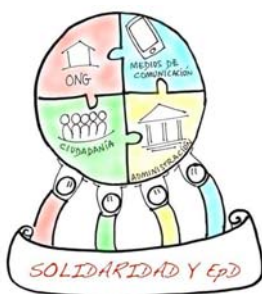


UNIDAD DIDÁCTICA

¿En qué mundo vives? Redes sociales digitales como herramienta de prevención de violencias en la adolescencia



Incluida en el Banco de Recursos con el expediente 36884/2025





“Redes sociales digitales como herramienta de prevención de violencias en la adolescencia”

¿EN QUÉ MUNDO VIVES?



Dirigido a alumnado de Secundaria de 2º, 3º, 4º de la ESO

INTRODUCCIÓN

En un mundo cada vez más interconectado, adolescentes y jóvenes construyen sus relaciones, su identidad y su forma de participar en la sociedad a través de los entornos digitales. Sin embargo, este escenario global también presenta desafíos: la falta de privacidad, los discursos de desigualdad, la desinformación y diversas formas de ciberviolencia que afectan especialmente a menores.

Esta unidad didáctica busca que el alumnado comprenda cómo la seguridad digital, la protección de datos y el respeto en línea forman parte del ejercicio de los derechos humanos. A través de actividades participativas, se invita a reflexionar sobre el impacto global de las redes sociales, reconocer las ciberviolencias que enfrentan adolescentes de todo el mundo y desarrollar habilidades de uso responsable y crítico de la tecnología.

El taller promueve una visión de ciudadanía digital que fomenta la igualdad, la justicia social y el apoyo colectivo cumpliendo con el ODS 4.7 en materia de educación para la paz, la convivencia y los derechos humanos.

CUADRO ESQUEMA. TALLER 2 horas

Objetivos	Contenidos	Actividades
- Conocer la entidad, el taller y su metodología. - Reflexionar sobre seguridad, privacidad y el ejercicio de derechos en entornos globales digitales, promoviendo un uso consciente y responsable de las redes sociales. - Analizar el impacto global de las redes sociales en la identidad, y su relación con percepciones, desigualdades y relaciones sociales - Conocer las ciberviolencias que afectan a adolescentes a escala internacional, vinculándolas con la defensa de los derechos humanos digitales. - Fomentar la responsabilidad individual y colectiva en la creación de una ciudadanía digital global, capaz de prevenir violencias, actuar ante situaciones de riesgo y promover el respeto en entornos digitales.	Presentación. Seguridad y privacidad digital en derechos globales. Identidad digital y suplantación: perfiles falsos. Ciberviolencias: ciberacoso, control, grooming y sextorsión. Prevención e intervención desde responsabilidad colectiva. Netiqueta y ética digital inclusiva y segura. Autodefensa digital y apoyo colectivo con enfoque global.	Presentación (5) 1 Trabajo en grupo. (25) 2 Juego “¿Quién esquién?” (45) 3 Presentación interactiva ¿Y tú cómo te proteges? (20) 4. Presentación. Netiqueta (10) Presentación-dinámica: Autodefensa digital.(15)

ACTIVIDAD 1. Trabajo en grupo

Tiempo Previsto: 20

DESARROLLO

Iniciamos la actividad preguntando al grupo qué redes sociales utilizan y qué nivel de control creen tener sobre su seguridad y privacidad digital. Desde ahí, se reflexiona sobre la diferencia entre los derechos y normas de cuidado en la vida real y en los entornos globales digitales. En grupos, elaboran una lista de recomendaciones de seguridad en ambos mundos, destacando la importancia del ejercicio de derechos digitales y del uso responsable en un entorno internacionalmente conectado.

PREGUNTAS GUÍA:

- ¿Qué normas de seguridad se aplican por igual en ambos mundos y cuáles reflejan desigualdades de género o culturales?
- ¿Cómo influyen nuestras prácticas digitales en nuestra seguridad y privacidad global?
- ¿Controlamos realmente la información que compartimos?
- ¿Cómo respetan las plataformas y webs nuestros derechos digitales?

MATERIALES: Folios, bolígrafos, proyector o pizarra digital.

ACTIVIDAD 2: Juego “¿Quién es quién?”

Tiempo Previsto: 45

DESARROLLO

1ª PARTE: El universo real.

Jugaremos al “¿QUIÉN ES QUIÉN?”. Dos personas salen del aula. Una vez fuera, al resto del grupo decide qué persona de dicho grupo será el personaje oculto. Cuando las dos personas vuelven, tienen que adivinar quién es el personaje oculto haciendo preguntas que puedan contestar con sí o no. El grupo tiene que permanecer de pie, y se van sentando quienes no reúnen las características por la que se pregunta. Por ejemplo, si la pregunta es: ¿La persona lleva gafas? y la respuesta es sí, aquellas que no lleven gafas deberán sentarse.

2ª PARTE: El universo digital.

Realizamos el mismo juego “¿QUIÉN ES QUIÉN?” con un pequeño cambio. Cuando las dos personas que deben salir estén fuera, se dividirá al grupo en dos y a cada miembro de uno de los dos subgrupos elegirá “serespejo” de cualquier otra persona del otro subgrupo. Las y los jugadores que entran deben adivinar quién es el personaje elegido, sin saber cuáles son las normas que rigen ahora las respuestas.

Con este juego queremos mostrar cómo la identidad digital puede manipularse fácilmente en un contexto internacional y cómo esto puede favorecer situaciones de ciberviolencia o vulneración de derechos.

MATERIALES: Pizarra, rotulador o tiza

ACTIVIDAD 3: Presentación interactiva ¿Y tú cómo te proteges? Tiempo Previsto: 25

<https://view.genial.ly/5eb571bc7199c50d8c415dc3/presentation-ciberviolencia-lsttt-mzc>

DESARROLLO

A través de una presentación interactiva, el alumnado conoce las principales ciberviolencias que afectan a adolescentes a nivel global y local. A través de vídeos y ejemplos reales, analizaremos cómo estas violencias se ejercen en diferentes contextos internacionales, cómo afectan a los derechos humanos y qué medidas de protección pueden adoptarse desde la ciudadanía digital global.

PREGUNTAS GUÍA:

- ¿Son equivalentes las normas de uso en redes sociales en todos los países?
- ¿Podemos saber quién está realmente al otro lado en un entorno globalizado?
- ¿Qué aprendizajes a nivel global y local obtenemos para defender nuestros derechos digitales?

MATERIALES: Proyector o pizarra digital

Empezamos viendo un video para explicar la importancia de la Netiqueta como herramienta universal para promover convivencia respetuosa, segura y ética en entornos digitales globales. Se destacan sus principios como parte de la educación para la ciudadanía global y la cultura de paz. <https://www.youtube.com/watch?v=u9LTNtZDAM&t=53s>

DESARROLLO

Para finalizar, dividimos al alumnado en grupos o se trabaja en gran grupo. Se les pide completar el listado elaborado en la Actividad 1 con nuevas **recomendaciones de seguridad y privacidad digital**, teniendo en cuenta cómo se ejercen los derechos en los entornos digitales a nivel global

Con la dinámica se pretende identificar medidas de protección que favorezcan una **navegación segura y responsable** y estrategias de actuación ante situaciones de violencia digital que puedan darse en un contexto internacionalmente interconectado.

Reflexión grupal

Cómo prevenir diferentes formas de ciberviolencias presentes a nivel global.

Qué hacer si sufren o detectan una situación de riesgo.

Cómo contribuir a una **ciudadanía digital global respetuosa, segura y solidaria**.

MATERIALES: Proyector o pizarra digital

Documentos de apoyo

Algunos tipos de violencias digitales

CIBERACOSO: Realizar de forma reiterada, a través de soportes móviles o virtuales, agresiones (amenazas, insultos, ridiculizaciones, extorsiones, robos de contraseñas, suplantaciones de identidad, vacío social,) con mensajes de texto o voz, imágenes fijas o grabadas, u otras formas, con la finalidad de socavar la autoestima, dignidad personal y dañar su estatus social, provocando daños psicológicos, estrés emocional y/o rechazo social.

SEXTING: En nuestra sociedad, **el sexting** empieza a ser un término cada vez más habitual. No es un problema de seguridad en sí mismo, sino una práctica de riesgo, sobre todo cuando implica a los menores de edad. Mediante el sexting, se envían a través del teléfono móvil u otro dispositivo con cámara, fotografías o vídeos producidos por uno mismo con connotación sexual. El riesgo está en que una vez enviados estos contenidos, pueden ser utilizados de forma dañina por los demás.

GROOMING: Actuaciones realizadas por un adulto para ganarse la confianza de un niño o una niña, establecer una relación en la que se manipula y se ejerce control emocional con el fin de preparar el terreno para un abuso sexual del menor.

SEXTORSIÓN: Hace referencia a una forma de explotación sexual en la cual se chantajea a una persona por medio de una imagen de sí misma desnuda o con connotaciones sexuales explícitas que ha compartido con alguien a través de Internet o telefonía móvil (sexting). La víctima es posteriormente coaccionada para tener relaciones sexuales con el/la chantajista, para producir pornografía u otras acciones.

SHAMING: El shaming, también conocido como «humillación pública», ocurre cuando se comparte información sensible, como imágenes o videos íntimos, sin el consentimiento de la persona afectada. Esto puede ocurrir a través de plataformas de redes sociales, aplicaciones de mensajería, foros en línea o cualquier otro medio digital. El objetivo principal del shaming es causar daño emocional y psicológico a la víctima, con el fin de ejercer control, poder o venganza sobre ella.

STALKING: También conocido como acoso obsesivo, es un patrón de comportamiento no deseado y repetitivo que busca intimidar, acosar o controlar a una persona. En el contexto digital, el stalking se manifiesta a través de la vigilancia persistente en línea, el seguimiento de la actividad en redes sociales, el envío constante de mensajes no deseados o la creación de perfiles falsos para espiar a la víctima. Este comportamiento puede provocar miedo, ansiedad y estrés significativos en las víctimas, y puede tener un impacto devastador en su bienestar emocional y psicológico.

DOXING: Derivado de «documenting» o documentación en inglés, es la práctica de recopilar y **publicar información privada de una persona en línea sin su consentimiento**. Esta información puede incluir datos personales como direcciones, números de teléfono, lugares de trabajo, información financiera e incluso detalles sobre familiares y amigos. Los doxers (ciber acosadores) suelen utilizar esta información con la intención de intimidar, acosar o dañar a sus víctimas.

AUTODEFENSA DIGITAL

La autodefensa en las redes es una forma de respuesta ante las violencias que se reciben en ellas, pero sobre todo es una actitud. Una actitud que implica:

- Ser consciente de que la única responsabilidad del acoso, la presión o el control, está en quien lo ejerce, nunca en quienes lo reciben.
- Saber que todas las personas tenemos derecho a participar en las redes sin recibir violencia.
- Buscar ayuda cuando no sabemos cómo defendernos, o pedir una respuesta colectiva para no sentirnos solas frente a la violencia.

La autodefensa y el apoyo colectivo busca centrarse en responder a quienes agreden, o en apoyar a las víctimas del acoso, creando redes de apoyo aprovechando la potencialidad de las redes.

*Si la ciberviolencia existe, es porque existe violencia en la vida real, y la red también es vida real.
Sabemos que el silencio apoya la violencia.
No quedarnos calladas ni callados ante ella, es la única forma de cambiar.*

Algunos consejos de seguridad y privacidad en redes sociales

- **Cámara**
Es recomendable desenchufar la webcam cuando no se utilice o taparla si ésta está incorporada en el portátil/ordenador.
- **Antivirus.**
Cuida tu dispositivo. Utiliza siempre antivirus y analiza cualquier fichero que se descargue.
- **Ignora el spam.**
No cliqueees en los correos electrónicos publicitarios no solicitados.
No te creas los regalos y los chollos.
Nadie da nada a cambio de nada.
- **Usar controles de privacidad.**
Conocer si las redes sociales o los sitios web que se utilizan tienen controles de privacidad, cuáles son y cómo funcionan para activarlos. Aun así, no existe la seguridad completa de que el ámbito privado sea realmente privado, y aquello que se publique no vea algún día la luz.
- **Conocer a tus contactos.** En la medida de lo posible.
Solo se debe permitir que conecten online personas a quienes se conozca en la vida real.
No acuerdes nunca citas con personas desconocidas a través de internet: No es tu amiga/o, no la conoces, por lo que no quedes nunca a solas.
- **Proteger tu información personal.**
No usar datos personales por internet:
Pídele a tus amistades, que no den datos tuyos sin tu permiso y viceversa.
Publicar información personal o fotos, puede identificar a la persona ante extraños y poner en peligro la seguridad.
- **Pensar antes de publicar.**
Una vez que se publica algo online, es muy difícil o muchas veces imposible retirarlo.
Las imágenes, los textos y los vídeos se pueden copiar y republicar una y otra vez sin que la persona implicada lo sepa.
Así pues, aunque, en principio, solo las amistades puedan ver lo que publicas, ese contenido podría acabar en cualquier punto de la red: esto hace que sea difícil y, a veces, hasta imposible, eliminarlo.
Hay que considerar que todo lo que se publica en la red va a ser público, permanente y no controlado.
- **Vigilar la propia reputación digital**
- Una práctica recomendable es buscar el propio nombre de vez en cuando, para ver qué aparece.

*“Dedicar esfuerzo a construir tu propia identidad digital ya no es opcional.
Es un acto de pura responsabilidad”*

Sugerencias para prevenir las violencias del mundo digital:

- No contestar a provocaciones. Mejor ignorarlas.
En un estado de enfado no es el mejor momento en el que escribir en las redes sociales, ya que puede quedar registrado para siempre.
- Si se produce un insulto o provocación, es mejor abandonar la conexión. En caso de que se sospeche de mensajes o de la interacción que se mantenga, se debe pedir ayuda.
- No facilitar datos personales.
- Actuar en la red tal y como se haría en la vida real, ante la presencia de la persona hacia la que se dirigen los comentarios.
- En caso de ser víctima de acoso, es conveniente guardar las pruebas.
- Al interactuar con alguien, el hecho de encontrarse al otro lado de la pantalla no garantiza que se esté en una zona completamente segura.
- En una situación de abuso, es recomendable advertir a quien abusa que está cometiendo un delito.
- Si hay amenazas graves es conveniente pedir ayuda con urgencia.
- Si se encuentra información que no es cierta o que no debería ser pública, se debe hablar con la persona que la haya publicado o con el sitio web donde esté alojada, para quitarla.
- Comportarse con educación, de la misma forma que se haría en la vida real.



NETIQUETA

<https://www.youtube.com/watch?v=u9LTNtZDAM&t=53s>

Es el conjunto de normas informales de conducta y cortesía que guían la interacción en entornos digitales. Surge de adaptar las reglas de etiqueta del mundo real al espacio de Internet.

opencontent.upct.es+2avast.com+2

Incluye principios como el respeto mutuo, la claridad en los mensajes, la consideración por la privacidad y la empatía hacia otras personas en línea. [DaviesMeyer+1](#)

La netiqueta contribuye a crear un entorno digital más seguro, ético y humano: ayuda a prevenir conflictos, fomenta la protección de datos, y promueve la ciudadanía digital responsable.

espaciociente.anuies.mx