

# NO TE ENREDES EN LA RED

## GUIA PARA CONOCER EL CIBERBULLYING Y ALGUNOS PELIGROS DE INTERNET Y LAS NUEVAS TECNOLOGIAS

Jordi Collell y Carme Escudé (2008)

<http://www.xtec.cat/~jcollell>



Está permitida la reproducción total o parcial de los contenidos de este documento, incluso con modificaciones y mejoras del texto. La única condición es que figuren primero el nombre de los autores (jordi collell y carme escudé) y después el de los que hayan introducido cambios.

Todas las copias deberán llevar esta nota de *copyleft* y la misma licencia. No está permitido el uso comercial.

El objetivo de esta guía es que entre todos pensemos sobre los usos y abusos de Internet y las nuevas tecnologías (teléfono móvil, cámaras digitales...). A veces nos puede parecer que sólo es un juego o que no se puede dañar con palabras, con bromas, con fotos... y no somos conscientes que un mal uso puede tener consecuencias muy graves.

## ¿QUE ES EL CIBERBULLYING?

Hablamos de *ciberbullying* cuando un niño o adolescente es molestado, humillado, amenazado o acosado por otro niño o adolescente mediante el uso de Internet, el teléfono móvil u otras tecnologías interactivas y digitales.

Igual que sucede con el bullying, estas conductas nos pueden perjudicar enormemente. Se trata de hacer respetar nuestros derechos y de respetar los derechos de los demás también en el ciberespacio.

## ¿QUE CONDUCTAS SON CIBERBULLYING?

- **Amenazar:** Enviar mensajes amenazadores o desagradables por el Messenger o SMS con el teléfono móvil...
- **Robar contraseñas, suplantar identidades:** Hacerse pasar por otra persona en los chats, entrar en su correo después de hacerse con su contraseña...
- **Blogs y fotologs:** Publicar fotos reales o trucadas con comentarios ofensivos, publicar escritos despectivos, insultantes..
- **Uso o creación de webs con contenidos ofensivos:** Publicación de datos personales...
- **Enviar fotografías o vídeos por e-mail o SMS/MMS:** Grabar hechos de escondidas o contra la voluntad de la víctima, agresiones...
- **Encuestas de Internet:** Con voluntad de dañar, por ej: "quién es la más gorda del Instituto?" o "¿quién es el más imbécil del IES?"
- **En los Juegos multiusuario:** Insultos, amenazas, uso de lenguaje obsceno o agresivo.
- **Enviar programas basura, virus, suscripción a listas de pornografía, colapsar el buzón de la víctima, etc.**

## La historia de Samantha

Samantha era una chica de 13 años, con una página en MySpace donde se conectaba para chatear con otros chicos y chicas de su edad. Su vida cambió cuando conoció a Joe, un chico de 16 años que la invitó a unirse a su grupo de amigos. Samantha se emocionó, estaba muy feliz porque un chico se había fijado en ella, y empezó a mantener con Joe una relación virtual... Chateaba, le explicaba cosas, le hacía confesiones, hablaba de sus amigas...

Todo parecía ir bien. Había encontrado un chico que la encontraba bonita, estaba contenta... pero su relación siempre fue virtual, nunca se conocieron personalmente, aunque se enviaron algunas fotos.

Pero un día recibió un mensaje de Joe que decía:

- Me han dicho que no eres una tía legal, no quiero saber nada más de ti!

De nada sirvieron los intentos de Samantha para continuar la relación, ni los ruegos, ni las súplicas... No lo podía creer. Aquello la desmontó. Por si fuera poco, Joe empezó a publicar mensajes atacándola: Que si era mala persona, que nadie la aguantaba, que se lo hacía con todos...

Ella nunca supo que Joe no existía. Unas "amigas" suyas "inventaron" el personaje de Joe para ganar su confianza y sonsacarles lo que pensaba realmente de ellas.

*Esta historia está basada en un hecho real y no terminó muy bien. Los nombres que se utilizan son ficticios.*



Por grupos podéis discutir:

- ¿Por qué hay chicas que se meten con otras chicas?
- ¿En qué se equivocó Samanta?
- Imaginad un buen final, donde TODOS se acaben sintiendo bien. ¿Cómo sería?
- ¿Pensáis que es una historia muy extraña? ¿Sucede a menudo?
- ¿Conocéis personas que hagan cosas así?
- ¿Qué significa la frase "Vive y deja vivir"?

BLA, BLA, BLA, BLA, BLA, BLA

## LOS CHATS

Los chats pueden tener cosas guapas, y no tan guapas... Por grupos, haced una lista de los aspectos positivos y negativos de los chats

 <p>cosas guapas</p>	 <p>y no tan guapas</p>

## La historia de Miky

- ¡Eh, tu! ¿Porqué me miras mal? ¿Quieres que te pegue?

La tarde del 6 de noviembre, un grupo de tres o cuatro chicos rodearon a Miky cuando salía del Instituto. Mientras dos le agarraban por la espalda, Lolo con el móvil en la mano les gritaba:

- ¡Va, deprisa que tengo poca batería!

Unos días después se repitió el asalto; uno de los chicos le dijo:

- Venga, pégate con nosotros!

Miky se negó pero recibió un golpe en la cara y le rompieron la nariz. Como la primera vez, uno de ellos lo grabó todo con el móvil.

Los padres denunciaron la agresión y hablaron con el director del IES

*Esta historia está basada en un hecho real y terminó medianamente bien. Los nombres que se utilizan son ficticios.*



Por grupos discutir:

- ¿Por qué hay chicos que se meten con otros chicos?
- ¿Qué gracia puede tener grabar cosas así con el móvil?
- Cuando dice que terminó medianamente bien ¿Qué pasó?
- ¿Qué cosas sucedieron para terminar así?
- ¿Habéis recibido imágenes parecidas?
- ¿Qué habéis hecho, o qué haríais si recibierais imágenes así? ¿Por qué?

BLA, BLA, BLA, BLA, BLA, BLA

## EL TELEFONO MOVIL

Los teléfonos móviles son muy útiles y nos pueden sacar de un apuro, pero también tienen inconvenientes. Haced lo mismo que en el ejercicio anterior: una lista con las ventajas e inconvenientes.

 <p>ventajas</p>	 <p>inconvenientes</p>

## El Fotolog de Sergio

Un día Ana supo que Sergio había colgado fotos suyas en el fotolog.

- A la vacaburra dla foto no le gustan los TIOOOOOOOS.
- Mirad komoseloace con las "amiguitaaaaas" ivaya tela chicaaaaa! ime kedao pillao!

Ana se enfadó muchísimo pero enseguida entendió que Sergio hizo todo eso porque ella le dijo que no quería salir con él. Lo tenía por un crío y por un pesado pero no esperaba una cosa así.

Lo peor de todo es que ahora le parece que algunos compañeros hacen comentarios cuando ella pasa, o en el patio la miran y rien... y sus amigas no le hablan tanto como antes.

*Esta historia está basada en un hecho real y terminó bastante bien. Los nombres que se utilizan son ficticios.*

Por grupos discutir:



- ¿Por qué hay chicos o chicas que se inventan cosas de alguien cuando se enfadan con aquella persona?
- ¿Cuando dice que terminó bastante bien, ¿Qué pasó?
- ¿Qué debió pasar para terminar así?
- ¿Qué haríais en una situación parecida?
- ¿Cómo se debe sentir una persona cuando ve que la insultan o cuelgan fotos para hacerla quedar mal y los compañeros la rechacen?
- ¿Sabéis de algún caso parecido?

BLA, BLA, BLA, BLA, BLA, BLA

## BLOCS Y FOTOLOGS

Los blogs son una herramienta para compartir textos y comentarlos, hacer proyectos colectivos... son como un diario on-line. Los fotologs son lo mismo pero utilizando fotografías.

Los blogs y fotologs pueden ser muy útiles para poner en contacto personas que viven en lugares lejanos, o para mantener el contacto sin moverse de casa, pero también tienen inconvenientes. Haced una lista con las ventajas e inconvenientes.

 <p><b>buen rollo</b></p>	 <p>... mmm. <b>No tanto</b></p>



## La historia de Bet y Alba

Bet y Alba eran dos hermanas de 12 y 16 años que se conectaban a menudo a Internet, usando una webcam. Habían conocido a Richard, un chico de 18 años que era representante de modelos de una conocida marca de ropa interior. Poco a poco le fueron cogiendo confianza y se hicieron muy amigos.

- Sois más guapas que muchas modelos que represento. Seríais unas modelos perfectas.

Y ellas posaban delante de la webcam en ropa interior y hacían posturas de modelo... y reían.

Los días pasaban y cada día se mostraban más atrevidas. Se lo pasaban muy bien.

Un día se dieron cuenta que Richard estaba triste y les dijo que tenía problemas económicos y que necesitaba dinero, que se lo devolvería enseguida. Las hermanas le enviaron sus ahorros. Pero él les siguió pidiendo más dinero.

Al poco tiempo recibieron un mail que decía:

- Tengo fotos donde se ve lo malas que sois, y si no me pagáis se las enviaré a vuestros contactos. Tengo las direcciones ¿veis?

Y les dijo los nombres de algunos de sus amigos. Era verdad! ¿Cómo podía ser? Tuvieron mucho miedo y finalmente decidieron que era mejor decirlo a sus padres.

Los padres denunciaron el hecho a la policía que rastreó el ordenador de las chicas y localizó al hombre.

Cuando fue detenido vieron que tenía 30 años y había actuado de la misma forma con otras menores en varios países.

El hombre se ganaba la confianza de sus víctimas para conseguir imágenes con poca ropa o desnudas, se introducía en su correo y conseguía las direcciones de sus contactos. El resto ya lo sabéis.

*Esta historia está basada en un hecho real y terminó satisfactoriamente. Los nombres que se utilizan son ficticios.*

Por grupos discutid:

- ¿Dónde se equivocaron Bet y Alba?
- Cuando se dice que la historia terminó satisfactoriamente, ¿Qué pasó?
- ¿Pensabais que navegar por la red no dejaba rastro?
- ¿Pensáis que se lo dijeron a sus padres enseguida?
- ¿Hicieron bien de decirlo a sus padres?

BLA, BLA, BLA, BLA, BLA, BLA

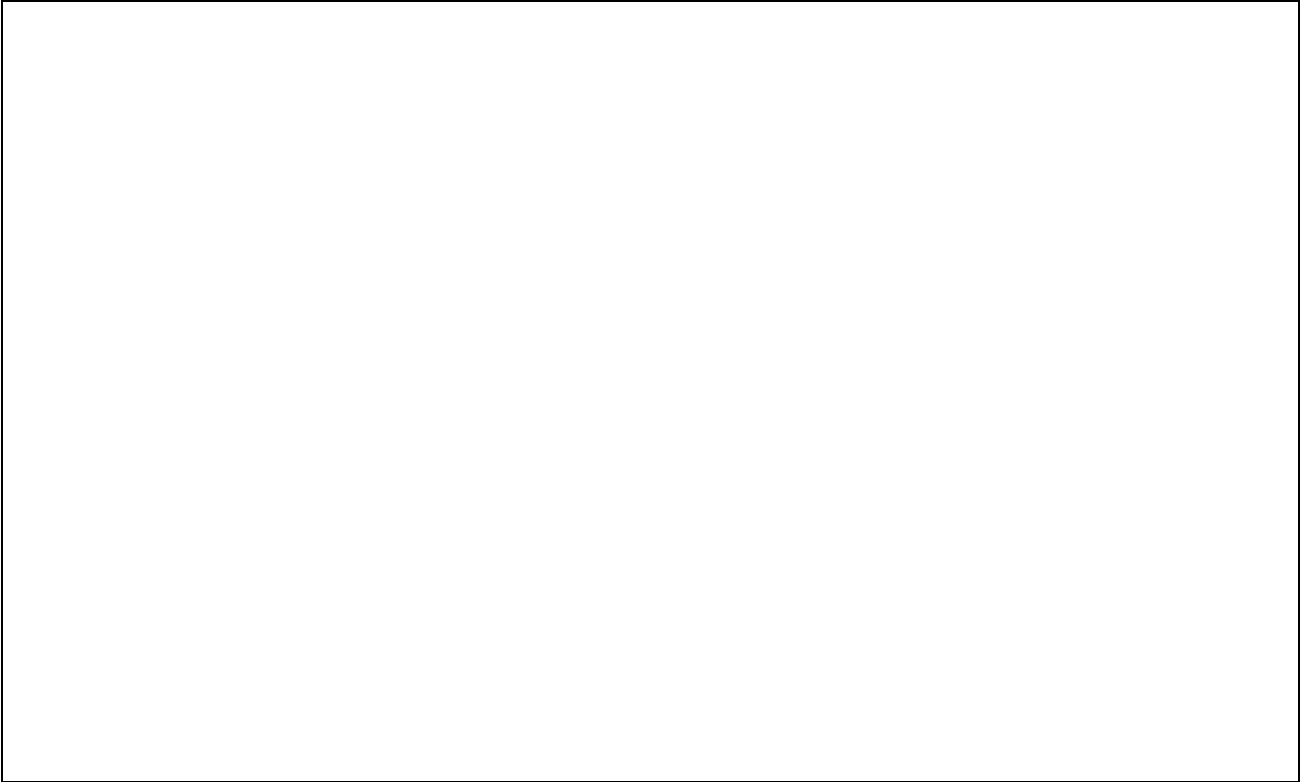
## LA WEBCAM

La Webcam es un invento genial! sirve para hablar y para ver personas que se encuentran muy alejadas, pero también tienen inconvenientes. Haced una lista con las ventajas e inconvenientes.

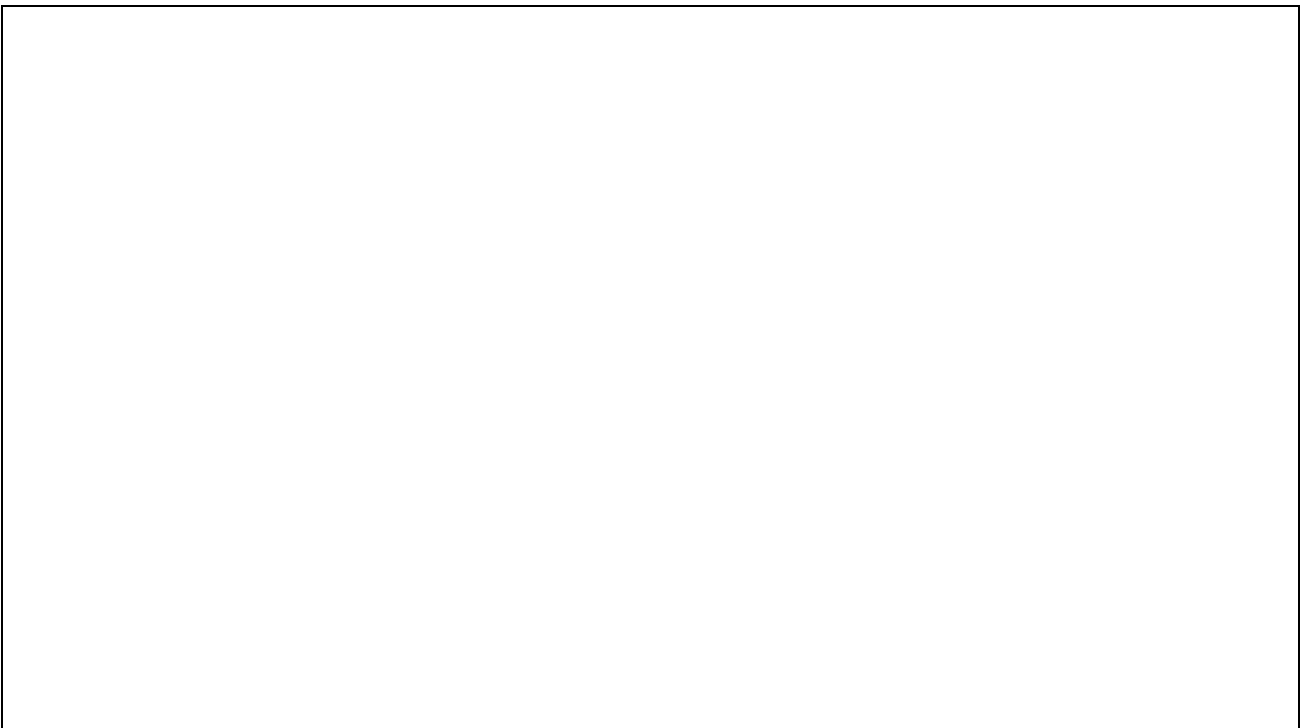
 <b>ventajas</b>	 <b>inconvenientes</b>

# Insultar es pegar con palabras

¿Has recibido agresiones a través de la red o por el móvil? ¿Cuales? ¿Qué te han dicho? ¿Cómo te has sentido? ¿Por qué piensas que lo hacen?



Explica una situación que te haya pasado a ti o a alguien que conozcas



Las nuevas tecnologías (Internet, teléfono móvil...) nos ayudan en muchos aspectos pero también se pueden utilizar mal. Hay quien las utiliza para burlarse, molestar o dañar a los demás.

Es necesario tomar unas mínimas y básicas estrategias de protección y disponer de recursos para no caer en trampas e involucrarse en problemas o en situaciones de acoso.

## ¿Qué podemos hacer?

Leed las acciones y valorad el riesgo que pueden comportar. Después ponédlo en común.

	Riesgo bajo	Riesgo medio	Riesgo alto
Dar la contraseña a los amigos			
Colgar fotografías personales			
Incluir la dirección de terceras personas en los mensajes			
Pensar que quien escribe, es realmente quien dice ser			
Abrir correos extraños o de remitentes desconocidos			
Contestar correos extraños o de remitentes desconocidos			
Tener siempre conectada una webcam			
Dejar que nos incluyan en listas de correos			
Dar información personal (nombre, dirección, costumbres...)			
Expresar las ideas más íntimas en un chat			
Colgar fotos sin el permiso de las personas fotografiadas			
Colgar o distribuir vídeos para reírse de alguien			
Hablar mal de los demás en un chat			
Contestar a los insultos y agresiones de la misma forma			
Enviar mensajes amenazantes por e-mail			

# Algunas ideas

- Ignorad el *spam* (correo basura) y no abráis archivos de desconocidos o que no nos inspiren confianza. Un virus puede afectar todo el ordenador!! Hay programas capaces de descifrar nuestras contraseñas de correo electrónico.
- En Internet también hay riesgos. Que sea un mundo virtual no significa que no pueda acarrearlos problemas. A veces no es suficiente apagar el ordenador. Hay programas que pueden infiltrarse y crearnos complicaciones.
- Si no la necesitáis, no instaléis una *webcam*. Hay programas que pueden activarla y controlarla externamente.
- No enviéis fotos vuestras ni de vuestros amigos a personas que no conozcáis personalmente o que no sepáis certeramente que son un contacto seguro. (*¿Cómo sabremos que un contacto es seguro?*)
- No respondáis e-mails que os pidan el nombre de usuario o la contraseña, ni los introduzcáis en páginas que no sean de confianza contrastada. (*¿Cómo sabremos si una página es de confianza?*)
- La contraseña del correo electrónico es personal; no se la des ni a tus amigos. Tampoco utilices contraseñas obvias como fechas señaladas o nombres que tengan una relación directa contigo.
- Cuenta hasta 10 antes de responder un mensaje que te moleste o te afecte. No respondas a una provocación; posiblemente es lo que pretende el emisor. Muchas veces ignorar mensajes agresivos es la mejor táctica.
- "*Gugléate*". Teclea tu nombre o "alias" en el Google o en otro buscador. Puedes ver si hay algo en la red que haga referencia a ti.
- Si te conectas en la escuela, en casa de un amigo o desde un cibercafé, debes estar atento a no marcar las opciones del tipo "recordar contraseña" y, cuando acabes, cierra completamente la sesión de usuario.
- Internet se debe de regir por unas mínimas normas de comportamiento y de respeto hacia los demás. Utiliza las nuevas tecnologías de forma responsable y si tienes algún problema no dudes explicarlo a tus padres o profesores. No esperes, habla con ellos en cuando surja algún problema; las cosas se pueden complicar rápidamente.

## Referencias:

Colléll, J. y Escudé, C. (2008), *Ciberbullying. L'assetjament a través de la xarxa. Àmbits de Psicopedagogia*, 24. (versión en castellano en <http://www.xtec.cat/~jcollell/ZAP%2024.pdf>)  
<http://www.xtec.cat/~jcollell>  
<http://www.pantallasamigas.net>  
<http://www.ciberbullying.com>  
<http://www.cibersociedad.net>  
<http://www.protegeles.es>

*Ahora que ya hemos hablado de unas cuantas cosas sobre los peligros del ciberespacio, es hora de contestar una pequeña encuesta*

*La información que nos deis es confidencial. Te pedimos que la contestes sinceramente; entre todos podemos mejorar nuestras relaciones y ser un poco más felices.*

# Encuesta



## Sobre tí

Soy un chico ☀ Soy una chica ☀ Edad: \_\_\_\_\_ Curso: \_\_\_\_\_

¿Dónde has nacido? \_\_\_\_\_ ¿Cuánto tiempo llevas en Catalunya? \_\_\_\_\_

¿Qué lengua hablas habitualmente? \_\_\_\_\_

Uso del ordenador: casi nunca ☀, 1 a 4 veces al mes ☀, Cada día o casi ☀

Tengo ordenador en casa SI ☀, NO ☀

Tengo una cuenta de mensajería instantánea) SI ☀, NO ☀

Si tienes, indica donde (Messenger, MySpace....): \_\_\_\_\_

Tengo un blog o un fotolog personal SI ☀, NO ☀

Tengo teléfono móvil SI ☀, NO ☀ Tiene cámara incorporada SI ☀, NO ☀



## Sobre el ciberbullying

A veces me he implicado en conductas de ciberacoso SI ☀, NO ☀

He sufrido bullying en la escuela: SI ☀, NO ☀ He hecho bullying a otros: SI ☀, NO ☀

He hecho ciberbullying (por e-mail, chats, móvil) SI ☀, NO ☀

He sufrido ciberbullying SI ☀, NO ☀

Si es que sí, indica en qué medio: e-mail ☀, chats ☀, móvil ☀, otros (cuáles?) \_\_\_\_\_

¿Tienes alguna sugerencia acerca de todo esto?