

Uso Seguro y Saludable de Internet y las Redes Sociales



ORGANIZAN:



COLABORAN:



Pantallas Amigas

**Por un uso Seguro y Saludable de las TIC
Por una Ciudadanía Digital Responsable**

@PantallasAmigas
www.pantallasamigas.net

(2004-2012)

Jorge Flores Fernández

Director

@JorgeFloresPPAA

Arona 2012/05/18



Una forma diferenciada de aproximación ...

Enfoque y abordaje

Misión 2004: Por un uso Seguro y Saludable de Internet y las nuevas tecnologías online por parte de niños, niñas y adolescentes

PANTALLAS:

- Con independencia del canal o tecnología (Internet, Telefonía Móvil y Videojuegos)

AMIGAS:

- Aproximación positiva, amable, que ofrece oportunidades

Seguro:

- Eliminación de situaciones de riesgo
- Reducción de consecuencias en caso de producirse incidentes

Saludable:

- **SALUD** no como mera ausencia de enfermedad, sino como un estado de completo bienestar físico, mental y social (OMS)
- Salud individual y colectiva (uso responsable)



Una forma diferenciada de aproximación ... que evoluciona

Desde 2009, nuevo énfasis a reforzar en la misión

**Por un uso Seguro y Saludable de Internet y las nuevas tecnologías online por parte de niños, niñas y adolescentes...
y por la promoción de la Ciudadanía Digital (Activa y Responsable)**

- Ciudadanía ejercida por medio de las nuevas tecnologías.
- Ciudadanía vivida en el seno de la realidad social cotidiana que se desarrolla online.
- Ciudadanía entendida desde y para los menores como nativos digitales, actores y protagonistas de su nuevo contexto natural.

Las TIC son una gran oportunidad para los más pequeños: promoción -formación, capacitación, ocio, cultura-... y participación



Diversas fórmulas de intervención con una misma filosofía

Señas de identidad en la intervención con menores

- **Uso de estrategias de comunicación educativa**
- **Transversalidad con otros aspectos educativos (equidad de género, inclusión...)**
- **Promoción de valores universales (solidaridad respeto, cooperación...)**
- **Aplicación de metodologías innovadoras: procesos, medios, canales, agentes...**
- **Desarrollo de Habilidades para la Vida**



Esquema de Habilidades para la Vida (OPS)

Habilidades Sociales

- Comunicación
- Negociación/rechazo
- Aserción
- Interpersonales (para desarrollar relaciones sanas)
- Cooperación
- Empatía y toma de perspectivas

Habilidades Cognitivas

- Toma de decisiones / solución de conflictos
- Comprensión de las consecuencias de las acciones
- Determinación de las soluciones alternativas a los problemas
- Pensamiento crítico
- Análisis de la influencia de pares y medios de comunicación
- Análisis de las propias percepciones de normas y creencias sociales
- Autoevaluación y clarificación de valores

Habilidades para el Control de las Emociones

- Control del estrés
- Control de los sentimientos, incluyendo la ira
- Capacidades para aumentar la percepción y el control de uno mismo



Factores que estimulan los riesgos en Internet

- Anonimato (casi completo)
- Suplantación
- Impostura, simulación de identidad distinta
- Ausencia de datos "de contexto" en las relaciones
- Alta disponibilidad. (24 horas todos los días)
- Máxima rapidez de propagación
- Bajo coste (conexión, replicación)
- Dificultad de seguimiento por parte de la justicia
- Reducción de distancias
- Facilidad de localización y confluencia
- Características adecuadas para contenidos audiovisuales
- Nuevas formas de delito y abuso
- Dificultad y/o desinterés en verificar la edad del usuario
- Consolidación como espacio de socialización sin modelo ni intervención



¿Cómo clasificarlos?

Tipos de usos en función de su origen y consecuencias / Ejes tecnológicos		Internet (IN)	Telefonía Móvil (TM)	Videojuegos (VJ)
Uso "Normal" (las 3 "Cs")	C-> Contenidos	X	X	X
	C-> Contacto	X	X	X
	C-> Comerciales	X	X	X
Uso "calificable como Delictivo"		X	X	X
Uso Abusivo	Riesgos salud física	X	X	X
	Riesgos salud mental	X	X	X

+ Pérdida de privacidad: por acciones propias o ajenas

+ Identidad digital inferida y compleja



TRES RETOS inmediatos de relevancia creciente

1) Juegos de azar y apuestas online

- deficiente y desigual regulación
- facilidad de acceso (Internet, móvil...)
- dificultad de control de uso y edad
- popularización de la cultura de la apuesta



TRES RETOS inmediatos de relevancia creciente

2) Redes sociales móviles

- **aumenta intensidad y frecuencia de uso**
- **inaccesibles a la supervisión parental**
- **susceptibles al impulso, a lo inmediato**
- **geolocalización**
- **pérdida de terminales con accesos/claves preconfiguradas**



TRES RETOS inmediatos de relevancia creciente

3) Juegos online multijugador

- con redes sociales anexas no identificadas como tales
- baja percepción del riesgo, incluso en contacto con adultos
- trazabilidad del perfil de uso y de usuario
- publicidad personalizable, ajena a criterios éticos, sin control...



¿Qué se entiende por Ciberbullying?





¿Qué se entiende por Ciberbullying?

ES

- Acoso "sicológico"
- Continuo (matices)
- Posición de fuerza (matices)
- Intencionalidad
- Entre iguales (matices)
- Usando las nuevas tecnologías (internet, telefonía móvil...)
- Otras expresiones:
Cibermatonaje, ciberabuso / ciberacoso, ciberacecho



NO CONSIDERAMOS EN ESTO

- El acoso de índole sexual
- Aquel en el que intervienen personas adultas



Ciberbullying, ¿cómo se manifiesta?

- Flaming: luchas online a través mensajes electrónicos con lenguaje enfadado y soez.
- Denuncias injustificadas a los gestores de servicios online.
- Acecho y persecución con mensajes ofensivos e insultantes.
- Robo de contraseñas, impidiendo el uso o suplantando.
- Acoso con matices sexuales pero sin ese fin.
- Intimidación mediante amenazas.
- Denigración, creación de páginas o poner en circulación informaciones y bulos que dañen su reputación y amistades.
- Revelación de información sensible o privada
- Exclusión deliberada de actividades online, integrando una "lista negra".
- Juego sucio e invalidante en el contexto de entornos lúdicos online.



Elementos que favorecen el ciberbullying

- Es fácil
- Es inmediato
- Está siempre a mano



La falta de privacidad como catalizador

- Cuanto más se sepa de alguien, más vulnerable es.
- Cuanto más pública sea la ofensa, más dañina.



Grooming: depredadores sexuales y pedófilos





Grooming: depredadores sexuales y pedófilos

- Es la estrategia de acercamiento desarrollada por adultos pedófilos para ganarse la confianza del niño, niña o adolescente con el fin último de obtener algún tipo de gratificación de tipo sexual (imágenes, vídeos, encuentros ...)
- Se ceban en menores novatas/os en la Red o quienes juegan con riesgo.
- Buscan presas solitarias y tratan de ganarse su máxima confianza.
- Prefieren niñas/os con problemas en su hogar.
- Dibujan una estrategia de empatía y acercamiento tras estudiar a su presa.
- En ocasiones se hacen pasar por alguien de edad similar.
- Usan imágenes de tipo sexual para incitar, comprometer o normalizar.
- Una vez que consiguen alguna imagen "comprometida", la usan para el chantaje.
- Cuando tienen sus datos, pueden pasar a las amenazas de todo tipo contra la víctima y/o su familia.



DECÁLOGO PARA COMBATIR EL GROOMING

Prevención, evitar el elemento que da fuerza a quien acosa:

- 1.- No proporcionar ni exponer imágenes o informaciones delicadas
- 2.- Proteger de manera activa (malware, claves, terceras personas...)
- 3.- Vigilancia proactiva de la privacidad

Afrontamiento, tomar conciencia de la realidad y magnitud:

- 4.- No ceder al chantaje
- 5.- Pedir ayuda
- 6.- Verificar la certeza de la posibilidad de ejecutar la amenaza
- 7.- Limitar la capacidad de acción del acosador (paso 2)

Intervención

- 8.- Analizar cuáles son los hechos denunciados y probables
- 9.- Capturar pruebas de la actividad delictiva
- 10.- Tomar medidas legales



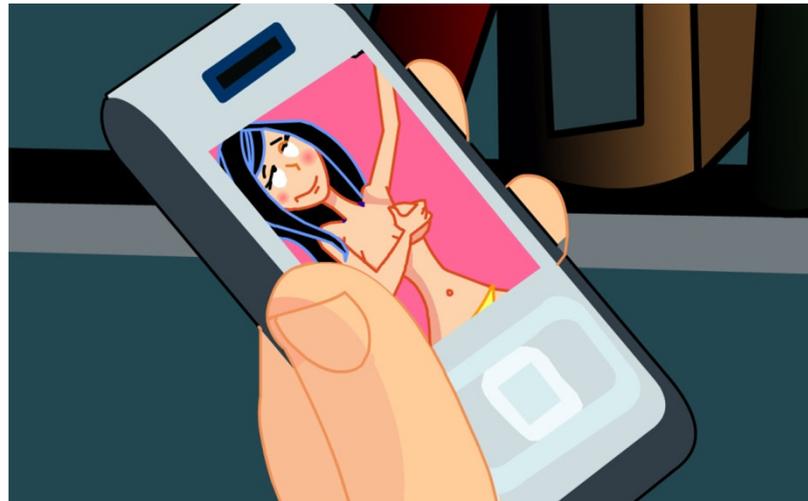
Sexting (sex + texting) y Sextorsión





Sexting

- Una moda que dicen les divierte y estimula (reír y ligar)



- Problemas legales:
 - Pornografía infantil
 - Corrupción de menores
 - Contra la intimidad y privacidad.
- Un problema que resulta en ciberacoso (Jessie Logan)



El Grooming como segunda derivada

- Búsqueda de amistades nuevas
- Visita de nuevos contextos online
- Baja autoestima
- Sobrevaloración de la empatía
- Aislamiento del entorno inmediato y habitual

Los depredadores sexuales tienen especial sensibilidad para detectar menores en situación de debilidad



Redes Sociales





Las Redes Sociales como contextos sensibles

No crean nuevos riesgos pero sí aumentan la incidencia de situaciones comprometidas. La ciberconvivencia requiere un grado más de exigencia.

Características:

- Pérdida de la referencia directa, red de nodos sucesivos.
- Exceso de operatividad automática sin intervención del usuario
- Funciones potentes y de efectos a priori desconocidos
- Afecta por completo al universo de relaciones. Bomba de precisión.
- Opciones enfocadas a estimular la abundancia de información abierta.

Algunas **consecuencias**:

- Avisos a terceras personas
- Informaciones cruzadas inoportunas
- Privacidad diferente a la percibida (por causas propias o ajenas)



La labor de prevención





La labor de prevención del ciberacoso

El acoso es una actitud hacia otra persona y en ese sentido no implica diferentes necesidades en lo referente a la promoción de valores y de capacidades/habilidades para la vida/convivencia. Sin embargo, en este medio la percepción “del otro” y las reglas del “vivir con” necesitan reenfoque. Para empezar, es posible:

1.-Dar consejos preventivos generales, aunque no son específicos y fomentar la netiqueta.

2.-Actuar sobre factores potenciadores:

Mostrar que el daño es real y muy grande (empatía...)

Mostrar la responsabilidad sobre los propios actos (e-Legales)

3.- En la parte de atención temprana, es preciso identificar un **protocolo básico de intervención** que se inicia por dar pautas de actuación a quien sufre acoso y su entorno.



Redes Sociales y privacidad

Cuidado de los datos **personales**

pero también, y mucho

Cuidado **personal** de los datos

Cuidado proactivo de lo **propio**

pero también, y mucho

Cuidado proactivo de lo **ajeno**

Eludir personas y situaciones conflictivas



¿Qué pautas recomendarles? **Netiqueta Joven Redes Sociales**

A) Muestra consideración y respeto hacia los demás:

- **1) Pide permiso antes de etiquetar** fotografías subidas por otras personas.
- **2) Utiliza las etiquetas de manera positiva**, nunca para insultar, humillar o dañar a otras personas.
- **3) Mide bien las críticas que publicas.** Expresar tu opinión o una burla sobre otras personas puede llegar a vulnerar sus derechos e ir contra la Ley.
- **4) No hay problema en ignorar** solicitudes de amistad, invitaciones a eventos, grupos, etc.
- **5) Señala como SPAM aquellos comentarios en páginas de eventos siempre y cuando lo sean** para no perjudicar de manera innecesaria a quienes los hicieron.
- **6) Usa las opciones de denuncia** cuando esté justificada la ocasión.



¿Qué pautas recomendarles? **Netiqueta Joven Redes Sociales**

B) Cuida la privacidad de las demás personas:

- **7) Pregúntate qué información de otras personas expones y asegúrate de que no les importa.**
- **8) Para etiquetar a otras personas debes hacerlo sin engaño y asegurarte de que no les molesta que lo hagas.**
- **9) Como regla general, no puedes publicar fotos o vídeos en las que salgan otras personas sin tener su permiso.**
- **10) Antes de publicar una información que te han remitido de manera privada, pregunta si lo puedes hacer.**



¿Qué pautas recomendarles? **Netiqueta Joven Redes Sociales**

C) Contribuye al buen ambiente de la Red:

- **11) Facilita a los demás el respeto de tu privacidad e intimidad. Comunica a tus contactos, en especial a los nuevos, cómo quieres manejarlas.**
- **12) Recuerda que escribir todo en mayúsculas puede interpretarse como un grito.**
- **13) Usa los recursos a tu alcance (dibujos, símbolos, emoticonos...) para expresarte mejor y evitar malentendidos.**
- **14) Ante algo que te molesta, trata de reaccionar de manera calmada y no violenta.**
- **15) Dirígete a los demás con respeto, sobre todo a la vista de terceros.**
- **16) Lee y respeta las normas de uso de la Red Social.**

www.netiquetate.com



¿Qué pautas recomendarles? **Cinco cuestiones importantes**

1.- La seguridad de tu equipo afecta a tu seguridad

Si te infectan un software malicioso (troyano, gusano, espía...) tus datos y claves pueden ser robados y, con ello, acceder a información confidencial para puede ser usada para el chantaje. Mantén seguro tu equipo y tus claves salvo, no las compartas.

2.- El apodo e imagen que usas es realmente importante

Un apodo o una imagen es tu única carta de presentación y lo que los demás perciben de ti. Piensa al elegirlo cómo te presentas y las reacciones que puede provocar.

3.- Eres responsable de lo que haces, también en Internet

La Ley existe y es la misma tanto dentro como fuera de Internet. Si realizas algo ilegal, tienes responsabilidad aunque seas menor de edad. Ten en cuenta que el la Red nadie es tan anónimo como se cree.



¿Qué pautas recomendarles? **Cinco cuestiones importantes**

4.- No puedes controlar una imagen una vez la subas a la Red

Todo lo que se puede ver en la pantalla, vídeos o imágenes, puede ser grabado, copia y distribuido. Piensa antes si no te importa que sea visto por cualquier en cualquier momento.

5.-Estar al otro lado de la pantalla no te deja libre de problemas

No hace falta estar cerca para hacer daño. Otras veces, quien parece lejos está muy cerca. No hagas online lo que no estarías dispuesto/a a hacer cara a cara.

¡¡¡LO MÁS IMPORTANTE!!! EN CASO DE PROBLEMAS

PIDE AYUDA A UNA PERSONA ADULTA



TRES PRINCIPIOS PARA EL ENTORNO DE UNA VÍCTIMA

- 1.- Arrópale y disminuye su exposición al daño.
- 2.- Renuncia a las presunciones.
- 3.- Actúa de manera comedida, pausada y ajustada en formas.



DECÁLOGO PARA UNA VÍCTIMA DE CIBERBULLYING

- 1.- Pide ayuda
- 2.- No respondas a las provocaciones ni al chantaje
- 3.- No hagas presunciones
- 4.- Trata de evitar aquellos lugares donde eres hostigado
- 5.- Cuida con celo tu privacidad para disminuir opciones de ataque
- 6.- Guarda las pruebas del acoso
- 7.- Asegúrate de que saben que te molesta lo que hacen
- 8.- Hazles saber que lo que hacen es perseguible por la Ley
- 9.- Deja constancia de que estás en disposición de denunciar
- 10.- Toma medidas legales



Tecnoadicciones





Tecnoadicciones. Primeras preguntas.

¿Adicción a Internet...? (IAD)

¿Adicción al teléfono móvil? (y nomofobia: no mobile phobia)

¿Adicción a los videojuegos?

...o adicción a

Juegos online (mesa, multijugador, sociales...)

Redes sociales

Chat

Cibersexo

Pornografía online

Juegos de azar y apuestas online

Subastas y compras online

Trabajo





Tecnoadicciones ¿por qué su alta prevalencia?

5 factores catalizadores de las adicciones digitales o a las TIC:

1) No incriminación social:

- Anonimato e impostura.
- Privacidad.
- Aceptación e incluso reconocimiento en el grupo.

2) Accesibilidad extraordinaria:

- Coste reducido coste.
- Gran disponibilidad (24/7, en cualquier lugar, en movilidad)
- Bajas barreras de entrada tecnológicas o competenciales.

3) Acción y retorno positivo (dopamina) inmediato, instantáneo.

4) Disminución de sentimiento de culpa o aislamiento: comunidad.

5) Marketing selectivo (informado), agresivo (masivo) e intrusivo.



VIDEOJUEGOS





Videojuegos online

Según el número de participantes

- Juego individual
- Juego multijugador
- Juego Masivo Multijugador

Categorías especiales

- Social Games (FarmVille, Cityville...de Facebook)
- Serious Games (educación, sensibilización, promoción, denuncia...)



Videojuegos - Beneficios

Son muchos los estudios científicos que avalan los efectos beneficios que los videojuegos generan entre quienes los practican con cierta asiduidad.

Pueden contribuir a desarrollar:

- la coordinación psicomotora
- la orientación espacial
- la coordinación espacio-temporal y la oculomotora
- la visión periférica
- la lógica
- el pensamiento hipotético y deductivo
- la memoria
- los reflejos
- la atención y concentración
- la imaginación
- la creatividad
- la autoestima y el espíritu de superación...



Videojuegos - Beneficios

... Diríase, en definitiva, que suponen auténtica gimnasia cerebral y ocular cuyas ventajas ya están siendo aprovechadas en diversos ámbitos de aplicación, como reflejan estos ejemplos:

- Hay hospitales en los que se entrena a cirujanos laparoscopistas con videojuegos dado que quienes jugaban más de tres horas a la semana tenían un 37% menos de errores y efectuaban la operación un 27% más rápido.
- Son usados por profesionales de la oftalmología para calibrar la respuesta ocular en el postoperatorio, contribuyendo incluso a su mejoría. Los pacientes que llevan años usando videojuegos se recuperan un 10% mejor tras una intervención.
- Hay centros médicos que los usan con excelentes resultados para tratar problemas de aprendizaje y deficiencias visuales como estrabismo u “ojo vago”.
- Está demostrado que quienes juegan con títulos de acción procesan mejor la atención visual por todo el espacio, pudiendo percibir y seguir más objetos a la vez y procesar mayor información visual presentada a gran velocidad.



Videojuegos - Beneficios

...

Los videojuegos son también una forma de expresión, de arte en ocasiones y las destrezas que en quien juega desarrollan son muy útiles para la vida en este nuevo mundo digital.

Cada vez más:

- Una forma de aprendizaje
- Una forma de ocio familiar
- Una forma de ejercitar cuerpo y mente



Videojuegos - Retos

- **Contenidos y valores inadecuados: violencia, sexismo, xenofobia...**
- **Uso abusivo y dependencia.**
- **Contacto con personas nocivas.**
- **Malos hábitos y excepciones (posturas, alimentación, afecciones nerviosas...).**
- **Engaños económicos y abuso del consumidor**





Videojuegos online - Retos

1. Jugadores identificados y trazables
2. Publicidad contextual y personalizada
3. Contactos con desconocidos y funciones de comunicación avanzadas
4. Relajación de las pautas de control parental y de autoprotección
5. Amenazas a la privacidad y barreras difusas con las redes sociales
6. Incitación a juegos de apuestas o azar
7. Dificultades añadidas a la supervisión parental
8. Existencia de usos que suponen gasto económico
9. Mundo persistente... juego permanente
10. Dificultad de censo, catalogación y control



Videojuegos – Apuesta necesaria

- Forman parte importante de la cultura juvenil, de sus preferencias de ocio y de su capital relacional.
- Son un pilar clave en el cuarto espacio de socialización de las nuevas generaciones, el constituido por las nuevas “formas” de información, comunicación y sobre todo, relación y que se articula en torno a lo que se ha venido llamando tradicionalmente “ciberespacio”.
- Se integran de manera progresiva en nuevos segmentos de la población (personas adultas que crecieron con ellos y niños que se inician a edades más tempranas).
- Evolucionan en formatos, temáticas y posibilidades, con un fuerte impulso de una industria que se reparte un goloso y competitivo mercado.
- Cuenta con unas características óptimas para el aprendizaje de conceptos, procedimientos y, sobre todo, actitudes/valores.



Juegos Sociales





Juegos Sociales. Caracterización.

- **Sencillos y atractivos.**
- **Retos y recompensas permanentes.**
- **Modulares y escalables: misiones a corto y largo plazo.**
- **Novedades y nuevas opciones dinamizan y enriquecen la experiencia.**
- **Adaptables a las posibilidades de juego (pericia, tiempo) personales.**
- **Umbral de gratuidad elevado.**
- **Socializadores, colaborativos.**
- **Permiten la competitividad y la comparación con los demás.**
- **Mundos persistentes: algo ocurre aunque no estés, el juego no para.**



Juegos Sociales. Algunos datos

Los adictos a los juegos sociales de Facebook alcanzan el 19 por ciento

(sep 2010, informe Lightspeed Research)

- El 53% de todas las personas que usan Facebook y que tienen una edad mayor de 18 años han jugado alguna vez un juego social de esa red y el 19% de estos dicen que en la actualidad son adictos a los juegos que han probado.
- Así, el 10% de las personas que usan Facebook juegan en la red social de manera obsesiva y presumiblemente esta cifra aumentará a medida que los desarrolladores crean nuevas maneras de atraer a los jugadores y mantenerlos enganchados.
- Las mujeres tienen más probabilidad de tener una cuenta de Facebook y de jugar a los juegos sociales y por lo tanto, también podrán volverse adictas en un mayor número, concretamente el 21% son mujeres y el 17% hombres.
- Parece que los jugadores más jóvenes son más adictos que los usuarios más avanzados en edad.



Referencias de interés

Algunos documentos y recursos didácticos de interés de PantallasAmigas
(Abril 2012)

Artículos de interés:

Decálogo para una víctima de Cyberbullying

<http://www.pantallasamigas.net/proteccion-infancia-consejos-articulos/decalogo-para-una-victima-de-ciberbullying.shtm>

Ciberbullying, acoso en la pantalla

<http://www.pantallasamigas.net/proteccion-infancia-consejos-articulos/ciberbullying-acoso-en-la-pantalla.shtm>

Cinco consejos básicos para un uso seguro de la webcam

<http://www.pantallasamigas.net/proteccion-infancia-consejos-articulos/ciberbullying-acoso-en-la-pantalla.shtm>

Decálogo para combatir el Grooming en Internet

<http://www.pantallasamigas.net/proteccion-infancia-consejos-articulos/decalogo-para-combatir-el-grooming-en-internet.shtm>

Seis razones para colocar el ordenador en un lugar común del hogar

<http://www.pantallasamigas.net/proteccion-infancia-consejos-articulos/seis-razones-para-ubicar-el-ordenador-en-un-lugar-comun-del-hogar.shtm>



Referencias de interés

Blogs y sites informativos	Recursos didácticos online
http://www.sexting.es	http://www.cuidatuimagenonline.com
http://www.ciberbullying.com	http://www.cuidadoconlawebcam.com
http://www.e-legales.net	http://www.etiquetassinproblemas.com
http://www.internet-grooming.net	http://www.navegacionsegura.es
http://www.privacidad-online.net	http://www.redayneto.com
http://www.tecnoadiccion.es	http://www.infanciaytecnologia.com
http://www.cibermanagers.com	http://www.netiquetate.com
http://www.sextorsion.es	http://www.youtube.com/user/pantallasamigas



Muchas gracias

Y a su disposición en info@pantallasamigas.net