

L's i abús de les noves tecnologies

Jordi Bernabeu-Farrús [@jordibernabeu jbernabeu@althaia.cat]
Fundació Althaia – Xarxa Assistencial Universitària de Manresa

7 de novembre de 2018 – Banyoles



<http://slideshare.net/jordibernabeu>

IMPACTO EN LA
SALUD DE USOS
DE INTERNET

Enganchados a los videojuegos



■ La red suma tres actividades que engrosan la lista de adicciones: apuestas, porno y juegos

ANA MACPHERSON,
BARCELONA

15/10/2018 01:01

Actualizado a
15/10/2018 10:25

Temas relacionados ▾



Las finales de algunos videojuegos se celebran como un gran espectáculo que supera en seguidores a los clásicos campeonatos deportivos (League of Legends)

La **industria online** es un **negocio** de 100.000 millones de euros. En estos momentos, un **campeonato** de uno de los juegos de moda, sus jugadores ante las pantallas, tiene más espectadores que la NBA. ¡La gente está pagando una suscripción por verlos!”, advierte **Marc Potenza**, psiquiatra experto en uso problemático de internet de la



Adolescents, també a la xarxa.

Reptes de l'acció socioeducativa davant la generació 1x1

Els usos d'internet i dels *smartphones* per part d'adolescents escolaritzats a Granollers

J. Bernabeu i I. Plaza



MILLENNIALS in CONTEXT

Every generation sees itself as the "Greatest Generation" (not just those born prior to 1933). Every generation sees itself as being different and special. But the truth is that human commonalities across generations far outweigh differences - for after changes upon changes in the world we live in, human nature remains more or less the same.



Generació Z

Nens darrere la pantalla

Nascuts al tombant del segle XXI, són nadius digitals i tenen hàbits tecnològics diferents dels seus predecessors



NEREIDA CARRILLO
BARCELONA

Encara no hi ha consens sobre l'any en què cal fer el tall, però ja s'ha acordat el nom: són la generació Z. La componen les persones nascudes en la segona meitat dels anys 90 i a partir del 2000. La generació que empeny es comunica i utilitza la tecnologia de manera ben diferent dels seus predecessors: són nadius digitals, han crescut amb sis pantalles, prefereixen les imatges als textos i s'inclinen per l'ús de canals més privats.

Per a alguns sociòlegs, la generació Z es defineix, en gran part, per oposició als *millennials* i comparteix més valors amb la generació dels seus avis. "Veig la generació Z com a part del procés evolutiu que vam iniciar els de la nostra generació, els que vam néixer sense tecnologies mòbils", explica a l'ARA el consultor de comunicació *online* Francesc Grau. Per al sociòleg i investigador del grup de recerca Anàlisi Social i Organitzativa (ASO) de la Universitat Rovira i Virgili David Dueñas, en l'actualitat "conviuen tres generacions en un mateix espai tecnològic"; l'ús que cadascuna fa d'internet és, en part, generacional. Les tres generacions a què es refereix el sociòleg són l'anomenada generació X, nascuts entre el 1965 i el 1979; la generació Y o *millennials*, nascuts als anys 80 i la primera meitat dels 90, i la generació Z. Diversos experts i estudis ens ajuden a dibuixar aquesta generació que



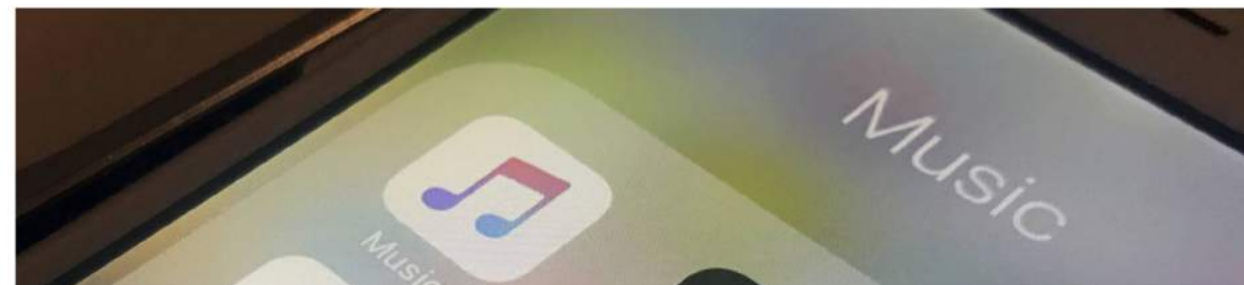
Los jóvenes se apuntan al 'mobile first': la mitad ya solo navega por el móvil

El tráfico de datos móviles creció un 120% en España por el incremento del uso de las 'apps' de mensajería y contenidos



RAMÓN MUÑOZ 🐦

Madrid - 5 FEB 2018 - 15:32 CET





NACIONAL INTERNACIONAL ECONOMÍA DEPORTES TV CULTURA SOCIEDAD CIENCIA

SOCIEDAD > Educación Medio ambiente Consumo Sucesos Salud

Un estudio revela que los adolescentes funden el mundo virtual con el real

BARCELONA, 24 Nov. (EUROPA PRESS) -

Un estudio sobre la brecha digital entre adultos y adolescentes realizado durante tres años en colegios de Barcelona, Madrid, Zaragoza, Sevilla y Santiago de Compostela ha revelado que los jóvenes perciben el mundo virtual como si fuera una extensión de la realidad, mientras que los adultos usan la red como a "instrumento".

Así lo ha explicado en una entrevista a Europa Press el sociólogo investigador principal del estudio y profesor de la Universitat Ramon Llull (URL), Jordi Busquet, quien ha indicado que para los adolescentes "son dos realidades paralelas que forman parte de la propia vida".

El estudio, en el que se ha entrevistado a 120 jóvenes de escuelas –ESO y Bachillerato– y a 60 adultos –profesores y padres–, ha sido liderado por investigadores de la Facultad de Comunicación Blanquerna de la URL, en colaboración con la Universitat Oberta de Catalunya (UOC), la Universidad de Sevilla, la Universidad de Salamanca y la Universidad Juan Carlos I de Madrid.

Busquet ha apuntado que los jóvenes integran las redes sociales a su vida cotidiana, hasta el punto que "no hay tanta diferencia" entre lo que proyectan en el Facebook y cómo se muestran en su día a día, lo que se explica porque utilizan la red para socializarse, es decir, para hacer amigos y hacer bromas entre ellos.

VUELA desde

20€



Comentar



Imprimir



Enviar



Kindle

Tamaño:

A

A

A

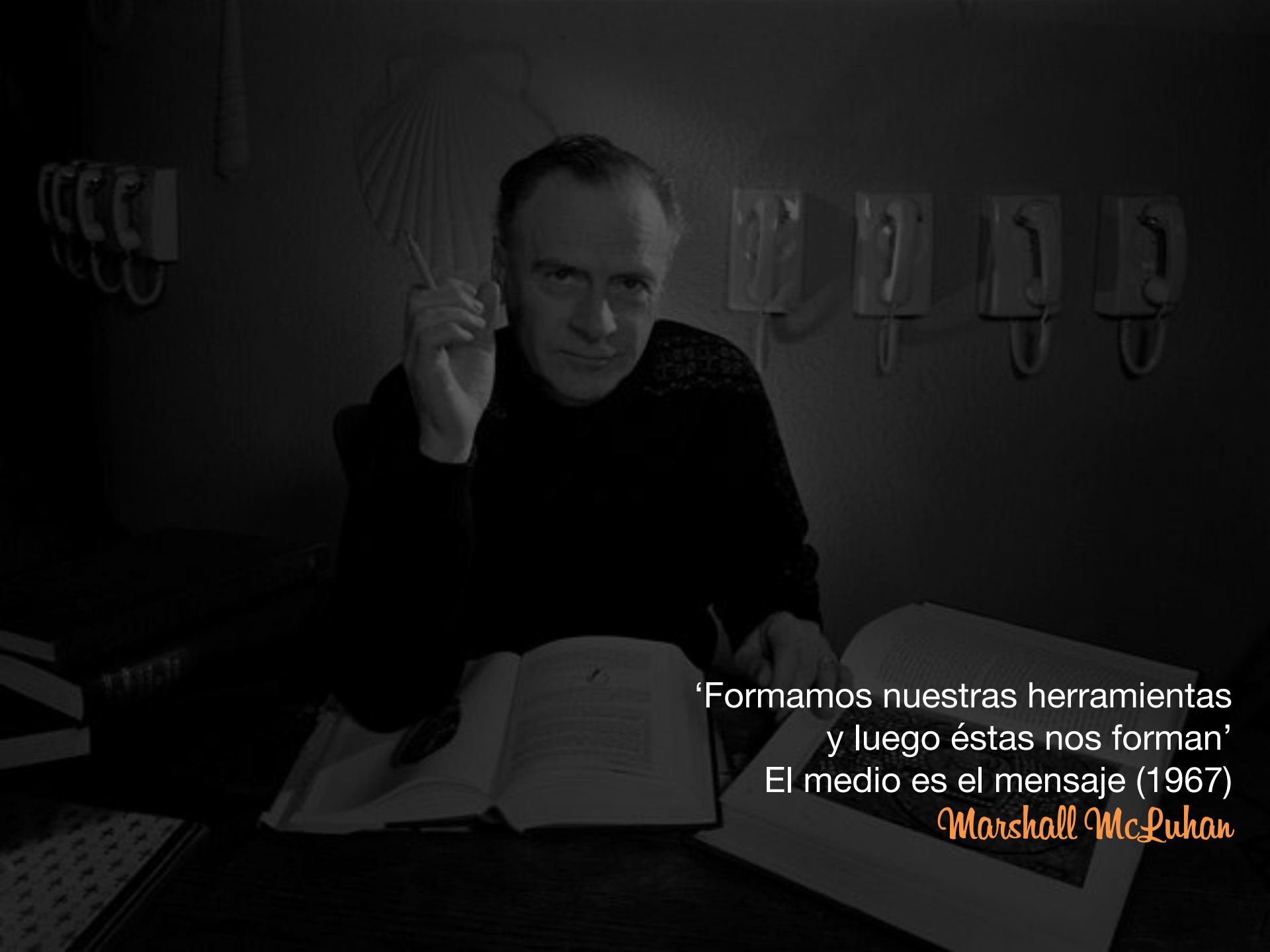
Compartir



GOOGLE +



FACEBOOK

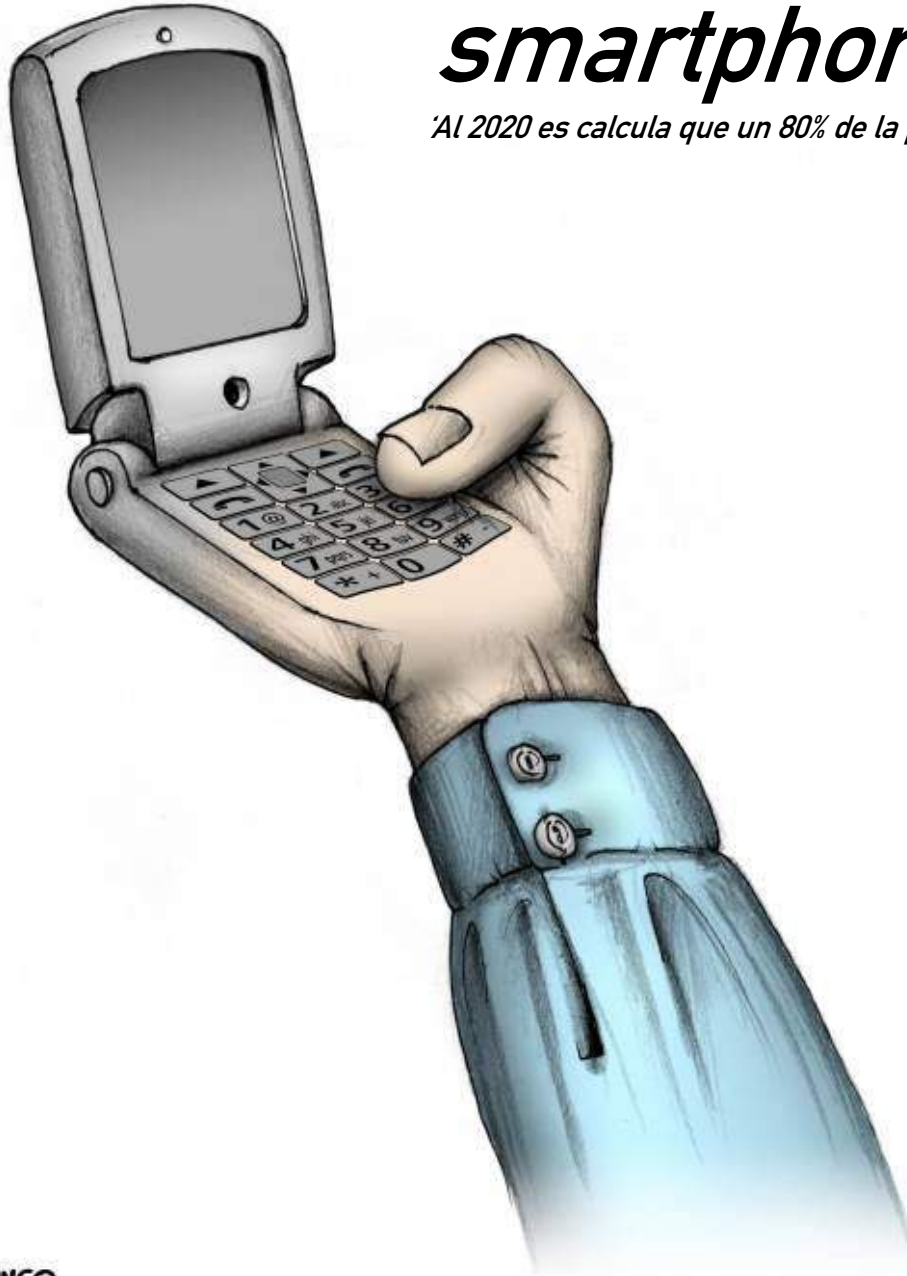


‘Formamos nuestras herramientas
y luego éstas nos forman’
El medio es el mensaje (1967)

Marshall McLuhan

smartphone #integrat

'Al 2020 es calcula que un 80% de la població mundial tindrà smartphone'
The Economist (2015)



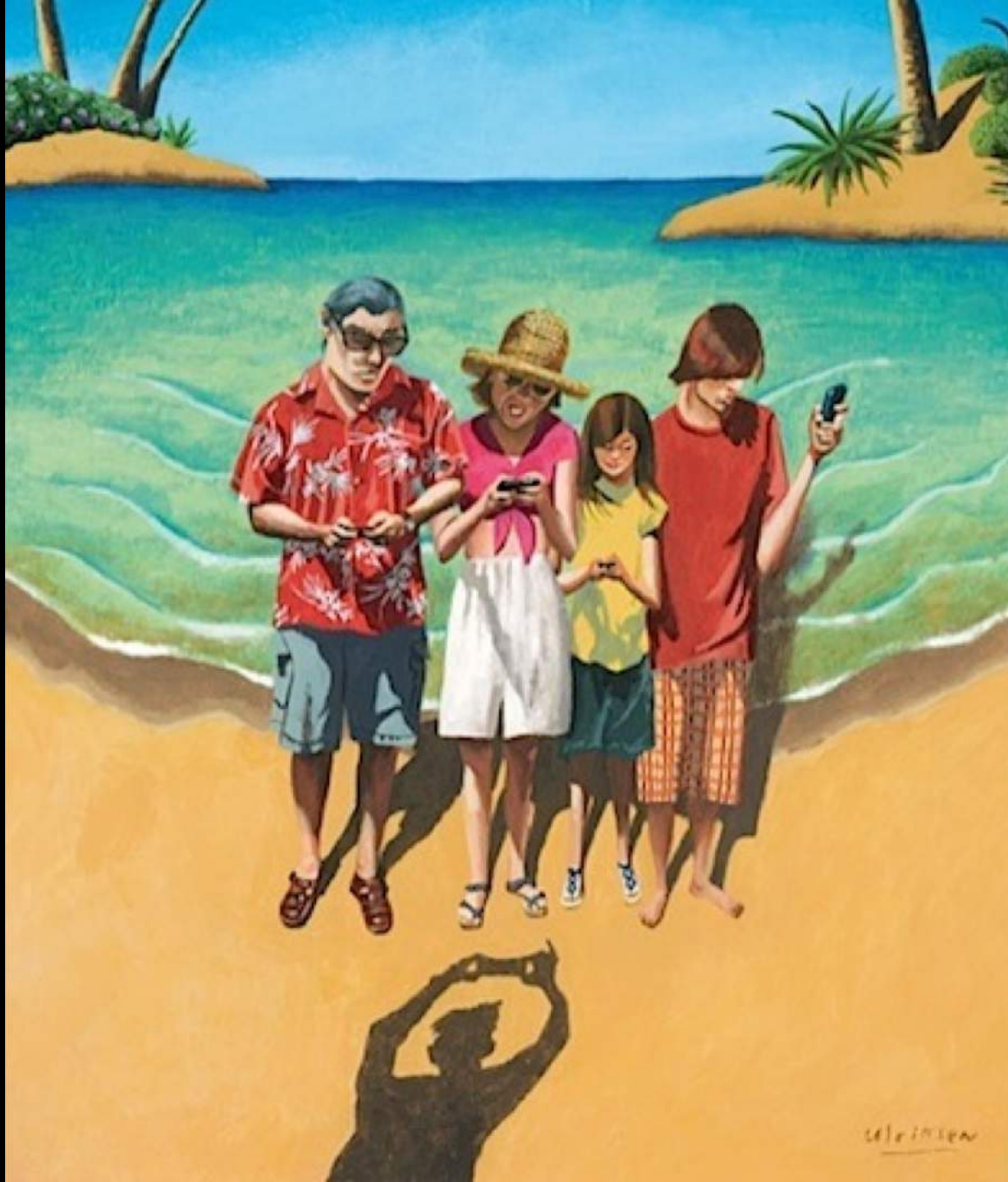
A dark, grayscale photograph of three children sitting on a couch, each looking down at a mobile device in their hands. The image is dimly lit, with the children's faces and the screens of their devices being the primary light sources. The overall mood is one of constant connectivity and digital immersion.

24h

conectabilitat<>disponibilitat

connexió<>hiperconnexió





Autor
Narrador
Protagonista

A dark, grainy photograph of four children sitting on a couch, each looking down at a mobile device in their hands. The scene is dimly lit, with the children's faces and the screens of their devices being the primary light sources. The overall mood is somber and contemplative.

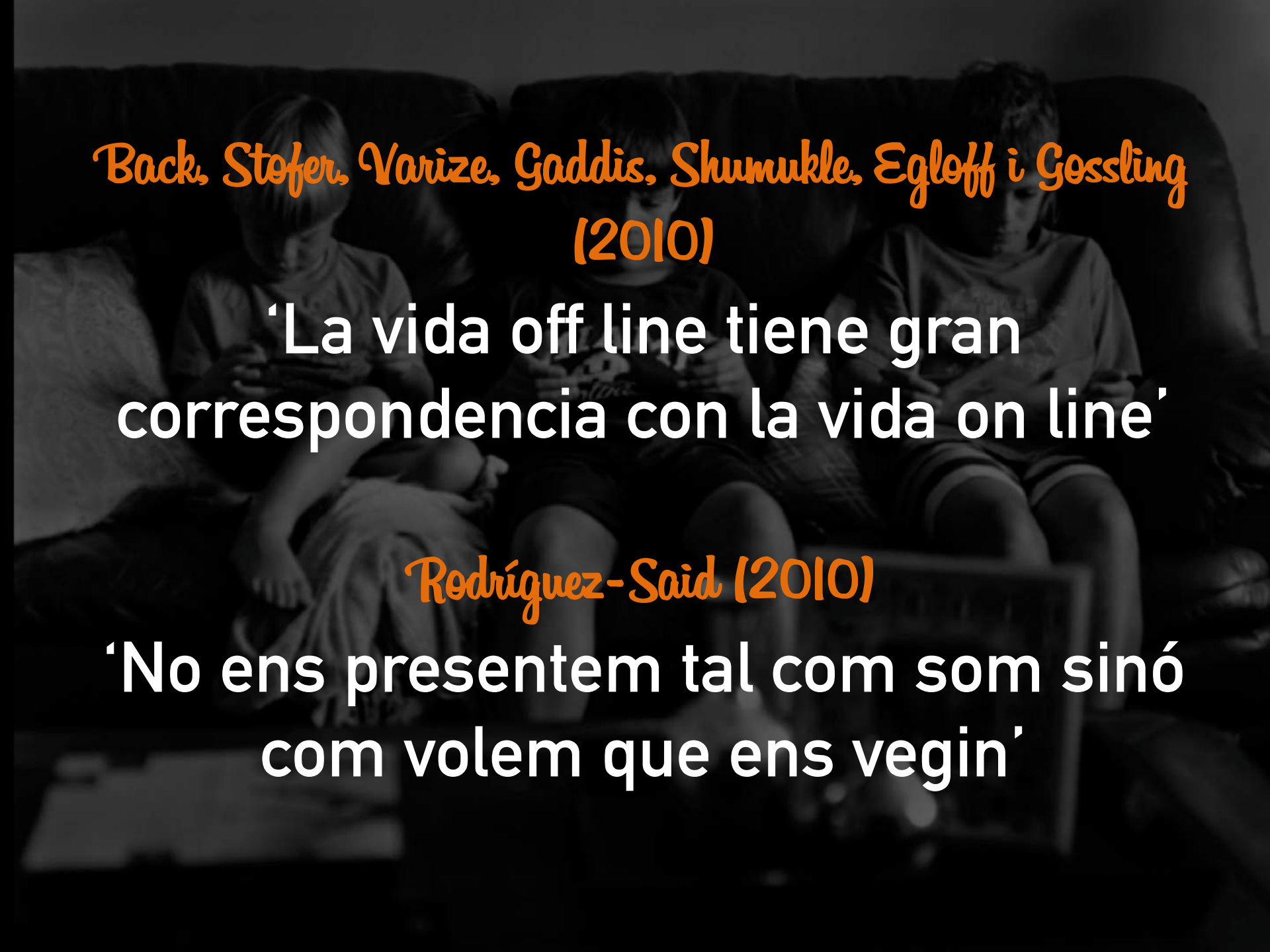
Relat digital

Exclusió <> Inclusió

‘Existeixo’

‘No estic sol (...) em relaciono’

Depenc de la visibilitat i el reconeixement’

A dark, grainy photograph of four children sitting on a couch. They are all looking down at mobile devices in their hands. The image is dimly lit, with the children's faces and hands being the primary light sources. The text is overlaid on this image.

*Back, Stofer, Varize, Gaddis, Shumukle, Egloff i Gossling
(2010)*

**‘La vida off line tiene gran
correspondencia con la vida on line’**

Rodríguez-Said (2010)

**‘No ens presentem tal com som sinó
com volem que ens vegin’**

Back, Stofer, Varize, Gaddis, Shumukle, Egloff i Gossling (2010)

'Facebook profiles reflect actual personality, no self-idealization'

- Difícil crear identitats idealitzades en la web social // 'No som els 'amos' exclusius d'aquesta'
- Perfils altament falsejats correlacionen amb trets de neuroticisme

FOTO TEMERARIA

Una chica se juega una caída desde un octavo piso de Barcelona por una foto

Agentes de los Mossos y de la Urbana han podido rescatarla mientras estaba en la cornisa del edificio

La moda de las selfies y posados de riesgo se ha cobrado vidas en varios países

Domingo, 18/03/2018 | Actualizado el 19/03/2018 a las 18:56 CET

**B** Bulevip

Demandes

@sobrepantalles

Masses pantalles alhora?

Com saber si està enganxat?

El que es diuen a la xarxa

A partir de quina edat?

Com es presenten?

A qui recorren quan tenen un problema

Adults, escoles i famílies 2.0

Algunes 'preocupacions'...

@sobrepantalles

1. Manquen adults que acompanyin

2. Els problemes de sempre: noves variables

#exponencialitat #rapidesa #importància

3. El paper de l' 'audiència'



I have nobody

I need someone





Actualitat

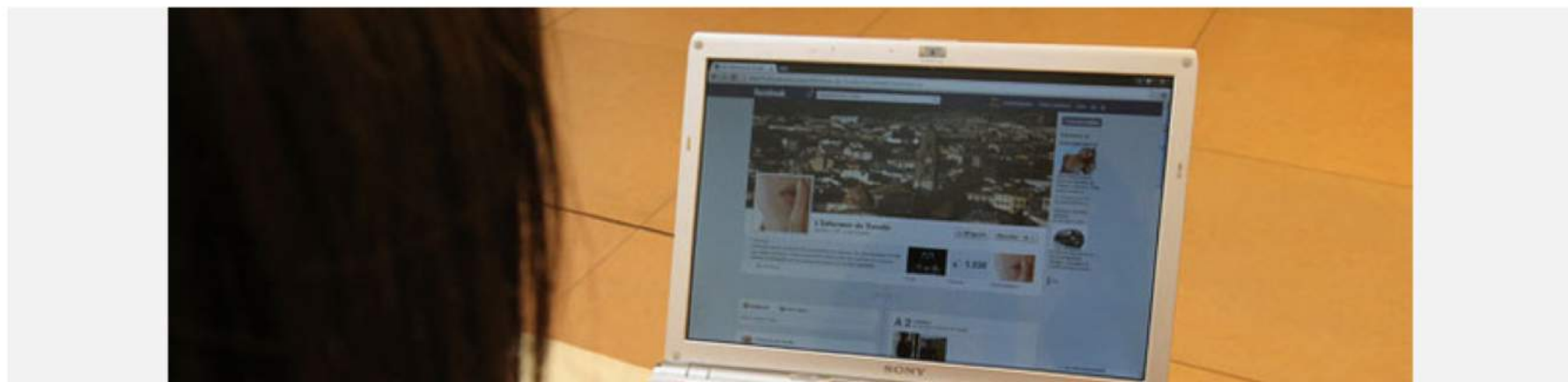
Compartir



El fenomen dels 'Informer' posa en alerta les direccions dels instituts

Les comunitats anònimes de 'safareig' al Facebook han tingut un gran 'boom', però ja es desinflen.

El 9 Nou 04/02/2013 | 14:10 0



perfil | privacidad | diseño | servicios | miniaplicación

Privacidad de las preguntas

- ☒ Permitir preguntas anónimas en tu perfil
- ☐ No permitir preguntas anónimas

Notificaciones por correo electrónico

- ☒ Recibir una notificación cuando alguien me haga una pregunta
- ☒ Recibir una notificación cuando alguien me haga un regalo
- ☒ Recibir una notificación cuando un amigo cumpla años
- ☒ Resumen mensual de Ask.fm

En directo

- ☒ No mostrar mis respuestas en la sección "En directo"
- Tus respuestas ya no aparecerán en la sección "En directo", de este modo tu perfil atraerá menos atención inesperada.*

Lista negra[Ver lista negra](#)

Guardar

Cancelar

Ciencia y tecnología

APPS

ThisCrush: el peligro que encierra la plataforma de moda entre los jóvenes

La aplicación permite enviar y recibir comentarios de forma anónima



ThisCrush es una de las plataformas de moda. / Robert Nickelsberg



DAVID JUSTO | Madrid 16/06/2017 - 07:40 h. CEST

Cada vez son más los jóvenes de entre 12 y 20 años que, además de consultar redes sociales como Instagram, y sobre todo Snapchat, utilizan la plataforma ThisCrush en sus teléfonos móviles con el objetivo de publicar confesiones o recibir halagos por parte de sus amigos o de gente desconocida. Aunque la página web de ThisCrush se puso en marcha a mediados de 2016, no ha sido hasta inicios de 2017 cuando esta plataforma se ha vuelto popular entre los jóvenes españoles.





Quick Like - I like you!

- Anonymous

[Report Post](#) July 3, 2017 2:54am



Que alt que ets...

- Anonymous

[Report Post](#) June 26, 2017 5:54pm



Ets un egocentric de merda i nomes penses en tu mateix et penses que ets el millor del mon i no arribes ni a laltura (jaja ho pilles?)

- Anonymous

[Report Post](#) June 26, 2017 3:36pm

+1 Quick Like!



La verdad es que me conoces y me encantas papi

- Anonymous

[Report Post](#) July 10, 2017 11:30am



Sincerament no em caus be vas de guay de que te la pela tot de que vaciles a tothom per fer-te el popu i que si insultes a algu te la pelen els seus sentiments, donç si vols que et digui la veritat crec que no vas be xaval perque aqui l'unic que patira seras tu perque a sota de aquesta mascara de malote tens un nen que s'esta cagant de por i plorant com un bebe i no acabaras be noi, aixi no.

- Anonymous

[Report Post](#) July 10, 2017 11:12am





32%

DE LOS NIÑOS Y NIÑAS
DE ENTRE 11 Y 16
AÑOS HA RECIBIDO
ALGÚN **MENSAJE DE
TIPO SEXUAL** EN EL
ÚLTIMO AÑO



25%

DE LOS NIÑOS Y NIÑAS **HA
CONOCIDO EN PERSONA
A ALGUIEN** QUE HABÍA
CONOCIDO PREVIAMENTE
EN INTERNET. EN LA GRAN
MAYORÍA DE ESTOS CASOS
NO HAN SENTIDO NINGÚN
PELIGRO O RIESGO

52%

DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DE
ENTRE 9 Y 16 AÑOS HA VISTO
IMÁGENES SEXUALES
ONLINE Y OFFLINE



1 DE CADA 5 NIÑOS Y 1 DE CADA 7 NIÑAS ESTÁ IMPLICADO EN EPISODIOS DE **CIBERBULLYING**

*Més variables a no perdre de vista,
apart de les ja exposades*

#exponencialitat #rapidesa #dimensió_del_missatge

**L'intragrup
L'audiència
El respecte
L'anonimat**

Tendencias

La tecnología fuera y dentro del aula

Los watsaps de padres ponen en alerta las escuelas

Los profesores temen que su mal uso genere conflictos con las familias

DE CUTIÉRRIZ

Habéis visto qué libro han de leer? A mí no me gusta. Este profesor no tiene ni idea de lo que no está en el libro, no sé, ¿qué decís? Tiene el pantalón de le mi hijo? No lo em- On envió un vídeo de "gracias". ¿Qué de- undado hoy en Mate- ? "Marc tiene pi-

WhatsApp de pa- En una tarde se recibir un cent- con comentario

El amigo amarillo

ANÁLISIS

Susana
Cuadrado



Hay que contextualizar siempre. Tú, que eres de natural maleducada y rebelde porque el mundo te hizo así, decides responder todos los watsaps con el emoji amarillo. A ver quién es el chulo o chula que le discute a un emoti-

to ruido que pierden parte de su función informativa. "Los padres también necesitan formación tecnológica, unas pautas claras sobre cómo usar los grupos de WhatsApp y sacarles buen partido", afirma Prats.

En las reuniones con familias, él suele explicar las reglas de la netiqueta, "la buena educación

tecnológica" -véase cuadro adjunto-. "Hay que ser consciente de algo: el grupo de WhatsApp de padres no es un grupo de amigos, así que debería ceñirse a asuntos de gestión escolar; si surge un problema con un maestro o un alumno, lo mejor es acudir directamente a la escuela y hablar en persona, no explicarlo todo en

el móvil", señala este investigador. En general, los padres no valoran las imágenes o imágenes que se envían por WhatsApp. También los padres valoran "en caliente", las opiniones políticas y creencias personales. "Oye, que mi hijo me ha dicho que la tutora no ha venido a trabajar y no ha venido. MIRA, RECE. PATAAAAA!", "P-



Si algu es de vic que vigili,
Ultimes noticies directes dels
mossos, font fiable: son tres i
van armats, poden apareixer a
qualsevol lloc del centre, xk els
han perdut. No diuen res xk no
cundeixi el panic, pero aviseu a
qui cregueu que pot estar al
carrer. Recomanen no sortir de
casa. Màxima difusió.

Es veu que la furgoneta que
van llogar per fugir lhan trobat
alla

★ 19:59

Missatges virals de l'1-0: les xarxes socials s'omplen de 'fakes'

Durant l'1-0 i els dies posteriors s'han multiplicat els missatges d'origen dubtós

ARA Barcelona ACTUALITZADA EL 03/10/2017 21:34



Pep Escobedo ha hagut de desmentir que fos un infiltrat



Abans de compartir informació,
fes-te aquestes preguntes



Pots comprovar que
la informació és autèntica?

Si



No →



Fa menys de 30 minuts que
la informació està publicada?

Si



No →



Ajudarà gaire compartir
aquesta informació?

Si



No →

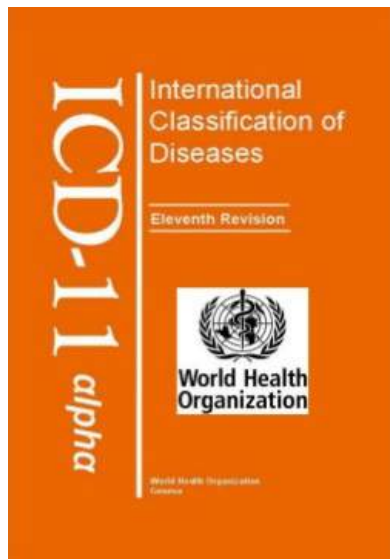


Comparteix-la!

No la comparteixis!



¡Fin de las vacaciones! Los reyes Felipe y Letizia vuelven al trabajo



‘Trastorn per videojocs’
 (“Gaming disorder”),
 referit a l’ús de jocs
 digitals o videojocs,
 mitjançant connexió a
 Internet o sense.



Annex III
Trastorn de joc per internet
 (Internet gaming disorder)
 és una condició per a
 futurs estudis al DSM-
 5 (APA 2013).
 Requereix més
 investigació.
 Pot ser inclosa en
 properes edicions o
 no.

Comorbiditats

Ko et al., 2008; Bernardi et al., 2009; Bakken et al., 2009

T. Depressiu Major >> 41.4%
 T. Bipolar (tipus I o II) >> 70%
 T. Ansietat Generalitzada >> 36.4%
 T. Ansietat Social >> 45%
 Abús Sustàncies >> 13.6%
 T. Control dels impulsos >> 50%
 TDAH >> 33%
 T. Límit 14%;
 T. Obsessiu 7%;
 T. Evitatiu 7%

Aragay, 2017 (Revisió SCRICT)

‘L’ús excessiu de les TICs s’ha vist relacionat amb un major risc de desenvolupar UPI, però no es una condició ni necessària ni suficient (Gómez et al 2017). Però l’elevada quantitat de temps invertit en estar connectat, sumat al patró de descontrol que sovint presenten molts adolescents, provoca dificultats per inhibir la resposta o frenar la conducta de connexió, i els exposa a tot un seguit d’experiències de risc online (contactar amb desconeguts, sexting, bullying, etc). Entre les persones amb UPI les conductes de risc més habituals son el contacte online i presencial amb desconeguts i l’accés a webs de contingut sexual (Gómez et al 2017).

Neuroticisme, l’amabilitat, l’extraversió i l’obertura a l’experiència que s’associen a major presència de UPI (Zhou et al 2017)’

Matalí, 2014

‘We found two IA adolescent profiles that could be defined by using the Internet as a shelter, showing high levels of social isolation and having differences in presentation, Internet use characteristics, comorbidity, treatment and progress.’

Ko, Comprehensive Psychiatry 2009 (via Matalí, HSJD)

TABLE 3. Proposed Diagnostic Criteria for Internet Addiction

Distinguishing Characteristics of Internet Addiction
A maladaptive pattern of Internet use, leading to clinically significant impairment or distress, occurring at any time within the same 3-mo period A. Six (or more) of the following symptoms have been present: 1. Preoccupation with Internet activities 2. Recurrent failure to resist the impulse to use the Internet 3. Tolerance: a marked increase in the duration of Internet use needed to achieve satisfaction 4. Withdrawal, as manifested by either of the following: i. Symptoms of dysphoric mood, anxiety, irritability, and boredom after several days without Internet activity ii. Use of Internet to relieve or avoid withdrawal symptoms 5. Use of Internet for a period of time longer than intended 6. Persistent desire and/or unsuccessful attempts to cut down or reduce Internet use 7. Excessive time spent on Internet activities and leaving the Internet 8. Excessive effort spent on activities necessary to obtain access to the Internet 9. Continued heavy Internet use despite knowledge of having a persistent or recurrent physical or psychological problem likely to have been caused or exacerbated by Internet use B. Functional impairment: one (or more) of the following symptoms have been present: 1. Recurrent Internet use resulting in a failure to fulfill major role obligations at school and home 2. Impairment of social relationships 3. Behavior violating school rules or laws due to Internet use C. The Internet addictive behavior is not better accounted for by psychotic disorder or bipolar I disorder

Problemes durant més de 3m

Preocupació excessiva

No poder parar

Síndrome d'Abstinència: buidor sense internet, irritabilitat, ansietat

Molt temps i esforç

Alteració en la presa de decisions

Repercussions negatives

Sobreutilització/Addicció

Pregunta 16. Quin ús fas del mòbil? (Possibles respostes: Mai / Alguna vegada / Sovint / Sempre)

- ▶ *Has tingut el risc de perdre una relació important per l'ús del mòbil?*
- ▶ *Penses que el teu rendiment acadèmic o laboral ha quedat afectat negativament per l'ús del mòbil?*
- ▶ *Sofreixes canvis en els teus horaris de son a causa d'aspectes relacionats amb el mòbil?*
- ▶ *Tens la necessitat d'invertir cada vegada més temps en el mòbil per sentir-te satisfet?*
- ▶ *Deixes de sortir amb els amics per passar més temps utilitzant el mòbil?*
- ▶ *Et sents inquiet quan no reps missatges (whatsapp, mencions, tuits, etc.), trucades o comentaris?*
- ▶ *Quan t'avorreixes, utilitzes el mòbil com una manera de distracció?*
- ▶ *Amb quina freqüència dius coses pel mòbil que no diries en persona?*
- ▶ *Penses que la vida sense el mòbil és avorrida, buida i trista?*
- ▶ *T'enfades o t'irrites quan algú et molesta mentre utilitzes el mòbil?*
- ▶ *Has utilitzat el mòbil a l'aula durant la classe, sense permís?*

Granollers

2n – 4t ESO (2012/13)

L'alumne 1x1 el fa servir més com a eina de treball ("Feina d'escola" 70.2% vs 55.6%) i baixen molts dels altres usos: Comunicar-me amb els amics (85.3% vs 92.2%), Comunicar-se amb familiars (50.4% vs 67.0%), Informar-me (52.0% vs 60.1%), Escoltar música (81.3% vs 88%) i Conèixer gent nova (28.2% vs 35.7%)

Els alumnes de centres amb el programa 1x1 presenten indicadors més baixos d'addicció (mitjana sobre 21: 1x1 3'31 vs. no 1x1 3'92)

Enganxar-se

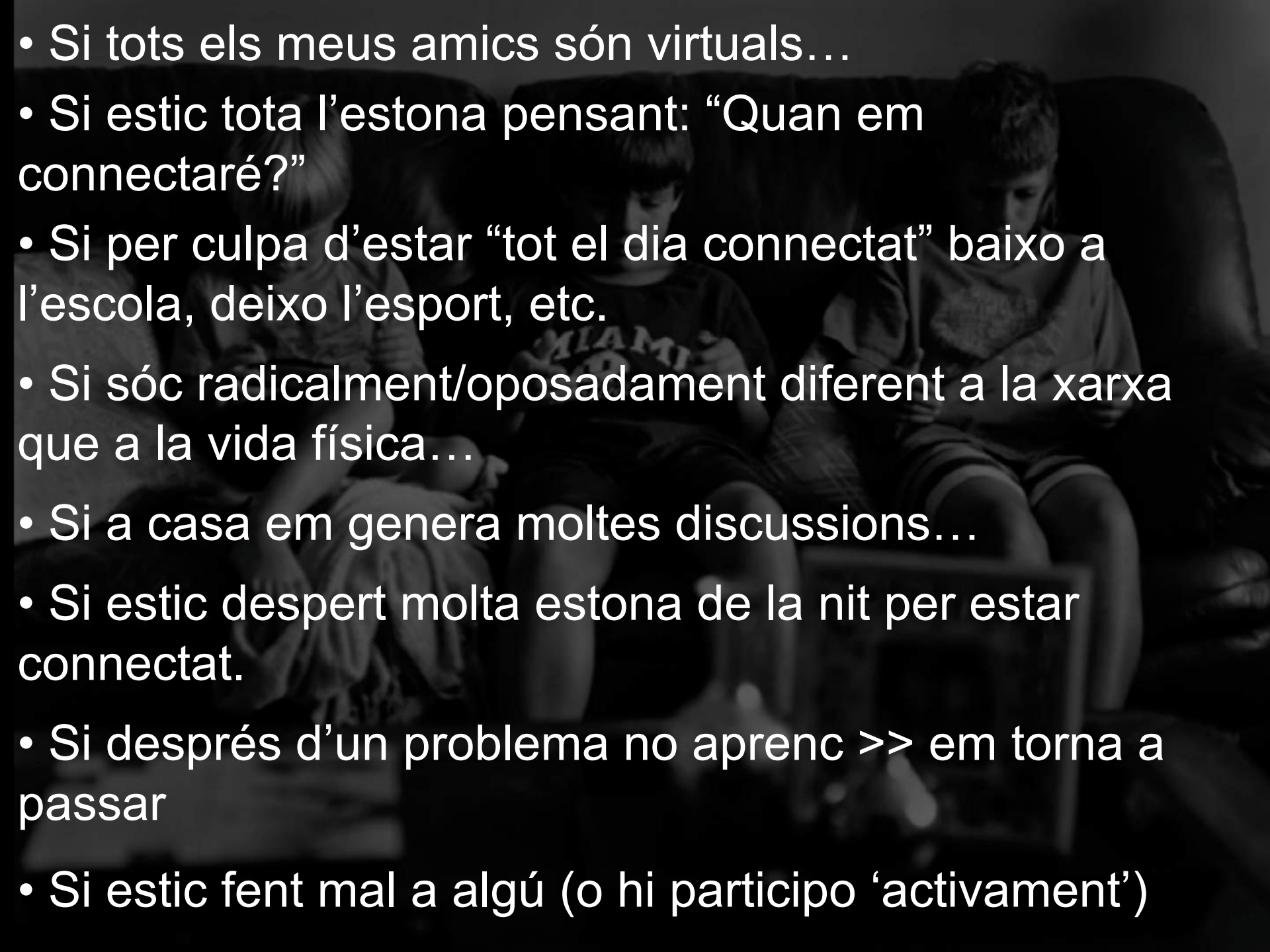
L'addició des d'una perspectiva educativa

- Trobar-se malalt sense allò
- Ser infeliç per la seva absència
- Esdevenir la principal font de felicitat
- Construir un món depenent de la seva presència
- Ocupar un temps vital desproporcionat

Funes, 2008

A woman with long, dark brown hair and a slight smile is holding a large, plain white book in front of her face. Only her eyes, nose, and mouth are visible above the top edge of the book. She is wearing a red, white, and blue plaid shirt. The background is a solid, bright white.

M'estic passant?

- 
- A dark, grainy photograph of three children sitting on a couch. They are all looking down at electronic devices in their hands, likely smartphones or tablets. The image is dimly lit, emphasizing the glow from the screens. The text is overlaid on the left side of the image.
- Si tots els meus amics són virtuals...
 - Si estic tota l'estona pensant: “Quan em connectaré?”
 - Si per culpa d'estar “tot el dia connectat” baixo a l'escola, deixo l'esport, etc.
 - Si sóc radicalment/oposadament diferent a la xarxa que a la vida física...
 - Si a casa em genera moltes discussions...
 - Si estic despert molta estona de la nit per estar connectat.
 - Si després d'un problema no aprenc >> em torna a passar
 - Si estic fent mal a algú (o hi participo ‘activament’)

Janell Hoffman a parent puts 18 conditions on son's iPhone use



"Si acceptes el regal també aprofes algunes normes i regulacions"

'Normas y comunicación sobre el uso de internet empleadas por los padres y Adicción a Internet de los hijos' (Gómez i Villa, 2013):

>> 'Es possible que la qualitat de la comunicació, més que la freqüència, estigui relacionada amb l'ús problemàtic d'internet (Van Den Eijden et al., 2010).'

>> 'El clima general de comunicació amb els pares, més que la comunicació específica relacionada amb internet, podria precedir l'ús problemàtic d'internet entre els adolescents''

>> 'Les estratègies de prevenció, de l'ús problemàtic de les noves tecnologies, haurien d'incidir sobre la importància de l'establiment d'un conjunt de normes bàsiques respecte a l'ús d'internet dels fills'

Janell Hoffman a parent puts 18 conditions on son's iPhone use



"Si us plau, llegeix el següent contracte. Espero que entenguis que la meva feina és convertir-te en un home equilibrat i que pot conviure amb la tecnologia"

SENTIT COMÚ

“Gaudeix l’ avantatge”

“Mira el que passa al teu voltant”

“Els mitjans són mitjans”

“Normes i límits”

MOLTES GRÀCIES

jbernabeu@althaia.cat