

Red Segura

UPCCA VILLENA



UPCCA
Unidad de prevención comunitaria
de conductas adictivas
VILLENA

Siempre contigo

AL AYUNTAMIENTO DE
VILLENA
UNIDAD DE PREVENCIÓN COMUNITARIA DE CONDUCTAS ADICTIVAS

VILLENA
HISTORIA Y PROGRESO

FUNDAMENTACIÓN

Internet es una herramienta maravillosa de aprendizaje y conectividad. Nos permite acceder a conocimientos casi sin límite, formarnos en el área que queramos y conectarnos con gente en cualquier parte del mundo. Sin embargo, no está libre de muchos riesgos, a los cuales los niños, niñas y adolescentes están especialmente expuestos.

Las TIC (Tecnologías de la Información y Comunicación) dan la sensación de inmediatez y de que no hay límites, y comunicarse a través de ellas puede a veces ser complejo porque no facilita el desarrollo de la empatía. Pero existen otros peligros mayores en los que la infancia y adolescencia pueden verse implicadas: entre ellos, la pérdida de control sobre el uso o la propia privacidad, los diferentes tipos de violencia en Internet y las adicciones a juegos o a las apuestas online.

En la actualidad, todo apunta a una mayor y creciente utilización de internet y de las redes sociales, así como un uso cada vez más intensivo de estos en la etapa adolescente (Garmendia et al., 2016; Malo-Cerrato et al., 2018; Olafsson, et al., 2014; Weinstein & Lejoyeux, 2010). A través de las redes sociales, los/las adolescentes pueden expresar y desarrollar su personalidad y sus características personales. La naturaleza social de las redes supone manejar una amplia variedad de interacciones y relaciones tanto con sus coetáneos, como con familiares o incluso desconocidos. El smartphone constituye el dispositivo preferido por los/las adolescentes para acceder a internet (Garmendia et al., 2016; Pastor et al., 2019), la mayoría de ellos/as, lo primero que hace al despertarse es consultar los mensajes o notificaciones. En los últimos años los estudios están informando incluso de un aumento de la sensación de ansiedad cuando un individuo no puede acceder a su Smartphone (Jiang, 2018).

Atendiendo a los datos de la encuesta EDADES 2019/2020 que se realiza en nuestro país, el uso de internet está ampliamente extendido en la población española, prácticamente la totalidad de la población ha utilizado internet con fines lúdicos alguna vez en la vida, en el último año y en el último mes.

Al analizar los tipos de actividades realizadas por Internet, se observa que tanto en hombres como en mujeres las actividades más realizadas son usar mensajería instantánea, buscar información sobre bienes y servicios, recibir o enviar correos electrónicos y ver contenidos de video de sitios para compartir (por ejemplo YouTube).

Tanto en 2015 como en 2017, casi un 3% de la población de 15 a 64 años realizó un posible uso compulsivo de internet en España, lo que supondría una cifra estimada de aproximadamente 900.000 personas. En 2019/20, esta prevalencia aumentó al 3,7%, lo que supondría una cifra estimada de aproximadamente 1.139.000 personas

FUNDAMENTACIÓN

En 2018, un 20% de los estudiantes de 14 a 18 años presentaban un riesgo elevado de estar realizando un uso compulsivo de internet en España, cifra ligeramente inferior a la registrada en 2016 (21%).

Los/las adolescentes poseen, en muchos casos, capacidad para enfrentarse y recuperarse de los efectos negativos de los riesgos que hay en el mundo online (Wisniewski et al., 2016). Pero, en este contexto, adquiere cada vez mayor importancia la adquisición de habilidades de autorregulación.

Para favorecer esta autorregulación es necesario que los y las jóvenes tengan la información necesaria sobre las consecuencias y riesgos del uso y abuso de Internet, así como herramientas y técnicas prácticas para prevenirlos y para enfrentarlos una vez estén presentes en su realidad.

Así surge el proyecto que nos ocupa, 'Red Segura 2023', que se ha llevado a cabo en diferentes centros educativos del municipio de Villena para alumnado de 2º de la ESO y que ha consistido en 16 sesiones de dos horas de duración.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL:

Promover el pensamiento crítico de la población joven respecto al uso que hacen de las nuevas tecnologías y de Internet

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

1. Identificar los aspectos de riesgo relacionados con el uso de las nuevas tecnologías.
 2. Determinar de una forma participativa y plural estrategias de prevención que eviten un abuso o uso no responsable de las TICs.
 3. Aprender a detectar síntomas y comportamientos que evidencien un abuso de las nuevas tecnologías.
 4. Fomentar alternativas al uso de las nuevas tecnologías entre la juventud.
 5. Mejora de la comunicación y la empatía.
-

METODOLOGÍA

La forma de trabajo que caracteriza a Tindaya se enmarca dentro de un tipo de metodología llamada **activa-participativa**, que es una forma de concebir y abordar los procesos de enseñanza, aprendizaje y construcción del conocimiento.

Esta forma de trabajo considera a los participantes de los procesos como agentes activos en la construcción, reconstrucción y deconstrucción del conocimiento y no como agentes pasivos o meros receptores. Nuestra metodología de trabajo parte del supuesto de que todas las personas poseen una historia previa, una experiencia actual y un cuerpo de creencias (mitos, estereotipos y prejuicios), actitudes y prácticas que llevan consigo a los procesos de construcción de conocimiento en los que participan. Ignorar estas circunstancias podría, en alguna medida, obstaculizar el proceso pedagógico y con ello impedir el logro de los objetivos.

Así, en este proyecto se han llevado a cabo sesiones en formato grupal de 2 horas de duración cada una que han combinado una parte de teoría con la práctica de diferentes dinámicas, ya que al final la interiorización de conocimientos y el despertar del pensamiento crítico se consigue con las dinámicas.

En total en todos los centros se han impartido 32h de formación Red Segura.

PARTICIPANTES

Este proyecto estaba dirigido a población joven de 2º de la ESO de diferentes centros del municipio de Villena.

Podemos observar que se ha alcanzado a 397 participantes, de los cuales 208 eran chicas y 189 eran chicos. Y las edades iban desde los 13 hasta los 15 años.

CONTENIDO DE LAS SESIONES

Teniendo en cuenta el colectivo que nos ocupa, se han planteado sesiones participativas acompañadas de contenidos de naturaleza audiovisual que complementasen la teoría, los debates y las dinámicas.

Así, los contenidos generales de cada sesión han sido:

1. CONCEPTUALIZACIÓN DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS

Breve historia TICs y las RRSS

ACTIVIDAD 1: TEST sobre uso de TICS

2. PRINCIPALES USOS DE INTERNET

Teoría y debate de grupo

3. VENTAJAS Y DESVENTAJAS DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS

Teoría y debate de grupo

4. POSIBLES CONSECUENCIAS DEL ABUSO DE LAS TIC

- Físicas

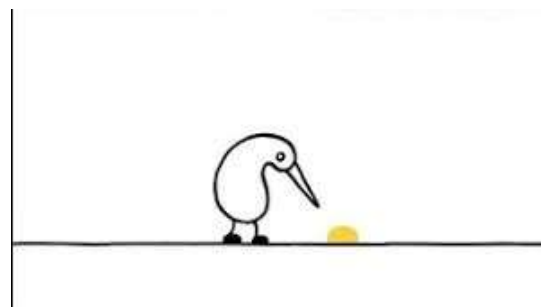
- Psicosociales

ACTIVIDAD 2: I forgot my phone

5. PANTALLAS Y CONDUCTAS ADICTIVAS

ACTIVIDAD 3: Video Pepita Nuggets

6. TIPS PARA UN BUEN USO



Como se puede observar, una de las primeras actividades de la sesión consiste en un test-encuesta de hábitos de uso que se le pide al alumnado que rellene.

En la siguiente tabla pueden observarse las respuestas:

CONTENIDO DE LAS SESIONES

¿Tienes móvil?	Todos/as dijeron que sí	
Aplicaciones instaladas	WhatsApp , TikTok , Be Real, Instagram , Twitch, Discord, Facebook, Tinder, Pinterest, Only Fans, Duolingo, Telegram, Sanpchat,	
¿Cuál usas más?	<p>TikTok Instagram WhatsApp</p> Seguidas de: Twitch y YouTube	
¿Juegas a videojuegos?	Sí - 68% No - 32%	Más repetidos: Clash Royale, Warzone, Fortnite, GTA, Minecraft, Fifa, Call of Duty, Fall guys, Mario Cart, Animal Crossing, Valorant, Candy Crush
¿Cuántas horas dedicas a conectarte a dispositivos?	Media 4,8h	
¿Tienes normas en casa respecto al uso de Internet?	60% sí 40% no	Normas que han escrito: -No gritar -No usar el móvil entre semana -No me dejan jugar a videojuegos -Limitación de uso entre semana -Play solo los fines -Control parental -Si estudio puedo coger el móvil -Tengo family link
¿Crees que el uso de Internet y TICS puede hacer algún daño?	Sí - 91% No - 9%	

CONTENIDO DE LAS SESIONES

Respecto a los hábitos de uso observados en estas encuestas, cabe destacar que la mayoría añade que usa más el móvil en los fines de semana.

Muchos de ellos/as escribían "todo el día", por lo que no ha contado de manera numérica para la media, pero indica que lo utilizan de manera continua.

Además, aunque la media sea de entre 4 y 5h al día, hay un alarmante nº de niños/as que ha escrito cantidades como 11 o 12 horas e incluso 18 horas en fin de semana, corroborando además que estos hábitos afectan a sus horas de sueño.

En contraposición, hay que mencionar también que muchos/as de ellos/as destacaban que en el centro escolar usan dispositivos como tablets y que en casa necesitan usar el ordenador para hacer deberes y estudiar, por lo que hay un tiempo de uso que no pueden reducir.

Hay otros datos especialmente llamativos en estas encuestas, como que aproximadamente la mitad del alumnado no tiene ninguna norma de uso de dispositivos por parte de padres/madres y cuando se les pregunta por la posibilidad de que el uso de TICs suponga algún riesgo, hay casi un 10% que cree que no y además, muchos de los que afirmaban que sí, añadían que podía afectar a la vista, dando a entender que este era el único riesgo asociado al uso de dispositivos.

Este tipo de encuestas son muy útiles para recoger información y saber en qué punto se encuentran los y las jóvenes actualmente y ponen en valor la necesidad de proyectos como el que nos ocupa.

LOCALIZACIÓN, TEMPORALIZACIÓN Y RECURSOS

RECURSOS HUMANOS:

El proyecto está diseñado y ha sido desarrollado por TINDAYA SOCIAL, SL. La actividad de Tindaya está enfocada al trabajo social, cultural y educativo. En nuestra labor tratamos siempre de garantizar la máxima calidad posible y obtener resultados verificables y positivos, siguiendo nuestros valores y filosofía de trabajo, siempre innovadora y humanitaria. Por eso nuestro equipo humano tiene sensibilidad y vocación de servicio público. Tindaya está actualizada y cumple con todos los requisitos administrativos y legales para su adecuado funcionamiento.

El equipo de Tindaya que ha participado en este proyecto es:

- Juan Manuel Flores: coordinador y supervisor. Director de programas.
- Natalia Benítez: coordinadora. Grado y Máster en Psicología General Sanitaria.
- María Eugenia Soriano: ejecución de las sesiones. Licenciatura en Psicología, con formación y experiencia en la prevención de las conductas adictivas.
- Laura Muñoz: ejecución de las sesiones. Grado y Máster en Psicología General Sanitaria y orientadora escolar.

RECURSOS MATERIALES:

En cuanto a los recursos materiales empleados en este proyecto:

- Los espacios necesarios para el desarrollo de las sesiones han sido aportados por los centros escolares gracias al Ayuntamiento de Villena.
- Tindaya Social ha aportado por su parte:
 - Material fungible para las actividades: material de papelería, etc.
 - Material de apoyo digital: vídeos, Power Point, etc.
 - Tests de uso de TICs
 - Encuestas de satisfacción para profesorado

EVALUACIÓN

A continuación especificamos todos los instrumentos de evaluación que se han utilizado para evaluar el proyecto:

DINÁMICAS DE GRUPO

Permiten valorar la asimilación de contenidos por parte de las personas participantes, así como la transformación de sus actitudes.

DIARIO O REGISTRO

Registro de cada sesión en donde se ha anotado el planteamiento, desarrollo y conclusiones realizadas durante la misma, llevada a cabo por las profesionales.

OBSERVACIÓN DIRECTA

Permite analizar determinados comportamientos o comentarios que nos han orientado en el grado de consecución de los objetivos.

ENCUESTAS DE SATISFACCIÓN

Evaluaciones anónimas sobre ciertos aspectos del proyecto (contenidos, organización, personal, etc.), entregadas al profesorado presente.

TEST HÁBITOS USO TICS

Para evaluar la relevancia del proyecto y recoger datos reales sobre la situación actual de los y las jóvenes.

Así, los objetivos específicos de este proyecto y los indicadores que nos han podido informar de su grado de consecución son:

OBJETIVOS ESPECÍFICOS	INDICADORES CUANTITATIVOS	INDICADORES CUALITATIVOS
Identificar los aspectos de riesgo relacionados con el uso de las nuevas tecnologías. Determinar de una forma participativa y plural estrategias de prevención que eviten un abuso o uso no responsable de las TICs. Aprender a detectar síntomas y comportamientos que evidencien un abuso de las nuevas tecnologías. Fomentar alternativas al uso de las nuevas tecnologías entre la juventud. Mejora de la comunicación y la empatía.	- Número de participantes. - Nivel de aciertos en los ejercicios y actividades propuestos. -Nº de riesgos de las TICs trabajados. -Nº de indicadores de uso abusivo trabajados. -Nº de tips de uso saludable trabajados.	-Grado de participación en las actividades. -Cambio en la actitud de los y las participantes -Aumento del pensamiento crítico en los y las participantes

EVALUACIÓN

Al finalizar las sesiones, se ofreció al profesorado presente la posibilidad de rellenar una encuesta de satisfacción y a continuación se ofrece una relación de las respuestas que dieron (siendo 1 insatisfacción total y 5 satisfacción total):

Pregunta	5	4	3		2	1
Los contenidos han cubierto las expectativas	19	3				
Los temas se han tratado con la profundidad esperada	16	4	1			
La duración de la actividad ha sido	13	7	1		1	
La metodología ha sido	19	2				
El espacio físico ha sido	12	8	1			
La educadora domina la materia	21					
Los contenidos se han impartido con claridad	21					
Se ha motivado y despertado el interés del alumnado	18	3				
Grado de utilidad de la actividad	17	3	1			

Puede observarse que la mayoría está muy satisfecha con la sesión, los contenidos y con las profesionales. En contraposición, aspectos como la duración y el espacio físico de las sesiones han sido los peor valorados, lo que se tendrá en cuenta como propuestas de mejora.

De la misma manera, algunos/as de ellos/as, han querido aportar comentarios escritos, los cuales se recogen a continuación:

- Hacerlo fuera del aula
- Más tiempo para desarrollar la actividad
- Incluir estudios realizados sobre el tema
- Me parece muy correcto y completo para el tiempo disponible
- Formación adecuada y necesaria, muy interesante

EVALUACIÓN

CONCLUSIONES FINALES

Una vez concluidas las sesiones y gracias a las herramientas de evaluación empleadas, el equipo de Tindaya considera que se han cumplido los objetivos planteados de manera satisfactoria.

Las profesionales consideran que en el alumnado ha podido aprender más sobre los posibles riesgos del uso inadecuado o abuso de las TICs, ha podido aumentar sus conocimientos sobre adicciones comportamentales y cuáles son los signos de alerta y a la vez, han podido desarrollar el pensamiento crítico y estrategias de prevención de estas conductas adictivas.

Las encuestas de hábitos de uso han arrojado datos concretos sobre la situación en la que se encuentran los y las jóvenes y han corroborado lo necesarios que son este tipo de proyectos. Hemos visto que estamos ante un problema creciente, la prevención es clave y el contexto educativo es muy útil en este sentido.

Así, considerando las opiniones del profesorado, el feedback del alumnado y la información aportada por las profesionales, podemos concluir que el proyecto Red Segura en Villena 2023 se ha desarrollado de manera satisfactoria para todas las partes y que sería beneficioso realizar más acciones en esta línea.
