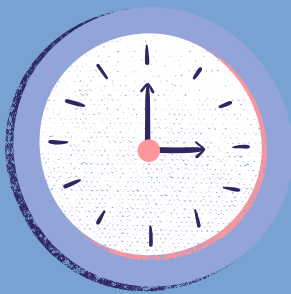


GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

NO ME ENREDES





GUIA ELABORADA POR:

Attycasgenus



GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

NO ME ENREDES



La guía que se presenta a continuación ha sido elaborada con el objetivo de servir como apoyo didáctico que capacite a profesionales de la educación, padres y madres, para la sensibilización, detección e intervención de una de las problemáticas mas crecientes en el alumnado hoy en día: el Ciberbullying

Desde el Excmo. Ayuntamiento de Majadahonda nos preocupamos por la seguridad de los y las menores y jóvenes que puedan estar padeciendo este tipo de acoso. Por ello, en esta guía práctica se presenta la información indispensable que deberás tener en cuenta para poner en práctica los procedimientos pertinentes que permitan el uso y disfrute de las redes sociales del alumando desde la seguridad.

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

Índice

1. Características y tipos de Cyberbullying
2. ¿Soy víctima de ciberacoso? ¿Qué puedo hacer?
3. ¿Cómo proteger mi intimidad en la redes?
4. Protocolo de intervención: Indicadores, Instrucciones y actuación
5. Tengo miedo ¿Cómo y a quién pido ayuda?
6. ¿Cómo tramitar una denuncia en las distintas redes por cyberbullying, sexting o grooming? ¿Qué pruebas puedo aportar?
7. El ciberacoso entre el alumnado con diversidad funcional. Síntomas para detectarlo y cómo actuar
8. Decálogo de seguridad para utilizar las redes



NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

1.- CARACTERÍSTICAS Y TIPOS DE CIBERBULLYING

Tipos

Características

Ley

¿Qué es el
ciberacoso/
cyberbullying?

Consecuencias



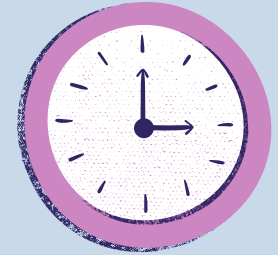
NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

1.1 ¿Qué es el Cyberbullying?

Tanto los profesionales de la educación, como padres y madres, debemos tener en cuenta que la tecnología ha llegado para quedarse, por lo que ha llegado el momento de adaptarnos a este nuevo paradigma que nos rodea. Hoy en día, la vida de nuestros y nuestras menores y jóvenes se encuentra caracterizado por un flujo constante de comunicación muy difícil de controlar, por lo que debemos tener muy claro en qué casos esta tecnología puede generar un verdadero problema.

Así pues, es obligatorio para el correcto desempeño de las funciones educativas conocer que el **Cyberbullying** o **Ciberacoso** es un fenómeno creciente que comprende el mal uso de los medios digitales para el ejercicio de conductas negativas hacia las personas. Estas conductas pueden suponer amenazas, chantaje, manipulación, publicación de material sin consentimiento, acoso verbal, degradación de imagen o cualquier otra acción con ánimo lesivo.



NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

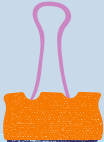
1.2 Características

Aunque el ciberacoso es un fenómeno variable según el caso en el que se detecte o analice, es preciso tener en cuenta que reúne unas características comunes.

Entre estas características, debemos tener en cuenta como prioritaria para la detección del cyberbullying que este hecho está produciendo consecuencias negativas en las víctimas a través de los medios digitales.

Además, aunque el ciberacoso puede ser un fenómeno puntual, generalmente perdura en el tiempo debido a desigualdades sociales estructurales que sitúan en una posición de indefensión a la víctima.

Aunque la intencionalidad puede ser considerada una característica del Cyberbullying, no se contempla como prioritaria, ya que en ocasiones los y las menores y jóvenes no son conscientes de que sus actos puedan comprender consecuencias negativas para sus iguales.

- 
- Medios digitales
 - Consecuencias negativas
 - Repetición en el tiempo
 - Desequilibrio de poder
 - No depende de la agresión presencial
 - Mayor riesgo durante la adolescencia

NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

1.2.1. Diferencias entre bullying y ciberbullying



BULLING

Se da en un lugar físico y en un horario concreto, generalmente en el entorno escolar

Existe un contacto directo entre víctima y agresor

El número de espectadores está limitado al entorno escolar

La visibilidad es la propia de los centros escolares, clases o aulas donde se dé el acoso



CIBERBULLING

Ocurre en las redes sociales a través de las NTIC, puede ser en cualquier lugar y a cualquier hora

La víctima y el agresor a veces ni siquiera se conocen. La mayoría de las veces el agresor esconde su verdadera identidad

El número de espectadores es mucho mayor debido al factor viral de las NTIC

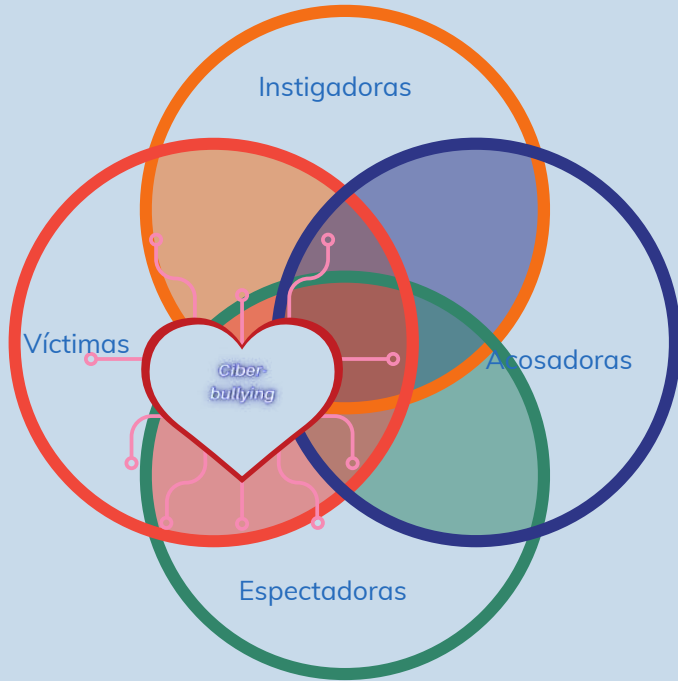
La visibilidad se multiplica debido al gran número de personas usuarias de las redes sociales

Ambos constituyen una vulneración de los derechos humanos fundamentales de menores y jóvenes que lo puedan sufrir, tanto de manera directa como indirecta.

NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

1.2.2. Perfiles de personas



...Los perfiles de las personas que acosan y las acosadas no son concretos, aunque existe cierta tendencia y factores que influyen en que se derive en una situación de acoso.

NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

1.2.2. Perfiles de personas

Instigadoras



Personas que incitan a las personas que acosan a que lo hagan. También son considerados perfiles que acosan.

Acosadoras



Perfil con tendencia a la falta de autocontrol y a la resolución de conflictos de manera agresiva



Espectadoras



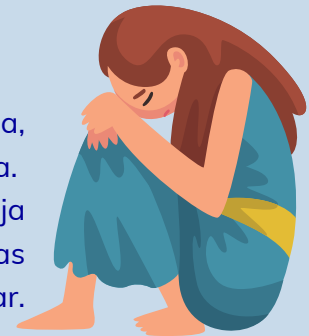
También son considerados/as víctimas indirectas del acoso. Estos perfiles son determinantes para el desarrollo positivo de la intervención. También sufren repercusiones negativas derivadas.



Víctimas



Perfil con baja autoestima, pasiva, introvertida. La situación de acoso deja secuelas psicológicas difíciles de evitar.



NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

1.3. Tipos de Cyberbullying

En cuanto al cyberbullying, los equipos educativos y las familias nos encontramos con terminologías que no manejamos muy bien o que se escapan de nuestro alcance. En este apartado, veremos los tipos reconocidos de cyberbullying más detenidamente.



2

Ciberstalking

Manifestación más usual de cyberbullying. La persona que acosa controla todos los pasos que da la persona acosada en redes sociales.

Fraping

1

La persona acosadora suplanta nuestra identidad en las redes sociales y publica contenido inapropiado en nuestro nombre.



¿?

Sabías que...

...La Lista Robinson se crea a partir de la Ley de Protección de Datos de Carácter Personal y Garantía de los Derechos Digitales y protege a las víctimas de ciberacoso por notificaciones.

NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

1.3. Tipos de Cyberbullying

3

Ciberviolencia de género

Los agresores ejercen este tipo de ciberacoso con motivos de género, con los objetivos de controlar, acosar y explotar a las víctimas en las redes sociales.



Grooming

4

Un adulto se hace pasar por un menor y establece una relación de control emocional con el fin de preparar un escenario de abusos sexuales (fotografías, vídeos, etc.).



5

Otros tipos de ciberacoso

Por notificaciones



Las personas acosadoras difunden las cuentas y teléfonos personales de las víctimas en distintas plataformas para que así reciban múltiples notificaciones.

Por exclusión



A las personas víctimas se les excluye de los grupos de clase de whatsapp o de cualquier otra red social.



NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

1.4. Legislación Vigente

Plan Estratégico de Convivencia Escolar (2017)

Regido por la Estrategia Europea 2020 y el Marco Estratégico de Educación y Formación 2020 (ET2020) a través de los siguientes ejes:

*Educación
Inclusiva*

*Participación de la
Comunidad Educativa*

*Educación en los
Sentimientos y
la Amistad*

*Prevención de la
Violencia desde la
Primera Infancia*

*Aprendizaje y
Convivencia*

*Socialización
Preventiva de la
Violencia de
Género*

*Atención y Cuidado
del uso de las
Tecnologías*



NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

1.4. Legislación Vigente

Plan Estratégico de Convivencia Escolar (2017)



Línea 1. Observación y seguimiento de la convivencia en los centros educativos.

Línea 2. Desarrollo de políticas educativas para la mejora de la convivencia.

Línea 3. Incorporación de Actuaciones Educativas de Éxito y prácticas basadas en criterios científicos para la mejora de la convivencia escolar.

Línea 4. Formación del profesorado y otros agentes de la comunidad educativa.

Línea 5. Coordinación y cooperación entre administraciones, entidades e instituciones.

Línea 6. Prevención y control de incidentes violentos en los centros educativos y apoyo a las víctimas de violencia y acoso.

Línea 7. Comunicación, intercambio y difusión de información y conocimiento sobre el impacto de la convivencia escolar en la educación.

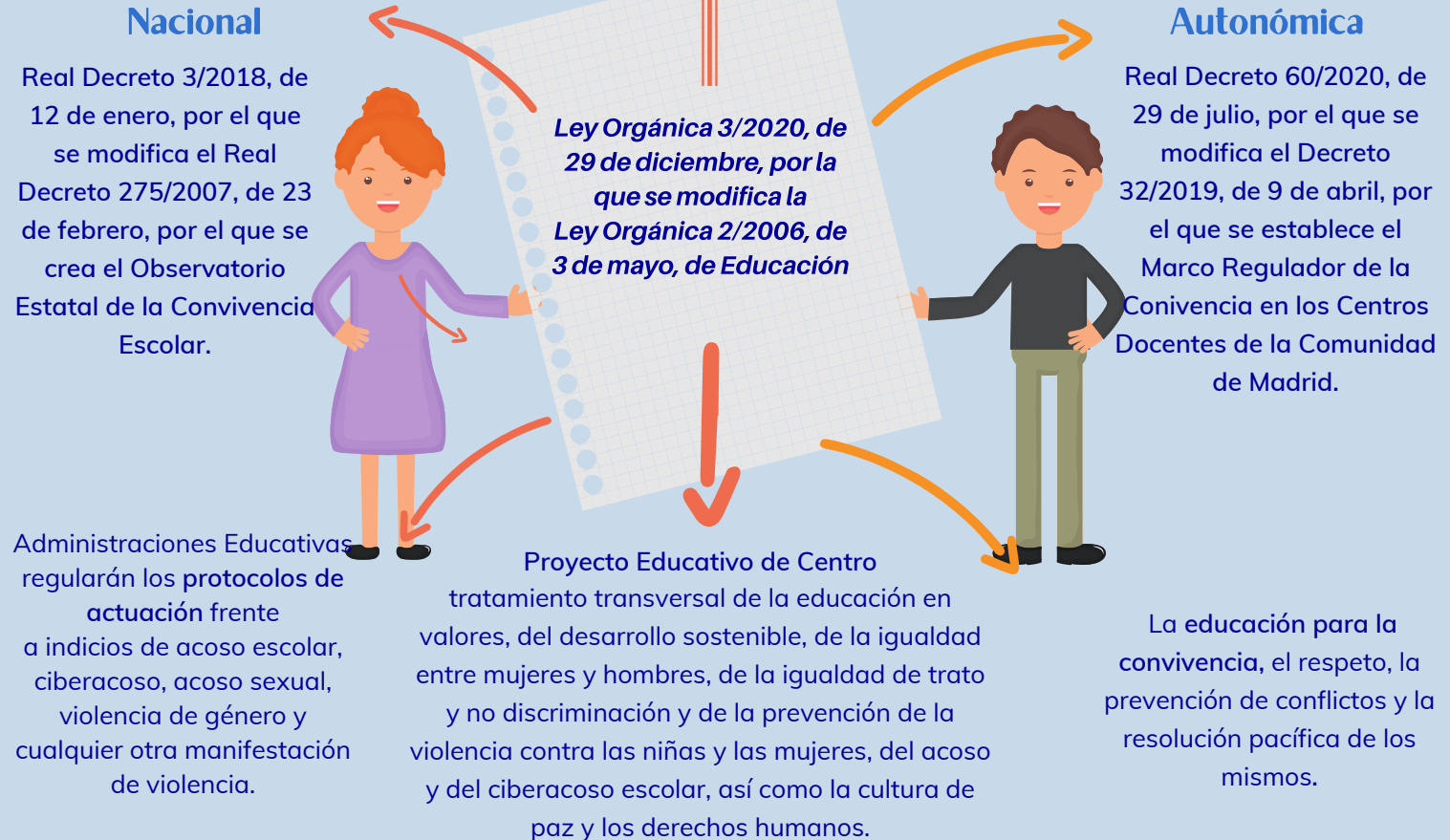
Línea 8. Investigación educativa y social en convivencia escolar.



NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

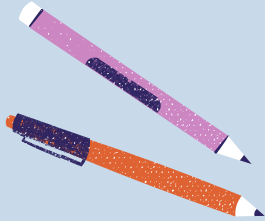
1.4. Legislación Vigente



NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

1.5. Consecuencias del Cyberbullying



Para la persona víctima

Fracaso Escolar,
somatizaciones, trauma
psicológico, fobias,
riesgo físico, insatisfacción,
ansiedad, infelicidad,
problemas de personalidad .

Para la persona acosadora

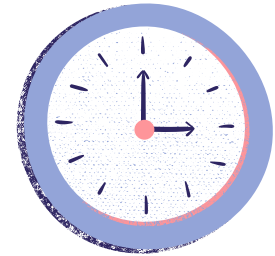
Antesala de conducta
antisocial/asocial, práctica de
obtención de poder a través de la
violencia y acoso tecnológico,
valoración errónea de conductas
violentas como actos socialmente
aceptados.

Para personas observadoras

Desensibilización o adopción
de una actitud pasiva y
complaciente o tolerante ante la
injusticia
Riesgo de aprendizaje por
observación de estas conductas.

NO ME ENREDES

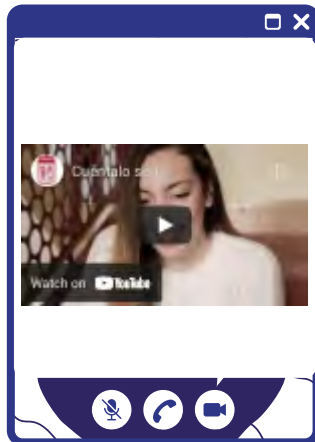
GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS



1.6 Material pedagógico

Contenido audiovisual

Visualización de Miniserie
"Cuéntalo" - Plan
Estrategico de Convivencia
Escolar, producido por el
Ayuntamiento de Arganda
del Rey, Madrid



Ejemplo didáctico para practicar con el alumnado

1.- Analizar por pequeños grupos las directrices desde las diferentes instituciones y organizaciones desarrolladas para el buen uso de las TIC en materia de prevención de violencia y ciberacoso:

Agencia Española de Protección de Datos

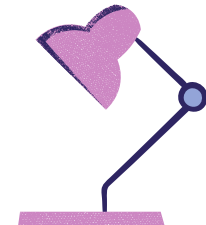
- Agencia de Protección de Datos de la Comunidad de Madrid (APDCM)
- INJUVE
- Policía Nacional
- Guardia Civil
- Consejería de Educación y Juventud. (Comunidad de Madrid)

2.- Exponer las conclusiones a las que han llegado los grupos al gran grupo.

3.- Crear un debate donde la temática central sea la seguridad en las redes.

4.- Reflexionar desde el gran grupo lo que se ha expuesto desde los pequeños grupos y extraer unas conclusiones generales comunes.

<https://www.youtube.com/watch?v=pyoyB16Hh2M>



NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

2. ¿Soy víctima del ciberacoso?

Cuando un/a menor o joven se encuentra en una situación de presión por parte de agentes externos, es común que existan manifestaciones individuales con las consecuencias que hemos mencionado anteriormente.

Sin embargo, como profesionales, madres, y padres no solo debemos quedarnos en un diagnóstico externo de la situación, sino que es nuestro deber hacerles ver que la situación es producto de un acto lesivo, y que debe actuar con el apoyo de su alrededor.

Pero, ¿Cómo podemos hacer que sea consciente de ello? Para empezar, deberán tener muy claro que...

- Tener miedo a utilizar el móvil...
- Tener miedo a jugar online con sus compañeras/os...
- Sentir vergüenza al subir contenidos en las redes sociales...
- Sentir obligación para enviar contenido personal...



NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

2.1. ¿Cómo puedo saberlo?

A continuación, detallamos una serie de situaciones que puede sufrir una víctima de ciberacoso. Cada situación concreta, estará constituida por diferentes conductas. Aquí resaltaremos las más comunes, señalando especialmente comentarios que ellos/as mismos/as pueden expresar espontáneamente y deben ser tenidos en cuenta.



Existe un perfil en redes sociales que se hace pasar por mí.

Se han compartido imágenes o grabaciones de mi persona sin permiso.

He recibido amenazas y comentarios ofensivos a través del móvil o el ordenador.

Me he sentido obligada/o a modificar o eliminar contenido de mis redes por los comentarios.

Siento que alguien vigila mis redes sociales.

NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

2.2. Soy víctima de ciberacoso ¿Qué puedo hacer?

En primer lugar, el alumnado deberá recibir la información necesaria para conocer los principales peligros de internet. Es necesario que comprendan el alcance de sus acciones en los medios digitales, así como las consecuencias y daños que pueden producirse u ocasionarse. A más información, menor posibilidad de que se produzcan casos de cyberbullying.



Por otra parte, es recomendable que las situaciones de cyberbullying sean capturadas o grabadas. No es preciso que lea los contenidos de los mensajes, pero guardar los mensajes, videos, comentarios, etc. que recojan actos contra la libertad y persona del/la alumna, puede ser consustancial para hacer efectiva una intervención educativa, o si procediera, legal.

En el caso de que la situación de bullying ya se esté produciendo, nunca se deberá contestar al acosador. Es la manera más simple de no entrar en su juego.

Además, se aconseja como positivo, si fuera posible, bloquear la fuente desde la cual se están realizando la actividad lesiva.

NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

2.2. Soy víctima de ciberacoso ¿Qué puedo hacer?

Aunque los equipos escolares están concienciados de que la labor educativa familiar es consustancial para el correcto desarrollo de menores y jóvenes, es inevitable que surjan situaciones en las cuales las personas educadoras cobrarán un papel consustancial. Por ello, las manifestaciones que se encuentran expuestas deberán ser trasladadas desde las y los profesionales, con el objetivo de que la totalidad del alumnado sepa reaccionar en estas situaciones, sin depender de las carencias que puedan producirse en los propios hogares.



NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

2.3. ¿Qué puedo hacer? Espacios de confianza

El ciberacoso, al igual que el bullying en general, debe ser tratado de manera abierta. Las y los menores y jóvenes no deben sentir vergüenza al comunicar hechos relacionados con la temática, y, para lograr esto, las personas adultas seremos las responsables.

Las y los menores deben conocer, que tanto en el rol de hijo o hija como en el de alumno/a, cuentan con figuras de referencia con los cuales expresarse abiertamente en casos de ciberacoso. Para ello, deberemos memorizar el siguiente esquema:



NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

3. ¿Cómo proteger mi intimidad en la redes?



Limita la información que compartes

No es necesario que se compartan todos los datos personales a través de las redes sociales como Instagram o Facebook.

La información más delicada, como son tu domicilio personal, fotos privadas o localización, puede hacer que se corra un riesgo personal que la mayoría de las veces pudiera evitarse.



Cambia la privacidad de tu perfil al modo “privado” para mayor seguridad



NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS



Usa herramientas de privacidad

Tanto en las Redes Sociales como en los ordenadores y smartphones, existen herramientas de privacidad, como pueden ser:

- Cortafuegos
- Bloqueadores de publicidad
- Detectores de spam
- Antivirus
- Seguridad y privacidad en RRSS



NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS



Cierra tu sesión en Redes Sociales

Especialmente en las redes y conexiones públicas, tales como las del trabajo, las de la escuela y centros de estudios, bibliotecas, bares y centros culturales, etc.

En definitiva, cualquier red que no sea la doméstica es altamente recomendable cerrar sesión de todas las redes sociales.



Otra opción muy recomendable es abrir el navegador web en modo “incógnito”, donde no se mantienen los datos de las sesiones abiertas.



NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

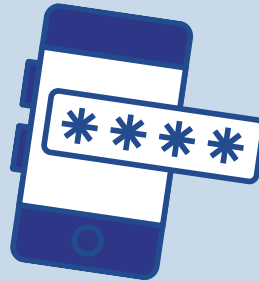


Utiliza contraseñas seguras

Es la recomendación más repetida en los últimos años, pero no está de más recordar que es la más importante.

Nuestros consejos son:

- Usar contraseñas diferentes para cada red social.
- Usar la "verificación en dos pasos" para mayor protección.



NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS



Ten precaución con aplicaciones que solicitan acceso a datos personales

A menudo, muchas aplicaciones y páginas web piden autorización para el uso de nuestros datos personales, ya sean de cuentas personales, claves, galería de fotos o acceso a la cámara del móvil.

El permitir abiertamente este tipo de acceso a datos personales puede ser peligroso.



En algunas ocasiones esta solicitud conlleva un uso fraudulento de los datos personales



NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS



Desactiva la geolocalización

Para mayor privacidad personal, el desactivar la localización del teléfono móvil, tablet u ordenador es más que aconsejable.

Esta localización se puede desactivar dentro de las aplicaciones y redes sociales, además de fuera, a nivel general en los dispositivos tecnológicos.



NO ME ENREDES

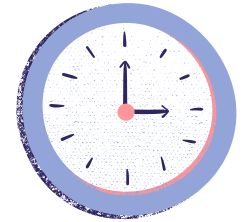
GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

3.1. Material pedagógico

Ejemplo didáctico para practicar con el alumnado

"Peligros en redes sociales para niños y niñas adolescentes"

Agencia Española de Protección de Datos



Analiza el vídeo en clase

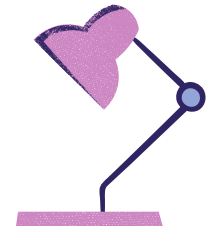
¿Qué fenómeno o fenómenos se están dando en el vídeo?

¿Quiénes intervienen en la vida de la protagonista? Breve descripción

¿Qué pasos de "seguridad en las redes" se ha saltado nuestra protagonista?

¿Cómo cambiaríais la historia para que Virginia actúe de forma segura?

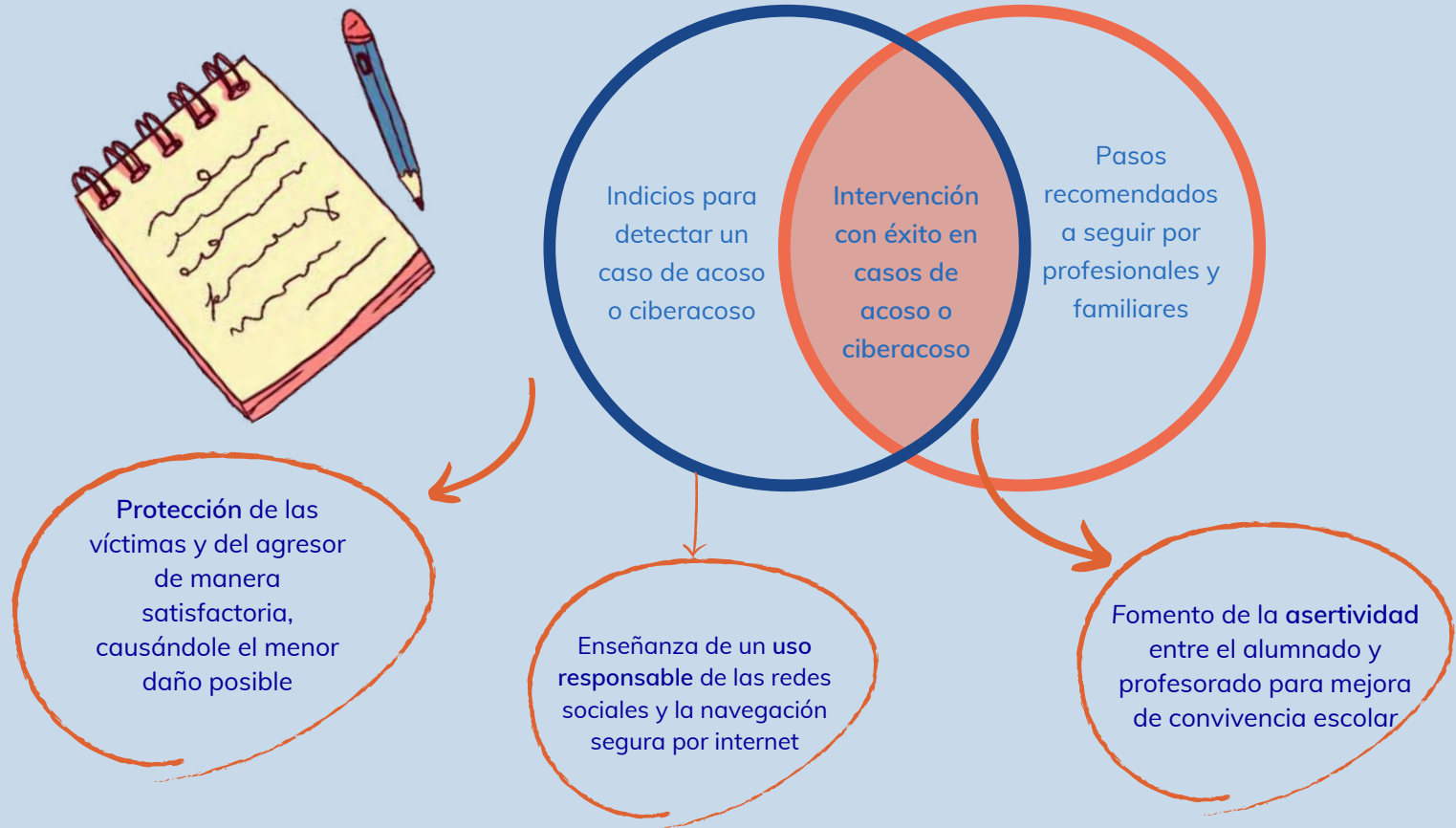
<https://youtu.be/G8iciqvXnmk>



NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

4. Protocolo de intervención: indicadores, instrucciones y actuación



NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

4.1. Indicios a detectar por el equipo educativo y las familias

Irritabilidad y ansiedad al comunicarse por medios digitales

Cambios de humor

Desmotivación con el centro educativo: conductas absentistas

Constante tristeza y nerviosismo, acentuada ante el móvil o el ordenador

Modificación de su actitud hacia el centro educativo

Deterioro repentino de sus relaciones sociales

Verbalización de conductas de acoso sufridas en el centro escolar

Desarrollo de tendencias de aislamiento y soledad

Búsqueda de soledad al comunicarse por medios digitales



NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

4.2. Instrucciones y actuación en caso de acoso/ciberacoso

Son muchos los organismos a nivel autonómico, nacional e internacional que luchan contra las situaciones de acoso y ciberacoso tanto en el entorno escolar como en las redes sociales e internet.

El protocolo de actuaciones contra el acoso escolar más recurrido por los centros educativos y con mayor recorrido en cuanto a recogida de datos, estadísticas, actuaciones y medidas de prevención, es la Asociación Española de Prevención del Acoso Escolar (AEPAE).

Sus pasos a seguir son los siguientes:



Protocolo de Acoso Escolar (AEPAE)

NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

4.2. Instrucciones y actuación en caso de acoso/ciberacoso

1. Recopila toda la información que puedas del acoso
2. Pide una tutoría urgente
3. Exige información de las medidas que toma la escuela
4. Si es satisfactorio, comunícaselo a la escuela, si no, toma medidas: inspección educativa, denuncia por vía civil/penal



1. Apertura de protocolo de actuación en casos de acoso escolar
2. Entrevistas individuales
3. Sociograma
4. Una vez confirmado, se contacta con las familias
5. Se debe garantizar la seguridad de la víctima y aplicar medidas al/a los/as acosador/es/as
6. Fijar protocolo con familias
7. Informar a inspección educativa, servicios sociales y/o fiscalía de menores, dependiendo de la gravedad



NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

4.3. Protocolo de prevención de casos de ciberacoso

Debido a las particularidades del ciberacoso, como bien se comenta en esta guía, es muy complicado de detectar y protocolarizar. Tanto las personas profesionales de la educación como las familias, vivencian situaciones muy parejas tanto en el acoso como en el ciberacoso. Aunque hay que tener en cuenta que la realidad en la que se origina es muy diferente.

En base a estas diferencias, sumamos pasos y recomendaciones a seguir por profesionales y las familias, complementarios a las medidas que se toman una vez se dé la situación de alarma:



NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

4.3.1. Protocolo de prevención de casos de ciberacoso: Familias

- Fomenta la relación de confianza con tu hija y/o hijo.
- Enséñales a usar las redes sociales de manera responsable.
- Educa a tus hijos y/o hijas en la asertividad.
- Fórmate en las nuevas tecnologías y redes sociales.

Familias



NO ME ENREDES

4.3.2. Protocolo de prevención de casos de ciberacoso: Centros Escolares

Centros
Escolares



Tened claros los protocolos de prevención frente al ciberacoso



Realizad un seguimiento de los posibles casos que se detecten



Fomentad en las aulas el trabajo en equipo, asertividad y valores positivos, la inclusión y el respeto a la diversidad, y las habilidades sociales



Dad herramientas al alumnado para la resolución de conflictos, hacedlos partícipes en ellos a través de: referente de alumnado para resolver conflictos, jornadas y eventos relacionados, etc.

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

4.3.3. Protocolo de prevención de casos de ciberacoso: Menores Víctimas

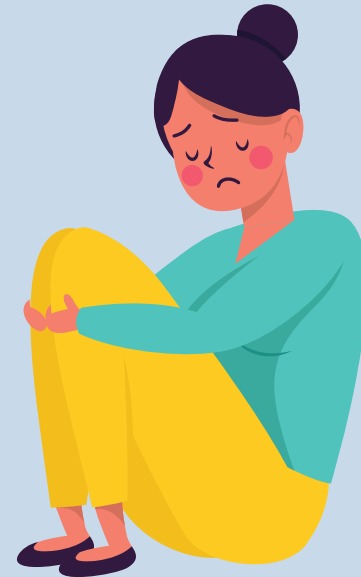
→ Aprende todo lo que puedas sobre cómo ser una persona asertiva, respetando a los demás y a ti mismo/a.

→ Ponte metas y pequeños logros de autocuidado y autoestima todos los días. La confianza en uno/a mismo/a no se consigue de la noche a la mañana.

→ Sobre todo, no recurras nunca a la violencia para resolver conflictos.

→ Ponte metas y pequeños logros de autocuidado y autoestima todos los días. La confianza en uno/a mismo/a no se consigue de la noche a la mañana.

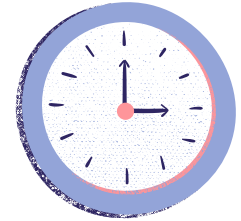
Menores
Víctimas



NO ME ENREDES

GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS

4.4 Material pedagógico



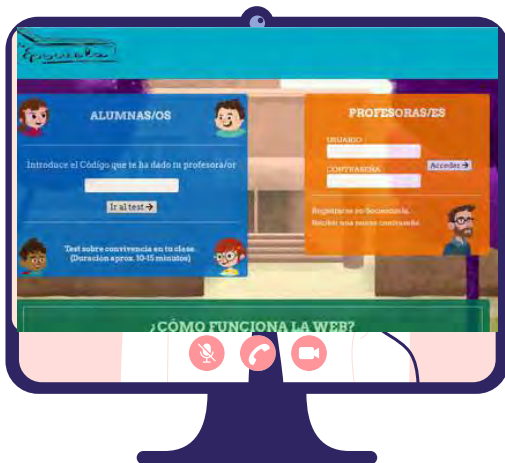
“SociEscuela”

**Detección e intervención precoz
para casos de acoso o ciberacoso.**

SociEscuela es una herramienta online que permitirá conocer a los y las profesionales del ámbito educativo el estado de las relaciones sociales dadas en el aula. Detecta fácilmente tanto los casos de acoso como de ciberacoso.

El personal educativo será responsable de introducir los datos del grupo para que el alumnado pueda realizar el test de la forma más precisa. Aunque es gratuito en varias comunidades españolas, en Andalucía actualmente sólo permite analizar de este modo un número determinado de grupos.

Finalmente, se obtiene un sociograma del grupo, además de datos tanto individuales como grupales.



NO ME ENREDES