



DIGITALIZACIÓN PARA FAMILIAS: SOBRE EXPOSICIÓN Y SEGURIDAD EN INTERNET



desmotivaciones.es

Esclavitud moderna.

No necesita descripción.



Ciudad Real
AYUNTAMIENTO

Imparte:

Rocío Sánchez
Psicóloga clínica
Orientadora educativa





ÍNDICE

1. POR QUÉ ES UN TEMA GRAVE
2. SOY ADICTO A LAS REDES
3. PELIGROS EN INTERNET
4. RECOMENDACIONES PARA PADRES



¿POR QUÉ ES TAN IMPORTANTE?

- CAMBIOS FÍSICOS: desarrollen obesidad, riesgo cardiovascular, problemas oculares y posturales o trastornos del sueño.
- CAMBIOS PSICOLÓGICOS



Imparte:
Rocío Sánchez
Psicóloga clínica
Orientadora educativa





CAMBIOS PSICOLÓGICOS

- El uso desmedido de las redes sociales ha sido asociado con un incremento en la aparición de **ansiedad, depresión y problemas de autoestima**, sobre todo en los más jóvenes, personas con edades comprendidas entre 16 y 26 años.
- La búsqueda de **estatus digital** (invertir un esfuerzo significativo en la búsqueda de la aprobación de otras personas en el terreno online).
- **Necesidad patológica de pertenencia a un grupo** y de sentirse aceptado:
PRESIÓN DE GRUPO



PRESIÓN DE GRUPO

- Cuando el grupo exige de sus integrantes una uniformidad que adopta diferentes formas: indumentaria, pensamientos, sentimientos, gustos, costumbres, ritos.
- Cuando la presión obliga a renunciar a las ideas y principios propios, se transforma en un proceso negativo porque no favorece el sentimiento de pertenencia y además provoca sensaciones desagradables en algunos de sus integrantes.



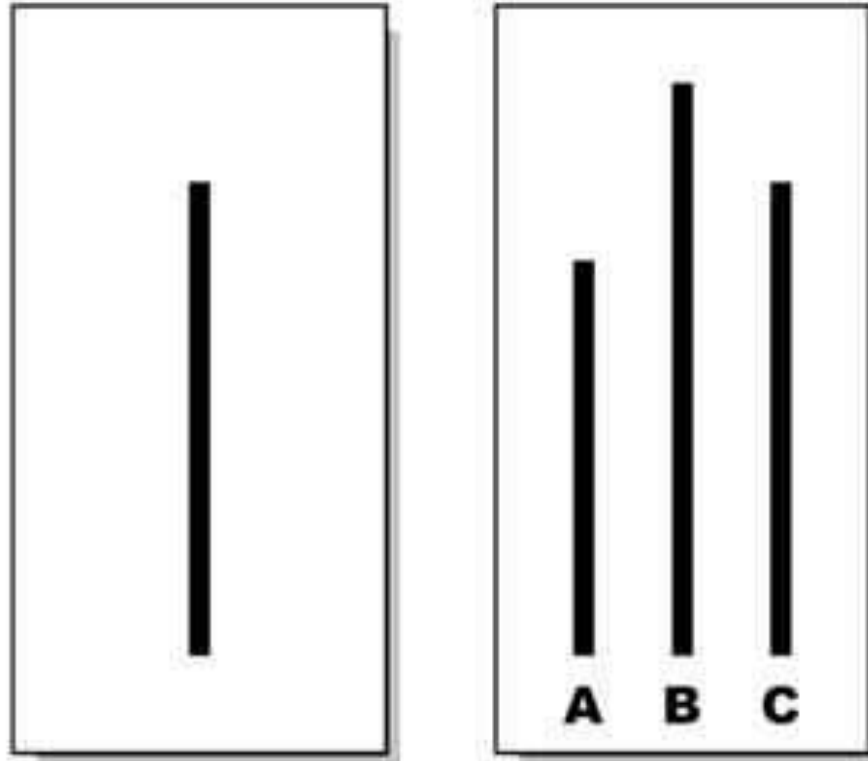
Ciudad Real
ESTADÍSTICA

Imparte:

Rocío Sánchez
Psicóloga Clínica
Orientadora educativa



EXPERIMENTO ASCH





¿SOY ADICTO AL MÓVIL?



Que levante la mano quién..

1. Mira la pantalla del móvil regularmente, incluso cuando no he escuchado ninguna notificación.



Que levante la mano quién...

2. Lleva el móvil siempre encima, incluso cuando está en casa; incluso cuando va al cuarto de baño.



Que levante la mano quién....

3. Puede estar horas y horas con el móvil. Le divierte colgar cosas, cotillear perfiles, comentar...”



Que levante la mano quién...

4. Cuando el móvil tiene la batería baja lo pasa realmente mal. Le genera algo de ansiedad llevar el móvil a menos del 20%



Que levante la mano quién...

5. Puede olvidar en casa un libro o algo importante y no piensa volver pero si lo hace cuando la cosa olvidada es su teléfono móvil.



Que levante la mano quién...

6. Va al cine o algún lugar donde no permiten su uso y no puedo llegar a la puerta de salida final sin revisar las notificaciones recibidas.





¿Es adicción?

- **2 REQUISITOS:**
- Cuando una persona depende de algo para estar tranquilo, y si no lo tiene está altamente ansiosa.
- Si por estar usando el móvil deja de hacer otras actividades como salir a la calle, hacer deberes, ver la televisión, hablar con su familia, DORMIR





ADICCIÓN AL MÓVIL

- **La línea que separa el abuso de la dependencia es pequeña.** "La mayoría de usos problemáticos se caracterizan porque los chicos pasan muchas horas enganchados, pueden enviar entre 400 y 500 mensajes al día, pero ellos no piensan que eso sea ningún problema porque no hacen daño a nadie".
- **Se recomienda a los padres que retrasen lo más posible el acceso de los niños al móvil,** para darles tiempo a que su cerebro madure y adquiera más capacidad crítica



Ciudad Real
ESTRATEGIA 11

Imparte:
Rocío Sánchez
Psicóloga Clínica
Orientadora educativa





RIESGOS INTERNET





NUEVAS TECNOLOGÍAS

A pesar de que a los niños de ahora les llamamos '**nativos de internet**', no nacen sabiendo utilizar estos dispositivos. Los integran en su rutina porque están en todas partes, pero eso no quiere decir que los sepan usar bien.

Por eso, resulta **fundamental** ser conscientes de los peligros que existen.



CIBERACOSO

- También denominado acoso virtual o acoso cibernético, es el uso de redes sociales para acosar a una persona o grupo de personas, mediante ataques personales, divulgación de información confidencial o falsa entre otros medios.



Ciudad Real
17011411000000

Imparte:
Rocío Sánchez
Psicóloga clínica
Orientadora educativa





PORNOGRAFÍA

La facilidad para acceder a la pornografía ha hecho que muchos jóvenes consuman estos contenidos desde edades muy tempranas. Más de la mitad reconoce inspirarse en ellos para sus propias experiencias sexuales.





DATOS pornografía

- ❖ Los **chicos** acceden cuando tienen **entre los 12 y 13 años**, mientras que en el caso de las **chicas** sucede entre los **13 y 14 años**. Lo más preocupante es que un **19,6%** de las jóvenes tiene el primer contacto con el porno **antes de los 12 años**
- ❖ El **45,6%** de los jóvenes que lo consume lo hace con mucha o cierta frecuencia. Es consumida más por los chicos (**53,3%**) que por las chicas (**35,8%**).
- ❖ La **adicción**: Un **16,5%** cree que la consume con mucha frecuencia o a menudo y reconoce que ha intentado reducir o controlar el consumo sin éxito.





SEXTING

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



Datos sobre sexting

- El **38% de los chicos entre 11 y 17 años** han recibido mensajes de móvil con contenido sexual explícito y el 70% conocían al remitente.
- El **90% de las personas que envían sexting, autofotografiándose en poses eróticas o desnudas, son mujeres**



Ciudad Real
ESTRATEGIA 2014

Imparte:

Rocío Sánchez
Psicóloga clínica
Orientadora educativa



¿Dónde han aprendido a posar así?





Teoría

CARA-CULO





GROOMING

Adultos que se hacen pasar por menores en Internet o intentan establecer un contacto con niños y adolescentes que dé pie a una relación de confianza, pasando después al control emocional y, finalmente al chantaje con fines sexuales. Tiene diversos objetivos:

- Producción de imágenes y vídeos con connotación o actividad sexual, destinados al consumo propio de pederastas o a redes de abuso sexual a menores.
- Encuentros en persona con el menor y abuso sexual físico.
- Explotación sexual y prostitución infantil.

Imparte:
Rocío Sánchez
Psicóloga Clínica
Orientadora educativa





SEGURIDAD PARA FAMILIAS





Tabla de tiempo de uso de la tablet según la edad

guiainfantil.com

Edad	Tiempo	Consecuencias
Menos de 2 años	Nunca	Retraso en la capacidad de aprendizaje
De 2 a 5 años	30 minutos	Dificultad de controlar sentimientos
De 5 a 12 años	60 minutos	Sedentarismo y obesidad
Más de 12 años	2 horas	Bajo rendimiento escolar y habilidad social





QUE HACER

1. FAVORECE EL USO RESPONSABLE

- Es recomendable que el ordenador se use en una habitación común.
- Debemos conocer las contraseñas de todos los dispositivos y redes sociales de nuestros hijos, si bien no debemos invadir su privacidad a no ser que lo consideremos necesario.



Imparte:
Rocío Sánchez
Psicóloga Clínica
Orientadora educativa

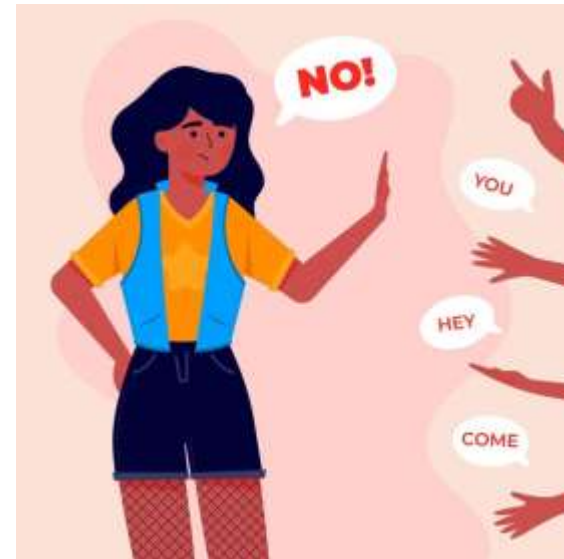




2. ESTABLECER LÍMITES

Limitar el tiempo de uso

CONTRATO FAMILIAR





3. PARTICIPA ACTIVAMENTE.

Mientras sean pequeños es importante jugar con ellos. Jugar a los videojuegos con tus hijos es una oportunidad para integrarte más en su mundo, conocerlo y conseguir que ellos sientan que les dedicas tiempo y así generar un mejor vínculo paterno/materno filial.

4. EVITA RIESGOS, CONTROL PARENTAL



Imparte:
Rocío Sánchez
Psicóloga Clínica
Orientadora educativa





HERRAMIENTAS SEGURIDAD DIGITAL

- **YOUTUBE KIDS**

Posibilita navegar por vídeos de entretenimiento o música según las franjas de edad. Además, todos los contenidos están auditados por un equipo de expertos y profesores. Cuenta también con controles parentales como temporizador o gestión de los contenidos.

- **FAMILY LINK**

Esta herramienta permite a los padres gestionar la cuenta de Google y los dispositivos Android con el fin de gestionar las aplicaciones que se descargan los niños, controlar el tiempo que pasan navegando y limitarlo y poder estar pendiente del mismo modo de los hábitos de navegación de los hijos, estableciendo unas reglas básicas para ellos. En definitiva, ayuda a estar más encima de los niños.



HERRAMIENTAS SEGURIDAD DIGITAL

Esta semana cambiaremos todos los días la contraseña del Wifi.

Para conseguir la de hoy.
Tienes que:

- Limpiar tu habitación
- Lavar los platos
- Tirar la basura



5. MANTENTE INFORMADO

LO MÁS PELIGROSO: LOS RETOS

El abecedario del diablo o abecedario chino. Consiste en que un niño rasca el dorso de la mano a otro mientras este recita las letras del abecedario de la A a la Z y dice una palabra que comienza con cada letra. A cada palabra la ‘rascada’ es mas fuerte, acabando la mayoría de las veces con heridas graves que dejan marcas y cicatrices para toda la vida.



ACTUALMENTE

- **La ballena azul:** hacerse cortes. La última misión de este juego es el suicidio.
- **Balconing:** se trata de lanzarse a una piscina desde un balcón o terraza. Arriesgando la integridad física e incluso la vida por superar a otros. Cada año se contabiliza alguna muerte a causa de este reto.
- **Tide Pod Challenge.** Consiste en comer, cocinar o morder cápsulas de detergente como si fueran dulces.



- **El juego de la muerte.** Consiste en asfixiar a otra persona hasta que esta cae inconsciente, grabarlo en video y subirlo a redes sociales. Es uno de los retos virales de moda entre los adolescentes.
- **Vodka en el ojo.** Consiste en verter vodka dentro del ojo por la creencia de que el alcohol llega antes al torrente sanguíneo a través de las venas oculares. El objetivo es embriagarse lo más rápido posible.

RETOS



Ciudad Real
17071411000000

Imparte:
Rocío Sánchez
Psicóloga Clínica
Orientadora educativa





EMPAREJAR

❖ CONOCE SU JERGA



**NO RESPONDER A LOS MENSAJES
ENVIADOS POR REDES**

EL CHICO/A QUE ME ENCANTA

BUENORRO/A

DESNULATE

ME PARTO EL CULO

QUITATE LOS PANTALONES

**AVERIGUAR INFORMACIÓN DE UNA
PERSONA POR LAS REDES SOCIALES**

REÍRSE DE FORMA EXAGERADA

HACER DE CELESTINA

ANTIGUO, MAYOR DE 30

MARIHUANA

ENVIAR UNA FOTO ÍNTIMA

**EMPAREJAR DOS AMIGOS CON
DOS AMIGAS**

PERSONA QUE NO HA DADO SU
PRIMER BESO

MANDAR UN MENSAJE PRIVADO



5. INFORMALES DE UN MODO INDIRECTO

Películas

Series

Documentales





LISTADO PELICULAS

- Ralph rompe Internet
- La red social
- Modo avión
- Mujeres, hombres y niños (no recomendada para menores de 16 años)
- Desconexión
- El círculo
- Nerve (no recomendada para menores de 16 años)
- Acoso en la red social (no recomendada para menores de 14 años)
- El gran hackeo
- A girl like her
- Cyberbully (acoso en la red social)
- Puedes confiar en mi (grooming)
- Eliminado (no recomendada para menores de 16 años)
- Amigas hasta la muerte



LISTA DOCUMENTALES

- El dilema de las redes sociales
- Catfish
- ¿Por qué no estoy en Facebook?
- The creepy line
- El dilema de las redes sociales
- Nada es privado



¿Y USTED
CÓMO HACE
PARA QUE EL SUYO
LEA?



**Tu teléfono celular
ya ha reemplazado
a tu reloj, cámara,
calendario y
despertador. No
dejes que reemplace
a tu familia.**





GRACIAS

