

Resum executiu

IMPACTE DE LA TECNOLOGIA EN L'ADOLESCÈNCIA

RELACIONS, RISCOS I OPORTUNITATS

Un estudi comprensiu i inclusiu vers l'ús saludable de les TRIC

INFÀNCIA I TECNOLOGIA

Una iniciativa d'UNICEF Espanya desenvolupada en aliança amb la Universidad de Santiago de Compostela i el Consejo General de Colegios de Ingeniería en Informática de España.

Coordinació

Belén Andrade

Nacho Guadix

Direcció de Sensibilització i Polítiques d'Infància. UNICEF Espanya

Direcció científica

Antonio Rial Boubeta

Unidad de Psicología del Consumidor y Usuario,

Universidad de Santiago de Compostela

Direcció del suport tecnològic

Fernando Suárez

Consejo General de Colegios de Ingeniería en Informática de España

Amb la col·laboració de:

Ministeri d'Educació i Formació Professional, Junta de Andalucía (Consejería de Educación y Deporte), Gobierno de Aragón (Departamento de Educación, Cultura y Deporte), Gobierno del Principado de Asturias (Consejería de Educación), Govern Illes Balears (Conselleria d'Educació i Formació Professional), Gobierno de Canarias (Consejería de Educación, Universidades, Cultura y Deporte), Gobierno de Cantabria (Consejería de Educación y Formación Profesional), Gobierno de Castilla la Mancha (Consejería de Educación, Cultura y Deportes), Junta de Castilla y León (Consejería de Educación), Junta de Extremadura (Consejería de Educación y Empleo), Xunta de Galicia (Conselleria de Cultura, Educación y Universidad), Comunidad de Madrid (Consejería de Educación y Juventud), Región de Murcia (Consejería de Educación y Cultura), Gobierno de Navarra (Departamento de Educación), Gobierno Vasco (Departamento de Educación), Generalitat Valenciana (Conselleria d'Educació, Cultura i Esport).

Agraïments:

A totes les persones i administracions educatives que per compromís i responsabilitat van fer possible el treball de camp enmig d'una pandèmia. Al grup d'assessors científics i experts que va contribuir a validar els instruments metodològics. Als nois i noies que van complir amb el seu dret a expressar la seva opinió.

Edita:

UNICEF Espanya

C. Maurício Legendre, 36. 28046 Madrid

www.unicef.es/infancia-tecnologia

Traducció al català:

Violeta Roca i Font

Fotografies:

Portada: iStock.com/tommaso79

Pàgina 7: iStock.com/sam thomas

Dipòsit legal: M-19743-2021

ISBN: 978-84-124058-0-4

Drets d'autor sobre tots els continguts d'aquest informe. Permesa la reproducció total o parcial.
2021

OBJECTIU DE L'ESTUDI

L'objectiu fonamental d'aquest estudi ha estat dur a terme un diagnòstic de l'ús i l'impacte de la tecnologia en l'adolescència. S'han estudiat els hàbits d'ús d'Internet, les xarxes socials, el consum de videojocs i el joc en línia, així com diferents pràctiques de risc (com el *sexting* o el contacte amb desconeguts), i s'informa a més del grau de supervisió parental. S'analitzen també les motivacions, creences i expectatives relacionades amb l'ús de les pantalles, ja que només per mitjà de l'opinió de les i els adolescents és possible entendre l'espai que la tecnologia ocupa en les seves vides. Finalment, aquest estudi esdevé una oportunitat magnífica per actualitzar les taxes tant d'assetjament escolar com de ciberassetjament del territori nacional.

MOSTRA

La mostra inicial va estar composta per un total de 50.957 adolescents de 265 centres educatius d'Ensenyament Secundari Obligatori (ESO), tant de titularitat pública com privada i/o concertada, de les 17 comunitats autònomes de l'Estat espanyol. Fruit d'un acurat procés de depuració la mostra final va quedar composta per un total de 41.509 adolescents, d'entre 11 i 18 anys (mitjana: 13,81; DT: 1,32). El 50,3% dels participants es va identificar amb el gènere masculí, el 48,7% amb el femení i l'1% restant amb altres opcions. Les dades van ser recollides mitjançant un qüestionari en línia a les aules mateixes dels centres, entre els mesos de novembre de 2020 i març de 2021.

INSTRUMENT

Es va elaborar un qüestionari *ad hoc* amb preguntes d'elaboració pròpia i escales validades internacionalment per al cribatge de possibles addiccions o usos problemàtics: EUPI-a per a Internet i xarxes socials, GASA per a videojocs i BAGS per al joc en línia. Les taxes d'assetjament escolar i ciberassetjament es van estimar amb l'EBIP-Q i l'ECIP-Q. Es van incloure també instruments per avaluar el benestar emocional, el risc de depressió (PHQ-9) o el grau de supervisió parental. Per a la supervisió científica i monitoratge de l'estudi es va constituir un comitè d'experts internacional i es va dur a terme a més un doble pilotatge (qualitatiu i quantitatiu) per garantir l'adequada comprensió del qüestionari.





DE LES TIC A LES TRIC

Les Tecnologies per a la Relació, la Informació i la Comunicació (TRIC) estenen al món virtual la nostra experiència vital sense que les conseqüències d'aquestes accions sobre les nostres vides i en el nostre entorn es puguin percebre de manera conscient i tan immediata com en el món analògic. Avui en dia, **pràcticament totes les nostres accions tenen un reflex en el món virtual**, per això pren una importància especial incloure la "R" de relacions en l'anàlisi que fem de l'impacte de la tecnologia en les nostres vides i per extensió en la de les i els adolescents.

Per mitjà d'aquest estudi **aportem les opinions i percepció de les i els adolescents sobre les seves experiències i relacions en l'entorn digital**. Amb això, pretenem facilitar informació clau com a eina d'anàlisi i reflexió per **orientar actuacions en l'àmbit familiar, educatiu i normatiu que permetin enfortir els mecanismes educatius, preventius i de protecció necessaris per a la infància en l'entorn digital**. Després de la pan-

dèmia i amb l'arribada de l'educació a distància, s'ha apreciat un augment exponencial de les competències digitals d'infants i adolescents. Tenir més eines digitals i més accés a les xarxes socials els ofereix més oportunitats, però també comporta estar més exposats a alguns dels riscos en línia. Prendre mesures restrictives per controlar l'ús de la tecnologia pot ajudar a reduir uns certs riscos, però també pot dificultar el desenvolupament de capacitats digitals clau per a un món digitalitzat. Per a això, queda clar que la digitalització requereix una inversió de més temps i recursos destinats a:

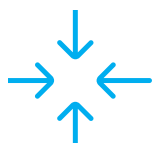
- L'accés equitatiu als recursos tecnològics
- Millorar les competències digitals
- Promoure el desenvolupament d'un entorn protector en l'àmbit digital
- La sensibilització i educació de tots els actors (famílies, centres educatius, institucions i empreses), infants i adolescents per promoure l'ús segur i responsable de les TRIC.

Quins són els drets d'infants i adolescents en l'entorn digital?



La Convenció sobre els Drets de l'Infant (CDI) estableix que infants i adolescents tenen dret a la llibertat d'expressió, d'informació i al joc, així com també a la privacitat i a la protecció enfront de qualsevol forma de violència o efectes negatius per al seu benestar i correcte desenvolupament integral.

A més de la protecció, també és fonamental garantir que infants i adolescents puguin participar en l'entorn digital i per a això cal que disposin de l'accés i el suport necessari en cada etapa del seu desenvolupament. Els drets de la infància es viuen i s'aprenen en el dia a dia, en cada acció. Es reclamen en cada circumstància i a tot arreu, també en l'àmbit digital. Una formació sòlida en drets d'infància és una mesura molt eficaç d'autoprotecció, tant per identificar les injustícies que puguin patir com per conèixer mecanismes d'ajuda.



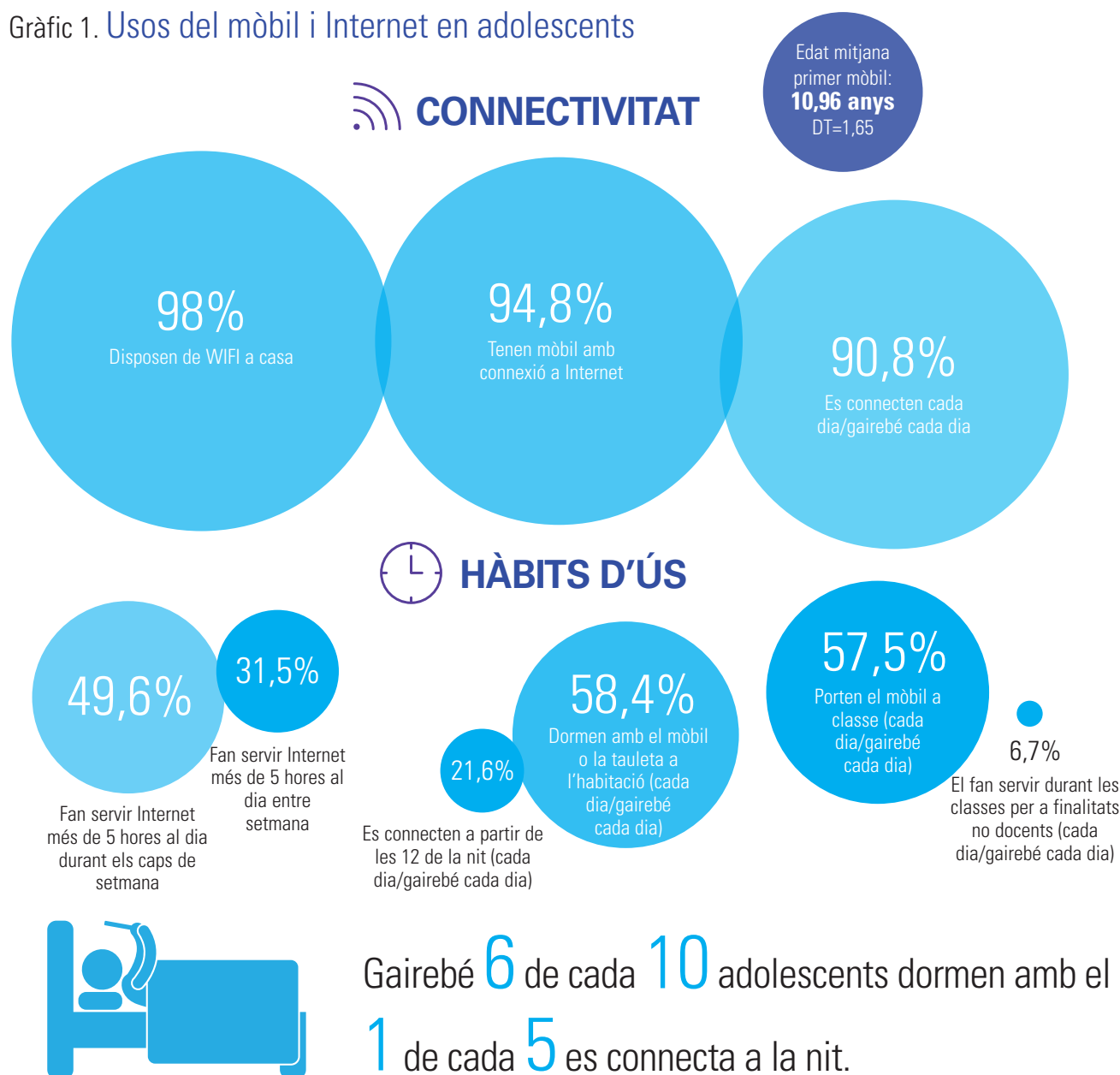
GENERANT CONNEXIONS

L'accés a la tecnologia també és clau per al seu aprenentatge i desenvolupament integral. Per assolir-ho, a més de l'acompanyament i l'educació, és igualment important promoure la participació d'infants i adolescents en la construcció i transformació digital.

Aquestes dades ens indiquen els usos que fan els adolescents del mòbil i Internet i el tipus d'higiene digital que tenen. **L'ús del mòbil i les TRIC entre les i els adolescents espanyols està clarament**

generalitzat des d'edats primerenques, encara que en molts casos es tracta d'un ús intensiu i sense supervisió, la qual cosa pot derivar en freqüents problemes de convivència.

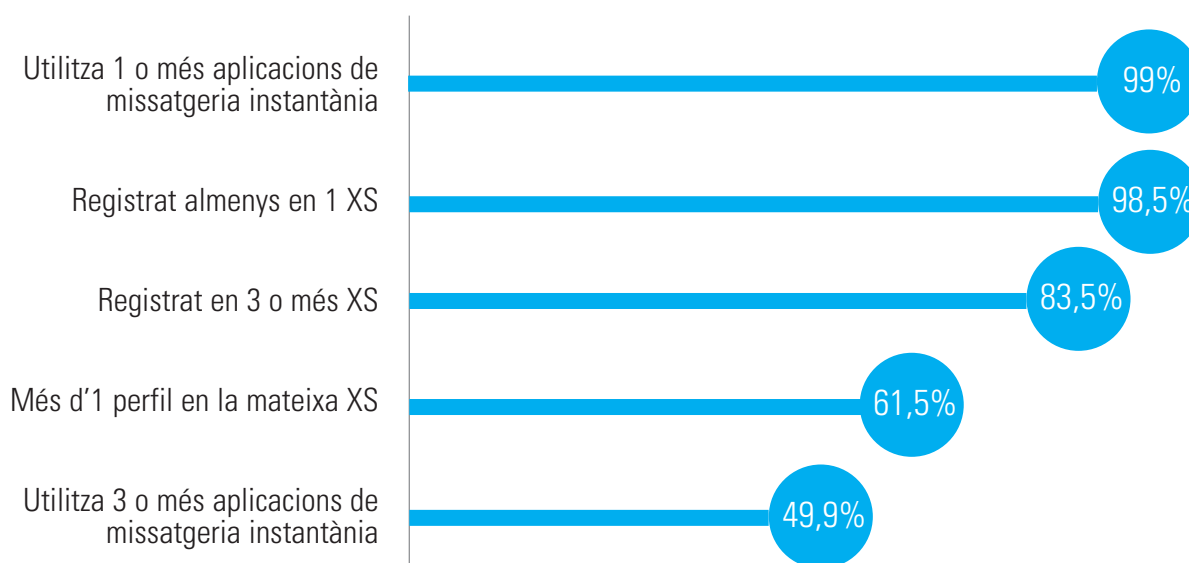
Gràfic 1. Usos del mòbil i Internet en adolescents



Els contextos de relació en línia ja són inherents als propis dels adolescents, que interactuen i es relacionen per mitjà dels seus diferents perfils i segons les seves diferents motivacions. **Aplicacions i xarxes**

socials formen part del dia a dia de les noves generacions. Ser capaços d'integrar-les de manera harmònica en el seu desenvolupament personal i social és, sens dubte, un enorme desafiament.

Gràfic 2. On són els adolescents en línia?
Ús de xarxes socials i aplicacions de missatgeria



El **98,5%** de les/els adolescents està registrat en alguna xarxa social. No ser present a les xarxes és un fet excepcional.

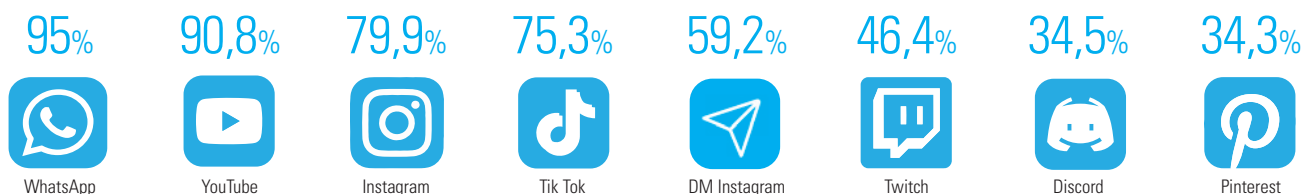


El **61,5%** té més d'un perfil en una mateixa xarxa social.

Els adolescents són a les xarxes de manera massiva i globalitzada i gairebé mai testimonial: **gairebé 2 de cada 3 té més d'un perfil en una mateixa xarxa social, que utilitzen selectiva-**

ment per a família i coneguts o per al grup d'iguals. Obviar aquesta dada implica que sovint els progenitors puguin arribar a tenir una falsa sensació de control.

Gràfic 3. Tipus de xarxes socials i aplicacions de missatgeria més usades



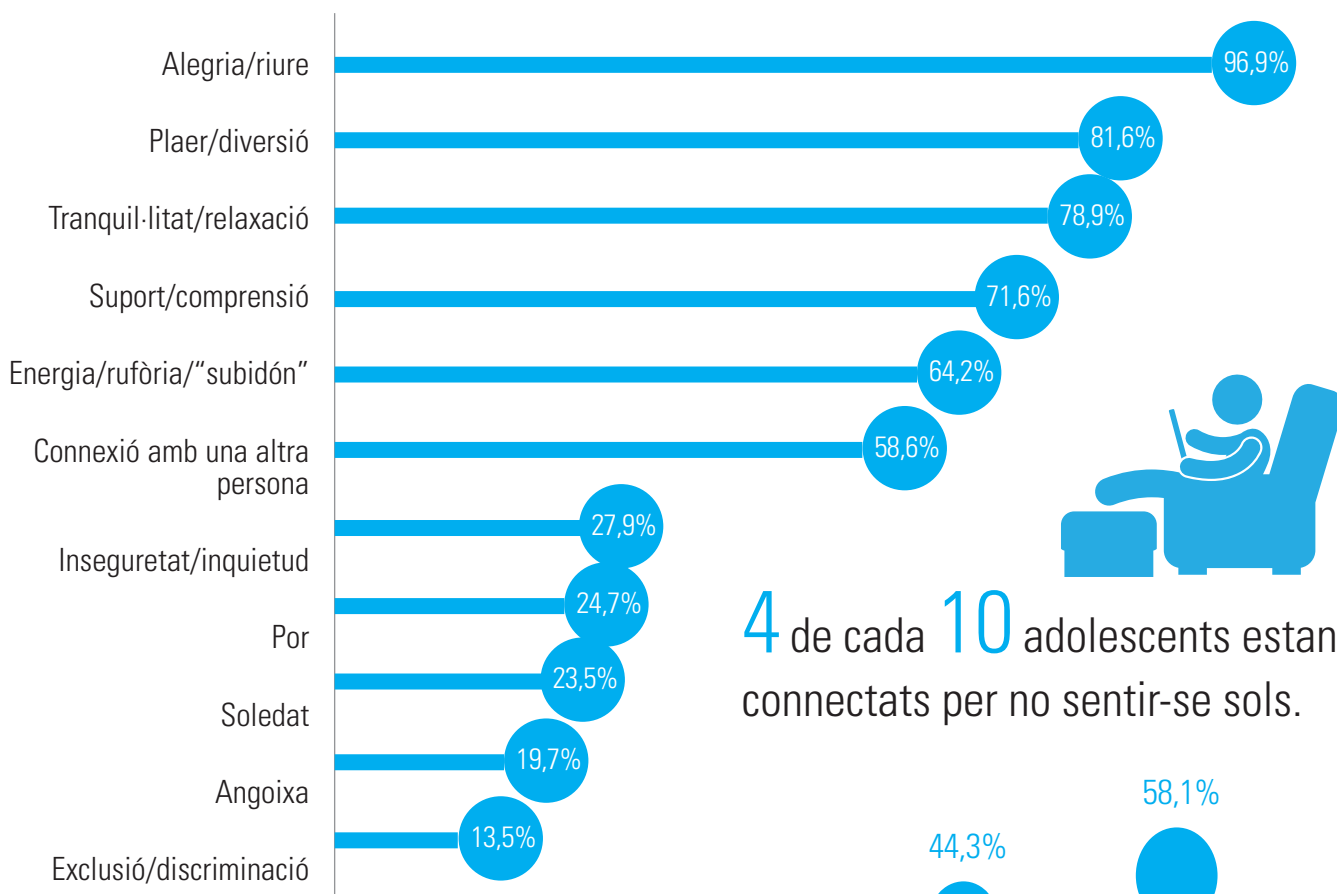
→ ✨ ← GENERANT CONNEXIONS

Les TRIC com a ecosistema d'interacció i assortidor emocional

Noies i nois es connecten buscant relacions positives, comunicar-se amb els seus amics i divertir-se. No obstant això, la **falta de coneixement sobre alguns dels perills, així com de mesures preventives per evitar-los, poden posar en risc real molts**

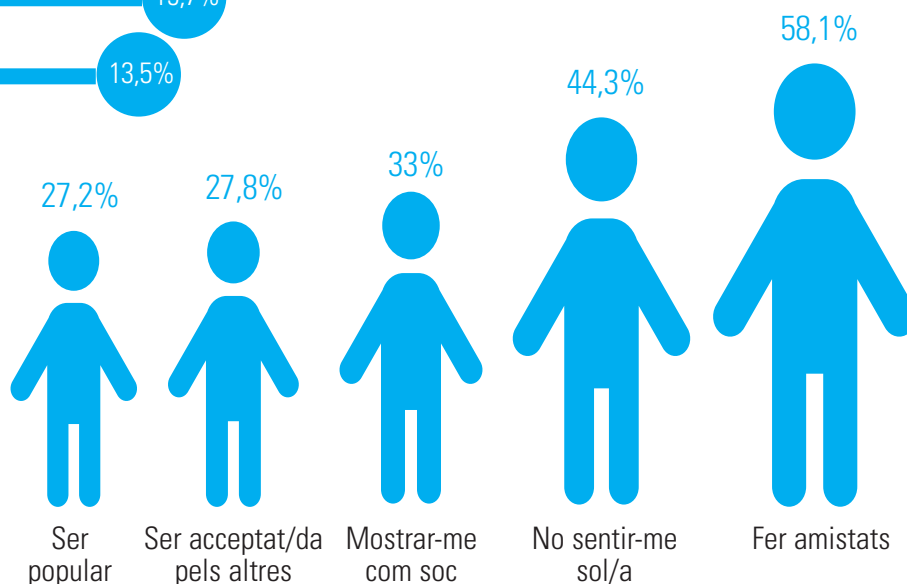
adolescents. Les dades aportades també indiquen que hi pot haver una falta de presència i acompanyament per part de les famílies en la vida dels adolescents, la qual cosa els porta a buscar companyia i suport a Internet i les xarxes socials.

Gràfic 4. A Internet he sentit...



4 de cada 10 adolescents estan connectats per no sentir-se sols.

Gràfic 5. Internet i les xarxes socials m'ajuden a...





A QUINS RISCOS S'ENFRONTEN?

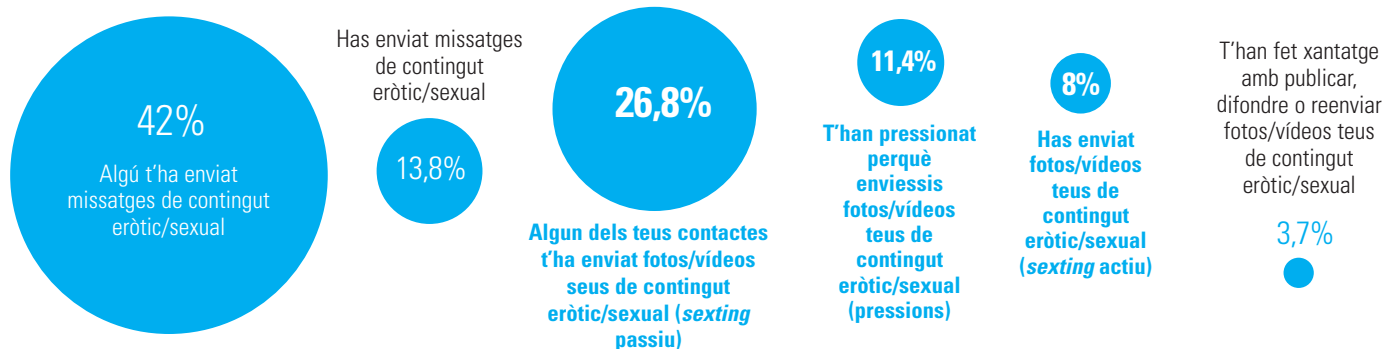
Noies i nois indiquen que usen Internet i xarxes socials per establir relacions, fer amics i no sentir-se sols. Tenint en compte que les relacions són una part essencial del nostre desenvolupament com a éssers humans, si en un moment clau del seu desenvolupament emocional i social hi ha adolescents que viuen amb por, angoixa i preocupació la seva

experiència a les xarxes socials, se'n pot veure afectada la salut mental. Entre els principals riscos identificats per noies i nois en la seva experiència en l'entorn digital hi ha **el ciberassetjament, el contacte amb estranys, sentir-se discriminats o exclosos, el xantatge i la sextorsió, o l'accés a continguts inadequats per a la seva edat.**



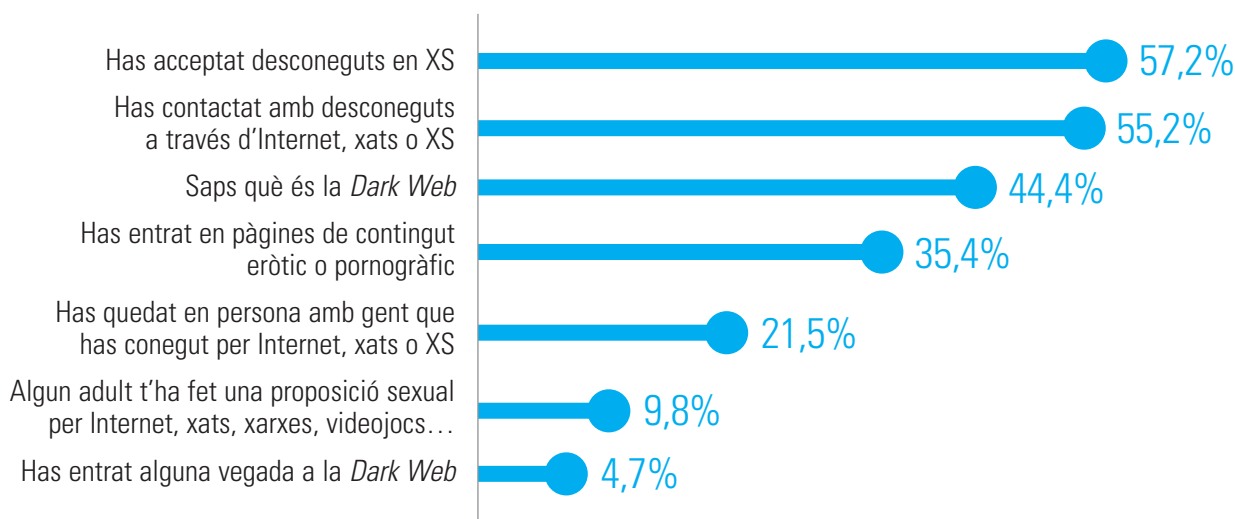
A QUINS RISCOS S'ENFRONTEN?

Gràfic 6. Alguna vegada t'has vist en alguna d'aquestes situacions?



Es constata que les pràctiques de *sexting* són cada vegada més habituals. El 26,8% reconeix que algun dels seus contactes li ha enviat alguna vegada fotos, imatges o vídeos personals de caràcter eròtic

o sexual (*sexting* passiu) i el 8% reconeix fins i tot haver-los enviat elles/ells mateixes/os (*sexting* actiu). La xifra de pressions per enviar aquesta mena de material és fins i tot superior (11,4%).



Riscos que ens han d'alertar i ocupar

Al marge dels beneficis i oportunitats que ofereixen les Tecnologies Relacionals de la Informació i la Comunicació (TRIC), la Xarxa comporta riscos als quals els adolescents són especialment vulnerables. **Fruit de pressions i xantatges molts adolescents poden estar exposant imatges i contingut personal i privat en xarxes socials i altres canals d'Internet.** Això també els exposa a entrar en contacte amb desconeguts i trobar-se en risc de *grooming* o assetjament sexual en línia. Milers de menors espanyols estan accedint a una Xarxa en la qual els riscos relacionats amb el robatori d'informació, els delictes sexuals, la violència o el tràfic de substàncies es multipliquen.



4,7% ha entrat a la *Dark Web*.



1 de cada 10 adolescents ha rebut una proposició sexual a Internet per part d'un adult.



Assetjament escolar i ciberassetjament

Malgrat els esforços que centres educatius i institucions han fet els últims anys, la realitat continua sent preocupant. La utilització de dos instruments contrastats a escala internacional,

com són l'EBIP-Q i l'ECIP-Q, ens ha permès fer una estimació objectiva de la prevalença actual de l'assetjament escolar i del ciberassetjament.

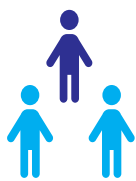
Taula 1. Prevalença estimada d'assetjament escolar i ciberassetjament en estudiants d'ESO


	EBIP-Q (Assetjament escolar)			ECIP-Q (Ciberassetjament)		
	VÍCTIMES	VÍCTIMES-AGRESSORES	AGRESSORS	VÍCTIMES	VÍCTIMES-AGRESSORES	AGRESSORS
ESPANYA	18,2%	15,4%	4,2%	10,7%	11,8%	7,9%
Femení	22,1%	13,5%	3,5%	12,7%	9,6%	7,3%
Masculí	14,1%	17,2%	4,9%	8,7%	13,8%	8,4%
1r/2n ESO	19,9%	15,1%	3,6%	10,8%	10,7%	6,5%
3r/4t ESO	16,5%	15,8%	4,8%	10,6%	12,9%	9,2%

EBIP-Q: European Bullying Intervention Project Questionnaire (Del Rey et al., 2015). ECIP-Q: European Cyberbullying Intervention Project Questionnaire (Del Rey et al., 2015).

La taxa de victimització d'assetjament escolar estimada se situa en el 33,6% (incloent víctimes pures i víctimes agressores). La de ciberassetjament se situaria en un 22,5%, i en aquest cas és més elevat el percentatge de víctimes agressores (11,8%) que el de víctimes pures (10,7%). Això revela que a Internet el més habitual és *assetjar i ser assetjat*. **A Internet més de la meitat dels qui pateixen assetjament**

també l'exerceixen. Molt sovint els qui el pateixen no en són conscients o no tendeixen a interpretar-lo en aquests termes. **Només el 3,3% dels adolescents diria que està patint assetjament escolar i el 2,2% ciberassetjament.** Per **"El meu físic"; "Ser diferent"; "Perquè em tenen mania"** o simplement perquè "era una broma" són alguns dels motius principals d'assetjament.

 **1** de cada **3** adolescents podria ser víctima d'assetjament escolar en aquests moments.

 **2** de cada **10** adolescents podria ser víctima de ciberassetjament en aquests moments.

Tant l'assetjament com el ciberassetjament l'exerceixen principalment companys/es de la mateixa classe i en molts casos l'entorn adult protector no arriba a assabentar-se'n.

S'aprecia que l'assetjament no desapareix amb l'edat. Malgrat que les taxes globals per gènere poden no mostrar grans diferències, la manera de patir i d'exercir l'assetjament sí que pot ser diferent, igual que el perfil de victimització. **L'assetjament escolar i el ciberassetjament estan molt relacionats amb algunes conductes de risc en línia, com ara el sexting o el contacte amb desconeguts,** la qual cosa recalca la necessitat de millorar la tasca de prevenció.



Enviar fotos o vídeos personals de caràcter sexual o acceptar desconeguts en una xarxa social, a més de constituir un risc en si mateix, augmenten la probabilitat de patir assetjament escolar i ciberassetjament.

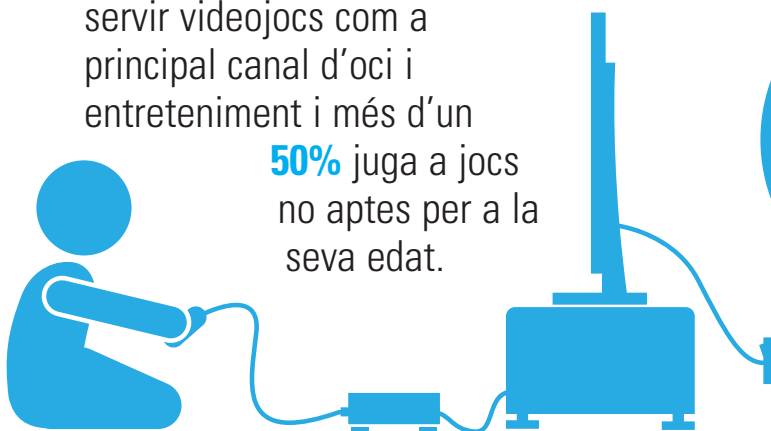
VIDEOJOCS

Els videojocs ocupen un lloc molt important en la vida dels adolescents i per això tenen també un impacte directe sobre les seves vides i la seva salut.

Factors com ara la freqüència i la intensitat del joc són desencadenants d'un possible joc problemàtic o una addicció.

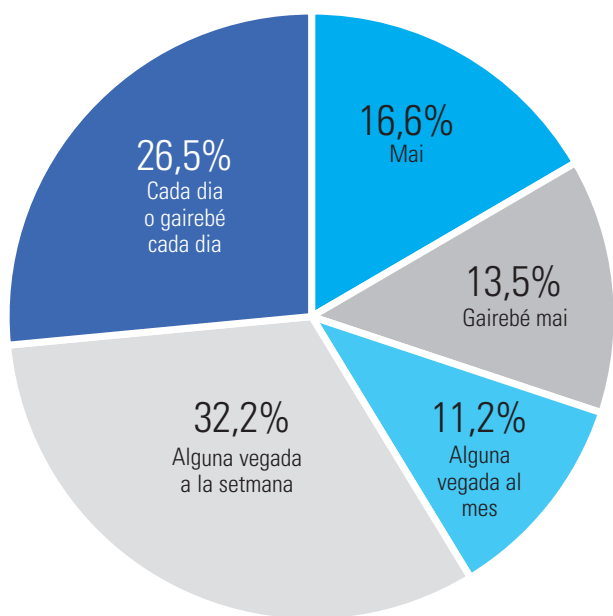
6 de cada 10 adolescents fan servir videojocs com a principal canal d'oci i entreteniment i més d'un

50% juga a jocs no aptes per a la seva edat.



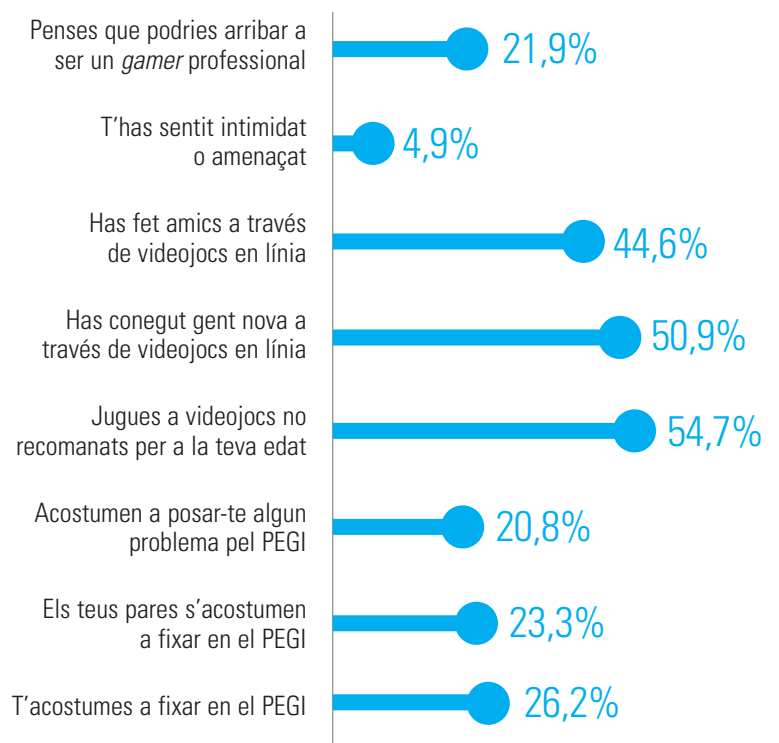
De mitjana, els adolescents hi juguen **7 hores** setmanals, però hi ha un **4,4%** que hi juga més de **30 hores** a la setmana.

Gràfic 7. Temps dedicat al joc...



Jugadors habituals: **58,7%**

Gràfic 8. Quan jugues...



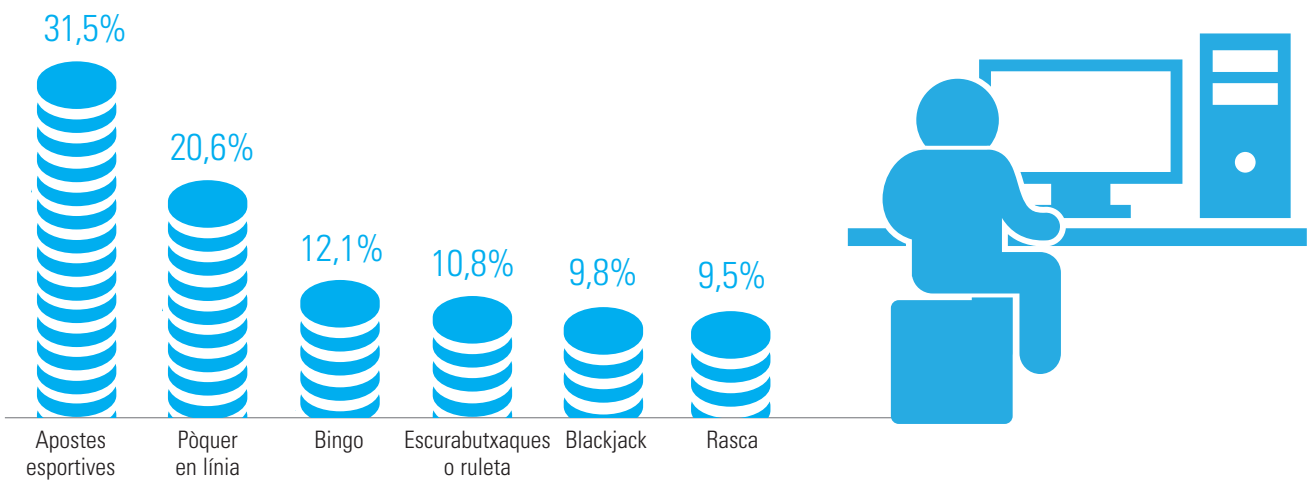


JOC EN LÍNIA I APOSTES

Un 3,6% dels estudiants espanyols d'ESO reconeixen haver jugat o apostat diners en línia alguna vegada en la seva vida. Guanyar diners, divertir-se i passar l'estona amb els amics són els tres principals arguments identificats.

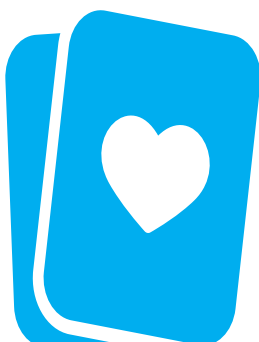
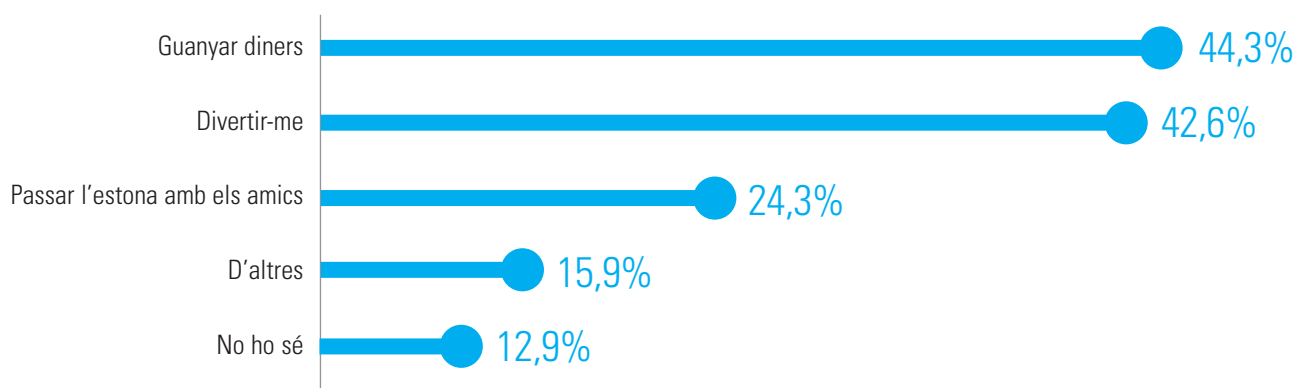
Gràfic 9. Modalitats de joc en línia més acceptades per les i els adolescents

(Percentatge calculat sobre els que diuen que han apostat en línia alguna vegada en la vida)



Gràfic 10. Motius per jugar o apostar en línia

(Percentatge calculat sobre els que diuen que han apostat en línia alguna vegada en la vida)



Es calcula que **més de 70.000 estudiants d'ESO han apostat diners a través d'Internet alguna vegada**, cosa que permet constatar que es tracta d'una pràctica que s'inicia a edats primerenques. A més de tenir un clar component lúdic i social, hi ha la creença que és fàcil guanyar diners apostant a la Xarxa.



ÚS PROBLEMÀTIC I ADDICCIÓ A LES TRIC

L'Organització Mundial de la Salut només reconeix l'addicció al joc i als videojocs com les dues úniques Addiccions Sense Substància i suggereix emprar el terme "ús problemàtic" per referir-nos a Internet i les xarxes socials. **Milers**

de famílies podrien tenir en aquest moment qualsevol d'aquests problemes, per la qual cosa, més enllà de la seva consideració clínica, és important que siguin degudament avaluats.

Taula 2. Prevalença estimada d'addiccions tecnològiques i ús problemàtic d'Internet en estudiants de l'ESO

	EUPI-a (Internet/XS)	GASA (Videojocs)		BAGS (Joc/Apostes)
		Possible addicció	Ús problemàtic	Joc problemàtic
ESPANYA	33%	3,1%	16,7%	0,5%
Femení	36,1%	1,1%	6,6%	0,2%
Masculí	29,8%	4,9%	26,4%	0,8%
1r/2n ESO	28,9%	3,1%	17,1%	0,5%
3r/4t ESO	37,3%	3,1%	16,3%	0,6%

EUPI-a: Escala de Uso Problemático de Internet para Adolescentes (Rial et al., 2015). GASA: Game Addiction Scale for Adolescents (Lemmens et al., 2009; Lloret et al., 2018). BAGS: Brief Adolescent Gambling Screen (Stinchfield et al., 2017).

Gràfic 11. Ús problemàtic per gènere



1 de cada 3 estudiants espanyols d'ESO podrien tenir ja un "ús problemàtic d'Internet" i **1 de cada 5** podrien estar ja "enganxats" en certa mesura als videojocs.

Ha quedat palès el potencial addictiu que tenen Internet i les xarxes socials. Es calcula que més de 600.000 estudiants d'ESO podrien presentar-ne un ús problemàtic, que està caracteritzat no només per una freqüència i intensitat elevades de connexió (molts dies i moltes hores), sinó per un grau alt d'interferència en el dia a dia dels adolescents mateixos i de les seves famílies. El consum de videojocs ja representa una addicció per a un 3,1% dels estudiants d'ESO (especialment nois) i un 16,7% addicional podria estar començant a

desenvolupar problemes relacionats directament. En definitiva, **al voltant de 400.000 adolescents podrien tenir ja un cert nivell d' "enganxament" als videojocs, la qual cosa esdevé un "caldo de cultiu" realment preocupant.** Finalment, encara que les xifres referides a una possible addicció són molt inferiors (0,5%), estarien reflectint que **aproximadament 1 de cada 10 menors que juga o aposta diners en línia es pot arribar a convertir en ludòpata, cosa que comportaria estar parlant de 10.000 adolescents.**

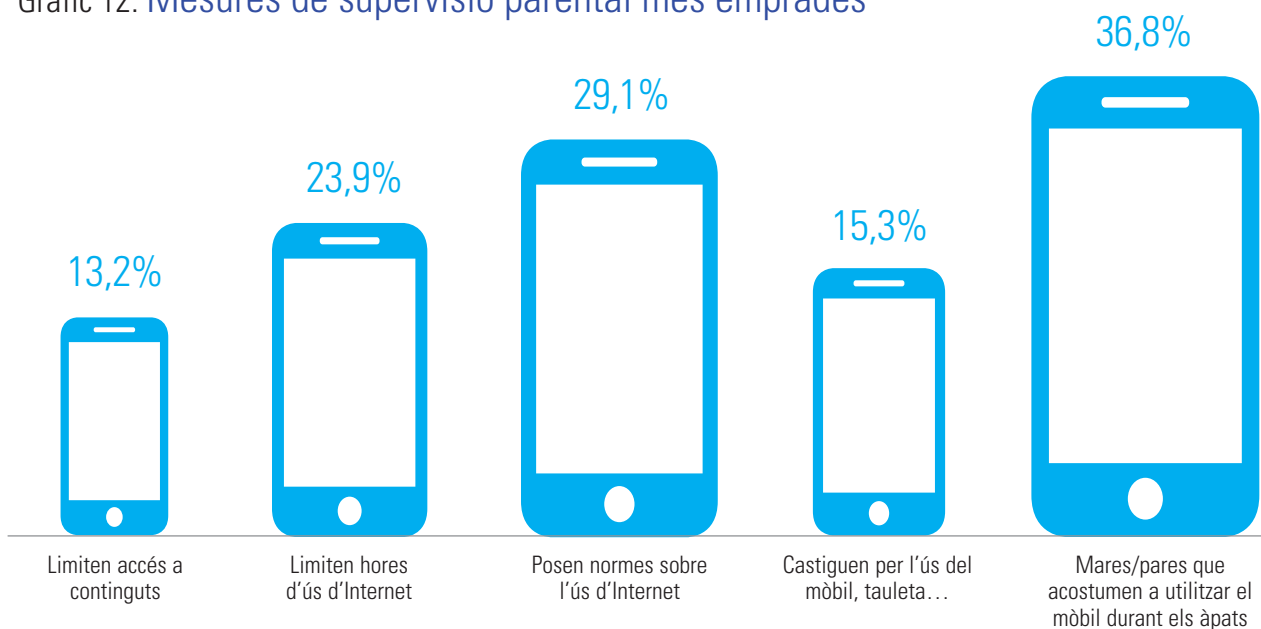


SUPERVISIÓ PARENTAL. MÉS ENLLÀ DEL CONTROL

En contraposició amb tots aquests riscos, es constata una supervisió parental minsa: només el 29,1% dels adolescents indica que els seus pares els posen algun

tipus de normes o límits sobre l'ús d'Internet i/o les pantalles; **només el 23,9% en limiten les hores d'ús, i el 13,2%, els continguts als quals poden accedir.**

Gràfic 12. Mesures de supervisió parental més emprades



- Les dades indiquen que **un 25% té discussions a casa per l'ús de la tecnologia** almenys una vegada a la setmana.

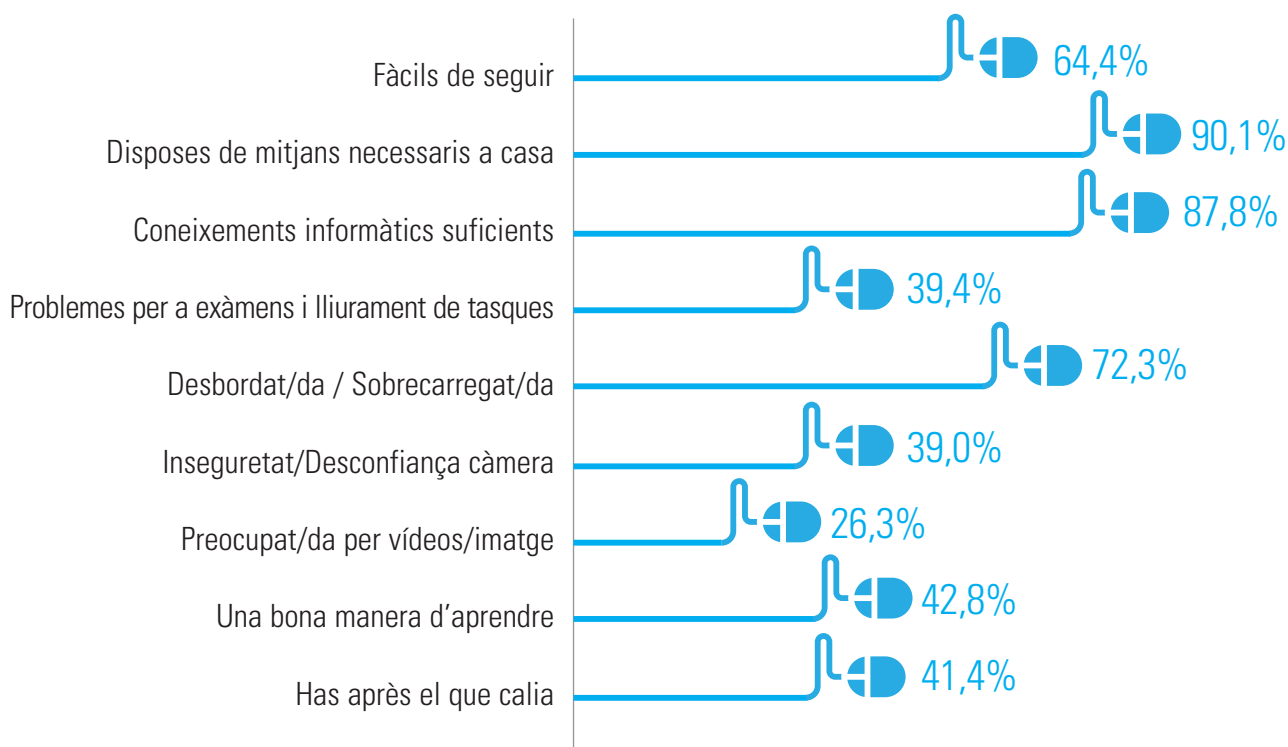
- Els hàbits i conductes de l'entorn familiar (**l'ús durant els àpats i en els moments de descans i d'oci familiar**) podrien condicionar clarament les pràctiques i usos dels dispositius electrònics per part d'infants i adolescents.



EDUCACIÓ A DISTÀNCIA

El **85,2%** ha tingut classes en línia des de la pandèmia. La valoració general és discreta: **el 39% li atorga un "Regular" i un 22,3% la valora com a "Dolenta" o "Molt dolenta"**.

Gràfic 13. Durant el curs passat, amb relació a les classes en línia...



● Es pot observar que l'accés a les eines tecnològiques i les competències digitals entre els adolescents són molt altes, no obstant això, **el grau de satisfacció i nivell d'aprenentatge durant el període de classes en línia és baix**, i s'hi aprecia molt de marge de millora.

● És destacable que cal avançar a l'hora de **garantir la privacitat i la gestió de les dades personals de l'alumnat** a través de les plataformes educatives.



CONCLUSIONS

No hi ha dubte que la tecnologia forma part de la vida dels adolescents, que fan un ús generalitzat d'Internet, les xarxes socials i innumerable aplicacions, en molts casos de manera intensiva, la qual cosa pot implicar una interferència seriosa en el dia a dia i en el seu desenvolupament personal.

- **L'ús de la tecnologia representa una aportació transcendental tant social com emocional per a un adolescent.** Els ajuda a fer amistats, a no sentir-se sols... i per mitjà seu troben alegria, diversió, suport, comprensió i benestar emocional, un assortidor d'afectes i experiències sense el qual avui és molt difícil viure.
- Ha quedat palès, tanmateix, que **l'ús globalitzat de la Xarxa implica una sèrie de riscos que no hem d'obviar** i que queden retratats en les preocupants xifres de *sexting*, contacte amb desconeguts i possibles casos de *grooming*.
- **La lluita contra l'assetjament escolar i el ciberassetjament ha de ser una prioritat.** Les taxes de victimització descobertes (sensiblement més elevades que les que recullen les estadístiques oficials) així ho indiquen. Una anàlisi acurada de les dades, a més de trencar uns quants mites, serà fonamental per dissenyar les noves polítiques de prevenció.
- **L'ús de videojocs esdevé un dels principals canals d'oci de les noves generacions**, que pot tenir importants implicacions quant a salut mental i de convivència. Pot ser que molts adolescents **facin un ús intensiu i sense supervisió de videojocs no recomanables per a la seva edat.**
- Encara que les xifres són reduïdes, **a Espanya hi ha milers d'adolescents que han començat a apostar o jugar diners en línia**, la qual cosa multiplica el risc de desenvolupar a mitjà termini una ludopatia. El caràcter social del joc i la creença ferma que és "probable" guanyar diners jugant en línia són els dos principals elements motivadors que cal "desmuntar".
- **Les taxes d'una possible addicció o ús problemàtic evidenciades són preocupants**, especialment pel que fa a xarxes socials i videojocs, que pot ser que ja afecti 1 de cada 3 i 1 de cada 5 adolescents, respectivament.
- En contraposició, **cria l'atenció el nivell de supervisió escàs que sembla que exerceixen mares i pares**, no del tot conscients del seu paper com a model en l'ús de les pantalles, de la necessitat d'acompanyament i d'establir una bona higiene digital a la família.



5 claus per a la promoció d'una bona higiene digital

La Convenció sobre els Drets de l'infant (CDI) constitueix un marc de referència perquè els governs prioritzin l'**interès superior del menor en les seves decisions**, així com a l'hora de definir la seva actuació, per garantir així que infants i adolescents siguin una prioritat a l'hora de transferir la CDI en polítiques, lleis i serveis. Fem una **crida a les famílies** perquè facin els passos necessaris

per acompanyar les seves filles i fills en l'ús de les TRIC, i contribuir a minimitzar-ne els riscos existents. Per fer-ho, **cal assumir un rol actiu que permeti garantir l'ús segur, responsable i crític de la tecnologia**, facilitant que infants i adolescents es puguin aprofitar dels seus avantatges i promovent una bona higiene digital.

#01

Les famílies també necessiten disposar de les eines i el suport necessaris per poder exercir la tasca educativa i d'acompanyament que calen en aquesta era digital.

#02

El sistema educatiu és clau en la transformació cap a una educació crítica i en l'aprenentatge de les eines i pautes necessàries per manejar-se a Internet.

#03

Si infants i adolescents estan informats i disposen de les eines necessàries per actuar, tindran més possibilitats de comprendre els riscos, informar sobre situacions d'abús i buscar ajuda quan la necessitin.

#04

Les institucions han de generar les mesures i mecanismes de protecció, educació i promoció dels drets d'infants i adolescents necessaris en l'entorn digital. És clau concretar mesures que es tradueixin en accions i en plans d'actuació.

#05

La indústria tecnològica té un rol fonamental per garantir la protecció dels adolescents per mitjà dels serveis, continguts, permisos i contractes, de manera que en promoguin el benestar digital. Difondre recomanacions clares d'ús i privacitat, així com desenvolupar eines i mecanismes per trobar ajuda en cas que estiguin en una situació de risc, són mesures necessàries.

“Els drets de tots els infants s'han de respectar, protegir i fer efectius en l'entorn digital. Les innovacions en les tecnologies digitals tenen conseqüències de caràcter extens i interdependent per a la vida dels infants i per als seus drets, fins i tot quan els mateixos infants no tenen accés a Internet. La possibilitat d'accedir a les tecnologies digitals de manera profitosa pot ajudar els infants a exercir efectivament tota la gamma dels seus drets civils, polítics, culturals, econòmics i socials. No obstant això, si no s'aconsegueix la inclusió digital, és probable que augmentin les desigualtats existents i que en sorgeixin altres de noves”.

Observació general núm. 25 (2021) del Comitè de Drets de l'Infant, relativa als drets dels infants en relació amb l'entorn digital.

Assetjament escolar o *bullying*

La violència escolar o "*school bullying*" és una de les formes més comunes de victimització durant la infància i l'adolescència, que afecta un terç de les nenes i nens d'arreu del món (UNESCO, 2019) i que segons l'OMS (2020) implica serioses conseqüències de salut. Olweus va proposar als anys setanta la que avui continua sent la definició més acceptada d'assetjament escolar: "Acte agressiu i intencionalment nociu, que generalment es repeteix en el temps i és dut a terme per un o més menors cap a un altre que no es pot defensar fàcilment".

Ciberassetjament o *cyberbullying*

L'ús cada vegada més estès de la tecnologia ha provocat un augment de les conductes d'assetjament en entorns digitals, fenomen que es coneix com a ciberassetjament o "*cyberbullying*". Segons Smith (2008) es podria definir com "una agressió intencional i repetida, perpetrada per un grup o un individu, utilitzant formes electròniques de contacte, en contra d'una víctima que no es pot defensar fàcilment". Existeix una certa controvèrsia sobre la necessitat que s'hagin de complir uns certs criteris requerits en l'assetjament tradicional, com ara la intencionalitat o el desequilibri de poder, però segons la UNESCO (2020) tots dos estan íntimament relacionats, i per tant es pot considerar el ciberassetjament com una extensió de l'assetjament escolar.

Conductes de risc en línia

Diferents informes nacionals i internacionals han estat cridant l'atenció reiteradament sobre diferents conductes en la Xarxa, que poden implicar riscos importants en diferents aspectes. Alguns exemples en són el *sexting*, la sextorsió, el *grooming*, el ciberassetjament, l'accés a continguts pornogràfics o el contacte amb persones desconegudes en línia.

Control i supervisió parental

El control parental fa referència de manera genèrica a totes aquelles mesures adoptades pels progenitors per prevenir els usos inadequats de la Xarxa. Aquest es pot exercir recurrent a diferents estratègies, com poden ser la restricció (establir límits en el temps d'ús, continguts i activitats als quals s'accedeix, etc.) o la supervisió (comprovar l'activitat en línia, revisar els perfils a les xarxes socials...) (Álvarez, 2018). Més enllà d'aquesta diferenciació, les persones expertes coincideixen que totes dues estratègies han de respondre a una tasca continuada d'acompanyament i educació en l'ús de les TRIC, que ha de caracteritzar la prevenció familiar.

Deep web

Coneguts amb noms similars (*Dark net*, *Deep web* o *Dark web*), Internet amaga nivells de navegació més profunds i perillosos per a qualsevol internauta, però especialment en l'adolescència, etapa en la qual la curiositat i les conductes de risc es premien socialment. Aquestes diferents capes o nivells de navegació fan referència a tota aquella porció d'Internet que no es troba per mitjà dels canals comuns de cerca (Google, Bing o Yahoo) i als quals només és possible accedir mitjançant cercadors específics. Gràcies al seu caràcter anònim aquestes altres xarxes o capes s'han arribat a convertir en el canal idoni per al robatori d'informació, el tràfic de drogues o d'armes o fins i tot per al terrorisme o la pederàstia, i sovint fan invisibles els seus usuaris a ulls dels serveis policials.

Free to play-Pay to win

Tipus de videojocs que permet tenir accés al seu contingut (o a una gran part), sense necessitat de fer cap pagament (*Free to play*), però requereix desemborsar unes certes quantitats per millorar o progressar en el joc (*Pay to win*). En altres paraules, jugar-hi és gratuït, però s'ha de pagar per guanyar, avançar o aconseguir un avantatge competitiu, de manera que es pot substituir temps de joc o habilitat per *micropagaments*. Representa un nou model de negoci que segons les persones expertes podria implicar un alt potencial addictiu, la qual cosa ha portat països com Bèlgica a desenvolupar una legislació específica per regular-los i instar la Comissió Europea a seguir el seu exemple.

Grooming

Nova forma de pederàstia vinculada a Internet i a les xarxes socials. Es pot definir com una sèrie de pràctiques dutes a terme per persones adultes a Internet, per guanyar-se la confiança de menors, fingint empatia i adaptant-se al seu llenguatge, amb finalitats sexuals. El cas més comú consisteix a crear un perfil fals en una xarxa social o aplicació de videojocs, fent-se passar per menors, amb la intenció de guanyar-se en poc temps la seva confiança i tenir un contacte sexual. Aquesta pràctica constitueix un nou tipus delictiu, recollit en article 183 del Codi penal. Els estudis insisteixen que aproximadament la meitat de les persones menors reconeix haver acceptat alguna vegada en una xarxa social persones que realment no coneixien de res, i han arribat en molts casos a tenir una cita física amb aquestes persones.



Joc en línia

Qualsevol variant de joc d'atzar o aposta realitzada a través d'Internet en la qual es posa en joc diners o un altre objecte de valor, i en què la possibilitat de guanyar queda condicionada per l'atzar i no per l'habilitat del jugador. Els formats més populars són els casinos en línia, les apostes esportives i loteries en línia o les plataformes de pòquer a la Xarxa. Té una sèrie de característiques situacionals i estructurals pròpies (com ara privacitat, accessibilitat, disponibilitat o immediatesa) que li confereix un potencial addictiu més elevat (Griffiths et al, 2006).

Joc patològic / Joc problemàtic

El "joc patològic" o "trastorn per joc d'apostes" ha estat definit per l'OMS com un trastorn caracteritzat per la participació en jocs d'apostes de manera recurrent, sobre el qual es perd el control, i que adquireix prioritat enfront d'altres conductes i persisteix malgrat les conseqüències adverses que comporta (OMS, 1992). En el cas d'adolescents se suggereix utilitzar el terme "joc problemàtic", ja que en general no acostuma a transcórrer prou temps perquè es pugui diagnosticar com un veritable trastorn (Becoña, 2010).

PEGI (Pan European Game Information)

Sistema de classificació europeu del contingut dels videojocs, desenvolupat per la ISFE (Interactive Software Federation of Europe) i implantat des de l'any 2003 en més de 35 països. Té com a fi orientar els consumidors, especialment progenitors, en la decisió de compra d'un determinat videojoc. La classificació PEGI considera l'edat idònia per jugar a un videojoc no pel nivell de dificultat, sinó pel contingut (violència, drogues, sexe explícit...), per la qual cosa indica l'edat mínima recomanada per usar-lo (3, 7, 12, 16 i 18 anys).

Sexting

Pràctica cada vegada més generalitzada (especialment entre adolescents), que consisteix a enviar per mitjans digitals continguts personals de caràcter eròtic o sexual (fotografies o vídeos produïts pel mateix remitent). S'acostuma a distingir entre *sexting* actiu (és la persona la que envia el vídeo o imatge de si mateixa) i *sexting* passiu (és ella qui el rep). Encara que no s'ha de considerar com una pràctica necessàriament negativa, pot arribar a ser motiu de conflicte quan els continguts són reenviats a tercers sense consentiment, cosa que pot donar lloc fins i tot a un nou tipus de delictes (art. 197 del Codi penal). A més, pot ser l'origen de pressions, intents de xantatge o sextorsió i fins i tot de ciberassetjament.

Sextorsió

És el fet d'amenaçar una persona amb la difusió de material eròtic o sexual (imatges o vídeos seus habitualment compartits mitjançant *sexting*), amb l'objectiu d'aconseguir beneficis, en general de tipus econòmic o sexual. Acostuma a portar implícites conseqüències emocionals severes per a les víctimes, no sempre fàcils de detectar.

Trastorn per ús de videojocs

L'OMS no va incloure fins a l'any 2018 el *trastorn per ús de videojocs en la seva Classificació Internacional de Malalties* (CIE-11). Es defineix com un patró de comportament persistent en "jocs digitals" o videojocs, tant *offline* (sense accés a Internet), com en línia (amb accés a Internet), caracteritzat per: deterioració o pèrdua de control en l'ús de videojocs; increment en la prioritat donada als videojocs, anteposant-los a altres interessos o activitats de la vida diària; increment de l'ús de videojocs malgrat les conseqüències negatives que això genera. Aquest patró pot ser continu o episòdic, i derivar en angoixa i en una deterioració significativa en les principals àrees vitals de l'individu (personal, familiar, social, educativa...), que com a norma general s'ha d'observar durant almenys 12 mesos.

Ús problemàtic d'Internet

Fins avui l'OMS reconeix l'addicció al joc i als videojocs com les dues úniques *addiccions sense substància*. Suggereix utilitzar el terme "ús problemàtic d'Internet" per referir-se al possible "enganxament" a Internet i les xarxes socials, sense arribar a incloure'l encara en els manuals diagnòstics. Aquest ús es caracteritzaria per un alt grau d'interferència en la vida quotidiana, amb un impacte tant personal com familiar, acadèmic o laboral, i pot anar acompanyat fins i tot d'una simptomatologia clínica.

Víctimes agressores o *bully-victims*

Representa un dels perfils més comuns tant en l'assetjament escolar com en el ciberassetjament, en el qual la victimització i l'agressió es produeixen de manera concurrent o alterna (Yang & Salmivalli, 2013), és a dir, menors que pateixen i exerceixen l'assetjament. Segons les persones expertes, aquest perfil és especialment "problemàtic", tant des del punt de vista de la salut com de conductes de risc (Feijóo et al., 2021).

CONSELL ASSESSOR DE L'ESTUDI

Prevenió de les addiccions

GREGOR BURKHART
Phd. Responsable for prevention responses.
EMCDDA-European Monitoring Centre for the Drugs and Abuse.

GERARDO FLÓREZ
Phd. Psiquiatre especialitzat en addiccions conductuals en joves i adolescents.
Servicio Galego de Saúde. Editor de la Revista Adicciones i membre de la junta directiva de Socidrogalcohol.

SION KIM HARRIS, PhD CPH
Co-Director, Center for Adolescent Behavioral Health Research
Division of Adolescent/Young Adult Medicine, Boston Children's Hospital
Associate Professor, Department of Pediatrics, Harvard Medical School.

MANUEL ISORNA
Phd. Investigador expert en adolescents, addiccions i convivència.
Universidad de Vigo.

PATRICIA ROS
Phd. Responsable a Espanya de Planet Youth.
Planet Youth.

Assetjament escolar i ciberassetjament

JAMES O'HIGGINS
Phd. Director of National Anti-Bullying Center. Càtedra de la UNESCO per a la lluita contra el *bullying* a l'escola i el ciberespai.
Dublin City University. UNESCO.

ROSARIO DEL REY
Phd. Responsable del grup Interpersonal Aggression and Socio-Emotional Development (IASSED) i copresidenta de l'International Observatory for School Climate and Violence Prevention.
Universidad de Sevilla.

Ús de la tecnologia

MAIALEN GARMENDIA
Phd. Responsable a Espanya d'EuKids Online.
Universidad del País Vasco. EU Kids Online.

PATRICIA GÓMEZ
Phd. Investigadora experta en Menors i Noves Tecnologies.
Universidad de Santiago de Compostela.

DANIEL KARDEFELT
Media & Communications (PhD) London School of Economics Computer Science and Psychology (BSc).
UNICEF's research programme on Children and Digital Technologies, Oficina d'Investigacions i Estudis d'Unicef Internacional, Innocenti.

Drets de la infància

Ma. ÀNGELS BALSELLS
Catedràtica de Pedagogia. Departament de Pedagogia. Facultat d'Educació, Psicologia i Treball Social.
Universitat de Lleida.

FRANCISCO RIVERA
Professor Titular Área de Metodología de las Ciencias del Comportamiento.
Universidad de Sevilla.

SARA LUNA
Investigadora de l'Área de Metodología de las Ciencias del Comportamiento.
Universidad de Sevilla.

Diversitat, inclusió i perspectiva de gènere

MARÍA TERESA ANDRÉS
Directora del Departament d'Inclusió.
Fundación Secretariado Gitano.

JESÚS MARTÍN BLANCO
Delegat de Drets Humans i per a la Convenció.
CERMI (Comité Español de representantes de personas con discapacidad).

YOLANDA RODRÍGUEZ
Phd. Investigadora experta en joves i TIC des d'un enfocament de gènere.
Universidad de Vigo.

Seguretat, protecció de dades i ciberdelinqüència

JOSÉ JULIO FERNÁNDEZ
Director del Centro de Estudios de Seguridad de Galicia (CESEG). Professor Titular de la Facultat de Dret i delegat de protecció de dades.
Universidad de Santiago.

SANTIAGO REBOYRAS
Inspector del Cos Nacional de Policía. Expert en ciberseguretat.
Jefatura Superior de Policía de Galicia.

JOSÉ TORRES
Cap d'equip d'Investigació Tecnològica de la Policía Judicial. Expert en ciberdelinqüència.
Comandancia de la Guardia Civil de Pontevedra.

