar si son verdaderas o falsas una lista de afirmaciones sobre el cotilleo en las redes sociales, cibergossip (diapositiva 6). Para profundizar en la actividad también se puede discutir sobre qué variables influyen en estas razones (diapositiva 7). Por ejemplo: ¿nos interesa más un tipo de informaciones que otras?, ¿es lo mismo ser cotilla que ser curioso?, ¿es negativo por sí mismo estar interesado en conocer la vida de los demás?, ¿es lo mismo un comentario que un juicio?; cuando comento la vida de los demás, ¿lo hago desde una posición de superioridad (me creo mejor que...)?, ¿es comentar la vida de los demás una forma de evitar afrontar mis propios problemas? (diapositiva 8).

Me gusta/No me gusta

Seguidamente, tras analizar lo que comentamos y las razones de hacerlo, es el momento de valorar las consecuencias negativas y positivas de estos comportamientos (diapositiva 9). Es importante focalizar la atención del alumnado no solo en las consecuencias que ellos mismos experimentan (por ejemplo, tener más información), sino también sobre los efectos que tienen este tipo de conductas en quien se convierte en objeto del comentario. Para ello, se recomienda que en pequeños grupos de 4 o 5 alumnos rellenen una tabla de doble entrada (diapositiva 10).

Comparto

Para finalizar, el alumnado deberá plantearse cómo controlar este comportamiento y los efectos negativos que puede tener (diapositiva 11). Tras la discusión en grupos pequeños sobre qué se puede hacer y la presentación de las principales estrategias al resto de la clase, se sugiere ver el vídeo que aparece en la diapositiva 12. Este video ofrece tres claves muy simples para controlar la aparición de rumores: comprobar la veracidad de la información, su bondad y la utilidad para quien los recibe.

Recursos

Trending topic

- Cada vez dedicamos más tiempo a Internet y menos a salir por ahí con los amigos. (<http://www.20minutos.es/noticia/765886/0/encuesta/empleo/tiempo/#xtor=AD-15&xts=467263>)
- Según se desprende de los estudios e investigaciones realizadas por el antropólogo Robin Dunbar, en una conversación rutinaria con otra persona, **dedicamos el 65% del tiempo a hablar sobre nuestra vida o la de personas que conocemos. En conclusión, nos gusta chismorrear.** (<https://lamenteesmaravillosa.com/por-que-somos-cotillas/>)
- La actividad más común en internet es **“Cotillear” en las redes sociales.** [...] las redes sociales se presentan como el escaparate de todas las novedades que pueden contarnos nuestros amigos. Sin embargo, muchas veces se emplean también para averiguar de manera discreta qué estará haciendo aquella persona con la que ya no tenemos relación o saber más de alguien que acabamos de conocer o deseamos conocer en profundidad. De cualquier manera, ocupa más de una hora diaria de media.

(<http://www.lagranepoca.com/vida/43990-cuales-son-las-actividades-de-ocio-a-las-que-dedicamos-mas-tiempo-en-internet.html>)

Mi perfil

	Verdadero	Falso
Me gusta ver qué publican mis amigos en las redes sociales		
Cuando entro en las redes sociales dedico más tiempo a ver qué han puesto los demás que a publicar cosas sobre mí		
Me gusta opinar de lo que ponen los demás, pero no que los demás opinen sobre mí		
Si alguien cuelga un comentario sobre mí que no me gusta lo borro (o bloqueo al usuario)		
Cuando veo un comentario que me hace gracia sobre un contacto sigo la broma, aunque no tenga claro si es verdad		
Solo publico información después de asegurarme que no puede hacer daño a nadie		
Me gusta ver qué publican mis amigos en las redes sociales		

Me gusta/No me gusta

- “Imaginen. Ángel tiene 19 años. Sale de la facultad y, de camino a casa, ojea la página de Informer de su universidad con el móvil. Parece que es el destinatario de uno de los mensajes publicados, aunque prefiere ignorarlo. Continúa

leyendo y descubre que, de hecho, es el protagonista de muchos de los comentarios de la página. Y así, entre comentario y comentario, se descubre a sí mismo siendo víctima de ciberacoso. De un delito. Penal. [...] El acosador de Ángel podría ser sancionado con una orden de alejamiento o comunicación, con una multa económica, o incluso podría ir a prisión –dependiendo de la gravedad–. Además, si fuese imputado de un delito de amenazas no condicionales, podría enfrentarse a una condena de entre 6 meses y dos años de prisión.”

(<http://www.lavanguardia.com/vida/20130207/54366428715/informer-cotilleo-delito.html>)

- Sarah Lynn Butler había sido elegida como reina del festival de octubre de su clase de séptimo grado en Arkansas. Pero decidió suicidarse antes, el 26 de septiembre de 2009. También fue víctima de bullying a través de su página de MySpace. Sus compañeros de clase difundían rumores de que ella era una chica “fácil” y dejaban mensajes de que “era una chica estúpida e ingenua”. Antes de ahorcarse en su cuarto, dejó una nota expresando que ya no aguantaba lo que los demás decían de ella. Tenía sólo 12 años. (<http://www.elnuevodia.com/noticias/locales/nota/casosde-cyberbullyingqueterminaronensuicidio-1452093/>)
- Famosos que cierran sus cuentas de twitter por los comentarios de los usuarios (<http://www.eluniversal.com.mx/articulo/espectaculos/farandula/2016/03/3/los-famosos-que-abandonan-twitter>)

**Consecuencias
negativas**

**Consecuencias
positivas**

**Para quien publica
los rumores**

**Para quien los
recibe**



#Cyber-asegúrate

Introducción:

El acoso escolar (bullying) es un fenómeno que se muestra de un modo cada vez más frecuente en nuestra sociedad, siendo uno de los principales problemas que afectan a la convivencia en los centros educativos y una preocupación para las y los educadores. La generalización del acceso a las tecnologías de la información y comunicación y su uso masivo han permitido que las Nuevas Tecnologías (NNTT) sean un escenario accesible a través del que se pueden desarrollar conductas de acoso, dando lugar al cyberbullying. Ante esta situación, concienciar al alumnado sobre las implicaciones que tienen estos fenómenos, hacerlo reflexionar sobre su responsabilidad en los mismos y dotarlo de estrategias para frenarlos son importantes objetivos que deben abordarse desde los ámbitos educativo, familiar y social.

Objetivos:

- Informar y reflexionar sobre el concepto y consecuencias del cyberbullying en todos sus implicados (víctimas, agresores y espectadores).
- Sensibilizar al alumnado en relación a los temas de violencia digital y escolar.
- Analizar qué conductas de su práctica diaria pueden estar facilitando o reforzando la aparición de este fenómeno.
- Facilitar una reflexión sobre estrategias para evitar o, en su caso, salir de este problema y sobre el buen uso de las nuevas tecnologías.

Secuencia de tareas

Trending topic

Se realizará el visionado del vídeo de Amanda Todd, adolescente que sufrió cyberbullying, sexting y sextorsión, y colgó un video en Youtube antes de suicidarse explicando su caso (diapositiva 2). Posteriormente, se examinará de forma interactiva con el grupo-clase el vídeo de forma oral identificando el concepto de cyberbullying y distintos aspectos de este fenómeno (ver diapositivas 3 a 6). Para ello se preguntará al alumnado sobre sus ideas en relación al concepto de cyberbullying, por qué sucede, quiénes son los implicados, consecuencias y daños (para más información, ver recursos) tomando como ejemplo el vídeo que acaban de ver, pero animándolos a aportar información de otros casos o situaciones conocidas.

A continuación, se les mostrarán diferentes casos de adolescentes que han sufrido cyberbullying en distintas áreas geográficas (ver diapositivas 7 a 8) y se les contará de forma resumida la historia de cada uno (para más información, ver recursos). Los casos que se mostrarán son; Allen Halckic; Romina Perrone; Phoebe Prince; Ryan Halligan, entre otros casos donde no aparece el nombre de la víctima.

Mi perfil

En esta actividad se pretende que el alumnado reflexione sobre actuaciones que forman parte de su vida diaria y que pueden estar facilitando o reforzando una situación de cyberbullying. Es una toma de conciencia personal sobre las propias actuaciones. El objetivo es acercar el fenómeno del cyberbullying a la realidad del alumnado y hacerles ver que ellos y ellas pueden estar implicados, incluso sin ser conscientes de ello. Algunas de las actuaciones de nuestra vida pueden estar normalizando conductas que no deben tolerarse (enviar fotos en las que nos reímos de alguien o vídeos sobre agresiones que parecen

gracias, entre otras). Se puede empezar la reflexión con la pregunta *¿Alguno de nosotros hemos apoyado alguna vez una situación de cyberbullying? ¿Cuál?* En caso de que las respuestas sean negativas se pueden plantear situaciones concretas: *Si recibierais estas fotos que aparecen en el power point, ¿las enviaríais o compartiríais?* (ver diapositivas 9 y10). Para más información, ver recursos.

Párate a pensar

A continuación, el alumnado debe considerar cuáles son las posibles causas de las conductas de refuerzo o agresión que realizan ante esta situación. Para ello, se presentan falsas ideas sobre el cyberbullying y se les pide que digan cuál/es de ellas han pensado alguna vez. Así se inicia una votación y se reflexiona sobre las mismas (ver diapositiva 11). Después de esta actividad, se organiza al alumnado en grupos de 4 o 5 personas y se les pide que escriban en post-it otras causas por las que tendemos a colaborar o reforzar esas conductas (porque es muy divertido, porque se lo merece, porque es una broma y no hace daño, etc.). Después se les pedirá que cada grupo pegue dichos post-it con las causas en una cartulina.

Me gusta/No me gusta

Permaneciendo el alumnado en grupos, se proyecta el vídeo de "Ciberbullying" de la Campaña de PantallasAmigas, el Defensor del Menor y Metro Madrid (diapositiva 12). A continuación, debe intentar detallar ejemplos de consecuencias que el cyberbullying puede tener en cada uno de nosotros (diapositiva 13). Se pretende sensibilizar al alumnado en dos direcciones. Por un lado, que tomen conciencia de que las agresiones virtuales pueden dañar tanto como las físicas y, por otro, que el daño no es exclusivo para la víctima, sino que todos y cada uno de nosotros nos vemos afectados por el cyberbullying. Una vez trabajado en pequeño grupo es importante dedicar unos minutos a compartir los trabajos en el grupo aula.

Comparto

Para terminar la sesión, se leerá el caso de Lorena (diapositiva 14) y se pedirá que intenten identificar cómo se siente cada una de las protagonistas de la historia. Para ello, puede ser de ayuda preguntar a algunos alumnos, uno por uno: ¿cómo te sentirías si fueras Lorena?, ¿cómo te sentirías tú si fueras Marta?, ¿cómo te sentirías tú si fueras alguna del resto del grupo?, ¿te gustaría que te lo hicieran a ti?; Si te pasara algo como esto, ¿qué harías?, ¿a quién se lo contarías? La idea es terminar la sesión dando a entender al alumnado que a todos nos puede pasar alguna situación de este tipo y que, por tanto, todos debemos intentar contribuir a que esto no suceda y, si sucede, intentar frenarlo.

Recursos

Trending topic

¿Qué es el Cyberbullying?

El cyberbullying es el uso de los medios telemáticos (Internet, telefonía móvil y videojuegos online principalmente) para ejercer el acoso entre iguales. Se puede afirmar que estamos ante un caso de cyberbullying cuando un o una menor atormenta, amenaza, hostiga, humilla o molesta a otro/a mediante Internet, teléfonos móviles, consolas de juegos u otras tecnologías telemáticas.

¿Qué no es el cyberbullying?

Dado que hablamos de acoso entre iguales, tiene que haber menores en ambos extremos del ataque para que se considere cyberbullying. Si hay algún adulto, entonces estamos ante otro tipo de ciberacoso.

Tampoco se trata de adultos que engatusan a menores para encontrarse con ellos fuera de la Red o explotar sus imágenes sexuales.

Además, el cyberbullying comparte con el bullying tradicional una serie de características:

- Repetición. Cuando se produce una situación de violencia *mantenida*, física o mental, realizada por un niño o por un grupo de niños y dirigida contra otro niño que no es capaz de defenderse a sí mismo. Estamos hablando de una frecuencia de agresión que implica que suceda esto, al menos, una vez a la semana.
- Para que hablemos de bullying esta situación debe desarrollarse en el *ámbito escolar*.
- Intencionalidad. El bullying se refiere a todas las formas de actitudes agresivas, *intencionadas* y repetidas, que ocurren sin motivación evidente, adoptadas por uno o más estudiantes contra otro u otros.
- Desequilibrio de poder. El bullying es la consecuencia de una situación de desequilibrio de poder entre dos partes: la parte débil (hostigado) y la parte dominadora (hostigador), la cual abusa de ese desequilibrio para maltratar intencionadamente al hostigado de manera violenta y agresiva. La relación asimétrica se extiende, además, a través de reiterados acosos y hostigamientos que pueden trasladarse incluso fuera del horario escolar aislando a la víctima e impidiendo que pueda defenderse y solucionar el conflicto por sí sola. Por lo tanto, la asimetría condiciona un tipo de comunicación interpersonal en el que la persona que agrede oprime a la persona hostigada dejándola sin posibilidad de responder y convirtiéndola en el objeto pasivo del maltrato.

Este fenómeno presenta características específicas que amplían las consecuencias y la posibilidad de la agresión. Cabe destacar el fuerte impacto, ya que muestra su agresión al mundo, esto

contribuye y magnifica el “poder” del maltrato del agresor sobre la víctima, incluso de forma permanente. De igual forma, internet permite el acceso a una fotografía, comentario, etiqueta, o video denigrante las 24 horas, los 365 días del año; permaneciendo al alcance de todos de forma indefinida. Además, el agresor puede permanecer en el anonimato y la agresión está al alcance de cualquier usuario llegando, a veces, a ser la víctima la última en enterarse de que esto está ocurriendo.

- A continuación, se presentan algunos ejemplos de preguntas que pueden guiar la reflexión sobre el cyberbullying:
 - e. ¿Qué es el cyberbullying?, ¿qué no es cyberbullying? Se trata de establecer una distinción entre el fenómeno de cyberbullying y otras formas de agresión similares. En este caso se destaca que para hablar de cyberbullying es necesario que exista una frecuencia, una intencionalidad de hacer daño, un desequilibrio de poder, que no estén implicados adultos...
 - f. ¿Por qué sucede esto? Analizar qué aspectos están influyendo en las personas implicadas y en la interacción. Por ejemplo: los agresores buscan mejorar su estatus, ser el centro de atención, imponerse; mientras que los espectadores pueden verlo como algo divertido.
 - g. Destacar la responsabilidad de todos los implicados. En este caso reforzar la idea de que el culpable no es solo el agresor o los agresores, sino que aquellos que lo permiten también están apoyando esta situación.
 - h. ¿Qué consecuencias tiene esto? Hacer un breve análisis sobre las consecuencias que tiene para todos los implicados: para la víctima la destrucción de sus elementos de defensa, la baja autoestima, la indefensión, el aislamiento; para el agresor, la disminución de la comprensión moral, de la empatía, creer que la única forma de relacionarse es mediante un modelo violento de relaciones y ser incapaz de hacerlo de otra manera; para los espectadores, que se acostumbran a vivir diariamente con el miedo, la reducción

de la empatía, la normalización de las conductas violentas, así como el aumento de la apatía, la insolidaridad y la falta de sensibilidad.

- Se incluye más información sobre los casos de cyberbullying:

Se suicidó después de ser acosado en una red social

Allem Halkic, un joven de Melbourne de 17 años, se quitó la vida en 2009 tras haber sufrido cyberbullying en una red social online. El tribunal que juzgó el caso en 2011 sentenció que había muerto a consecuencia de un acto de violencia.



(Caso extraído de The Sidney Morning Herald)

Una niña de 10 años creó un exitoso grupo en Facebook para humillar a una compañera de clase

Romina Perrone, estudiante de 10 años en un colegio bonaerense, tuvo que sufrir que una compañera de clase crease un grupo en Facebook dando razones para odiarla. Llegó a sumar más de cinco mil fans y pese a los esfuerzos de la madre de Romina, Facebook se negaba a eliminarlo.



(Caso extraído de Ciberbullying.Wordpress.com)

La acosaron hasta provocar su muerte (e incluso después)

Nueve adolescentes (siete de ellos, chicas) fueron juzgados en 2010 por acosar y maltratar física, psicológicamente y a través de móviles y de Internet a una compañera de escuela, inmigrante irlandesa. Phoebe Prince, de 15 años, fue acosada, humillada y agredida durante tres meses por algunos compañeros del instituto hasta que no pudo aguantarlo más y se suicidó ahorcándose. El acoso, de hecho siguió online tras su muerte.

El grupo de adolescentes que se sentará en el banquillo la insultaba a voces en los pasillos del colegio, en la biblioteca, en la cafetería o en el camino de vuelta a casa. La llamaban día tras día puta irlandesa y zorra, la empujaban, le tiraban cosas, le quitaban los libros de la mano y le mandaban mensajes de SMS con amenazas.



(Extraído de Ciberconvivencia.wordpress.com.)

Se rieron del raro hasta provocar su suicidio

Ryan se suicidó en 2003 después de años de agresión psicológica. Era acosado continuamente por ser supuestamente gay, afirma su padre. Tras años sufriendo diversos tipos de acoso, al llegar a la adolescencia una traición de un supuesto amigo tras una confidencia online derivó en la extensión del rumor de que era homosexual por todo el colegio. Una chica que le gustaba tonteó con él online haciéndole creer que le gustaba para después humillarlo en persona cuando él dio el paso fuera de la Red, además de distribuir los mensajes privados que había provocado con su fingido interés por él. Fue más de lo que pudo soportar.

Según palabras de su padre: Una cosa es sufrir bullying y ser humillado delante de unos pocos chicos. Una cosa es sufrir el rechazo de una chica y ver tu corazón destrozado. Pero tiene que ser una experiencia totalmente distinta a la de una generación anterior, cuando este dolor y esta humillación son ahora contemplados por una audiencia muchísimo mayor de adolescentes online. Creo que mi hijo habría sobrevivido a estos incidentes de no haber tenido lugar en Internet.

El caso fue clave para conseguir la aprobación de Ley de Prevención del Acoso en el Estado norteamericano de Vermont, siete meses después de la muerte de Ryan.



(Caso de Ryan Halligan, extraído de la web creada en su memoria.)

Mi perfil

A continuación, se incluyen ejemplos que corresponden a conductas propias de cyberbullying sobre las que se puede reflexionar (¿alguno de nosotros ha hecho o recibido...?):

- He dicho o alguien me ha dicho palabras malsonantes o me ha insultado usando sistemas de mensajería instantánea (como Whatsapp, Twitter, Email, mensajes de texto, entre otros).
- He dicho o alguien ha dicho a otros palabras malsonantes sobre mí usando sistemas de mensajería instantánea (como Whatsapp, Twitter, Email, mensajes de texto, entre otros).
- He amenazado o alguien me ha amenazado a través de sistemas de mensajería instantánea (como Whatsapp, Twitter, Email, mensajes de texto, entre otros).
- He pirateado o alguien ha pirateado mi cuenta de correo y ha sacado mi información personal (por ejemplo, a través de email o red social).

- He pirateado o alguien ha pirateado mi cuenta y se ha hecho pasar por mí (a través de mensajería instantánea o cuentas en las redes sociales).
- He creado o alguien ha creado una cuenta falsa para hacerse pasar por mí (Twitter, Whatsapp, Instagram, entre otros).
- He colgado o alguien ha colgado información personal sobre mí en internet.
- He colgado o alguien ha colgado videos o fotos comprometidas mías en internet.
- He retocado o alguien ha retocado fotos mías que yo había colgado en internet.
- He sido excluido o ignorado de una red social o de chat.
- He difundido o alguien ha difundido rumores sobre mí por internet.
- He excluido o alguien me ha excluido de una red social o chat.

Me gusta/no me gusta

Vídeo de Cyberbullying: campaña de PantallasAmigas, el Defensor del Menor y Metro Madrid.
<https://www.youtube.com/watch?v=tX4WjDr5XcM>

Tabla para analizar las posibles consecuencias del cyberbullying en todos los perfiles:

Perfil	Consecuencias a corto y medio plazo	Consecuencias a largo plazo
Víctima		
Agresor		
Espectadores		

Familias

Profesorado



#Sexting-asegúrate

Introducción:

Actualmente, se ha normalizado el envío de contenidos de tipo erótico-sexual (principalmente fotografías y/o vídeos), producidos generalmente por el propio remitente, a otras personas por medio de nuevas tecnologías. Estudios recientes indican que esta práctica, conocida como sexting, presenta una elevada prevalencia. No obstante, dicha práctica implica graves riesgos que, muchas veces, son ignorados por los jóvenes. Por ello, es necesario dar a conocer y reflexionar sobre este fenómeno que, cada vez está presente de una forma más cotidiana en nuestra realidad, e informar y formar a los menores en relación con los riesgos que conlleva. Conocer el fenómeno, identificarlo, ser conscientes de los riesgos que conlleva y aprender cómo prevenirlo supone un reto ineludible del ámbito educativo.

Objetivos

- Conocer y comprender el fenómeno sexting y sus riesgos.
- Analizar las principales razones de estas prácticas.
- Tomar conciencia de las repercusiones de este fenómeno en las víctimas.
- Reflexionar sobre la implicación personal en prácticas que podrían ser consideradas sexting.
- Aprender estrategias para prevenir este tipo de práctica.

Secuencia de tareas

Trending topic

Se iniciará la sesión presentando al alumnado una serie de imágenes relacionadas con la práctica de sexting y preguntándoles ¿para qué hacen esto? (diapositivas 2 a 4). Concretamente, se les puede pedir que analicen y escriban en un folio de dos a cinco motivos/razones por lo que piensan y/o

creen que se suele realizar esta práctica. A partir de esa reflexión se inicia una charla formativa e interactiva con el grupo clase donde se informará sobre los aspectos más importantes del sexting (qué es, para qué se realiza, por qué, cuáles son sus principales consecuencias; ver recursos y diapositivas 5 y 6). Posteriormente, se les mostrarán artículos de prensa de casos de adolescentes que han sufrido sexting y se reflexionará sobre sus consecuencias (ver diapositivas 7 y 8).

Mi perfil

El objetivo principal de esta segunda tarea es propiciar en el alumnado una reflexión sobre sus propias prácticas. Para ello, la clase se dividirá en grupos de 4-5 personas. Es posible que a los alumnos y alumnas les cueste reconocer en público que realizan estas prácticas (sobre todo, que son quienes las envían), así que una forma de reflexionar sobre su contexto cercano y sobre ellos mismos es preguntarles sobre cosas que saben que pasan en su entorno, sin que sea necesario señalar el nombre de las personas del envío o reenvío: ¿conocéis alguna situación en la que se han enviado o recibido imágenes o vídeos parecidos a los que hemos visto en las imágenes anteriores?, ¿os han reenviado alguna u os las han enseñado?. Se hará hincapié en que no se trata ahora de identificar, culpabilizar a nadie sino de analizar casos reales que sabemos que existen en nuestro entorno. Se les indicará que deben incluir, al menos, 5 situaciones y analizar las razones que les han llevado a mandar esa información a otra persona (se pueden recordar las razones que se analizaron en la actividad anterior). Esta información se puede organizar en una tabla de doble entrada (ver recursos) o hacer una lista (diapositiva 9) donde indicarán cuál era el contenido enviado y cuál creen que puede ser el motivo.

Párate a pensar

A continuación, se puede pedir a los grupos previamente formados que compartan sus aportaciones al resto de la clase, propiciando la reflexión y el análisis de las situaciones y de los motivos: ¿cuáles pueden ser las razones para que esas personas actuaran así? Posteriormente, se concretará que el sexting no siempre consiste en fotos explícitas (diapositiva 10). A veces subimos fotos con poses, que también pueden comprometernos (diapositiva 11). Por tanto, es necesario que se replanteen sus propias prácticas con preguntas como: ¿qué poses ponéis en las fotos?, ¿por qué? (diapositiva 12). Con esto se pretende hacer al alumnado consciente de que determinadas fotos que suben (no es necesario que sean completamente sin ropa, pueden ser en biquini, bañador, o con determinadas poses) también se incluyen en este fenómeno y conlleva las mismas consecuencias. Se trata de que, partiendo de su experiencia, se paren a pensar en por qué, para qué lo hacen y si consiguen con eso lo que pretendían.

Me gusta/No me gusta

Posteriormente, se realizará la siguiente pregunta: ¿quiénes ven esas fotos y vídeos que subís? (diapositiva 13). Se iniciará una reflexión sobre la falsa creencia de que las personas a las que, a veces, mandan esas imágenes y vídeos no los reenviarán porque son de confianza. En este momento se puede hacer alusión a los casos de los artículos de prensa mostrados previamente y a los casos de Amanda Todd (ver sesión dedicada a cyberbullying) y Jesse Logan, dos chicas que sufrieron sexting, cyberbullying y acabaron suicidándose (diapositiva 14). Para continuar con el análisis de las consecuencias se pueden dejar unos minutos para que, a nivel individual o en pequeños grupos, se hipoteticen las consecuencias a corto y largo plazo de algunas fotos o vídeos que cada uno ha publicado personalmente o que ha publicado alguien que conocen bien. Para ello será de ayuda utilizar una

tabla de doble entrada (diapositiva 15). Tras poner en común los productos de cada grupo, para finalizar, se pueden ver los vídeos “No lo produzcas” y “No lo transmitas” (diapositivas 16 y 17).

Comparto

Una vez analizadas las consecuencias positivas y negativas, se debe cerrar la sesión con una propuesta del alumnado sobre qué cosas de las que hace habitualmente creen que se podrían cambiar para evitar que le suceda (o que suceda) lo que se ha visto en los vídeos (diapositiva 18). Después, se les propondrá que hagan un decálogo con consejos para prevenirlo. Se les dirá que imaginen que están trabajando para una asociación y que les han pedido que creen una campaña contra el sexting. Partiendo de todo lo que han aprendido y trabajado en la sesión y de los aspectos que han analizado de sus propias actuaciones, cada grupo tiene que crear su decálogo contra el sexting (diapositiva 19) y, posteriormente, intentar consensuar uno común. Para ello, puede ser de utilidad la propuesta de Protección Online (diapositiva 20).

Recursos

Trending topic

El sexting consiste en el envío de contenidos de tipo sexual (principalmente fotografías y/o vídeos), producidos generalmente por el propio remitente, a otras personas por medio de teléfonos móviles.

La organización ConnectSafely ha determinado en un estudio que las principales razones para producir y/o transmitir sexting:

- Noviazgo o coqueteo: el motivo puede ser una relación sentimental, aunque también se citan las bromas y el ligue. En ocasiones se entiende como una práctica o juego sexual que

los adolescentes creen que es segura. Además, creen que esa imagen solo es accesible para la persona a la que envían la información.

- Prestigio social y presión de grupo: sienten cierta presión de grupo que les lleva a ganar notoriedad y aceptación en este contexto, el digital, tan importante para ellos.
- Impulsividad: actúan de manera impulsiva, sin analizar cuáles pueden ser las consecuencias de sus actos.
- Intimidación, chantaje o venganza: un 3% de los que habían aparecido en las imágenes o las habían realizado, reconocieron hacerlo a causa de amenazas o chantaje.

Además, se pueden incluir:

- Imitación de modelos sociales: la exhibición de relaciones sexuales o desnudos por personas no profesionales, comunes, abundan en la Red. Si pueden ver a cualquier persona anónima en su intimidad a través de la Red, no parece tan grave.
- Desconocen las consecuencias que para su vida puede llegar a tener el hecho de que esa imagen comprometida sea de dominio público.

Mi perfil

Situación	Motivos/ Razones

Me gusta/ No me gusta

	Consecuencias +		Consecuencias -	
	Futuro cercano	Futuro lejano	Futuro cercano	Futuro lejano
Foto/Vídeo 1				
Foto/Vídeo 2				
Foto/Vídeo 3				

Vídeos de Pantallas Amigas:

No lo produzcas:

<https://www.youtube.com/watch?v=xjRv3okyfww>

No lo transmitas:

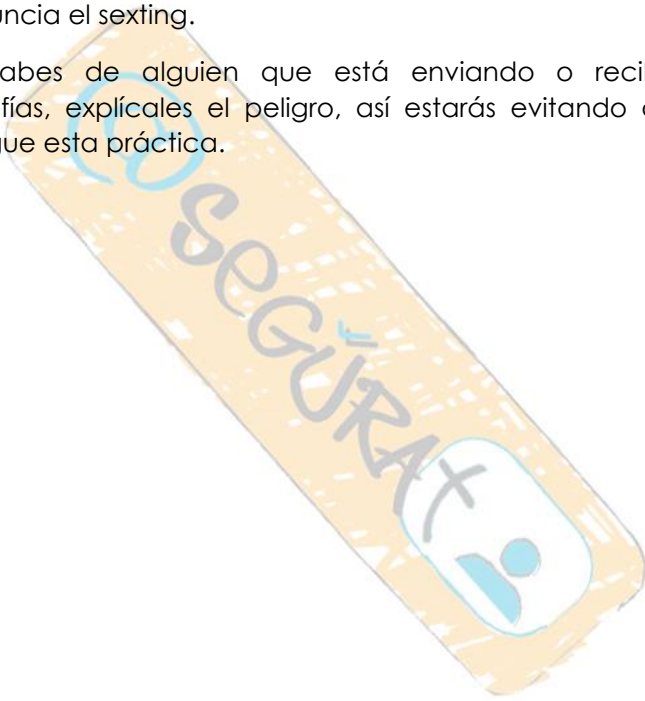
https://www.youtube.com/watch?v=C_nX4975Vv0

Comparto

Consejos para evitarlo, de Protección online

1. No te hagas fotos comprometedoras ni las compartas.
2. Si te lo piden, nunca envíes ni te hagas fotografías que pudieran afectar a tu reputación.
3. Debes saber que tus fotografías pueden ser interceptadas por terceros.
4. Si enviaste una imagen, no lo vuelvas a hacer, será una cadena que jamás terminará.

5. Cuidado con tus fotografías de las Redes Sociales, tal vez algunas sean comprometedoras y podrían afectar a tu reputación en un futuro cercano.
6. Evita contactar con desconocidos.
7. No accedas a chantajes.
8. Denuncia el sexting.
9. Si sabes de alguien que está enviando o recibiendo fotografías, explícales el peligro, así estarás evitando que se propague esta práctica.



¿Qué quieres ser de mayor?

Introducción:

Muchos chicos y chicas siguen e idolatran a famosísimos jóvenes que se dedican a subir videos en plataformas como YouTube o Vine. La primera más dedicada a realizar tutoriales de videojuegos y la segunda, Vine, más novedosa, enfocada a subir videos de contenido humorístico y elaboración de bromas o retos. Realizar este tipo de comportamientos requiere un enorme esfuerzo y una gran cantidad de tiempo para estar siempre a la última, conocer los videojuegos y sus trucos, o pensar en guiones originales que permitan que la gente te siga y esté atento a todo cuanto subes. En ocasiones, muchos de estos chicos y chicas llegan a generar una verdadera dependencia tanto de las redes sociales como de los juegos online en los que participan descuidando sus vínculos familiares y de amistad. Esta actividad se convierte para ellos y ellas en una actividad frenética focalizada en conseguir una amplia difusión y popularidad en la red que les proporcione "satisfacción" y reconocimiento social. Pero no sólo estos chicos "profesionales" invierten esta cantidad de tiempo. Poco a poco asistimos a una creciente dependencia de adultos y jóvenes a sus dispositivos digitales interfiriendo esto, como cualquier otra dependencia, con el normal desarrollo de su vida diaria. Ser conscientes de este riesgo e identificar claves para prevenirlo y/o eliminarlo es, sin duda, una de las tareas que hemos de abordar desde el sistema educativo.

Objetivos:

- Hacernos conscientes de la gran cantidad de tiempo y esfuerzo que dedicamos a nuestros juegos online y redes sociales (RRSS).

- Recapacitar sobre el tiempo dedicado a las RRSS y a nuestra familia y amistades.
- Analizar los aspectos positivos y negativos de nuestra excesiva actividad online.
- Descubrir la importancia de actuar ante la necesidad y dependencia de las RRSS.

Secuencia de tareas

Trending topic

La actividad comienza con una pregunta generalizada al alumnado sobre qué quieren ser de mayor y qué creen que tienen que hacer para lograrlo. A continuación, se les muestran diferentes imágenes relativas a plataformas como youtube, un logotipo de una comunidad gamer y se les pregunta si conocen estos términos o a estas personas (diapositivas 1 y 2). En la siguiente diapositiva se les muestran algunos datos sobre el tiempo que pasamos a diario enganchados al Whatsapp (diapositiva 3). Es importante escuchar sus opiniones sobre qué implicaciones pueden tener en el resto de ámbitos de sus vidas.

Mi perfil

A partir de estos datos, se les pedirá que analicen su práctica diaria. En primer lugar, se les solicitará que rellenen, individualmente, una tabla (ver diapositiva 4 y recursos) en la que se incluyen una lista de redes, tareas, tiempo y actividades. Posteriormente, se les pedirá que lo pongan en común en grupos de 4 o 5 e intenten hacer un promedio. Finalmente, pondremos en común esto con todo el grupo clase. El objetivo es que sean conscientes de que es mucho el tiempo que dedicamos, son muchas las actividades y es muy elevada la importancia de todo lo que hacemos para mantener la reputación online. Y

todo, en ocasiones, a costa de otras actividades importantes de nuestra vida.

Párate a pensar

La sesión continúa pensando en cuáles son las razones por las que dedicamos tanto tiempo a realizar estas actividades. Para ello, se comenzará con una pregunta abierta para que el alumnado muestre sus creencias (diapositiva 5). Es importante dejarles tiempo para pensar y compartir dichas creencias para que los objetivos de la sesión se cubran. Posteriormente, se les explicará, a modo de ejemplo, qué supone hacer o convertirse en un youtuber, y todo el tiempo y el esfuerzo requerido para ser una persona popular y con seguidores en las redes sociales y en plataformas de difusión de vídeos. Se trata de que se perciba que este comportamiento, así como la necesidad compulsiva de estar "on-line", se convierte muchas veces en una necesidad y dependencia y no en un elemento que enriquece nuestra vida (diapositivas 6 a 9). En la diapositiva 9 nuevamente volvemos a la pregunta de si estamos seguros que pasar mucho tiempo conectados es una "elección". Es importante, a este respecto, que el alumnado perciba que muchas veces detrás de lo que llamamos elección hay una "necesidad" o "presión".

Me gusta/No me gusta

A continuación, analizaremos las consecuencias positivas que tiene invertir tiempo en las redes sociales. Para ello, expondremos algunas de las consecuencias positivas (diapositiva 10) y pediremos al alumnado que añada más. Evidentemente, el objetivo es dejar claro que no consideramos que pasar tiempo en las redes sociales sea malo. A continuación, haremos lo mismo con las consecuencias negativas (diapositiva 11). Para finalizar esta parte, mostraremos

4 pequeños vídeos de un experimento llamado "Desconectados" (diapositiva 12, ver recursos). El objetivo es potenciar una reflexión conjunta sobre hasta qué punto es sana nuestra relación con las redes sociales. Para ello, en primer lugar se explicará el experimento (ver recursos) y, posteriormente, iremos visionando vídeos y pidiendo al alumnado que comparta sus impresiones sobre lo que vamos viendo.

Comparto

Finalmente, planteamos una reflexión sobre cuánto y en qué invertimos el tiempo que pasamos "offline". Empezamos esta reflexión con algunas preguntas para todas y todos (diapositivas 13 y 14). Posteriormente, pedimos al alumnado que, individualmente, realice una tabla similar a la realizada con el tiempo on-line pero ahora con el tiempo off-line (ver diapositiva 15 y recursos). Una vez realizado esto, les pediremos que comparen esta tabla con la anterior y saquen conclusiones sobre si creen que gestionan de forma adecuada su tiempo o si hay algo que deben cambiar. En caso de que crean que hay algo que cambiar se les pedirá que lo escriban en post-it en forma de propósitos de cambio. Con los grupos de trabajo previamente formados, les pediremos que incluyan estas frases en cartulinas (poniéndolas antes en común con el resto del grupo por si se repiten).

Recursos

Trending topic

Artículo. ¿Cuántos mensajes enviamos y recibimos por Whatsapp? Disponible en:

<http://www.hijosdigitales.es/2013/10/%C2%BFcuantos-mensajes-enviamos-y-recibimos-por-whatsapp/>

Mi perfil

	Nº de Perfiles/ grupos	Horas que dedicas a subir, enviar, ...	Horas que dedicas a responder, mirar lo que otros suben	Nº de contactos o jugadores	Nº de videos o fotos subidos/ vistos
<u>Whatsapp</u>					
<u>Instagram</u>					
<u>Twitter</u>					
<u>facebook</u>					
<u>snapchat</u>					
<u>Juegos online</u>					
<u>Youtube</u>					
<u>Vine</u>					
<u>Otros</u>					

Me gusta/no me gusta

Experimento "Desconectados". Este es un experimento desarrollado por una psicóloga y un sociólogo donde piden a una chica y un chico que pasen dos semanas totalmente desconectados de las redes. El objetivo es analizar qué sucede cuando en una sociedad totalmente mediatizada por las TIC's dejamos de utilizarlas. Cada día los van grabando con una reflexión final del día. Estos son algunos de los fragmentos de lo que ellos cuentan. En esta página aparece toda la información del experimento. <http://www.desconectados.net/#the-team>

- Día 1. La verdad es que me siento sola (2:02). <http://www.desconectados.net/project/dia-1-josefina-la-verdad-es-que-me-siento-sola/>
- Día 4. Estoy más presente (1:46). <http://www.desconectados.net/project/dia-4-casimiro-estoy-mucho-mas-presente/>
- Día 11. Prohibir despierta el deseo (3:14). <http://www.desconectados.net/project/dia-11-casimiro-prohibir-despierta-el-deseo/>
- Día 15. El arte de activarte (3:08). <http://www.desconectados.net/project/ultimo-dia-josefina-el-arte-de-activarte/>

Comparto

Toda la familia

Papá

Mamá

Hermanos/as

Amistades

Clubs o asociaciones

Otros

#NETIQUETAS

Introducción:

Internet es una herramienta que permite la comunicación entre un gran número de personas y de diferentes partes del mundo, cuyos emisores y receptores utilizan los dispositivos electrónicos para poder establecer esta comunicación. Es por esto que, en ocasiones, no se recuerda que lo que está al otro lado de la pantalla es también una persona y de esta forma se abandona el uso de ciertas normas de respeto y convivencia. Por esta razón surge el concepto de netiquetas, entendidas como aquellas normas que regulan el correcto comportamiento de los usuarios en la red, cuyo conocimiento y aplicación resulta imprescindible desde que se empieza a entrar en el mundo digital para evitar situaciones que puedan no agradar al resto de usuarios. Sin embargo, las netiquetas no son aún reconocidas por todos los usuarios de las redes sociales y, por ello, es importante que se trabaje sobre ello desde los centros educativos. Si aprendemos a relacionarnos, disminuirémos el riesgo de pelearnos.

Objetivos:

- Reflexionar sobre la necesidad y utilidad de las normas en los entornos virtuales.
- Analizar los comportamientos que dificultan la convivencia.
- Promover la reflexión personal para identificar qué comportamientos de uno o una misma resultan inadecuados.
- Crear un conjunto de normas propias que favorezcan la convivencia armónica en las redes sociales y fomentar su cumplimiento.

Secuencia de tareas

Trending Topic

La sesión comienza con la exposición de una serie de imágenes que hacen referencia a malos comportamientos en las redes sociales, tales como insultos, faltas de ortografía, etiquetar a personas sin consultarles o aceptar solicitudes de amistad de alguien que no conocemos (diapositiva número 2). Se solita al grupo de alumnos que digan si suelen suceder estas cosas en las redes sociales y si opinan que son buenas o malas prácticas en el uso de las redes sociales. A continuación, se les pide que aporten ejemplos de otros comportamientos en las redes que creen que no son adecuados y que expliquen por qué.

Mi perfil

Una vez analizados los comportamientos que no son adecuados en las redes sociales, pero que se perciben como normales, se invita al alumnado a la reflexión individual. De forma anónima, cada uno debe escribir en un papel qué cosas de las que hace en las redes sociales, juegos online o grupos de whatsapp creen que no se deberían hacer o no son correctas (diapositiva 3, se recomiendan que pongan al menos tres cosas). Posteriormente, se anotarán en la pizarra haciendo un ranking de los más usuales y analizando, conjuntamente, las razones de su frecuencia.

Párate a pensar

Seguidamente se introduce el tema de las netiquetas mediante el visionado de un vídeo en el que se explica el concepto de netiqueta mostrando cómo en la vida offline seguimos ciertas normas de convivencia que nos permiten tener una vida más agradable para todos y enfatizando la necesidad de trasladar

estas normas a nuestros entornos digitales de convivencia (diapositivas 4).

Me gusta/no me gusta

Una vez visionado el vídeo, deben reflexionar sobre la necesidad o no de las netiquetas, así como sobre las consecuencias positivas de seguir estas netiquetas y las consecuencias negativas de no respetar estas normas de convivencia digitales. Para facilitar esta reflexión, se pedirá al alumnado que, en grupos de 4 o 5, rellenen una tabla (véase recursos) sobre estas consecuencias (diapositiva número 5).

Comparto

Para finalizar la sesión, se propone la elaboración, por parte de todo el grupo clase, de su Netiqueta particular, es decir de un conjunto propio de normas para la correcta convivencia en la red (diapositiva 6). Para ello, se dividirá al alumnado en grupos de 4 o 5 y se les pedirá que redacten una serie de normas (para ver algunos ejemplos véase el apartado recursos) que, posteriormente, se pondrán en común con el resto de la clase. Se realizará un listado en la pizarra que recoja todas las normas propuestas de forma consensuada. Es importante que las normas sean lo más concretas y cercanas posibles a su realidad. Acto seguido se escribirán en una o varias cartulinas (cada grupo se puede ocupar de hacer una cartulina con unas cuantas normas) con un bonito diseño para colocarla en un lugar visible de la clase. Se recomienda dedicar a esta actividad la mayor parte del tiempo de la sesión puesto que el ejercicio de reflexión que implica y la selección de normas es algo que conlleva tiempo.

Esta actividad tiene una variante, si estimamos que tenemos tiempo suficiente. Consiste en que, una vez elaboradas, leídas y anotadas en la pizarra las normas propuestas, las comparemos con las propuestas por Pantallas Amigas (diapositivas 7 a 9, ver recursos para una mayor explicación de estas normas). El

objetivo es, por una parte, ver cómo muchas de ellas son de "sentido común" y se nos ocurren a la mayoría y, por otra parte, revisar que no haya "lagunas", es decir, aspectos en los que no hayamos caído y que puedan ser importantes. Es importante que esto lo hagamos después y no antes de que el alumnado genere sus normas dado que sabemos que el que las normas emanen del propio grupo facilita su interiorización. También se puede usar el vídeo de la Netiqueta joven de Redes sociales de Pantallas Amigas. (diapositiva 10).

Recursos

Párate a pensar

Netiqueta para redes sociales de Pantallas Amigas.
https://www.youtube.com/watch?v=3c9bNKow_CQ

Me gusta/no me gusta

Si respetamos las netiquetas...

Si NO respetamos las netiquetas...

Comparto

Normas propuestas por Pantallas amigas (Netiqueta joven para redes sociales). Disponible más extendido y explicado en <http://www.pantallasamigas.net/proteccion-infancia-consejos-articulos/netiqueta-joven-para-redes-sociales-ciudadania-digital-y-ciberconvivencia.shtm>

También se puede usar la Netiqueta joven de Redes sociales de Pantallas Amigas.

<https://www.youtube.com/watch?v=jbwRV1WV0Xw>

- Otra información de interés para netiquetas:

Disponible en el Portal de la Educación Dominicana <http://www.educando.edu.do/articulos/estudiante/netiqueta-y-redes-sociales/>

En resumen:

- 1) Pide permiso antes de etiquetar
- 2) Utiliza las etiquetas de manera positiva
- 3) Mide bien las críticas que publicas
- 4) No hay problema en ignorar solicitudes de amistad
- 5) Evita la denuncia injusta de Spam
- 6) Usa las opciones de denuncia cuando esté justificado
- 7) Pregúntate qué información de otras personas expones
- 8) Etiquetar a otras personas, pero sin engaño
- 9) No publiques fotos o vídeos de otras personas sin su permiso
- 10) Antes de publicar algo privado que has recibido, pregunta
- 11) Facilita a los demás el respeto de su privacidad
- 12) Escribir todo en mayúsculas equivale a GRITAR
- 13) Usa emoticones (smiles), etc. para expresarte mejor
- 14) Ante algo que te molesta, ¡calma!

- 15) Dirígete a los demás con respeto
- 16) Lee y respeta las normas de uso de la red social específica (Facebook, Twitter, LinkedIn, y etc.)

Algunas reglas de Netiqueta en Facebook

- **No te dediques a enviar regalitos, invitaciones a aplicaciones, causas, etc. de manera indiscriminada.** No se trata de que no los uses, sino de que envíes a cada persona las que le pueden interesar o resultar divertidas. Fuera de Facebook se llama spam, y es una mala práctica. Dentro de Facebook es exactamente lo mismo.
- **No escribir todo en mayúscula y/o en lenguaje SMS.**
- **Etiquetar indiscriminadamente,** o etiquetar personas que no están en las fotos o en fotos que le serían de su agrado sin su permiso, es lo mismo **Spam.**
- **No confundas mensajes y muro,** no coloques en el muro mensajes personales, lo privado es privado, lo público es público.
- **Agrupar,** no trates de la misma forma a tus amigos, familiares y compañeros de trabajo, conocidos, compañeros de clases, y otros que ves de milagro. Agrúpalos, ellos no ven la etiqueta que le asignas.
- **Controla tu privacidad,** aunque es complicado, en Facebook existen maneras de controlar quiénes y cómo ven lo que publicas, no dejes las opciones de privacidad de Facebook como están por defecto, controla tu privacidad, no dejes que Facebook lo haga por ti.
- **Cuida tu perfil,** no instales dos mil aplicaciones, te unas a cien mil causas y grupos. Lo adecuado es instalar lo que te llama la atención, y desinstalarlo si no lo usas,
- **Un perfil es un perfil, una página es una página.** Los perfiles son personales, se espera en ellos que añadas a tus amigos y conocidos. Si se trata de dar difusión a tu blog o a tu empresa, lo tuyo es una página. Un perfil es personal, si es de una

empresa, estarás usando una herramienta para lo que no es, y te lo podrán borrar en cualquier momento sin previo aviso.

- **No uses el muro de otro para hacer publicidad** de tu empresa, de tu blog o de ninguna otra cosa. Si no generas atención de manera lícita, no intentes usar la que genera otro de manera ilícita.

Netiqueta en Twitter

- **Proporciona tu nombre, avatar (foto) y una breve biografía.** La gente quiere saber quién eres. No te escondas detrás de un nombre falso. Asegúrate de utilizar la foto o un avatar personalizado para que otros puedan recordar y reconocerte.
- **Se social.** Haz tus tweets personales y deja que tus seguidores te conozcan. La amabilidad de contestar si alguien te hace una pregunta. No dudes en hacer preguntas para conectar con la gente. Comparte enlaces interesantes con la comunidad (pero asegúrate de comprobar que realmente funcionan). Después de todo, Twitter es una red social.
- **Se moderado en la auto-promoción.** No hay nada malo en la publicidad ocasional, pero no mantengas una cuenta de Twitter sólo para promover tu trabajo.
- **Da crédito.** Cuando encuentres una información útil en algún lugar, ya sea un tweet, un blog o una imagen que quieres compartir, da el crédito, haz que la gente sepa quién fue el que te condujo a tu descubrimiento. Si lees un tweet que quieres compartir con los demás, deberás hacer Retweet.
- **No utilices Twitter para chatear o para una conversación personal.** Twitter no es un mensajero instantáneo, utiliza un cliente de mensajería instantánea para el chat.
- **Tu mensaje no debe abarcar múltiples tweets.** Un tweet debe contener un máximo de 140 caracteres, y no más de un mensaje. No escribas mensajes que sean más largos de 140 y

luego lo continúes en otro tweet. Utiliza los medios apropiados para esos mensajes Posterous, Tumblr, o tu blog.

- **No tweets demasiado.** Twitter es la mejor forma de enviar un mensaje rápido y fácil. Trata de no tweetear demasiado, o tus seguidores no podrán leer todo lo que dices. Elige calidad sobre cantidad.
- **No inunde.** Si bien hay gente que está interesada en la lectura de decenas de tus tweets, uno tras otro, la mayoría no. Inundar no es educado para no tratar de exagerar. Si tus seguidores tienen mucho que leer y estudiar, fácilmente podrían optar por hacer caso omiso de tus tweets.
- **Seguir, dejar de seguir y bloquear a todo aquel que desees.** En Twitter, tu eres libre de seguir y dejar de seguir a cualquiera. Tú también eres libre de impedir a las personas ver tus tweets. Cuando alguien te sigue, no está obligado a seguirte de nuevo. Cuando alguien te deja de seguir, esto no significa que tú tengas que dejar de seguirlo. Dejar de seguir a alguien no significa "que no te gusta".
- **No sigas a todos los que te siguen.** ¿De qué sirve seguir a miles de personas si no te interesan realmente sus tweets? La mayoría de los usuarios que siguen a miles de personas se consideran spam.
- **Utiliza hashtags (etiquetas), pero no abuses de ellas.** Los Hashtags no son eficaces si cada palabra en un tweet es un hashtag. Úsalos con moderación para ayudar a la gente a encontrar la información sin que el mensaje se vea como un spam.
- **No spamees.** Dile no al spam y no envíes a la gente la información no deseada. La gente te dejará de seguir si retuiteas sus mensajes. Si te gustan los concursos crea una cuenta exclusiva para ello.
- **Proporciona suficiente información.** No basta con copiar / pegar una URL, no es suficiente. Agrega valor a tus tweets y los harás fáciles de entender y analizar.
- **Retweetea en 140 caracteres.** A veces un retweet no cabe dentro del límite de 140 caracteres una vez que se agrega el

nombre de usuario @. Para que se ajuste, recorta la última parte del mensaje. Si piensas que no va tener sentido, cambia el texto, pero trata de mantenerlo lo más similar al original como sea posible. Lo que estás haciendo básicamente es citando a otra persona, para ser justos.

Correo Electrónico

- Dale un formato claro a tus mensajes; no escribas un párrafo sin fin; inserta líneas en blanco para separar tus ideas.
- Utiliza el campo de Asunto del correo ("Subject"). No debe ser muy largo (2-5 palabras). Trata de que resuma el contenido del correo.
- Cuando respondas a un correo, utiliza la función de cita textual que le permite el comando "Responder" ("Reply") para resumir aquello a lo que estás respondiendo.
- **No cites el mensaje original completo, sino solo las partes principales a las que estás dando respuesta. Incluso la respuesta o comentario la puedes intercalar con el mensaje original** para hacer más claro su punto de vista.
- En algunos ambientes de Internet, sobre todo entre los navegantes veteranos, **los párrafos o palabras en mayúsculas se consideran como "GRITAR" con un tono de enfado**. Procura no gritar.
- Las expresiones de humor en los mensajes pueden malinterpretarse, ya que el receptor del mensaje no te ve, no te oye y no te conoce. Para esto se han desarrollado expresiones o símbolos llamados "**emoticonos**" o "**smilies**", que pueden ser más entendibles: :-)sonriente, ;-(decaído, ;-(llorando, etc.

Fuentes:

Pantallas Amigas

[Netiquette: Reglas De Convivencia En La Red](#)

Manual de etiqueta social para-facebook y twitter

