



CIUDADANÍA 3.0.
EDUCAR PARA EL USO ÉTICO Y RESPONSABLE
DE LAS REDES SOCIALES

Autora:

Luz Martínez Ten.

Secretaria de la Mujer y Políticas Sociales de la Federación de Empleadas y Empleados de los Servicios Públicos de la Unión General de Trabajadores de España (FeSP-UGT).

Diseño e ilustraciones:

Mauricio Maggiorini Tecco.

Coordinación técnica:

Amparo Francés Civera.

Instituto Sindical de Cooperación al Desarrollo del País Valencià (ISCOD- PV).

Agosto 2018.



CIUDADANÍA 3.0.

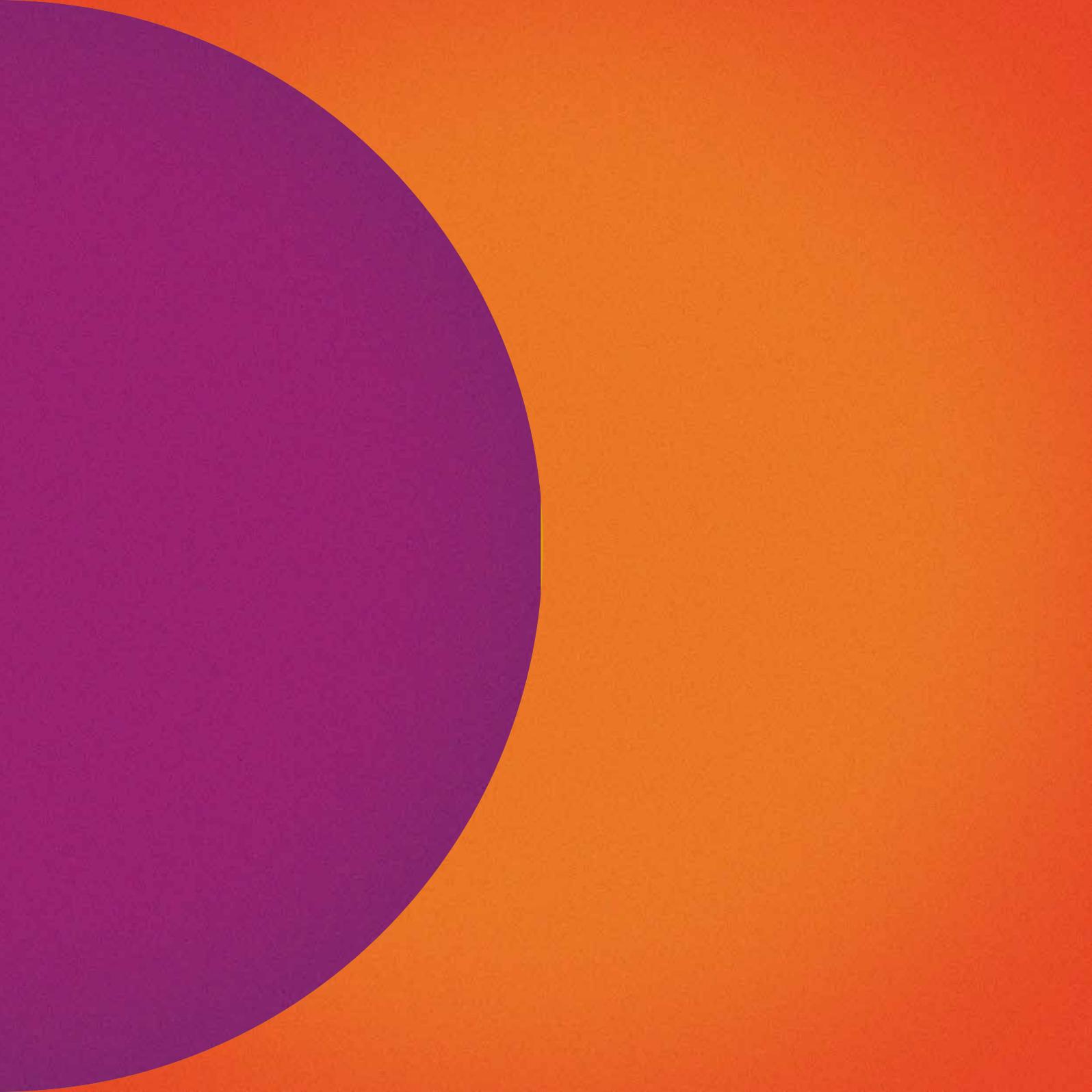
**EDUCAR PARA EL USO ÉTICO Y RESPONSABLE
DE LAS REDES SOCIALES**

*Así, las redes sociales se han convertido
en una gran plaza pública,
donde todas y todos estamos concernidos
para participar en la defensa de los Derechos Humanos,
evitando la propagación del discurso
del odio y los radicalismos*.*

* Erlichman, Leonel. Sobreexposición Personal en la Red:
Cuando compartimos demasiada información personal en Internet (Spanish Edition)
(Posición en Kindle 657-668). Edición de Kindle.

Índice

	PRESENTACIÓN	7
1	IDENTIDADES VIRTUALES / IDENTIDAD PRESENCIAL ENSEÑAR A CONSTRUIR IDENTIDADES SEGURAS EN LAS REDES SOCIALES	9
2	COMUNICACIÓN EN LAS REDES SOCIALES. APRENDER A LEER LAS EMOCIONES EN EL ESPACIO VIRTUAL	15
3	ESPACIO PRIVADO / ESPACIO PÚBLICO EN LAS REDES SOCIALES APRENDER A LEER LAS SEÑALES Y PREVENIR EL PELIGRO	22
4	LA CONSTRUCCION DE LA AUTOESTIMA EN LAS REDES SOCIALES.	30
5	LA CONSTRUCCION DE LOS DISCURSOS DE ODIO- IDENTIDADES RADICALES	36
6	CONSTRUIR UNA SOCIEDAD VIRTUAL DEMOCRATICA. LA TOLERANCIA DE LA DIVERSIDAD Y LA INTOLERANCIA CONTRA LOS DISCURSOS DEL ODIO COMO BASE DE LA DEMOCRACIA	42
7	LOS DERECHOS HUMANOS EN LA ERA DE INTERNET	49



La realidad del alumnado ha cambiado radicalmente con la llegada de Internet. Las nuevas generaciones transitan por los dos mundos, presencial y virtual, como si no existieran barreras entre ambos. Tienen una enorme capacidad para la utilización de los recursos que les ofrece la tecnología y de aprendizaje continuo en su manejo. Sin embargo, aunque el conocimiento técnico es importante, no es suficiente para el desarrollo de una identidad segura que les permita habitar estos dos mundos de forma coherente, ética y responsable.

Los estudios nos muestran cómo el espacio de las redes es un escenario que puede ayudar a desarrollar la personalidad del alumnado. No sólo son una fuente de información ilimitada, también son un universo de autodesarrollo y autodescubrimiento que permiten poder conectarse a grupos sociales diversos, poder expresar opiniones de lo más variopintas y, lo más importante, poder encontrar un sentido de pertenencia y refuerzo de la identidad propia.

Las nuevas tecnologías y las redes sociales pueden ser una herramienta que potencie al máximo las conductas prosociales, dando apertura y conocimiento de miradas, vidas y situaciones diferentes a la propia, no accesibles desde el contexto natural. Pero para poder utilizar esta buena herramienta, la persona ha de tener primero las instrucciones de cómo utilizarla, ha de responsabilizarse de sus acciones siendo consciente de lo que provoca en las otras personas y ha de ser capaz de poder hacer un filtrado y reflexión crítica del contenido que le llegue.

Es preciso recordar que cuando el ser humano aprende y se desarrolla en el medio “natural” (es decir, fuera de las redes sociales) lo hace bajo la atenta mirada de los demás. La respuesta del medio permite al ser humano conectar con lo que sus acciones provocan en el resto, permite poder empatizar al ver el sufrimiento humano, sentir culpa y vergüenza u orgullo y alegría, y poder ir construyendo, a través del aprendizaje, un discurso crítico de lo que pasa a su alrededor.

El reto con el que nos encontramos es que nuestro alumnado tiene acceso a esta herramienta sin una formación adecuada que le permita actuar de acuerdo con un código de conducta ético que le guíe en el uso de las redes.

Con esta guía intentaremos abordar, de forma didáctica, propuestas para educar en el uso responsable y ético de las redes sociales.

PRESENCIA



PRESENTACIÓN

La guía del profesorado complementa la realizada para el alumnado, donde presentamos siete temas para reflexionar de forma individual y colectiva, por lo que es importante utilizar los dos recursos de forma conjunta.

En cada capítulo de esta guía encontraréis:

- Objetivos formativos.
- Contenidos formativos.
- Apuntes que completan los contenidos de la guía del alumnado para desarrollar en clase.
- Algunas cuestiones sobre las que podemos debatir en clase.
- Propuesta de actividad grupal.

IDENTIDAD VIRTUAL / IDENTIDAD PRESENCIAL. Enseñar a construir identidades seguras en las Redes sociales

OBJETIVOS FORMATIVOS

- Tomar conciencia de la importancia de construir una identidad virtual segura y coherente con la identidad real.
- Construir un perfil social en las redes que les represente de acuerdo a sus ideas, valores y experiencias.
- Reflexionar sobre las consecuencias que deja el rastro de la huella digital en el currículum vital, formativo y profesional.

CONTENIDOS FORMATIVOS

- La importancia de las identidades seguras.
- Las identidades en la red.
- Identidad presencial e identidad virtual.
- Confianza y coherencia en la construcción de identidades.
- Huella digital.

APUNTES

Es indiscutible que las nuevas tecnologías dan libertad a nuestro alumnado. Libertad de ver y escuchar lo que quieren, libertad de decir lo que piensan, libertad de sentir, libertad de pedir lo que quieren, libertad de experimentar y, quizá lo más controvertido para el y la adolescente, libertad de arriesgarse. Pero ¿son conscientes de la responsabilidad que conlleva esta libertad? ¿están preparados para construir una identidad segura que actúe en consecuencia con valores éticos y responsables? ¿saben quiénes son en las redes?

Es importante recordar que el alumnado de secundaria y bachiller se encuentra en el proceso de la adolescencia, una etapa en la que, una vez superada la infancia, entran en la búsqueda, determinada por el proceso de evolución del desarrollo cognitivo y corporal, de su propia identidad y diferenciación de las demás personas. Cambia el cuerpo, pero también cambia la capacidad de pensar, logrando un nivel de abstracción que le permite generar un pensamiento independiente, desde el cual construir una personalidad en la que encajen sus deseos y aspiraciones.

Desde el punto de vista evolutivo sabemos que se adquieren categorías de pensamiento más complejas que le permiten indagar, deducir conclusiones, generalizar aprendizajes y formular nuevas estrategias e hipótesis. Es el momento de las grandes preguntas metafísicas, todas ellas encaminadas a responder ¿quién soy yo? que equivale a la construcción de la identidad que me va a hacer una persona única y diferente.

La construcción de identidades seguras y definidas, con sentido de pertenencia a la sociedad, le ayudará a establecer relaciones íntimas, así como proyectos vitales y sociales con los que sentirse realizados a lo largo de sus vidas.

Las y los adolescentes, como consecuencia de la separación de la autoridad adulta, viven, por una parte, la sensación de libertad y omnipotencia que se concreta en la toma de decisiones. Pero, por otra parte, la sensación de confusión y soledad que les lleva a la búsqueda de la relación con sus pares, en la que esperan encontrar la aceptación incondicional, la seguridad, el espacio para ensayar su autonomía e independencia, así como el diálogo para construir una forma de ser en el mundo.

Internet amplía las posibilidades de que se relacionen con personas muy diversas, si saben elegir, de entre las múltiples formas de estar juntos, aquellas que pueden ser más cómodas, más creativas, más productivas, más diversas, más libres (sin límites geográficos), más potentes, flexibles, duraderas, afectivas, interesantes¹. Pero como afirma Danah Boyd, especializada en adolescentes, la identidad que se proyecta en esa etapa en Internet, no reemplaza el mundo social², e incluso a pesar de las múltiples conexiones electrónicas que establecen y, aunque pudiera parecer paradójico, muchos jóvenes de hoy se sienten aislados³.

El sociólogo norteamericano Michael Gurian menciona las cuatro búsquedas que toda persona joven realiza en su proceso para llegar a la vida adulta, aunque nosotras agregaríamos que éstas son las búsquedas que nos toma toda una vida conseguir⁴:

1 Reig Hernández, Dolors; Socionomía: ¿Vas a perderte la revolución social? (Spanish Edition) Grupo Planeta. Edición de Kindle.

2 Idem.

3 Gardner, Howard; Davis, Katie. La generación APP: Cómo los jóvenes gestionan su identidad, su privacidad y su imaginación en el mundo digital (Spanish Edition) (Posición en Kindle 638-645). Grupo Planeta. Edición 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.

- | | | | |
|---|--------------------------|---|--------------|
| ■ | Búsqueda de identidad | ▶ | Quién es |
| ■ | Búsqueda de autonomía | ▶ | Ser adulto |
| ■ | Búsqueda de la moralidad | ▶ | Valores guía |
| ■ | Búsqueda de la intimidad | ▶ | Amar |

En este contexto de búsqueda, las redes sociales son enormemente atractivas para las chicas y los chicos, tanto por su capacidad para experimentar, como para participar o comunicarse. Pero sobre todo porque crean vínculos con otros chicos y chicas con los que pueden indagar, de forma libre, cómo quieren ser y cómo quieren relacionarse. Es decir, pueden recrear la representación de la identidad.

Ahora bien, ¿es real la identidad que se crea en las redes? Podemos distinguir dos niveles de construcción. Por una parte, **la identidad virtual escénica** que permite una puesta en escena de imágenes donde se estudia cómo dar una buena impresión a los demás y tiene que como objetivo conseguir una gran cantidad de “*me gusta*”, un refuerzo constante de aceptación. Esta identidad que funciona como escaparate virtual (Livingstone, 2008) implica la estilización de las imágenes y los textos que se crean, compartiendo sólo aquellos que permiten obtener el halago público y ganar popularidad⁵.

Y, por otra parte, la **identidad reflexiva** que concibe el yo como un proceso reflexivo, continuo y generalizado. El objetivo de la acción reflexiva es obtener control y comprensión sobre las actividades propias y ajenas, así como la creación de una confianza que permita constituir el propio yo⁶. Este ejercicio, necesario tanto en la identidad presencial como virtual, ayuda a tomar conciencia de lo que hacemos y por qué lo hacemos, tejiendo una crónica discursiva que podemos comunicar de forma coherente en la identificación de nuestra identidad, y por extensión en el historial de las redes sociales.

CUESTIONES PARA DEBATIR

¿Qué es la identidad? ¿evoluciona a lo largo de los años?

La identidad es lo que nos identifica y nos diferencia de las demás personas. También lo que nos limita y nos concretiza. Es el resultado del proceso evolutivo que comienza cuando nacemos. A lo largo de los años vamos dando forma a lo que nos identifica. Pero es en la adolescencia cuando se produce un salto importante en la toma de conciencia de quiénes somos, reconociéndonos personas únicas, diferenciadas de los demás.

5 Jiménez, Estefanía; Garmendía, Maialen; Casado, Miguel Ángel; Entres selfies y whatsapps: Oportunidades y riesgos para la infancia y la adolescencia conectada (Comunicación n° 500464) (Spanish Edition) (Posición en Kindle 1833-1836). Gedisa Editorial. Edición de Kindle.

6 Ibidem.

¿Por qué es importante que los y las alumnas se tomen su tiempo para pensar quiénes son y qué es lo que hacen?

La importancia radica en que la definición de uno o uno mismo es un proceso muy complejo que requiere integrar factores cognitivos, emocionales y relacionales que han ido evolucionado a lo largo de la historia de cada individuo. La conciencia de nuestra identidad requiere:

1. El sentido de continuidad, es decir que nos reconozcamos en el paso del tiempo.
2. La diferenciación de los demás, porque cada uno y cada una somos únicos.
3. La coherencia entre quien habla y quién eres. Es decir, poseer un discurso propio, fruto del conocimiento sobre uno o una misma⁷.

¿Pueden las redes distorsionar la construcción de su identidad?

Las redes pueden proporcionarles experiencias muy positivas para ensayar y pensar sobre quiénes son, pero si no las utilizan de forma coherente pueden perderse en el intento de transmitir una imagen deseable que esté muy alejada de quienes son en realidad. Por eso, es importante tener tiempos de silencio que les ayuden a prestar atención a la vida interior, a los conflictos, a las dificultades personales y a la planificación de su proyecto vital⁸. En definitiva, a poner orden entre sus emociones y sus pensamientos.

¿Existe tanto anonimato en las redes?

No. Los estudios muestran que la mayoría de la gente joven accede a la red con su propia identidad. Es importante recordar que incluso desde el anonimato, existe una huella digital que deja un rastro muy difícil de borrar y que da continuidad entre lo que son hoy y el día de mañana.

¿Cómo pueden ensamblar su identidad virtual y presencial de forma coherente?

Lo primero que tendrán que pensar es que, tal y como explica Erik Erikson, para tener una identidad sana es importante combinar un yo multifacético, pero al mismo tiempo cohesionado, que resulta satisfactorio para uno mismo, y que es reconocible para las personas que nos rodean. Así, la receta es sencilla... deben intentar que haya una continuidad entre su perfil virtual y su perfil presencial, basada en la sinceridad y en sus propias vivencias.

⁷ López Fuentetaja, Ana María; Castro Masó, Ángeles. *Adolescencia (Alianza Ensayo) (Spanish Edition)* (Página 33). Alianza Editorial. Edición de Kindle.

⁸ Gardner, Howard; Davis, Katie. *La generación APP: Cómo los jóvenes gestionan su identidad, su privacidad y su imaginación en el mundo digital (Spanish Edition)* (Posición en Kindle 878-880). Grupo Planeta. Edición de Kindle.



PARA REFLEXIONAR:

Seguramente muchas veces te has parado a pensar cómo quieres mostrarte en las redes sociales. Suena como un experimento, pero no lo es, es la vida actual, donde lo físico y lo digital conviven en un mismo espacio de realidad. Los estudios nos muestran que el anonimato en Internet comienza a ser algo residual. Lo normal es que tengas un perfil en varias redes sociales, donde muestras tus opiniones, experiencias, participas o te relacionas. Todas estas actividades dan forma a nuestro perfil público. Y es importante saber gestionarlo, porque destruir una identidad digital es muchísimo más complicado que construirla.

En la conocida «Ventana de Johari», Joseph Luft y Harry Ingham pretenden ilustrar el proceso de interacción humana. Su teoría de comunicación tiene cuatro áreas⁹:

YO ABIERTO

Lo que conozco de mí y otros conocen de mí, las ideas que manifiesto, las actividades abiertas y conscientes, los sentimientos que comunico, los proyectos que todos saben, las cualidades y los defectos que exteriorizo.

YO CIEGO

lo que no conozco de mí y otros sí conocen, mecanismos incontrolados que los demás descubren en mí. Algunas facetas de nuestra personalidad y estilo de comunicación: miedos, manías, limitaciones.

YO OCULTO

lo que conozco de mí y otros no conocen: sentimientos escondidos, secretos.

YO DESCONOCIDO

lo que no conozco de mí y otros no conocen de mí: mecanismos, de defensa y motivaciones inconscientes. Aspiraciones, deseos, represiones. Actos inconscientes.



OBJETIVOS:

- Tomar conciencia de la importancia de construir un perfil virtual coherente y veraz.
- Reflexionar sobre qué parte de nuestra identidad queremos mostrar en público y qué parte queremos reservar para nuestra intimidad.
- Reflexionar sobre cómo nos perciben otras personas en las redes sociales.

⁹ Fritzen, S.J. (1997): La ventana de Johari. Sal Terrae. Santander.



METODOLOGÍA: Individual.



MATERIALES: Papel y lápiz/bolígrafo.



TIEMPO: Media hora de trabajo individual y media hora para el trabajo en plenario (preguntas para la reflexión).



INSTRUCCIONES:

De forma individual dibujar una diana con círculos concéntricos. En el centro escribir cuatro palabras que describan tu yo oculto/cómo te defines. En el siguiente círculo escribe cuatro palabras con la identidad que muestras en las redes (tu 'yo abierto') y en el círculo más alejado, escribe, con cuatro palabras, como crees que te perciben las demás personas en las redes.



PREGUNTAS PARA LA REFLEXIÓN:

- ¿Cómo quieres que te identifiquen?
- ¿Cuál es la impresión que deseas dar?
- ¿Qué objetivo tiene tu identidad digital?
- ¿Qué quieres que conozcan de ti?
- ¿Cómo te verás dentro de unos años?
- ¿Qué idea/s transmites en las redes sociales?

COMUNICACIÓN EN LAS REDES SOCIALES. Aprender a leer las emociones en el espacio virtual

OBJETIVOS FORMATIVOS

- Comprender las posibilidades de comunicación que nos ofrecen las redes sociales.
- Ser conscientes de que los mensajes que lanzamos a la red tienen consecuencias emocionales en las personas que los reciben.
- Aprender los elementos que componen la comunicación virtual.
- Aprender a leer las emociones a través de la pantalla.
- Comprender cómo a través de los mensajes podemos crear discursos de opinión que pueden afectar a colectivos y personas.

CONTENIDOS FORMATIVOS

- Elementos de la comunicación virtual.
- Emisores y receptores de los mensajes en la red.
- Consecuencias de los mensajes que se emiten.
- Mensajes y líneas de opinión en las redes.

APUNTES

Las redes nos han abierto la posibilidad de establecer infinidad de vías de comunicación, atravesando fronteras espaciales y temporales. En muchas ocasiones los mensajes que emitimos llegan a personas a las que no veremos nunca o que ni siquiera seremos conscientes de su existencia. Cuando los mensajes emitidos están dirigidos a colectivos concretos con la intención de insultar o denigrar, funcionan como un altavoz, creando corrientes de opinión y falsas creencias que acentúan los estereotipos y prejuicios, que se pueden transformar en discursos de odio.

A pesar de las medidas que los servidores están adoptando para cortocircuitar los discursos de odio, sabemos que la mejor herramienta para evitar su propagación es la educación en un uso responsable de las redes. Por eso, es importante enseñar a los alumnos y alumnas a actuar desde la escucha, poniéndose en lugar de las personas que hay detrás de las pantallas y comprendiendo la importancia que tiene que defendamos el derecho a la dignidad y la justicia para todos los seres humanos, sin exclusión por razones de sexo, identidad u orientación sexual, etnia, nacionalidad, capacidad, creencias o cualquier otra condición.

El problema que encontramos es que, así como en la comunicación presencial hay elementos no verbales que nos ayudan a comprender el efecto que tiene el mensaje que emitimos en el interlocutor, generando una respuesta empática, en la comunicación virtual es más difícil identificar las consecuencias de nuestras acciones.

Sin embargo, el hecho de que no haya señales visuales (no podemos ver los gestos faciales o corporales de las personas receptoras del mensaje) no implica que no podamos predecir e interpretar las reacciones que éstos pueden llegar a producir. Los últimos estudios sobre las neuronas empáticas señalan que podemos anticipar de forma imaginaria la respuesta. Por lo tanto, podemos, a través de la reflexión y el análisis de casos, enseñar al alumnado a que se comuniquen teniendo en cuenta las emociones de las personas que reciben los mensajes.

Para abordar el concepto de comunicación en las redes, en primer lugar, lo definiremos como el proceso mediante el cual transmitimos e intercambiamos ideas, información, conocimientos, etc. Diferenciamos entre información, cuando nos referimos exclusivamente al contenido (conjunto de ideas, datos, conocimientos...) y comunicación, cuando nos referimos al proceso de transmisión o transferencia de esa información.

Los elementos que intervienen en cualquier proceso de comunicación son:

El **mensaje** es el contenido de la información: el conjunto de ideas, sentimientos o conocimientos.

La **persona emisora** es quien codifica y envía el mensaje.

La **persona receptora** es quien recibe, descifra e interpreta el mensaje.

El **código** es el conjunto de reglas propias de cada sistema de signos y símbolos que la persona emisora utiliza, conocidas tanto por el emisor como por el receptor para comunicarse.

El **canal** es el medio por el cual se transmite en mensaje, en este caso las redes.

El **contexto** es la situación en la que se emite el mensaje. Es el momento y el lugar en que se realiza el proceso de la comunicación.

La **interferencia o barrera** es cualquier perturbación experimentada por la señal en el proceso de la comunicación que en las redes pueden ser múltiples.

La **retroalimentación** (mensaje de retorno) es la condición necesaria para la interactividad del proceso-Comunicativo. La retroalimentación posibilita la interacción entre la persona emisora y receptora. Es el elemento del proceso de la comunicación que nos permite saber si la comunicación se logró efectivamente. En la comunicación virtual, puede producirse que no exista una respuesta por parte de las personas interlocutoras, pero esto no quiere decir que no haya habido un contacto y no respuesta, sino que no tenemos constancia.

En segundo lugar, plantearemos la importancia de desarrollar una identidad propia y natural que busque la aceptación y desarrolle sentido de pertenencia grupal y social. La participación en las redes sociales debe basarse en el desarrollo de una actitud empática y tolerante que tienda a recrear climas de diálogo y respeto a la diversidad y de resoluciones negociadas¹⁰. Para lo que es necesario desarrollar nuestra capacidad emocional. El aprendizaje de estas capacidades se denomina “*Competencias emocionales*” que se resumen en la capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás, incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado. Dentro de este bloque se pueden especificar una serie de aspectos como los siguientes:

Tomar de conciencia de las propias emociones. Es la capacidad para percibir con precisión los propios sentimientos y emociones, identificarlos y etiquetarlos. Contempla la posibilidad de experimentar emociones múltiples y de reconocer la incapacidad de tomar conciencia de los propios sentimientos debido a inatención selectiva o dinámicas inconscientes.

Dar nombre a las emociones. Es la eficacia en el uso del vocabulario emocional adecuado y utilizar las expresiones disponibles en un contexto cultural determinado para designar los fenómenos emocionales.

Comprender las emociones de los demás. Es la capacidad para percibir con precisión las emociones y sentimientos de las demás personas y de implicarse empáticamente en sus vivencias emocionales. Incluye la pericia de servirse de las claves situacionales y expresivas (comunicación verbal y no verbal) que tienen un cierto grado de consenso cultural para el significado emocional.

Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento. Los estados emocionales inciden en el comportamiento y éstos en la emoción; ambos pueden regularse por la cognición (razonamiento, conciencia). Emoción, cognición y comportamiento están en interacción continua, de tal forma que resulta difícil discernir qué es primero. Muchas veces pensamos y nos comportamos en función del estado emocional¹¹.

10 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 y competencias básicas. Aprender a colaborar, a comunicarse, a participar, a aprender (GRAO - CASTELLANO).

11 Alzina, Rafael Bisquerra. Psicopedagogía de las emociones (Educar, instruir) (Spanish Edition) (Página 148). Síntesis. Edición de Kindle. Síntesis. Edición de Kindle.

CUESTIONES PARA DEBATIR

¿Cómo pueden los y las jóvenes ejercitar una comunicación empática en las redes?

Para comunicarse en las redes desde un planteamiento empático es importante hacer un ejercicio de visibilización de la persona o personas que van a recibir nuestros mensajes. Aunque no podamos ver sus rostros, podemos “imaginar” su respuesta poniéndonos en su lugar.

Las conductas agresivas, ¿son similares en las redes y en el mundo presencial?

En general, cuando preguntamos a alguien que insulta o agrede a través de las redes si emitiría ese mensaje con la otra persona si estuviera físicamente delante, contesta que no lo haría. Es decir, la falta de contacto visual y físico desinhibe la respuesta, que puede ser igual de dañina o más, que si la recibiéramos en la calle.

¿Por qué se dan más conductas agresivas en las redes?

Por falta de contacto emocional. Al no percibir la respuesta gestual de la otra persona ante la agresión, el daño parece inocuo. Por eso es importante educar en la comunicación empática. Si enseñamos a reconocer las emociones detrás de las pantallas, podrán percibir intuitivamente cómo se siente la persona que lee sus mensajes u opiniones y por qué se sienten así, permitiéndoles relaciones más satisfactorias, eficientes justas y solidarias.

¿Es posible aprender a comunicarse de forma responsable en las redes?

La comunicación en las redes sociales apenas tiene unas décadas de existencia, pero ya son un medio de comunicación personal y colectiva muy importante. Es preciso que aprendamos a comunicarnos de forma responsable considerando el impacto emocional de nuestros mensajes y opiniones, emitiéndolos desde el respeto y con una actitud crítica ante la intolerancia.

¿Qué reglas se deben mantener para una mantener una comunicación sana en las redes?

Compartir opiniones, experiencias y conocimientos, siendo consciente de que se está en un foro abierto. La imagen de estar en la plaza del centro de una ciudad, les proporcionará la dimensión del alcance que pueden tener sus mensajes, imágenes, etc.

Las redes y las TIC no deberían utilizarse jamás para hacer daño a otras personas.

Recordar que los mensajes los reciben otras personas. Aunque no veas sus caras o escuches sus opiniones, vuestros comentarios y acciones pueden provocarles emociones positivas o negativas.

Elegir vuestra identidad virtual de forma honesta, la credibilidad y la confianza en la red es un valor.

Establecer una comunicación basada en el respeto y el reconocimiento de la diversidad de opiniones y creencias.



PARA REFLEXIONAR:

La empatía es la capacidad que tienen los seres humanos de percibir y entender las necesidades y sentimientos de otra persona. Una persona empática ha desarrollado capacidades, habilidades y herramientas que le permiten conectarse o ponerse en el lugar de la otra persona y por ello, responde entendiendo sus emociones y necesidades. Esto facilita la comprensión mutua y fomenta una comunicación más respetuosa y asertiva. No significa asumir el rol del otro, sino comprender cómo piensa, qué siente y por qué actúa de una determinada manera.



OBJETIVOS:

- Tomar conciencia de cómo nuestros mensajes y opiniones en las redes tienen efectos en las demás personas.
- Aprender a leer las emociones a través de la pantalla.



METODOLOGÍA: Por parejas.



MATERIALES: Una cartulina por pareja/ Tijeras.



TIEMPO: 50 minutos.



INSTRUCCIONES:

Dividimos a la clase en parejas. Repartimos una cartulina y unas tijeras. Tienen que recortar la cartulina dejando sólo el borde, de forma que simulen la pantalla de un ordenador.

Cada miembro de la pareja escribirá en un folio tres juicios positivos y tres negativos.

De forma alterna, sujetarán la cartulina simulando ser quien escribe las opiniones y quien las recibe. Se emitirán las opiniones negativas y positivas, en voz alta, de forma convincente, observando el rostro de quien emite el mensaje. La persona que escucha las opiniones no puede emitir ningún juicio ni sonido.

Nos sentamos en círculo y explicamos que hemos percibido.



PREGUNTAS PARA LA REFLEXIÓN:

- ¿Cómo te has sentido al recibir los juicios negativos? ¿y al recibir los positivos?
- ¿Podrías describir lo que has sentido?
- ¿Te sentirías de la misma forma si no vieras el rostro de la persona que está emitiendo las opiniones?
- ¿Emitirías las mismas opiniones si no tuvieras a tu compañero o compañera delante?
- ¿Te ha ayudado este ejercicio a pensar cómo te relacionas en la red?

ESPACIO PRIVADO/ESPACIO PÚBLICO EN LAS REDES SOCIALES. Aprender a leer las señales y prevenir el peligro

OBJETIVOS FORMATIVOS

- Ser conscientes de que la privacidad e intimidad no están seguras cuando se expone en Internet o en las redes.
- Aprender a utilizar la información privada con precaución.
- Reflexionar sobre el daño que se puede causar cuando se expone o difunde información privada de otras personas.
- Aprender a actuar de forma cívica en las redes sociales.
- Reconocer las señales de peligro.
- Establecer relaciones seguras con personas o entidades desconocidas en la red.

CONTENIDOS FORMATIVOS

- Espacio privado/espacio público en la red.
- Qué exponemos en las redes.
- Ciberbullying.
- Relaciones con extraños: Caperucita y el lobo en las redes.

APUNTES

En el mundo presencial la diferencia entre qué es privado y qué es público es muy fácil, la marcan las paredes. En el mundo virtual no hay paredes y, teniendo en cuenta que para los y las jóvenes las nuevas tecnologías están tan fusionadas en su día a día (casi parece que si no cuelgas las fotos de fiesta significa que nos has

estado de fiesta), ¿qué es privado y qué es público?¹². El hecho de que las alumnas y alumnos conozcan las herramientas técnicas para manejar Internet y las redes no equivale a saber cómo conducirse, ni las consecuencias que tiene exponer su privacidad a un entorno muy propicio a la difusión de la información. Incluso en las redes con un grupo reducido de amistades, aquellos elementos que se comparten, pueden replicarse con facilidad, llegando a espacios más abiertos. Por ejemplo, cuando comparten una fotografía tomada en un momento informal. Es importante que comprendan que este sencillo gesto, puede reproducirse llegando a espacios que no controlan. Hasta el punto que, años después, en la búsqueda de un empleo, toda la información que se ha subido puede llegar a manos de la empresa a la que se desea acceder y que tendrá una información que, tal vez, no se quiera mostrar.

Los y las jóvenes consideran que cuando mantienen una conversación o intercambian información en redes sociales a las que sólo tienen acceso sus amistades, no hay peligro de filtraciones. El grado de confianza que establecen a través del teclado del ordenador o el móvil, les da una falsa seguridad de intimidad que no es completamente real. Incluso, pueden llegar a revelar informaciones íntimas que no contarían en una conversación en persona. Al quedar escrita, esta información puede difundirse con facilidad. Aunque escojan un perfil privado, no se protege la intimidad de forma segura, ya que lo que cuelguen puede ser distribuido por las personas que tengan acceso a su perfil.

Del mismo modo, deben saber que de la misma forma que no exhiben imágenes, reflexiones, ideas o vídeos en la plaza de su pueblo o su ciudad para que las vea todo el mundo, no deben hacerlo en Internet. Una sencilla pregunta como, por ejemplo, ¿esto lo pondrías en el corcho de tu instituto para que lo vieran todos tus compañeros y compañeras?, puede ayudarles a reflexionar sobre la utilización de la información en las redes.

Es preciso que aprendan a utilizar el espacio virtual siendo conscientes de que **Privado es todo aquello que no debería estar en una red social**. Y que lo que es privado es diferente para cada persona. Pero cada alumno y cada alumna debe de hacerse responsable de aquellos aspectos de su vida que quiere dar a conocer. Responsabilizarse significa ser consciente de lo que nuestras decisiones conllevan y asumir las consecuencias de éstas¹³.

En el mismo sentido, debemos ayudarles a reflexionar sobre la utilización de la información o suplantación del nombre y perfil de otras personas. El ciberbullying se está extendiendo de forma peligrosa como forma de acoso entre estudiantes. Definimos Ciberbullying como un acto agresivo e intencionado, llevado a cabo de manera repetida y constante a lo largo del tiempo, mediante el uso de formas de contacto electrónicas por parte de un grupo o un individuo contra una víctima que no puede defenderse fácilmente¹⁴. El ciberbullying entre iguales suele realizarse a través de información lesiva o difamatoria en formato de mensaje o

12 Salas Merino, Carlos; Santos Martínez, Inés; Somos Más. Contra el Odio y el Radicalismo. Guía para el Profesorado.

13 Salas Merino, Carlos; Santos Martínez, Inés; Somos Más. Contra el Odio y el Radicalismo. Guía para el Profesorado.

14 Garaigordobil Landazabal, Maite; Martínez Valderrey, Vanesa; CYBERPROGRAM 2.0. Programa de intervención para prevenir y reducir el ciberbullying (Ojos Solares - Programas) (Spanish Edition) (Página 23). Ediciones Pirámide. Edición de Kindle.

imágenes y vídeos causando un enorme perjuicio a la persona que es acosada. Es fundamental educar en la prevención y actuación en casos de ciberbullying. Deben conocer las consecuencias legales derivadas del hecho de acosar, así como deben actuar cuando sufren situaciones de acoso en las redes.

Los chicos y chicas adolescentes sienten que son capaces de todo, que pueden afrontar cualquier eventualidad y no siempre atisban el peligro cuando entran en contacto con personas desconocidas. Esta combinación, a la que se suma la desinhibición que produce el espacio virtual puede abocarles a situaciones de riesgo que denominamos “Caperucita y el lobo en Internet”. Por esta razón es importante enseñarles a tomar precauciones cuando contactan con personas o grupos desconocidos. Es preciso recordarles que en Internet es muy fácil crear identidades falsas, lo que facilita el engaño o el abuso a través de la invención de relaciones o tramas.

CUESTIONES PARA DEBATIR

¿Tienen derecho a conservar la intimidad en las redes?

Rotundamente sí. El derecho a la intimidad les otorga la capacidad de controlar el acceso a la información sobre su vida privada. Pueden decidir a qué elementos pueden acceder terceras personas y controlar la extensión, la forma y cuándo lo pueden hacer. Identificar los peligros que existen en Internet, les ayuda a navegar y relacionarse con más seguridad.

Cuando usen las redes sociales, deben ser conscientes de que pueden dejar una puerta abierta a su privacidad. Son libres para decidir qué información quieren compartir y con quién, cómo y cuándo hacerlo. Pero es preciso que sean conscientes y que dispongan de los conocimientos necesarios para ejercer sus derechos en cada momento.

¿Qué es el sexting?

Es el envío voluntario de imágenes propias, desnuda o semidesnuda, que una persona comparte con otras por Internet o por cualquier otro medio, ya sea a personas conocidas o a desconocidas. El término resulta de la unión de ‘Sex’ y ‘Texting’ (ambas en inglés) pues la conducta surge como mensajes escritos con connotación sexual. Sin embargo, hoy se confirma que una imagen dice más que mil palabras, y el sexting es, mayormente, visual¹⁵.

¹⁵ Novoa Foglio, Armando; Internet sin peligro para tus hijos: Oriéntalos hacia una vida digital ética y productiva (Educadores contemporáneo) (Spanish Edition) (Posición en Kindle 2799). Producciones Educación Aplicada. Edición de Kindle.

¿Cómo se plantea la violencia de género en las redes?

Al igual que en el mundo presencial, en las redes se producen situaciones de control absoluto justificado por los celos o el amor romántico. La conexión online permite saber dónde está la chica, si está conectada o exigirle respuestas continuas que la obligue a estar alerta. El control del WhatsApp es el más conocido, pero existen otros tipos de control, como el Juego de Venus, en el que se invita a votar por las fotografías de las chicas; o el ‘sextorsion’ que es una forma de chantaje en la cual una persona es chantajeada con una imagen o vídeo de sí misma desnuda o realizando actos sexuales, que generalmente ha sido previamente compartida mediante sexting. La finalidad suele ser la obtención de dinero, el dominio de la voluntad de la víctima o su victimización sexual¹⁶. Todas ellas prácticas donde la víctima pierde el control de su intimidad.

¿Qué precauciones se deben tomar en Internet y las redes sociales?¹⁷

- Es recomendable no publicar demasiados datos personales en Internet (redes sociales, plataformas, blogs, foros...) y la publicación de datos como el correo electrónico o teléfono móvil, hacerlo de la forma más privada posible.
- Tener precaución a la hora de publicar contenidos audiovisuales y gráficos, dado que en este caso se puede estar poniendo en riesgo la privacidad e intimidad de personas de tu entorno. Siempre que se vayan a alojar contenidos de este tipo o información de terceros, se recomienda notificar previamente a esa persona para que lo autorice o, en su caso, filtrar los contenidos que desea publicar y los que no.
- No aceptar ni agregar como contacto a personas desconocidas. Es recomendable asegurarse de si la persona que se va a agregar es realmente conocida. Para ello, en caso de que el nombre de usuario no sea reconocible, se puede preguntar a los propios contactos si le conocen (amistades comunes, compañeros de colegio...).
- Cuando se observe que hay discrepancias entre el perfil declarado y el real, o si se identifica alguna conducta malintencionada, la mejor opción es bloquear el contacto de forma inmediata. En función de la gravedad de la situación, es recomendable ponerlo en conocimiento de la familia, tutores y de las autoridades competentes si se considera necesario. En estos casos, conviene que se comunique a los compañeros y compañeras para que estén prevenidos ante este contacto.

¹⁶ Martínez Ten, Luz; *Monográfico educando en igualdad* N° 3 - Noviembre 2015 - Herramientas de trabajo para el profesorado.

¹⁷ Adaptado de: Garaigordobil Landazabal, Maite; Martínez Valderrey, Vanesa. CYBERPROGRAM 2.0. Programa de intervención para prevenir y reducir el ciberbullying (Ojos Solares - Programas) (Spanish Edition) (Ediciones Pirámide. Edición de Kindle).

- Evitar el envío de imágenes o vídeos a usuarios en los que no se confía. En caso de que contactos desconocidos intenten involucrarse de forma muy temprana en sus vidas sociales y, al poco tiempo, soliciten que se le envíe una foto o encender la cámara web, es mejor dudar y, en un momento posterior, disculparse que ser afectado por las negativas conductas que podrían darse.
- Navegar con seguridad utilizando antivirus.
- No proporcionar nunca la contraseña de tus cuentas. Tampoco a personas conocidas.
- Comunicar a madres, padres o profesorado tan pronto se detecten situaciones de riesgo, tales como solicitudes de temas relacionados con contenido sexual.
- Navegar con la misma precaución con la que se actúa en la calle. Leer las señales de peligro les proporcionará libertad y seguridad.
- Verificar la autenticidad de la información.



PARA REFLEXIONAR:

Hacemos mucho hincapié en la importancia de establecer reglas que nos permitan comunicarnos en la red con seguridad y libertad. Ya existen normas legales que penalizan ciertas conductas, pero lo cierto es que nos corresponde a todos y a todas velar porque Internet sea un espacio seguro en el que nuestros derechos sean respetados. Para ello es importante reflexionar sobre cómo debemos comportarnos y cuáles son nuestros derechos. Así que vamos a crear un código de conducta que seguiremos en clase. En dos o tres meses podemos evaluarlo y ver si lo hemos cumplido o hay normas que hay que cambiar. Si el resultado es bueno, podemos proponerlo al resto del instituto.



OBJETIVOS:

- Realizar un código de conducta en la red.
- Especificar los derechos que queremos que se respeten en las redes.
- Establecer una forma de actuación colectiva.



METODOLOGÍA: Por grupos.



MATERIALES: Cartulinas / rotuladores.



TIEMPO: 50 minutos.



INSTRUCCIONES:

En grupos de cinco personas confeccionarán un listado de diez derechos que consideran que deben respetarse en la red. Para ayudarles a reflexionar les facilitaremos el siguiente listado, del que pueden seleccionar los que consideren más importantes.

Tengo derecho a:¹⁸

- Subir fotos sin miedo a que jueguen con ellas.
- Mantenerme en el anonimato.
- Que me respeten.
- Adquirir la información que necesito.
- Comunicarme con mis amistades por la red sin preocupaciones (sin que nadie me deje en ridículo).
- Poder subir la información y/o documentos que quiera a mi web.
- Que no me espíen.
- Ser como soy en la red.
- Tener privacidad.
- Hablar con libertad.
- Que no me mientan.
- Que no me critiquen.
- Que no me insulten.
- Saber con quién hablo.
- Poder ignorar a la gente que me insulta.
- Sentirme protegido.
- Que no me amenacen.
- Que no suplanten mi identidad e insulten a mis conocidos.
- A que otros no difundan mi información.

Una vez han seleccionado diez derechos, deberán escribir diez normas de conducta ética y responsable para navegar por Internet.

Cada grupo expondrá los diez derechos y las diez normas en el plenario de clase.

Se confeccionará un reglamento para la clase que se pondrá a prueba durante dos o tres meses. Al cabo de este tiempo evaluaremos los resultados.

¹⁸ Garaigordobil Landazabal, Maite; Martínez Valderrey, Vanesa. CYBERPROGRAM 2.0. Programa de intervención para prevenir y reducir el ciberbullying (Ojos Solares - Programas) (Spanish Edition) (Página 205). Ediciones Pirámide. Edición de Kindle.



PREGUNTAS PARA LA REFLEXIÓN:

- ¿Qué derechos te parecen más importantes para navegar por la red?
- ¿Has sentido vulnerados tus derechos? ¿has vulnerado los derechos de otras personas?
- ¿Crees que es posible garantizar el respeto en las redes?
- ¿Cómo podemos acabar con las agresiones o los abusos en Internet?
- ¿Qué personas son más vulnerables ante las situaciones de abuso?
- ¿Cómo podemos defenderlas?
- ¿Vas a tomar precauciones para cuidar la información que compartes en las redes?
- ¿Te parece importante preservar tu identidad?

OBJETIVOS FORMATIVOS

- Comprender que en las redes la realidad virtual no siempre se corresponde con la realidad presencial.
- Diferenciar entre amistades en la red y amistades en el mundo presencial.
- Prevenir conductas de dependencia creadas por la sobre-exposición y aceptación en las redes.
- Construir identidades seguras aprendiendo a relativizar los comentarios positivos y negativos en la red.
- Construir identidades seguras y autónomas que no dependan de la vinculación a las redes.

CONTENIDOS FORMATIVOS

- Exposición en las redes.
- Desconexión y límites en las redes.
- Aceptación a través de los 'likes'.
- Diferencias entre la realidad que mostramos y la realidad presencial.
- ¿Si no lo subes no lo vives?

APUNTES

En la etapa de la adolescencia hay una búsqueda de aceptación por parte del grupo de iguales. La necesidad de autoafirmarse depende en gran medida de su vinculación con un grupo de referencia y de pertenencia. Este grado de vinculación describe la propia identidad del o la joven. La retroalimentación de la identidad, conforme aumenta la vinculación al grupo, se facilita y potencia en los escenarios virtuales de socialización, donde las relaciones son intensas, múltiples, simultáneas, algunas de las cuales se complementan y prolon-

gan en el grupo presencial. La construcción de identidades se desarrolla de una forma “bidireccional”, uno mismo en su vivencia física y virtual, con el otro en su presencia física y virtual, a través del chat, blogs, fotologs; o «multidireccional», cada uno con un grupo de referencia o pertenencia, a través de las redes sociales, juegos colectivos¹⁹. Y si bien, las relaciones en las redes pueden facilitar este sentimiento de pertenencia, es fundamental que su conducta no esté dirigida sólo a conseguir ‘likes’, desarrollando un juicio crítico que les ayude a valorar los comentarios positivos y negativos con una distancia emocional que no les haga dependientes de las opiniones de otras personas.

La construcción de identidades seguras de adolescentes y jóvenes se logra desarrollando los siguientes factores:

Sentido de seguridad: Que les permitan ponerse a prueba y atreverse a hacer cosas nuevas, aprendiendo a conocerse.

Sentido de identidad: Definiendo los valores que les hacen formar parte de una sociedad democrática. Aprendiendo a participar desde el espíritu crítico y constructivo. Empatizando con sus emociones y con las de las demás personas. Entendiendo sus circunstancias y construyendo un auto-concepto positivo.

Sentido de pertenencia: Somos seres sociales que necesitamos que nos acepten como somos. Por eso es tan importante el respeto a la diversidad.

Sentido de propósito: Fijando una hoja de ruta que les ayude a consolidar metas y objetivos vitales que les proyectarán en un futuro mejor y les motivarán para ir mejorando poco a poco.

Sentido de competencia: Reconociendo las capacidades y fortalezas, así como las responsabilidades y obligaciones tanto para ellos mismos como para los demás.

Es en el sentido de pertenencia donde las redes sociales van a tener un papel importante por rol de conexión entre grupos y colectivos. La necesidad de mostrar al grupo lo que hacen, les puede llevar a una sobre-exposición de su vida personal hasta el punto de que **“lo que no se sube a las redes no existe”**. Sin embargo, las redes muestran únicamente lo que se quiere enseñar: ni todo lo que se sube a ellas es completamente real (las imágenes pueden dar la impresión de una felicidad total o tragedia total), ni lo que vivimos es más intenso por subirlo en las redes.

Es preciso ayudarles a reflexionar sobre la realidad que esconden las redes, en las que las personas pueden exponerse de manera distinta, inventar identidades o materializar fantasías. La realidad virtual permite actitudes y conductas que serían más difíciles de expresar en el cara a cara. Se da un anonimato relativo que hace que los filtros de lo que se expone (tanto en palabras como en imágenes) sean menores que en la reali-

¹⁹ García Mantilla, Agustín; Ferrés i Prats, Joan; Aparici, Roberto. Educomunicación: más allá del 2.0 (Comunicación Educativa) (Spanish Edition) (Posición en Kindle4398-4400). Gedisa Editorial. Edición de Kindle.

dad presencial y esto abre posibilidades expresivas, pero también, los hace más vulnerables a las opiniones y críticas.

Para ayudarles a construir identidades seguras es importante que reflexionen sobre cómo se comportan en las redes de forma que puedan actuar de forma autónoma, teniendo el control de una herramienta de comunicación que tiene un enorme potencial si se utiliza de forma adecuada.

CUESTIONES PARA DEBATIR

¿Actúan sólo para las redes? ¿Hacen algo porque realmente te interesa o únicamente por tener algo que mostrar?

Las redes ofrecen un refuerzo inmediato sobre la conducta o la opinión que exponen. Es importante que sean conscientes de que la continua búsqueda de refuerzo en las redes, puede llevarlos a crear dependencia, hasta el punto, de que se pueden dar situaciones en las que busquen vivencias de “riesgo” tan sólo para mostrarlas en abierto y recibir una cantidad importante de ‘likes’.

Compartir vivencias o experiencias es una posibilidad que nos dan las redes, pero ¿hasta qué punto pueden condicionar lo que hacemos? Esta es una pregunta que deben de hacerse si sienten la obligación de exponerse continuamente en las redes.

¿Puedes desconectarte de las redes?

Aprender a “desconectar” de Internet es aprender a **hacer silencios** para permitir la escucha interior tan necesaria para conectarse con el **yo** más íntimo.

Desconectarse de las redes, significa, también, conectarse con el mundo que les rodea. Cuantas veces observamos a grupos de jóvenes en un parque o en el patio del instituto con la mirada fija en el móvil y los dedos tecleando a toda velocidad, y sin hablar entre ellos.... O en las comidas familiares, se abstraen de la conversación porque están inmersos en lo que ocurre en Internet.

El sencillo gesto de aprender a apagar el móvil o dejarlo en silencio para conectar con la realidad que les rodea es un ejercicio de autonomía e independencia que cobra un gran valor en los tiempos actuales.

¿Controlas tú o te controlan a través de las redes?

Hablábamos de la importancia del sentido de pertenencia, pero ésta no puede confundirse con control o dependencia. Muchas situaciones de ciberbullying o violencia de género se construyen a través de las redes.

Por ejemplo, en situaciones de violencia de género, el chico puede pedir a su novia que este siempre conectada al WhatsApp del móvil para que él pueda enviarle mensajes, controlar dónde está o asegurarse de que está disponible para él.

Sin llegar a situaciones tan extremas, podemos observar cómo es cada vez más frecuente que las chicas y los chicos estén permanentemente atentos al móvil por si “pasa algo”, por miedo a ser excluidos de una actividad o del grupo. Otra forma de control es “dejar en azul”, lo que significa que se han leído los mensajes pero que no hay respuesta. Todas estas formas de interacción pueden llegar a generar sensación de ansiedad y angustia. Por eso, ayudarles a expresar cómo se relacionan a través de las redes, identificando las conductas que les hacen sentir bien y las que no, puede ser un buen ejercicio para ejercitar la autonomía y la seguridad.

¿Conoces a todas las personas con las que estas conectadas? ¿Cuántos son amigos y amigas reales?

Las redes facilitan el contacto con cientos de personas con las que posiblemente nunca nos relacionemos presencialmente. Algunas de estas amistades virtuales pueden tener un sentido importante y profundo, pero es imposible que esto ocurra con todos los contactos que van añadiendo a sus perfiles en las redes. Es preciso recordar que para alcanzar un grado de intimidad satisfactorio que ayude al equilibrio personal, es preciso establecer relaciones significativas con una o varias personas que conformen el núcleo más próximo. Reflexionar sobre las relaciones en la red, les puede proporcionar una perspectiva más real sobre cómo se comunican y la importancia que dan a los comentarios que reciben. Asimismo, la reflexión sobre la importancia que dan a los mensajes presenciales y virtuales les ayudará a prevenir la dependencia y construir un auto-concepto ajustado a la realidad.

¿Saben distinguir la información real de la ficticia?

El mundo virtual permite construir perfiles que no se corresponden completamente con la realidad. Por ejemplo, pueden encontrarse con personas que hablan de hazañas o situaciones inventadas o exageradas o que muestran sólo una parte de su vida. Subrayamos la importancia de relativizar lo que leen en Internet y las redes, porque la adolescencia es un periodo en que buscan referentes para la construcción de las distintas facetas de su identidad, si éstos no son reales, adquirirán una información distorsionada de lo que es posible y deseable. Por ejemplo, la curiosidad por la sexualidad, les puede llevar a páginas pornográficas donde se cosifica a las personas, dando una idea del placer basado en la violencia y la humillación. Enseñarles a leer de forma objetiva y a rechazar situaciones que vayan en contra de sus valores es fundamental para discernir lo que éticamente está bien o es saludable y recomendable.

**PARA REFLEXIONAR:**

En teoría, Internet y las redes sociales nos ayudan a liberar tiempo. Sin embargo, la constante interacción en las redes, con los juegos o la búsqueda de información terminan por ser una distracción infinita que reduce el espacio a la reflexión íntima o a la construcción de la identidad. La reflexión pausada es fundamental para poder analizar lo que sentimos o vivimos. Las investigaciones han identificado varios de los beneficios que aparecen cuando el cerebro está en descanso (relativamente hablando) y orientado hacia el interior. Al parecer, los periodos de inactividad desempeñan una función de recuperación esencial, fomentan la sensación de bienestar y, en definitiva, ayudan a la persona a centrar su atención con mayor eficacia cuando es necesario. Soñar despierto, pasear y dejar volar la imaginación tienen efectos positivos²⁰. La introspección es especialmente importante en las etapas en las que reflexionamos sobre quiénes somos.

**OBJETIVOS:**

- Ayudar a tomar conciencia de cómo gestionan el tiempo de reflexión y de contacto.
- Comprender la importancia de desconectar de las redes.



METODOLOGÍA: Por parejas.



MATERIALES: Folios / rotuladores.



TIEMPO: 50 minutos.

²⁰ Gardner, Howard; Davis, Katie. La generación APP: Cómo los jóvenes gestionan su identidad, su privacidad y su imaginación en el mundo digital (Spanish Edition) (Posición en Kindle 906-916). Grupo Planeta. Edición de Kindle.



INSTRUCCIONES:

Dividimos el grupo en parejas. Repartimos dos folios para cada pareja. En cada folio dibujarán un reloj con una doble esfera. En la esfera interior marcarán las horas. En la esfera exterior el lugar. De forma alterna, cada miembro de la pareja hará de entrevistador/a y otro/a de entrevistado/a. Las respuestas a las preguntas quedaran reflejadas en el reloj personal.

PREGUNTAS:

- ¿A qué hora te conectas a Internet/juegos/móvil? ¿Dónde sueles estar?
- ¿A qué hora te desconectas de Internet/juegos/móvil? ¿Dónde sueles estar?
- ¿A qué hora sueles chatear con tus amistades? ¿Dónde sueles estar?
- ¿A qué hora te reúnes físicamente con tus amistades? ¿Dónde sueles estar?
- ¿A qué hora estas en soledad con tus pensamientos? ¿Dónde sueles estar?
- ¿A qué hora estudias? ¿Dónde sueles estar?

Una vez han realizado las entrevistas hacemos una estadística grupal y conversamos sobre la utilización del tiempo.



PREGUNTAS PARA LA REFLEXIÓN

- ¿Creéis que son importantes los silencios?
- ¿Cuánto tiempo ocupan las conexiones en nuestra vida?
- ¿Qué opiniones nos importan más: las de la familia, amistades, relaciones online, etc.?
- ¿Cómo has experimentado el cambio de la infancia a la adolescencia y juventud?
- ¿Crees que dentro de diez años te comportarás de la misma forma en las redes?

LA CONSTRUCCION DE LOS DISCURSOS DE ODI- IDENTIDADES RADICALES.

OBJETIVOS FORMATIVOS

- Reflexionar sobre las conductas de riesgo que llevan a la radicalización.
- Identificar los factores que ayudan a construir identidades seguras.
- Examinar la actuación de los grupos radicales en la captación de jóvenes.

CONTENIDOS FORMATIVOS

- El discurso de odio y la construcción de estereotipos.
- La intolerancia en los discursos de odio.
- Identidades seguras contra el discurso del odio.
- Radicalismo y captación.

APUNTES

En este capítulo²¹, en la guía del alumnado, reflexionábamos sobre la construcción de los estereotipos y los prejuicios. Siguiendo esta línea argumental, es preciso recordar que los discursos de odio se dirigen a personas o grupos por motivos de su pertenencia a un colectivo étnico o “racial”, por razones de género, nacionalidad, religión, orientación sexual, identidad de género, edad, distintas capacidades, lengua, opiniones políticas o morales, estatus socioeconómico, ocupación o apariencia (como el peso, el color de pelo), capacidad mental y cualquier otro elemento de consideración. Es decir, prácticamente todas las personas podemos ser objetivo del discurso del odio.

Detrás de los mensajes hay una actitud de intolerancia. Hay grupos que odian a ciertos colectivos sin haber conocido a ninguno de sus miembros o que extienden a todo el grupo las ideas preconcebidas que nada tienen que ver con la realidad. Es decir, no ha existido un conflicto previo que haya provocado un problema

²¹ Este capítulo está basado en el trabajo realizado por: Martínez Ten, Luz; Martínez Ambite, Eva; Somos Más. [Contra el Odio y el Radicalismo. Identidades seguras contra el radicalismo en las redes.](#)

específico, sino que utilizan el discurso para encauzar sus frustraciones o incapacidad para encontrar una salida a sus problemas.

Carolin Emcke, en su libro “Contra el odio”²², nos explica: *“el odio solo se combate rechazando su invitación al contagio. Quien pretenda hacerle frente con más odio ya se ha dejado manipular, aproximándose a eso en lo que quienes odian quieren que nos convirtamos... Bastaría con que quienes apoyan y aplauden los actos de odio dudasen de sí mismos. Bastaría con que quienes lo incuban, imponiendo sus patrones de pensamiento y su tipo de mirada, se viesan desprovistos de la ingenuidad imprudente y del cinismo que los caracteriza. Bastaría con que quienes muestran un compromiso pacífico y discreto ya no tuvieran que justificarse, y si debieran hacerlo quienes los desprecian.”*

La reflexión de la autora nos lleva a preguntarnos cómo podemos educar a las alumnas y alumnos para que tengan una actitud crítica contra los discursos de odio y la discriminación. Y la respuesta la encontramos en la educación en valores éticos de respeto y solidaridad, así como en la construcción de identidades seguras.

Efectivamente, el papel más importante de prevención contra los discursos del odio y el radicalismo está en la educación de las familias y los centros educativos. Pero también los medios de comunicación y sus amistades van a tener un papel muy importante. Pensemos que es fácil confundir el “ser alguien” con el riesgo y la exposición al peligro. En la etapa de la adolescencia y juventud, es frecuente buscar tener emociones intensas e intentar demostrar que son importantes para sentirse respetados. Por esta razón, es importante formarles para construir **identidades seguras**, en las que tener claro quién es uno mismo y cuáles son sus valores, lo cual ayudará a prevenir conductas relacionadas con el odio y la intolerancia. Por el contrario, si su auto-concepto es frágil, no pueden establecer relaciones de diálogo y no se sienten aceptados por el entorno, estamos colocándoles en una situación de riesgo. Para ello, es fundamental trabajar la autoestima y la confianza para que puedan resolver conflictos de forma dialogada, o decir no, cuando alguien les intenta captarles, ofreciéndoles la pertenencia a un grupo radical.

Cuando las alumnas y alumnos han desarrollado un sentido de identidad segura, son capaces de ponerse a prueba y atreverse a tener nuevas experiencias, de forma que aprenden a identificar sus fortalezas y debilidades sin temor a ser rechazados, sin ponerse en peligro o actuar en contra de sus valores.

²² Emcke, Carolin; *Contra el odio: Un alegato en defensa de la pluralidad de pensamiento, la tolerancia y la libertad* (Spanish Edition) Penguin Random House Grupo Editorial España. Edición de Kindle.

Para ayudarles a tener seguridad es importante que desde el aula trabajemos los siguientes factores:

Autoestima. El concepto positivo de nosotros mismos.

Empatía. La capacidad para sentirse como se siente la persona que tenemos delante evita que llevemos a cabo una acción dañina para esa persona. En Internet no vemos la cara de nuestro interlocutor o interlocutora, pero podemos imaginar cómo se siente al recibir nuestros mensajes.

Regulación emocional. Ésta evitará las conductas disruptivas y ayudará a comprender las emociones.

CUESTIONES PARA DEBATIR

■ *¿Por qué adolescentes y jóvenes pueden ser influidos por grupos radicales?*

La influenciabilidad que tenemos en la adolescencia es uno de los factores que, con mayor frecuencia, se asocia a la práctica de conductas de riesgo. Se considera al grupo de iguales como uno de los agentes con mayor poder de persuasión, sin embargo, existen otras vías por las que algunos adolescentes “resuelven” sus inseguridades e incertidumbres, sustituyéndolas por certezas incuestionables. Nos referimos al poder que pueden ejercer sobre el psiquismo adolescente determinados grupos radicales que pueden aprovecharse de su vulnerabilidad.

■ *¿Qué señales han de tener en cuenta para no ser captados por un grupo radical?*

El comportamiento de los grupos radicales es muy parecido al de las sectas o las pandillas. Vamos a definir algunas de las formas que tienen de actuar para que lo tengamos en cuenta como prevención:

Les ofrecen una acogida incondicional aportando una falsa sensación de pertenencia (tú eres de los nuestros).

Les hacen sentir que son una persona única, que se fijan en ellos por su valentía, convicciones, que les han elegido porque son especiales.

Les hacen creer que les necesitan, que son aceptados incondicionalmente. Se muestran como “su familia verdadera” por lo que cubren todas sus necesidades de afecto.

Les ofrecen un proyecto de vida. “Prestan” una identidad con un propósito y unas ideas, aunque éstas lleven a cometer las mayores atrocidades.

Tienen unas reglas rígidas que controlan todos los aspectos de la vida, lo que ayuda a evitar el sentimiento de vacío que a veces se produce en la adolescencia y en la juventud.

No dejan espacio a la crítica ni al pensamiento propio por lo que evitan el dolor de la duda o los pensamientos de responsabilidad.

Les aíslan de sus personas de referencia, de forma que no puedan contrastar opiniones o pedir consejo sobre emociones, sentimientos, valores o las acciones que van a realizar. De esta forma les “secuestran” mentalmente para que tengan una total dependencia del grupo.

Les hacen creer que la causa del grupo y defender a “los suyos” es más importante que la vida o la muerte, que el presente o el futuro.

Les otorgan un poder casi mágico porque tienen una “misión” de la que dependerá la verdad absoluta. Aunque esta misión implique cometer crímenes o sacrificar a personas inocentes. Este sistema, regido por términos absolutos, no deja lugar para dudas o ambivalencias, o mejor dicho protege de ellas.

■ **¿Qué es lo que ofrecen los grupos radicales y las pandillas?**

Básicamente la aceptación incondicional, siempre que acepten las reglas, de forma que no hay sentimiento de soledad o de pérdida. El grupo radical y las pandillas exigen que cada miembro participe de idénticos pensamientos, ideales, sentimientos, que el resto del grupo. Lo que se convierte en el único soporte existencial, sin que exista lugar para lo particular o único de cada individuo.

La captación se realiza de forma que se aliena a la persona, de tal forma que quien cae en la trampa, piensa que tiene autonomía y poder de decisión. “Estoy aquí porque quiero” Para los chicos y chicas que se sienten perdidos, solos o que están en una situación de fragilidad, este tipo de grupos les aportan una situación de autocontrol y una causa que falsea la sensación de vacío.

En definitiva, estos grupos ofrecen una identidad colectiva a quien, no pudiendo desarrollar una propia, se sirve de ella, sintiendo que de esa forma satisface su necesidad de ser.

■ **¿Por qué es tan difícil salir de este tipo de grupos?**

Porque trabajan para adoctrinar desde la total obediencia y control. Este tipo de grupos actúan desde posicionamientos muy simples que no permiten cuestionar ni las órdenes, ni la organización. De esta forma consiguen la uniformidad entre sus miembros. “O estás conmigo o estás contra mí”, no hay términos medios. De esta forma se crea un núcleo de pertenencia casi indisoluble que hace que sus miembros se sientan diferentes al resto de la sociedad que no comparte su misión.

■ **¿Cómo podemos evitar que caigan en las trampas de los grupos radicales?**

Ante todo, desarrollando su espíritu crítico y la independencia de pensamiento. Si tienen seguridad en quiénes son y en lo que creen, si aprenden a reflexionar sobre sus propias actuaciones y a ser personas empáticas, es muy difícil que se confundan con ideas extremas y radicales.

Resolver conflictos de forma pacífica para luchar contra el odio



PARA REFLEXIONAR:

Los conflictos existen y es necesario aceptar que son inevitables, de la misma forma que tenemos que tener la capacidad para aceptar la frustración. Pero de la inevitabilidad del conflicto no debe derivarse violencia. Tampoco deberían generarse enfrentamientos irreconciliables. En un mundo caracterizado por la diversidad, hay que aceptar que puede haber distintos puntos de vista sobre la realidad²³. Y más en las redes sociales, donde vamos a encontrarnos con diferentes opiniones y posiciones con las que deberemos dialogar, siempre considerando a la otra persona como “igual”. Porque el discurso del odio alimenta la superioridad de determinados grupos sobre otros basándose en estereotipos o prejuicios que denigran la dignidad de las personas. Contrariamente a lo que piensan las personas radicales, la fuerza no está en la confrontación y en el desprecio, sino en la capacidad dialogar y negociar.



OBJETIVOS:

- Comprender la importancia de la resolución de conflictos de forma pacífica.
- Contribuir a la toma de conciencia pública sobre el alcance del problema del discurso del odio en las redes sociales, prestando especial atención a su impacto en las personas y los colectivos.
- Aprender a analizar de forma crítica los mensajes que incitan al odio y la intolerancia.
- Aprender a gestionar los conflictos desde el respeto.



METODOLOGÍA: Por grupos.



MATERIALES: 5 cartulinas, 4 juegos de rotuladores, 3 rollos de celo, 2 pegamentos, 3 tijeras.



TIEMPO: 50 minutos

²³ Alzina, Rafael Bisquerra. Psicopedagogía de las emociones (Educar, instruir) (Spanish Edition) (Página 218). Síntesis. Edición de Kindle.



INSTRUCCIONES:

Dividimos el grupo en cinco equipos y repartimos los materiales de forma desigual, de forma que ningún equipo tenga todos los elementos.

Indicamos que tienen que construir una bola del mundo. Para ello deben utilizar todos los materiales intentando lograr la colaboración de los otros grupos. Las peticiones deben realizarse en silencio y sin utilizar palabras orales o escritas.

Explicamos que es una actividad competitiva, por lo que hay un grupo ganador.

Nos reunimos de forma discreta con uno de los grupos, al que facilitaremos una unidad de cada material y les indicaremos que bajo ningún concepto pueden prestar su material y no pueden explicar al resto que tienen esta orden.

Una vez terminada la actividad (20 minutos) nos reunimos en plenario y dialogamos sobre cómo se han sentido. Algunos ejemplos de preguntas para el debate de grupo: ¿Qué facilidades ha tenido el equipo ganador?, ¿Cómo os habéis sentido?, ¿Han existido conflictos?, ¿Cómo explicaríais vuestras emociones?, ¿Cómo podéis resolver vuestras emociones de forma pacífica? o ¿Cómo tendría que haber sido la actividad para ser justa?.



PREGUNTAS PARA LA REFLEXIÓN

- ¿La agresividad es una palabra negativa? ¿Y la violencia? ¿Qué diferencia hay entre estas dos palabras?
- ¿El conflicto puede aportarnos algo positivo? ¿En qué situaciones?
- ¿Qué entendemos por radicalismo? ¿Es lo mismo el radicalismo que ser radical?
- ¿Es posible la convivencia desde el enfrentamiento?
- ¿Para colaborar es necesaria la empatía? ¿Para reconocer a las otras personas es necesaria la empatía?

CONSTRUIR UNA SOCIEDAD VIRTUAL DEMOCRÁTICA. La tolerancia de la diversidad y la intolerancia contra los discursos del odio como base de la democracia.

OBJETIVOS FORMATIVOS

- Analizar las causas del discurso de odio.
- Relacionar la intolerancia con los discursos de odio.
- Comprender por qué la tecnología y las redes sociales ayudan a propagar los discursos de odio.
- Compromete al alumnado contra el discurso de odio.

CONTENIDOS FORMATIVOS

- La importancia de la tolerancia en la democracia.
- Tolerancia hacia la diversidad e intolerancia con el odio.
- La propagación de los discursos de odio.
- Libertad de expresión y discurso de odio.

APUNTES

Comenzamos esta lección con la distinción entre tolerancia a la diversidad e intolerancia a los discursos de odio. Dos caras de una misma moneda que explican dos actitudes contrapuestas. La palabra tolerancia en su acepción de “respeto” tiene un profundo e importante significado para las democracias. Paul Ricoeur²⁴ afirma: *“Para las democracias liberales constitucionales, la práctica de la tolerancia es el reconocimiento del hecho más importante que domina la cultura de tales sociedades, a saber, el hecho del pluralismo de las creencias y las convicciones, en una palabra, de las concepciones del bien”*. Ser tolerante significa apartar la ignorancia y la superficialidad, penetrar en las similitudes y en las diferencias y sobre todo aceptar que hay individuos y sociedades diferentes y que unos y otras suelen tener buenos motivos para ser como son.

²⁴ Ricoeur, Paul; “Estado actual de la reflexión sobre la intolerancia”. *La intolerancia*, p.19-op.cit.

Dicho de otra forma, tolerar es respetar la diversidad y tiene como contrapartida la intolerancia que impone la uniformidad que sólo comprende y acepta al “otro” cuando se ha amoldado a su imagen y semejanza. Aunque parezca paradójico, profundizar en la tolerancia nos conduce a practicar una intolerancia positiva, a no tolerar las injusticias, las marginaciones, las violencias, las imposiciones, las humillaciones, sobre quienquiera que se ejerzan, so pretexto de raza, nacionalidad, género, identidad u orientación sexual, capacidad, o cualquier otra característica²⁵.

En el extremo contrario a la tolerancia nos encontramos el discurso del odio que convierten las redes sociales en un espacio de comunicación incivilizado, con consecuencias muy dolorosas para las personas que los reciben.

Es evidente que los discursos de odio han existido a lo largo de la historia, el problema, es que, en los últimos años, los avances en las tecnologías de la información y en las comunicaciones han hecho posible una amplia difusión. En efecto, Internet tiene un potencial sin precedentes para facilitar la transmisión de mensajes y difundir ideas y contenidos, principalmente por tener “barreras de entrada” relativamente bajas comparadas con las de los medios de comunicación tradicionales (periódicos, radio, televisión, etc.). Este elemento, de por sí positivo, ofrece una gran oportunidad también a quienes tienen el objetivo de difundir mensajes de odio²⁶.

Quienes ejercen los discursos de odio, atentan contra la dignidad de personas, provocando daños emocionales y psicológicos como la sensación de no tener derechos, ser inferior o el peligro de estar expuestas y acosadas a la ira o ser perseguidas. Y aunque los discursos de odio se dirigen, prioritariamente, a determinados colectivos, lo cierto es que todas las personas, de todas las edades y de cualquier lugar podemos vernos afectadas por mensajes violentos, ya que el discurso del odio en las redes puede tener dos objetivos. Por una parte, intentar socavar la dignidad de una persona concreta, a través del insulto, la difamación o la humillación. Y por otra, instigar a “otros posibles” usuarios de las redes que lean sus manifestaciones para que se hagan partícipes de la difusión de las ideas de odio. Combinando estas dos acciones, la que insulta y la que instiga, los grupos radicales consiguen aumentar la discriminación, construyendo una realidad donde impera la intolerancia²⁷.

Los siguientes estudios nos muestran porque debemos prestar atención a la propagación de los discursos de odio:

Según el informe “Prevenir, reparar e inhibir el discurso del odio en los medios digitales” (PRISM), la consecuencia más grave que pueden tener los mensajes de odio en las redes sociales es que las víctimas consideren que las descalificaciones son algo normal.

25 EDUCAPAZ: 1988. *Vivamos la diversidad*. Materiales para una acción educativa intercultural. Barcelona. Los Libros de la Catarata.

26 CibeRespect. Guía práctica de intervención en línea para ciberactivistas. Noviembre de 2017. Barcelona.

27 Moura, Marco Aurelio. *El Discurso del Odio en Redes Sociales* (Posición en Kindle 129-131). Lura Editorial. Edición

De acuerdo con el Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación (CONAPRED) de México, a diario se difunden en las redes sociales entre 15 mil y 20 mil mensajes de odio por razones de género, racismo y orientación sexual.

El informe de EU Kids Online señala que entre el año 2010 y 2014 aumentó el porcentaje de niños y niñas entre 11 y 16 años que había recibido mensajes desagradables o de acoso a través de cualquier medio tecnológico (pasó del 8% al 12%).

Por otra parte, el UK Safer Internet Centre (2016) informó de que la frecuencia a la exposición al odio online ha ido creciendo en los últimos años, entendiendo “odio” como la hostilidad o la intimidación presente en mensajes centrados no tanto en individuos como sobre todo en una colectividad o en un grupo (definido en términos de etnicidad, religión, sexualidad, etc.). Esta encuesta muestra que el 82% de los jóvenes de entre 13 a 18 años dijo haber sido testigo de algún tipo de odio online, y que el 24% que había sido víctima del mismo²⁸.

Los mensajes de odio indican un nuevo clima de radicalismo online que debe ser tratado adecuadamente en los centros educativos, de forma que enseñemos a combatirlos de forma crítica, a la vez que el alumnado aprende a protegerse y a buscar ayuda.

44. CUESTIONES PARA DEBATIR

¿El discurso de odio en el mundo virtual tiene consecuencias en el presencial?

Sí. El discurso de odio online tiene consecuencias en el mundo virtual: la posibilidad de que el odio se propague rápidamente en el mundo virtual aumenta su daño potencial en el mundo “real”. Por otro lado, es importante recordar que las actitudes y las tensiones sociales que alimentan y dan lugar a expresiones de odio online se encuentran profundamente arraigadas en la sociedad. Al abordar el odio en línea, también estamos trabajando para reducir los casos de odio presencial.

El discurso de odio puede generar en las víctimas estados de depresión, tensión, falta de autoestima, etc. y dejarlas con el temor de futuros ataques. Puede determinar una limitación de la libertad personal de los individuos afectados: por ejemplo, pueden llevarles a evitar la frecuentación de algunos lugares determinados por miedo a ser víctimas de experiencias humillantes o violencia.

²⁸ Jiménez, Estefanía; Garmendía, Maialen; Casado, Miguel Ángel. Entres selfies y whatsapps: Oportunidades y riesgos para la infancia y la adolescencia conectada (Comunicación n° 500464) (Spanish Edition) (Posición en Kindle 422-432). Gedisa Editorial. Edición de Kindle

¿Los discursos de odio amplían las situaciones de discriminación?

Sí. Al tratar a algunas personas como objeto continuo de desprecio, el discurso de odio facilita y legitima la comisión y justificación de otros actos de discriminación y violencia dirigidos hacia ellas. Además, el discurso de odio puede contribuir a avalar y a perpetrar un orden social discriminatorio, en el que determinados grupos de personas sufren a diario prácticas discriminatorias y de exclusión²⁹.

¿Cómo afectan a la democracia los discursos de odio?

Cuestionando los principios de dignidad e igualdad en los que se construye nuestra sociedad. Un delito de odio no sólo afecta directamente a la víctima, sino también a su familia, sus amistades, su colectivo de pertenencia, su realidad asociada como a entidades que los apoyan y a toda la sociedad democrática que ve degradada la convivencia generando graves riesgos futuros para la paz. Por eso decimos que la tolerancia tiene ciertos límites, sin los cuales nos podemos volver cómplices de lo intolerable. Debemos ser conscientes de los límites de la tolerancia.

¿Quiénes son los ‘Trolls’? ¿Y los ‘Haters’?

Los ‘Trolls’ son personas que buscan notoriedad a base de incordiar y, por lo general, no suelen ser demasiado peligrosos. Se ocultan con perfiles falsos y pueden resultar fáciles de detectar. Su modus operandi consiste en comentar en foros, blogs y redes sociales con la intención de generar polémica y buscar la confrontación.

Por el contrario, los ‘Haters’ son aquellos que llevan el odio online al entorno offline con consecuencias en la vida real. Hay distintos perfiles, desde el meticuloso que espera a que cometas un error para destacarlo, hasta el que responde con malas palabras e insultos, pasando por el incongruente que escribe comentarios sin seguir ningún tipo de lógica.

¿Cómo deben comportarse para no ser cómplices de los discursos de odio en las redes?

Se debe establecer una comunicación basada en el respeto y el reconocimiento de la diversidad de opiniones y creencias.

Antes de emitir un juicio sobre otra persona o un colectivo, cabe recordar que la causa de los prejuicios no se encuentra en las personas que los sufren sino en las personas que los ejercen.

Nunca apoyar a personas, movimientos u organizaciones que atenten contra la dignidad y los Derechos Humanos.

Reflexionar antes de utilizar el ratón para ayudar a frenar el discurso del odio y el radicalismo.

No compartir información ni mensajes que puedan ser sexistas, homófobos, racistas, que discriminen a personas con distintas capacidades o dañar los derechos de otros colectivos.

²⁹ CibeRespect. Guía práctica de intervención en línea para ciberactivistas. Noviembre de 2017. Barcelona.

No compartir o apoyar mensajes radicales o manifestaciones extremas. Sus consecuencias son imprevisibles para los demás y para uno mismo.

Animar a los y las jóvenes a actuar si descubren en la red cualquier tipo de discriminación, acoso, agresión o peligro informando a sus familias, centros educativos y/o instituciones.

Sensibilizar, educar y movilizar a los y las jóvenes para que reivindiquen la red como un espacio de derechos humanos.



PARA REFLEXIONAR:

La tolerancia tiene ciertos límites, sin los cuales nos podemos volver cómplices de lo intolerable. Debemos ser conscientes de los límites de la tolerancia. Más difícil que ser tolerante es saber dónde y cuándo debemos ser inflexiblemente intolerantes. ¿Dónde están estos límites? ¿Hasta qué punto nos comprometemos con la realidad de las personas que están viviendo situaciones de discriminación? La historia está llena de episodios trágicos en los que se reaccionó demasiado tarde. A través de esta actividad se propone que se indaguen en aquellas situaciones de intolerancia ante las cuales hay que reaccionar.



OBJETIVOS:

- Reflexionar acerca del significado de las palabras intolerancia, racismo.
- Determinar los límites que, para el grupo, tiene la tolerancia.



METODOLOGÍA: Grupal.



TIEMPO: 20 minutos.



MATERIALES: Cartulinas y rotuladores.



INSTRUCCIONES:

Colocados en grupos. Repartir una cartulina y rotuladores por grupo. En el centro de la cartulina escribirán con letras grandes, la palabra INTOLERANCIA. De forma cruzada, la palabra racismo. Tendrán que completar como si se tratara de un crucigrama, escribiendo términos que como “racismo” les parezcan

³⁰ Actividad extraída de [Formación en educación intercultural para asociaciones juveniles](#), Consejo de la Juventud de España, 2005, pág. 93.

intolerantes. En la otra cara de la cartulina, dividir la hoja en dos columnas. Colocar en una columna todo aquello que a vuestro juicio se deba tolerar. Colocar en otra columna lo que os resulta intolerable.



PREGUNTAS PARA LA REFLEXIÓN³¹:

- ¿De qué nos quieren convencer las personas que emiten el discurso del odio?
- ¿Qué tipo de personas se esconden tras el anonimato del discurso del odio?
- ¿Qué conflicto fundamenta el odio?
- ¿Qué responsabilidad tenemos en los mensajes de odio en las redes?
- Si aprendemos a resolver conflictos de forma pacífica ¿podremos evitar el discurso del odio?
- ¿Cómo contestar a quien difunde discursos del odio sin crear más agresividad?
- ¿A qué personas y colectivos daña el discurso del odio?
- ¿El discurso del odio en las redes se traslada al espacio presencial?

³¹ Elaboración propia.



LOS DERECHOS HUMANOS EN LA ERA DE INTERNET

OBJETIVOS FORMATIVOS

- Apreciar los Derechos Humanos como uno de los avances sociales más importantes del patrimonio de la Humanidad.
- Desarrollar el sentido crítico frente a las leyes y situaciones injustas que lesionan los Derechos Humanos en las redes sociales.
- Identificar las violaciones de los Derechos Humanos en relación con el discurso de odio.
- Reflexionar sobre las nuevas generaciones de Derechos Humanos en la era Internet.

CONTENIDOS FORMATIVOS

- Los derechos humanos desde una perspectiva histórica.
- Dignidad y Derechos Humanos.
- Las Nuevas generaciones de Derechos Humanos.

APUNTES

La aprobación de la Declaración de los Derechos Humanos constituyó un proceso histórico basado en la conquista de la libertad y la plena igualdad entre los seres humanos. Una conquista ratificada por prácticamente todos los países del mundo, que le confiere un carácter universal. En ella se acuerdan una serie de derechos y valores desde los que se debe regir la convivencia dentro de los estados y entre éstos.

Estamos hablando de un hecho excepcional en la historia de la humanidad. Después de la Segunda Guerra Mundial, en los inicios de la Guerra Fría, cuando todavía dolían las heridas del nazismo y ante la situación de injusticias que se viven en los cinco continentes, se llega a un compromiso por el que todos los gobiernos deberán respetar y cumplir una serie de normas que nos convertirían en ciudadanos y ciudadanas del mundo, dentro de un marco de igualdad.

Y aunque la firma de la Declaración constituye un momento histórico fundamental en la historia de la humanidad, no debemos olvidar que la reivindicación de la conciencia de dignidad y los derechos de la persona se va a ir desarrollando a lo largo de la historia y en todas las culturas “*el principio de la igualdad de todos los seres humanos, así como muchos otros principios básicos que son fundamento de lo que hoy llamamos derechos humanos aparecen en casi todas las culturas y en todas las civilizaciones, religiones y tradiciones filosóficas*” (Levins, 1981)³².

Desde el Código de Hamurabi que, con la ley del talión, sería el primero en establecer el principio de la proporcionalidad de la venganza y sentaría los fundamentos jurídicos de la relación entre la agresión y la respuesta, pasando por Sófocles cuando su Antígona alude a la existencia de derechos no establecidos formalmente por el ser humano pero que le corresponden por su propia naturaleza³³, la conciencia de unos derechos inalienables del ser humano acompaña a los hechos históricos desde la Antigüedad hasta el momento actual en el que, como hemos visto a lo largo de las unidades, las nuevas generaciones transitan por el mundo presencial y virtual a través del acceso a internet.

Es interesante señalar que el artículo 19 de la *Declaración Universal de Derechos Humanos* de las Naciones Unidas señala la libertad de compartir, recibir y difundir información e ideas a través de las fronteras. Y aunque la Declaración se promulga en 1949, muy lejos de la aparición de las nuevas tecnologías, casi podría leerse como una definición de Internet³⁴.

La ONU ha respondido al nuevo reto de la era de Internet declarando que el derecho de acceso a Internet es el derecho humano (derecho digital) que posee toda persona para acceder a Internet con el fin de ejercer y disfrutar de sus derechos a la libertad de expresión, de opinión y otros derechos humanos fundamentales que conforman la democracia, de forma que los Estados y las Naciones Unidas tienen la responsabilidad de garantizar que el acceso a Internet sea ampliamente disponible, no pudiendo los Estados restringir injustificadamente el acceso de una persona a Internet. El acceso a Internet está reconocido como un derecho fundamental por las leyes de varios países. Es un espacio virtual donde la dignidad, la libertad y seguridad de todas las personas deben ser garantizadas³⁵.

En este sentido, en 2016 el Consejo de Derechos Humanos de la ONU aprobó una resolución para proteger a las personas usuarias de la red combatiendo la apología del odio, que constituye una incitación a la discriminación y la violencia en Internet y protegiendo el derecho al acceso, la dignidad y la privacidad de todos los usuarios, sin consideración de fronteras³⁶.

32 Citado por Xesús R. Jares. Educación y Derechos Humanos. Editorial Popular. Madrid 2002. pg 21

33 Recordemos que Antígona le da sepultura a su hermano, contraviniendo la prohibición del rey Creón y reivindica lo que, para ella, es un derecho fundamental de la dignidad de la persona” de acuerdo a leyes no escritas e inmutables del cielo”.

34 Informe de políticas: Internet y los Derechos Humanos

35 Derecho de acceso a Internet

36 La ONU adoptó una resolución para proteger los derechos humanos en Internet

El acceso a internet se considera, por tanto, un derecho humano que no debe conocer fronteras. Desde nuestra realidad, podemos olvidar que, en muchos países, sólo una minoría puede acceder a Internet, ampliando la brecha en la igualdad de oportunidades para los grupos más desfavorecidos. La ONU, remarca que el acceso a Internet ofrece grandes oportunidades para una educación asequible e inclusiva a nivel mundial, que debe permitir a los países menos avanzados “*abordar la alfabetización digital y la brecha digital, que afectan al disfrute del derecho a la educación*”, especialmente las mujeres y niñas, cuya participación en Internet debe reforzarse, como es el caso también de las personas con discapacidad.

Son numerosas las instituciones y colectivos que plantean como Internet puede ser una oportunidad para el desarrollo de los Derechos Humanos, a la vez que estos derechos deben ser respetados por los y las internautas. Un ejemplo es el propuesto por **Derechos fundamentales. Defiéndelos, exige su cumplimiento en Internet:**

I. UNIVERSALIDAD E IGUALDAD

Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos, que deben ser respetados, protegidos y cumplidos en el entorno Online.

II. DERECHOS Y JUSTICIA SOCIAL

Internet es un espacio para la promoción, protección y cumplimiento de los Derechos Humanos y el avance de la justicia social. Toda persona tiene el deber de respetar los derechos de los demás en el entorno Online.

III. ACCESIBILIDAD

Toda persona tiene igual derecho a acceder y utilizar Internet de forma segura y libre.

IV. EXPRESIÓN Y ASOCIACIÓN

Toda persona tiene derecho a buscar, recibir y difundir información libremente en Internet sin censura ni interferencias. Todo el mundo tiene derecho a asociarse libremente a través de Internet, con fines sociales, políticos, culturales o de otro tipo.

V. CONFIDENCIALIDAD Y PROTECCIÓN DE DATOS

Toda persona tiene derecho a la privacidad Online. Esto incluye el no ser vigilado, el derecho a utilizar cifrado y el derecho al anonimato. Todo el mundo tiene derecho a la protección de datos, incluyendo el control sobre la recolección, retención, transformación, eliminación y divulgación de sus datos personales.

VI. VIDA, LIBERTAD Y SEGURIDAD

El derecho a la vida, la libertad y la seguridad deben ser respetados, protegidos y cumplidos en Internet. Estos derechos no deben ser infringidos o utilizados para infringir los derechos de otras personas.

VII. DIVERSIDAD

La diversidad cultural y lingüística en Internet debe ser promovida, la innovación técnica y política deben alentar y facilitar la pluralidad de expresión.

VIII. IGUALDAD

Todo el mundo tendrá acceso universal y abierto a los contenidos de Internet, libre de priorizaciones discriminatorias, filtrado o control de tráfico por razones comerciales, políticas o de otro tipo.

IX. NORMAS Y REGLAMENTO

La arquitectura de Internet, los sistemas de comunicación y los formatos de documentos y datos se deben basar en estándares abiertos que garanticen la interoperabilidad completa, la inclusión y la igualdad de oportunidades para todos.

X. GOBIERNO

Los Derechos Humanos y la Justicia Social deben ser la base jurídica y normativa sobre la que operar en Internet. Esto sucederá de manera transparente y multilateral, con un Internet basado en los principios de la participación inclusiva y la rendición de cuentas

CUESTIONES PARA DEBATIR

¿Por qué se proclama la Declaración de los Derechos Humanos?

Al finalizar la Segunda Guerra Mundial, varios países sintieron la necesidad de unirse en una organización supraestatal que garantizara y que evitara la repetición de hechos tan lamentables como la vulneración de la dignidad de la persona y el respeto a sus peculiaridades étnicas, religiosas o sexuales. La Shoa - también llamada Holocausto- fue uno de sus principales detonantes. La ONU pretendía con esta Declaración Universal, sentar las bases de un compromiso ético.

La Declaración Universal de los Derechos Humanos de 1948 significó:

- a. La internacionalización de los derechos civiles y políticos de las personas,
- b. La existencia de un marco democrático para su aplicación,
- c. La inclusión de las garantías jurídicas y procesales en caso de no aplicación de alguno de sus artículos.

¿Por qué los derechos humanos son universales?

Son universales en cuanto ningún estado ni grupo étnico puede apelar a unas condiciones culturales específicas para no respetarlos. En efecto, el relativismo cultural sólo nos llevaría a justificar determinadas prácticas culturales en clara contradicción con los derechos fundamentales de la persona. Suponen de forma implícita o explícita el reconocimiento de una naturaleza humana que todos, absolutamente todos los seres humanos compartimos.

¿Tenemos una responsabilidad para hacer vinculante en el compromiso de hacer cumplir los Derechos Humanos en internet?

SÍ. Somos responsables de los contenidos y las afirmaciones que hacemos, de los mensajes que difundimos o apoyamos. Por lo tanto, somos responsables de garantizar la dignidad de todas las personas, colectivos o pueblos.

¿Internet puede ayudar al desarrollo de los pueblos?

SÍ. Internet facilita el desarrollo en múltiples sentidos, desde el acceso a la educación, la participación, la economía o la participación colectiva. Sin embargo, estudios recientes sobre la brecha digital entre las poblaciones a nivel mundial revelan que más de un tercio de la población mundial utiliza Internet -tres mil millones de usuarios-, y que dos tercios de estos usuarios viven en países en desarrollo; pero el porcentaje de acceso que se registra en dichos países (30%) es muy inferior al registrado en los países desarrollados (76%)³⁷.

¿De qué forma puede ayudar Internet a los Derechos Humanos?

Internet es una plataforma de comunicación que facilita la visibilización, participación y reivindicación de los derechos. Podemos compartir causas justas, denunciar y visibilizar situaciones que ocurren en cualquier parte del mundo. Con un ordenador y conexión a la red cualquier persona o colectivo tienen la posibilidad de interactuar con el mundo.

³⁷ TIC: una oportunidad para el desarrollo

Mi historia a través de los derechos...



PARA REFLEXIONAR:

Las personas que nacimos o vivimos en democracia, olvidamos, con frecuencia, que los derechos son el resultado de una larga lucha de aquellos y aquellas que se comprometieron con sus ideales y que, aún hoy, continua con reivindicaciones a favor de la justicia, la igualdad y la solidaridad. Ni imaginamos qué debe significar la vida sin un nombre o nacionalidad, sin el derecho a la educación o a la salud. Sin embargo, hoy, uno de cada cuatro habitantes del planeta es pobre, mientras que la riqueza está concentrada en un quinto de la población mundial. Por poner un ejemplo, millones de niños no cuentan con nombre y apellidos. Un tercio de todos los nacimientos - alrededor de 40 millones anualmente - no se registran en el mundo. La falta de existencia legal, impide a estos niños matricularse en escuelas, acceder a los servicios de salud y asistencia social y, por lo tanto, les hace más vulnerables a la explotación, la prostitución o el reclutamiento militar a edad temprana. Más de 200 millones de niños y niñas menores de cinco años tiene deficiencias nutricionales. Millones de niños y niñas en el mundo no acuden al colegio. Trabajan, llevan armas o deambulan por las calles en un ejercicio cotidiano de supervivencia. La UNESCO ha presentado un reciente informe sobre educación en el mundo en el que señala que 430 millones de niños y niñas entre 6 y 17 años están sin escolarizar. Más de dos tercios de ellos son niñas.

Este ejercicio propone que revivamos nuestra vida a partir de los derechos de los que gozamos.



OBJETIVOS:

- Tomar conciencia de la importancia que los derechos tienen en el transcurrir de nuestra existencia.
- Entender las razones por las que miles de personas deciden migrar a países donde está instaurada la democracia.
- Analizar los Derechos Humanos y las necesidades humanas básicas.



METODOLOGÍA: Grupal.



MATERIAL: Ordenador, acceso a Internet.



TIEMPO: Una semana.



INSTRUCCIONES:

Formamos equipos de seis personas.

Pensamos en un colectivo cuyos derechos se vean vulnerados.

Nos informamos sobre su situación. Podemos hacer entrevistas. Informarnos a través de internet. Recopilar datos.

Estudiamos campañas realizadas por ONGs.

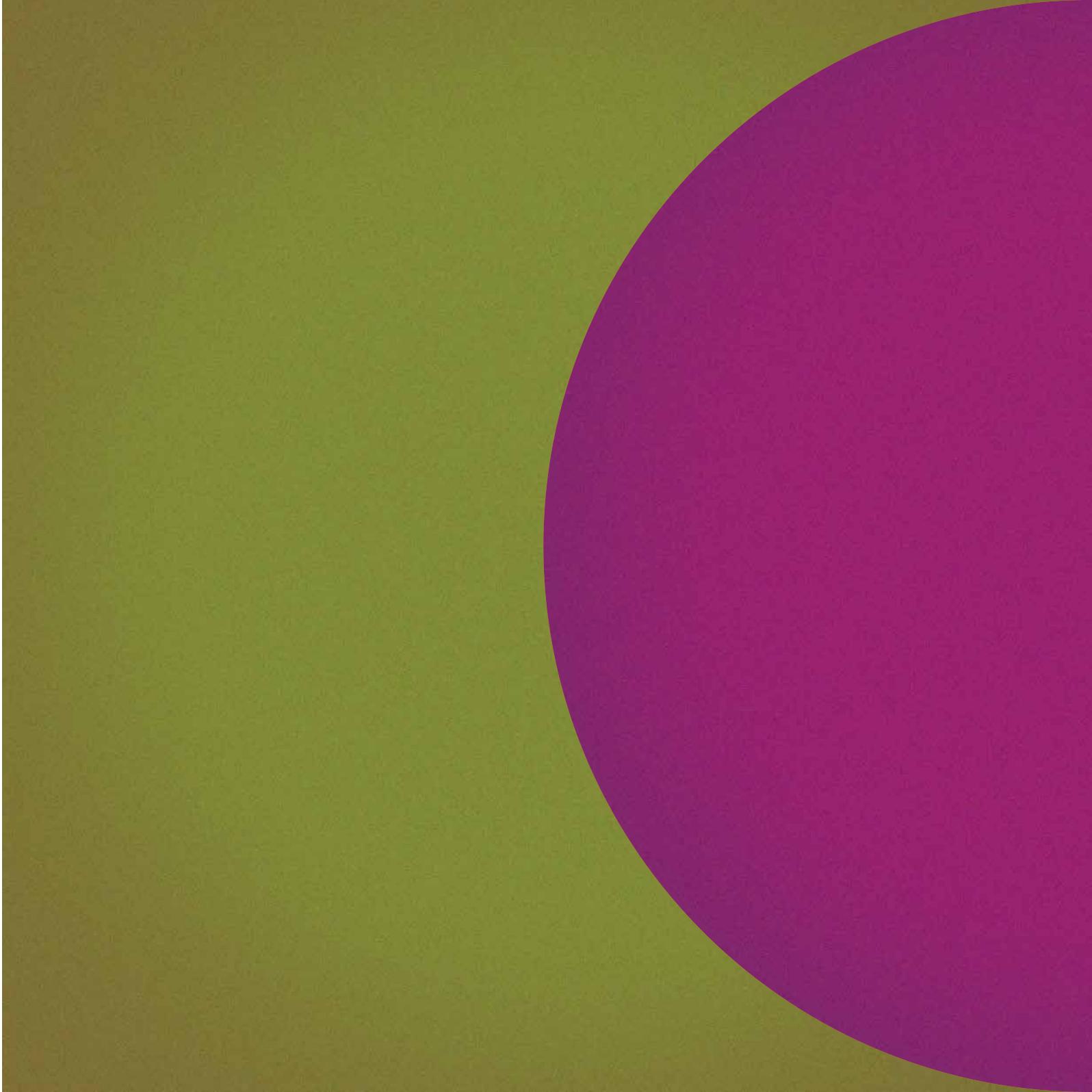
Diseñamos una campaña para redes sociales: Imagen/eslogan/ pequeño vídeo con información.

Presentamos la campaña en clase.



PREGUNTAS PARA LA REFLEXIÓN:

- ¿Has pensado alguna vez en qué momento de la Historia se consiguieron derechos que hoy te parecen normales como el derecho a la educación, a la salud, o el derecho a votar?
- ¿Qué ocurriría si te negaran alguno de estos derechos? ¿Cómo te sentirías?
- ¿Cómo podemos contribuir a la defensa de los derechos humanos en internet?
- ¿Qué crees que puedes hacer en las redes sociales para que se respeten los derechos de las personas?
- ¿Cómo pueden defenderse las minorías de los ataques de odio?





**GENERALITAT
VALENCIANA**

Vicepresidencia y Conselleria
de Igualdad y Polítiques Inclusivas



POR SOLIDARIDAD

OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

iSCOD^{UGT}-País Valencià

Instituto Sindical de
Cooperación al Desarrollo



País
Valencià

