



CIUTADANIA 3.0.
EDUCAR PER A L'ÚS ÈTIC I RESPONSABLE
DE LES XARXES SOCIALS

Autora:

Luz Martínez Ten.

Secretària de Dona i Polítiques Socials de la Federació d'Empleades i Empleats dels Serveis Públics de la Unió General de Treballadors d'Espanya (FeSP-UGT).

Disseny d'il·lustracions:

Mauricio Maggiorini Tecco.

Traducció al valencià:

Lola Cayuela Barber.

Secretària de Cultura de la FeSP-UGT del País Valencià.

Coordinació tècnica:

Amparo Francés Civera.

Institut Sindical de Cooperació per al Desenvolupament del País Valencià (ISCOD-PV).

Agost 2018.



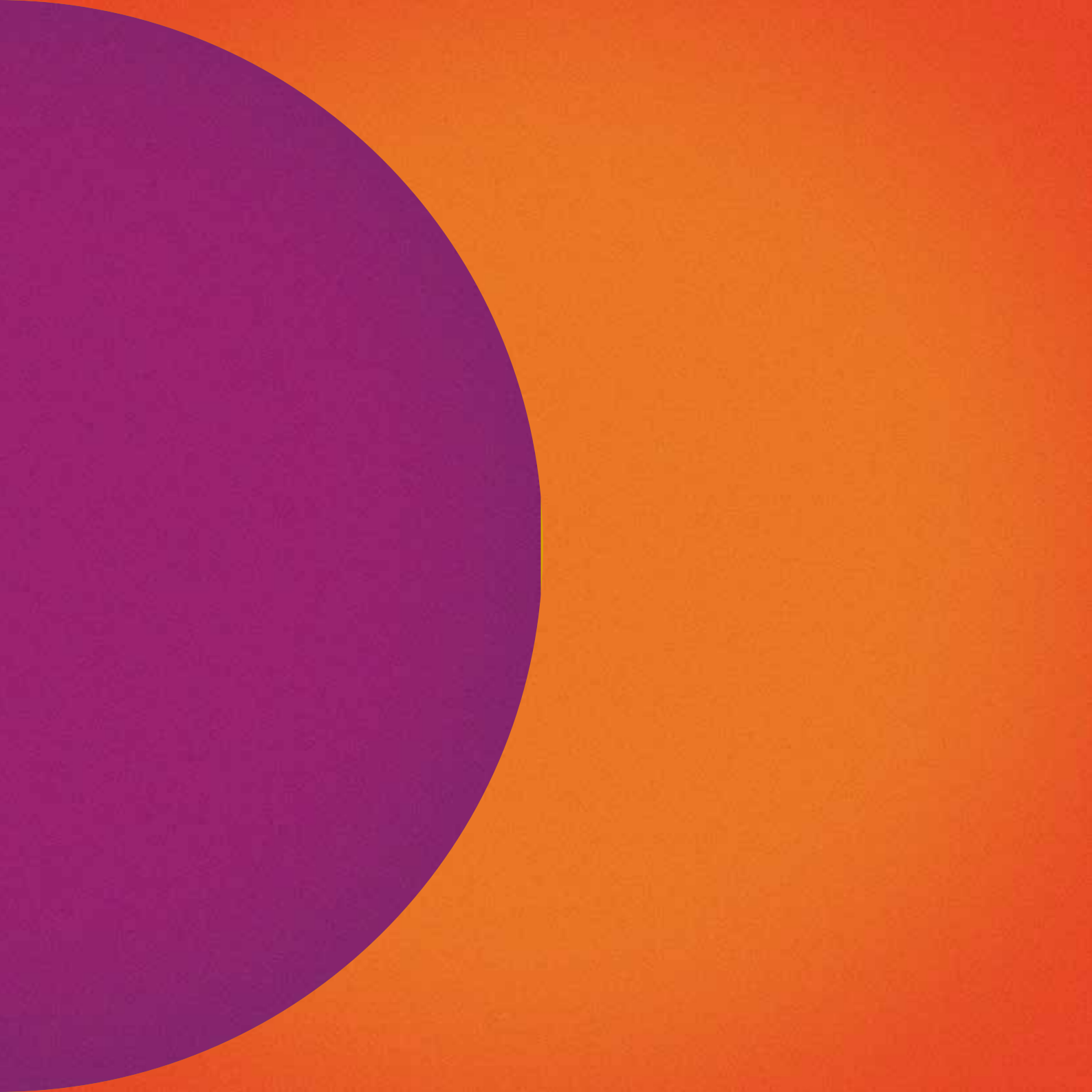
CIUTADANIA 3. 0.
EDUCAR PER A L'ÚS ÈTIC I RESPONSABLE
DE LES XARXES SOCIALS

Així, les xarxes socials s'han convertit en una gran plaça pública, on totes i tots estem preocupats per a participar en la defensa dels Drets Humans, evitant la propagació del discurs de l'odi i els radicalismes.*

* Erlichman, Leonel. Sobreexposició Personal en la Xarxa: Quan compartim massa informació personal en Internet (Spanish Edition) (Posició en Kindle 657-668). Edició de Kindle.

Índex

PRESENTACIÓ	7
1 IDENTITAT VIRTUAL / IDENTITAT PRESENCIAL. ENSENYAR A CONSTRUIR IDENTITATS SEGURES EN LES XARXES SOCIALS	9
2 COMUNICACIÓ EN LES XARXES SOCIALS. APRENDRE A LLEGIR LES EMOCIONS EN L'ESPAI VIRTUAL	15
3 ESPAI PRIVAT/ESPAI PÚBLIC EN LES XARXES SOCIALS. APRENDRE A LLEGIR ELS SENYALS I PREVINDRE EL PERILL	22
4 LA CONSTRUCCIÓ DE L'AUTOESTIMA EN LES XARXES SOCIALS.	30
5 LA CONSTRUCCIÓ DELS DISCURSOS D'ODI- IDENTITATS RADICALS.	36
6 CONSTRUIR UNA SOCIETAT VIRTUAL DEMOCRÀTICA. LA TOLERÀNCIA DE LA DIVERSITAT I LA INTOLERÀNCIA CONTRA ELS DISCURSOS DE L'ODI COM A BASE DE LA DEMOCRÀCIA	42
7 ELS DRETS HUMANS EN L'ERA D'INTERNET	48



La realitat de l'alumnat ha canviat radicalment amb l'arribada d'Internet. Les noves generacions transiten pels dos mons, presencial i virtual, com si no existiren barreres entre ambdues. Tenen una enorme capacitat per a la utilització dels recursos que els ofereix la tecnologia i d'aprenentatge continu en el seu maneig. No obstant això, encara que el coneixement tècnic és important, no és prou per al desenvolupament d'una identitat segura que els permeti habitar estos dos mons de forma coherent, ètica i responsable.

Els estudis ens mostren com l'espai de les xarxes és un escenari que pot ajudar a desenvolupar la personalitat de l'alumnat. No sols són una font d'informació il·limitada, també són un univers d'autodesenvolupament i autodescobriment que permeten poder connectar-se a altres grups socials, poder expressar opinions d'allò més variades i el més important poder trobar un sentit de pertinença i reforç de la identitat pròpia.

Les noves tecnologies i les xarxes socials poden ser una eina que potencie al màxim les conductes prosocials, donant obertura i coneixement de mirades, vides i situacions diferents de la pròpia, no accessibles des del context natural. Però per a poder utilitzar esta bona eina, la persona ha de tindre primer les instruccions de com utilitzar-la, ha de responsabilitzar-se de les seues accions sent conscient del que provoca en les altres persones i ha de ser capaç de poder fer un filtrat i reflexió crítica del contingut que li arribe.

Cal recordar que quan l'ésser humà aprén i es desenvolupa en el medi "natural" (és a dir, fora de les xarxes socials) ho fa sota l'atenta mirada dels altres. La resposta del mitjà permet a l'ésser humà connectar amb el que les seues accions provoquen en la resta, permet poder empatitzar al veure el patiment humà, sentir culpa i vergonya o orgull i alegria, i poder anar construint, a través de l'aprenentatge, un discurs crític del que passa al seu voltant.

El repte amb què ens trobem és que el nostre alumnat té accés a esta eina sense una formació adequada que li permeta actuar d'acord amb un codi de conducta ètic que li guie en l'ús de les xarxes.

Amb esta guia intentarem abordar, de forma didàctica, propostes per a educar en l'ús responsable i ètic de les xarxes socials.

La guia del professorat complementa la realitzada per a l'alumnat, on presentem set temes per a reflexionar de forma individual i col·lectiva, per la qual cosa és important utilitzar els dos recursos de forma conjunta.



PRESENTACIÓ

En cada capítol d'esta guia trobareu:

- Objectius formatius.
- Continguts formatius.
- Apunts que completen els continguts de la guia de l'alumnat per a desenvolupar en classe.
- Algunes qüestions sobre les quals podem debatre en classe.
- Proposta d'activitat grupal.

IDENTITAT VIRTUAL / IDENTITAT PRESENCIAL. Ensenyar a construir identitats segures en les xarxes socials

OBJECTIUS FORMATIUS

- Prendre consciència de la importància de construir una identitat virtual segura i coherent amb la identitat real.
- Construir un perfil social en les xarxes que els represente d'acord amb les seues idees, valors, experiències.
- Reflexionar sobre les conseqüències que deixa el rastre de l'empremta digital en el currículum vital, formatiu i professional.

CONTINGUTS FORMATIUS

- La importància de les identitats segures.
- Les identitats en la xarxa.
- Identitat presencial i identitat virtual.
- Confiança i coherència en la construcció d'identitats.
- empremta digital.

APUNTS

És indiscutible que les noves tecnologies donen llibertat al nostre alumnat. Llibertat de veure i escoltar el que vulguen, llibertat de dir el que pensen, llibertat de sentir, llibertat de demanar el que volen, llibertat d'experimentar i, potser el més controvertit per al i l'adolescent, llibertat d'arriscar-se. Però són conscients de la responsabilitat que comporta esta llibertat? estan preparats per a construir una identitat segura que actue en conseqüència amb valors ètics i responsables? saben qui són en les xarxes?

És important recordar que l'alumnat de secundària i batxiller es troba en el procés de l'adolescència, una etapa en què, una vegada superada la infància, entren en la recerca, determinada pel procés d'evolució del desenvolupament cognitiu i corporal, de la seua pròpia identitat i diferenciació de les altres persones. Canvia el cos, però també canvia la capacitat de pensar, aconseguint un nivell d'abstracció que li permet generar un pensament independent, des del qual construir una personalitat en què encaixen els seus desitjos i aspiracions.

Des del punt de vista evolutiu sabem que adquireixen categories de pensament més complexes que li permeten indagar, deduir conclusions, generalitzar aprenentatges i formular noves estratègies i hipòtesi. És el moment de les grans preguntes metafísiques, totes elles encaminades a respondre qui sóc jo? que equival a la construcció de la identitat que em farà una persona única i diferent.

La construcció d'identitats segures i definides, amb sentit de pertinença a la societat, li ajudarà a establir relacions íntimes, així com projectes vitals i socials amb que sentir-se realitzats al llarg de les seues vides.

Les i els adolescents, com a conseqüència de la separació de l'autoritat adulta, viuen, d'una banda, la sensació de llibertat i omnipotència que es concreta en la presa de decisions. Però, d'altra banda, la sensació de confusió i soledat que els porta a la recerca de la relació amb els seus pares, en la que hi esperen trobar l'acceptació incondicional, la seguretat, l'espai per a assajar la seua autonomia i independència, així com el diàleg per a construir una forma de ser en el món.

Internet amplia les possibilitats que es relacionen amb persones molt diverses, si saben triar, d'entre les múltiples formes d'estar junts, aquelles que poden ser més còmodes, més creatives, més productives, més diverses, més lliures (sense límits geogràfics), més potents, flexibles, duradores, afectives, interessants¹. Però com afirma Danah Boyd, especialitzada en adolescents, la identitat que es projecta en eixa etapa en Internet, no reemplaça el món social², i inclús a pesar de les múltiples connexions electròniques que estableixen i, encara que poguera semblar paradoxal, molts joves de hui es troben aïllats³.

El sociòleg nord-americà Michael Gurian menciona les quatre recerques que tota persona jove realitza en el seu procés per a arribar a la vida adulta, encara que nosaltres agregaríem que estes són les recerques que ens porta tota una vida aconseguir⁴:

1 Reig Hernández, Dolors; Socionomia: Vas a perdre't la revolució social? (Spanish Edition) Grup Planeta. Edició de Kindle.

2 Ídem.

3 Gardner, Howard; Davis, Katie. La generació APP: Com els joves gestionen la seua identitat, la seua privacitat i la seua imaginació en el món digital (Spanish Edition) (Posició en Kindle 638-645). Grup Planeta. Edició de Kindle.

4 Bulnes, Mónica; Generación App: Entender y formar a los adolescentes en la era digital (Spanish Edition) Grupo Planeta - Argentina. Edición de Kindle.

■ Recerca d'identitat	▶ Qui és
■ Recerca d'autonomia	▶ Ser adult
■ Recerca de la moralitat	▶ Valors guia
■ Recerca de la intimitat	▶ Amar

En este context de recerca, les xarxes socials són enormement atractives per a les xiques i els xics, tant per la seua capacitat per a experimentar, com per a participar o comunicar-se. Però sobretot perquè creen vincles amb altres xics i xiques amb què poden indagar, de forma lliure, com volen ser i com volen relacionar-se. És a dir, poden recrear la representació de la identitat.

Ara bé, és real la identitat que es crea en les xarxes? Podem distingir dos nivells de construcció. D'una banda, la identitat virtual escènica que permet una posada en escena d'imatges on s'estudia com donar una bona impressió als altres i té com a objectiu aconseguir una gran quantitat de "m'agrada", un reforç constant d'acceptació. Esta identitat que funciona com a aparador virtual (Livingstone, 2008) implica l'estilització de les imatges i els textos que es creen, compartint només aquells que permeten obtindre l'afalac públic i guanyar popularitat⁵.

I, d'altra banda, la identitat reflexiva que concep el jo com un procés reflexiu, continu i generalitzat. L'objectiu de l'acció reflexiva és obtindre control i comprensió sobre les activitats pròpies i alienes, així com la creació d'una confiança que permeta constituir el propi jo ⁶. Este exercici, necessari tant en la identitat presencial com la virtual, ajuda a prendre consciència del que fem i per què ho fem, teixint una crònica discursiva que podem comunicar de forma coherent en la identificació de la nostra identitat, i per extensió en l'historial de les xarxes socials.

11

QÜESTIONS PER A DEBATRE

Què és la identitat? evoluciona al llarg dels anys?

La identitat és el que ens identifica i ens diferencia de les altres persones. També el que ens limita i ens concretitza. És el resultat del procés evolutiu que comença quan naixem. Al llarg dels anys anem donant forma al que ens identifica. Però és en l'adolescència quan es produeix un bot important en la presa de consciència de qui som, reconeixent-nos persones úniques, diferenciades dels altres.

⁵ Jiménez, Estefanía; Garmendía, Maialen; Casado, Miguel Ángel; Entres selfies i whatsapps: Oportunitats i riscos per a la infància i l'adolescència connectada (Comunicació núm. 500464) (Spanish Edition) (Posició en Kindle 1833-1836). Gedisa Editorial. Edició de Kindle.

⁶ *Ibidem*.

Per què és important que els i les alumnes es prenguen el seu temps per a pensar qui són i què és el que fan?

La importància radica en que la definició d'una o un mateix és un procés molt complex que requereix integrar factors cognitius, emocionals i relacionals que han anat evolucionat al llarg de la història de cada individu. La consciència de la nostra identitat requereix:

1. El sentit de continuïtat, és a dir que ens reconeguem en el pas del temps.
2. La diferenciació dels altres, perquè cada un i cada una som únics.
1. La coherència entre qui parla i qui eres. És a dir, posseir un discurs propi, fruit del coneixement sobre un o una mateixa⁷.

Poden les xarxes distorsionar la construcció de la seua identitat?

Les xarxes poden proporcionar-los experiències molt positives per a assajar i pensar sobre qui són, però si no les utilitzen de forma coherent poden perdre's en l'intent de transmetre una imatge desitjable que estiga molt allunyada dels que són en realitat. Per això, és important tindre temps de silenci que els ajuden a prestar atenció a la vida interior, als conflictes, a les dificultats personals i a la planificació del seu projecte vital. En definitiva, a posar orde entre les seues emocions i els seus pensaments.

Existeix tant d'anonimat en les xarxes?

No. Els estudis mostren que la majoria de la gent jove accedeix a la xarxa amb la seua pròpia identitat. És important recordar que inclús des de l'anonimat, hi ha una empremta digital que deixa un rastre molt difícil d'esborrar i que dóna continuïtat entre el que són hui i el dia de demà.

Com poden acoblar la seua identitat virtual i presencial de forma coherent?

La primera cosa que hauran de pensar és que, tal com explica Erik Erikson, per a tindre una identitat sana és important combinar un jo multifacètic, però al mateix temps cohesionat, que resulta satisfactori per a un mateix, i que és recognoscible per a les persones que ens rodegen. Així, la recepta és senzilla... han d'intentar que hi haja una continuïtat entre el seu perfil virtual i el seu perfil presencial, basada en la sinceritat i en les seues pròpies vivències.

⁷ López Fuentetaja, Ana María; Castro Masó, Ángeles. Adolescència (Aliança Assaig) (Spanish Edition) (Pàgina 33). Alianza Editorial. Edició de Kindle.



PER A REFLEXIONAR

Segurament moltes vegades t'has parat a pensar com vols mostrar-te en les xarxes socials. Sona com un experiment, però no ho és, és la vida actual, on el físic i el digital conviuen en un mateix espai de realitat. Els estudis ens mostren que l'anonimat en Internet comença a ser una cosa residual. El normal és que tingues un perfil en unes quantes xarxes socials, on mostres les teues opinions, experiències, participes o et relaciones. Totes estes activitats donen forma al nostre perfil públic. I és important saber gestionar-ho, perquè destruir una identitat digital és moltíssim més complicat que construir-la.

En la coneguda «Finestra de Johari», Joseph Luft i Harry Ingham pretenen il·lustrar el procés d'interacció humana. La seua teoria de comunicació té quatre àrees⁸:

JO OBERT

El que conec de mi i altres coneixen de mi, les idees que manifeste, les activitats obertes i conscients, els sentiments que comuniqui, els projectes que tothom sap, les qualitats i els defectes que exterioritze.

JO CEC

El que no conec de mi i altres sí coneixen, mecanismes incontrolats de la nostra personalitat que la resta descobreix en mi. Algunes facetes de la nostra personalitat i estil de comunicació: pors, manies, limitacions

JO OCULT

El que conec de mi i altres no coneixen: sentiments amagats, secrets.

JO DESCONEGUT

El que no conec de mi i altres no coneixen tampoc, mecanismes de defensa i motivacions inconscients. Aspiracions, desitjos, repressions. Actes inconscients

13



OBJECTIUS:

- Prendre consciència de la importància de construir un perfil virtual coherent i veraç.
- Reflexionar sobre quina part de la nostra identitat volem mostrar en públic i quina part volem reservar per a la nostra intimitat.
- Reflexionar sobre com ens perceben altres persones en les xarxes socials.

⁸ Fritzen, S.J. (1997): La finestra de Johari. Sal Terrae. Santander.



METODOLOGIA: Individual.



MATERIALS: Paper i llapis/bolígraf.



TEMPS: Mitja hora de treball individual i mitja hora per al treball en plenari (Preguntes per a la reflexió)



INSTRUCCIONS:

De forma individual dibuixar una diana amb cercles concèntrics. En el centre escriure quatre paraules que descriguen el teu jo ocult/com et defineixes. En el següent cercle escriu quatre paraules amb la identitat que mostres en les xarxes (el teu 'jo obert') i en el cercle més allunyat, escriu, amb quatre paraules, com creus que et perceben les altres persones en les xarxes.

14



PREGUNTES PER A LA REFLEXIÓ:

- ¿Com vols que t'identifiquen?
- Quina és la impressió que desitges donar?
- Quin objectiu té la teua identitat digital?
- Què vols que coneguen de tu?
- Com et veuràs d'ací a uns anys?
- Quina idea o idees transmetes en les xarxes socials?

COMUNICACIÓ EN LES XARXES SOCIALS. Aprendre a llegir les emocions en l'espai virtual

OBJECTIUS FORMATIUS

- Comprendre les possibilitats de comunicació que ens ofereixen les xarxes socials.
- Ser conscients que els missatges que llancem a la xarxa tenen conseqüències emocionals en les persones que els reben.
- Aprendre els elements que componen la comunicació virtual.
- Aprendre a llegir les emocions a través de la pantalla.
- Comprendre com a través dels missatges podem crear discursos d'opinió que poden afectar a col·lectius i persones.

CONTINGUTS FORMATIUS

- Elements de la comunicació virtual.
- Emissors i receptors dels missatges en la xarxa.
- Conseqüències dels missatges que s'emeten.
- Missatges i línies d'opinió en les xarxes.

APUNTS

Les xarxes ens han obert la possibilitat d'establir infinitat de vies de comunicació, travessant fronteres espacials i temporals. Moltes vegades els missatges que emetem arriben a persones a qui no veurem mai o que ni tan sols serem conscients de la seua existència. Quan els missatges emesos estan dirigits a col·lectius concrets amb la intenció d'insultar o denigrar, funcionen com un altaveu, creant corrents d'opinió i falses creences que accentuen els estereotips i prejuís, que es poden transformar en discursos d'odi.

A pesar de les mesures que els servidors estan adoptant per a curtcircuitar els discursos d'odi, sabem que la millor eina per a evitar la seua propagació és l'educació en un ús responsable de les xarxes. Per això, és important ensenyar als i les alumnes a actuar des de l'escolta, posant-se en compte de les persones que hi ha darrere de les pantalles i comprenent la importància que té que defenguem el dret a la dignitat i la justícia per a tots els éssers humans, sense exclusió per raons de sexe, identitat o orientació sexual, ètnia, nacionalitat, capacitat, creences o qualsevol altra condició.

El problema que trobem és que, així com en la comunicació presencial hi ha elements no verbals que ens ajuden a comprendre l'efecte que té el missatge que emetem en l'interlocutor, generant una resposta empàtica, en la comunicació virtual és més difícil identificar les conseqüències de les nostres accions.

No obstant això, el fet de que no hi haja senyals visuals (no podem veure els gestos facials o corporals dels interlocutors que reben el missatge) no implica que no podem predir i interpretar les reaccions que estos poden arribar a produir. Els últims estudis sobre les neurones empàtiques assenyalen que podem anticipar de forma imaginària la resposta. Per tant, podem, a través de la reflexió i l'anàlisi de casos, ensenyar a l'alumnat a que es comuniquen tenint en compte les emocions de les persones que reben els missatges.

Per a abordar el concepte de comunicació en les xarxes, en primer lloc, ho definirem com el procés per mitjà del qual transmetem i intercanviem idees, informació, coneixements, etc. Diferenciem entre informació, quan ens referim exclusivament al contingut (conjunt d'idees, dades, coneixements...) i comunicació, quan ens referim al procés de transmissió o transferència d'eixa informació.

Els elements que intervenen en qualsevol procés de comunicació són:

- El **missatge** és el contingut de la informació: el conjunt d'idees, sentiments o coneixements.
- La **persona emissora**: és qui codifica i envia el missatge.
- La **persona receptora**: és qui rep, desxifra i interpreta el missatge.
- El **codi**: és el conjunt de regles pròpies de cada sistema de signes i símbols que l'emissor utilitza, conegudes tant per l'emissor com pel receptor per a comunicar-se.
- El **canal**: és el mitjà pel qual es transmet el missatge, en este cas les xarxes.
- El **context**: és la situació en què s'emet el missatge. És el moment i el lloc en què es realitza el procés de la comunicació.
- La interferència o **barrera**: és qualsevol perturbació experimentada pel senyal en el procés de la comunicació que en les xarxes poden ser múltiples.

- La **retroalimentació** (missatge de retorn): és la condició necessària per a la interactivitat del procés comunicatiu, la retroalimentació possibilita la interacció entre la persona emissora i receptora. És l'element del procés de la comunicació que ens permet saber si la comunicació es va aconseguir efectivament. En la comunicació virtual, pot produir-se que no existisca una resposta per part dels interlocutors, però això no vol dir que no hi haja hagut un contacte i no resposta, sinó que no tenim constància.

En segon lloc, plantejarem la importància de desenvolupar una identitat pròpia i natural que busque l'acceptació i desenvolupe sentit de pertinença grupal i social. La participació en les xarxes socials s'ha de basar en el desenvolupament d'una actitud empàtica i tolerant que tendisca a recrear climes de diàleg i respecte a la diversitat i de resolucions negociades⁹. Pel que és necessari desenvolupar la nostra capacitat emocional. L'aprenentatge d'estes capacitats es denomina "Competències emocionals" que es resumeixen en la capacitat per a prendre consciència de les pròpies emocions i de les emocions dels altres, incloent-hi l'habilitat per a captar el clima emocional d'un context determinat. Dins d'este bloc es poden especificar una sèrie d'aspectes com els següents:

Prendre consciència de les pròpies emocions. És la capacitat per a percebre amb precisió els propis sentiments i emocions, identificar-los i etiquetar-los. Contempla la possibilitat d'experimentar emocions múltiples i de reconèixer la incapacitat de prendre consciència dels propis sentiments degut a inatenció selectiva o dinàmiques inconscients.

Donar nom a les emocions. És l'eficàcia en l'ús del vocabulari emocional adequat i utilitzar les expressions disponibles en un context cultural determinat per a designar els fenòmens emocionals.

Comprendre les emocions dels altres. És la capacitat per a percebre amb precisió les emocions i sentiments de les altres persones i d'implicar-se empàticament en les seues vivències emocionals. Inclou la perícia de servir-se de les claus situacionals i expressives (comunicació verbal i no verbal) que tenen un cert grau de consens cultural per al significat **emocional**.

Prendre consciència de la interacció entre emoció, cognició i comportament. Els estats emocionals incideixen en el comportament i estos en l'emoció; ambdós poden regular-se per la cognició (raonament, consciència). Emoció, cognició i comportament estan en interacció contínua, de tal forma que resulta difícil discernir què és primer. Moltes vegades pensem i ens comportem en funció de l'estat emocional¹⁰.

9 Monereo Font, Carles; Tirado Serrano, Francisco Javier; Vayreda Duran, Agnès; Badia Garganté, Antoni; Fuentes Agustí, Marta; Domènech Argemí, Miquel; ESCOFET I ROIG, ANNA; Rodríguez Illera, José Luis. Internet i competències bàsiques. Aprendre a col·laborar, a comunicar-se, a participar, a aprendre (GRAO - CASTELLANO).

10 Alzina, Rafael Bisquerra. Psicopedagogia de les emocions (Educar; instruir) (Spanish Edition) (Pàgina 148). Síntesi. Edició de Kindle. Síntesi. Edició de Kindle.

QÜESTIONS PER A DEBATRE

Com poden els i les joves exercitar una comunicació empàtica en les xarxes?

Per a comunicar-se en les xarxes des d'un plantejament empàtic és important fer un exercici de visibilització de la persona o persones que rebran els nostres missatges. Encara que no podem veure els seus rostres, podem "imaginar" la seua resposta posant-nos en el seu lloc.

Les conductes agressives, són semblants en les xarxes i en el món presencial?

En general, quan preguntem a algú que insulta o agredeix a través de les xarxes si emetria eixe missatge amb l'altra persona si estiguera físicament davant, contesta que no ho faria. És a dir, la falta de contacte visual i físic desinhibeix la resposta, que pot ser igual de danyosa o més, que si la rebérem en el carrer.

Per què es donen més conductes agressives en les xarxes?

Per falta de contacte emocional. Al no percebre la resposta gestual de l'altra persona davant de l'agressió, el dany sembla innocu. Per això és important educar en la comunicació empàtica. Si ensenyem a reconèixer les emocions darrere de les pantalles, podran percebre intuïtivament com es troba la persona que llig els seus missatges o opinions i per què es troben així, permetent-los relacions més satisfactòries, eficients justes i solidàries.

És possible aprendre a comunicar-se de forma responsable en les xarxes?

La comunicació en les xarxes socials a penes té unes dècades d'existència, però ja són un mitjà de comunicació personal i col·lectiva molt important. Cal que aprenguem a comunicar-nos de forma responsable considerant l'impacte emocional dels nostres missatges i opinions, emetent-los des del respecte i amb una actitud crítica davant de la intolerància.

Quines regles s'han de complir per a mantindre una comunicació sana en les xarxes?

- Compartir opinions, experiències i coneixements, sent conscient que hi és un fòrum obert. La imatge d'estar en la plaça del centre d'una ciutat, els proporcionarà la dimensió de l'abast que poden tindre els seus missatges, imatges, etc.
- Les xarxes i les TIC no s'haurien d'utilitzar mai per a fer mal a altres persones.

- Recordar que els missatges els reben altres persones. Encara que no veges les seues cares o escoltes les seues opinions, els vostres comentaris i accions hi poden provocar emocions positives o negatives.
- Triar la vostra identitat virtual de forma honesta, la credibilitat i la confiança en la xarxa és un valor.
- Establir una comunicació basada en el respecte i el reconeixement de la diversitat d'opinions i creences.



PER A REFLEXIONAR

L'empatia és la capacitat que tenen els éssers humans de percebre i entendre les necessitats i els sentiments d'una altra persona. Una persona empàtica ha desenvolupat capacitats, habilitats i eines que li permeten connectar-se o posar-se en el lloc de l'altra persona i per això, respon entenent les seues emocions i necessitats. Això facilita la comprensió mútua i fomenta una comunicació més respectuosa i assertiva. No significa assumir el rol de l'altre, sinó comprendre com pensa, què sent i per què actua d'una determinada manera.



OBJECTIUS:

- Prendre consciència de com els nostres missatges i opinions en les xarxes tenen efectes en els altres
- Aprendre a llegir les emocions a través de la pantalla.



METODOLOGIA: Per parelles.



MATERIALS: Una cartolina per parella/ Tisores.



TEMPS: 50 minuts.



INSTRUCCIONS:

Dividim a la classe en parelles. Repartim una cartolina i unes tisores. Han de retallar la cartolina deixant només el bord, de manera que simulen la pantalla d'un ordinador.

Cada membre de la parella escriurà en un foli tres juís positius i tres negatius.

De forma alterna, subjectaran la cartolina simulant ser qui escriu les opinions i qui les rep. S'emetrán les opinions negatives i positives, en veu alta, de forma convincent, observant el rostre de l'interlocutor. La persona que escolta les opinions no pot emetre cap juí ni so.

Ens seiem en cercle i expliquem què hem percebut.



PREGUNTES PER A LA REFLEXIÓ:

- Com t'has sentit al rebre els juís negatius? i al rebre els positius?
- Podries descriure el que has sentit?
- Et sentiries de la mateixa manera si no veres el rostre de la persona que està emetent les opinions?
- Emetries les mateixes opinions si no tingueres el teu company o companya davant?
- T'ha ajudat este exercici a pensar com et relaciones en la xarxa?

ESPAI PRIVAT/ESPAI PÚBLIC EN LES XARXES SOCIALS

Aprendre a llegir els senyals i previndre el perill

OBJECTIUS FORMATIUS

- Ser conscients que la privacitat i intimitat no estan segures quan s'exposa en Internet o en les xarxes.
- Aprendre a utilitzar la informació privada amb precaució.
- Reflexionar sobre el dany que es pot causar quan s'exposa o difon informació privada d'altres persones.
- Aprendre a actuar de forma cívica en les xarxes socials.
- Reconèixer els senyals de perill.
- Establir relacions segures amb persones o entitats desconegudes en la xarxa.

CONTINGUTS FORMATIUS

- Espai privat/espai públic en la xarxa.
- Què exposem en les xarxes.
- Ciberbullying.

Relacions amb estranys: Caputxeta i el llop en les xarxes.

APUNTS

En el món presencial la diferència entre què és privat i què és públic és molt fàcil, la marquen les parets. En el món virtual no hi ha parets i, tenint en compte que per als i les joves les noves tecnologies estan tan fusionades al seu dia a dia (quasi sembla que si no penges les fotos de festa significa que no has estat de festa), què

és privat i què és públic?¹¹. El fet que els i les alumnes coneguen les eines tècniques per a manejar Internet i les xarxes no equival a saber com conduir-se, ni les conseqüències que té exposar la seua privacitat a un entorn molt propici a la difusió de la informació. Inclús en les xarxes amb un grup reduït d'amistats, aquells elements que es comparteixen, es poden replicar amb facilitat, arribant a espais més oberts. Per exemple, quan comparteixen una fotografia presa en un moment informal. És important que compreguen que este senzill gest, pot reproduir-se arribant a espais que no controlen. Fins al punt que, anys després, en la recerca d'una ocupació, tota la informació que s'ha pujat pot arribar a les mans de l'empresa a què es desitja accedir i que tindrà una informació que, tal vegada, no es vulga mostrar.

Els i les joves consideren que quan mantenen una conversació o intercanvien informació en xarxes socials a les quals només tenen accés les seues amistats, no hi ha perill de filtracions. El grau de confiança que estableixen a través del teclat de l'ordinador o el mòbil, els dóna una falsa seguretat d'intimitat que no és completament real. Inclús, poden arribar a revelar informacions íntimes que no comptarien en una conversació en persona. Com que queda escrita, esta informació pot difondre's amb facilitat. Encara que trien un perfil privat, no es protegeix la intimitat de forma segura, ja que el que pengen pot ser distribuït per les persones que tinguen accés al seu perfil.

De la mateixa manera, han de saber que com no exhibeixen imatges, reflexions, idees o vídeos en la plaça del seu poble o la seua ciutat perquè les veja tot el món, no han de fer-ho en Internet. Una senzilla pregunta com, per exemple, açò ho posaries en el suro del teu institut perquè ho vegem tots els teus companys i companyes?, hi pot ajudar a que reflexionen sobre la utilització de la informació en les xarxes.

Cal que aprenguen a utilitzar l'espai virtual sent conscients que Privat és tot allò que no hauria d'estar en una xarxa social. I que el que és privat és diferent per a cada persona. Però cada alumne i cada alumna deu fer-se responsable d'aquells aspectes de la seua vida que vol donar a conèixer. Responsabilitzar-se significa ser conscient del que les nostres decisions comporten i assumir les conseqüències d'estes¹².

En el mateix sentit, hi hem d'ajudar a que reflexionen sobre la utilització de la informació o suplantació del nom i perfil d'altres persones. El ciberbullying s'està estenent de forma perillosa com a forma d'assetjament entre estudiants. Definim Ciberbullying com un acte agressiu i intencionat, dut a terme de manera repetida i constant al llarg del temps, per mitjà de l'ús de formes de contacte electròniques per part d'un grup o un individu contra una víctima que no pot defensar-se fàcilment¹³. El ciberbullying entre iguals sol realitzar-se a través d'informació lesiva o difamatòria en format de missatge o imatges i vídeos causant un enorme perjudici a la persona que és assetjada. És fonamental educar en la prevenció i actuació en casos de ciberbullying.

11 Salas Merino, Carlos; Santos Martínez, Inés; Som Més. Contra l'Odi i el Radicalisme. Guia per al Professorat.

12 Salas Merino, Carlos; Santos Martínez, Inés; Som Més. Contra l'Odi i el Radicalisme. Guia per al Professorat.

13 Garaigordobil Landazabal, Maite; Martínez Valderrey, Vanesa; CYBERPROGRAM 2.0. Programa d'intervenció per a previndre i reduir el ciberbullying (Ojos Solares - Programes) (Spanish Edition) (Pàgina 23). Edicions Piràmide. Edició de Kindle.

Han de conèixer les conseqüències legals derivades del fet d'acaçar, així com han d'actuar quan pateixen situacions d'assetjament en les xarxes.

Els xics i xiques adolescents senten que són capaços de tot, que poden afrontar qualsevol eventualitat i no sempre aguaiten el perill quan entren en contacte amb persones desconegudes. Esta combinació, a la que se suma la desinhibició que produeix l'espai virtual pot acostar-los a situacions de risc que denominem “Caputxeta i el llop en Internet”. Per esta raó és important ensenyar-los i ensenyar-les a prendre precaucions quan contacten amb persones o grups desconeguts. Cal recordar que en Internet és molt fàcil crear identitats falses, la qual cosa facilita l'engany o l'abús a través de la invenció de relacions o trames.

QÜESTIONS PER A DEBATRE

Tenen dret a conservar la intimitat en les xarxes?

Rotundament sí. El dret a la intimitat els atorga la capacitat de controlar l'accés a la informació sobre la seua vida privada. Poden decidir a quins elements poden accedir terceres persones i controlar l'extensió, la forma i quan ho poden fer. Identificar els perills que existeixen en Internet, els ajuda a navegar i relacionar-se amb més seguretat.

Quan usen les xarxes socials, han de ser conscients que poden deixar una porta oberta a la seua privacitat. Són lliures per a decidir quina informació volen compartir i amb qui, com i quan fer-ho. Però és necessari que siguin conscients i que disposen dels coneixements necessaris per a exercir els seus drets en cada moment.

Què és el sexting?

És l'enviament voluntari d'imatges pròpies, nua o seminua, que una persona comparteix amb altres per Internet o per qualsevol altre mitjà, ja siga a coneguts o a desconeguts. El terme resulta de la unió de 'Sex' i 'Texting' (ambdós en anglés) perquè la conducta sorgeix com a missatges escrits amb connotació sexual. No obstant això, hui es confirma que una imatge diu més que mil paraules, i el sexting és, majorment, visual¹⁴.

Com es planteja la violència de gènere en les xarxes?

De la mateixa manera que en el món presencial, en les xarxes es produeixen situacions de control absolut justificat pels zels o l'amor romàntic. La connexió online permet saber on està la xica, si està connectada o exigir-li respostes contínues que l'obligue a estar alerta. El control del WhatsApp és el més conegut, però hi

¹⁴ Novoa Foglio, Armando; Internet sense perill per als teus fills: Orienta'ls cap a una vida digital ètica i productiva (Educadors contemporani) (Spanish Edition) (Posició en Kindle 2799). Produccions Educació Aplicada. Edició de Kindle.

ha altres tipus de control, com el Joc de Venus, en el que s'invita a votar per les fotografies de les xiques; o el 'sextorsion' que és una forma de xantatge en la qual una persona és feta xantatge amb una imatge o vídeo de si mateixa nua o realitzant actes sexuals, que generalment ha sigut prèviament compartida per mitjà de sexting. La finalitat sol ser l'obtenció de diners, el domini de la voluntat de la víctima o la seua víctimització sexual¹⁵. Totes elles pràctiques on la víctima perd el control de la seua intimitat.

Quines precaucions s'han de prendre en Internet i les xarxes socials?¹⁶

- És recomanable no publicar massa dades personals en Internet (xarxes socials, plataformes, blogs, fòrums...) i la publicació de dades com el correu electrònic o telèfon mòbil, fer-ho de la manera més privada possible.
- Tindre precaució a l'hora de publicar continguts audiovisuals i gràfics, atès que en este cas es pot estar posant en risc la privacitat i intimitat de persones del teu entorn. Sempre que es vagen a allotjar continguts d'este tipus o informació de tercers, es recomana notificar prèviament a eixa persona perquè ho autoritze o, si és el cas, filtrar els continguts que desitja publicar i els que no.
- No acceptar ni agregar com a contacte a persones desconegudes. És recomanable assegurar-se de si la persona que agregarà és realment coneguda. Per a això, en el cas que el nom d'usuari no siga reconegible, es pot preguntar als propis contactes si el o la coneixen (amistats comuns, companys de col·legi...).
- Quan s'observe que hi ha discrepàncies entre el perfil declarat i el real, o si s'identifica alguna conducta malintencionada, la millor opció és bloquejar el contacte de forma immediata. En funció de la gravetat de la situació, és recomanable posar-ho en coneixement de la família, tutors i de les autoritats competents si es considera necessari. En estos casos, convé que es comuniqui als companys i companyes perquè estiguen prevenint davant d'este contacte.
- Evitar l'enviament d'imatges o vídeos a usuaris en què no es confia. En el cas que contactes desconeguts intenten involucrar-se de forma molt primerenca en les seues vides socials i, al poc de temps, sol·liciten que se li envie una foto o encendre la càmera web, és millor dubtar i, en un moment posterior disculpar-se, que ser afectat per les negatives conductes que podrien donar-se.
- Navegar amb seguretat utilitzant antivirus.
- No proporcionar mai la contrasenya dels teus comptes. Tampoc a persones conegudes.

15 Martínez Ten, Luz; Monogràfic educant en igualtat NÚM. 3 - Novembre 2015 - Eines de treball per al professorat.

16 Adaptat de: Garaigordobil Landazabal, Maite; Martínez Valderrey, Vanesa. CYBERPROGRAM 2.0. Programa d'intervenció per a prevenir i reduir el ciberbullying. (Ojos Solares - Programes) (Spanish Edition) (Edicions Pirámide)

- Comunicar a mares, pares o professorat tan prompte es detecten situacions de risc, com ara sol·licituds de temes relacionats amb contingut sexual.
- Navegar amb la mateixa precaució amb què s'actua en el carrer. Llegir els senyals de perill els proporcionarà llibertat i seguretat.
- Verificar l'autenticitat de la informació.



PER A REFLEXIONAR

Fem molta insistència en la importància d'establir regles que ens permeten comunicar-nos en la xarxa amb seguretat i llibertat. Ja hi ha normes legals que penalitzen certes conductes, però la veritat és que ens correspon a tots i a totes vetlar perquè Internet siga un espai segur en què els nostres drets siguen respectats. Per a això és important reflexionar sobre com hem de comportar-nos i quins són els nostres drets. Així que crearem un codi de conducta que seguirem en classe. En dos o tres mesos podem avaluar-lo i veure si ho hem complert o hi ha normes que cal canviar. Si el resultat és bo, podem proposar-lo a la resta de l'Institut.



OBJECTIUS:

- Realitzar un codi de conducta en la xarxa.
- Especificar els drets que volem que es respecten en les xarxes.
- Establir una forma d'actuació col•lectiva.



METODOLOGIA: Per grups.



MATERIALS: Cartolines / retoladors.



TEMPS: 50 minuts.



INSTRUCCIONS:

En grups de cinc persones confeccionaran un llistat de deu drets que consideren que han de respectar-se en la xarxa. Per a ajudar-los a reflexionar els facilitarem el llistat següent, del que poden seleccionar els que consideren més importants.

Tinc dret a:¹⁷

- Pujar fotos sense por de que juguen amb elles.
- Mantindre'm en l'anonimat.
- Que em respecten.
- Adquirir la informació que necessite.
- Comunicar-me amb els meus amics i amigues per la xarxa sense preocupacions (sense que ningú em deixi en ridícul).
- Poder pujar la informació i/o documents que vulga al meu web.
- Que no m'espien.
- Ser com sóc en la xarxa.
- Tindre privacitat.
- Parlar amb llibertat.
- Que no m'esmenten.
- Que no em critiquen.
- Que no m'insulten.
- Saber amb qui parlo.
- Poder ignorar la gent que m'insulta.
- Sentir-me protegit/da.
- Que no m'amenacen.
- Que no suplanten la meua identitat i insulten als meus coneguts.
- Navegar en una xarxa segura.
- A que altres no difonguen la meua informació.

Una vegada han seleccionat deu drets, hauran d'escriure deu normes de conducta ètica i responsable per a navegar per Internet.

Cada grup exposarà els deu drets i les deu normes en el plenari de classe.

Es confeccionarà un reglament per a la classe que es posarà a prova durant dos o tres mesos. Al cap d'aquests temps avaluarem els resultats.

¹⁷ Garaigordobil Landazabal, Maite; Martínez Valderrey, Vanesa. CYBERPROGRAM 2.0. Programa d'intervenció per a previndre i reduir el ciberbullying (Ojos Solares - Program) (Spanish Edition) (Pàgina 205). Edicions Piràmide. Edició de Kindle.



PREGUNTES PER A LA REFLEXIÓ:

- Quins drets et semblen més importants per a navegar per la xarxa?
- Has sentit vulnerats els teus drets? Has vulnerat els drets d'altres persones?
- Creus que és possible garantir el respecte en les xarxes?
- Com podem acabar amb les agressions o els abusos en Internet?
- Quines persones són més vulnerables davant de les situacions d'abús?
- Com podem defendre-les?
- Prendràs precaucions per a cuidar la informació que comparteixes en les xarxes?
- Et sembla important preservar la teua identitat?

OBJECTIUS FORMATIUS

- Comprendre que en les xarxes la realitat virtual no sempre es correspon amb la realitat presencial.
- Diferenciar entre amistats en la xarxa i amistats en el món presencial.
- Previndre conductes de dependència creades per la sobreexposició i acceptació en les xarxes.
- Construir identitats segures aprenent a relativitzar els comentaris positius i negatius en la xarxa.
- Construir identitats segures i autònomes que no depenguen de la vinculació a les xarxes.

CONTINGUTS FORMATIUS

- Exposició en les xarxes.
- Desconnexió i límits en les xarxes.
- Acceptació a través dels 'likes'.
- Diferències entre la realitat que mostrem i la realitat presencial.
- Si no ho pugues no ho vius?

APUNTS

En l'etapa de l'adolescència hi ha una recerca d'acceptació per part del grup d'iguals. La necessitat d'autoafirmar-se depèn en gran mesura de la seua vinculació amb un grup de referència i de pertinença. Este grau de vinculació descriu la pròpia identitat del jove. La retroalimentació de la identitat, segons augmenta la vinculació al grup, es facilita i potència en els escenaris virtuals de socialització, on les relacions són intenses, múltiples, simultànies, algunes de les quals es complementen i prolonguen en el grup presencial. La construcció d'identitats es desenvolupa d'una forma "bidireccional", una o un mateix en la seua vivència física i virtual, amb l'altra o l'altre en la seua presència física i virtual, a través del xat, blogs, fotologs; o «multidireccional», cada un o una amb un grup de referència o pertinença, a través de les xarxes socials, jocs

col·lectius¹⁸. I si bé, les relacions en les xarxes poden facilitar este sentiment de pertinença, és fonamental que la seua conducta no estiga dirigida només a aconseguir ‘likes’, desenvolupant un juí crític que els ajude a valorar els comentaris positius i negatius amb una distància emocional que no els faça dependents de les opinions d’altres persones.

La construcció d’identitats segures d’adolescents i joves s’aconsegueix desenvolupant els factors següents:

Sentit de seguretat: Que els permeten posar-se a prova i atrevir-se a fer coses noves, aprenent a conèixer-se.

Sentit d’identitat: Definint els valors que els fan formar part d’una societat democràtica. Aprenent a participar des de l’esperit crític i constructiu. Empatitzant amb les seues emocions i amb les de les altres persones. Entenent les seues circumstàncies i construint un autoconcepte positiu.

Sentit de pertinença: Som éssers socials que necessitem que ens accepten com som. Per això és tan important el respecte a la diversitat.

Sentit de propòsit: Fixant un full de ruta que els ajude a consolidar metes i objectius vitals que els projectaran en un futur millor i els motivaran per a anar millorant a poc a poc.

Sentit de competència: Reconeixent les capacitats i fortaleses, així com les responsabilitats i obligacions tant per a elles i ells mateixos com per als altres.

És en el sentit de pertinença on les xarxes socials tindran un paper important per rol de connexió entre grups i col·lectius. La necessitat de mostrar al grup el que fan, les i els pot portar a una sobreexposició de la seua vida personal fins al punt que “el que no es puja a les xarxes no existeix”. No obstant això, les xarxes mostren únicament el que es vol ensenyar: ni tot el que es puja a elles és completament real (les imatges poden fer la impressió d’una felicitat total o tragèdia total), ni el que vivim és més intens per pujar-ho en les xarxes.

Cal ajudar-los a ells i elles a reflexionar sobre la realitat que amaguen les xarxes, en les que les persones poden exposar-se de manera distinta, inventar identitats o materialitzar fantasies. La realitat virtual permet actituds i conductes que serien més difícils d’expressar en el cara a cara. Es dona un anonimat relatiu que fa que els filtres del que s’exposa (tant en paraules com en imatges) siguen menors que en la realitat presencial i açò obri possibilitats expressives, però també, els fa més vulnerables a les opinions i crítiques.

¹⁸ García Mantellina, Agustín; Ferrés i Prats, Joan; Aparici, Roberto. Educomunicació: més enllà del 2.0 (Comunicació Educativa) (Spanish Edition) (Posició en Kindle4398-4400). Gedisa Editorial. Edició de Kindle.

Per a ajudar-los a construir identitats segures és important que reflexionen sobre com es comporten en les xarxes de manera que puguin actuar de forma autònoma, tenint el control d'una eina de comunicació que té un enorme potencial si s'utilitza de forma adequada.

QÜESTIONS PER A DEBATRE

Actuen només per a les xarxes? Ho fan perquè realment interessa o únicament per tindre alguna cosa que mostrar?

Les xarxes ofereixen un reforç immediat sobre la conducta o l'opinió que exposen. És important que siguin conscients que la contínua recerca de reforç en les xarxes, pot portar-los/-les a crear dependència, fins al punt, de que es poden donar situacions en què busquen vivències de “risc” tan sols per a mostrar-les en obert i rebre una quantitat important de ‘likes’.

Compartir vivències o experiències és una possibilitat que ens donen les xarxes, però fins a quin punt poden condicionar el que fem? Esta és una pregunta que deuen fer-se si senten l'obligació d'exposar-se contínuament en les xarxes.

Pots desconnectar-te de les xarxes?

Aprendre a “desconnectar” d'Internet és aprendre a fer silencis per a permetre l'escolta interior tan necessària per a connectar-se amb el jo més íntim.

Desconnectar-se de les xarxes, significa, també, connectar-se amb el món que els rodeja. Quantes vegades observem a grups de joves en un parc o en el pati de l'institut amb la mirada fixa en el mòbil i els dits teclejant a tota velocitat, i sense parlar entre ells... O en els dinars familiars, s'abstrauen de la conversa perquè estan immersos en el que ocorre en Internet.

El senzill gest d'aprendre a apagar el mòbil o deixar-lo en silenci per a connectar amb la realitat que els rodeja és un exercici d'autonomia i independència que cobra un gran valor en els temps actuals.

Controles tu o et controlen a través de les xarxes?

Parlàvem de la importància del sentit de pertinença, però esta no pot confondre's amb control o dependència. Moltes situacions de ciberbullying o violència de gènere es construeixen a través de les xarxes. Per exemple, en situacions de violència de gènere, el xic pot demanar a la seua nòvia que estiga sempre connectada al WhatsApp del mòbil perquè ell puga enviar-li missatges, controlar on està o assegurar-se de que està disponible per a ell.

Sense arribar a situacions tan extremes, podem observar com és cada vegada més freqüent que les xiques i els xics estiguen permanentment atents al mòbil per si “passa alguna cosa”, per por de ser exclosos d’una activitat o del grup. Una altra forma de control és “deixar en blau”, el que significa que s’han llegit els missatges però que no hi ha resposta. Totes estes formes d’interacció poden arribar a generar sensació d’ansietat i angoixa. Per això, ajudar-los a expressar com es relacionen a través de les xarxes, identificant les conductes que els fan sentir bé i les que no, pot ser un bon exercici per a exercitar l’autonomia i la seguretat.

Coneixes totes les persones amb què estàs connectada? Quants són amics i amigues reals?

Les xarxes faciliten el contacte amb centenars de persones amb què possiblement mai ens relacionem presencialment. Algunes d’estes amistats virtuals poden tindre un sentit important i profund, però és impossible que açò ocorrega amb tots els contactes que van afegint als seus perfils en les xarxes. Cal recordar que per a aconseguir un grau d’intimitat satisfactori que ajude a l’equilibri personal, és necessari establir relacions significatives amb una o diverses persones que conformen el nucli més pròxim. Reflexionar sobre les relacions en la xarxa, els pot proporcionar una perspectiva més real sobre com es comuniquen i la importància que donen als comentaris que reben. Així mateix, la reflexió sobre la importància que donen als missatges presencials i virtuals els ajudarà a previndre la dependència i construir un autoconcepte ajustat a la realitat.

Saben distingir la informació real de la fictícia?

El món virtual permet construir perfils que no es corresponen completament amb la realitat. Per exemple, poden trobar-se amb persones que parlen de gestes o situacions inventades o exagerades o que mostren només una part de la seua vida. Subratllem la importància de relativitzar el que lligem en Internet i les xarxes, perquè l’adolescència és un període en què busquen referents per a la construcció de les distintes facetes de la seua identitat, si estos no són reals, adquiriran una informació distorsionada del que és possible i desitjable. Per exemple, la curiositat per la sexualitat, els pot portar a pàgines pornogràfiques on es cosifica a les persones, donant una idea del plaer basat en la violència i la humiliació. Ensenyar-los i ensenyar-les a llegir de forma objectiva i a rebutjar situacions que vagen en contra dels seus valors és fonamental per a discernir el que èticament està bé o és saludable i recomanable.



PER A REFLEXIONAR

En teoria, Internet i les xarxes socials ens ajuden a alliberar temps. No obstant això, la constant interacció en les xarxes, amb els jocs o la recerca d'informació acaben per ser una distracció infinita que redueix l'espai a la reflexió íntima o a la construcció de la identitat. La reflexió pausada és fonamental per a poder analitzar el que sentim o vivim. Les investigacions han identificat alguns dels beneficis que apareixen quan el cervell està en descans (relativament parlant) i orientat cap a l'interior. Segons sembla, els períodes d'inactivitat exerceixen una funció de recuperació essencial, fomenten la sensació de benestar i, en definitiva, ajuden a la persona a centrar la seua atenció amb major eficàcia quan és necessari. Somiar despert, passejar i deixar volar la imaginació tenen efectes positius¹⁹. La introspecció és especialment important en les etapes en què reflexionem sobre qui som.



OBJECTIUS:

- Ajudar a prendre consciència de com gestionen el temps de reflexió i de contacte.
- Comprendre la importància de desconnectar de les xarxes.



METODOLOGIA: Per parelles.



MATERIALS: Folis / retoladors.



TEMPS: 50 minuts.

¹⁹ Gardner, Howard; Davis, Katie. La generació APP: Com els joves gestionen la seua identitat, la seua privacitat i la seua imaginació en el món digital (Spanish Edition) (Posició en Kindle 906-916). Grup Planeta. Edició de Kindle.



INSTRUCCIONS:

Dividim el grup en parelles. Repartim dos folis per a cada parella. En cada foli dibuixaran un rellotge amb una doble esfera. En l'esfera interior marcaran les hores. En l'esfera exterior el lloc. De forma alterna, cada membre de la parella farà d'entrevistador/a i un altre/a d'entrevistat/da. Les respostes a les preguntes quedaran reflectides en el rellotge personal.

PREGUNTES:

- A quina hora et connectes a Internet/jocs/mòbil? On sols estar?
- A quina hora et desconnectes d'Internet/jocs/mòbil? On sols estar?
- A quina hora sols xatejar amb les teues amistats? On sols estar?
- A quina hora et reuneixes físicament amb les teues amistats? On sols estar?
- A quina hora estàs en soledat amb els teus pensaments? On sols estar?
- A quina hora estudies? On sols estar?

Una vegada han realitzat les entrevistes fem una estadística grupal i conversem sobre la utilització del temps.



PREGUNTES PER A LA REFLEXIÓ

- Creieu que són importants els silencis?
- Quant de temps ocupen les connexions en la nostra vida?
- Quines opinions ens importen més: les de la família, amistats, relacions online, etc.?
- Com has experimentat el canvi de la infància a l'adolescència i joventut?
- Creus que d'ací a deu anys et comportaràs de la mateixa manera en les xarxes?

OBJECTIUS FORMATIUS

- Reflexionar sobre les conductes de risc que porten a la radicalització.
- Identificar els factors que ajuden a construir identitats segures.
- Examinar l'actuació dels grups radicals en la captació de joves.

CONTINGUTS FORMATIUS

- El discurs d'odi i la construcció d'estereotips.
- La intolerància en els discursos d'odi.
- Identitats segures contra el discurs de l'odi.
- Radicalisme i captació.

APUNTS

En este capítol²⁰, en la guia de l'alumnat, reflexionàvem sobre la construcció dels estereotips i els prejudis. Seguint esta línia argumental, és necessari recordar que els discursos d'odi es dirigeixen a persones o grups per motius de la seua pertinença a un col•lectiu ètnic o “racial”, per raons de gènere, nacionalitat, religió, orientació sexual, identitat de gènere, edat, distintes capacitats, llengua, opinions polítiques o morals, estatus socioeconòmic, ocupació o aparença (com el pes, el color de pèl), capacitat mental i qualsevol altre element de consideració. És a dir, pràcticament totes les persones podem ser objectiu del discurs de l'odi.

Darrere dels missatges hi ha una actitud d'intolerància. Hi ha grups que odien a certs col•lectius sense haver conegut a cap dels seus membres o que estenen a tot el grup les idees preconcebudes que res tenen a veure amb la realitat. És a dir, no ha existit un conflicte previ que haja provocat un problema específic, sinó que utilitzen el discurs per a canalitzar les seues frustracions o incapacitat per a trobar una eixida als seus problemes.

²⁰ Este capítol està basat en el treball realitzat per: Martínez Ten, Luz; Martínez Ambite, Eva; Som Más. Contra l'Odi i el Radicalisme. Identitats segures contra el radicalisme en les xarxes.

Carolin Emcke, en el seu llibre “Contra l’odi”²¹, ens explica: *“l’odi només es combat rebutjant la seua invitació al contagi. Qui pretenga fer-li front amb més odi ja s’ha deixat manipular, aproximant-se a això en el que els que odien volen que ens convertim... Bastaria amb que els que recolzen i aplaudeixen els actes d’odi dubtaren de si mateix. Bastaria amb que els que ho coven, imposant els seus patrons de pensament i el seu tipus de mirada, es veren desproveïts de la ingenuïtat imprudent i del cinisme que els caracteritza. Bastaria amb que els que mostren un compromís pacífic i discret ja no hagueren de justificar-se, i sí que hagueren de fer-ho els que els desprecien.”*

La reflexió de l’autora ens porta a preguntar-nos com podem educar els i les alumnes perquè tinguen una actitud crítica contra els discursos d’odi i la discriminació. I la resposta la trobem en l’educació en valors ètics de respecte i solidaritat, així com en la construcció d’identitats segures.

Efectivament, el paper més important de prevenció contra els discursos de l’odi i el radicalisme està en l’educació de les famílies i els centres educatius. Però també en els mitjans de comunicació i les seues amistats tindran un paper molt important. Pensem que és fàcil confondre el “ser algú” amb el risc i l’exposició al perill. En l’etapa de l’adolescència i joventut, és freqüent buscar tindre emocions intenses i intentar demostrar que són importants per a sentir-se respectats. Per esta raó, és important formar-los i formar-les per a construir identitats segures, en les que tindre clar qui és un mateix i quins són els seus valors, la qual cosa ajudarà a previndre conductes relacionades amb l’odi i la intolerància. Al contrari, si el seu autoconcepte és fràgil, no poden establir relacions de diàleg i no se senten acceptats per l’entorn, estem col·locant-los en una situació de risc. Per a això, és fonamental treballar l’autoestima i la confiança perquè puguen resoldre conflictes de forma dialogada, o dir no, quan algú els intenta captar, oferint-los/-les la pertinença a un grup radical.

Quan els i les alumnes han desenvolupat un sentit d’identitat segura, són capaços i capaces de posar-se a prova i atrevir-se a tindre noves experiències, de manera que aprenen a identificar les seues fortaleses i debilitats sense por de ser rebutjats, sense posar-se en perill o actuar en contra dels seus valors.

21 Emcke, Carolin; *Contra l’odi: Un al·legat en defensa de la pluralitat de pensament, la tolerància i la llibertat* (Spanish Edition) Penguin Random House Grup Editorial Espanya. Edició de Kindle.

Per a ajudar-los/-les a tindre seguretat és important que des de l'aula treballem els factors següents:

Autoestima. El concepte positiu de nosaltres mateix.

Empatia. La capacitat per a sentir-se com es troba la persona que tenim davant evita que duquem a terme una acció danyosa per a eixa persona. En Internet no veiem la cara del nostre interlocutor o interlocutora, però podem imaginar com se sent al rebre els nostres missatges.

Regulació emocional. Esta evitarà les conductes disruptives i ajudarà a comprendre les emocions.

QÜESTIONS PER A DEBATRE

■ Per què adolescents i joves poden ser influïts per grups radicals?

La influenciabilitat que tenim en l'adolescència és un dels factors que, amb major freqüència, s'associen a la pràctica de conductes de risc. Es considera al grup d'iguals com un dels agents amb major poder de persuasió, no obstant això, hi ha altres vies per les quals alguns adolescents "resolen" les seues inseguretats i incerteses, substituint-les per certes inqüestionables. Ens referim al poder que poden exercir sobre el psiquisme adolescent determinats grups radicals que poden aprofitar-se de la seua vulnerabilitat.

■ Quines senyals han de tindre en compte per a no ser captats/des per un grup radical?

El comportament dels grups radicals és molt paregut al de les sectes o les colles. Definirem algunes de les formes que tenen d'actuar perquè ho tinguem en compte com a prevenció:

- Els ofereixen una acollida incondicional aportant una falsa sensació de pertinença (tu eres dels nostres).
- Els fan sentir que són una persona única, que es fixen en ells per la seua valentia, conviccions, que els han triat perquè són especials.
- Els fan creure que els necessiten, que són acceptats incondicionalment. Es mostren com "la seua família vertadera" pel que cobreixen totes les seues necessitats d'afecte.
- Els ofereixen un projecte de vida. "Presten" una identitat amb un propòsit i unes idees, encara que estes porten a cometre les majors atrocitats.
- Tenen unes regles rígides que controlen tots els aspectes de la vida, la qual cosa ajuda a evitar el sentiment de buit que de vegades es produeix en l'adolescència i en la joventut.
- No deixen espai a la crítica ni al pensament propi pel que eviten el dolor del dubte o els pensaments de responsabilitat.

- Els aïllen de les seues persones de referència, de manera que no puguen contrastar opinions o demanar consell sobre emocions, sentiments, valors o les accions que realitzaran. D'esta manera els “segresten” mentalment perquè tinguen una total dependència del grup.
- Els fan creure que la causa del grup i defendre “els seus” és més important que la vida o la mort, que el present o el futur.
- Els atorguen un poder quasi màgic perquè tenen una “missió” de què dependrà la veritat absoluta. Encara que esta missió implique cometre crims o sacrificar persones innocents. Este sistema, regit per termes absoluts, no deixa lloc per a dubtes o ambivalències, o millor dita en protegeix .

■ **Què és el que ofereixen els grups radicals i les colles?**

Bàsicament l'acceptació incondicional, sempre que accepten les regles, de manera que no hi ha sentiment de soledat o de pèrdua. El grup radical i les colles exigeixen que cada membre participe d'idèntics pensaments, ideals, sentiments, que la resta del grup. El que es converteix en l'únic suport existencial, sense que existisca lloc per al particular o únic de cada individu.

La captació es realitza de manera que s'aliena a la persona, de tal forma que qui cau en la trampa, pensa que té autonomia i poder de decisió. “Estic ací perquè vull” Per a les xiques i xics que se senten perduts, sols o que estan en una situació de fragilitat, este tipus de grups els aporten una situació d'autocontrol i una causa que falseja la sensació de buit.

En definitiva, estos grups ofereixen una identitat col•lectiva a qui, no podent desenvolupar una pròpia, se serveix d'ella, sentint que d'eixa forma satisfà la seua necessitat de ser.

■ **Per què és tan difícil eixir d'este tipus de grups?**

Perquè treballen per a adoctrinar des de la total obediència i control. Este tipus de grups actuen des de posicionaments molt simples que no permeten qüestionar ni les ordes, ni l'organització. D'esta manera aconseguixen la uniformitat entre els seus membres. “O estàs amb mi o estàs contra mi”, no hi ha termes mitjans. D'esta manera es crea un nucli de pertinença quasi indissoluble que fa que els seus membres es troben diferents a la resta de la societat que no comparteix la seua missió.

■ **Com podem evitar que caiguen en les trampes dels grups radicals?**

Abans que res, desenvolupant el seu esperit crític i la independència de pensament. Si tenen seguretat en qui són i en el que creuen, si aprenen a reflexionar sobre les seues pròpies actuacions i a ser persones empàtiques, és molt difícil que es confonguen amb idees extremes i radicals.

Resoldre conflictes de forma pacífica per a lluitar contra l'odi



PER A REFLEXIONAR

Els conflictes existeixen i és necessari acceptar que són inevitables, de la mateixa manera que hem de tindre la capacitat per a acceptar la frustració. Però de la inevitabilitat del conflicte no ha de derivar-se en violència. Tampoc haurien de generar-se enfrontaments irreconciliables. En un món caracteritzat per la diversitat, cal acceptar que pot haver-hi distints punts de vista sobre la realitat²². I més en les xarxes socials, on anem a trobar-nos amb diferents opinions i posicions amb què haurem de dialogar, sempre considerant a l'altra persona com "igual". Perquè el discurs de l'odi alimenta la superioritat de determinats grups sobre altres basant-se en estereotips o perjuís que denigren la dignitat de les persones. Contràriament al que pensen els radicals, la força no està en la confrontació i en el menyspreu, sinó en la capacitat de dialogar i negociar.



OBJECTIUS:

- Comprendre la importància de la Resolució de conflictes de forma pacífica.
- Contribuir a la presa de consciència pública sobre l'abast del problema del discurs de l'odi en les xarxes socials, prestant especial atenció al seu impacte en les persones i els col·lectius.
- Aprendre a analitzar de forma crítica els missatges que inciten a l'odi i la intolerància.
- Aprendre a gestionar els conflictes des del respecte.



METODOLOGIA: Per grups.



MATERIALS: 5 cartolines, 4 jocs de retoladors, 3 rotllos de zel, 2 apegaments, 3 tissors.



TEMPS: 50 minuts

22 Alzina, Rafael Bisquerra. Psicopedagogia de les emocions (Educar, instruir) (Spanish Edition) (Pàgina 218). Síntesi. Edició de Kindle.



INSTRUCCIONS:

Dividim el grup en cinc equips i repartim els materials de forma desigual, de manera que cap equip tinga tots els elements.

Indiquem que han de construir una bola del món, per a això han d'utilitzar tots els materials intentant aconseguir la col·laboració dels altres grups. Les peticions s'han de realitzar en silenci i sense utilitzar paraules orals o escrites.

Explicuem que és una activitat competitiva, per la qual cosa hi ha un grup guanyador.

Ens reunim de forma discreta amb un dels grups, a què facilitarem una unitat de cada material i els indicarem que en cap concepte poden prestar el seu material i no poden explicar a la resta que tenen esta orde.

Una vegada acabada l'activitat (20 minuts) ens reunim en plenari i dialoguem sobre com s'han sentit. Alguns exemples de preguntes per al debat de grup: Quines facilitats ha tingut l'equip guanyador?, Com vos heu sentit?, Han existit conflictes?, Com explicaríeu les vostres emocions?, Com podeu resoldre les vostres emocions de forma pacífica? o Com hauria d'haver sigut l'activitat per a ser justa?.



PREGUNTES PER A LA REFLEXIÓ

- L'agressivitat és una paraula negativa? I la violència? Quina diferència hi ha entre estes dues paraules?
- El conflicte pot aportar-nos alguna cosa positiva? En quines situacions?
- Què entenem per radicalisme? És el mateix el radicalisme que ser radical?
- És possible la convivència des de l'enfrontament?
- Per a col·laborar és necessària l'empatia? Per a reconèixer les i els altres és necessària l'empatia?

CONSTRUIR UNA SOCIETAT VIRTUAL DEMOCRÀTICA. La tolerància de la diversitat i la intolerància contra els discursos de l'odi com a base de la democràcia.

OBJECTIUS FORMATIUS

- Analitzar les causes del discurs d'odi.
- Relacionar la intolerància amb els discursos d'odi.
- Comprendre perquè la tecnologia i les xarxes socials ajuden a propagar els discursos d'odi.
- Comprometre l'alumnat contra el discurs d'odi.

CONTINGUTS FORMATIUS

- La importància de la tolerància en la democràcia.
- Tolerància cap a la diversitat i intolerància amb l'odi.
- La propagació dels discursos d'odi.
- Llibertat d'expressió i discurs d'odi.

APUNTS

Comencem esta lliçó amb la distinció entre tolerància a la diversitat i intolerància als discursos d'odi. Dos cares d'una mateixa moneda que expliquen dos actituds contraposades. La paraula tolerància en la seua acceptació de "respecte" té un profund i important significat per a les democràcies. Paul Ricoeur²³ afirma: *"Per a les democràcies liberals constitucionals, la pràctica de la tolerància és el reconeixement del fet més important que domina la cultura de tals societats, a saber, el fet del pluralisme de les creences i les conviccions, en una paraula, de les concepcions del bé"*. Ser tolererant significa apartar la ignorància i la superficialitat, penetrar en les similituds i en les diferències i sobretot acceptar que hi ha individus i societats diferents i que uns i altres solen tindre bons motius per a ser com són.

²³ Ricoeur, Paul; "Estat actual de la reflexió sobre la intolerància". La intolerància.p.19-op.cit.

Dita d'una altra forma, tolerar és respectar la diversitat i té com a contrapartida la intolerància que imposa la uniformitat que només comprén i accepta a “l'altre” quan s'ha emmotlat a imatge i semblança seua. Encara que sembla paradoxal, aprofundir en la tolerància ens condueix a practicar una intolerància positiva, a no tolerar les injustícies, les marginacions, les violències, les imposicions, les humiliacions, sobre qualsevol que s'exercisquen, sota pretext de raça, nacionalitat, gènere, identitat o orientació sexual, capacitat, o qualsevol altra característica²⁴.

En l'extrem contrari a la tolerància ens trobem el discurs de l'odi que converteixen les xarxes socials en un espai de comunicació incivilitzat, amb conseqüències molt doloroses per a les persones que els reben.

És evident que els discursos d'odi han existit al llarg de la història, el problema, és que, en els últims anys, els avanços en les tecnologies de la informació i en les comunicacions han fet possible una àmplia difusió. En efecte, Internet té un potencial sense precedents per a facilitar la transmissió de missatges i difondre idees i continguts, principalment per tindre “barreres d'entrada” relativament baixes comparades amb les dels Mitjans de comunicació tradicionals (periòdics, ràdio, televisió, etc.). Este element, per si mateix positiu, ofereix una gran oportunitat també als qui tenen l'objectiu de difondre missatges d'odi²⁵.

Qui exerceixen els discursos d'odi, atempten contra la dignitat de persones, provocant danys emocionals i psicològics com la sensació de no tindre drets, ser inferior o el perill d'estar exposades i assetjades a la ira o ser perseguides. I encara que els discursos d'odi es dirigeixen, prioritàriament, a determinats col·lectius, la veritat és que totes les persones, de totes les edats i de qualsevol lloc podem veure'ns afectades per missatges violents, ja que el discurs de l'odi en les xarxes pot tindre dos objectius. D'una banda, intentar socavar la dignitat d'una persona concreta, a través de l'insult, la difamació o la humiliació. I d'una altra, instigar a “altres possibles” usuaris de les xarxes que lligen les seues manifestacions perquè es facen partícips de la difusió de les idees d'odi. Combinant estes dos accions, la que insulta i la que instiga, els grups radicals aconseguixen augmentar la discriminació, construint una realitat on impera la intolerància²⁶.

Els següents estudis ens mostren perquè hem de prestar atenció a la propagació dels discursos d'odi:

Segons l'informe “Previndre, reparar i inhibir el discurs de l'odi en els mitjans digitals” (PRISM), la conseqüència més greu que poden tindre els missatges d'odi en les xarxes socials és que les víctimes consideren que les desqualificacions són una cosa normal.

D'acord amb el Consell Nacional per a Previndre la Discriminació (CONAPRED) de Mèxic, diàriament es difonen en les xarxes socials entre 15 mil i 20 mil missatges d'odi per raons de gènere, racisme i orientació sexual.

24 EDUCAPAZ: 1988. Visquem la diversitat. Materials per a una acció educativa intercultural. Barcelona. Els Llibres de la Catarata.

25 CibeRespect. Guia pràctica d'intervenció en línia per a ciberactivistas. Novembre de 2017. Barcelona.

26 Moura, Marco Aurelio. El Discurs de l'Odi en Xarxes Socials (Posició en Kindle 129-131). Lura Editorial. Edició

L'informe d'EU Kids Online assenyala que entre l'any 2010 i 2014 va augmentar el percentatge de xiquets i xiquetes entre 11 i 16 anys que havia rebut missatges desagradables o d'assetjament a través de qualsevol mitjà tecnològic (va passar del 8% al 12%).

D'altra banda, l'UK Safer Internet Centre (2016) va informar de que la freqüència a l'exposició a l'odi online ha anat creixent en els últims anys, entenent "odi" com l'hostilitat o la intimidació present en missatges centrats no tant en individus com sobretot en una col·lectivitat o en un grup (definit en termes d'etnicitat, religió, sexualitat, etc.) Esta enquesta mostra que el 82% de joves d'entre 13 a 18 anys va dir haver sigut testimoni d'algun tipus d'odi online, i que el 24% que havia sigut víctima del mateix²⁷.

Els missatges d'odi indiquen un nou clima de radicalisme online que ha de ser tractat adequadament en els centres educatius, de manera que ensenyem a combatre'ls de forma crítica, al mateix temps que l'alumnat aprèn a protegir-se i a buscar ajuda.

QÜESTIONS PER A DEBATRE

El discurs d'odi en el món virtual té conseqüències en el presencial?

Sí. El discurs d'odi online té conseqüències en el món virtual: la possibilitat que l'odi es propague ràpidament en el món virtual augmenta el seu dany potencial en el món "real". D'altra banda, és important recordar que les actituds i les tensions socials que alimenten i donen lloc a expressions d'odi online es troben profundament arrelades en la societat. A l'abordar l'odi en línia, també estem treballant per a reduir els casos d'odi presencial.

El discurs d'odi pot generar en les víctimes estats de depressió, tensió, falta d'autoestima, etc. i deixar-les amb el temor de futurs atacs. Pot determinar una limitació de la llibertat personal dels individus afectats: per exemple, poden portar-los a evitar la freqüentació d'alguns llocs determinats per por de ser víctimes d'experiències humiliants o violència.

Els discursos d'odi amplien les situacions de discriminació?

Sí. Al tractar algunes persones com a objecte continu de menyspreu, el discurs d'odi facilita i legitima la comissió i justificació d'altres actes de discriminació i violència dirigits cap a elles. A més, el discurs d'odi pot contribuir a avalar i a perpetrar un orde social discriminatori, en el que determinats grups de persones pateixen diàriament pràctiques discriminatòries i d'exclusió²⁸.

²⁷ Jiménez, Estefanía; Garmendía, Maialen; Casado, Miguel Ángel. Entres selfies i whatsapps: Oportunitats i riscos per a la infància i l'adolescència connectada (Comunicació núm. 500464) (Spanish Edition) (Posició en Kindle422-432). Gedisa Editorial. Edició de Kindle.

²⁸ CibeRespect. Guia pràctica d'intervenció en línia per a ciberactivistes. Novembre de 2017. Barcelona..

Com afecten la democràcia els discursos d'odi?

Qüestionant els principis de dignitat i igualtat en què es construeix la nostra societat. Un delictes d'odi no sols afecta directament la víctima, sinó també a la seua família, les seues amistats, el seu col·lectiu de pertinença, la seua realitat associada com a entitats que els recolzen i a tota la societat democràtica que veu degradada la convivència generant greus riscos futurs per a la pau. Per això diem que la tolerància té certs límits, sense els quals ens podem tornar còmplices de l'intolerable. Hem de ser conscients dels límits de la tolerància. Més difícil que ser tolerant és saber on i quan hem de ser inflexiblement intolerants. On estan estos límits? ¿Fins a quin punt ens comprometem amb la realitat de les persones que estan vivint situacions de discriminació?

Qui són els 'Trolls'? I els 'Haters'?

Els 'Trolls' són persones que busquen notorietat a base d'emprenyar i, generalment, no solen ser massa perillosos. S'oculten amb perfils falsos i poden resultar fàcils de detectar. El seu modus operandi consisteix a comentar en fòrums, blogs i xarxes socials amb la intenció de generar polèmica i buscar la confrontació.

Al contrari, els 'Haters' són aquells que porten l'odi online a l'entorn offline amb conseqüències en la vida real. Hi ha distints perfils, des del meticulós que espera a què cometes un error per a destacar-lo, fins al qual respon amb males paraules i insults, passant per l'incongruent que escriu comentaris sense seguir cap tipus de lògica.

Com han de comportar-se per a no ser còmplices dels discursos d'odi en les xarxes?

- S'ha d'establir una comunicació basada en el respecte i el reconeixement de la diversitat d'opinions i creences.
- Abans d'emetre un juí sobre una altra persona o un col·lectiu, cal recordar que la causa dels prejudis no es troba en les persones que els pateixen sinó en les persones que els exerceixen.
- Mai recolzar persones, moviments o organitzacions que atempten contra la dignitat i els Drets Humans.
- Reflexionar davant de d'utilitzar el ratolí per a ajudar a frenar el discurs de l'odi i el radicalisme.
- No compartir informació ni missatges que puguen ser sexistes, homòfons, racistes, que discriminen persones amb distintes capacitats o danyar els drets d'altres col·lectius.
- No compartir o recolzar missatges radicals o manifestacions extremes. Les seues conseqüències són imprevisibles per als altres i per a un mateix.
- Animar als i les joves a actuar si descobreixen en la xarxa qualsevol tipus de discriminació, assetjament, agressió o perill informant les seues famílies, centres educatius i/o institucions.
- Sensibilitzar, educar i mobilitzar als i les joves perquè reivindiquen la xarxa com un espai de drets humans.

**PER A REFLEXIONAR**

La tolerància té certs límits, sense els quals ens podem tornar còmplices de l'intolerable. Hem de ser conscients dels límits de la tolerància. Més difícil que ser tolerant és saber on i quan hem de ser inflexiblement intolerants. On estan estos límits? Fins a quin punt ens comprometem amb la realitat de les persones que estan vivint situacions de discriminació? La història està plena d'episodis tràgics en què es va reaccionar massa tard. A través d'esta activitat es proposa que s'indaguen en aquelles situacions d'intolerància davant de les quals cal reaccionar.

**OBJECTIUS:**

- Reflexionar sobre el significat de les paraules intolerància, racisme.
- Determinar els límits que, per al grup, té la tolerància.

**METODOLOGIA:** Grupal.**TEMPS:** 20 minuts.**MATERIALS:** Cartolines i retoladors.**INSTRUCCIONS:**

Col·locats en grups. Repartir una cartolina i retoladors per grup. En el centre de la cartolina escriuran amb lletres grans, la paraula **INTOLERÀNCIA**. De forma encreuada, la paraula racisme. Hauran de completar com si es tractara d'uns mots encreuats, escrivint termes que com a "racisme" els pareguen intolerants. En

²⁹ Activitat extreta de Formació en educació intercultural per a associacions juvenils, Consell de la Joventut d'Espanya, 2005, p. 93.

l'altra cara de la cartolina, dividir el full en dos columnes. Col·locar en una columna tot allò que al vostre juí s'haja de tolerar. Col·locar en una altra columna el que vos resulta intolerable.



PREGUNTES PER A LA REFLEXIÓ³⁰:

- De què ens volen convèncer les persones que emeten el discurs de l'odi?
- Quin tipus de persones s'amaguen després de l'anonimat del discurs de l'odi?
- Quin conflicte fonamenta l'odi?
- Quina responsabilitat tenim en els missatges d'odi en les xarxes?
- Si aprenem a resoldre conflictes de forma pacífica podrem evitar el discurs de l'odi?
- Com contestar a qui difon discursos de l'odi sense crear més agressivitat?
- A quines persones i col·lectius danya el discurs de l'odi?
- El discurs de l'odi en les xarxes es trasllada a l'espai presencial?

³⁰ Elaboració pròpia.

OBJECTIUS FORMATIUS

- Apreciar els Drets Humans com un dels avanços socials més importants del patrimoni de la Humanitat.
- Desenvolupar el sentit crític davant de les lleis i situacions injustes que lesionen els Drets Humans en les xarxes socials.
- Identificar les violacions dels Drets Humans en relació amb el discurs d'odi.
- Reflexionar sobre les noves generacions de Drets Humans en l'era Internet.

CONTINGUTS FORMATIUS

- Els drets humans des d'una perspectiva històrica.
- Dignitat i Drets Humans.
- Les Noves generacions de Drets Humans.

APUNTS

L'aprovació de la Declaració dels Drets Humans constitueix un procés històric basat en la conquesta de la llibertat i la plena igualtat entre els éssers humans. Una conquesta ratificada per pràcticament tots els països del món, que li confereix un caràcter universal. En ella s'acorden una sèrie de drets i valors des dels que s'ha de regir la convivència dins dels estats i entre estos.

Estem parlant d'un fet excepcional en la història de la humanitat. Després de la Segona Guerra Mundial, en els inicis de la Guerra Freda, quan encara feien mal les ferides del nazisme i davant de la situació d'injustícies que es viuen en els cinc continents, s'arriba a un compromís pel qual tots els governs hauran de respectar i complir una sèrie de normes que ens convertiren en ciutadans i ciutadanes del món, dins d'un marc d'igualtat.

I encara que la firma de la Declaració constitueix un moment històric fonamental en la història de la humanitat, no hem d'oblidar que la reivindicació de la consciència de dignitat i els drets de la persona se'n va anar desenvolupant al llarg de la història i en totes les cultures “el principi de la igualtat de tots els éssers humans, així com molts altres principis bàsics que són fonament del que hui anomenem drets humans apareixen en quasi totes les cultures i en totes les civilitzacions, religions i tradicions filosòfiques” (Levins, 1981)³¹.

Des del Codi d'Hamurabi que, amb la llei del talió, seria el primer a establir el principi de la proporcionalitat de la venjança i assentaria els fonaments jurídics de la relació entre l'agressió i la resposta, passant per Sòfocles quan la seua Antígona al·ludeix a l'existència de drets no establits formalment per l'ésser humà però que li corresponen per la seua mateixa naturalesa³², la consciència d'uns drets inalienables de l'ésser humà acompanya als fets històrics des de l'Antiguitat fins al moment actual en què, com hem vist al llarg de les unitats, les noves generacions transiten pel món presencial i virtual a través de l'accés a Internet.

És interessant assenyalar que l'article 19 de la Declaració Universal de Drets Humans de les Nacions Unides assenjala la llibertat de compartir, rebre i difondre informació i idees a través de les fronteres. I encara que la Declaració es promulga en 1949, molt lluny de l'aparició de les noves tecnologies, quasi podria llegir-se com una definició d'Internet³³.

L'ONU ha respost al nou repte de l'era d'Internet declarant que el dret d'accés a Internet és el dret humà (dret digital) que posseeix tota persona per a accedir a Internet a fi d'exercir i gaudir dels seus drets a la llibertat d'expressió, d'opinió i altres drets humans fonamentals que conformen la democràcia, de manera que els Estats i les Nacions Unides tenen la responsabilitat de garantir que l'accés a Internet siga àmpliament disponible, no podent els Estats restringir injustificadament l'accés d'una persona a Internet. L'accés a Internet està reconegut com un dret fonamental per les lleis d'uns quants països. És un espai virtual on la dignitat, la llibertat i seguretat de totes les persones han de ser garantides³⁴.

En este sentit, en 2016 el Consell de Drets Humans de l'ONU va aprovar una resolució per a protegir a les persones usuàries de la xarxa combatent l'apologia de l'odi, que constitueix una incitació a la discriminació i la violència en Internet i protegint el dret a l'accés, la dignitat i la privacitat de tots els usuaris, sense consideració de fronteres .

L'accés a Internet es considera, per tant, un dret humà que no ha de conèixer fronteres. Des de la nostra realitat, podem oblidar que, en molts països, només una minoria pot accedir a Internet, ampliant la bretxa

31 Citat per Xesús R. Jares. Educació i Drets Humans. Editorial Popular. Madrid 2002. pg 21.

32 Recordeu que Antígona li dóna sepultura al seu germà, contravenint la prohibició del rei Creón i reivindica el que, per a ella, és un dret fonamental de la dignitat de la persona” d'acord amb lleis no escrites i immutables del cel”.

33 Informe de polítiques: Internet i els Drets Humans

34 Dret d'accés a Internet

en la igualtat d'oportunitats per als grups més desfavorits. L'ONU, remarca que l'accés a Internet ofereix grans oportunitats per a una educació assequible i inclusiva a nivell mundial, que ha de permetre als països menys avançats “abordar l'alfabetització digital i la bretxa digital, que afecten el gaudi del dret a l'educació”, especialment les dones i xiquetes, la participació de les quals en Internet ha de reforçar-se, com és el cas també de les persones amb discapacitat.

Són nombroses les institucions i col·lectius que plantegen com Internet pot ser una oportunitat per al desenvolupament dels Drets Humans, al mateix temps que estos drets han de ser respectats pels i les internautes Un exemple és el proposat per Drets **fonamentals. Defén-los, exigeix el seu compliment en Internet:**

I. UNIVERSALITAT I IGUALTAT

Tots els éssers humans naixen lliures i iguals en dignitat i drets, que han de ser respectats, protegits i complits en l'entorn Online.

II. DRETS I JUSTÍCIA SOCIAL

Internet és un espai per a la promoció, protecció i compliment dels Drets Humans i l'avanç de la justícia social. Tota persona té el deure de respectar els drets dels altres en l'entorn Online.

III. ACCESSIBILITAT

Tota persona té el mateix dret a accedir i utilitzar Internet de forma segura i lliure.

IV. EXPRESSIÓ I ASSOCIACIÓ

Tota persona té dret a buscar, rebre i difondre informació lliurement en Internet sense censura ni interferències. Tot el món té dret a associar-se lliurement a través d'Internet, amb fins socials, polítics, culturals o d'un altre tipus.

V. CONFIDENCIALITAT I PROTECCIÓ DE DADES

Tota persona té dret a la privacitat Online. Açò inclou el no ser vigilada, el dret a utilitzar xifrat i el dret a l'anonimat. Tot el món té dret a la protecció de dades, incloent-hi el control sobre la recol·lecció, retenció, transformació, eliminació i divulgació de les seues dades personals.

VI. VIDA, LLIBERTAT I SEGURETAT

El dret a la vida, la llibertat i la seguretat han de ser respectats, protegits i complits en Internet. Estos drets no han de ser infringits o utilitzats per a infringir els drets d'altres persones.

VII. DIVERSITAT

La diversitat cultural i lingüística en Internet ha de ser promoguda, la innovació tècnica i política han d'encoratjar i facilitar la pluralitat d'expressió.

VIII. IGUALTAT

Tot el món tindrà accés universal i obert als continguts d'Internet, lliure de prioritzacions discriminatòries, filtrat o control de tràfic per raons comercials, polítiques o d'un altre tipus.

IX. NORMES I REGLAMENT

L'arquitectura d'Internet, els sistemes de comunicació i els formats de documents i dades s'han de basar en estàndards oberts que garantisquen la interoperabilitat completa, la inclusió i la igualtat d'oportunitats per a tots.

X. GOVERN

Els Drets Humans i la Justícia Social han de ser la base jurídica i normativa sobre la qual operar en Internet. Això succeirà de manera transparent i multilateral, amb un Internet basat en els principis de la participació inclusiva i la rendició de comptes

QÜESTIONS PER A DEBATRE

Per què es proclama la Declaració dels Drets Humans?

En finalitzar la Segona Guerra Mundial, uns quants països van sentir la necessitat d'unir-se en una organització supraestatal que garantira i que evitara la repetició de fets tan lamentables com la vulneració de la dignitat de la persona i el respecte a les seues peculiaritats ètniques, religioses o sexuals. La Shoa - també anomenada Holocaust- va ser un dels seus principals detonants. L'ONU pretenia amb esta Declaració Universal, assentar les bases d'un compromís ètic.

La Declaració Universal dels Drets Humans de 1948 va significar:

- a. La internacionalització dels drets civils i polítics de les persones,
- b. L'existència d'un marc democràtic per a la seua aplicació,
- c. La inclusió de les garanties jurídiques i processals en cas de no aplicació d'algun dels seus articles.

Per què els drets humans són universals?

Són universals en quant a que cap estat ni grup ètnic pot apel·lar a unes condicions culturals específiques per a no respectar-los. En efecte, el relativisme cultural només ens portaria a justificar determinades pràctiques culturals en clara contradicció amb els drets fonamentals de la persona. Suposen de forma implícita o explícita el reconeixement d'una naturalesa humana que tots, absolutament tots els éssers humans compartim.

Tenim una responsabilitat per a fer vinculant el compromís de fer complir els Drets Humans en Internet?

SÍ. Som responsables dels continguts i les afirmacions que fem, dels missatges que difonem o recolzem. Per tant, som responsables de garantir la dignitat de totes les persones, col·lectius o pobles.

Internet pot ajudar al desenvolupament dels pobles?

SÍ. Internet facilita el desenvolupament en múltiples sentits, des de l'accés a l'educació, la participació, l'economia o la participació col·lectiva. No obstant això, estudis recents sobre la bretxa digital entre les poblacions a nivell mundial revelen que més d'un terç de la població mundial utilitza Internet -tres mil milions d'usuaris-, i que dos terços d'estos usuaris viuen en països en desenvolupament; però el percentatge d'accés que es registra en els esmentats països (30%) és molt inferior al registrat en els països desenvolupats (76%) .

De quina forma pot ajudar Internet als Drets Humans?

Internet és una plataforma de comunicació que facilita la visibilització, participació i reivindicació dels drets. Podem compartir causes justes, denunciar i visibilitzar situacions que ocorren en qualsevol part del món. Amb un ordinador i connexió a la xarxa qualsevol persona o col·lectiu tenen la possibilitat d'interaccionar amb el món.

La meua història a través dels drets...



PER A REFLEXIONAR

Les persones que vam nèixer o vivim en democràcia, oblidem, ben sovint, que els drets són el resultat d'una llarga lluita d'aquells i aquelles que es van comprometre amb els seus ideals i que, encara hui, continua amb reivindicacions a favor de la justícia, la igualtat i la solidaritat. Ni imaginem què ha de significar la vida sense un nom o nacionalitat, sense el dret a l'educació o a la salut. No obstant això, hui, un de cada quatre habitants del planeta és pobre, mentre que la riquesa està concentrada en un cinquè de la població mundial. Per posar un exemple, milions de xiquets i xiquetes no compten amb nom i cognoms. Un terç de tots els naixements - al voltant de 40 milions anualment - no es registren en el món. La falta d'existència legal, impedeix a xiquets i xiquetes matricular-se en escoles, accedir als serveis de salut i assistència social i, per tant, els fa més vulnerables a l'explotació, la prostitució o el reclutament militar a edat primerenca. Més de 200 milions de xiquets i xiquetes menors de cinc anys té deficiències nutricionals. Milions de xiquets i xiquetes en el món no acudeixen al col·legi. Treballen, porten armes o deambulen pels carrers en un exercici quotidià de supervivència. La UNESCO ha presentat un recent informe sobre educació en el món en què assenyala que 430 milions de xiquets i xiquetes entre 6 i 17 anys estan sense escolaritzar. Més de dos terços d'ells són xiquetes.

Este exercici proposa que revisquem la nostra vida a partir dels drets de què gaudim.



OBJECTIUS:

- Prendre consciència de la importància que els drets tenen en el transcórrer de la nostra existència.
- Entendre les raons per les quals milers de persones decideixen migrar a països on està instaurada la democràcia.
- Analitzar els Drets Humans i les necessitats humanes bàsiques.



METODOLOGIA: Grupal.



MATERIAL: Ordinador, accés a Internet.



TEMPS: Una setmana.



INSTRUCCIONS:

Formem equips de sis persones.

Pensem en un col·lectiu els drets del qual es veuen vulnerats.

Ens informem sobre la seua situació. Podem fer entrevistes. Informar-nos a través d'Internet. Recopilar dades.

Estudiem campanyes realitzades per ONG.

Dissenyem una campanya per a xarxes socials: Imatge/eslògan/ xicotet vídeo amb informació.

Presentem la campanya en classe.



PREGUNTES PER A LA REFLEXIÓ:

- Has pensat alguna vegada en quin moment de la Història es van aconseguir drets que hui et semblen normals com el dret a l'educació, a la salut, o el dret a votar?
- Què ocurreria si et negaren algun d'estos drets? Com et sentiries?
- Com podem contribuir a la defensa dels drets humans en Internet?
- Què creus que pots fer en les xarxes socials perquè es respecten els drets de les persones?
- Com poden defendre's les minories dels atacs d'odi?



GENERALITAT
VALENCIANA

Vicepresidència i Conselleria
d'Igualtat i Polítiques Inclusives



PER SOLIDARITAT

ALTRES FINS D'INTERÉS SOCIAL

iSCOD^{UGT} - País Valencià

Instituto Sindical de
Cooperación al Desarrollo



País
Valencià

