

“Uso responsable de redes sociales”

Dirigido a: docentes, equipos de convivencia, padres, madres y/o cuidadores.

Introducción

El contexto actual de pandemia mundial por la propagación del COVID-19 ha modificado nuestras realidades cotidianas de diversas maneras, incluyendo en el ámbito educativo donde más del 90% de la población mundial de estudiantes se ha visto afectado con el cierre de sus escuelas (United Nations Children’s Fund [UNICEF], 2020). Lo anterior ha conllevado la adaptación de las escuelas hacia nuevas estrategias para promover el aprendizaje a distancia, haciendo uso de las tecnologías y del acceso a internet, el cual ha aumentado su uso incluso hasta en un 50% en algunas partes del mundo (UNICEF, 2020).

En este escenario, los niños, niñas y adolescentes (NNA) y sus familias están considerando al internet como herramienta crucial para apoyar el aprendizaje, la entretención y la socialización, de un modo que les permita respetar el distanciamiento social y continuar resguardándose en sus hogares. Sin embargo, el uso incrementado del internet también aumenta su exposición ante los potenciales riesgos que existen en los medios virtuales.

Algunos de los riesgos más comunes a los que se ven expuestos los NNA en las redes sociales (RRSS), son el ciberacoso, la explotación sexual online, la violación a la privacidad, la entrega de datos personales y la exposición a contenido potencialmente dañino.

La amplia cobertura que han tenido los medios masivos de comunicación y las RRSS sobre la pandemia mundial, sumado a la gran cantidad de fake news que se publica diariamente, pueden posicionar este contenido como potencialmente riesgoso para NNA, al verse expuestos a material que eventualmente puede ser dañino y generar efectos psicológicos, tales como reacciones de estrés post traumático, problemas conductuales, ansiedad, depresión, entre otros.

Por otro lado, el uso de RRSS bajo el contexto actual otorga una importante tarea a los/as cuidadores/as para asegurar que los NNA manejen responsablemente sus comportamientos en los entornos digitales, adquiriendo habilidades para manejarse de una manera ética, empática y respetuosa ante los sentimientos, privacidad y propiedad de otros. Lo anterior es principalmente relevante cuando nos referimos a los grupos más propensos a ser vulnerados en los entornos digitales, como es el caso de las niñas, los NNA con necesidades especiales, los NNA con una orientación sexual no heteronormativa y, también en el contexto actual, la población con mayor riesgo de tener o esparcir COVID-19, cómo la situación de discriminación a la que se han visto sometidas algunas comunidades asiáticas.

En el presente documento se entregan algunas orientaciones para docentes, padres y cuidadores, para proteger a los NNA de los riesgos ya mencionados, que se pueden ver en aumento en el contexto de pandemia mundial.

¿Cómo proteger a NNA ante la exposición a contenido potencialmente dañino?

Entre los contenidos potencialmente dañino a los cuales los NNA se ven expuestos se encuentra el material violento, difusión de actos ofensivos y/o dañinos y publicación de situaciones que involucran el sufrimiento de otras personas, a lo cual se puede acceder a través de noticias, imágenes e información de páginas web. En el contexto actual de pandemia por la propagación del COVID-19, la sobreexposición ante material alarmista también puede ser una fuente de contenido potencialmente dañino para los niños, independiente de si este sea veraz o no. Esto llama a la necesidad de los/as cuidadores/as de instruirse para acompañar a los NNA ante la exposición de este tipo de material.

Es importante tener en cuenta que cualquier medida que se tome para mitigar los riesgos virtuales debe considerar el derecho de los NNA a expresarse, acceder a la información y la privacidad en los entornos virtuales. Esto considera que, si bien la prevención y el acompañamiento son necesarios para los NNA a la hora de navegar por Internet, es necesario enseñarles a desarrollar un criterio y herramientas propias para desenvolverse en estos entornos. Entre las recomendaciones para los cuidadores/as, padres y docentes, ante la exposición de NNA a contenido potencialmente dañino, se encuentran los siguientes puntos:

- a. **Autocuidado:** Primero que todo, asegúrate de que te encuentras en las condiciones de brindar apoyo a otras personas. Si no estás seguro/a de esto, te invitamos a conversar con tus redes cercanas sobre cómo te has sentido, tanto a nivel físico, cognitivo, emocional, social y laboral. Lo anterior te permitirá hacer una auto-observación para reconocer cómo te siente a nivel personal para acompañar a un NNA.
- b. **Apoya, no castigues:** Asegúrate de que el NNA sienta que eres una figura de apoyo, no apliques castigos como quitarle el celular o restringir el acceso a internet por el contenido al que fue expuesto. Evita frases como “si no tuvieras Instagram esto no habría pasado”, “los niños no deberían ver esos sitios/apps” o “es tu culpa por andar viendo esas cosas”.
- c. **Escucha:** Genera espacios en que los NNA se sientan cómodos para hablar y expresar sus emociones sobre el contenido al que han sido expuestos el último tiempo, escuchando activamente y no juzgando.
- d. **Informa:** Si el NNA siente incertidumbre sobre la situación que está viendo, ayúdale a encontrar información que lo pueda hacer sentir más seguro y le permita verificar su veracidad o confirmar si es un fake news. Si estás lo suficientemente informado, responde las preguntas y preocupaciones que surjan sobre el contenido al que fue expuesto. Recuerda que algunas informaciones sobre el COVID-19 que circulan en

internet son falsas y/o alarmistas; por lo que siempre hay que confirmar las fuentes desde donde provienen.

- e. **Reconoce redes:** Asegúrate de que el NNA cuenta con apoyo y personas en las que pueda confiar tanto en la escuela como en su familia y que le permitan hablar de sus emociones y discutir aspectos que le preocupan sobre el contenido al que está siendo expuesto.
- f. **Generen posibilidades de ayuda a terceros:** Si el NNA vio una situación donde hay víctimas, es posible que exprese su intención de querer ayudarlas. Puedes gestionar maneras de ayuda en que el o la estudiante pueda participar activamente a través de la escuela, ya sea con el curso, con alguno o varios docentes, con un grupo de compañeros/as, etc. En el caso de la pandemia, pueden organizarse con su escuela para ir en apoyo de los más desfavorecidos de su comunidad educativa.
- g. **Organízate con tu escuela:** Trabaja a distancia con tu escuela para generar protocolos o planes de acción de manera comunitaria, de modo que todos los miembros de la institución sepan cómo abordar de manera colectiva la exposición de los NNA ante contenido dañino. Puedes pedirle apoyo al encargado/a de convivencia de tu escuela y revisar en conjunto las "Orientaciones para equipos de convivencia en tiempos de crisis" que fueron publicadas para enfrentar la crisis social del pasado O18, en el siguiente link.

¿Cómo prevenir los comportamientos riesgosos entre NNA en redes sociales?

El uso de RRSS en los NNA incluye una serie de potenciales riesgos a los que se pueden ver enfrentados, por eso es siempre importante estar informado respecto a las condiciones y limitaciones de uso que tienen las distintas aplicaciones, las cuales en muchos casos prohíben su uso en menores de 14 años.

Uno de los puntos más relevantes para prevenir los riesgos es mantenerse en constante comunicación con los NNA, buscando involucrarse de manera respetuosa en su "vida digital". De igual manera, es necesario que se determinen en conjunto procedimientos que les permitan conocer qué hacer en caso de verse enfrentado a algunos de los riesgos de internet.

Establecer normas y comunicar valores que son esperados en el uso de las RRSS, es fundamental para promover un comportamiento ético en estos entornos, que prevenga la prevalencia de los comportamientos riesgosos en redes sociales. Los pilares fundamentales que pueden enseñarse para guiar el comportamiento ético en RRSS son los siguientes (MediaSmarts, 2013):

1. Respeto por los sentimientos de otros/as

- Enseñar a los NNA que siempre se debe considerar que, aunque no veamos directamente a la otra persona con la cual estamos interactuando en el entorno digital, detrás de cada perfil hay una persona real y con sentimientos.

- En consideración, cada vez que se vaya a publicar una respuesta, contenido u otra entrada en las RRSS, se debe hacer desde una actitud empática y desde el pensamiento ético, buscando no ser crueles con otros/as.
- Es importante enseñar a no dar respuestas de manera impulsiva que pueden entregar mensajes de odio hacia otro/a. También enseñar a no presionar, ni aceptar sentirse presionado o acosado en las RRSS.
- Preguntas como “Cómo te sentirías si alguien fuese cruel contigo online” o “Cómo te sentirías si alguien fuese cruel con un amigo/a tuyo online”, pueden ayudarse a promover el pensamiento ético en las RRSS.
- En adolescentes se puede reflexionar sobre preguntas como “Crees que está bien hacer algo que dañe los sentimientos de otro/a” o “Crees que es más importante alegrar a tu amigo que preocuparte sobre si lo que haces daña a otro/a”.
- Es importante enseñar a ser una “buena influencia online”. El internet da la posibilidad de que los NNA tengan una voz tan fuerte como la de los demás, por lo que deben aprovecharla para denunciar comportamientos inaceptables como el ciberacoso, el sexismo, la discriminación hacia grupos vulnerados, la violencia, entre otros.

2. Respeto por la privacidad de otros/as

- Enseñar el valor de la información personal. Es importante aprender a proteger y ser cuidadosos con la información personal que se difunde públicamente en las RRSS y los entornos virtuales. Siempre se debe considerar que la información cargada en internet puede ser copiada, vista por gente que no se conoce y estar disponible para difundirse para siempre.
- Se debe acompañar al NNA en la reflexión sobre las decisiones que toman en los entornos virtuales e involucra la privacidad de otros/as. Se debe pensar sobre el consentimiento o permiso que tengo para compartir lo que quiero y cuestionarse sobre las probabilidades de que sea cruel o dañino hacia otros/as publicar lo que quiero.
- Es importante hablar sobre sexting y consentimiento. Los adolescentes deben tener figuras de confianza a quien acudir en caso de que estén siendo presionados o acosados sexualmente por alguien en las RRSS, además de enseñar que nunca está bien presionar o acosar a alguien para hacer algo que no quiere, ni compartir fotos íntimas o vergonzosas de alguien sin su permiso.
- El respeto por la privacidad también debe aplicarse entre el NNA y sus padres, por lo que revisar sin permiso las RRSS de su hijo/a sin su consentimiento puede entregar un mal mensaje sobre la privacidad, quebrar las confianzas y disminuir las posibilidades de que acudan a un adulto en caso de verse expuesto a riesgos. Se invita a generar espacios de diálogo donde el NNA pueda conversar abiertamente con sus padres sobre aquellos asuntos que le preocupan en el uso de la RRSS.

3. Respeto por propiedad de otros/as

- Si bien los productos virtuales no son lo mismo que los productos físicos, es importante enseñar a los NNA a respetar la propiedad intelectual en un contexto virtual.
- Enseñar a los NNA que tomar el producto hecho por otro autor y hacerlo pasar como propio (lo cual también se aplica a entornos no virtuales), es considerado plagio y por lo tanto una falta grave hacia la propiedad intelectual de otro/a.

- Ayudar a los NNA a hacerse preguntas reflexivas. "¿Cómo te sentirías si alguien toma una foto de un dibujo que tú hiciste y la vende como si él la hubiera hecho?"

Juntos podemos prepararnos mejor para enfrentar los riesgos a los que NNA se ven expuestos en los entornos digitales. Apoyémonos más que nunca en estos tiempos y hagamos que el distanciamiento social sea una experiencia lo más amena posible. **En los entornos digitales, saber convivir es cuidarnos.**

Referencias

Houston, J.B., First, J., y Danforth, L.M. (2019). Student coping with effects of disaster media coverage. A qualitative study of school staff perceptions. *School Mental Health*, 11, 522-534.

MediaSmarts, Canada's Centre for Digital and Media Literacy (2013). Promoting Ethical Online Behaviours with Your Kids. Recuperado de https://mediasmarts.ca/sites/default/files/pdfs/tipsheet/TipSheet_%20Ethical_Online_Behaviour.pdf

United Nations Children's Fund [UNICEF] (2020). Coronavirus Disease (COVID-19) and Its Implications for Protecting Children Online. Recuperado de <https://www.unicef.org/media/67396/file/COVID-19%20and%20Its%20Implications%20for%20Protecting%20Children%20Online.pdf>

*Documento elaborado por Madeleine San Juan y Gabriel Marambio
PACES 2020*



Esta obra está bajo una [Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).