|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  Liceo José Victorino Lastarria Rancagua “*Formando Técnicos para el mañana”*Unidad de Orientación. |  |

**CÁPSULA DE ORIENTACIÓN N°9**

**Nivel: 3º - 4° Medio**

**Unidad o EJE N°5: Relaciones Interpersonales**

**OA5: Promover en su entorno relaciones interpersonales constructivas, sean esta presenciales o por medio de las redes sociales, sobre la base de análisis de situaciones, considerando los derechos de las personas acorde a los principios de la igualdad, dignidad, inclusión y no discriminación.**

**Objetivo cápsula:** **Desarrollar adecuada y positivamente las relaciones interpersonales cuidándose del peligro de utilizar las redes sociales para la práctica del ciberacoso.**

**PARA PROFUNDIZAR: (Testimonio) https://www.youtube.com/watch?v=Kl\_Vh30-E6g**

[**https://www.unicef.org/es/end-violence/ciberacoso-que-es-y-como-detenerlo**](https://www.unicef.org/es/end-violence/ciberacoso-que-es-y-como-detenerlo)

[**https://www.protecciononline.com/soy-victima-de-cyberbullying-%C2%BFque-puedo-hacer/**](https://www.protecciononline.com/soy-victima-de-cyberbullying-%C2%BFque-puedo-hacer/)

1. **PARA COMENZAR. Te invito a ver un video sobre el ciberacoso. En el link**

[https://www.youtube.com/watch?v=FVBFyYQO2uI 2](https://www.youtube.com/watch?v=FVBFyYQO2uI%202)

Luego Responde:

1. **¿Qué te parece el caso de la joven que sufre acoso? ¿Conoces alguna situación semejante? ¿Qué sientes al ver semejantes vivencias? ¿Cómo podemos ayudarla?**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |  |
| --- | --- |
| **¿Qué es el ciberacoso o ciberbullying?** Es aquel hostigamiento que tiene lugar en dispositivos digitales, como teléfonos celulares, computadoras y tabletas. El ciberacoso puede ocurrir mediante mensajes de texto, textos y aplicaciones, o bien por Internet en las redes sociales, foros o juegos donde las personas pueden ver, participar o compartir contenido. Incluye enviar, publicar o compartir contenido negativo, perjudicial, falso, o cruel sobre otra persona. provocándole humillación o vergüenza. Algunos acosos por Internet pasan a ser un comportamiento ilegal o criminal. |  |

1. **USANDO LAS REDES SOCIALES.**
2. **¿Cómo crees tú que los jóvenes usan hoy las redes sociales?**

|  |  |
| --- | --- |
| **POSITIVAMENTE:** | **NEGATIVAMENTE:** |
| **1.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_****2.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** | **1.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_****2.-\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** |

1. **¿Cómo usas personalmente las redes sociales?**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |  |
| --- | --- |
| **CAUSAS:**El estudio del ciberbullying es relativamente reciente y son escasas las investigaciones que han indagado sobre las causas de este. Para poder contemplar las causas, deben tenerse en cuenta **diversos factores**, como**: los valores, la educación, emocionales, sociales y factores psicológicos.**Una causa irrefutable del incremento de este acoso, **es el auge de las redes sociales** y su facilidad de acceso sin limitación de edad. | **CONSECUENCIAS:** Es muy significativo el daño emocional que producen estas conductas en las víctimas. Este sufrimiento emocional puede ser más elevado que el acoso a través de otros métodos, debido a que la información dañina es pública y está disponible durante las 24h, siendo muy difícil eliminar el contenido.-**Estrés, ansiedad, terror, depresión, impotencia, somatización del problema con la aparición de enfermedades de todo tipo, incluso el suicidio.****-Baja autoestima. sentimientos de ira. frustración e indefensión.****-Nerviosismo, irritabilidad, trastornos del sueño, dificultad para concentrarse. Afectación del rendimiento escolar.** |
| **CONSECUENCIAS PARA LOS ACOSADORES.**Los acosadores, con estos actos, piensan que pueden conseguir la atención y aquello que quieren a partir de actos violentos y el acoso a personas que consideran más débiles. Las principales consecuencias de estas conductas son las siguientes: **Dificultad para empatizar, posibilidad de que se produzca una desconexión moral, problemas por su comportamiento agresivo, dificultad para acatar las normas, conductas delictivas, ingesta de alcohol y drogas, dependencia de las nuevas tecnologías y ausentismo escolar.** |

**¿Qué hacer en caso de Ciberacoso?**

* **Mantén la calma.**
* **Busca apoyo en tu familia o algún adulto de confianza**
* **Denuncia y pide al proveedor del sitio web que elimine la cuenta desde la cual estás recibiendo el acoso, les puedes notificar por medio de un correo electrónico y les puedes adjuntar los correos y demás que has recibido.**
* **Solicita a tus amigos y contactos que no publiquen ningún tipo de información o fotografías tuyas**
* **No respondas las provocaciones, podrías estar alentando y fortaleciendo al agresor.**
* **Toma control de la situación no soportando los contenidos ofensivos y denunciando los hechos. Tanto la PDI como la Fiscalía tienen un departamento que investiga los ciberdelitos, denúncialo.**
* **Es importante que el agresor sepa que lo que está haciendo es ilegal y castigado por la ley.**
* **No elimines ningún correo, chat o demás información que tenga alguna evidencia de amenaza o acoso. Tendrás respaldo en caso de que quieras hacer una denuncia.**
* **En el colegio puedes hablar con algún profesor, al que mayor confianza le tengas o al encargado de tu curso.**
* **Recuerda que puedes bloquear al remitente no deseado.**
* **Conoce tus derechos. Respeta a los demás y respétate a ti mismo.**

|  |
| --- |
| ***Muchas veces cometemos errores por presión social, para pertenecer a un grupo o simplemente por aburrimiento. El problema es que, no pensamos en el de al lado, y tampoco en las graves consecuencias que pueden tener mis actos. Desarrollemos la empatía y con esto, cuidemos las relaciones con los otros. ¡No tenemos que ser todos amigos, ni pensar lo mismo! Es nuestro deber respetarnos para vivir y convivir con otros*** |

1. **ENCUESTA. Responde Verdadero o Falso.**
2. \_\_\_\_\_Los ciberacosadores son niños/as y adolescentes malos.
3. \_\_\_\_\_La víctima debería apagar el computador y olvidarse de lo que le dijeron.
4. \_\_\_\_\_Los padres y profesores no se enteran de nada.
5. \_\_\_\_\_El ciber acoso es penado por la Ley.
6. \_\_\_\_\_Si el ciber acosador se cambia el nombre en pantalla, es imposible identificar quien es.
7. \_\_\_\_\_El ciber acosador no presenta ninguna dificultad psicológica, familiar o emocional.
8. \_\_\_\_\_La víctima tiene un alto riesgo de sufrir depresión, ansiedad, estrés y tener ideas o conductas suicidas.
9. \_\_\_\_\_El observador pasivo que sabe lo que le está pasando a la víctima, no tiene ninguna responsabilidad.

|  |
| --- |
| **FICHA EVIDENCIAS (Devolver resuelto al mail del profesor jefe o devolver al retornar a clases presenciales, si no cuentas con Internet)****NOMBREALUMNO\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_CURSO:\_\_\_\_\_\_\_FECHA:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_****EVALÚE CON NOTA DE 1 a 7 ESTA CÁPSULA. NOTA:\_\_\_\_\_\_\_\_\_** |

**¡HASTA LA PRÓXIMA!**