



Universidad de Valladolid



**Trabajo de final de estudio
Facultad de educación y trabajo social.**

**Conectados con Seguridad: Intervención frente a la participación de
Alumnos con Baja Autoestima en Comunidades Peligrosas en Línea.**

Connected Safely: Intervention against the participation in Dangerous Online Communities by
Students with Low Self-Esteem.

NOMBRE DEL ALUMNO: Adrián Pérez Sánchez
Prof. Dr. Juan Antonio Valdivieso Burón
(Departamento de Psicología)

Máster en Profesor de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato,
Formación Profesional y Enseñanza de Idiomas.
Especialidad: Orientación educativa.

CURSO 2024/ 2025
VALLADOLID
CONVOCATORIA: Primera

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	4
2. OBJETIVOS	7
2.1 Objetivo general	7
2.2 Objetivos específicos	7
2.3 Relación de los objetivos con las competencias del Máster	7
3. JUSTIFICACIÓN	8
3.1 El auge de las Tic y el uso de internet de los menores	8
3.2 Autoestima, internet y comunidades peligrosas en línea	11
3.3 Uso problemático de internet. Redes sociales y peligros asociados	12
4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	15
4.1 Seguridad en internet y riesgos asociados	15
4.2 Desarrollo socioemocional, autoestima y sociedad informatizada	16
4.3 Comunidades peligrosas en línea. Definición y tipología	23
4.4 Consecuencias de involucrarse en comunidades peligrosas en línea	25
4.5 Entidades y recursos para hacer frente a esta problemática	28
5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	29
5.1 Participantes y contexto	29
5.2 Metodología	29
5.3 Sesiones	31
Sesión 1	31

Sesión 2	32
Sesión 3	33
Sesión 4	37
Sesión 5	38
Sesión 6	39
5.4 Limitaciones	40
6. CONCLUSIÓN	40
7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	42
8. ANEXOS	46

1. INTRODUCCIÓN

El artículo presente corresponde a un trabajo de fin de máster (TFM) llevado a cabo en el marco de la orientación educativa al alumnado de educación secundaria. Su elaboración ha tenido como objetivo abordar tanto los fundamentos teóricos como las implicaciones prácticas sobre las comunidades peligrosas en línea en la adolescencia y su relación con la autoestima. Para ello, se ha realizado una revisión teórica acerca de los peligros que pueden desencadenar estas comunidades y una propuesta de intervención con la finalidad de abordar esta problemática.

Autores como Boza et al. (2000), definen la orientación educativa como el proceso de ayuda continuo y sistemático, dirigido a todas las personas en todos sus aspectos, poniendo un énfasis especial en la prevención y el desarrollo (personal, social y de la carrera) que se realiza a lo largo de toda la vida con la implicación de diferentes agentes educativos (tutores, orientadores y profesores) y sociales (familias y profesionales).

En el contexto que nos compete, un departamento de orientación de un instituto de secundaria, nos encontramos con una serie de planes principales que orientador educativo ha de cumplir:

a) Plan de orientación académico profesional (POAP): Consiste en un documento del propio centro que incluye las herramientas, métodos y recursos de las que se disponen para ayudar al alumnado con su transición desde la escolarización a la vida laboral. En definitiva, se trata de guiarlos a través de las distintas etapas educativas, orientándoles sobre las elecciones más adecuadas que deben hacer en cuanto a asignaturas y titulaciones que cursar dependiendo de la situación individual de cada alumno.

b) Plan de apoyo al proceso de enseñanza-aprendizaje (PAPEA): Es un programa diseñado con la finalidad de facilitar el acceso del conocimiento académico a la diversidad del alumnado. Este plan se desarrolla mediante diversas estrategias pedagógicas y metodológicas que buscan promover lo relacionado con la enseñanza y el aprendizaje de los alumnos. Puede incluir actividades como las evaluaciones pedagógicas de los alumnos derivados por los tutores, envío de pautas metodológicas a los docentes y derivaciones del alumnado con dificultades a otros especialistas.

c) Plan de acción tutorial (PAT): Consiste en un documento del centro destinado a recoger las estrategias y actividades que tienen una finalidad de acompañar al alumnado en su

desarrollo académico social y personal dentro del instituto. En cuanto al PAT, Gallardo (2005) nos dice que “todo programa de orientación tutorial debe tener como finalidad la formación integral del alumno, esto es, teniendo en cuenta el desarrollo académico (mejora del aprendizaje, toma de decisiones...), el desarrollo personal y social (mejora de la motivación, del autoconcepto, de las habilidades sociales...) y el desarrollo profesional (aclarar el itinerario curricular, obtener información, accesibilidad profesional...)”. El plan de acción tutorial, por tanto, también hace referencia a planificar las horas de tutorías y llevar a cabo propuestas educativas en el centro.

Atendiendo a las características del presente trabajo, en el contexto de las principales funciones del departamento de orientación, sería propio incluirlo en el plan de acción tutorial (PAT) ya que se promueve una intervención planificada que tiene la finalidad de llevarse a cabo en diversos institutos, y además, implica la concienciación y el desarrollo positivo de aspectos psicosociales relacionados con el acceso a comunidades peligrosas en línea, haciendo énfasis en la autoestima.

Como hemos visto anteriormente, siguiendo en la línea del PAT, se señala la importancia del desarrollo personal y social del alumnado, en el que por supuesto se incluye la importancia de la educación emocional. Según el artículo de Ureña y Peralta 2023, la educación emocional es importante porque favorece la formación integral de los estudiantes, promoviendo su bienestar psicológico, fortaleciendo habilidades sociales y de comunicación, y ayudando a gestionar las emociones en diferentes contextos. La educación emocional se relaciona directamente con el rendimiento académico ya que ayuda a los estudiantes a desarrollar habilidades como la autorregulación, la motivación y la concentración, las cuales son fundamentales para el éxito escolar. La adquisición de competencias emocionales permite a los estudiantes gestionar mejor el estrés, regular sus emociones negativas y mantener una actitud positiva hacia el proceso de aprendizaje. Esto, a su vez, favorece un ambiente de estudio más efectivo y una mayor resiliencia frente a los desafíos académicos, contribuyendo a mejorar su rendimiento escolar en general.

A continuación, tras haber contextualizado nuestro trabajo dentro del marco de la orientación educativa, se procede a explicar el desarrollo del mismo, atendiendo a sus distintos apartados:

a) Introducción: En primer lugar, se realizará una introducción que explica la contextualización del propio artículo y comenzará a explicar la relación de internet con la autoestima de los adolescentes.

b) Objetivos generales y específicos en relación con las competencias del Máster.

c) Justificación: Posteriormente, tendrá lugar la justificación del artículo, en la cual se mostrará una revisión teórica que nos llevará a entender la problemática actual de las comunidades peligrosas en línea y la necesidad de un plan de intervención.

d) Fundamentación teórica: Tras la justificación, nos encontraremos con la fundamentación teórica, donde se recogen estudios acerca de aspectos clave para este trabajo, como el desarrollo psicosocial y emocional de los adolescentes relacionado con el uso de las nuevas tecnologías, las propias comunidades peligrosas en línea y sus tipos y las consecuencias que estas mismas pueden acarrear a un adolescente.

e) Propuesta de intervención: En quinto lugar, se mostrará el plan de intervención que se ha desarrollado atendiendo a todas las necesidades expuestas en los anteriores apartados de este trabajo de fin de máster.

f) Conclusiones finales: Tras haber expuesto el plan de intervención, se situarán las conclusiones finales que supondrán una recapitulación de los aspectos más importantes de este trabajo.

g) Referencias bibliográficas y anexos: Por último, tendrán lugar las referencias bibliográficas y los anexos.

Este artículo investiga la conexión entre la baja autoestima y la participación en comunidades virtuales que podrían ser peligrosas. Mediante una revisión teórica, se reconocen los elementos de riesgo y las dinámicas que promueven el acceso y la participación de los adolescentes en estos grupos. Como solución a este problema, se sugiere un plan de intervención fundamentado en estrategias tecnológicas y psicoeducativas que promuevan la construcción de una autoestima sana y fomenten el uso crítico y adecuado de internet.

La finalidad de esta investigación es proporcionar herramientas que disminuyan los riesgos de individuos con baja autoestima frente a estos ambientes digitales, fomentando el bienestar mental y la utilización segura de internet. Para ello, se utiliza una perspectiva multidisciplinaria que fusiona aspectos de la psicología, la educación y la ciberseguridad.

2. OBJETIVOS

2.1 Objetivo general:

Promover el uso seguro, responsable y crítico de Internet en los alumnos de educación secundaria obligatoria, mediante estrategias que permitan la detección de posibles riesgos, la promoción de prácticas seguras y el desarrollo de habilidades digitales.

2.2 Objetivos específicos:

1. Ofrecer datos acerca de los peligros vinculados a comunidades de riesgo en la red, que incluyen el crimen, la ruptura de una autoestima sana y la violencia (con la finalidad de que aprendan los riesgos).
2. Fomentar competencias vitales como la toma de decisiones, el manejo emocional y la solución de conflictos, para que sean capaces de soportar la presión social adversa.
3. Establecer estrategias de evaluación para observar el efecto del programa y hacer modificaciones conforme se requiera.
4. Que los alumnos aprendan sobre cómo actuar a nivel legal frente a este tipo de situaciones.
5. Aumentar el nivel de conciencia acerca de cómo actuar frente a estos grupos en línea.
6. Promover un plan de intervención novedoso, que mediante una revisión de la literatura científica actual, tiene como finalidad ser aplicado en clases de alumnos que se encuentren cursando la ESO en beneficio de su desarrollo.

2.3 Relación de los objetivos con las competencias del Máster:

Las competencias del máster están diseñadas para formar docentes capaces de planificar, implementar y evaluar procesos de enseñanza y aprendizaje de manera inclusiva, innovadora y ética, promoviendo un desarrollo integral de los estudiantes, la participación activa en la comunidad educativa, y la aplicación de conocimientos especializados y metodologías para mejorar la calidad educativa, la convivencia y el uso responsable de las tecnologías digitales.

De forma general, todos los objetivos que hemos expuesto en este trabajo tratan de promover la planificación y evaluación de estrategias educativas con el fin de fomentar un uso seguro de Internet, alineándose con la competencia general número 1 y 2 del propio Máster, las cuales hacen referencia al desarrollo y evaluación del proceso de enseñanza y aprendizaje.

Los objetivos específicos número 3 y 7, se relacionan con las competencias E.E 12 y E.E 15, que se refieren a conocer y aplicar propuestas docentes innovadoras en el ámbito de la especialización cursada, aplicar técnicas de investigación y desarrollar proyectos de investigación, innovación y evaluación.

El objetivo general y los objetivos específicos 1, 2, 4, 5 y 6, se relacionan con las competencias generales 6, 7 y 8 al ya que son las que promueven el fomento de habilidades para estimular el esfuerzo, a la vez que tratan de potenciar habilidades sociales en la resolución de conflictos y velan por la participación activa en la comunidad educativa, mediante actividades y programas de intervención.

3. JUSTIFICACIÓN

3.1 El auge de las Tic y el uso de internet de los menores

Hoy en día, la necesidad cada vez mayor de estar constantemente en línea es un rasgo de la actual sociedad de la información, en la que las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) han tenido un avance acelerado y sin precedentes en los últimos años. Este suceso ha revolucionado todas las facetas de la vida socioeconómica, provocando cambios drásticos en la cultura, la comunicación, la economía y las tradiciones personales y grupales. Las TIC han eliminado las barreras de espacio y tiempo, facilitando la comunicación y el acceso a la información, convirtiendo a Internet en una herramienta vital para el crecimiento educativo, personal y social. No obstante, este progreso también ha provocado un incremento en las experiencias negativas vinculadas al uso indebido de estas tecnologías, como la delincuencia digital. Por lo tanto, el uso indebido y sin criterio de Internet implica riesgos considerables que pueden derivar en circunstancias peligrosas.

Las TIC han generado una transformación radical en varias áreas de la vida, tales como la cultura, la comunicación, la economía y las tradiciones. Actualmente, numerosas personas han perdido la habilidad de buscar información sin necesidad de utilizar motores de búsqueda o de mantenerse alejado de sus dispositivos móviles. Estas tecnologías han eliminado los

obstáculos de espacio y tiempo, facilitando la comunicación continua y el acceso a datos desde cualquier sitio. En consecuencia, Internet se ha convertido en esencial para el progreso académico, la formación personal y las relaciones sociales.

Garmendia et al (2011), comenta en uno de sus estudios que en el caso de los menores españoles, el porcentaje de menores que utilizan internet en su propia habitación y que lo utiliza en cualquier otro lugar de la casa es el mismo (42%) que el de adolescentes de otras nacionalidades. El uso de internet en la habitación propia es sensiblemente inferior al de la media europea. Sin embargo, el elevado porcentaje hace que también sea necesario considerar este factor en las tareas de prevención de riesgos. Se destaca que la edad es el factor más determinante en el uso de internet en una habitación privada ya que los niños más pequeños usan internet en sus propias habitaciones en mucha menor medida que los adolescentes. Por otro lado, en este mismo estudio, se menciona que las diferencias de acceso a internet en el hogar según el estatus socioeconómico son también importantes. Cerca del 97% de los menores de hogares de estatus socioeconómico alto acceden a internet, frente al 88% y el 76% de los menores de estatus medio y bajo respectivamente. También hay que señalar que el uso en habitaciones privadas es más común en hogares de estatus bajo (44%) que en hogares de estatus alto (35%).

Llegados a este punto, hemos podido observar que el acceso frecuente a internet es una práctica muy habitual en los menores, casi inherente a su desarrollo psicosocial. No obstante, pueden surgir distintas preguntas acerca de esta práctica tan frecuente:

- a) ¿Son las Tic e internet algo seguro o peligroso?
- b) ¿Existen otros aspectos sociales o emocionales que puedan influir en la manera que un adolescente hace uso de internet y las redes sociales?

Atendiendo a la primera pregunta, Rubio (2019) concluye en su estudio que internet puede ser positivo al ayudarnos en muchos aspectos en la vida diaria, pero aun así, debemos tomar nuestras precauciones a la hora de utilizarlo, haciendo referencia a que la forma en la que se usa es lo que puede determinar que nos encontremos o no ante peligros. Este autor recomienda tener un buen antivirus y tratar con cuidado aquella información que encontremos durante nuestra navegación.

Autores como Abas (1995), Selwyn, (1997), Watson (1998) y Bullock (2004) explican en su estudio que muchos autores tienen actitudes muy distintas a las TIC, observando que algunos las definen como un avance positivo mientras otros las perciben como peligrosas o negativas.

Karsenti (2004) nos dice que en la medida en la que los docentes manifiestan actitudes positivas hacia estas tecnologías, el acceso y el conocimiento de las mismas experimentaría un gran avance. Por el contrario, si predominan actitudes negativas, su incorporación a las prácticas de enseñanza y su implementación en el currículo encontraría serios obstáculos y, en algunos casos, limitaciones infranqueables.

Tras haber revisado la investigación de estos autores, podemos concluir que las TIC e internet no son avances positivos o negativos en sí mismos, sino que el nivel de seguridad o peligrosidad y la calidad de la experiencia que podamos tener, radica en la manera que lo utilicemos y las actitudes que tengamos respecto a los mismos.

En cuanto a la segunda pregunta planteada: ¿Existen otros aspectos sociales o emocionales que puedan influir en la manera que un adolescente hace uso de internet y las redes sociales?, vamos a remontarnos en primer lugar al estudio de Díaz et al (2018), donde se explica que la adolescencia es una etapa de intensos cambios sociales, psicológicos, biológicos, sexuales y neuropsicológicos que podemos entender como una etapa de crisis del ser humano que marca la transición entre la niñez y la adultez. Marca el inicio de la independencia personal construida sobre la base de la auto-identidad en la estructuración de la personalidad, para lo cual es fundamental lograr el adecuado desarrollo del “yo” mediante el fortalecimiento del autoconocimiento.

La formación del conocimiento de sí mismo o autoconcepto, se desarrolla paralelamente a la autoestima, la cual puede definirse como la valoración que hace el sujeto de sí mismo, de las distintas dimensiones que configuran su personalidad. Algunos autores la definen de la siguiente manera:

a) La autoestima se puede entender como la estimación que tiene de su propia valía, el valor que le atribuye a su identidad (Harrison, 2014).

b) Hutz y Zanon (2011) comprenden la autoestima como la evaluación que hacemos del autoconcepto, que consiste en innumerables pensamientos y sentimientos que tenemos sobre nosotros mismos.

Varios estudios demuestran que tener una buena o mala autoestima influye significativamente en la manera que nos relacionamos con los peligros de internet y las comunidades peligrosas en línea. Para tratar este tema a fondo, a continuación se ha desarrollado un apartado entero respecto a este tema:

3.2 Autoestima, internet y comunidades peligrosas en línea

Estudiar a los adolescentes y su autoestima es esencial, ya que, generalmente, una alta autoestima, es un indicador de bienestar, buena salud mental y habilidades sociales (Hewitt, 2009). Por el contrario, la baja autoestima está, directamente, relacionada con el estado de ánimo negativo, la percepción de discapacidad, el delito, la depresión y la ansiedad social, entre otros Heatherton y Wyland (1998) y una baja autoestima podría generar trastornos alimentarios y pensamientos suicidas, especialmente, en adolescentes McGee y Williams (2000).

Según Kernis (2005) la autoestima es un reflejo de los sentimientos generales y comunes del autovalor. En un estudio realizado en Alemania, por Chung, et al (2017) con una muestra de 240 mujeres, en la que se pretendió describir el desarrollo de la autoestima, según la autopercepción de los participantes en un lapso de 20 años, demostró que la autoestima se fortalece a medida que los sujetos ingresan en la edad adulta y dejan la adolescencia. En España, Martínez-Antón et al (2007) analizaron la relación entre variables escolares y la autoestima de 1319 adolescentes de ambos sexos con un rango de edad entre los 11 y 18 años, utilizando la Escala de autoestima de Rosenberg, entre otros instrumentos; determinaron la relación entre el ajuste, el clima social y el grado de victimización con la autoestima del adolescente sus resultados evidenciaron que en la satisfacción con la vida, la autoestima tiene un efecto positivo en ella.

Volviendo al estudio de Díaz Falcón et al 2018, se señala que la autoestima comienza a desarrollarse en la infancia, sin embargo la adolescencia es uno de los periodos más críticos en cuanto a su evolución y desarrollo debido a la existencia de tareas evolutivas y la búsqueda de la identidad en un proceso de cambio en el que también se suma el desarrollo tecnológico y la digitalización.

Otros artículos han evidenciado que la autoestima tiene un papel esencial en la percepción del sentimiento de pertenencia y en el hecho de ser más o menos vulnerables frente a diferentes factores externos de internet y las redes sociales. Por ejemplo, Reyes (2021), realizó un estudio para relacionar como el nivel de autoestima y de ansiedad con varios parámetros sobre el uso de las mismas, obteniendo resultados que indican que cuanto menor autoestima y mayor ansiedad, por lo general había una mayor predisposición a la obsesión por las redes sociales, el descontrol en las mismas, la adicción y el uso excesivo.

Podemos concluir por lo tanto, que los adolescentes que se valoran de forma negativa, pueden llegar a sentirse atraídos por comunidades digitales que, en lugar de proporcionar un entorno seguro y saludable, fomentan patrones perjudiciales, tales como la autoimagen distorsionada, la normalización de comportamientos autodestructivos o la radicalización ideológica.

3.3 Uso problemático de internet. Redes sociales y peligros asociados

Para seguir desarrollando la justificación de este trabajo, se va a recopilar a continuación información de los peligros de internet de forma general, mientras se resaltan los resultados de algunos estudios que comprenden este tema.

Como hemos visto anteriormente, internet es un mundo muy amplio que puede ayudarnos a tener una experiencia muy positiva a la hora de buscar información de utilidad. No obstante, si se utiliza de forma inadecuada, podemos encontrarnos frente a multitud de diversos problemas y situaciones indeseadas como las siguientes: Ciberacoso, grooming, sexting, sextorsión, acceso a contenido inapropiado, adicción a internet, pérdida de privacidad, robo de identidad, estafas en línea, retos virales peligrosos, radicalización, desinformación y el contacto con comunidades tóxicas, peligro en el cual nos centraremos en especial. Se ha estudiado que el 91.2% de los menores (de diez a quince años) accede habitualmente a Internet (Figura 1), y un 54% admite hacer uso de redes sociales a pesar de no cumplir con la edad legal para crearse un perfil (Figura 2). Entre ese porcentaje, 20% respectivamente utiliza un perfil público sin apenas privacidad (Figura 3). Por ello, es importante preparar a los adolescentes con herramientas adecuadas para poder navegar de forma segura por internet (INE, 2012; García, López de Ayala y Catalina, 2012).

Figura 1.

Porcentaje de menores que acceden a internet de forma habitual

Menores de diez a quince años que accede habitualmente a Internet (91.2%)
Menores de diez a quince años que no accede habitualmente a Internet (8.8%)



Figura 2.

Porcentaje de menores que admitieron usar las RRSS a pesar de no tener la edad legal para crear un perfil

Menores que admitieron usar RRSS a pesar de no tener la edad legal para crear un perfil (54%)
Menores de diez a quince años que comentó no utilizar las RRSS (46%)

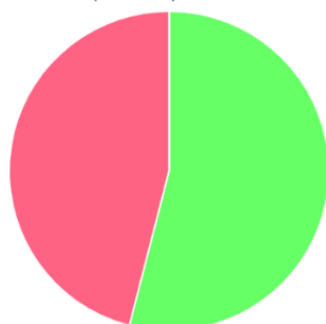


Figura 3.

Porcentaje de menores que utilizan un perfil público sin privacidad



En el estudio de Maschenori y Cuman (2014), a pesar de la corta edad de las y los participantes, el 34% confesó haber experimentado, en ocasiones, alguna circunstancia que le haya generado incomodidad mientras empleaba las TIC. Los problemas a los que se enfrentan los estudiantes al navegar por la red son, en su mayoría, los contenidos inapropiados y/o la interacción con individuos desconocidos.

El alumnado considera que en circunstancias de riesgo en la red, lo más conveniente es buscar información y/o asistencia de sus familiares, y las familias entienden que ellas mismas son un elemento clave en el desarrollo de la habilidad digital de sus hijos. Además, es esencial un enfoque preventivo para promover un uso consciente de Internet. Fomentar una sólida educación digital y la sensibilización sobre los riesgos de determinados espacios en línea puede contribuir a que los jóvenes desarrollen una postura más crítica y saludable ante la información que reciben y a las comunidades en las que se involucran (Garmendia et al, 2013; Tauste y Cervantes, 2012). También es crucial la participación de la familia en este proceso, fomentando el diálogo y la educación acerca de los peligros a los que pueden afrontar, dado que los jóvenes piensan que buscar ayuda de sus familiares es esencial frente a circunstancias de riesgo en la red.

La evolución de las TIC es rápida e imparable, y con el paso del tiempo es más difícil para los adultos manejar el uso que realizan los adolescentes, para quienes con el paso del tiempo es a su vez más fácil utilizar internet de forma privada. (Garmendia et al., 2013).

Muchos estudios están de acuerdo en que el mejor instrumento de seguridad y prevención se fundamenta en el diálogo, en contraposición a las acciones restrictivas como limitar el uso de las TIC o regular su uso a través de un software determinado (Garmendia et al., 2013; Tauste y Cervantes, 2012; Unicef, 2014). Esto nos motiva a llevar a cabo un plan de intervención donde prime el diálogo y la participación activa del alumnado.

Indudablemente, los jóvenes deben hacer uso de las TIC, ya que vivir alejados del desarrollo de estas puede implicar la marginación social. Sin embargo, este uso debe fundamentarse en el entendimiento correcto de los riesgos, la reflexión crítica sobre estos y una postura responsable, ética y cívica.

Resumiendo todo lo expuesto en la justificación, se puede concluir que los aspectos que han despertado la motivación a la hora de realizar el presente trabajo son:

a) El hecho de que la socialización digital está actualmente a la orden del día (la mayoría de los adolescentes forman su autoconcepto mediante la interacción con el mundo virtual).

b) La necesidad urgente de educar a adolescentes que sin un óptimo nivel de madurez, pueden acceder sin problemas a todo tipo de grupos y contenido en internet.

c) La importancia de promover una buena autoestima en beneficio a la seguridad digital de los menores.

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

4.1 Seguridad en internet y riesgos asociados

Con el fin de realizar una correcta fundamentación teórica, comenzaremos hablando de la seguridad en internet en la actualidad así como de los peligros asociados:

A pesar de que no existe una definición exacta, la seguridad en Internet es la capacidad de mantener intacta y protegida la información de sistemas informáticos (Asensio, 2006). Este mismo autor, comenta en su estudio la existencia de peligros en Internet, destacando las comunidades cerradas y ocultas que proliferan en la red y en las que se comparte información y contenido de todo tipo, llegando a rivalizar con otras comunidades similares. También, como otro peligro de la red, hace referencia a los diversos tipos de hackers que existen que se mueven

por cualquier parte de la red, y aun siendo buscados por la autoridad, llevan a cabo conductas transgresoras en diversas áreas.

En el año 2009, se produjo una explosión de las redes sociales en cuanto a número de usuarios. Las relaciones personales y profesionales que tienen lugar en estas redes las convierten en lugares privilegiados para, por ejemplo, el aprendizaje informal y para la extensión del aula más allá de sus espacios y tiempos escolares. Los usuarios han poblado las redes y las utilizan de manera natural; sin embargo, muchos educadores se ven incapaces de entender estas dinámicas y de integrar estos espacios dentro de entornos formales (Marañón, 2012). Este autor, también hace referencia a que a pesar de los beneficios que nos trae Internet, no podemos confiar en todas sus aparentes bondades ni sumergirnos en el mismo sin control, ya que sin duda existe una parte de Internet que lejos de tener utilidad, puede traernos gran cantidad de problemas en muchos sentidos. Uno de los problemas que más peso tiene nuestra sociedad es la falta de conciencia y de educación de los menores a la hora de utilizar Internet que pueden llegar a sumarse con una falta de valores y ética y desencadenar en la participación activa en situaciones problemáticas y conflictivas de la red. Además de todo esto, los menores deben plantearse con cuidado qué datos personales publicar y cuáles no (no solo en cuanto a imágenes y vídeos en redes sociales sino a la hora de compartir información personal), en general los menores deben evitar revelar sus domicilios o números de teléfono. Los educadores deben hacer frente a este problema advirtiendo de forma transparente los riesgos que trae compartir este tipo de datos, tener un perfil público y compartir información con personas y grupos de desconocidos.

4.2 Desarrollo socioemocional, autoestima y sociedad informatizada

Para continuar, trataremos el tema de la adolescencia y el desarrollo socioemocional, así como del impacto de la sociedad informatizada actual en la autoestima y viceversa.

La socialización puede definirse como el Proceso por el cual los individuos, en su interacción con otros, desarrollan las maneras de pensar, sentir y actuar que son esenciales para su participación eficaz en la sociedad (Vander, 1986).

También se puede entender como el proceso por cuyo medio la persona humana aprende e interioriza, en el transcurso de su vida, los elementos socioculturales de su medio ambiente,

los integra a la estructura de su personalidad, bajo la influencia de experiencias y de agentes sociales significativos, y se adapta así al entorno social en cuyo seno debe vivir (Rocher, 1990).

La socialización y en general desarrollo psicosocial y emocional no son procesos que se produzcan de forma instantánea en un momento concreto de la vida. Navarro y Puig (2010), señalan que para acercarnos a la realidad y el proceso de socialización que está viviendo un adolescente, es esencial analizar aspectos como la familia, las expectativas que se le atribuyen, su red social, su estructura de ocio tiempo libre de la que goza y en general sus pautas educativas. En general, para saber si el proceso de socialización se está llevando a cabo de forma positiva o negativa, hay que analizar un amplio espectro de circunstancias que rodean la vida cotidiana del adolescente.

Según Navarro Pérez et al (2015), en el desarrollo del proceso de socialización de los adolescentes, confluyen tres grandes ejes principales a nivel educativo, los cuales junto a sus características principales se muestran en la Tabla 1 a continuación:

Tabla 1

Principales ejes que confluyen a nivel educativo y sus características.

Ejes principales	Características
La familia	Constituye el eje transversal sobre el que giran los primeros años de vida de las personas. Durante el desarrollo temprano en el núcleo familiar los niños actúan como esponjas que absorben la información y los conceptos que reciben. Vilar (1985) y Bohder (1987), consideran que la familia determina mucho si las actitudes y comportamientos del niño se desarrollarán en un sentido positivo o negativo.

La escuela

La escuela tiene como objetivo la satisfacción de necesidades sociales concretas pero además “constituye un escenario sobre el que los adolescentes pueden acrecentar sus frustraciones a partir de los riesgos inherentes a su propio estilo de aprendizaje” (Lucchini, 1999). Tonucci (2007), indica que la escuela no solo tiene la finalidad de enseñar contenidos académicos sino de establecer una moralidad y unos valores adaptativos.

La red social

Los grupos de iguales se conforman normalmente entre la adolescencia de la adultez temprana, mediante la socialización en la escuela, el barrio u otras actividades extracurriculares. Es importante tener una red sana de apoyo para el buen desarrollo psicosocial y emocional pero un factor que se destaca es el tiempo dedicado para la actividad relacional ya que son catalizadores tanto de la conducta prosocial como de la inadaptación (Scandroglio y López, 2012).

Ledo et al (2019), siguiendo la línea del artículo de Navarro Pérez et al (2015), vuelve a destacar la importancia que la educación tiene en el desarrollo socioemocional de los adolescentes, pero en este caso en el contexto de la sociedad informatizada. Según lo referido en las páginas de su investigación, la educación debe enfocarse en promover el aprendizaje de competencias emocionales a través de prácticas, ejemplos y experiencias que fortalezcan las

habilidades sociales y emocionales, en lugar de basarse únicamente en la instrucción verbal. Además, la educación tiene la responsabilidad de sensibilizar a docentes, responsables y a los propios adolescentes sobre el uso racional y crítico de las tecnologías y medios digitales, minimizando riesgos y potenciando oportunidades para su bienestar emocional y social. En este sentido, una educación adecuada puede facilitar mejores relaciones sociales, mejorar la resolución de conflictos y fomentar una toma de decisiones responsable, aspectos clave para un desarrollo socioemocional saludable en la era digital. En esta misma investigación se comenta que uno de los desafíos más comunes a los que se enfrentan los adolescentes son las relaciones sociales propiciadas por las TIC, que no sustituyen pero sí complementan a las interacciones físicas ya que permiten facilidades como la comunicación sin restricción horaria y sin excesivo control parental. Otro desafío actualmente en la adolescencia es el “multitasking”, que consiste en realizar muchas tareas simultáneamente, lo que puede afectar en la capacidad de concentración y desarrollo emocional. También representan desafíos en cuanto al riesgo al que se pueden exponer en internet ya sea por visualización de contenidos inapropiados, situaciones conflictivas o exceso de horas en la pantalla. Además el desafío de gestionar su identidad y autoimagen en un contexto digital en el que interactúa con diferentes generaciones y culturas requiere de habilidades que en la adolescencia todavía están en formación, lo que dificulta por tanto, su proceso de madurez socioemocional. En este mismo artículo se comenta que la socialización virtual no es un aspecto negativo de por sí para el desarrollo, sino que depende de cómo se utilice. Un uso adecuado de las redes sociales puede llevar a fortalecer las relaciones interpersonales y fomentar el desarrollo positivo de la identidad y la estabilidad emocional. Por otra parte también se menciona que un uso excesivo e inadecuado de estas redes sociales durante la adolescencia pueden afectar de forma negativa el desarrollo psicosocial de los adolescentes al vivir en una constante generación de comparativas haciendo daño a la autoestima, la cual está muy vinculada a cómo los adolescentes gestionan sus relaciones y su imagen en el entorno digital.

Varias investigaciones han corroborado que la autoestima tiende a debilitarse en la etapa adolescente (Rodríguez-Naranjo & Caño-González, 2012), como consecuencia de los cambios puberales, cognitivos y del contexto escolar. La baja autoestima en los adolescentes es un factor de riesgo para la aparición de problemas psicológicos y sociales como los trastornos de alimentación, la preocupación exagerada por la imagen corporal (Moreno-González & Ortiz-Viveros, 2009); así como las ideaciones e intentos suicidas, sentimientos de inferioridad, depresión, aislamiento social, la deserción escolar, situaciones de delincuencia, el

refugio en las drogas, entre otros (Ferrel-Ortega, et al, 2014; Ceballos-Ospino, et al, 2015). Todos estos problemas pueden acrecentarse si sumamos la socialización digital en un sentido negativo, incluyendo por ejemplo, las exposiciones a contenidos nocivos o las comparaciones tóxicas sobre el físico y la apariencia.

Se ha estudiado que los adolescentes con autoestima alta realizan una mayor planificación de las respuestas en el ámbito académico, desarrollan relaciones más gratas con los iguales y están más capacitados para trabajar productivamente y ser autosuficientes. La autoestima baja, por su parte, es frecuente en los adolescentes que tienden a la demora innecesaria en la realización de tareas. Además, los adolescentes con bajo rendimiento escolar presentan factores psicológicos negativos, como la baja autoestima (Ferrel-Ortega et al, 2014).

También se ha comprobado que la baja autoestima, se vincula con las manifestaciones de conductas agresivas, violencia escolar y problemas en las relaciones interpersonales (Ayvar-Velásquez, 2016). En el caso de la victimización, se ha reportado que los adolescentes que son víctimas de violencia en el noviazgo presentan menor autoestima que los no victimizados, siendo más acusada esta característica en las adolescentes (De la Villa et al., 2017). Además, se comprueba que la baja autoestima ha sido considerada como consecuencia de la violencia en la relación de pareja (Rey-Anaconda, 2013).

Hasta este punto, hemos realizado una revisión teórica que nos revela la importancia de un buen desarrollo psicosocial y emocional de los adolescentes con el fin de obtener un óptimo ajuste emocional que no promueva conductas de riesgo en el entorno social y digital de los menores. A continuación, se procede a mostrar una serie de investigaciones que vuelven a resaltar la importancia de un buen desarrollo psicosocial y educativo en los adolescentes en materia de internet y redes sociales:

Por un lado nos encontramos resultados que arrojan la falta de conciencia acerca de los peligros de un mal uso de internet:

Frente a los peligros en internet, la población joven demuestra seguridad en su experiencia y piensa que está preparada para enfrentarlos (Garmendia et al., 2013). Igualmente, la sociedad ha dado por hecho que los adolescentes son competentes para controlar las múltiples situaciones que puedan darse en internet (Hasebrink et al, 2009).

La realidad es que la juventud no es consciente de los riesgos y presenta falta de madurez para hacer frente a los mismos (Livingstone, 2004). Por ejemplo, numerosos jóvenes no ven peligro en conversar con desconocidos o divulgar datos personales privados. (McCarty et al 2015).

Por otro lado, algunas investigaciones destacan la incongruencia que presentan algunos adolescentes entre aquello que conocen que puede ser peligroso y lo que realmente deciden hacer a la práctica:

Investigaciones recientes señalan que un porcentaje significativo de adolescentes ignoran el posible perjuicio que puede surgir de estar involucrados en comunidades virtuales. Por ejemplo, se ha registrado que muchos jóvenes llevan a cabo hábitos en línea que se consideran peligrosos, a pesar de saber las potenciales repercusiones adversas de dichas conductas. (Hasebrink et al, 2009; McCarty et al, 2011).

Los peligros asociados al uso de internet que más alarman a los menores de edad son los relacionados con la privacidad y la reputación en línea, o en otras palabras, la propia identidad digital. Los estudiantes de quinto y sexto de Educación Primaria tienen conocimiento de que la información privada puede ser utilizada en su contra, como mofa o intimidación, y que esto a menudo implica serias repercusiones. No obstante, los estudiantes reconocen que a menudo llevan a cabo acciones vistas como peligrosas, separándose de lo aprendido del buen uso de la tecnología, tal y como sostiene Hasebrink et al. (2009). Por lo tanto, aunque los participantes están al tanto de las posibles repercusiones negativas de compartir o enviar imágenes personales, admiten que lo hacen de manera habitual y sostienen que tales efectos se restringen a la apariencia de la persona protagonista. (McCarty et al, 2011; Ballesta, et al.,2015).

Otra incoherencia entre el discurso teórico y las costumbres de uso de internet en los menores, es que sean usuarios habituales de las redes sociales ya que, aunque aún no tiene la edad legal para establecer un perfil, el 54% reconoce hacer uso de las redes sociales y, en gran medida, ignorando la privacidad de su perfil. En este contexto, resalta la participación y cooperación de la familia en el proceso de capacitación y prevención de riesgos relacionados con el uso de las TIC en los niños y adolescentes. (Garmendia et al, 2013; Tauste y Cervantes, 2012; Unicef, 2014).

-En relación a los problemas con las pautas educativas familiares, diversas investigaciones nos otorgan los siguientes datos:

El ciberacoso es un problema generado por diversas causas, entre las que podemos destacar aspectos familiares, sociales, económicos y culturales, entre otros (Castro-Castañeda, et al, 2019). En este sentido, se han llevado a cabo investigaciones que tratan el problema desde distintas perspectivas: sociogrupal, aprendizaje colaborativo y la formación en valores para una convivencia pacífica, por mencionar algunas (Polo et al, 2017). De la misma manera, se han estudiado las variables que caracterizan el perfil de las víctimas de este tipo de acoso, destacando problemas con el autoconcepto, la funcionalidad y comunicación familiar y las actitudes hacia la autoridad (Castro-Castañeda et al, 2019).

La ausencia de comunicación entre progenitores e hijos y la escasa relación familiar, son factores que propician que los jóvenes se mantengan más tiempo inmersos en las redes sociales, poniéndose en peligro de ser víctimas de crímenes informáticos (Gomes & Sendín, 2014). Buendía et al, 2016 resalta que dado que el ciberacoso surge debido a una posible inestabilidad en el núcleo familiar, es imprescindible que se establezca y se trate desde el núcleo familiar para prevenir este problema.

Orozco, Vega & Fernandez (2020) llevaron a cabo un estudio en el que se hizo uso de una adaptación del Cuestionario Ciberacoso y el Test FF-SIL de Funcionalidad Familiar para recoger datos de 350 estudiantes. Los resultados indicaron que la falta de normas claras de convivencia en el hogar favorece comportamientos agresivos que se relacionan con el ciberacoso. Adicionalmente, se destacó que la excesiva protección familiar impacta en el autoconcepto de los adolescentes, restringiendo sus interacciones sociales, con 79 individuos reportando dicho tipo de protección. El estudio también reveló que las familias con dificultades de alcohol y drogas tienen un mayor riesgo de contar con agresores de ciberacoso. En términos generales, los hallazgos destacan la importancia de elaborar estrategias educativas enfocadas en instruir a los padres acerca del ciberacoso para atenuar su efecto en los jóvenes.

En esencia, hemos comprobado la relación que existe entre la baja autoestima y el aumento de riesgos en internet si no se da un desarrollo psicosocial adecuado y una educación óptima acerca del tema. Así pues, es crucial que tanto los jóvenes como los adultos tengan una perspectiva crítica hacia el contenido que perciben y se comprometan en un uso seguro y saludable de los recursos digitales, ya que a parte de los peligros que pueden encontrarse en internet de manera aislada, gran parte de ellos (como el ciberacoso, el sexting y el traspaso de contenido inapropiado) suelen darse en el seno de grupos sociales que son los que conocemos como “comunidades peligrosas en línea”.

4.3 Comunidades peligrosas en línea. Definición y tipología

Las comunidades en línea son grupos de personas que tienen intereses, pasatiempos o asuntos comunes y que se relacionan principalmente por medio de Internet, sin la necesidad de compartir un lugar físico determinado. Estas comunidades facilitan a las personas vincularse con otras con similitudes, intercambiar pensamientos, obtener respaldo y compartir recursos, contribuyendo de esta manera a establecer vínculos sociales a pesar de la lejanía geográfica.

No obstante, a pesar de que las comunidades virtuales pueden en parte ser beneficiosas y proporcionar recursos valiosos para el aprendizaje y la socialización, también pueden suponer un peligro, en particular para los menores. Principalmente, los riesgos surgen cuando el contenido que se propaga en estas comunidades es inadecuado o dañino. Por ejemplo, debatir acerca de temas inapropiados o promover comportamientos perjudiciales que pueden impactar de manera adversa en la salud emocional y mental de los jóvenes.

Red.es se constituye como la entidad impulsora de la Agenda Digital en España, desarrollando iniciativas y proyectos de digitalización y desarrollo tecnológico en el ámbito de la economía, los servicios públicos, la ciudadanía, las infraestructuras y la internacionalización de empresas. Esta entidad realizó un monográfico con la finalidad de sensibilizar sobre los riesgos de interactuar con comunidades peligrosas en Internet. En la sección de datos de situación y diagnóstico, se resalta que los niños emplean Internet principalmente para el ocio, lo que incluye actividades como el chat, el juego y la búsqueda de música. También, se indica que los jóvenes de 13 a 17 años son los más susceptibles a ser manipulados dentro de comunidades peligrosas en línea, ya que son quienes suelen centrarse en interactuar con otros mediante comunidades y redes sociales.

Por último, se señala que conforme los adolescentes interactúan más en internet, se exponen a nuevos peligros que abusan de su confianza. Esto subraya la relevancia de que los progenitores, tutores y educadores estén informados sobre las plataformas más empleadas por los jóvenes para poder llevar a cabo un monitoreo eficaz.

En esta misma publicación, se describen los principales tipos estudiados, los cuales se van a presentar a continuación:

a) Comunidades Pro-anorexia y pro-bulimia: Estas comunidades fomentan el desarrollo de trastornos alimentarios, promoviendo la delgadez extrema y proporcionando recomendaciones para ocultar conductas perjudiciales de los progenitores. Las "carreras de

kilos" consisten en actividades perjudiciales entre los integrantes ya que conducen a disminuir su peso de manera acelerada, alentando la enfermedad en vez de la salud. En la sección de casos prácticos del monográfico de la entidad Red.es, se muestran varios escenarios que evidencian los riesgos que pueden derivarse de las comunidades peligrosas en internet. Uno de los casos sobresalientes es el de las mencionadas anteriormente "carreras de kilos", actividad que genera problemas a asociaciones en contra de la anorexia y la bulimia a la hora de combatirla por el sistema de recompensa que utilizan ya que motivan a perder kilos de forma desmesurada mediante la restricción de alimentos y otras estrategias destructivas, con la finalidad de "premiar y halagar" a quienes más kilos hayan perdido en menos tiempo. Existen acciones internacionales en un esfuerzo por combatir el daño potencial que causan estas comunidades, realizando diversas iniciativas:

a) En 2006, la Academia de Trastornos de la Alimentación solicitó a los proveedores de servicios de Internet (ISP) y a funcionarios del gobierno que implementaran pantallas de advertencia para los sitios web relacionados con la anorexia y la bulimia, de manera similar a las advertencias sobre el tabaco.

b) El Real Colegio de Psiquiatras llamó a la acción para proteger a los jóvenes de la influencia negativa de estos sitios, colaborando en la creación del Consejo de Seguridad del Reino Unido para Niños en Internet en septiembre de 2009.

b) Comunidades de "self-harm": Estas plataformas fomentan la conducta autolesiva como una estrategia para manejar el estrés emocional. Al incentivar a los integrantes a causarse daño a sí mismo, todo esto puede derivar a la larga en trastornos psicológicos.

c) Comunidades que fomentan el discurso de odio: Estos colectivos emplean el anonimato en la red para fomentar el odio hacia distintas razas, orientaciones sexuales o convicciones religiosas. Promueven la violencia y la discriminación, generando un entorno dañino que puede desencadenar acciones agresivas en la realidad. Por otro lado, existen colectivos e iniciativas que se esfuerzan en luchar contra las comunidades amenazantes en línea a modo de activismo. Por ejemplo, se han establecido comunidades de soporte social en línea para individuos que se autolesionan, con el objetivo de proporcionar asistencia y luchar contra el aislamiento y la soledad que frecuentemente experimentan los jóvenes.

d) Comunidades que promueven hábitos de vida no saludables: Este tipo de grupos incita a los jóvenes a ingerir drogas, alcohol u otros compuestos perjudiciales, poniendo en riesgo su bienestar físico y mental.

e) Comunidades que realizan apología del suicidio: en estos tipos de grupos se promueven estrategias y métodos para llevar a cabo el suicidio, al igual que se comparten otras comunidades o páginas webs te incitan a los jóvenes a suicidarse y explican cómo llevarlo a cabo. Uno de los problemas principales de estos grupos es la dificultad para denunciarlos ya que utilizan la ironía y el humor para camuflar de cierta forma sus verdaderas intenciones.

f) Comunidades que realizan apología de la pedofilia: Estas comunidades en la web no suelen contener imágenes de abusos o pornografía infantil explícita. La finalidad que tienen es normalizar el delito del acto pedófilo, reivindicando que las relaciones entre menores y adultos deberían ser legales. En estos grupos es frecuente tratar de interceptar a menores para conseguir establecer relaciones afectivas y sexuales con ellos. Entre sus prácticas, cabe destacar anuncios relacionados con, por ejemplo, el "Día del Orgullo Pederasta" o "International Love Boy Day". A pesar de la gravedad del asunto, en España no está recogido como delito penal acerca apología y reivindicar la pedofilia.

g) Comunidades relacionadas con juegos online: Además de los evidentes riesgos relacionados con los juegos online y videojuegos, tales como los vinculados al uso abusivo, al acceso a contenido inadecuado para menores (mercados ilegales, violencia, xenofobia...) o a la falta de control por parte de los adultos; debemos tener en cuenta también el peligro con la adicción y la ludopatía, así como el posible contacto con comunidades peligrosas de otros jugadores que incitan a llevar a cabo actitudes nocivas para uno mismo o los demás. Los ciberdelincuentes conocen el tiempo que muchos de los jugadores emplean en determinado juego y muchas veces algún tipo de información personal, de esta manera captan a sus mejores víctimas. Igualmente cabe destacar el hecho de que el riesgo no sólo radica en la información que reciben los menores a través del propio juego, sino también en el rol que éstos adoptan en el mismo, lo cual dependerá, en gran medida, de la temática general del juego en sí. No podemos olvidar mencionar la posibilidad de que los adolescentes se encuentren con otros usuarios virtuales que consideran amigos por jugar al mismo juego, cuando en realidad pueden ser personas con una finalidad muy distinta a la de simplemente jugar y divertirse.

4.4 Consecuencias de involucrarse en comunidades peligrosas en línea

Los adolescentes que participan en este tipo de comunidades peligrosas en línea suelen estar expuestos a una serie de consecuencias desfavorables para distintas áreas de su vida que pueden variar dependiendo del grupo concreto al que nos refiramos. Obviando los problemas

como las consecuencias negativas de exponerse a contenido inapropiado para la edad correspondiente y la nefasta influencia que pueden recibir en grupos que fomentan las autolesiones y el suicidio, varios autores han estudiado de forma mas profunda las consecuencias psicosociales que pueden darse al estar expuestos a determinadas situaciones en internet que a su vez pueden gestarse en las comunidades peligrosas en línea:

Para aquellos adolescentes que se encuentran inmersos en comunidades peligrosas que fomentan los trastornos alimenticios, Gustavo Faus, director asistencial del instituto de trastornos alimentarios (ITA), señala que las carreras de kilos de las comunidades que fomentan los trastornos alimenticios suponen un riesgo enorme para desarrollar patologías como la anorexia la bulimia, que afectan a un 6% de la población adolescente y joven y cada vez a más adultos. El colectivo más afectado por esta problemática son chicas con baja autoestima, dificultad para relacionarse y una imagen distorsionada de su propio cuerpo. En pocas palabras, podemos decir que pertenecer a estas comunidades supone un aumento considerable en la probabilidad de desarrollar o empeorar un trastorno alimenticio, más todavía si se participa en las carreras de kilos.

En cuanto a adolescentes que pertenecen a grupos donde comparten información con desconocidos (ya sean datos privados o imágenes subidas de tono), Antón. (2013) nos comenta en su estudio acerca de los peligros de la privacidad en Internet, que aquellos usuarios que se realizan perfiles públicos, y comparten información personal de ellos mismos u otras personas en redes sociales, están expuestos a una serie de consecuencias como la suplantación de identidad, en las que por ejemplo, otra persona adulta suele hacerse pasar por un menor para establecer contacto con otros menores. También es común encontrarse espacios en internet que promueven la difusión no consentida de fotografías y vídeos, haciendo referencia al llamado “happy slapping”, conducta que consiste en realizar fotos o vídeos de otras personas para compartirlas en redes sociales con una finalidad de ridiculizar. Este material, una vez haya sido subido a la red, puede divagar de un grupo a otro.

Los adolescentes que se encuentran en grupos en línea que promueven el extremismo están expuestos a un ambiente de violencia ya sea de forma activa o pasiva e incluso a posibles problemas con la autoridad. García & García (2020) muestran en su estudio la alta prevalencia de la violencia en grupos que promueven una mentalidad extremista. Así mismo, Figuera (2021) estudió la violencia en los ultras españoles de distintos equipos de fútbol a través de Facebook y Twitter en la temporada 2017/2018 de La Liga. Estos resultados corroboraron la

alta prevalencia verbal de la violencia dentro de estos grupos virtuales, que lejos de quedarse ahí, deriva en muchas ocasiones a enfrentamientos y peleas físicas pactadas donde ha fallecido más de una persona.

Estas investigaciones nos dan a entender que los grupos extremistas no se limitan exclusivamente a la radicalización ideológica sino que también pueden aparecer en el contexto del deporte y promoverse por las redes sociales.

Recordemos que una de las problemáticas más comunes de internet en el contexto de los adolescentes es la adicción. Este problema, puede sumarse a la problemática ya existente derivada de las comunidades peligrosas en línea o bien, puede ser consecuencia directa de algunas comunidades que promueven la ludopatía o como mínimo la adicción a internet en general.

En cuanto a los adolescentes que presentan adicción a internet, Young (2005), señala que los adictos a Internet suelen sufrir múltiples errores cognitivos, como la sobre-generalización, el pensamiento todo o nada, la magnificación de los problemas personales y la abstracción selectiva de acontecimientos negativos, que conducen a la baja autoestima. Las personas adictas a Internet tienen dificultades para realizar atribuciones internas y tienden a la obtención de resultados inmediatos. También suelen tener bajas tasas de esfuerzo y motivación y altas de autocastigo en la vida real. Para evadirse de la realidad, crean una vida virtual ajustada a lo que ellos “necesitan” donde temporalmente se sienten “mejores” y menos fracasados. No obstante esto solo sucede de forma temporal y cuando vuelven a sentirse mal consigo mismo probablemente retomen su vida virtual para sentirse mejor temporalmente otra vez.

Peele (1991) nos dice que una persona es vulnerable a la adicción cuando no tiene vínculos importantes con otras personas en la vida real y a eso se le suma una falta de interés y confianza en sí mismo. De forma similar, los individuos que están insatisfechos o molestos en un área específica o en múltiples áreas de sus vidas tienen una mayor probabilidad de desarrollar una adicción a Internet debido a que no entienden otra forma de afrontamiento (Young, 1998).

4.5 Entidades y recursos para hacer frente a esta problemática:

Existen una serie de recursos ya sea mediante los cuerpos de seguridad o entidades de carácter público o privado para hacer frente a cualquier tipo de contenido, conducta o comunidades peligrosas en internet. Recurrir a estas alternativas para atajar la problemática de forma temprana puede ayudar a prevenir daños mayores en el futuro, mucho más si se dispone de datos acerca de los agresores o el seno del problema. A continuación mostraremos algunos de estos recursos que podemos utilizar para hacer frente a esta problemática en internet:

1. Instituto Nacional de Ciberseguridad (INCIBE):

INCIBE ofrece en su página web un apartado para reportar contenidos peligrosos en línea que puedan ser perjudiciales para los menores. Se puede acceder al formulario de reporte mediante: <https://www.incibe.es/menores/reporte-contenidos-peligros>

2. Línea de denuncia online de PantallasAmigas:

PantallasAmigas proporciona una línea de actuación en su web, llamada denuncia online, para ayudarte a denunciar situaciones de abuso, peligro o delitos relacionados con Internet. A pesar de que no procesan de forma directa las denuncias, pueden guiarte sobre dónde realizarlas.

3. Agencia Española de Protección de Datos (AEPD):

La AEPD ha implementado un apartado en su web para solicitar la retirada de contenidos sensibles en Internet que vulneran la privacidad y detener el ciberacoso.

4. Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado:

Si conoces la identidad del acosador o dispones de pruebas, es recomendable contactar con las autoridades competentes:

Guardia Civil Española: Se puede enviar información sobre las infracciones al correo colabora@guardiacivil.org. Además, existen formularios anónimos para colaborar en su sitio web: Guardia Civil

5. ADANER (Asociación en Defensa de la Atención a la Anorexia Nerviosa y Bulimia): Una de sus funciones principales es la prevención de trastornos alimenticios. Se puede acceder a su página web mediante el siguiente enlace: <http://adaner.org/>

6. Time to Change:

Campaña para cambiar el estigma de la salud mental y la discriminación en la que se puede encontrar indicaciones sobre cómo enfocar el tema del suicidio y la autolesión con responsabilidad para evitar un comportamiento imitador (en inglés). www.time-to-change.org.uk/node/75408

7. Recursos de las redes sociales:

Las redes sociales más relevantes han establecido acciones para reportar expresiones racistas y material de abuso. Facebook impide el lenguaje que fomente el odio y proporciona una opción dedicada a hacer denuncias de determinado contenido. Google facilita la denuncia de páginas web que fomentan la violencia y otras conductas riesgosas, favoreciendo la intervención de padres y maestros. YouTube también rechaza discursos discriminatorios en sus normas comunitarias. La red social X, aunque carece de normas tan estrictas, proporciona formularios para reportar contenido ofensivo y permite a los usuarios bloquear cuentas problemáticas. Además, es posible reportar estos sucesos a la Policía Nacional mediante su cuenta en X.

5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

5.1 Participantes y contexto:

Las personas que participarían serían adolescentes de tercero de la ESO de los institutos públicos de Valladolid. Para ello, se llevarían a cabo actividades en los mismos centros, con el objetivo de no suponer un gran cambio de contexto para estas personas.

5.2 Metodología:

Este programa se aplicará a alumnos de tercero de la ESO durante las horas de tutoría y tendrá una duración de 6 sesiones, cada una de 50 minutos (que corresponde con la duración de la hora de tutoría). Estas sesiones se centrarán en distintos factores de riesgo vinculados al acceso a comunidades peligrosas en línea y peligros de internet asociados. En la primera sesión, se administrará un cuestionario para evaluar el nivel de conocimiento de los participantes sobre el tema, y al final del programa se aplicará otro para analizar su progreso. Este enfoque integral

busca abordar de manera efectiva los aspectos críticos relacionados con la autoestima y el acceso a grupos peligrosos en línea.

A continuación, en la Tabla 2 se mostrarán las variables teóricas que se van a trabajar en cada una de las seis sesiones del plan de intervención, las cuales pretenden mejorar la relación de adolescentes con baja autoestima frente a comunidades peligrosas en línea y a fomentar la toma de conciencia sobre cómo actuar ante esta problemática.

Tabla 2

Variables teóricas a trabajar en cada sesión:

Sesión 1	Sesión 2	Sesión 3	Sesión 4	Sesión 5	Sesión 6
-Autoestima como factor protector o de riesgo.	- Reconocer comunidades peligrosas.	-Riesgos digitales fuera de comunidad es peligrosas	-Afecto positivo y validación emocional.	-Estilo de crianza / pautas educativas familiares.	-Atención individualizada y confidencial
-Definición y tipología de comunidades peligrosas en línea	-Involucrarse en comunidades peligrosas, consecuencias	-	-Conciencia emocional	-	-
-Teoría de las necesidades humanas (Maslow)	-Pensamiento crítico y toma de decisiones	- Pensamiento crítico y reflexivo	-Clima emocional del aula / cohesión grupal	Comunicación familiar	Empoderamiento personal
-Prevención e intervención		- Resolución de problemas	-Educación emocional	Capacitación digital parental	-Evaluación de conocimientos y actitudes.
		-Empatía y comunicación asertiva		-Valores y protección emocional	
		-Trabajo colaborativo			

5.3 Sesiones

Sesión 1: Sesión Informativa y charla psicoeducativa.

Objetivo:

Recoger información básica sobre los estudiantes y sus conocimientos sobre el tema a tratar, además de enseñar los siguientes contenidos:

- a) Relación de la autoestima con el acceso a comunidades peligrosas
- b) Definición y tipos de comunidades peligrosas
- c) Como denunciar situaciones y comunidades peligrosas en línea y la forma correcta de actuar a nivel legal en caso de que sea necesario.

Esta primera sesión , aparte de la recogida de información, trata de enseñar de forma concisa tres aspectos clave para la correcta aplicación del plan de intervención. Estos aspectos clave son los siguientes:

- a) Que los adolescentes comprendan que una mala autoestima se relaciona con el acceso a comunidades y contenido peligroso en internet.
- b) Que los adolescentes aprendan que es una comunidad peligrosa en línea, que tipos hay y las posibles consecuencias que pueden traer.
- c) Enseñar recursos para denunciar este tipo de comunidades en internet o situaciones problemáticas que puedan o no tener relación con estos grupos.

Recursos Necesarios:

- a) Aula amplia con mesas.
- b) Cuestionario sobre el conocimiento de las comunidades peligrosas en línea, los tipos, los riesgos y su relación con la autoestima (Anexo 1).
- c) Pizarra digital.
- d) Presentación de comunidades peligrosas en línea.

Procedimiento:

Esta primera sesión comenzará con una reunión grupal del docente con todos los alumnos en un aula. Posteriormente, se pasará a explicar el programa, reflejando que primero

deben intentar expresar en el cuestionario todo aquello que saben a pesar de que a continuación vamos a abordar el tema en profundidad. Podemos encontrar este cuestionario en el apartado “Anexo 1”. Si los alumnos tienen alguna duda o problema se resolverá en ese momento.

Cuando todo el alumnado haya entregado el cuestionario, pasaremos a la segunda parte de esta sesión, la **charla Psicoeducativa**: La psicoeducación hace referencia a la educación o información dirigida a las personas con la finalidad de ayudarles a manejar problemas que conducen a la desadaptación social (como podemos ver, no siempre implica educar y concienciar sobre una psicopatología o algo relacionado con la psicología clínica).

Se Implementará una Presentación con diapositivas (Anexo 2) en las que se explicará qué son las comunidades peligrosas en línea, los tipos principales, la relación del acceso a las mismas con la baja autoestima y algunos consejos clave para aprender a actuar de forma sana en internet. Así mismo, mediante el **trabajo colaborativo** se realizará una actividad en la que los alumnos en grupos de 4 tienen que intentar averiguar en base a la pirámide de las necesidades de Maslow, qué escalón de la pirámide de necesidades humanas te arrebatara cada tipo de comunidad peligrosa. Por último, se enseñarán recursos para conocer cómo denunciar y actuar a nivel legal frente a estos grupos.

Sesión 2: Visualización de videos sobre comunidades peligrosas en línea

Objetivo:

Mostrar una serie de vídeos donde muestran el funcionamiento de estas comunidades y casos reales con la finalidad de que el alumnado **aprenda a identificar mejor estos grupos** y vea las posibles consecuencias. Las comunidades peligrosas en línea suelen tener una manera determinada de funcionar y un perfil determinado, por tanto, esta sesión tiene la finalidad de entrenar a los alumnos en reconocer rápido cuando pueden estar frente a este tipo de comunidades más allá de saber su definición y tipología.

Recursos necesarios:

- a) Aula grande o salón de actos.
- b) Pizarra digital

Procedimiento:

Se procederá en primer lugar a visualizar los siguientes vídeos, mostrando las partes indicadas:

<https://www.youtube.com/watch?v=wxyNVbw-5Z0&t=500s>

<https://www.youtube.com/watch?v=NNbrApY-BFs&rco=1> Se visualizarán los fragmentos comprendidos entre los siguientes minutos de este video: (14:10 - 15:50) y (31:25 - 33:00)

Tras la visualización de los vídeos, se realizará un debate conjunto acerca del tema y se dedicará un tiempo a responder preguntas y dudas que puedan surgir. De esta manera, se intenta promover la participación activa.

Sesión 3: Espacio de debate y diálogo y caso práctico

Objetivos:

a) Que los alumnos aprendan que fuera de las comunidades peligrosas también se pueden encontrar riesgos como intentos de robo de información, contenido inapropiado y retos peligrosos, incluso a modo de tendencia en formato de “reels”.

b) Se pretende que sean capaces de aplicar los conocimientos que han aprendido para poder participar en una lluvia de ideas acerca de cómo prevenir o actuar ante una comunidad peligrosa en línea.

c) Para reforzar aquello que han aprendido, al final de la sesión, en grupos de 3 o 4, los alumnos tendrán que resolver un caso práctico acerca de una adolescente involucrada en una comunidad peligrosa en línea. Pueden hacer uso de estrategias y recursos aprendidos en las primeras sesiones como de las elaboradas por ellos mismos en la lluvia de ideas de esta misma sesión.

Recursos:

- a) Aula amplia
- b) Pizarra digital
- c) Pizarra clásica para apuntar la lluvia de ideas

Procedimiento:

Video introductorio: <https://www.youtube.com/watch?v=AT0ciw1KytI>.

En primer lugar, se pondrá el siguiente video como introducción de la sesión, y posteriormente, se explicará que estos retos pueden promoverse dentro de grupos pero también podemos encontrarlos de forma aislada en la web o las redes sociales.

Espacios de Diálogo y lluvia de ideas: Tras haber visualizado este video y realizado nuestra explicación acerca de los peligros aislados, se llevará a cabo la lluvia de ideas. Para ello, seguiremos las siguientes preguntas con el fin de conducir esta sesión adecuadamente. Se anotarán las respuestas más relevantes en la pizarra:

- a) ¿Qué opináis acerca del video sobre los retos virales?
- b) Ahora que sabéis que los peligros en internet también pueden darse de forma aislada, ¿qué tipo de peligros pensáis que podemos encontrarnos simplemente navegando por internet o las redes sociales ?
- c) ¿Podéis recordar alguno de los recursos de los mencionados en la primera sesión para hacer frente a los peligros de internet?
- d) ¿Se os ocurre alguna estrategia más allá de las ya mencionadas para abordar el contenido peligroso en internet (tanto el proveniente de comunidades online como el que nos podemos encontrar de forma aislada)?

Es importante que estas preguntas se respondan respetando el turno de palabra y que el docente haga las aclaraciones pertinentes a la respuesta de cada alumno. Es esencial estimular el interés del alumnado, haciendo que esta lluvia de ideas sea motivadora y respetuosa. Otro aspecto que se promueve en esta actividad es el aprendizaje por descubrimiento ya que algunas de las preguntas propuestas invitan al alumnado a hacer uso de su creatividad , en especial en la pregunta relacionada con la propuesta de estrategias. Además, las ideas que propone un

alumno pueden sumarse a otras y formar un plan de acción más elaborado, realista y congruente.

Finalmente, la última actividad de esta sesión consistirá en resolver un caso práctico de forma grupal que se explicará a continuación:

Caso práctico:

Los siguientes 15 minutos, los alumnos tendrán que realizar grupos de 4 personas (alguno de 3 o 5 en caso de que haya números impares) y tendrán que resolver el siguiente caso (que será leído por el profesor) en un folio en el que deben apuntar ideas sobre cómo intervendrán:

“Nuria es una chica de 17 años que siempre ha tenido inseguridades con su cuerpo. Desde pequeña, recibió comentarios de familiares sobre su físico, aunque nunca tuvo problemas de salud. En el último año, al compararse con sus amigas y las imágenes en redes sociales, su inseguridad se intensifica. Buscando apoyo, Nuria encontró una comunidad en línea que promovía hábitos extremos de alimentación bajo la apariencia de "motivación" y "disciplina", indicando que para su bienestar físico debían castigarse si comían algo que les pudiera hacer engordar. Al principio, le parecía un espacio donde la entendían, pero poco a poco comenzó a restringir los alimentos, a contar obsesivamente las calorías y a castigarse si ingería algo que consideraba "malo" según los administradores del grupo. Su familia empezó a notar cambios: evitaba comer con ellos, usaba ropa cada vez más holgada y parecía cansada. En el colegio, sus notas bajaron y se volvió más irritable. Sus amigas intentan hablar con ella, pero Nuria se cerró, asegurando que no le pasaba nada, que solo estaba "en control" de su cuerpo. Muchas veces, Nuria realiza preguntas a los demás para comprobar cómo ven su cuerpo el resto de personas, con la idea de asegurarse de que está adelgazando.

El caso de Nuria requiere una intervención urgente:

-¿Cómo podríamos ayudarla?

-Si pensáis que su autoestima está dañada, ¿qué pensáis que podemos hacer para fortalecerla?

-Resolución del caso: Durante los últimos 15 minutos de la sesión, cuando cada grupo haya anotado sus aportaciones, los integrantes de los propios grupos deben salir a la pizarra y apuntar la manera en la que ellos intervendrán. Cuando todos los grupos hayan expuesto sus

ideas, se pasará a realizar un pequeño feedback de cada una de ellas. Finalmente, se hará un repaso de los siguientes puntos esenciales que han de tenerse en cuenta a la hora de intervenir con esta situación:

a) Comunicarnos de forma respetuosa y asertiva con Nuria. A pesar de que ya ha hecho caso omiso a los consejos de sus seres cercanos, debemos entender que está pasando por un problema grave y lo está pasando muy mal. Ponernos a la defensiva no es una opción ya que puede empeorar la relación y generar distancia. Se puede intentar recomendar asistencia psicológica o a alguna asociación a Nuria, pero sin excesiva insistencia y sin dedicar mucho tiempo ya que su actitud de primeras es bastante reacia a escuchar a los demás. En caso de que Nuria haga preguntas de su cuerpo, se le debe indicar que es igual de valioso y válido que cualquier otro, pero sí es importante recalcar que estáis preocupados por la manera que ella está tratándose a sí misma a nivel físico y psicológico. Además, su autoestima está bastante dañada y debemos evitar realizar comparativas o frustrarnos delante de ella si vemos que nos cuesta establecer una comunicación adecuada. También debe evitarse recordar aspectos de su pasado cuando gozaba de una buena salud o hacer predicciones de su futuro si sigue involucrada en ese grupo.

b) Debido a que ya se ha intentado hablar con Nuria y ha ignorado los consejos en beneficio a su salud, nuestra primera actuación podría ser **reportar esa comunidad** que fomenta los trastornos alimenticios en algunos de los portales de las asociaciones mostradas el día anterior, tanto de forma directa si conocemos cual es ese grupo en concreto como avisando de que sabemos de la existencia del mismo. Lo ideal sería saber cuál es el grupo, pero en caso de que sólo sepamos de su existencia, lo mínimo que podemos hacer es informar.

c) Puede ser interesante recurrir a una asociación contra los trastornos alimenticios y conseguir asesoramiento y técnicas sobre cómo actuar y proceder con Nuria de la forma más profesional posible. Además, muchas veces son estas asociaciones quienes investigan los grupos y actúan a nivel legal.

Sesión 4: Dinámica en beneficio de una buena autoestima:

Objetivos:

a) Afianzar los conocimientos de cómo se relaciona una mala autoestima con el acceso a comunidades peligrosas en línea y a peligros en Internet, mediante el repaso de lo visto en las anteriores sesiones y la ampliación de los conocimientos en esta sesión.

b) Promover técnicas de mejora de la autoestima.

c) Realizar una dinámica grupal que pretende mejorar la autoestima mientras se trabaja en el amor propio y el respeto hacia los demás.

Materiales:

a) Espacio amplio ya sea aula y otra estancia que permita la reunión del alumnado en forma de círculo.

b) Bolígrafo

c) Papel

Procedimiento:

Como ya hemos reiterado en muchas ocasiones en este trabajo, el tipo de autoestima que tengamos es un predictor fundamental del riesgo en Internet. Por ello, no podía faltar una sesión dedicada a trabajarla.

En esta sesión, se trabajará el afianzamiento y obtención de nuevos conocimientos acerca de la relación entre autoestima y comunidades peligrosas en línea. Durante esta primera parte de la sesión, puede ser interesante hacer que el alumnado se organice en forma de círculo para una mejor comunicación con el docente y la posterior parte de la actividad. En primer lugar, procederemos a repasar algunos conceptos que se han visto en las anteriores sesiones sobre la importancia de la autoestima para evitar caer en los peligros de Internet. Para ello, puede ser interesante invitar a los alumnos a que comenten aquello que recuerdan. Posteriormente, explicaremos de forma breve y sencilla algunos resultados de investigaciones científicas de este mismo trabajo que resaltan la importancia de la autoestima en la socialización digital, y por tanto en las nuevas demandas del siglo XXI.

Tras haber realizado esta primera fase de la sesión, pasaremos a la segunda fase donde llevaremos a cabo una dinámica grupal para fortalecer la autoestima:

-Dinámica “Bombardeo positivo”. Duración variable. (Francia, A., & Mata, J, 2019)

Esta dinámica se emplea normalmente para crear confianza, conocimiento del grupo y aumentar la autoestima de los participantes. El dinamizador debe exponer a la clase que se va a llevar a cabo una dinámica con la finalidad de despertar sentimientos positivos en todo el alumnado. A pesar de que la dinámica es muy sencilla, se ha utilizado precisamente para dejar claro que con actos tan sencillos como decir algo positivo de tus compañeros, se puede lograr un increíble clima de convivencia a la vez que los sentimientos positivos crecen en las personas involucradas. Lo que se pretende dejar claro es que con muy poco podemos mejorar nuestra autoestima y la de los demás. La dinámica se desarrolla de la siguiente manera:

El alumnado se colocará en forma de círculo alrededor del aula o espacio en el que nos encontremos, dejando un espacio en el centro con una silla. Posteriormente, cada alumno saldrá de uno en uno a la silla, lugar donde debe sentarse y únicamente pararse a escuchar un aspecto positivo de él o ella misma que le dirá cada uno de sus compañeros. Pueden decirse tanto aspectos positivos de la personalidad, como momentos donde esa persona te ha ayudado a ti a la clase o confesar el interés por comenzar una amistad con alguien. La dinámica finalizará cuando todos los alumnos hayan dicho un aspecto positivo del resto de sus compañeros. Aunque lo ideal es que todo el alumnado se exprese de forma verbal, puede ser frecuente encontrarse a alumnado con dificultades para expresar con palabras sus sentimientos, por lo que puede ser buena idea disponer de posits o papel recortado donde pueden entregar ese elogio de forma escrita.

Sesión 5: Sesión informativa a familias y tutores legales:

Objetivo: Para abordar la problemática existente entre la relación positiva de pautas educativas inadecuadas en la familia y riesgo en internet, dedicaremos una sesión a promover a las familias pautas que promuevan un uso responsable de internet y las redes sociales en los adolescentes. Se espera que a esta sesión acudan el mayor número de padres posibles.

Las pautas que se explicarán van en línea con las mencionadas por Orozco, Vega & Fernandez (2020):

A favor de mejorar la capacitación presencial, se promoverá por el instituto a los alumnos y vía email a los padres realizar esta sesión de forma presencial, intentando conseguir el mayor número de participantes.

En favor del trabajo comunitario y la Investigación Acción Participativa (IAP):

1. Conversación abierta: Hablar con el niño acerca de su situación, evitando culpas, y detallando los riesgos y efectos de las comunidades peligrosas.

2. Propuestas alternativas: Proporcionar plataformas de redes sociales y juegos adecuados para su edad, además de promover actividades físicas.

3. Detección de motivaciones: Comprender por qué el menor accede a ciertas páginas y presentar alternativas adecuadas en caso de necesidad.

4. Fomentar el pensamiento crítico: Visitar y examinar conjuntamente las páginas de conflicto, debatiendo casos reales y sus consecuencias.

5. Valores a transmitir: si nos referimos a comunidades que promueven hábitos dañinos se deben transmitir valores de “no violencia”. En cambio, si nos encontramos en grupos que fomentan la anorexia en la bulimia, debemos transmitir ideas generales para crear una buena autoestima.

Con el fin de otorgar material adecuado que promueva el aprendizaje sobre los peligros de internet y las comunidades peligrosas en línea, así como su abordaje, puede ser de utilidad compartir la presentación de la sesión número 1 con los padres o tutores legales de los alumnos.

Sesión 6: Atención individual y post-test.

Objetivos: Que los alumnos tengan un espacio de privacidad y confianza para asesorarse sobre sus cuestiones individuales acerca de experiencias de ellos mismos o personas cercanas en comunidades peligrosas en internet.

Materiales:

a) Aula amplia.

b) Cuestionario post-test.

c) Pequeño espacio individual para atender cuestiones personales.

Procedimiento:

a) Atención individual: Podemos permitir a los alumnos que de forma privada e individual se acerquen a los docentes a preguntar sobre alguna cuestión personal acerca de las comunidades peligrosas en líneas. Algunos temas con los que podemos asesorarlos son los siguientes: Ayudarles a salir de una comunidad peligrosa en línea, asesorarlos sobre los pasos específicos de cada caso para actuar a nivel legal, haciendo frente a amenazas recibidas por internet, aconsejar cómo deben ayudar a alguien que conocen que se encuentra involucrado en este tipo de grupos.

b) Evaluación y Seguimiento: Realización de una encuesta post-programa para observar si la actitud y el conocimiento de los alumnos ha cambiado. Este cuestionario, es el mismo que se realiza al inicio de la intervención (Anexo 1).

5.4 Limitaciones:

En primer lugar, atendiendo a los recursos necesarios para llevar a cabo este plan de forma adecuada, una limitación importante podría ser la necesidad de disponer de docentes capacitados en competencia digital y con nociones básicas de seguridad en internet y comunidades peligrosas en línea.

Otra limitación, sobre todo respecto a la efectividad de la sesión 5 del programa depende en gran medida de la implicación activa de padres y tutores, la cual puede variar dependiendo del número de asistentes y su actitud. Además, en algunos casos, la comunicación con las familias puede ser limitada o inadecuada.

6. CONCLUSIÓN:

A modo de conclusión, podemos decir en primer lugar que el acceso a comunidades peligrosas en línea es una problemática que está al orden del día y es relativamente común en los adolescentes. Esto se debe en especial a la etapa de desarrollo en la que se encuentran, en la cual tienen una gran necesidad de pertenencia a un grupo de iguales, la cual si no se encuentra satisfecha y se suma a una baja autoestima, puede llevar a que un adolescente se relacione de una forma poco saludable en la red. Además, muchos adolescentes pueden llegar a realizar

retos o conductas inapropiadas (que incluso no quieren llegar a hacer) por temor o ser excluidos, rechazados o sentirse solos.

El plan de intervención para evitar el acceso a comunidades peligrosas en línea en adolescentes que se ha llevado a cabo, busca concienciar a los adolescentes de los peligros y riesgos relacionados con estos grupos mediante un enfoque psicoeducativo y mediante el trabajo colaborativo, a la misma vez que se enseña cómo actuar frente a estas comunidades.

Resumidamente, la prevención e intervención en los riesgos de los menores en internet es un gran desafío que requiere de ayuda no solo de profesionales sino también del sistema social cercano a la persona que se encuentra en riesgo. Es muy importante desarrollar medidas de prevención e intervención de carácter educativo desde el centro escolar para evitar en la medida de lo posible los riesgos asociados con la posibilidad de terminar accediendo a grupos y contenidos inadecuados en la red.

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Antón, A. M. G. (2013). La privacidad del menor en internet. *Revista de Derecho, Empresa y Sociedad (REDS)*, (3), 60-96.
- Asensio, G. (2006). Seguridad en internet. *Ediciones Nowtilus SL*.
- Cabra Torres, F., & Marciales Vivas, G. P. (2012). Comunicación electrónica y cyberbullying: Temas emergentes para la investigación e intervención socioeducativa. *Psicología desde el Caribe*, 29(3), 707-730.
- Contreras, C. T. M., Cabrera, F. J. P., & Martínez, K. I. M. (2016). Sexting: su definición, factores de riesgo y consecuencias. *Revista sobre la infancia y la adolescencia*, (10), 1-18.
- Copa, A. O. (2017). Sectas y legiones en Facebook: Comunidad virtual, cibercultura e identidad en la juventud digital.
- Díaz Falcón, D., Fuentes Suárez, I., & Senra Pérez, N. D. L. C. (2018). Adolescencia y autoestima: su desarrollo desde las instituciones educativas. *Conrado*, 14(64), 98-103.
- ES, R. (2013). Capacitación en materia de seguridad TIC para padres, madres, tutores y educadores de menores de edad. *Monográfico sobre ciberacoso escolar*.
- Figuera Godoy, O. (2021). Redes sociales, violencia y fútbol: Los ultras españoles a través de Facebook y Twitter en la temporada 2017/2018 de La Liga.
- Gallardo Vigil, M. Á., Jiménez Ríos, F. J., Rodríguez Fernández, S., Ruiz Garzón, F., Solano-Galvis, C., Vera-Casares, J. A., & Villena-Higueras, J. L. (2005). Plan de acción tutorial.
- Gamito, R., Aristizabal, P., & Olasolo, M. (2017). La necesidad de trabajar los riesgos de internet en el aula. *Profesorado. Revista de currículum y formación de profesorado*, 21(3), 409-426.

- García, B. C., de Ayala López, M. L., & Jiménez, A. G. (2014). Los riesgos de los adolescentes en Internet: los menores como actores y víctimas de los peligros de Internet. *Revista latina de comunicación social*, (69), 462-485.
- García, C. López, MC, García, A. (2014): “Los riesgos de los adolescentes en Internet: los menores como actores y víctimas de los peligros de Internet”. *Revista Latina de Comunicación Social*, 69, pp. 462 a 485.
- García Ruiz, C. R., & García Rivas, N. (2020). *Extremismo violento y libertad de expresión* (pp. 1-188). Iustel.
- Garmendia, M., Garitaonandia, C., Martínez, G., & Casado, M. A. (2011). Riesgos y seguridad en internet. *Los menores españoles en el contexto europeo. Bilbao: Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea, EU Kids Online*.
- Gordillo, I. C., Antelo, I. F., & Sánchez, J. L. R. (2009). Impacto de las TICs en las actitudes, formación y utilización del profesorado en el contexto escolar extremeño: Estudios realizados entre 1998 y 2006. *Campo Abierto, Revista de Educación*, 28(1), 13-33.
- Hamodi Galán, C., & Jiménez Robles, L. (2018). Modelos de prevención del bullying: ¿qué se puede hacer en educación infantil?. *IE Revista de investigación educativa de la REDIECH*, 9(16), 29-50.
- Holloway, D., Green, L., y Livingstone, S. (2013). De cero a ocho años: Niños pequeños y su uso de internet.
- INJUVE (s.f.) Informe “Racismo, Odio e Intolerancia en Internet”. Recuperado de: <http://www.injuve.es/sites/default/files/2013/22/eventosinfo/Informe%20Racismo%20Odio%20e%20Intolerancia%20%20en%20Internet.pdf>
- Jiménez, M. D. L. V. M., & Domínguez, S. F. (2019). Uso problemático de internet en adolescentes españoles y su relación con autoestima e impulsividad. *Avances en psicología latinoamericana*, 37(1), 103-119.

- Ledo, I. C., Lugo, D. J. T., Diaz, I. R., & Falcón, N. Á. (2019). El desarrollo socioemocional del adolescente ante los retos y desafíos de la informatización de la sociedad. *Norte de Salud Mental*, 16(61), 35-45.
- Marañón, C. O. (2012). Redes sociales y jóvenes: una intimidad cuestionada en internet. *Aposta. Revista de Ciencias Sociales*, (54), 1-16.
- Moretón, MA. (2012). “El ciberodio, la nueva cara del mensaje de odio: entre la cibercriminalidad y la libertad de expresión”. *Revista jurídica de Castilla y León nº 27*. Universidad de Valladolid.
- Navarro-Pérez, J. J., Pérez-Cosín, J. V., & Perpiñán, S. (2015). El proceso de socialización de los adolescentes postmodernos: entre la inclusión y el riesgo. Recomendaciones para una ciudadanía sostenible. *Pedagogía social. Revista interuniversitaria*, (25), 143-170.
- OROZCO-BÁEZ, M. Y., NIÑO-VEGA, J. A., & FERNÁNDEZ-MORALES, F. H. (2020). Estrategia pedagógica para formar a padres y acudientes sobre el fenómeno del ciberacoso. *Revista Espacios*, 41(33).
- Reyes, V. P., Amaya, J. A. Á., & Capps, J. W. (2021). Relación del uso de redes sociales con la autoestima y la ansiedad en estudiantes universitarios. *Enseñanza e investigación en Psicología*, 3(1), 139-149.
- Rheingold, H. (1996). *La comunidad virtual: una sociedad sin fronteras* (Vol. 32). Barcelona: Gedisa.
- Rubio, J. A. A. (2019). INTERNET, UNA TECNOLOGÍA REVOLUCIONARIA PERO TAMBIÉN PELIGROSA. *Revista Digital de Tecnologías Informáticas y Sistemas*, 3(1).
- SIGUENZA, W. G., QUEZADA, E., & REYES, M. L. (2019). Autoestima en la adolescencia media y tardía. *Revista espacios*, 40(15).
- Suriá Martínez, R. (2010). Tema 2: Socialización y desarrollo social. *Psicología Social (Sociología)*.

Ureña, R. C. S., & Peralta, S. R. T. (2023). La importancia de la educación emocional en la formación integral de los estudiantes. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(3), 1398-1413.

Young, K. S. (2005). Clasificación de los subtipos, consecuencias y causas de la adicción a internet. *Psicología Conductual*, 13(3), 463-480.

8.ANEXOS

Anexo 1:

CUESTIONARIO PRE-TEST POST-TEST COMUNIDADES PELIGROSAS EN LÍNEA

Nombre y apellidos:

Curso:

1- ¿Sabes qué son las llamadas “Comunidades peligrosas en línea”? ¿Puedes describirlas brevemente?

a) Sí, las conozco

b) No, no las conozco.

2- ¿Conoces los principales tipos de comunidades peligrosas en línea? ¿Puedes decir cuales son?

a) Sí, los conozco

b) No, no los conozco.

3- ¿Sabes qué es la autoestima? ¿Puedes describirla?

a) Sí, sé lo que es

b) No, no sé bien lo que es.

4- ¿Conoces cómo el tipo de autoestima que tengas (buena o mala) puede influir en el acceso a comunidades peligrosas en líneas?

a) Sí, conozco la relación que suele darse

b) No se muy bien como la autoestima puede relacionarse con el acceso a grupos peligrosos.

5- ¿Conoces alguna de las necesidades básicas humanas?

a) Sí, conozco alguna

b) Todavía no sé del tema / No estoy seguro.

6- ¿Sabes como el acceso a las comunidades peligrosas en línea pueden afectar a las necesidades básicas humanas?

a) Sí, se como:

b) Todavía no sé del tema / No estoy seguro.

7- ¿Podrías hacer una breve opinión personal sobre los grupos peligrosos en internet, indicando peligros que creas o sepas que puedes encontrarte dentro de ellos?

a) Sí, creo que sé algo del tema y puedo aportar mi opinión:

b) No, la verdad no creo que todavía pueda aportar nada de este asunto

Anexo 2:



Cibermentores 2025

Autoestima y comunidades peligrosas



https://www.canva.com/design/DAGhJFV1wsc/bVR0oiINlef097lp8d3Dqg/edit?utm_content=DAGhJFV1wsc&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton