



Trabajo Fin de Grado (TFG)

Facultad Ciencias de la Educación- Grado en Educación Primaria

Curso académico 2021/2022

PROGRAMA PARA EL BUEN USO DE LAS REDES SOCIALES EN PREADOLESCENTES: “ENRED@DOS”

ALUMNA

Carmen Balón Aycart

TUTOR ACADÉMICO

Miguel Ángel Pertegal Vega

DEPARTAMENTO

Psicología Evolutiva y de la Educación

MODALIDAD

Diseño de intervención

INDICE.

| | |
|--|-----------|
| 1. INTRODUCCIÓN: EL IMPACTO DE LAS REDES SOCIALES EN LA ACTUALIDAD | 6 |
| 2. MARCO TEÓRICO | 7 |
| 2.1 EL FENÓMENO GENERALIZADO DE LAS REDES SOCIALES | 8 |
| 2.1.1 ¿Qué son las redes sociales? | 8 |
| 2.1.2 La nueva cultura virtual: la gran repercusión de las redes sociales en la actualidad..... | 9 |
| 2.2 APROXIMACIÓN AL USO DE LAS REDES SOCIALES EN LA PREADOLESCENCIA: FACTORES A TENER EN CUENTA | 10 |
| 2.3 LOS DISTINTOS USOS DE REDES EN FUNCIÓN DE LAS NECESIDADES QUE LLEVEN AL USUARIO..... | 12 |
| 2.3.1 La distinción entre uso pasivo y uso activo en función de la frecuencia de las actividades de los usuarios | 13 |
| 2.3.2 Del uso compensatorio al uso adictivo..... | 13 |
| 2.4 CONSECUENCIAS DEL USO INADECUADO DE LAS REDES SOCIALES: RIESGOS Y USOS PROBLEMÁTICOS POSIBLES..... | 15 |
| 2.4.1 La desaparición de las barreras físicas, el mayor aliado para los acosadores: cyberbullying | 16 |
| 2.4.2 Una práctica cada vez más popular entre los más jóvenes: sexting | 17 |
| 2.4.3 La práctica que amenaza a los niños en las redes sociales: grooming | 18 |
| 2.4.4 Relacionarse con desconocidos: ¿Amenazas u oportunidades?..... | 19 |
| 2.4.5 El descontrol de las redes sociales: la presencia de contenidos inapropiados. | 19 |
| 2.4.6 El malestar emocional como resultado de un uso inadecuado de las redes sociales | 20 |
| 3. DISEÑO Y APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE INTERVENCIÓN..... | 21 |
| 3.1 LA NECESIDAD DEL PROGRAMA: “ENRED@DOS” | 22 |
| 3.2 OBJETIVOS | 24 |
| 3.3 METODOLOGÍA | 24 |

| | |
|---|-----------|
| 3.4 CONTENIDOS | 26 |
| 3.5 COMPETENCIAS BÁSICAS. | 27 |
| 3.6 PROGRAMACIÓN Y CRONOGRAMA DE LAS ACTIVIDADES | 28 |
| 3.7 DISEÑO DE LAS ACTIVIDADES DE LOS TALLERES TRIMESTRALES | 28 |
| 4. DISEÑO DE LA EVALUACIÓN DEL PROGRAMA..... | 46 |
| 4.1 EVALUACIÓN PREVISTA DE LA SATISFACCIÓN Y FUNCIONAMIENTO DE LOS TALLERES..... | 46 |
| 4.2 EVALUACIÓN DE LA EFICACIA DEL PROGRAMA..... | 47 |
| 5. CONCLUSIONES..... | 49 |
| 5.1 RESULTADOS PREVISTOS DEL PROGRAMA Y POSIBLES BENEFICIOS DERIVADOS DE ÉSTE..... | 49 |
| 5.2 FORTALEZAS Y DEBILIDADES DEL PROGRAMA | 51 |
| 5.3 PERSPECTIVA DE CONTINUIDAD EN EL FUTURO | 53 |
| 6. BIBLIOGRAFÍA..... | 54 |
| 7. ANEXOS | 57 |

Resumen

Las redes sociales son un entorno muy atractivo para los jóvenes actuales. Desde edades muy tempranas acceden a esta realidad sin supervisión adulta. Aprenden por medio del ensayo y error. A través de esta propuesta de intervención educativa denominada “Enred@ados” impartiremos una educación previa para guiar a estos preadolescentes en el uso adecuado de las redes sociales. Los alumnos carecen de esta educación en este ámbito tan influenciante en sus vidas debido a su novedad, y por lo tanto, no todos los padres y madres lo controlan ni están formados. Esta intervención se llevará a cabo en CEIP Josefa Navarro Zamora, cuyo principal objetivo será proporcionar a los estudiantes la formación necesaria para hacer un uso responsable de las redes sociales y prevenir los usos problemáticos y sus respectivas consecuencias negativas. Para ello, se ha aplicado una metodología activa basada en el aprendizaje cooperativo y por descubrimiento desarrollada a través de tres talleres que tienen como tema protagonista de cada trimestre: ventajas e inconvenientes, usos problemáticos y uso responsable de las redes sociales. Esta intervención tiene como finalidad aumentar el conocimiento de los preadolescentes respecto a las redes sociales y sus diferentes usos, así como la observación de cambios positivos en las actitudes de nuestros alumnos a la hora de usarlas. Entre los resultados esperados del programa destacamos la concienciación de un uso adecuado de las redes sociales, en prevenir diversas problemáticas como el *cyberbullying* o el *grooming* mediante el aprendizaje de herramientas y, en especial, educarles en el uso de redes como reforzador o vínculo de amistades online y para mejorar su bienestar emocional.

Palabras clave: *redes sociales, uso activo, uso pasivo, usos problemáticos, cyberbullying.*

Abstract

Social networks are a very attractive environment for today's young people. From very early ages they access this reality without adult supervision. They learn through trial and error. Through this educational intervention proposal called "Enred@ados" we will provide prior education to guide these preadolescents in the proper use of social networks. The students lack this education in this area that is so influential in their lives due to its novelty, and therefore, not all parents control it or are trained. This

intervention will take place at the CEIP Josefa Navarro Zamora, whose main objective will be to provide students with the necessary training to make responsible use of social networks and prevent problematic uses and their respective negative consequences. To do this, a methodology based on cooperative and discovery learning has been applied, developed through three workshops whose main theme for each quarter is: advantages and disadvantages, problematic uses and responsible use of social networks. This intervention aims to increase the knowledge of preadolescents regarding social networks and their different uses, as well as the observation of positive changes in the attitudes of our students when using them. Among the expected results of the program we highlight the awareness of an adequate use of social networks, in preventing various problems such as cyberbullying or grooming by learning tools and, in particular, educating them in the use of networks such as reinforcing or linking friendships online and to improve their emotional well-being.

1. INTRODUCCIÓN: EL IMPACTO DE LAS REDES SOCIALES EN LA ACTUALIDAD.

Las Tecnologías de la Comunicación y la Información (TIC) e Internet han supuesto una nueva realidad social y, como consecuencia, el ser humano del siglo XXI ha logrado configurar nuevas estructuras de relaciones sociales. Estas se originan debido a la creación de nuevas herramientas virtuales: las Redes Sociales.

Los grandes avances tecnológicos de la última década nos permiten que incluyamos en nuestro día a día las TIC, las cuales facilitan la vida cotidiana de las personas permitiendo su comunicación desde cualquier lugar y momento a través de las redes. De esta manera, las TIC y las Redes Sociales han facilitado la comunicación social con independencia del lugar en el que nos encontremos y sin prácticamente afectar al tiempo, dada la rapidez con que los mensajes, informaciones o publicaciones pueden ser enviados.

Conviene mencionar los diferentes contextos en los que esta revolución tecnológica ha tenido cabida y más especialmente tras la pandemia mundial que hemos vivido. Una pandemia, que ha provocado que multitud de empresas, oficinas, trabajos... se vean afectados dando pie al teletrabajo. De igual modo se ha visto afectada la educación de los más pequeños donde miles de centros educativos se han visto obligados a impartir una educación durante meses a través de diferentes aplicaciones como son *Classroom*, *Moodle*, *Clickedu*, etc.

Si bien ya estaban incluidas las TIC en el currículo educativo como competencia digital (CD) clave del Sistema Educativo Español descrita en la Orden ECD/65/2015, de 21 de enero. Y como elemento fundamental de enseñanza y aprendizaje a fin de dar respuestas a las necesidades de la sociedad actual, su uso se ha visto aún más importante.

Sin embargo, no hemos de olvidar la importancia de hacer un buen uso de estas herramientas en los centros escolares, de modo que satisfagan las necesidades educativas, favorezcan los procesos cognitivos, emocionales, metacognitivos, etc. Al mismo tiempo, hemos de advertirles de los peligros que un mal uso de estas puede conllevar, pues al estar tan expuestos durante su día a día a ver a su entorno más cercano

haciendo un uso continuo de redes sociales como son *Tik Tok*, *Instagram*, *Facebook* o *Twitter*, los niños van a verlo como algo normal de la vida de cada persona.

Desde los centros educativos se trabaja y hace uso de estas debido a los beneficios y ventajas educativas que proporcionan, favoreciendo los procesos cognitivos, emocionales, metacognitivos, etc., de los estudiantes. Sin embargo, los alumnos más jóvenes no llegan a ser conscientes de los peligros y amenazas que esconde Internet, ni han alcanzado aún, en la mayoría de los casos, la madurez necesaria para actuar ante determinadas situaciones.

Por tanto, el tema de las redes sociales es objeto de este programa de intervención debido a su peso en la actualidad, ya que dependiendo del uso que hagan de ellas nuestros alumnos, éstas influirán negativa o positivamente en ellos. Cabe recalcar, que es un tema novedoso del cual no todos los padres y madres están informados ni controlan, por lo que muchos estudiantes no reciben formación sobre las redes sociales en el ámbito familiar. Es así, que esta intervención pretende cubrir estas necesidades educativas y guiar a los preadolescentes hacia un uso responsable de las redes sociales, haciendo especial hincapié en las más usadas, y enfocado a evitar posibles peligros en las redes al usarlas de manera problemática o sin formación previa.

2. MARCO TEÓRICO.

Este proyecto pretende profundizar y concienciar sobre la importancia de trabajar las redes sociales en los niños y niñas preadolescentes. De este modo, se explicará la definición de las redes sociales, los diferentes usos que tienen y sus ventajas e inconvenientes.

A continuación, comenzaremos documentando el fenómeno de las redes sociales y la repercusión que tienen en la actualidad. Además, comentaremos los diferentes usos que de las redes sociales en función de las necesidades que lleva al usuario. Asimismo, consideraremos los beneficios y peligros que estas plataformas digitales nos aportan.

Por consiguiente, se comienza a respaldar el actual programa, explicando de manera detallada los conceptos e investigaciones de los conocidos autores que vamos a esclarecer a continuación.

2.1 EL FENÓMENO GENERALIZADO DE LAS REDES SOCIALES.

Entre las actividades más populares en los preadolescentes y adolescentes a la hora de navegar en internet, es el uso de las redes sociales. Pero, ¿Qué son las redes sociales y cómo las usan?

2.1.1 ¿Qué son las redes sociales?

Las redes sociales son lugares en Internet donde las personas publican y comparten todo tipo de información, personal y profesional, con terceras personas, conocidos y absolutos desconocidos (Celaya, 2009). Además, estas forman parte de lo que se conoce como tecnologías web 2.0 (García y Del Hoyo, 2013).

Aparecen con el desarrollo de las nuevas tecnologías de la información y el conocimiento (Smartphone, ordenadores, tablets), dando lugar así a una nueva sociedad basada en la red. Es así como las redes sociales han venido transformando el mundo que conocemos, y a pesar de las brechas generacionales, nos han permitido integrarnos a una cadena que es sumamente dinámica y efectiva. “La verdadera revolución está teniendo lugar justo en este momento, y son las redes sociales” (Azua, 2009).

Este fenómeno tiene la habilidad de proporcionar una comunicación fácil y rápida, así pues se han convertido en un acontecimiento que suma continuamente usuarios en todo el mundo, siendo el servicio más demandado de las nuevas tecnologías para las relaciones interpersonales y para multitud de aspectos de distinta índole (Ibain, 2009).

Una vez aclarado el concepto, es fundamental conocer los diferentes tipos de redes sociales que existen.

Las redes sociales se pueden clasificar en dos tipos. Por un lado, las redes sociales personales, las cuales agrupan a un conjunto de contactos y amigos con intereses en común y, por otro lado, redes sociales profesionales, centradas en torno a objetivos profesionales (Dans, 2010).

Existe otra clasificación: las redes horizontales y las verticales. Estas primeras, son las que van dirigidas a todo tipo de personas y no tienen una temática única o concreta, donde el objetivo principal es la interrelación en general. Por otro lado, las redes sociales verticales reúnen a usuarios en torno a una temática concreta, éstas

pueden ser de carácter profesional, destinadas al deporte o al ocio entre otras, y las denominadas mixtas donde se desarrollan relaciones tanto personales como profesionales (Burgueño, 2009).

Una última distinción de las redes sociales es la siguiente; las cerradas y las abiertas. Las redes sociales cerradas son espacios donde los usuarios entran para interactuar sólo con los usuarios de la red y compartir contenidos. Mientras que las abiertas son consideradas solo aquellas que cumplen ciertas características que hacen un objeto de estudio peculiar: un perfil propio, un listado público de contactos que puede ser explorado y un intercambio constante de contenidos que puede ser visualizado, y permite la interacción entre usuarios (Boyd & Ellison, 2008). Un ejemplo de estas redes más extendidas son *Faceebok*, *Instagram*, *Snapchat* o *Twitter* (Pertegal Vega et al., 2019).

De todos estos tipos de redes sociales, nos interesa abarcar las redes sociales abiertas ya que son las más usadas por los preadolescentes. Como por ejemplo, *Facebook*, *Twitter*, *Tik Tok* e *Instagram* que ofrecen a los jóvenes expresarse de manera creativa, a través de la formación de grupos de conversación, de la difusión de información y noticias de su interés, de y la publicación de fotos o vídeos (Candale, 2011).

2.1.2 La nueva cultura virtual: la gran repercusión de las redes sociales en la actualidad.

El verdadero auge de las redes sociales fue en el año 2009, aumentando considerablemente el número de usuarios registrados a las mismas. Concretamente, en España, las nuevas tecnologías y las redes sociales tienen un alto reconocimiento por parte de la población ya que en el mismo año se posicionó como uno de los cinco países de todo el mundo que más usuarios reconocían hacer uso de éstas (Nielsen 2010).

De hecho, el último estudio realizado por IAB Spain (2021), “Estudio de las redes sociales 2021”, demuestra que en España aproximadamente unos 26,6 millones de usuarios son consumidores de redes sociales.

Esta alta repercusión que están adquiriendo las redes sociales en la actualidad, ha provocado el surgimiento de una nueva cultura denominada virtual, a través de la cual fluye la comunicación sin obstáculos de espacio o tiempo y afirma que una vez

instauradas las redes sociales en la sociedad, detonaron en toda clase de aplicaciones y finalidades, lo que esto retroalimentaba a su vez el que se produjera el cambio tecnológico (Castell, 2006).

Por tanto, la llegada y el uso habitual de las redes sociales están transformando la sociedad en la que vivimos, por lo que nos llevan a resaltar la importancia que éstas tienen. Es necesario e imprescindible la constante actualización y alfabetización de las nuevas tecnologías para todas las personas, para que así puedan seguir siendo competentes en sus áreas de trabajo y estar informados. Los ciudadanos tendrán que saber manejar las aplicaciones para gestionar su red de contactos, presentar un perfil atractivo para futuras empresas y socializarse de otro modo (Caldevilla, 2010).

Asimismo, las redes sociales también han producido cambios en el ámbito educativo. Las instituciones de enseñanza y profesores se actualizan cada vez más en este campo utilizando las herramientas de socialización, mediante las que se pueden adquirir nociones pedagógicas y productivas. La influencia de las redes sociales en la educación es sumamente importante, por lo que es necesario que las personas aprendamos a integrarlas (Buxarrais, 2016).

De todos los ámbitos que se han visto afectados por la llegada de las nuevas tecnologías, y con ellas, la aparición de las redes sociales, nos centraremos en el contexto educativo. Especialmente, en el uso de las redes sociales en la preadolescencia, trabajando con ellos su buen uso y responsabilidad.

2.2 APROXIMACIÓN AL USO DE LAS REDES SOCIALES EN LA PREADOLESCENCIA: FACTORES A TENER EN CUENTA.

Los niños y niñas acceden a las redes sociales desde edades muy tempranas, siendo su uso cada vez más extendido en las edades comprendidas entre los 10 y 15 años como demuestran los estudios del Instituto Nacional de Estadística (INE).

Esto se debe a la facilidad que tienen los niños de acceder a ellas, en España, según el Instituto Nacional de Estadística (INE, 2017), así como diversos estudios (p.ej. Peñalva e Irazabal, 2015), afirman que la mayoría de los adolescentes tienen al menos un ordenador en casa y conexión a Internet. A su vez, el 70% de los estudiantes españoles de 11 años dispone de un *smartphone* para su uso personal (IAB Spain,

2017). Sin embargo, a pesar que la edad mínima para disponer de los propios datos de una red social, según la Ley Orgánica de Protección de Datos, son los 14 años (aunque cada red social tiene la libertad de establecer la propia suya), son muchos menores los que se realizan perfiles aunque no tengan la edad requerida.

Una nueva encuesta realizada por Internet Matters descubrió que un gran porcentaje de menores de edad están utilizando las redes sociales. La encuesta fue realizada a 1000 niños de entre 11 y 15 años con perfiles de redes sociales. Encontraron que el 62% de 11 años y el 69% de 12 años tienen un perfil de *Facebook*, a pesar de que los menores de 13 años no están permitidos. Por otro lado, el 36% de 11 años y el 57% de 12 años usan *Instagram* mientras que la edad mínima es de 13.

Estos preadolescentes al no cumplir con las normas que les imponen en la red se enfrentan a innumerables riesgos. El grado de inmadurez de los más jóvenes les impide entender que algunas de las acciones que realizan virtualmente como subir fotos, vídeos, difundir información, valorar o etiquetar a otras personas, etc. deja un rastro que puede ocasionarles problemas en el futuro. Tampoco ayuda que carezcan de las habilidades que les permiten juzgar la veracidad de la información y las noticias que reciben (Vanderhoven et al., 2014). Respecto a esta cuestión, son grandes factores la familia y la escuela, ya que en ambos ámbitos reciben la mayor parte de su educación, y por lo tanto, se debe trabajar este aspecto para evitar posibles riesgos futuros.

Entre las redes sociales que más seguidores adolescentes tienen en España se encuentran *Facebook*, *Youtube*, *TikTok*, *Twitter* e *Instagram* respectivamente (Statista, 2021). Detrás del uso de estas redes existen diferentes motivos: mantener contacto con el grupo de amigos, hacer nuevas amistades, o simplemente entretenerse (Krasnova et al., 2017).

En una investigación realizada en la Universidad de Extremadura sobre el uso de internet y las redes sociales en la preadolescencia encontraron los siguientes resultados: la práctica totalidad de la muestra (96%), utiliza las redes sociales para estar en contacto con sus amigos. Un 15% de la muestra indican que utilizan estas redes para “conocer gente nueva” y un 14,5% para “ligar”. También hay un pequeño porcentaje de un 5,7% que buscan información de gente. El riesgo que puede entrañar utilizar la red para

conocer gente nueva, o para ligar puede que no sea bien dimensionado por estos adolescentes (Ruiz & del Barrio, 2014).

García et al., (2013), añaden datos muy significativos en cuanto a la diferencia del uso de las redes sociales según dos variantes. Por un lado, el sexo: las chicas registran un uso superior al de los chicos, con un 89,5% frente a un 79,3%. En cuanto a la finalidad que le dan, las actividades preferidas para las chicas son chatear, ver vídeos o fotos de su lista de contactos y actualizar su perfil, mientras que en el caso de los chicos, la mayor parte del tiempo que dedican a las redes sociales va destinado a jugar a través de la red. Y por otro lado, según la edad también se observan diferencias, los adolescentes de 15 a 17 años representan un 84,1% de actividad en las redes, mientras que los adolescentes de 12 a 14 años, registran un 68%.

El uso masivo de las redes sociales por parte de los adolescentes y jóvenes lleva entonces, a una reflexión sobre los vínculos y a la necesidad de desarrollar un enfoque integrador, que permita visualizar tanto los riesgos como las oportunidades de esta nueva forma de comunicarse y aprender.

2.3 LOS DISTINTOS TIPOS DE USO DE REDES EN FUNCIÓN DE LAS NECESIDADES QUE LLEVAN AL USUARIO.

Un estudio realizado por IAB Spain en 2021, afirma que un 85 % de los internautas de 16 a 70 años utiliza redes sociales, lo que representa cerca de 27 millones de personas. Son múltiples las razones que llevan a este elevado número de la población a hacer un uso continuo de las redes sociales y entre las que destacan el estar en contacto con amigos (43%), para mantenerse al día de noticias y eventos actuales (41%) o para rellenar el tiempo libre (39%).

En función de las necesidades que lleven al usuario a hacer un uso u otro de la red social, podemos clasificarlas en redes sociales de uso activo y de uso pasivo.

Así mismo cabe señalar la importancia del uso adictivo y compensatorio de este tipo de redes. A largo plazo, Kim y Davis (2009) sostienen que el empleo de redes sociales da lugar a un uso compulsivo de Internet que desencadena en consecuencias negativas para el sujeto si se da mayor importancia a las actividades de la Red que a las de la vida cotidiana.

A estos conceptos dedicaré los subapartados siguientes para una mayor profundización en el tipo de uso de redes sociales por parte de los adolescentes.

2.3.1 La distinción entre uso pasivo y uso activo en función de la frecuencia de las actividades de los usuarios.

Entre los temas estudiados en las investigaciones sobre el uso y hábito de las redes sociales encontramos la frecuencia de las actividades de los usuarios.

Dichos usuarios pueden ser clasificados en dos categorías, la primera, la de los usuarios activos, que difunden, comentan y comparten publicaciones, fotografías o estados; la segunda categoría es la de los usuarios pasivos, que son aquellos que consumen el contenido que publican sus contactos y que nunca hacen publicaciones de sus estados o fotografías, ni comentan acerca de los demás (Burke, 2011).

Por consiguiente, se puede afirmar que la mayor diferencia que encontramos entre estas dos categorías es subir o no contenido a la red que faciliten la comunicación directa o no con otros usuarios (Ding et al., 2017).

Dentro del uso activo se diferencian dos subtipos: el uso de tipo interactivo-comunicativo, que da a lugar entre usuarios más estrechos, así como dar “likes” y comentar en las publicaciones de otros individuos; o el uso de tipo reproductivo, enfocado en la publicación de contenidos a una audiencia más general, como por ejemplo, las actualizaciones de estado (Pertegal Vega et al., 2019).

El bienestar emocional de los usuarios depende del uso que se lleve a cabo en las redes sociales. Así, pues el uso pasivo da lugar a consecuencias negativas para el bienestar subjetivo, como por ejemplo a comparaciones sociales y envidia. Al contrario, el uso activo predice el bienestar subjetivo, creando capital social e incentivando los sentimientos de conexión social (Verduyn et al., 2017).

Pero no solo estos dos tipos de usos sobre las redes sociales afectan a bienestar emocional de las personas, también el uso compensatorio y adictivo que explicaremos a continuación.

2.3.2 Del uso compensatorio al uso adictivo.

Uno de los aspectos claves de los miedos o pánicos morales más extendidos en relación a internet es el temor a que los menores pierdan el control sobre su actividad en los nuevos medios (redes sociales). Así pues, la adicción a internet se ha convertido en un importante campo de investigación y en una cuestión a debatir en las agendas institucionales.

Por lo que, como afirma, Cheng Liu (2012) no podemos obviar la relevancia que tiene el fácil acceso a la red, la posibilidad del anonimato y factores familiares como un mal funcionamiento familiar y apoyo social.

La investigación EU Kids Online denominó la adicción a internet como un desorden del control de los impulsos asimilable a otras condiciones patológicas como la ludopatía/juego. Sin embargo, estudios más recientes implantan un modelo compensatorio, según el cual los usuarios acceden a internet con el objetivo de escapar de sus dificultades y problemas, así como para compensar problemas emocionales (Garmendia et al., 2016).

Por lo tanto, no todos los factores de adicción a internet son indicadores de un problema psicológico. Más bien, el “uso excesivo de internet” considerado por investigadores e instituciones podría estar relacionado con una forma de vida caracterizada por un internet arraigado en su día a día, y con formas de entretenimiento y comunicación innovadoras, que a menudo los adultos condenan como comportamiento patológico (Kardefeldt-Winther, 2014).

Se observa así, que el uso compensatorio de las redes sociales conlleva al uso adictivo de estas, pues son muchos jóvenes con malestar emocional, baja autoestima y pocas habilidades sociales los que se enganchan debido a los beneficios que estas le proporcionan para esconder sus inseguridades. Esto es corroborado por numerosos estudios que sugieren que las personas que no tienen relaciones sociales corren más riesgo de desarrollar conductas tecnológicas adictivas (Kuss et al., 2014). Como por ejemplo, el estudio empírico realizado por Brunborg et al., (2014) que destaca la relación entre ansiedad, depresión y síntomas de conductas tecnológicas adictivas.

Como vemos, las redes sociales son un arma de doble filo dependiendo del uso que los jóvenes hagan de ellas. Por un lado, pueden ser herramientas poderosas que

ayudan a los jóvenes a sociabilizarse, a emprender o les sirva como útiles recursos al estudiar o en el ámbito laboral. Sin embargo, también puede acarrear problemáticas graves, llegando incluso a enfermar y afectar el bienestar emocional de la persona. Dichas problemáticas que aparecen al hacer un uso erróneo de las redes sociales son las siguientes.

2.4 CONSECUENCIAS DEL USO INADECUADO DE LAS REDES SOCIALES: RIESGOS Y USOS PROBLEMÁTICOS POSIBLES.

Actualmente, los niños desde edades muy tempranas navegan por internet, redes sociales, videojuegos y móviles. Esto conlleva a que los niños y adolescentes aprendan velozmente a familiarizarse y usar fácilmente las TIC, siendo éstas herramientas que utilizan para interactuar y relacionarse con los demás. La posibilidad de comunicarse a través de las redes sociales ha sido el punto clave de este hecho. En consecuencia, la comunicación online ha crecido exponencialmente, siendo la principal motivación el contacto con las amistades (Villanueva, 2018).

El Instituto de la Juventud de España (INJUVE) afirma que las redes sociales están jugando un papel mucho más importante de lo que comúnmente se cree en el desarrollo y la conformación de la identidad de los adolescentes.

En la esfera educativa, (Cabrero et al. 2016) afirman que las redes sociales se han incorporado a la educación como instrumentos que avanzan hacia entornos comunicacionales de aprendizaje y colaboración, cuya aplicación ha venido creciendo de manera exponencial.

Por su parte, (Marín y Cabero, 2019) señalan que son herramientas básicas usadas en la sociedad del conocimiento y resaltan su acelerado crecimiento en los entornos de formación, de manera que no solo los centros educativos las incluyen para tareas administrativas y de información a las familias, sino también los docentes, como instrumentos para transmitir información y crear entornos de trabajo colaborativos.

De igual modo, diversos estudios (Chacón y Limas, 2019 ; Marín y Cabero, 2019; Cantillo y Moreno, 2016; Cornejo y Parra, 2016; Chávez, 2014) coinciden en afirmar que las redes sociales toman cada día más fuerza y presencia en las universidades, lo que induce cambios en los modelos educativos y en el acceso y las

formas de aprendizaje y las convierte en un aliado innovador que conlleva “la mejora en el proceso enseñanza-aprendizaje y en la calidad de la educación” (Cornejo y Parra, 2016).

Sin embargo, de la misma manera que las redes sociales pueden ser una buena herramienta para la búsqueda de información y estar conectadas con las amistades, no está exento de riesgos y problemas asociados a un uso inadecuado. Entre los riesgos y daños más destacados encontramos los siguientes: cyberbullying, mensajes sexuales, contacto con personas desconocidas, imágenes sexuales y contenidos inapropiados.

2.4.1 La desaparición de las barreras físicas, el mayor aliado para los acosadores: cyberbullying.

Uno de los daños que mayor repercusión está despertando en la literatura científica, derivado del uso de los diferentes dispositivos digitales, es el uso de las TIC con la intención de perjudicar a los demás, el cyberbullying (Ortega et al., 2008).

La potencialidad de las TIC junto a la omnipresencia, el tipo de funcionamiento y su trascendencia, las convierten en poderosas herramientas que, usadas de forma malintencionada, pueden causar verdaderos daños en la vida de las personas, en especial, de los que más las usan, los adolescentes (Hinduja y Patchin, 2010).

Pero este riesgo no ha surgido exclusivamente tras la llegada de las TIC en la vida de los jóvenes, sino que reproduce y difunde a través de medios electrónicos (redes sociales) los problemas que ya venían existiendo y afectando a los escolares en las relaciones que mantienen con los demás. Por lo que se vincula directamente, como un tipo de acoso escolar o bullying (Slonie y Smith, 2008). Así pues, el uso de los medios tecnológicos permite que los problemas escolares o de la red de iguales, trascienda las barreras físicas del centro educativo o del lugar de residencia, llegando a cualquier punto del mundo donde exista un dispositivo digital (Tokunaga, 2010).

Según Smith (2013) el cyberbullying es una acción agresiva e intencional, llevada a cabo por un grupo o un individuo, usando las TIC, en repetidas ocasiones a lo largo del tiempo contra una víctima que no puede defenderse fácilmente.

Por lo que, como podemos ver, la tecnología dota a los agresores de un gran poder en cuanto a la frecuencia, duración y amplitud de escenarios, siendo las víctimas

castigadas con una gran dureza y yendo más allá de lo que se puede presenciar en el bullying tradicional, ocasionando daños similares o incluso mayores y produciendo las mismas o mayores consecuencias, a excepción de la violencia física, incluido desgraciadamente hasta el suicidio (Hinduja y Patchin, 2010).

2.4.2 Una práctica cada vez más popular entre los más jóvenes: el *sexting*.

Existen evidencias de que los menores están usando internet y los móviles como parte de sus interacciones y exploraciones sexuales (Livingstone et al., 2011). Esta práctica ha sido denominada *sexting* y ha sido definida de diversas maneras.

Una aproximación al significado del *sexting* según Lenhart (2009) es el siguiente: “crear, compartir y difundir imágenes de desnudos o semidesnudos sexualmente sugerente” de sí mismo o de otra persona, por medio del móvil o internet, excluyendo de esta manera, tanto textos sexualmente insinuante como el resto de plataformas comunicativas.

Sin embargo, la encuesta realizada por EU Kids Online, denomina el *sexting* de una manera más inclusiva, teniendo en cuenta tanto las imágenes como los textos, además de considerar todo tipo de comunicación online más allá del uso de los móviles (Livingstone et al., 2011).

Los autores Garmendia et al. (2016) afirmaron a través de una investigación sobre el *sexting*, que un 31% de los adolescentes habían recibido mensajes con contenido sexual, encontrando diferencias en cuanto al género, siendo un 28% los mensajes sexuales recibidos en chicas frente al 35% en chicos. En este estudio señalan que el *sexting* aumenta con la edad, con una prevalencia del 42% para los 15-16 años. Asimismo, estos investigadores indican que el *sexting* se desarrolla la mayor parte de las ocasiones dentro de la interacción entre pares contextualizado en la experimentación de la identidad sexual y como acción con connotaciones sexuales. No obstante, existe un gran riesgo de que tanto las imágenes como los textos sean publicados y viralizados, en cuestión de segundos y sin el consentimiento de los emisores, en espacios online, y fácilmente distribuidas a través de redes sociales, derivando en grandes problemas tales como el mencionado en el punto anterior (*cyberbullying*) o la “*sextorsión*”.

En España, entre los pocos estudios publicados, destaca el estudio cualitativo llevado a cabo con adolescentes de entre 15 y 18 años en Ourense (Alonso et al., 2015).

Entre sus conclusiones encontramos que aunque los participantes no reconocieron la realización de estas conductas sexuales, sí que identificaron el *sexting* como una práctica que se realiza entre sus iguales. También, como razón de la baja prevalencia encontrada, los autores resaltan que, a pesar de ser una práctica generalmente conocida, existe cierto desconocimiento a nivel teórico por parte de los participantes, ya que estos no consideraron sus prácticas como *sexting* cuando sí que lo eran. Y en cuestión a las motivaciones se destacaban como las más frecuentes un factor aburrimiento, captar la atención de la persona emisora y tener relaciones íntimas con ella o la presión del grupo o de la pareja.

Para evitar riesgos como el *sexting*, diversos autores señalan la importancia de la participación y comunicación activa de la familia en la educación y prevención de los usos problemáticos de internet. Así mismo, autores como Lau y Yen (2016) destacan que los padres y madres deberían conocer cuáles son los riesgos a los que se enfrentan sus hijos y así, tomar las medidas necesarias para prevenirlos.

2.4.3 La práctica que amenaza a los niños en las redes sociales: *grooming*.

Mayoritariamente el término *grooming* se ha descrito como el proceso emprendido a través de las TIC para ganarse la confianza de un menor (menos de 16 años) obtenido control sobre éste con la finalidad de lograr tener acceso sexual al mismo (Sutton y Jones, 2004).

En el contexto jurídico mencionan este comportamiento que ha pasado a ser un delito, como las acciones preconcebidas de un adulto mediante internet para ganarse la confianza de un menor de edad con el objetivo de entablar relaciones con un menor, para alcanzar un placer sexual personal mediante imágenes eróticas o pornográficas que consigue del menor, llegando incluso a acordar un encuentro físico y abusar sexualmente de él (Monge, 2010).

En un estudio enfocado en las experiencias de ciberabusadores de Reino Unido, Bélgica, Noruega e Italia, se llega a la conclusión de que existen dos tipos de víctimas de “*online grooming*”; las arriesgadas y las vulnerables (Webster et al., 2010).

Las víctimas arriesgadas presentan una actitud desinhibida y arriesgada online, junto con la sensación de control propia de adolescentes extrovertidos y seguros de sí mismos, manteniendo el secreto del abuso por su aparente “complicidad” en la

dinámica. Mientras que las víctimas vulnerables son aquellas que necesitan una especial atención y afecto debido a sus sentimientos de soledad y baja autoestima, con ambientes familiares conflictivos y difíciles relaciones con sus padres, incluso víctimas de malos tratos o abuso sexual, que buscan el amor en internet y cuando creen haberlo conseguido mantienen la situación de abuso por temor a perderlo.

2.4.4 Relacionarse con desconocidos: ¿Amenaza u oportunidad?

Una de las causas que generan mayor ansiedad en los jóvenes respecto a las comunicaciones online se refiere a lo que en inglés se denomina como “*stranger danger*”, es decir, la idea de que los adolescentes conozcan a alguien a través de internet, ser persuadida para contactar offline y terminar siendo víctima de abusos en ese encuentro físico.

Investigaciones anteriores han sugerido que conocer extraños puede abarcar diferentes circunstancias y experiencias, que no pueden ser asumidas como universalmente problemáticas (Barbovski et al., 2012); a su vez, estudios previos confirman que el riesgo de ser dañado en un encuentro físico con alguien conocido a través de internet es bajo (Livingstone et al., 2011).

Esto se debe al modo en el que funcionan la sociabilidad en línea, pues la mayoría de los encuentros cara a cara con personas contactadas previamente online son con “amigos de amigos” y no con completos desconocidos (Barbovski et al., 2012).

El conocer personas a través de internet no tiene por qué ser negativo o implicar riesgos. En ocasiones, permite a los menores la oportunidad de compartir intereses y aficiones con otros (Ito et al., 2009). Asimismo, no todos los contactos online forzosamente conducen a encuentros offline, y aún más importante, no todo encuentro físicamente con alguien que se conoció en internet conlleva a consecuencias nocivas.

2.4.5 La ausencia de filtros en las redes sociales: la presencia y exposición a contenidos inapropiados.

Internet ha permitido la circulación sin precedentes de una gran cantidad de contenidos que son realizados por personas particulares (usuarios) y no son producidos ni distribuidos masivamente por empresas (UGC, User-Generated Content). Esto ha conllevado a la creación de contenidos problemáticos: los que fomentan desórdenes

alimenticios, comportamientos autolesivos o discriminatorios, consumo de drogas y la violencia contra ciertos grupos están entre los principales contenidos negativos generados por usuarios.

Este tema ha recibido menos atención por parte de los legisladores e investigadores que otros como los citados anteriormente (*sexting*, *cyberbullying*...), a pesar de que existe la evidencia de que este tipo de mensaje es relativamente común entre los menores (Livingstone et al., 2011).

De acuerdo con los datos de EU Kids Online, el 32% de los menores afirman haber visto contenidos inapropiados y potencialmente dañinos. Además, estos señalan que se encuentran más a menudo con mensajes que promueven el odio o los ataques contra personas o grupos en función de su raza, religión u otras cuestiones (18%), mensajes que indican cómo lesionar a otros o autolesionarse (17%) y contenidos proanorexia o probulimia (14%) que con páginas relacionadas con la experiencia del consumo de drogas o con el suicidio.

Destacamos de nuevo, el papel fundamental que tienen tanto las familias como las escuelas para educar en el uso de las redes sociales, ayudándoles a reconocer las informaciones verídicas frente a las falsas, promoviendo un uso crítico y responsable de las redes, y manteniéndose informados de las actividades que los hijos y alumnos realizan en estas, para así prevenir posibles daños.

2.4.6 El malestar emocional como resultado de un uso inadecuado de las redes sociales.

Los jóvenes son un grupo de edad vulnerable a las influencias del entorno en el que se desarrollan. Su tasa de vulnerabilidad está en función de diferentes parámetros, como su integración social, su grado de educación o su entorno familiar entre otros.

Además, tienen una percepción de riesgo baja o muy baja a las situaciones de peligro y asumen con tranquilidad esos riesgos presuponiendo que son invulnerables a los mismos (García del Castillo, 2015).

El 47% de los jóvenes pasan una media de 6 horas utilizando las redes sociales (Dias et al., 2019), la probabilidad de que aumente su índice de vulnerabilidad a los riesgos asociados al uso es muy alto.

Cuando aumenta el uso de redes sociales se “viralizan” determinadas emociones por parte de los usuarios por encima de otros contenidos, siendo la carga viral mucho mayor cuando es emocional (Berger y Milkman, 2012).

En un estudio reciente (De la Villa y Suarez, 2016), el uso frecuente del teléfono móvil se configura como una de las tecnologías más desadaptativas, provocando en los adolescentes desajustes de autorregulación en las emociones negativas, déficits en las habilidades para afrontar situaciones estresantes y problemas de regulación emocional en general.

En esta misma línea, se observa que el uso excesivo y la falta de autocontrol de las redes sociales influyen en la generación de relaciones sociales problemáticas, así como problemas emocionales, de salud en general y de rendimiento académico. Por otra parte, puede convertirse en un impulsor determinante en la generación de depresión, con alteración en la autopercepción, comportamientos narcisistas y déficits en las relaciones sociales (Buran y Dogan, 2019).

Así mismo el uso abusivo de las redes sociales tiende a generar problemas de baja autoestima, desconfianza en los demás, cambios bruscos y repentinos de humor, angustia psicológica, ideación suicida e intento de suicidio en los casos más extremos cuando aparecen problemas de acoso (Arab y Dias, 2015).

Como hemos podido comprobar, el desconocimiento o el mal uso de las redes sociales pueden afectar negativamente en procesos básicos de desarrollo, de influencia y de salud que pueden derivar en diferentes problemáticas en los adolescentes, los cuales usan estas plataformas en una edad en la que son vulnerables y, por lo tanto, se exponen a más riesgos.

3. DISEÑO Y APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE INTERVENCIÓN.

A continuación se desarrollará por qué se ha decidido llevar a cabo este programa sobre el buen uso de las redes sociales, dónde se ha realizado y a quiénes va dirigido. Además, se especificarán los objetivos y la metodología empleada para trabajar los contenidos de las diferentes sesiones durante el curso escolar 2021-2022. Por último, se detallarán las evaluaciones precisas para evaluar el programa, la eficiencia de este y los posibles convenientes y mejoras.

3.1 LA NECESIDAD DEL PROGRAMA: “ENRED@DOS”.

La revolución tecnológica de las últimas décadas ha afectado a diversos ámbitos de nuestra vida, incluida la educación. Por tanto, se hace evidente la necesidad de no sólo emplear las redes sociales con fines educativos sino educar sobre el uso adecuado que los alumnos deben hacer de las mismas con el fin de evitar malas conductas o que corran riesgos innecesarios en la red.

Es preciso enfatizar en la importancia de las redes sociales en la pandemia COVID-19 que aún sigue existiendo. Durante el confinamiento han sido los grandes aliados en el ámbito educativo, ya que era la única manera de estar comunicados y poder seguir educando a través de las pantallas.

Es esencial mostrarles las tecnologías a los alumnos como un medio de empoderamiento para el desarrollo de sus vidas, y no simplemente como una forma de entretenimiento y ocio, sino enseñarles que a través de las redes sociales tienen acceso a una gran variedad de recursos enriquecedores a los que deben sacar provecho de manera adecuada.

En el Programa de Intervención “Enred@dos”, que será precisado posteriormente, trabajaremos los aspectos citados anteriormente y se planteará una educación basada en la competencia digital. Específicamente, en el uso responsable de las redes sociales en los preadolescentes, evitando posibles peligros y fomentando su uso pragmático.

Para ello, realizaremos tres talleres con sus respectivos bloques y sesiones en el que se trabajarán y se dotarán a los alumnos de herramientas e indicaciones específicas para que consigan desenvolverse en la nueva era digital con facilidad y conocimiento.

Esta propuesta de intervención va especialmente dirigida al alumnado de 6º de Primaria ya que es a esta edad cuando comienzan a recibir su primer móvil o a introducirse en el ámbito de las redes sociales. Así mismo, comienzan a ser adolescentes, una etapa en la que pasan horas conectados a un dispositivo, se muestran vulnerables y no tienen la madurez necesaria para reconocer algunos riesgos.

Dichos talleres se llevarán a cabo en el CEIP Josefa Navarro Zamora de Coria, en las tres líneas existentes de 6º de Primaria (A-C). Este centro se localiza en la

localidad de Sevilla, concretamente en el municipio de Coria del Río. En la zona predominan viviendas individuales, la mayoría construidas por los organismos públicos en proyectos de casas baratas o de protección oficial. También existen un grupo de casas en régimen del alquiler donde últimamente están llegando numerosos emigrantes que comparten una sola vivienda con otras familias.

En el barrio se diferencian dos núcleos de habitantes con condiciones radicalmente contrapuestas. Por una parte, y afortunadamente en minoría, familias desestructuradas en las que todos sus miembros se encuentran en paro o con problemas con el mundo de la drogadicción. Y por otra parte, una serie de familias, procedentes de nuevas promociones de viviendas que se están construyendo en esta zona en franca expansión, con un mejor nivel económico y cultural.

La mayoría de sus ocupantes son personas trabajadoras con escasa cualificación profesional y académica. En muchos casos, el trabajo de los hombres es eventual y las mujeres se dedican, en gran parte, al servicio doméstico.

Es así, que el valor de este programa en este centro de compensatoria es aún más necesario puesto que los estudiantes no reciben la atención necesaria en sus casas a la hora de realizar diferentes actividades, así como en el uso de las redes sociales.

Además, se ha recogido una serie de características que detalla los hábitos y usos del alumnado respecto a las redes sociales (*véase anexo 1*) mediante la realización de una encuesta personal. En la recogida de información se ha observado que la gran mayoría posee teléfono móvil propio y tienen perfiles en algunas redes sociales (muchos de ellos públicos), siendo las más usadas *Instagram* y *Tik-Tok*. Se registra que la mayoría de los alumnos tienen una adicción a las redes sociales, pasando la mayor parte de su tiempo libre en ellas, y además, preocupa que más de la mitad haya recibido contenidos inapropiados o acoso mediante estas plataformas.

Por lo que, esta intervención servirá de apoyo y ayuda a estos alumnos que no reciben la educación necesaria en casa y puedan desenvolverse de manera responsable en las redes sociales.

3.2 OBJETIVOS.

La propuesta de intervención educativa sobre el uso responsable de las redes sociales perseguirá una serie de objetivos:

- Aprender a usar de manera responsable y adecuada las redes sociales.
- Conocer los distintos tipos de usos y los riesgos asociados a las redes sociales.
- Prevenir posibles riesgos originados por un uso inadecuado y problemático de las redes.
- Desarrollar distintas habilidades sociales y de comunicación a través de dinámicas de grupos.
- Fomentar el pensamiento crítico y reflexivo del alumnado para pensar en términos de amenazas y oportunidades que ofrecen las redes.
- Aprender a solventar conflictos surgidos en el contexto virtual mediante una actitud asertiva y el manejo adecuado de las herramientas que garantizan la privacidad y la protección personal.
- Promover hábitos saludables que actúen como factor de protección ante el uso compulsivo y adictivo de las redes sociales.

3.3 METODOLOGÍA.

La propuesta de intervención educativa consiste en un programa de aprendizaje enfocado al uso adecuado y a la prevención de los posibles peligros de las redes sociales. Está adaptado y diseñado para el tercer ciclo de Educación Primaria, concretamente para 6º de Primaria (12 años) ya que es cuando comienzan en el mundo de las redes sociales.

La duración del programa de intervención abarca el curso completo, de manera que se divide en tres talleres que se trabajan a lo largo de los tres trimestres del curso escolar. Dichos talleres se llevarán a cabo de manera cooperativa y colaborativa a través de dinámicas de grupo. Aunque en algunas ocasiones, las actividades se harán de manera individual, en especial, en las que tienen que reflexionar sobre aspectos y actitudes personales respecto a las redes sociales.

Los talleres escolares son espacios educativos alternativos donde promovemos procesos de apropiación de conocimientos y de participación social. La metodología es

activa y sigue los criterios de desarrollo armónico e integral, aprendizaje activo, fomento de la interacción y relación escuela-vida. Además, desarrolla la creatividad y el sentido crítico de los alumnos, fomentando su autonomía y la significación de los aprendizajes. En esta intervención se utilizarán las técnicas del taller en el aula de Educación Primaria ya que es un método operativo y eficaz porque, además de tomar como punto de partida los intereses intelectuales de los propios alumnos, así como las redes sociales que más usan, proporcionará a éstos conocimientos que, más adelante, podrán ayudarles a resolver situaciones conflictivas y a prevenir riesgos en internet.

Estos talleres estarán divididos a su vez en bloques con diferentes sesiones compuestas por actividades colectivas, usando un método inductivo y un diálogo reflexivo desde un enfoque colaborativo a través de las redes sociales con los alumnos. La gran mayoría de las actividades estarán basadas en la experimentación y en el descubrimiento del aprendizaje de los alumnos, es así que se comenzarán la mayoría de las sesiones con la visualización de un vídeo con el objetivo que el alumno relacione conceptos, busque los conocimientos y asimile la información, incorporándola de ese modo a sus aprendizajes previos sobre las redes. Igualmente, se desarrollará un diálogo reflexivo después de la visualización del vídeo o de la vivencia de una dinámica para motivar la necesidad de compartir e intercambiar puntos de vista, permitiendo así construir conocimiento y transformar la práctica de los alumnos.

Al comenzar, será importante crear un ambiente positivo, de confianza, comentando al alumnado qué se va a trabajar, qué se necesita de ellos en cuanto actitud y participación. Además, al terminar cada sesión, se realizará una puesta en común que se retomará al comienzo de la siguiente, creando así un vínculo entre unas y otras que ayude a seguir el hilo del trabajo realizado.

En cuanto al espacio usado, esta propuesta se realizará principalmente en el aula de clase y estará dirigida por el tutor del aula. El rol del profesor es primordial, ya que se convierte en un guía, facilitador y mediador. Ayudará a los estudiantes en su proceso de aprendizaje, fomentando la participación, guiándoles en la realización de las actividades, para crear un clima seguro y de confianza que permita llegar a esas reflexiones conjuntas que permitan adquirir más fácilmente los aprendizajes y objetivos propuestos.

Por supuesto, será muy importante respetar los espacios y emociones de cada alumno y alumna, no obligando a nadie a hacer algo que no quiera. Se deberán ir alternando momentos de acción con reflexiones grupales. Para ello se usarán dinámicas de grupo como el juego de rol y grupos de dramatización buscando la cooperación y el desarrollo de actitudes positivas.

3.4 CONTENIDOS.

Los contenidos a trabajar en el programa de intervención estarán divididos en tres talleres (*ver tabla 1*); ventajas e inconvenientes, usos problemáticos y el uso responsable de las redes sociales. En cada bloque se llevarán a cabo los siguientes contenidos:

Tabla 1.

Contenidos a trabajar en cada taller trimestral.

| | |
|---|---|
| <p>TALLER I.</p> <p>VENTAJAS E INCONVENIENTES DE LAS REDES SOCIALES.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Introducción al programa y temática. • Concepto de las redes sociales y los diferentes usos que podemos hacer de ellas. • Identificación de las ventajas e inconvenientes de las redes sociales. • Manejo correcto de las redes sociales. • Desarrollo de habilidades sociales para hacer un buen uso de las redes sociales. • Concepto e identificación de la violencia y sus diferentes manifestaciones. |
| <p>TALLER II</p> <p>USOS PROBLEMÁTICOS DE LAS REDES SOCIALES.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Conceptos de los tipos de usos de las redes sociales: activo, pasivo, adictivo y compensatorio. • Distinción e identificación de los fenómenos peligrosos de las redes sociales: <i>cyberbullying</i>, <i>sexting</i> y <i>grooming</i>. • Responsabilidad en el uso adecuado de las redes sociales. • Definición y reflexión sobre la huella digital personal. • Privacidad en las redes sociales. |

| | |
|---|---|
| <p>TALLER III</p> <p>USO RESPONSABLE DE LAS REDES SOCIALES.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Uso comunicativo de banda estrecha de las redes sociales. • Creación de hábitos saludables respecto al uso de las redes sociales. • Empleo de las redes para compartir ideas e intereses con otras personas y reforzar las amistades offline. • Aplicación de la asertividad en diferentes situaciones. • Técnicas educativas de comunicación y de resolución de conflictos. • Trabajo de las emociones y actitudes: empatía, respeto y tolerancia. • Control adecuado de la privacidad en las redes para evitar ciertos riesgos. |
|---|---|

3.5 COMPETENCIAS BÁSICAS.

Las competencias claves que deben adquirirse en los centros escolares son destrezas o capacidades que ayudan al estudiante a adquirir y saber aplicar los conocimientos propios de cada enseñanza y etapa educativa.

Tal y como indica la ley educativa actual, LOMCE, el aprendizaje basado en competencias pretende lograr que los estudiantes alcancen un pleno desarrollo personal, social y profesional ajustándose a las demandas de la sociedad actual.

Por lo tanto, desde esta intervención se pretenden trabajar las siguientes competencias recogidas en el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria y desarrolladas en la Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato:

- **Competencia en comunicación lingüística:** se refiere a la habilidad para utilizar la lengua, expresar ideas e interactuar con otras personas de manera oral y escrita. En la intervención haremos especial hincapié en la expresión y en la importancia de la comunicación al socializarnos con los demás a través de las

redes sociales. Además, todas las sesiones van acompañadas de puntos de reflexión, debate o diálogo entre los alumnos para que aprendan a conversar de manera crítica y constructiva.

- **Competencia digital:** implica el uso seguro y crítico de las TIC para obtener, analizar, producir e intercambiar información. En la intervención nos centraremos en que los alumnos conozcan los derechos, responsabilidades y riesgos dentro del mundo digital. Además, aprenderán a utilizar las herramientas tecnológicas, en este caso, las redes sociales, para la creación de contenido, búsqueda de información, comunicación...de forma ética y segura. De esta manera, se asegura la inclusión y la participación de los alumnos en la sociedad de la información y la comunicación.
- **Competencias sociales y cívicas:** hacen referencia a las capacidades para relacionarse con las personas y participar de manera activa, participativa y democrática en la vida social y cívica. En este caso, se les enseñará esta competencia en relación a las redes sociales, enseñándoles a hacer un uso responsable de estas, adaptando actitudes positivas y respetuosas.
- **Sentido de la iniciativa y el espíritu emprendedor:** implica las habilidades necesarias para convertir las ideas en actos, como la creatividad o las capacidades para asumir riesgos y planificar y gestionar proyectos. De esta forma, se contribuye a la cultura del emprendimiento mediante la formación del alumnado en las redes sociales.

3.6 PROGRAMACIÓN Y CRONOGRAMA DE LAS ACTIVIDADES.

El programa de intervención sobre las redes sociales en los preadolescentes abarcará un curso completo desde septiembre hasta junio, plasmado en el siguiente cronograma (*véase anexo 2*). Está formado por tres talleres que a su vez se dividen en bloques de contenidos con sus respectivas sesiones. Las sesiones se realizarán semanalmente, en la hora de tutoría con el tutor correspondiente.

3.7 DISEÑO DE LAS ACTIVIDADES DE LOS TALLERES TRIMESTRALES.

En primer lugar, se presentan las distintas actividades que serán llevadas a cabo en un orden concreto. El motivo de este orden se debe a que los alumnos deberán primero trabajar las actividades del Taller I (*ver tabla 2*): “*Ventajas e inconvenientes de las redes sociales*” para conocer las ideas previas de nuestros alumnos y adquieran el conocimiento básico sobre las redes sociales. Se continuará con el Taller II (*ver tabla 3*): “*Uso problemático de las redes sociales*”, al haber conocido los conceptos básicos de las redes sociales podremos trabajar más profundamente con ellos en los tipos de usos de redes que existen y cómo éstos afectan en sus vidas, así podrán reflexionar sobre sus actitudes y conocimientos. Por último, se terminará con el Taller III (*ver tabla 4*): “*Uso responsable de las redes sociales*” en el cual se les enseñarán a sacarle partido a las redes sociales, a usarlas para buscar beneficios y prevenir riesgos, así como enseñarles a cuidar la privacidad de cada uno.

TALLER TRIMESTRAL I: VENTAJAS E INCONVENIENTES DE LAS REDES SOCIALES.

Este primer taller se trabajará en el primer trimestre de curso, desde septiembre hasta diciembre. Será una primera toma de contacto con los alumnos sobre el tema de las redes sociales, conociendo así sus conocimientos previos y afianzando los conceptos necesarios. A su vez, este taller consta de cuatro bloques centrados principalmente en las ventajas y desventajas de las redes.

Tabla 2.

Programación de actividades Taller I.

| TALLER TRIMESTRAL I: VENTAJAS E INCONVENIENTES DE LAS REDES SOCIALES | | |
|---|--|--|
| BLOQUE I. ¿QUÉ SON LAS REDES SOCIALES? | | |
| SESIÓN | OBJETIVOS | ACTIVIDADES |
| Sesión 1. ¿Quiénes y para qué usan las redes sociales? | <ul style="list-style-type: none"> • Introducir y explicar la programación. • Conocer los usos que nuestros alumnos hacen en las redes sociales. • Conocer las ideas previas que tienen los alumnos sobre las redes sociales. • Fomentar la cohesión de grupo. | 1. <u>Explicación de la programación.</u> Al ser el primer día se le explicará de que trata la programación, qué objetivos vamos a alcanzar y cómo lo vamos a lograr. |
| | | 2. <u>“Soy un e-mail y traigo información para...”</u> Un alumno tendrá que seguir la frase con algún uso o actividad que hagan en las redes sociales. Los que cumplan la afirmación se deberán agrupar. Por ejemplo: “Soy un e-mail y traigo información para aquellos que tienen al menos una red social”. |
| | | 3. <u>Lluvia de ideas:</u> ¿Qué son las redes sociales |

| SESIÓN | OBJETIVOS | ACTIVIDADES |
|--|--|--|
| <u>Sesión 2.</u> <u>Conociendo el concepto de las redes sociales.</u> <u>(véase anexo 3)</u> | <ul style="list-style-type: none"> • Conocer la historia y concepto de las redes sociales. • Identificar el buen y el mal uso de las redes sociales. • Promover el pensamiento crítico. | <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Ver y reflexionar sobre el vídeo del concepto e historia de las redes sociales:</u> Actividad de verdadero y falso para comprobar qué han aprendido con el vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=VPgG_eNqjnA. 2. <u>“Carta a mis abuelos”.</u> Los alumnos escriben una carta a sus abuelos explicándoles qué son las redes sociales y para qué se usan. |
| BLOQUE II. VENTAJAS DE LAS REDES SOCIALES. | | |
| SESIÓN | OBJETIVOS | ACTIVIDADES |
| <u>Sesión 1.</u> <u>¿Qué beneficios me aportan las redes sociales?</u> | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar los beneficios que nos aportan las redes sociales. • Diferenciar las ventajas y desventajas de las redes sociales. | <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Dinámica folio giratorio: ventajas de las redes sociales.</u> En grupo, cada alumno piensa y escribe las ventajas que nos ofrecen las redes sociales. 2. <u>Cartel de las ventajas.</u> Puesta en común de los folios giratorios de cada grupo, de forma conjunta, la clase, escriben las ventajas que se han ido repitiendo entre los diferentes grupos. |
| <u>Sesión 2.</u> <u>Yo me beneficio de las redes sociales.</u> <u>(véase anexo 4)</u> | <ul style="list-style-type: none"> • Comprender las ventajas de las redes sociales mediante diferentes casos. • Aprender a usar de forma adecuada y educativamente las redes sociales. | <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Ver vídeo: “Los beneficios de las redes sociales en los adolescentes”</u> (https://www.youtube.com/watch?v=rkLJ1KvMnOs). 2. <u>Reforzamos el cartel.</u> Con lo aprendido en el vídeo, añadimos ventajas que nos faltan en nuestro cartel anterior. 3. <u>Role playing.</u> En grupo deberán representar la situación que les toque. El resto de alumnos deberán adivinar de qué ventaja se trata. |

| SESIÓN | OBJETIVOS | ACTIVIDADES |
|--|---|--|
| <u>Sesión 3. Campaña por el bien social.</u> | <ul style="list-style-type: none"> • Aprender a hacer un buen uso de las redes sociales. • Potenciar los valores sociales y personales. • Estimular la creatividad de los alumnos. | <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>¿Qué es una campaña por el bien social?</u> Explicación y exposición de ejemplos. 2. <u>Creamos una campaña por el bien social.</u> En una cartulina simularán la campaña por el bien social que querrán exponer en una red social, detallarán brevemente: el tema, qué bien ofrecen a la sociedad y cómo va a conseguir que su idea tenga audiencia. |

BLOQUE III. DESVENTAJAS DE LAS REDES SOCIALES.

| SESIÓN | OBJETIVOS | ACTIVIDADES |
|---|--|--|
| <u>Sesión 1. ¿Uso mal las redes sociales? (véase anexo 5)</u> | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar los peligros de las redes sociales: <i>grooming</i>, <i>cyberbullying</i>, <i>sexting</i>... • Diferenciar las ventajas y desventajas de las redes sociales. • Fomentar el buen uso de las redes sociales. | <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Cuestionario:</u> los alumnos reflexionarán y responderán personal e individualmente a las preguntas en relación al uso inadecuado de las redes sociales. 2. <u>Ver vídeo de los peligros en las redes sociales</u> para niños y niñas: <i>grooming</i>, <i>cyberbullying</i>, ciberacoso y <i>sexting</i>. Después realizarán la dinámica de folio giratorio de manera grupal, anotando cada uno las desventajas que han ido observando en el vídeo. (https://www.youtube.com/watch?v=G8iciqVXnmk). 3. <u>Cartel desventajas:</u> Puesta en común de los folios giratorios de cada grupo, de forma conjunta, la clase, escriben las ventajas que se han ido repitiendo entre los diferentes grupos. |

| SESIÓN | OBJETIVOS | ACTIVIDADES |
|--|--|--|
| <p>Sesión 2.</p> <p><u>La importancia de la comunicación.</u></p> | <ul style="list-style-type: none"> • Adquirir habilidades de autoexpresión y respuesta a los otros en el contexto de las redes sociales. • Progresar en el dominio del diálogo. • Utilizar el lenguaje de forma adecuada. | <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Dictado de dibujos</u>: colocaremos a los alumnos por parejas y le proporcionaremos un dibujo con las instrucciones a seguir para realizarlo. Un alumno será el que dicte un dibujo y otro el que dibuje. Después, comprobarán si el dibujo se asemeja a la descripción dicha por compañero. Así, comprobarán lo importante que es saber comunicarse. 2. <u>Teléfono roto</u>: los alumnos, susurrando, se pasarán una frase hasta llegar al último estudiante que deberá decirla en alto. Así, podrán comparar el resultado con la primera frase. 3. <u>Reflexión</u>: con preguntas que servirán de guía para la conversación, los alumnos reflexionarán sobre las dificultades que se pueden encontrar a la hora de comunicarse (como han podido comprobar en los anteriores juegos) y la importancia que tiene hacer un buen uso del lenguaje. |
| <p>Sesión 3.</p> <p><u>¿Es esto violencia?</u></p> <p><u>(véase anexo 6)</u></p> | <ul style="list-style-type: none"> • Analizar el concepto de violencia. • Entender qué se entiende por violencia y diferenciar los diferentes tipos de violencia para contextualizarla con la que nos podemos encontrar en la red. • Reflexionar en torno a las situaciones de violencia que se pueden dar en la red. | <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Explicación de los diferentes tipos de violencia</u>: directa, estructural, psicológica y cultural. 2. <u>Completa la tabla</u>: los estudiantes completarán una ficha con una tabla en la que deberán escribir el tipo de violencia que es según la imagen. 3. <u>Debate sobre la violencia, tipos y formas de ejercerla con respecto al uso de las redes sociales</u>. Cada alumno tendrá un rol: portavoz, secretario, coordinador y controlador. |

| SESIÓN | OBJETIVOS | ACTIVIDADES |
|---|---|---|
| <p><u>Sesión 4.</u> <u>¿Cómo actuar ante conflictos en las redes?</u></p> | <ul style="list-style-type: none"> • Analizar las diferentes formas de regular los conflictos diarios tanto fuera como dentro de las redes sociales. • Aprender a reflexionar y tomar decisiones ante situaciones adversas. • Fomentar la asertividad y las habilidades sociales de los alumnos. | <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Dinámica del círculo:</u> Los alumnos formarán un círculo, con las piernas entreabiertas, unen el lateral del pie con los de los compañeros. Hay 4 personas que se sitúan fuera y se les indica lo siguiente: “Vuestra meta es entrar dentro del círculo formado por el resto de compañeros”. 2. <u>Reflexión sobre lo ocurrido en la anterior actividad.</u> 3. <u>Puesta en práctica de nuevas alternativas.</u> Vuelven a realizar la dinámica del círculo pero actuando de manera asertiva, respetando a los demás y hablando para solucionar los conflictos. |

BLOQUE IV. LAS REDES SOCIALES, ¿OPORTUNIDAD O AMENAZA?

| SESIÓN | OBJETIVOS | ACTIVIDADES |
|--|---|---|
| <p><u>Sesión 1.</u> <u>La viralidad.</u></p> | <ul style="list-style-type: none"> • Aprender el concepto de viral. • Conocer las oportunidades y peligros de la comunicación instantánea y viral en las redes sociales. • Diferenciar las repercusiones positivas y negativas debido al fenómeno de la viralidad. • Identificar el buen uso y mal uso de las redes sociales. | <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Comentamos en clase:</u> ¿Qué es la viralidad? 2. <u>#JosefaNavarroZamoraViral.</u> Los alumnos podrán presenciar el efecto de la viralidad en las redes. Para ello, el docente escribirá en <i>Twitter</i>: “Hola, somos del CEIP Josefa Navarro Zamora de Sevilla. Estamos realizando un experimento para comprobar cómo nuestros mensajes se pueden viralizar en cuestión de segundos. ¿Nos podríais decir desde dónde nos leéis? #JosefaNavarroZamoraViral”. En pocos tiempos recibirán respuestas y podrán comprobar cómo los mensajes llegan a distintas partes del mundo. 3. <u>¿Negativo o positivo?:</u> Se les expone a los alumnos varios casos respecto a la viralidad y deberán diferenciar cuales tienen repercusión positiva o negativa. |

| SESIÓN | OBJETIVOS | ACTIVIDADES |
|--|--|--|
| <p><u>Sesión 2. Dejando huella positiva.</u> (véase anexo 7)</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Reflexionar sobre la identidad digital de cada uno. • Potenciar la autoestima y la comunicación en positivo dentro del grupo. • Conocer los efectos positivos al hacer un buen uso de las redes sociales. | <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Plantilla de instagram:</u> a cada alumno se le reparte una cartulina con un perfil de <i>instagram</i> y deberán rellenarla con sus datos personales. 2. <u>Dejando huella positiva:</u> cada alumno dejará su perfil de <i>instagram</i> encima de la mesa y por grupos se irán rotando, escribiendo en los perfiles del resto de sus compañeros. Una vez, hayan recibido seis comentarios por personas podrán ver qué le ha escrito cada compañero. 3. <u>Puesta en grupo:</u> cada alumno saldrá a leer en voz alta los comentarios recibidos por sus compañeros y explicar cómo se han sentido. |
| <p><u>Sesión 3.</u> <u>¿Qué se siente?</u></p> | <ul style="list-style-type: none"> • Experimentar diferentes emociones derivadas por la forma en la que él mismo se ha proyectado en una determinada red social. • Aprender a usar de forma segura y positiva las redes sociales mediante la realización de comentarios. • Conocer los efectos negativos al hacer un mal uso de las redes sociales. | <p><u>Dinámica el poncho de la verdad.</u> A cada alumno se les pegará una pegatina indicando el rol que ocupan dentro de la red social. Los roles que se pueden incluir son: pasota, cotilla, bromista, presumido, violento, etc.... entre otros. Además, todos los alumnos se pondrán un mantel de papel que se colocarán a modo de poncho. Los alumnos se pasearán por la clase y escribirán/recibirán comentarios en los ponchos de sus compañeros, que harán en función de los diferentes roles.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Puesta en común y reflexión sobre el daño que puedan causar al hacer un mal uso de las redes sociales:</u> cada alumno comentará cómo se han sentido a lo largo de la actividad. |

TALLER TRIMESTRAL II: USOS PROBLEMÁTICOS DE LAS REDES SOCIALES.

Este segundo taller se trabajará en el segundo trimestre, desde enero hasta marzo. Está dividido en tres bloques enfocados en los usos problemáticos de las redes sociales, haciéndoles ver la importancia que tiene hacer un uso responsable de éstas y enseñándoles a identificar los riesgos (*cyberbullying, grooming, sexting...*) que pueden encontrar en estas plataformas. Además, tratarán los distintos tipos de usos de redes: uso activo, pasivo, adictivo o compensatorio.

Tabla 3.

Programación de actividades Taller II.

| TALLER TRIMESTRAL II: USOS PROBLEMÁTICOS DE LAS REDES SOCIALES | | |
|---|--|--|
| BLOQUE I. DISTINTOS TIPOS DE USOS EN LAS REDES SOCIALES. | | |
| SESIÓN | OBJETIVOS | ACTIVIDADES |
| <p><u>Sesión 1.</u> <u>Usuario activo</u> <u>o</u> <u>pasivo.</u></p> | <ul style="list-style-type: none"> • Aprender el concepto de usuario activo o pasivo. • Analizar las acciones que llevan a cabo a la hora de utilizar las redes sociales. • Identificar aquellos comportamientos que pueden resultar violentos o peligrosos a la hora de utilizar las redes sociales. | <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Conversación de instagram:</u> La clase simulará una conversación de <i>instagram</i> y se colocarán en círculo. Cada vez que alguien quiera “subir un comentario a <i>instagram</i>” se pondrá de pie y se dirigirá al centro. Después, le podrá responder otro compañero. Un voluntario irá recogiendo las conversaciones. El docente estará de guía en la conversación, en este caso, no se fomentará la participación del alumnado, solo hablarán aquellos que lo deseen. De esta forma, se podrá comprobar si son usuarios activos o pasivos en las redes. 2. <u>Reflexión y explicación de usuario activo y pasivo:</u> se leerán y analizarán todas las conversaciones, se les explicará los usos activos y pasivos en las redes, comprobarán si han sido activos o pasivos, si la conversación hubiera cambiado a través de una pantalla... |

| SESIÓN | OBJETIVOS | ACTIVIDADES |
|--|---|---|
| <p><u>Sesión 2.</u> <u>¿Eres capaz de desconectar?</u></p> | <ul style="list-style-type: none"> • Conocer el concepto de adicción. • Detectar una situación personal o próxima de adicción para poder rectificar y volver a la práctica de un uso controlado o responsable. | <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Ver vídeo sobre la adicción a las redes sociales:</u> https://www.youtube.com/watch?v=5UlsO3p_q8Q&t=250 2. <u>Analizar las situaciones del vídeo a través de preguntas.</u> Por ejemplo; Situación 1: adicción. Laura necesita unas vacaciones para desconectar, pero cuando va durmiendo en el tren sueña con cosas relacionadas con el teléfono y el trabajo. ¿Sueñas alguna vez con cosas relacionadas con las pantallas o el uso del móvil? ¿Crees que esto puede ser un síntoma? |
| <p><u>Sesión 3.</u> <u>Emocionario.</u> <u>(véase anexo 8)</u></p> | <ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar en los alumnos habilidades de identificación y control de las diferentes emociones. • Prevenir los efectos nocivos del uso compensatorio de las redes sociales. • Desarrollar la habilidad para generar emociones y sinergias positivas de sí mismo y de los demás. | <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Emocionario:</u> En el aula habrá 5 cartulinas con sus respectivas emociones negativas: soledad, enfadado, preocupado, avergonzado y triste. Cada uno de los alumnos deberá escribir en un posit cuando se sienten así y pegarlo en la cartulina correspondiente. 2. <u>El docente leerá en alto algunas de las frases de los compañeros y reflexionarán con afirmaciones como las siguientes:</u> Cuando me encuentro enfadado, triste...uso las redes sociales para encontrarme mejor. 3. <u>“Véndete”:</u> los alumnos deberán diseñar un anuncio sobre un compañero para tratar de venderlos. Para ello, deberán decir todo lo bueno que tiene su compañero (cualidades, logros...) |

BLOQUE II. POSIBLES USOS PROBLEMÁTICOS.

| SESIÓN | OBJETIVOS | ACTIVIDADES |
|--|--|---|
| <p><u>Sesión 1.</u> <u>¿Qué es el cyberbullying?</u></p> | <ul style="list-style-type: none"> • Conocer el <i>cyberbullying</i> y los roles de las personas implicadas. • Reflexionar sobre el rol que desempeñan los espectadores en una situación de <i>cyberbullying</i>, identificando cuál es la conducta más apropiada. | <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Explicación y ver vídeo sobre el cyberbullying:</u> “Elegí cuidarte” https://www.youtube.com/watch?v=PNFiYVost4 2. <u>Y tú... ¿de qué vas?</u> Varios voluntarios dramatizarán una situación de <i>cyberbullying</i> pero sin mencionar cuál es el rol de cada uno. El resto realizarán una ficha con preguntas sobre el perfil del acosado, acosador y espectador. |
| <p><u>Sesión 2.</u> <u>¡Stop cyberbullying!</u></p> | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar conductas digitales que pueden derivar en <i>cyberbullying</i>. • Conocer formas y medios para hacer frente al <i>cyberbullying</i>. | <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>¡Ponle freno a tiempo!</u> En grupos deben indicar qué comportamientos digitales (<i>cyberbullying</i>) conocen de los que se proponen en una lista. 2. <u>Cada grupo expone sus pensamientos y podrán proponer otros ejemplos</u> que conozcan sobre el <i>cyberbullying</i>. 3. <u>¡No te calles!</u> El docente les proporciona una situación de <i>cyberbullying</i> y en grupos, deberán reflexionar sobre cómo actuar y cómo aconsejar a la víctima. Después, harán un decálogo de consejos para una víctima de <i>cyberbullying</i>. |
| <p><u>Sesión 3. Sexting.</u></p> | <ul style="list-style-type: none"> • Conocer las características y consecuencias del fenómeno del <i>sexting</i>. • Conocer la importancia del cuidado de la imagen online. • Debatir sobre medidas y acciones para prevenir el <i>sexting</i>. | <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Ver vídeo: el sexting NO es un juego.</u> Explicación y reflexión. 2. <u>¿Cómo prevenirlo?</u> A través de una noticia real de la prensa, se les insta hacer un listado de medidas a tener en cuenta para evitar estos casos. 3. <u>Comparar medidas propuestas con las que propone INCIBE</u> para que los menores no se vean envueltos en estos problemas. |

| SESIÓN | OBJETIVOS | ACTIVIDADES |
|---|---|--|
| <p><u>Sesión 4.</u> <u>Grooming.</u> (véase anexo 9)</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Conocer las características y consecuencias del fenómeno del grooming. • Desarrollo del sentido crítico para denunciar. • Promover la autonomía e iniciativa para dirigirse a un adulto ante la detección del riesgo. | <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Explicación del concepto y ver vídeo: internet grooming</u>, pantallas amigas. https://www.youtube.com/watch?v=Pa2ttVRA-xU 2. <u>¡Cazando al groomer!</u> Le repartiremos a cada grupo unas tarjetas, estas podrán ser: de ayuda, de <i>groomer</i> y de prevención. Entre todos deberán cazar al groomer, el juego consiste en levantar dos cartas por turno para formar parejas y cazar al <i>groomer</i>. Cuando se forme una pareja de ayuda, levantan una carta de prevención para que el niño/a lo lea en voz alta. |
| <p><u>Sesión 5.</u> <u>La huella digital.</u></p> | <ul style="list-style-type: none"> • Promover la reflexión entre los participantes sobre la importancia de la privacidad. | <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Reflexión inicial:</u> ver vídeo “Dave, el adivino” y comentarlo en clase. 2. <u>Role playing:</u> a través de esta dinámica representarán los efectos de la pérdida de control y la viralización de los contenidos que se comparten a través de las redes sociales. 3. <u>Diseñamos un cartel con consejos y recomendaciones.</u> |
| <p><u>Sesión 6.</u> <u>¡De mayor quiero ser influencer!</u></p> | <ul style="list-style-type: none"> • Promover la reflexión entre los participantes sobre la relación entre el mundo físico y virtual, así como sobre la figura de los '<i>influencers</i>'. • Profundizar sobre la importancia de la identidad digital. | <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Reflexión inicial:</u> Con el objetivo de fomentar la reflexión, proyectamos uno de los vídeos del <i>youtuber</i> El Rubius. https://www.youtube.com/watch?v=cpMn7fTfDuA 2. <u>Debate grupal vídeo anterior.</u> ¿Por qué crees que es una influencia? 3. <u>El Rubius al descubierto:</u> se propone ver un resumen de una entrevista realizada al <i>youtuber</i>. A través de un debate reflexionarán sobre la influencia de lo que se hace en la red sobre el mundo analógico. |

| BLOQUE III. CONSECUENCIAS NEGATIVAS DE UN MAL USO DE LAS REDES SOCIALES. | | |
|---|--|--|
| SESIÓN | OBJETIVOS | ACTIVIDADES |
| Sesión 1. Nuestra salud es más importante. | <ul style="list-style-type: none"> • Detectar las consecuencias negativas de un mal uso de las redes sociales. • Identificar aquellos comportamientos en las redes sociales que pueden derivar en problemas de salud. | 1. <i>Lluvia de ideas</i> : antes de comenzar con la actividad le pediremos a los alumnos que piensen si las redes sociales pueden o no afectar a su salud. |
| | | 2. <i>Investigación efectos nocivos</i> : en pequeños grupos investigarán mediante un dispositivo digital, los efectos negativos que tienen las redes sociales en los jóvenes. Después, realizan un mural con lo investigado. |
| | | 3. <i>Exposición</i> al grupo clase. |
| Sesión 2. ¿Cómo prevenirlos? | <ul style="list-style-type: none"> • Descubrir caminos de prevención y solución ante los problemas derivados de un uso inadecuado de las redes sociales. • Difundir mediante un trabajo creativo el uso responsable de las redes sociales. | 1. <i>Lluvia de ideas</i> . ¿Qué podemos hacer para prevenir estos problemas de salud? |
| | | 2. <i>Investigación prevenciones</i> : en pequeños grupos investigarán mediante un dispositivo digital, sobre cómo pueden prevenir los problemas de salud por un mal uso de las redes sociales. Después, hacen un mural con la información recabada. |
| | | 3. <i>Exposición al grupo clase</i> . |

TALLER TRIMESTRAL III: USO RESPONSABLE DE LAS REDES SOCIALES.

Este tercer taller se trabajará en el último trimestre del curso, desde abril hasta junio. Está dividido en cuatro bloques diseñados para que los alumnos aprendan a sacarle partido a las redes sociales, desde un uso responsable (privacidad) y educativo, así como para usarlas para reforzar las amistades offline. Además, se fomentarán hábitos saludables ante las pantallas y actitudes como la asertividad.

Tabla 3.

Programación de actividades Taller III.

| TALLER TRIMESTRAL III: USO RESPONSABLE DE LAS REDES SOCIALES | | |
|---|---|---|
| BLOQUE I. ¡SÁCALE PARTIDO A LAS REDES! | | |
| SESIÓN | OBJETIVOS | ACTIVIDADES |
| <p><u>Sesión 1.</u> <u>¡Ni la distancia nos separa!</u></p> | <ul style="list-style-type: none"> • Aprender a usar las redes como una herramienta de comunicación y socialización. • Fomentar el uso de las redes para reforzar las relaciones on-line. | <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Explicamos y compartimos ideas</u> con los alumnos sobre la utilidad de las redes sociales para comunicarnos con aquellos que viven lejos de nosotros. Explicación del uso de banda estrecha de las redes. 2. <u>Escribimos un mensaje</u>: cada alumno deberá pensar en aquella persona que vive lejos y con la que le gustaría mantener relación a pesar de la distancia. Luego escribirán en un folio el mensaje que les gustaría enviarle y pensar a través de qué red social podrían encontrar a esa persona y enviárselo. 3. <u>Puesta en común</u>: los estudiantes pondrán en común sus mensajes y sus respectivos receptores. Podrán llevarse el mensaje a casa y con la ayuda/supervisión de un adulto enviárselo a través de la red social seleccionada. |

| SESIÓN | OBJETIVOS | ACTIVIDADES |
|---|---|---|
| <p><u>Sesión 2 y 3.</u> <u>Club de intereses.</u></p> | <ul style="list-style-type: none"> • Fomentar el uso de las redes como una forma de expresión personal y de compartir intereses propios. • Reforzar las relaciones y amistades dentro del grupo-clase. • Aprender a comunicarse a través de las redes. | <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Explicamos y enseñamos a los alumnos a usar las redes sociales para encontrar personas con los mismos intereses que ellos:</u> ¿Qué os gusta hacer en vuestro tiempo libre? ¿Tenéis amigos con los mismos intereses? 2. <u>Elección de rincones:</u> cada uno deberá apuntarse en un rincón que elegirán ellos mismos; de música, deporte, lectura, juegos... 3. <u>Compartimos ideas:</u> a través de la aplicación Edmondo el docente creará grupos donde los alumnos podrán compartir sus ideas e intereses. 4. <u>Reflexión y debate:</u> los alumnos comentarán su experiencia; ventajas vs. Desventajas, comunicación online vs. Comunicación física... Después debatirán y comentarán estos aspectos, cómo les ha resultado la experiencia, qué tema han tratado... |
| <p><u>Sesión 4.</u> <u>“Finde compartidos”</u></p> | <ul style="list-style-type: none"> • Usar adecuadamente la aplicación de <i>instagram</i>. • Desarrollar habilidades comunicativas para expresar ideas y experiencias. • Promover la creatividad de los alumnos. | <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Explicamos a los alumnos los aspectos a tener en cuenta a la hora de publicar post en instagram:</u> cómo se sube un post, una foto, cómo transmitir una idea... 2. <u>Documentamos un fin de semana:</u> los alumnos realizarán en una cartulina grande, simulando un perfil de <i>instagram</i>, un documental sobre su fin de semana. El trabajo lo realizarán en clase, para ello, se les pedirá con antelación que traigan fotos de su fin de semana. 3. <u>Exposición</u> individual de su “perfil de <i>instagram</i>”. |

BLOQUE II. DETRÁS DE CADA PERFIL HAY UNA PERSONA.

| SESIÓN | OBJETIVOS | ACTIVIDADES |
|--|---|--|
| <p><u>Sesión 1. Empatía.</u></p> | <ul style="list-style-type: none"> • Trabajar la empatía con los alumnos. • Reflexionar sobre sus propios comportamientos en las redes sociales. | <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Ver vídeo sobre la empatía:</u> https://www.youtube.com/watch?v=rxiD_C7GPig 2. <u>Reflexión:</u> ¿Soy empático con los demás? ¿Opino de los demás sin saber cómo se sienten? Etc. 3. <u>¿Cómo te sentirías si...?</u> Los alumnos deberán responder a cómo se sentirían en diferentes situaciones en relación a las redes sociales. |
| <p><u>Sesión 2.</u> <u>La asertividad.</u> <i>(véase anexo 10)</i></p> | <ul style="list-style-type: none"> • Aprender y practicar la asertividad. • Elaborar herramientas e instrumentos para solventar conflictos. | <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Reparto de folletos de las 8 claves para ser asertivos en las redes sociales.</u> Después comentan en conjunto dichas claves. 2. <u>Tres pasos hacia la asertividad:</u> el docente expone los 3 pasos que conducen al diálogo asertivo. Se exponen situaciones cotidianas que suelen generar conflictos y, entre todos, las resuelven a través del diálogo asertivo. |
| <p><u>Sesión 3. Aprender a decir NO.</u></p> | <ul style="list-style-type: none"> • Aprender a decir “no”. • Poner en práctica la asertividad. • Practicar la comunicación en una situación de tensión. | <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Reflexión inicial sobre la importancia de decir NO.</u> 2. <u>Oposición asertiva:</u> se les propone diferentes situaciones y los alumnos redactarán cómo actuarían en cada ocasión, cómo se comunicarían... 3. <u>SI-NO:</u> El grupo se coloca en dos filas, una en frente a la otra. Una será la fila del SI y la otra la del NO. Después de una señal del docente cada una de las filas, alternativamente, deberá defender su postura de manera asertiva sobre el tema indicado. |

| SESIÓN | OBJETIVOS | ACTIVIDADES |
|--|---|--|
| <u>Sesión 4.</u> <u>Pensamos de manera crítica.</u> | <ul style="list-style-type: none"> Fomentar el pensamiento crítico de los alumnos. Promover el diálogo entre iguales. | <ol style="list-style-type: none"> <u>Reflexión inicial de la importancia de ser críticos e informarnos antes de opinar.</u> <u>Debate sobre el mal uso de las redes sociales por parte de los jóvenes.</u> Se deja unos minutos para que se informen a y apunten sus argumentos. Finalmente, realizan un debate sobre dicho tema. |

BLOQUE III. MI MUNDO ES MUCHO MÁS QUE UNA RED SOCIAL.

| SESIÓN | OBJETIVOS | ACTIVIDADES |
|---|--|--|
| <u>Sesión 1.</u> <u>¡Cyberprotégete!</u> | <ul style="list-style-type: none"> Reducir riesgos y peligros por un mal uso de las redes sociales. Concienciar de la importancia de cuidar la privacidad en internet. Controlar la lista de amistades y los ajustes de privacidad de las redes sociales. | <ol style="list-style-type: none"> <u>Ver vídeo sobre la importancia de la privacidad en las redes sociales y comentarlo en clase:</u> https://www.youtube.com/watch?v=MXf-YGQr6jI <u>¿Existe la privacidad en las redes?:</u> en grupos, le pediremos a los alumnos que apunten toda la información que encuentren sobre un personaje conocido en las redes sociales. Se les dejará 15 minutos y luego se hará una puesta en común. También, se les realizará preguntar para saber cuál es su opinión respecto al tema. <u>¡Tu privacidad es importante!:</u> toda la clase realizará conjuntamente, con ayuda y guiado por el docente, un póster donde indiquen los aspectos a tener en cuenta para tener privacidad en las redes sociales. Además, este se colgará en la clase a modo de recordatorio. |

| SESIÓN | OBJETIVOS | ACTIVIDADES |
|---|---|---|
| <p><u>Sesión 2.</u> <u>¡No te enredes en las redes!</u></p> | <ul style="list-style-type: none"> • Recordar la importancia y beneficio de las relaciones cara a cara. • Prevenir el uso adictivo e inadecuado de las redes sociales. • Fomentar un buen ambiente en clase mediante juegos de mesa. | <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>“Mis actividades favoritas”</u>: cada alumno tendrá que hacer individualmente una lista con las actividades que le guste hacer en su tiempo libre. Ninguna de ellas puede estar relacionada con dispositivos digitales ni recursos tecnológicos. Después las pondremos en común y le haremos la siguiente pregunta: ¿Hay alguna actividad que no haces o que le dedicas menos tiempo por usar las redes sociales? 2. <u>¿Cuánto tiempo le dedico a las redes sociales?</u>: reflexión en común sobre la importancia de las relaciones cara a cara y de las quedadas entre amigos. 3. <u>Juegos de mesa</u>: se trabajará por rincones los juegos de mesa para fomentar otros tipos de entretenimientos saludables y se relacionen entre ellos. Por ejemplo: el virus, el tótem, el uno, <i>just dance</i>, ¿qué soy yo?, etc. |

ACTIVIDAD FINAL: EVALUACIÓN.

| SESIÓN | OBJETIVOS | ACTIVIDADES |
|---|--|---|
| <p><u>Última sesión.</u> <u>Evaluación y actividades finales.</u></p> | <ul style="list-style-type: none"> • Recoger y recordar los aspectos más importantes de la programación. • Comprobar qué han aprendido durante las sesiones. | <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Evaluación del taller.</u> 2. <u>Recordatorio de los aspectos más importantes en un mural.</u> 3. <u>Lista de propósitos.</u> |

4. DISEÑO DE LA EVALUACIÓN DEL PROGRAMA.

En el programa de intervención propuesto se evaluará tanto la satisfacción por parte de los alumnos sobre el funcionamiento de éste como la adquisición de los objetivos propuestos. Además, se comprobará si ha habido cambios en sus conocimientos y actitudes respecto al uso de las redes sociales tras haber trabajado los diferentes talleres durante el curso escolar.

Estas evaluaciones nos ayudarán a mejorar nuestro programa para emplearlo en un futuro, conociendo así las fortalezas y debilidades de éste, como la perspectiva de continuidad en el futuro.

A continuación, presentaremos los instrumentos de evaluación utilizados para la evaluación del proceso del presente proyecto.

4.1 EVALUACIÓN PREVISTA DE LA SATISFACCIÓN Y FUNCIONAMIENTO DE LOS TALLERES.

Una de las evaluaciones más importantes es la que los alumnos realizan respecto al funcionamiento de los talleres, conocer cuál ha sido su percepción y si están satisfechos o no con la labor realizada. Gracias a esta evaluación conoceremos tanto los aspectos negativos como positivos de nuestro programa de intervención, lo cual nos servirá para realizar los cambios convenientes para una futura puesta en marcha del mismo.

Para ello, serán los propios alumnos quienes evalúen qué les ha parecido el programa de intervención. Éstos los evaluarán a través de un cuestionario (*véase anexo II*) con preguntas de si o no y con una tabla en la que deben indicar los aspectos positivos y negativos que han percibido de los talleres. Los aspectos más fundamentales a evaluar son los siguientes:

- Satisfacción de la metodología empleada en el programa de intervención (talleres, dinámicas, juegos, fichas...)
- Aspectos positivos y negativos de los talleres.
- Papel del docente.
- Interés y motivación del alumnado.
- Ambiente de clase (respeto, compañerismo, grupos cooperativos...)
- Utilidad de los diferentes talleres.

4.2 EVALUACIÓN DE LA EFICACIA DEL PROGRAMA.

Según el estudio realizado por la Fundación Pfizer (2009), el 98% de los jóvenes españoles de 11 a 20 años es usuario de internet. De ese porcentaje, 7 de cada 10 afirman acceder a la red por un tiempo diario de, al menos, 1,5 horas. Es, por tanto, una realidad obvia el alto grado de uso de las nuevas tecnologías entre los adolescentes. Por lo que, uno de los usos problemáticos que más preocupan en los jóvenes es la adicción a las redes sociales. Este uso adictivo puede llegar a riesgos muy importantes además de la adicción, como el acceso a contenidos inapropiados, el acoso o la pérdida de intimidad. Incluso puede afectar a la salud física y mental del niño o niña, como privarse del sueño, descuidar otras actividades importantes, aislarse socialmente o sentirse irritado excesivamente cuando la conexión falla.

Por esto, hemos considerado importante realizar un pre-test y un post-test a nuestro alumnado sobre el uso adictivo de las redes sociales ya que uno de nuestros objetivos del programa de intervención es cambiar el uso problemático en las redes por un uso responsable. Así, podremos comprobar si el programa de intervención es eficaz en nuestro alumnado y si éstos cambian sus actitudes negativas por otras positivas tras el trabajo de los diferentes talleres. La evaluación (*véase anexo 12*) se medirá a través de una adaptación a los contextos de la escala de Sahin (2018) denominada “*Social Media Addiction Scale-Student Form*” (SMAS-SF). La escala está formada por 28 ítems con construcción tipo *Likert* y 5 opciones de respuesta, que van desde fuertemente de acuerdo a fuertemente en desacuerdo. Estos ítems se agrupan en cuatro factores: satisfacción/tolerancia, problemas, obsesión por estar informado, y necesidad/obsesión

de estar conectado. La administración de la escala será en clase mediante un papel escrito.

Por otro lado, evaluaremos el cambio de frecuencia del uso de las redes sociales en los estudiantes tras trabajar el programa de intervención. Es decir, a través de un cuestionario de 21 preguntas, tanto cerradas como abiertas, creado por Olivia Albert García y M^a Ángeles Hernández Padros en la Universidad de Murcia, (*véase anexo 13*) recogeremos información acerca de las tecnologías usadas por los jóvenes en general, la frecuencia de este uso, el lugar, la compañía a la hora de usar las TIC y el uso de las redes sociales, tema principal del trabajo de intervención, donde se contempla información acerca de porqué de este uso y el conocimiento de las normas entre otras cosas.

Todas estas evaluaciones serán realizadas el último día de taller, en el cual se realizará también un mural en el que los alumnos recogerán los aspectos más importantes que han aprendido durante el programa. De esta manera comprobaremos si los alumnos han ampliado sus conocimientos y si han aprendido las ideas principales del programa de intervención.

A su vez, el docente evaluará a los alumnos de manera continua, pues en el caso que se perciba que los talleres no están funcionando deberán realizarse cambios y resolver los problemas antes de seguir con el programa en marcha. Es así, que el docente evaluará tanto la eficacia como el funcionamiento del taller durante su realización. Este seguimiento se llevará a cabo a través de los siguientes instrumentos de evaluación: la observación directa durante las diferentes sesiones y mediante una hoja de registro de actividades en la que se tendrá en cuenta la realización de trabajos y fichas propuestas en el proyecto.

La finalidad de estas evaluaciones es analizar si los objetivos propuestos han sido logrados para poder educar a futuros alumnos en el uso responsable y adecuado de las redes sociales. En el caso de que los objetivos no se cumplan, como docentes deberíamos detenernos y estudiar las causas que han provocado dicho error, tomando

conciencia de los fallos cometidos durante el programa y así, buscar la solución necesaria.

5. CONCLUSIONES.

Esta propuesta de intervención no ha sido posible ponerla en marcha debido a las restricciones de las medidas impuestas por la COVID-19 en los distintos colegios y por temas de planificación. A pesar de esto, hemos podido comprobar la eficacia y posibles beneficios o debilidades de la intervención realizando un caso hipotético del trabajo de los diferentes talleres trimestrales.

5.1 RESULTADOS PREVISTOS DEL PROGRAMA Y BENEFICIOS POTENCIALES DERIVADOS DE ÉSTE.

En base a los anteriores instrumentos de evaluación, podemos concluir que el programa de intervención “Enred@dos” cumple con los objetivos inicialmente presentados, consiguiendo cambios de usos inadecuados a adecuados de las redes sociales y una toma de conciencia en los adolescentes, sobre las consecuencias que pueden tener un mal uso de estas.

El docente tras realizar su evaluación durante el proceso del programa de intervención ha observado un efecto positivo en las actitudes y conocimientos del alumnado tras trabajar los talleres y usar las metodologías propuestas. En primer lugar, se ha observado que el método inductivo ha ayudado al aprendizaje del alumnado, sirviendo las primeras reflexiones o visualizaciones de vídeos como introducción a las sesiones y fomentando la participación del alumnado. También ha contemplado que los estudiantes se sienten más motivados al trabajar en grupos cooperativos, mostrándose colaborativos y más participativos que al realizar actividades individuales. Por último, mediante las reflexiones realizadas en clase se ha comprobado cómo la mayoría de los alumnos han tomado conciencia del uso que realizaban en las redes sociales y cómo deberían cambiar para prevenir cualquier tipo de problema. En especial, ha tenido un gran impacto el tema de la privacidad, pues eran muchos los que tenían cuentas públicas y no conocían el peligro al que estaban expuestos.

Asimismo, los alumnos manifiestan en el cuestionario de evaluación del funcionamiento de los talleres que se sienten más motivados al trabajar en grupos y dinámicas participativas. Además, declaran que han trabajado en un ambiente positivo y se han sentido respetado en todo momento tanto por el profesor como por sus compañeros. Por último, es importante recalcar, que el uso de recursos tecnológicos ha creado mayor interés en sus aprendizajes.

A su vez, los resultados encontrados tras implementar la escala de Sahin indican que los talleres han tenido consecuencias positivas en el alumnado, cambiando así, sus hábitos y usos sobre las redes sociales. Al principio, del total de los alumnos que participaban en el taller, el 55% mostraba actitudes adictivas en el uso de las redes sociales. Además, se observó que los alumnos que tenían un bajo rendimiento escolar coincidían con ser los más adictivos. Sin embargo, al finalizar el programa se ha analizado que sólo un 25 % sigue teniendo algunas actitudes adictivas a las redes pero en menor medida que al comienzo de éste, y que, los alumnos con bajo rendimiento han trabajado y superado más áreas al cambiar su uso problemático. Por otro lado, nos ha sorprendido que en el ítem 11 “hasta mi familia se enfada porque no puedo dejar de usar las redes sociales” la mayoría de los alumnos han respondido que esto no es cierto a pesar de hacer un uso inadecuado de éstas, por lo que nos confirman el poco control y conocimiento que tienen los padres sobre este tema.

Del mismo modo, los resultados obtenidos en el cuestionario sobre la frecuencia del uso en las redes sociales en los jóvenes han sido positivos. Pues se ha podido observar cómo ha disminuido el uso de las redes en los estudiantes, así como la finalidad en la que lo usaban siendo estas más educativas y recomendables. También, se ha contemplado el aumento de conocimiento de los alumnos sobre estas plataformas, en especial, sobre los usos problemáticos, pues son muchos los que al principio apenas conocían ningún riesgo y al final han contestado con la mayoría de peligros trabajados en clase. Además, muchos de los alumnos pertenecían situaciones de cyberbullying sin ser conscientes de ello, y tras trabajar este programa de intervención han cambiado las actitudes de estos alumnos, tanto de los acosadores como de las víctimas al pedir ayuda o recibir la información necesaria.

Finalmente, estas evaluaciones nos indican que hemos cumplido con todos nuestros objetivos. Sólo ha sido el caso de dos estudiantes los cuales tienen conductas disruptivas en clase y no reciben atención en casa, los que no han querido participar de manera activa en los talleres y no han cambiado sus conductas ni conocimientos.

5.2 FORTALEZAS Y DEBILIDADES DEL PROGRAMA.

Tras la puesta en marcha del programa de intervención, hemos podido comprobar diferentes fortalezas y debilidades del programa que son importantes a tener en cuenta en un futuro.

En general, detectamos cuatro dificultades concretas que se van a explicar a continuación.

Uno de los principales problemas que encontramos es que la mayoría del profesorado no tiene ninguna formación en el uso de las redes sociales ni siquiera hace uso de ellas, por lo que analizamos que muchos de ellos se encuentran totalmente desmotivados en este proyecto.

Por otro lado, como hemos explicado anteriormente, una gran mayoría del alumnado no recibe la atención necesaria en casa, es así que muchos de éstos al no tener un control de un adulto sobre sus redes sociales no lo consideran importante ni se lo toman con seriedad. Entre el colegio y las familias existe una comunicación constante de los proyectos y actividades a realizar en el aula, pero no todas las familias colaboran, por lo que no todos los alumnos aplican lo aprendido en su casa.

Otro problema a destacar es el absentismo, aunque afortunadamente es una minoría de los niños y niñas de este centro. En consecuencia, estos alumnos no siguen de manera gradual y consecutiva los contenidos del programa. Los dos alumnos que no han cumplido con los objetivos propuestos de este taller forman parte de este grupo de alumnos, por lo que se comprueba que es un aspecto que afecta negativamente en el aprendizaje de éstos.

Por último, hemos observado que algunos alumnos de este centro hacen uso del internet y las redes sociales desde edades más tempranas, comenzando a usarlas a los 10 años tras recibir su móvil por la primera comunión. En estos casos, se ha percibido un uso adictivo por parte de los alumnos y una gran desmotivación en la realización del proyecto al no considerarlo importante por no querer dejar los hábitos nocivos que practican.

Sin embargo, también hemos encontrado fortalezas en el programa de intervención que han ayudado a cumplir los objetivos propuestos. A continuación las exponemos.

En primer lugar, el programa de intervención ha tenido un gran impacto en el centro llevado a cabo debido a su novedad, ya que los alumnos no han recibido una educación ni han trabajado con anterioridad este tema en el aula. También, el uso de aparatos tecnológicos ha llamado su atención y han aumentado sus capacidades respecto al uso de las nuevas tecnologías.

En segundo lugar, trabajar mediante dinámicas y juegos ha hecho que los alumnos se interesen más por sus procesos de aprendizaje. También, la variedad en la metodología ha conllevado a que los alumnos no pierdan las ganas por aprender más y seguir con el proyecto.

Igualmente, se considera una fortaleza la visualización de los vídeos y su posterior reflexión. Pues los alumnos mantenían su atención y se mostraban más participativos, mejorando así su capacidad de atención y sus habilidades comunicativas.

Asimismo, trabajar mediante grupos cooperativos ha mejorado el ambiente de clase. Además, con la realización de las actividades el grupo clase se ha conocido mejor y han hecho grandes amistades entre ellos basadas en el respeto.

Y por último, pero no menos importante, gracias al trabajo de los talleres se ha podido identificar situaciones de cyberbullying y problemas en los que estaban envueltos algunos alumnos. Y por supuesto, solucionarlos.

5.3 PERSPECTIVA DE CONTINUIDAD EN EL FUTURO.

Teniendo en cuenta que el CEIP Josefa Navarro se sitúa en un barrio desfavorecido, y que por consecuencia, un alto porcentaje del alumnado no recibe la atención necesaria en casa, consideramos que tiene mayor relevancia implementar el presente programa. Además, es a esta edad, a los 12 años, cuando comienzan a tener sus primeros móviles y a su vez, se inician en el mundo de las redes sociales. Por lo que es importante trabajar desde ya este tema para evitar posibles problemas o riesgos futuros.

Por otra parte, buscamos en este proyecto promover conductas morales y éticas, puesto que uno de los principales problemas en este centro son las faltas de respeto y los conflictos entre iguales. De hecho, hemos resuelto varias situaciones de cyberbullying en el curso, por lo que este programa puede ser muy enriquecedor para aquellos que no cumplan las reglas del centro y no respeten a sus compañeros.

Para conseguir el mayor potencial de aprendizaje en nuestros alumnados a través de los diferentes talleres en un futuro, hemos estimado importante mejorar la aplicación del programa con las siguientes propuestas.

Por un lado, sería conveniente impartir un curso previo a los docentes sobre redes sociales previamente a la aplicación del programa para que se sientan más interesados y con la capacidad necesaria para transmitir los conocimientos y competencias sobre las redes sociales al alumnado.

Otra propuesta de mejora es insistir a los padres en las reuniones trimestrales y tutorías la importancia que tiene tener un control y seguimiento sobre el uso de las redes sociales que hacen sus hijos. Incluso si es oportuno, proporcionarles pautas e información necesaria para ayudarles en la educación de dicho tema, puesto que es algo

novedoso y que no todos se sienten seguros a la hora de enseñarles.

También, respecto a los casos de absentismo, consideramos oportuno que los docentes motiven a participar a estos alumnos, así como anticiparles al terminar cada sesión lo que se hará en la siguiente para mantener su interés.

Por último, sería buena idea y a su vez, más eficaz, educar sobre este tema desde el curso de 4º de primaria y no esperar a que sea tarde para algunos de ellos. Pues hemos observado que muchos de los alumnos ya tenían hábitos perjudiciales que eran difíciles de controlar y cambiar dedicándole solo una hora a la semana.

6. REFERENCIAS.

- Agustina, J. R. y Gómez-Duran, E.L. (2016). Factores de riesgo asociados al sexting como umbral de diversas formas de victimización. *Revista de Internet, Derecho y Política*, (22), 21-47. ISSN disponible en:
- Alcántara, M.R y Facundo Martín, J. (2020). “*El uso de las redes sociales y su incidencia en la autoestima de los adolescentes*”. [Trabajo Final para optar al grado académico de Licenciatura en Comunicación Social, Universidad Nacional de Córdoba] Disponible en Repositorio Digital Universitario.
- Azúa, M. (2009). *The Social Factor*. Editorial R.R. Donnelly.
- Burgueño, P (marzo, 2009). *Clasificación de redes sociales*. Blockchain, Universidad ISDE.
- Cabrero, J. y Marín, V. (2014). Posibilidades educativas de las redes sociales y el trabajo en grupo. Percepciones de los alumnos universitarios. *Revista Comunicar*, 42, 165-172.
<https://doi.org/10.3916/C42-2014-16>
- Caldevilla, D (2010). Las redes sociales. Tipología, uso y consumo de las redes 2.0 en la sociedad digital actual. *Documentación de las ciencias de la información*. 33, 44-68.
- Castell, M (2006). *Sociedad red: una visión global*. Alianza Editorial.
- Castro, G. y de la Villa, M. (2017). Uso problemático de redes sociales 2.0 en nativos digitales: Salud y drogas, *17* (1), 73-85.

- Celaya, J. (2009). *La Empresa en la WEB 2.0*. Editorial Gestión 2000.
- Chacón, L. F. y Limas, S. J. (2019). Los cursos virtuales orientados por competencias: una mirada hacia la pertinencia e innovación educativa y tecnológica del siglo XXI. *Revista Ibérica de Sistemas e Tecnologías de Informação, E20*, 113-125.
- Cornejo, J. F. y Parra, K. L. (2016). Impacto de las redes sociales en los procesos de enseñanza aprendizaje de la educación superior pública. *Boletín Redipe, 5(11)*, 1-22.
- De Santisteban, P., Almendros, C., y Gámez-Guadix, M. (2018). Estrategias de persuasión percibidas por adolescentes en situaciones de engaño pederasta por Internet). *Behavioral Psychology/Psicología Conductual, 26(2)*.
- Del Barrio, A y Ruiz, I. (2014). Los adolescentes y el uso de las redes sociales. *Revista INFAD De Psicología. 3(1)*, 571–576.
<https://doi.org/10.17060/ijodaep.2014.n1.v3.537>
- IAB Spain (2021). *Estudio de redes sociales*.
<https://iabspain.es/estudio/estudio-de-redes-sociales-2021/>
- Flores, J. y Morán, J. y Rodríguez, J (2009, octubre). Las redes sociales: [Archivo PDF]
- García, M. y Del Hoyo, M (2013). Redes sociales, un medio para la movilización juvenil. *Revista Zer. 18 (34)*, 111-125.
<https://doi.org/10.1387/zer.10649>
- Garmendia, M. Jiménez, E., Casado, M.A. y Mascheroni, G. (2016). *Net Children Go Mobile: Riesgos y oportunidades en internet y el uso de dispositivos móviles entre menores españoles*.
- J Kuss, D., D Griffiths, M., Karila, L., & Billieux, J. (2014). Internet addiction: A systematic review of epidemiological research for the last decade. *Current pharmaceutical design, 20 (25)*, 4026-4052.
- Livingstone, (2011) *Risks and safety on the internet: the perspective of European children: full findings and policy implications from the EU Kids Online survey of 9-16 year olds and their parents in 25 countries*. EU Kids Online.
- Martín, M. (2015, septiembre) *Jóvenes y redes sociales*. [Trabajo de Fin de Grado, Universidad de la Laguna]
- Monge, A. (2010). De los abusos y agresiones sexuales a menores de trece años tras la reforma penal de 2010. *Revista de Derecho y Ciencias Penales, 15*, 85–106.

- Ortega Ruiz, R., Rey Alamillo, R. D., y Casas Bolaños, J. A. (2013). Redes sociales y cyberbullying: El proyecto ConRed. *Revista Convives*, 3, 34-44.
- Pertegal, M., Oliva, A., y Rodríguez, A. (2019). Revisión sistemática del panorama de la investigación sobre redes sociales: taxonomía sobre experiencias de uso. *Comunicar : Revista Científica Iberoamericana de Comunicación y Educación*, 81-91.
- Tejada G. E., Castaño, C., y Romero, A. (2019). Los hábitos de uso en las redes sociales de los preadolescentes. *Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 22(2), pp. 119-133.
- Verduyn, P., Jonides, J., y Kross, E. (2017). Do social network sites enhance or undermine subjective well-being? A critical review. *Social Issues and Policy Review*, 11, 274-302. <https://doi.org/10.1111/sipr.12033>
- Villanueva, V. J. (2018). *Riesgos y usos problemáticos de internet en adolescentes*. Universidad Internacional de Valencia.

7. ANEXOS

Anexo 1: observación y encuesta para conocer los hábitos y actitudes del alumnado en las redes sociales.

| Sobre las redes sociales... | SI | NO |
|--|----|----|
| 1. Tengo mi móvil o tablet propia. | | |
| 2. Tengo un perfil en una red social. | | |
| 3. Mis perfiles son públicos. | | |
| 4. Las uso entre semana. | | |
| 5. Las uso más de dos horas diarias. | | |
| 6. Mis padres saben que tengo un perfil abierto en una red social. | | |
| 7. Alguna vez he recibido cyberbullying. | | |
| 8. Sé que es el grooming. | | |
| 9. Alguna vez he hablado con desconocidos. | | |
| 10. Alguna vez he insultado a alguien. | | |
| ¿Cómo y para qué uso las redes sociales? | | |
| 1. Mis redes sociales favoritas son... | | |
| 2. Si alguna vez has recibido o visto un caso de cyberbullying en las redes sociales, ¿Qué pasaba? ¿Qué hiciste? ¿Cómo te sentías? | | |
| 3. ¿Te enseñan en casa a usar las redes sociales? En el caso de que la respuesta sea sí, explícanos cómo. | | |
| 4. ¿Qué consejos le darías a alguien que vaya a empezar a usar las redes sociales? | | |
| 5. ¿Para qué usas las redes sociales? | | |

| | |
|--|--|
| 6. ¿Cuáles son tus influencers o tiktokers favoritos? ¿Por qué? | |
| 7. ¿Crees que el uso excesivo de las redes sociales es malo para la salud? Justifica tu respuesta. | |

Anexo 2: cronograma de los talleres y sus respectivas sesiones.

CRONOGRAMA.

| Septiembre 2021 | | | | | | |
|-----------------|----|----|----|----|----|----|
| L | M | Mi | J | V | S | D |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | | | |

| Octubre 2021 | | | | | | |
|--------------|----|----|----|----|----|----|
| L | M | Mi | J | V | S | D |
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

| Noviembre 2021 | | | | | | |
|----------------|----|----|----|----|----|----|
| L | M | Mi | J | V | S | D |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | | | | | |

| Diciembre 2021 | | | | | | |
|----------------|----|----|----|----|----|----|
| L | M | Mi | J | V | S | D |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |

| Enero 2022 | | | | | | |
|------------|----|----|----|----|----|----|
| L | M | Mi | J | V | S | D |
| | | | | | 1 | 2 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |

| Febrero 2022 | | | | | | |
|--------------|----|----|----|----|----|----|
| L | M | Mi | J | V | S | D |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | | | | | | |

| Marzo 2022 | | | | | | |
|------------|----|----|----|----|----|----|
| L | M | Mi | J | V | S | D |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 | 31 | | | |

| Abril 2022 | | | | | | |
|------------|----|----|----|----|----|----|
| L | M | Mi | J | V | S | D |
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | |

| Mayo 2022 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| L | M | Mi | J | V | S | D |
| | | | | | | 1 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 30 | 31 | | | | | |

| Junio 2022 | | | | | | |
|------------|----|----|----|----|----|----|
| L | M | Mi | J | V | S | D |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | |

| |
|-----------------|
| BLOQUE 1 |
| BLOQUE 2 |
| BLOQUE 3 |

Anexo 3: Taller I. Bloque I. Sesión n°2 “Conociendo el concepto de las redes sociales”.

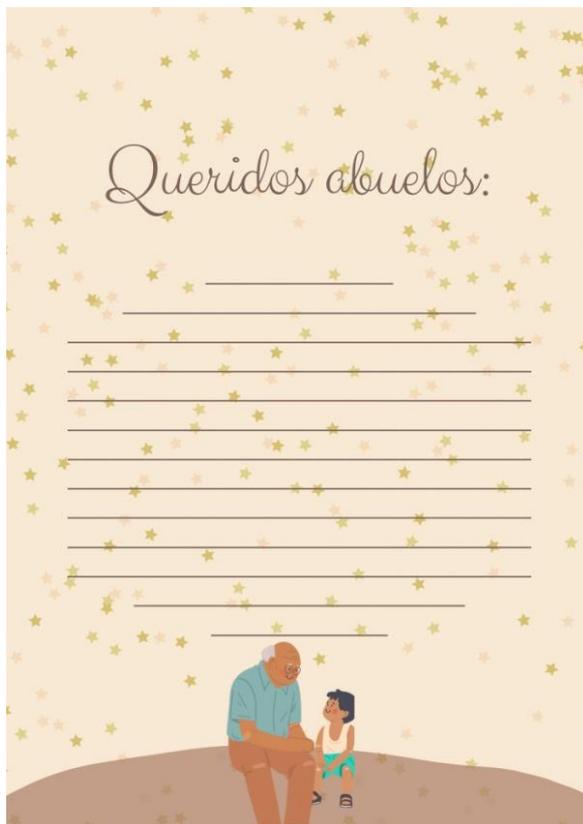
Desarrollo de la sesión:

En primer lugar, como introducción, se les enseñará a los alumnos un vídeo sobre el concepto e historia de las redes sociales.

En segundo lugar, le pediremos que individualmente realicen la siguiente ficha con preguntas de verdadero y falso. Para después, comentar entre todos qué nos ha parecido el vídeo y qué hemos respondido. De esta manera, no solo aumentamos el conocimiento de los estudiantes, sino que también, promovemos su pensamiento crítico mediante el diálogo reflexivo.

Por último, los alumnos deberán escribir a sus abuelos una carta explicándole qué son las redes sociales y para qué se usan. Así, comprobaremos lo que han aprendido nuestros estudiantes.

| PREGUNTAS | V | F |
|---|---|---|
| Los seres humanos nos hemos comunicado desde las redes de información desde mucho tiempo atrás. | | |
| Las redes sociales no tienen ningún riesgo. | | |
| Nuestra productividad se puede ver afectada por el constante uso de las redes sociales. | | |
| Las redes sociales nos permiten acceder de forma instantánea a información valiosa. | | |
| No debemos preocuparnos sobre los datos personales que subimos a las redes sociales. | | |
| Un mal uso de las redes sociales puede hacer que nos aislemos de quienes nos rodean. | | |
| Un uso inadecuado de las redes sociales no afecta a nuestra salud | | |

Carta a los abuelos:**Anexo 4. Taller I. Bloque II. Sesión nº 2 “Yo me beneficio de las redes sociales”.****Desarrollo de la sesión:**

La clase comenzará visualizando un vídeo sobre los beneficios de las redes sociales en los adolescentes para después comentarlo entre todos. A continuación, se seguirá con el cartel de las ventajas, es decir, añadirán a la cartulina realizada en la última sesión las ventajas nuevas que han aprendido.

Por último, se dramatizarán situaciones mediante la dinámica de role-playing. Cada grupo deberá representar la situación que les toque y el resto de alumnos deberán adivinar de qué ventaja se trata.

Las situaciones que se representarán serán las siguientes:

- **Situación 1.** Un niño/a se comunica con su familia que vive fuera de España a través de las redes sociales.

- **Situación 2.** Un grupo de amigos, a través de Instagram, comentan sobre un tema que les interesa a todos, compartiendo cada uno sus opiniones y respetando las de los demás.
- **Situación 3.** Llegan las vacaciones y cada uno se va con su familia, pero mantienen las relaciones con sus amigos a través de las redes sociales.
- **Situación 4.** A través de las redes sociales os conocéis un grupo de jóvenes de diferentes países y aprendéis las culturas de cada uno.
- **Situación 5.** A través de una red social encontráis a un grupo de jóvenes que comparten los mismos gustos y aficiones que vosotros.
- **Situación 6.** Un joven comparte a través de una red social algunas experiencias que vive y le hacen crecer como persona. Sus seguidores le escriben mensajes positivos y de apoyo.
- **Situación 7.** A un joven le cuesta sociabilizar en su colegio, pero a través de las redes sociales encuentra a otras personas que le ayudan a no sentirse solo y conectar con ellos.
- **Situación 8.** Un grupo de estudiantes interesados por la historia se envían mediante las redes sociales diferentes artículos informativos que les resulta interesantes a todos.
- **Situación 9.** Un joven se crea un perfil de instagram mostrando sus dotes artísticas, así como mostrando sus dibujos y obras. El artista recibe apoyo de sus seguidores con comentarios positivos.

Anexo 5. Taller I. Bloque III. Sesión nº1 “¿Uso mal las redes sociales?”

Desarrollo de la sesión:

Después de recordar lo que se ha realizado en la clase anterior, se comenzará repartiendo a los alumnos el cuestionario que se muestra a continuación. Con estas preguntas los estudiantes reflexionarán personal e individualmente sobre el uso inadecuado de las redes sociales.

| CUESTIONES | SI | NO |
|---|----|----|
| 1. <i>¿Tienes redes sociales?</i> | | |
| 2. <i>Utilizo las redes sociales, pero mis padres no lo saben.</i> | | |
| 3. <i>Mis padres saben cuáles son mis cuentas y ven lo que hago en ellas.</i> | | |
| 4. <i>Utilizo las redes sociales todos los días.</i> | | |
| 5. <i>Utilizo las redes sociales más de una hora seguida.</i> | | |
| 6. <i>En mis tiempos libres siempre estoy usando mis redes sociales.</i> | | |
| 7. <i>Publico datos personales (dirección de casa, número de móvil...) en mis</i> | | |

| | | |
|---|--|--|
| <i>redes sociales.</i> | | |
| 8. <i>Tengo mis cuentas privadas.</i> | | |
| 9. <i>Interactúo con personas que no conozco en las redes sociales.</i> | | |
| 10. <i>Alguna vez me han dañado con comentarios negativos en las redes sociales.</i> | | |
| 11. <i>Creo que un mal uso de las redes sociales pueden afectar a mi salud.</i> | | |
| 12. <i>No puedo estar más de dos días sin usar las redes sociales.</i> | | |
| 13. <i>¿Sabes qué es el cyberbullying?</i> | | |
| 14. <i>Conozco alguno de los siguientes conceptos: grooming o sexting.</i> | | |
| 15. <i>Un mal uso de las redes sociales puede ser muy peligroso.</i> | | |
| 16. <i>Escribo en el muro de mis amigos comentarios ofensivos.</i> | | |
| 17. <i>He colgado fotos o vídeos de otras personas sin pedirle permiso.</i> | | |
| 18. <i>He comprado algo a través de una red social sin el permiso de mis padres.</i> | | |
| 19. <i>Le he pasado un virus a un amigo a través de un dispositivo digital.</i> | | |
| 20. <i>Alguna vez he enviado cosas que dan un poco de miedo pero con la intención de jugar.</i> | | |

En segundo lugar, visualizarán el vídeo sobre los peligros de las redes sociales donde aprenderán diferentes conceptos como: grooming, cyberbullying y sexting. Para reforzar lo aprendido y comprobar que todos lo han entendido, se realizará la dinámica del folio giratorio en la cual, por grupos, se irán rotando un folio donde cada uno deberá escribir una desventaja de las redes sociales diferente a la escrita por su anterior compañero.

Finalmente, se elaborará un cartel sobre las desventajas de las redes sociales en una cartulina grande. Esta actividad se realizará de manera en común todo el grupo clase, apuntando aquellas desventajas que se repiten entre los diferentes grupos. Después, lo colgarán en una pared de clase que esté a la vista de los estudiantes y así, sirva de recordatorio.

Anexo 6. Taller I. Bloque III. Sesión n°3 “¿Es esto violencia?”

Desarrollo de la sesión:

Hay muchas maneras de ejercer la violencia y es precisamente, a través de las redes sociales, uno de los medios en los que más se repite este tipo de agresiones debido al anonimato o estar tras una pantalla.

Esta actividad se realiza ya que en el colegio ocurren muchas situaciones violentas y desde esta programación se pretende concienciar sobre este problema y ayudar a que no se repitan más.

Al comenzar, el docente le explicará a los alumnos los diferentes tipos de violencia que existen: directa, estructural, psicológica y cultural. A continuación, se le pedirá que rellenen la siguiente ficha donde aparece una tabla en la que deberán indicar qué tipo de violencia se ejerce en cada imagen. Así, podremos comprobar si han comprendido lo que se les ha explicado anteriormente:

| FOTOGRAFÍAS | TIPO DE VIOLENCIA |
|---|-------------------|
|  | |
|  | |
|  | |

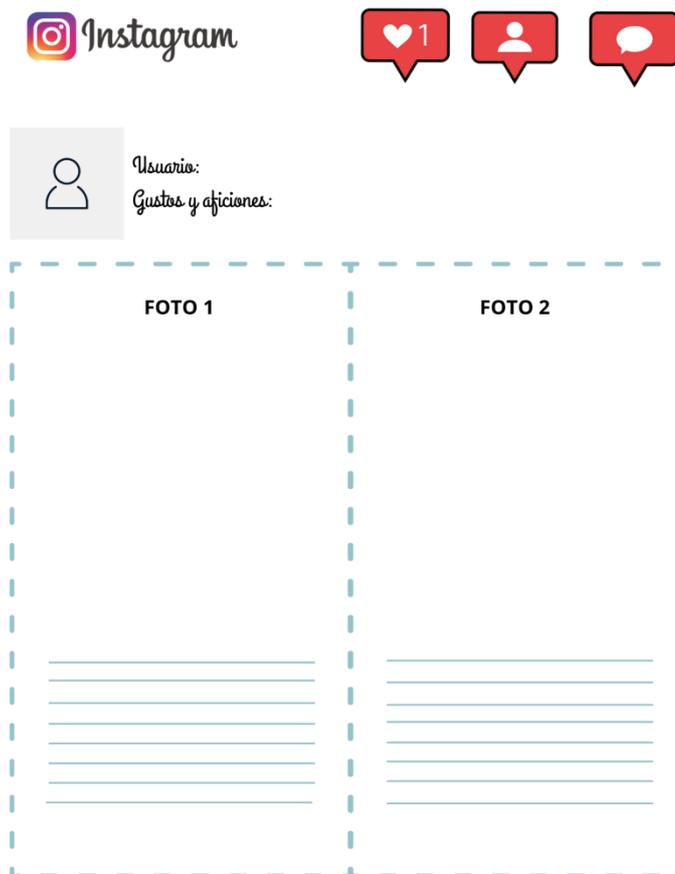
| | |
|---|--|
|  | |
|  | |
|  | |

Después, realizarán un debate sobre la violencia, sus tipos y formas respecto al ámbito de las redes sociales. El docente será el guía y facilitará la conversación entre los alumnos.

Anexo 7. Taller I. Bloque IV. Sesión n° 2 “Dejando huella positiva”.

Desarrollo de la sesión:

Esta actividad se realizará con el objetivo de que los alumnos reflexionen sobre la identidad digital de cada uno. Para ello se le repartirá la siguiente cartulina que simula un perfil de instagram para que ellos mismos rellenen con sus datos personales.



Después, cada alumno dejará su perfil de instagram encima de su mesa y por grupos se irán rotando, escribiendo en los perfiles del resto de sus compañeros. Repitiendo así, el mismo proceso que se realizaría en esta red social. Para ello, podrán comentar en las fotos de sus amigos, con la regla de que todos sean positivos y escritos desde el respeto. Por último, cada uno podrá ver qué le han escrito en su perfil de instagram y comentarán en voz alta cómo se han sentido al leerlos.

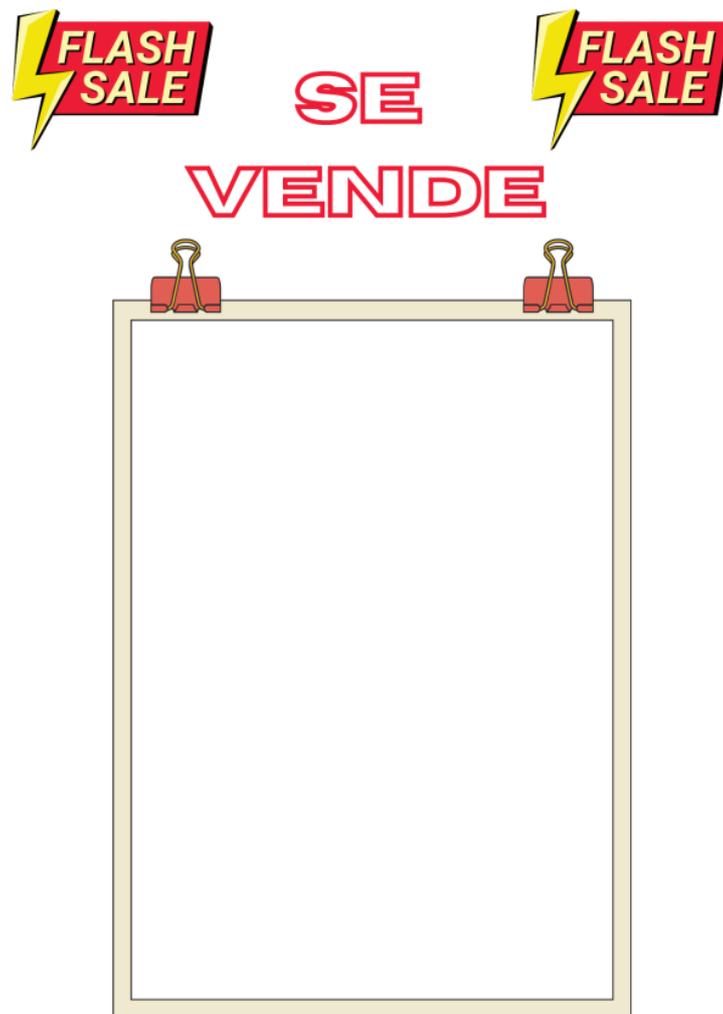
Anexo 8. Taller II. Bloque I. Sesión nº3 “Emocionario”.

Desarrollo de la sesión:

Esta sesión tiene como objetivo prevenir los efectos nocivos del uso compensatorio de las redes sociales. En primer lugar, realizaremos un emocionario mediante 5 cartulinas con sus respectivas emociones negativas: soledad, enfadado, preocupado, avergonzando y triste. Cada alumno deberá escribir cuándo se sienten así y escribirlo en un posit para pegarlo en la cartulina correspondiente. Después, leerán en alto el resultado de las

cartulinas, reflexionando y comentando entre todos sobre el uso compensatorio de las redes sociales: ¿Uso las redes para encontrarme mejor?

Por último, realizarán la siguiente ficha en la que tendrán que diseñar un anuncio para “vender” a su compañero, para ello, escribirán todo lo bueno que tiene su compañero y por qué es importante.



Anexo 9. Taller II. Bloque II. Sesión n° 4 “Grooming”

Desarrollo de la sesión:

Antes de comenzar el juego, debemos describirles qué es el grooming, para poder explicarles después los contenidos del material. Para lograr los objetivos de esta

dinámica, les haremos ver claramente que una persona adulta a la que no conocen se puede poner en contacto con ellas/ellos.

Para comenzar, proyectaremos el siguiente vídeo en clase <https://www.youtube.com/watch?v=Pa2ttVRA-xU> para que sepan en qué consiste el fenómeno del grooming. El objetivo del vídeo es que las y los jóvenes tengan más claro qué es, cómo actúa un groomer y qué consecuencias puede tener.

Para empezar la dinámica, cortaremos las tarjetas preparadas en el segundo anexo. Las tarjetas representan lo siguiente:

Tarjetas de ayuda: representan a quién tienen que acudir si sufren grooming.

- 2 padres/madres
- 2 educadoras/es (podéis usar el concepto nosotras/os)
- 2 amigas/os
- 2 policías

Tarjetas de groomers: con ellas las y los adolescentes identificarán a los groomer. Tienen que entender que cuando aparezca el groomer lo han de reconocer, y pedir ayuda.

- 2 groomers

Tarjetas de prevención: con estas les haremos algunas recomendaciones sobre cómo adelantarse a una situación de grooming.

- No enviar imágenes desconocidas.
- Poner una contraseña de acceso al móvil.
- No aportar nunca información personal.
- No difundir información privada.
- Prestar atención a los mensajes “raros o delicados” (por ejemplo: mándame una foto sin camiseta o cuéntame qué ropa llevas).
- Tapar la Webcams del ordenador.
- No utilizar Internet en lugares públicos.

Juego: Formaremos grupos de cuatro o cinco personas como mucho.

El objetivo del juego es cazar al groomer. Mezclaremos las tarjetas de ayuda y también las tarjetas de groomers. Dejarán aparte las tarjetas de prevención. Colocarán las tarjetas mirando hacia abajo, y en cada turno levantarán dos, para cazar al groomer.

Si cuando levanten las dos tarjetas completan una pareja de ayuda, levantarán una carta de prevención. Leerán esta carta en voz alta, para que todos/as puedan oírlo.

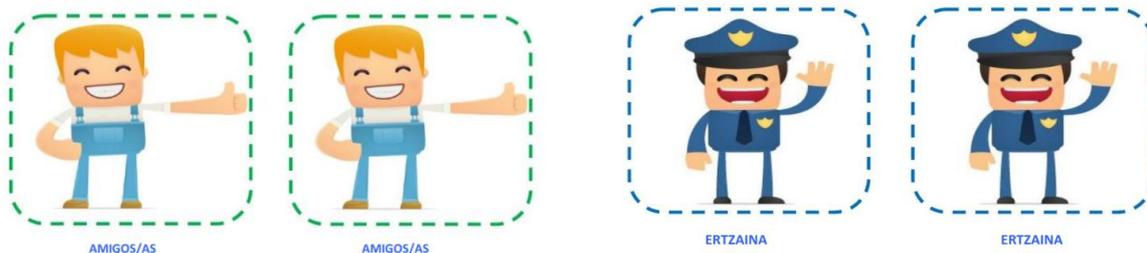
El/a jugador/a que complete la pareja puede quedarse con esas tarjetas, y si las cartas que ha levantado no son una pareja de ayuda, las dejará otra vez.

- a) Si las dos cartas alzadas por el/a jugador/a son los groomers, pueden ocurrir dos cosas:
 - a) Que el/la jugador tenga una pareja de ayuda y, entonces: ¡Felicidades! ¡Has ganado!
 - b) Que el/la jugador/a no tenga ninguna pareja que le pueda ayudar, y entonces: ¡El groomer te ha pillado! Queda eliminado del juego. En este caso, las tarjetas del jugador que queda eliminado vuelven a la mesa, les damos la vuelta y las mezclamos, para que entren de nuevo en el juego. El resto de las/los jugadoras/es continuarán la partida hasta cazar al groomer.

El juego termina cuando algún/a jugador/a encuentra a la pareja de groomers, y tiene una pareja de ayuda.

Si quedan dos tarjetas encima de la mesa, y aún no ha salido el groomer, éste es el vencedor, porque no lo han encontrado. En ese caso, todas/os pierden.

Tarjetas:





GROOMER



GROOMER



PADRES/MADRES



PADRES/MADRES

PRESTAD ATENCIÓN A LOS MENSAJES "RAROS" Y TENED CUIDADO

PONED UNA CONTRASEÑA PARA ACCEDER AL MÓVIL

NO ENVIÉIS IMÁGENES A PERSONAS DESCONOCIDAS

NO USEIS INTERNET EN LUGARES PÚBLICOS

TAPAD LA WEBCAM DEL ORDENADOR



EDUCADORAS/ES



EDUCADORAS/ES

Anexo 10. Taller III. Bloque II. Sesión nº 2 "La asertividad".

En esta sesión los alumnos aprenderán y practicarán la asertividad. Para comenzar le repartiremos el siguiente folleto sobre las 8 claves para ser asertivos en las redes sociales, lo leeremos en voz alta y lo pegaremos en una pared de la clase.



Finalmente, realizaremos la dinámica de “tres pasos hacia la asertividad” por lo que antes de comenzar es necesario repasar estos tres pasos: expresar lo que se siente, manifestar lo que se piensa y decir lo que queremos que suceda. El docente expondrá situaciones cotidianas que suelen generar conflictos y, entre todos, las resuelven a través del diálogo reflexivo.

Las situaciones serán las siguientes:

- Un compañero insulta a otro a través de las redes sociales.
- Una compañera sube una foto vergonzosa de otra compañera.
- Un grupo de alumnos se ríe de un compañero a través de las redes sociales.
- Un hombre desconocido me comienza a hablar por instagram y me pide mi dirección.
- Todos los días recibo mensajes de una desconocida que me pide que le envíe fotos mías.

Anexo 11. Evaluación satisfacción del alumnado.

Marca con una X en la respuesta que consideres según tu punto de vista.

| Ítems. | Sí | No |
|--|----|----|
| 1. <i>¿Estás satisfecho con el programa?</i> | | |
| 2. <i>¿Te ha gustado trabajar el tema de las redes sociales?</i> | | |
| 3. <i>¿Te has sentido motivado e interesado por aprender más acerca de este tema?</i> | | |
| 4. <i>¿Te ha gustado trabajar en grupos cooperativos?</i> | | |
| 5. <i>¿Crees que has aprendido con los diferentes talleres?</i> | | |
| 6. <i>El docente ha explicado de manera clara y concisa.</i> | | |
| 7. <i>El docente me ha ayudado cuando lo he necesitado y ha resuelto mis dudas.</i> | | |
| 8. <i>¿Te han parecido divertidas y entretenidas las dinámicas realizadas en clase?</i> | | |
| 9. <i>Me he sentido respetado y escuchado por mis compañeros.</i> | | |
| 10. <i>Me he sentido a gusto con el ambiente de clase, siendo éste activo, trabajador y participativo.</i> | | |
| 11. <i>¿Le recomendarías este taller a algún amigo?</i> | | |

Completa la tabla con los aspectos positivos y negativos que consideres sobre el funcionamiento y aplicación del taller de las redes sociales.

| Aspectos positivos | Aspectos negativos |
|--------------------|--------------------|
| | |

Anexo 12. Evaluación SMAS-SF, escala de Sahin (pre-test y post-test).

Para contestar al cuestionario debes marcar con una cruz “X” solo una respuesta en cada pregunta, excepto si se indica lo contrario. No hay límite de tiempo. No hay respuestas correctas o erróneas. Por favor, se sincero en tus contestaciones y responde todas las preguntas. Este cuestionario es anónimo.

| Ítem | Verdadero | Falso |
|---|-----------|-------|
| 1. Estoy ansioso por usar las redes sociales. | | |
| 2. Busco conectarme a internet en todas partes para acceder a las redes sociales. | | |
| 3. Lo primero que hago cuando me despierto es conectarme a las redes sociales. | | |
| 4. Prefiero usar las redes sociales a pesar de estar acompañado. | | |
| 5. Prefiero las amistades de las redes sociales que las presenciales. | | |
| 6. Aparento ser lo que yo quiero en las redes sociales. | | |

| | | |
|--|--|--|
| 7. Por lo general, prefiero comunicarme con personas a través de las redes sociales. | | |
| 8. Hasta mi familia se enfada porque no puedo dejar de usar las redes sociales. | | |
| 9. Quiero pasar el tiempo en las redes sociales cuando estoy solo. | | |
| 10. Prefiero la comunicación virtual en las redes sociales para salir. | | |
| 11. Las actividades de las redes sociales se afianzan en mi vida cotidiana. | | |
| 12. Me siento mal si estoy obligado a disminuir el tiempo que paso en las redes sociales. | | |
| 13. Me emociona estar en las redes sociales. | | |
| 14. Me siento infeliz cuando no estoy en las redes sociales. | | |
| 15. Utilizo las redes sociales con tanta frecuencia que me olvido de mi familia. | | |
| 16. Ni siquiera noto que tengo hambre y sed cuando estoy en las redes sociales. | | |
| 17. Noto que mi productividad ha disminuido debido a las redes sociales. | | |
| 18. Tengo problemas físicos debido a las redes sociales. | | |
| 19. Uso las redes sociales incluso cuando voy por la calle para estar informado al instante sobre los acontecimientos. | | |
| 20. Me gusta usar las redes sociales para mantenerme informado sobre lo que sucede. | | |
| 21. Navego en las redes sociales para mantenerse informado sobre lo que comparten los grupos de medios sociales. | | |
| 22. Paso más tiempo en las redes sociales para ver algunos eventos/acontecimientos especiales (por ejemplo, cumpleaños). | | |
| 23. Mantenerme informado sobre las cosas relacionadas con mis cursos (ej. tarea, actividades) me hace estar siempre en las redes sociales. | | |
| 24. Siempre estoy activo en las redes sociales para estar inmediatamente informado sobre qué comparten amigos y familia. | | |

Anexo 13. Cuestionario 21 frecuencia y uso de las redes sociales por los preadolescentes (pre-test y post-test).

VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS

CURSO:

EDAD:

SEXO: Hombre MujerNACIONALIDAD: Española Otra: _____¿Tienes Internet en casa? Sí No

¿Cuántas personas conviven en tu hogar incluido tu? _____

De ellas ¿Quiénes utilizan Internet? Padre Madre Hermanos Tu Otros _____

¿Cuántos hermanos tienes? _____ Orden que ocupas: _____

EDAD PADRE: _____ EDAD MADRE: _____

NACIONALIDAD PADRE: Española Otra: _____

NACIONALIDAD MADRE: Española Otra: _____

Nivel de estudios. Tacha con una cruz lo que corresponda.

| | | | | | |
|-------|---------------------------------------|---|--|---|--|
| PADRE | <input type="checkbox"/> Sin estudios | <input type="checkbox"/> Estudios primarios | <input type="checkbox"/> Graduado Escolar, o ESO | <input type="checkbox"/> Bachiller Superior, FP II, modulo Superior | <input type="checkbox"/> Estudios Universitarios |
| MADRE | <input type="checkbox"/> Sin estudios | <input type="checkbox"/> Estudios primarios | <input type="checkbox"/> Graduado Escolar, o ESO | <input type="checkbox"/> Bachiller Superior, FP II, modulo Superior | <input type="checkbox"/> Estudios Universitarios |

¿Qué jornada laboral tienen tus padres?

Padre: Jornada completa. Media jornada. No trabaja.Madre: Jornada completa. Media jornada. No trabaja

CUESTIONES SOBRE EL USO DE LAS REDES SOCIALES

1. ¿Desde donde sueles conectarte habitualmente a Internet?

- Desde mi casa Desde la biblioteca En el instituto
 Desde la casa de un amigo Desde un ciber Redes inalámbricas en la calle
 Desde el móvil Otros: _____

2. De las siguientes tecnologías indica cuáles tienes en tu casa

| | ¿Cuántos? | ¿Desde cuándo? | | |
|------------------------------------|-----------|----------------|---------------|----------|
| Teléfono móvil | | Menos de 1 año | De 1 a 5 años | Más de 5 |
| Ordenador de mesa | | Menos de 1 año | De 1 a 5 años | Más de 5 |
| Ordenador portátil | | Menos de 1 año | De 1 a 5 años | Más de 5 |
| DVD | | Menos de 1 año | De 1 a 5 años | Más de 5 |
| Videoconsola | | Menos de 1 año | De 1 a 5 años | Más de 5 |
| Smartphone (Blackberry, iPhone...) | | Menos de 1 año | De 1 a 5 años | Más de 5 |
| TDT | | Menos de 1 año | De 1 a 5 años | Más de 5 |
| Videocámara | | Menos de 1 año | De 1 a 5 años | Más de 5 |
| ADSL | | Menos de 1 año | De 1 a 5 años | Más de 5 |
| Libro electrónico | | Menos de 1 año | De 1 a 5 años | Más de 5 |

3. ¿Con que frecuencia y grado de dominio utilizas las siguientes tecnologías?

| | FRECUENCIA | | | | GRADO DE DOMINIO | | | |
|--|------------|--------|---------|---------|------------------|------|-------|------|
| | Nunca | diario | semanal | mensual | Ninguno | Bajo | Medio | Alto |
| Internet | Nunca | diario | semanal | mensual | Ninguno | Bajo | Medio | Alto |
| Ordenador | Nunca | diario | semanal | mensual | Ninguno | Bajo | Medio | Alto |
| Teléfono móvil | Nunca | diario | semanal | mensual | Ninguno | Bajo | Medio | Alto |
| USB | Nunca | diario | semanal | mensual | Ninguno | Bajo | Medio | Alto |
| Reproductor Mp3 | Nunca | diario | semanal | mensual | Ninguno | Bajo | Medio | Alto |
| TDT | Nunca | diario | semanal | mensual | Ninguno | Bajo | Medio | Alto |
| GPS (localización por satélite) | Nunca | diario | semanal | mensual | Ninguno | Bajo | Medio | Alto |
| Redes sociales | Nunca | diario | semanal | mensual | Ninguno | Bajo | Medio | Alto |
| Correo electrónico | Nunca | diario | semanal | mensual | Ninguno | Bajo | Medio | Alto |
| Navegadores (explorer, chrome, mozilla...) | Nunca | diario | semanal | mensual | Ninguno | Bajo | Medio | Alto |

4. Cuando te conectas a Internet, sueles hacerlo acompañado de.....

amigos mis padres mi hermano/a profesores Solo

5. Con que frecuencia utilizas Internet para...

| | | | | |
|--|-------|----------|--------------|---------|
| Consulta de noticias, prensa... | Nunca | A diario | semanalmente | mensual |
| Redes sociales (Facebook, tuenti...) | Nunca | A diario | semanalmente | mensual |
| Entretenimiento (juegos, youtube...) | Nunca | A diario | semanalmente | mensual |
| Descarga de archivos | Nunca | A diario | semanalmente | mensual |
| Recursos educativos (Wikipedia, página wb o blog del instituto...) | Nunca | A diario | semanalmente | mensual |
| Hacer búsquedas de contenidos escolares | Nunca | A diario | semanalmente | mensual |

6. Que redes sociales utilizas, desde cuando y con que frecuencia

| | USO | | Desde cuando | | | FRECUENCIA | | | |
|----------|-----|----|--------------|----------|----------|------------|--------|---------|---------|
| | SI | NO | < 1 año | De 1 a 5 | > 5 años | Nunca | diario | semanal | Mensual |
| Facebook | SI | NO | < 1 año | De 1 a 5 | > 5 años | Nunca | diario | semanal | Mensual |
| Tuenti | SI | NO | < 1 año | De 1 a 5 | > 5 años | Nunca | diario | semanal | Mensual |
| Hi5 | SI | NO | < 1 año | De 1 a 5 | > 5 años | Nunca | diario | semanal | Mensual |
| Myspace | SI | NO | < 1 año | De 1 a 5 | > 5 años | Nunca | diario | semanal | Mensual |
| Otras: | SI | NO | < 1 año | De 1 a 5 | > 5 años | Nunca | diario | semanal | Mensual |

7. Desde el año pasado, me conecto a las redes sociales...

Menos a menudo Igual de a menudo Más a menudo

¿Por qué? Explica el motivo _____

8. De todas las redes sociales ¿cuál es la que más te gusta?

9. ¿Consultaste a alguien a la hora de empezar a usar redes sociales? Si No

En caso afirmativo, ¿a quien?

amigos mis padres hermano/a profesores nadie Otros: _____

10. ¿Por qué utilizas redes sociales (5 es el motivo más importante y 1 el menos importante)

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Comunicarme con mis amigos | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Tener mas información sobre mis amigos | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Hablar de mi | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Compartir videos y fotografías | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Hacer anuncios políticos, apoyar causas | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Hacer mi propia publicidad | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Encontrar a nuevos amigos | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Utilizar el Chat | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Encontrar a mis antiguos amigos | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Otros | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

11. ¿Con que frecuencia utilizas las redes para...?

1= Nunca 2= Pocas veces 3= A veces 4= Bastante 5= Muy a menudo

| | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|
| Compartir videos | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Ver videos | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Subir fotografías | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Ver las fotos de mis amigos | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Actualizar mi perfil | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Hacer comentarios sobre los perfiles/fotografías/videos colocados por mis amigos | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Jugar | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Encontrar información sobre la actualidad, el tiempo, el horóscopo, etc. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Unirse a grupos | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Crear grupos | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Consultar los perfiles de mis amigos | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Buscar a mis antiguos amigos | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Utilizar aplicaciones (Farmville, Mafiawars, CafeWorld, etc.) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Otros | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

12. En general, te conectas a las redes sociales...

- Por la mañana Al medio día Por la tarde Por la noche
 En cualquier momento Todo el tiempo

13. Cuánto tiempo pasas conectado?

- 5-10 minutos 10-30 minutos 30-60 minutos más de 60 minutos

14. ¿Es importante para ti el número de amigos que tienes agregados a las redes? Si No

En caso afirmativo, ¿podrías indicar el por qué?

- Para que se vea que tengo muchos
 Poder visitar el perfil de más gente
 Mostrar mis intereses al mayor número posible de personas
 Tener mas usuarios con los que jugar en las aplicaciones
 Ser conocido por mucha gente
 Que muchos sepan lo que hago
 Otras (indica cuál) _____

15. ¿A quién añades a tus listas de amigos? (varias respuestas posibles)

- Añado a los amigos que conozco en la vida real Añado a los amigos de mis amigos
 Añado a todo el mundo, lo conozca o no Miembros de mi familia
 Otros: _____

16. ¿Has ignorado alguna petición de amistad? Si No

¿Por qué razón has decidido ignorarlas? _____

17. ¿Quién puede consultar tu perfil?

- Solamente tu amigos Tus amigos y los amigos de estos Todo el mundo
 Solo a quien das permiso para visitar tu perfil No lo recuerdo

18. ¿Qué información proporcionas en tu perfil? (varias opciones)

- Sexo Situación sentimental
 Fecha de nacimiento Los miembros de tu familia
 Origen Intereses (hombres/mujeres)
 Residencia actual En busca de (amistad, encuentro, una relación...)
 Tu número de teléfono Intereses (actividades, música, libros, televisión, etc.)
 Tu dirección Opinión política
 Tu email Religión

19. ¿Piensas que tu perfil refleja quien eres realmente? Si No

20. ¿Conoce las precauciones básicas de seguridad en las redes sociales? Si No

¿Podrías citar alguna? _____

21. De las siguientes acciones, indica la frecuencia con las que las llevas a cabo, y valora si es adecuado o inadecuado mostrar estas conductas en las redes sociales

| | FRECUENCIA | | | VALORACIÓN | | |
|--|------------|-------------|--------------|------------|-------------|------------|
| | Nunca | pocas veces | Muchas veces | Adecuado | Indiferente | Inadecuado |
| Subir fotos de alguien sin permiso o consentimiento | Nunca | pocas veces | Muchas veces | Adecuado | Indiferente | Inadecuado |
| Insultar o humillar a alguien | Nunca | pocas veces | Muchas veces | Adecuado | Indiferente | Inadecuado |
| Criticar y cotillear sobre alguien | Nunca | pocas veces | Muchas veces | Adecuado | Indiferente | Inadecuado |
| Hacerse pasar por otra persona | Nunca | pocas veces | Muchas veces | Adecuado | Indiferente | Inadecuado |
| Hacer publicidad | Nunca | pocas veces | Muchas veces | Adecuado | Indiferente | Inadecuado |
| Utilizar la red para sacar beneficio económico | Nunca | pocas veces | Muchas veces | Adecuado | Indiferente | Inadecuado |
| Tener dos perfiles en la misma red social | Nunca | pocas veces | Muchas veces | Adecuado | Indiferente | Inadecuado |
| Acceder a la red sin cumplir con la edad permitida | Nunca | pocas veces | Muchas veces | Adecuado | Indiferente | Inadecuado |
| Darle tu contraseña a otra persona | Nunca | pocas veces | Muchas veces | Adecuado | Indiferente | Inadecuado |
| Entrar en la cuenta de otro usuario | Nunca | pocas veces | Muchas veces | Adecuado | Indiferente | Inadecuado |
| Poner a otros usuarios en situaciones comprometidas mediante fotos o comentarios | Nunca | pocas veces | Muchas veces | Adecuado | Indiferente | Inadecuado |