

CIBERADICCIÓN Y CIBERACOSO EN CONTEXTOS EDUCATIVOS

V. MARTÍNEZ-OTERO PÉREZ

Universidad Complutense de Madrid (España)
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-3971-7204>
valenmop@edu.ucm.es

Submetido 15/05/2024 - Aceito 30/06/2024

DOI: 10.15628/holos.2024.17350

RESUMEN

No se conocen en detalle cuáles son los efectos de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TICs) en las personas y en el proceso educativo. Las TICs brindan posibilidades hasta hace poco desconocidas, pero su uso inadecuado o abusivo también las convierte en instrumentos perjudiciales. En ámbitos escolares, por ejemplo, el mal uso de la tecnología puede acrecentar el eficientismo, el pragmatismo y la pérdida de sentido de la realidad educativa. Tampoco podemos olvidarnos de graves riesgos derivados de un uso problemático de la

tecnología, como el aislamiento, el tecnoabuso, la ciberadicción, el ciberacoso, el consumo pornográfico, etc.

En las páginas que siguen nos centramos en la comprensión pedagógica de ciertos problemas relacionados con la tecnología y la educación, concretamente en el ciberacoso y la ciberadicción, con objeto de avanzar en la utilización saludable de estas herramientas.

PALABRAS CLAVE: ciberacoso, ciberadicción, prevención, educación.

CIBERADIÇÃO E 'CYBERBULLYING' EM CONTEXTOS EDUCATIVOS

RESUMO

Não se conhecem em detalhe quais são os efeitos das Tecnologias da Informação e Comunicação (TICs) nas pessoas e no processo educativo. As TICs oferecem possibilidades até há pouco desconhecidas, mas seu uso inadequado ou abusivo também as torna instrumentos prejudiciais. Em âmbitos escolares, por exemplo, o mau uso da tecnologia pode aumentar o eficientismo, o pragmatismo e a perda de sentido da realidade educativa. Não podemos esquecer os graves riscos

derivados de um uso problemático da tecnologia, como o isolamento, o tecnoabuso, a ciberadição, o cyberbullying, o consumo pornográfico, etc.

Nas páginas seguintes, nos concentramos na compreensão pedagógica de certos problemas relacionados com a tecnologia e a educação, especificamente no cyberbullying e na ciberadição, com o objetivo de avançar na utilização saudável dessas ferramentas.

PALAVRAS-CHAVE: cyberbullying, ciberadição, prevenção, educação.

1 INTRODUCCIÓN

El uso de internet crece a nivel global, lo que genera conductas problemáticas tales como la adicción y el ciberacoso. Ambos problemas tienen implicaciones significativas en la salud mental, en el bienestar y en el proceso educativo de los adolescentes. La adicción a internet interfiere en la vida diaria y se refleja en el hecho de que los adolescentes enganchados pueden experimentar una necesidad constante de estar conectados, lo que lleva a descuidar actividades importantes como el estudio, el ejercicio y las relaciones personales. Esta dependencia patológica se asocia con síntomas ansiosos y depresivos, y puede afectar negativamente al rendimiento académico debido a la falta de concentración y dedicación al estudio.

A continuación, exploraremos diversos estudios y datos sobre la ciberadicción en la adolescencia, sus causas, consecuencias y las posibles medidas preventivas que se pueden implementar para mitigar sus efectos nocivos y promover un uso saludable y equilibrado de la tecnología en el ámbito escolar y familiar.

También se aborda en este texto el problema del ciberacoso. Incluso parece que la ciberadicción puede predecir el ciberacoso (cibervictimización y ciberagresión) (Portilho, Carvalho y Monteiro, 2023). Esta relación entre la ciberadicción y el ciberacoso pone de relieve la complejidad de los desafíos vinculados al uso excesivo e inadecuado de la tecnología. Es un hecho que aumenta la preocupación en torno al ciberacoso, cuyas consecuencias pueden ser devastadoras no solo para las víctimas, sino también para los acosadores y los observadores, así como para el entorno familiar y escolar. A pesar de carecer de una tipificación específica en la legislación española vigente, su alcance jurídico-penal depende de cómo se manifieste y los delitos que englobe. Con todo, la comunidad educativa debe estar alerta y preparada para abordar este problema mediante estrategias apropiadas de prevención y afrontamiento.

2 CIBERADICCIÓN

Internet ha transformado radicalmente las tecnologías de la información y la comunicación. Es un vasto escaparate virtual que ofrece acceso rápido y económico a todo tipo de información. Esta red mundial de ordenadores conecta a usuarios de todo el planeta y les ofrece numerosas posibilidades. En sus décadas de existencia, ha experimentado un crecimiento impresionante, cuyo impacto se advierte en el comportamiento y en el mundo de la educación.

A medida que la sociedad y las instituciones educativas dependen más de la tecnología y de internet, también aumentan los riesgos. Aunque es un tema complejo, es fundamental garantizar la seguridad en el proceso educativo y en las relaciones interpersonales en el entorno digital.

Desde el punto de vista educativo, las posibilidades de internet son impresionantes. Es una fuente inagotable de información, una enorme biblioteca virtual y un centro de documentación y recursos. Su poder se manifiesta en su capacidad para facilitar la evasión, el entretenimiento, la relación, la aventura y la superación de límites, sin necesidad de moverse del asiento.

En su “lado oscuro”, internet se presta a ser utilizado inadecuadamente, lo que puede generar consecuencias negativas en la personalidad, como confusión, aislamiento y adicción, aunque esta última no esté oficialmente reconocida. El uso descontrolado de esta tecnología por niños y jóvenes está aumentando, y no son pocos los que pierden las referencias sólidas. Esto ha llevado a un incremento de personas dependientes y a una degradación en la comunicación con el entorno escolar y familiar.

Revisamos seguidamente, a partir de variados estudios, algunos datos sobre la ciberadicción en la adolescencia:

- La dependencia de internet ha experimentado un crecimiento en los últimos tiempos y los adolescentes son un grupo especialmente vulnerable a quedar enganchados, debido a una combinación de factores personales, familiares y ambientales.

- Un metaanálisis publicado por Cheng y Li (2014) sobre la adicción a internet en 31 países de siete regiones del mundo muestra una prevalencia general del 6,0%, con diferencias considerables entre las regiones: Oriente Medio (10,9%), América del Norte (8%), Asia (7,1%), “Europa del Sur y del Este” (Bulgaria, Chipre, República Checa, Grecia, Hungría, Italia, Polonia, Rumania, Serbia, Eslovenia, España) (6,1%), Oceanía (4,3%), “Europa del Norte y del Oeste” (Austria, Estonia, Francia, Alemania, Irlanda, Noruega, Suecia, Reino Unido) (2,6%), y América del Sur (0%), pero es importante señalar que este dato se basa únicamente en el caso de Colombia, ya que no se disponía de datos suficientes para otros países de la región.

- Se ha observado una amplia variabilidad en la prevalencia de la ciberadicción, con cifras que van desde el 1,6% hasta el 22,8%, según diversos estudios. Esta fijación adictiva se asocia con impactos negativos en diferentes aspectos de la vida como el rendimiento académico, la interacción social, las relaciones familiares, el bienestar psicológico y la salud física y mental (Bhushan et al., 2020).

- En numerosas investigaciones se ha empleado una variedad de herramientas de evaluación, lo cual dificulta la obtención de una estimación precisa y comparativa de la prevalencia de la ciberadicción en adolescentes y adultos (Kuss et al., 2013).

- Un estudio internacional llevado a cabo por Karacic y Oreskovic (2017), basado en una muestra de más de 1000 adolescentes, reveló que la incidencia más baja de ciberadicción se observó en estudiantes de 11-12 años, quienes principalmente utilizaban internet con propósitos académicos. Por otro lado, se encontró una mayor prevalencia de ciberadicción en adolescentes de 15 a 16 años, especialmente en varones, que empleaban internet tanto para actividades escolares como recreativas. Además, un metaanálisis internacional realizado por Su et al. (2019), que incluyó 101 estudios con la participación de 204.352 sujetos de 115 muestras y provenientes de 34 países/regiones, destacó que a nivel global los hombres tienen una tendencia relativamente más alta hacia la ciberadicción que las mujeres. Estos autores sugieren que el desarrollo económico (correlacionado con la igualdad de género), variable según los países/regiones, y las diferencias relacionadas con el género en la disponibilidad de internet, con más limitaciones para las mujeres en muchas sociedades, ayudan a explicar la tendencia encontrada.

- Alonso Fernández (2003) señala que internet presenta una diversidad de riesgos adictivos advertidos en diferentes áreas: comunicación/interacción, sexo, juego, compra-venta y búsqueda de información.

- Bickham (2021) identifica ciertos rasgos de personalidad, como la impulsividad, la agresividad y el neuroticismo, que pueden aumentar la vulnerabilidad a la ciberadicción durante la adolescencia.

- Las repercusiones negativas de la ciberadicción abarcan aspectos psicológicos, sociales y físicos, como el deterioro de las relaciones interpersonales, el aumento de la ansiedad y la depresión, los comportamientos hostiles y agresivos, la disminución de la capacidad de concentración y el malestar emocional, entre otros. Asimismo, pueden surgir problemas físicos como la adopción de hábitos sedentarios, una alimentación deficiente, trastornos visuales y lesiones cerebrales, que podrían requerir la intervención de profesionales especializados.

- La investigación llevada a cabo por Ding et al. (2024) proporciona dos conclusiones fundamentales. En primer lugar, se destaca el impacto perjudicial de la adicción digital en el desarrollo estructural y funcional del cerebro desde la infancia hasta los 18 años. En segundo lugar, se identifican las regiones cerebrales específicas afectadas: la corteza cerebral (lóbulos frontal, parietal, temporal y occipital), el cerebelo y estructuras subcorticales como los ganglios basales (que contienen el cuerpo estriado y el núcleo accumbens), el tálamo y el hipocampo. Se señala que el lóbulo prefrontal es la región más afectada por la adicción digital, lo que repercute negativamente en el control cognitivo y en el procesamiento emocional.

- La identificación de la ciberadicción se basa en seis indicadores comunes a las adicciones: prominencia (destaca el uso de internet sobre todo los demás), tolerancia (criterio discutido, que obligaría a conectarse progresivamente durante más tiempo), modificación del estado de ánimo (por ejemplo, irritabilidad, labilidad emocional, etc.), recaída (explicable por la dificultad para manejar internet de modo saludable), abstinencia (advertida en trastornos provocados ante el retraso, la reducción o la imposibilidad de acceder a internet) y conflicto (por ej., problemas por incumplimiento de obligaciones).

- Dentro de la población escolar, los más vulnerables a la ciberadicción son los niños y adolescentes tímidos, inseguros, solitarios ávidos de sensaciones y relaciones, con baja autoestima y escasas habilidades sociales, con fantasía desbordada y déficit de atención, así como aquellos que presentan una psicopatología previa (depresión, fobia social, otra adicción, etc.). En general, los adolescentes son el grupo de mayor riesgo por su amplia competencia digital y por usar frecuentemente esta tecnología, aunque la prevención debe comenzar en la infancia. En línea con lo señalado por Echeburúa (2000), es posible que algunos menores hagan un uso inadecuado y contraproducente de la red, sin que en rigor se deba hablar de adicción.

- Durante la pandemia de Covid-19, Dong et al. (2020) observaron un aumento en el uso excesivo de internet entre niños y adolescentes, en parte como una vía para reducir el estrés y la ansiedad o para aliviar el estado de ánimo deprimido, lo cual acrecienta el riesgo de adicción. En esta investigación se encontró que el género masculino, la edad (adolescencia más que infancia), la depresión y el estrés correlacionaron con comportamiento adictivo a internet.

Desde una perspectiva preventiva, ofrecemos una pauta básica de utilización equilibrada de internet que puede tenerse en cuenta, con las oportunas modificaciones, en la familia y en la escuela en un marco de diálogo y de compromiso con la educación integral:

- Utilizar internet primordialmente para obtener información, esto es, como herramienta de trabajo académico y no como vía habitual de entretenimiento.

- Potenciar la actividad del menor y la búsqueda responsable e inteligente en internet, lo que requiere conocer previamente bases de datos y fuentes consistentes de información.

- Impulsar en los menores el conocimiento sobre los riesgos e impactos de la ciberadicción y promover competencias psicosociales relativas a evaluación crítica, resolución de problemas, regulación emocional y autocontrol, reestructuración cognitiva, reducción de la impulsividad, autoconcepto, autogestión, relaciones sociales saludables, etc. (Throuvala et al., 2019).

- Limitar el tiempo de conexión a internet. El estudio de Berchtold et al. (2018) mostró que los efectos adversos significativos en la salud de los adolescentes (problemas para dormir; consumo de tabaco, alcohol o cannabis; inactividad deportiva) aparecen con más probabilidad si se rebasan las cuatro horas diarias. Estos autores también señalan que pueden derivarse consecuencias positivas para quienes pasan menos de una hora y media diaria en internet. Claro que estos beneficios dependerán igualmente del propósito y del contexto de uso.

- Promover en los centros escolares la conexión compartida y el aprendizaje colaborativo. Se fomenta así, frente a una metodología pasiva y receptiva del alumnado, la motivación, la actitud heurística (indagadora y descubridora), el manejo académico supervisado de internet, la relación interpersonal y el trabajo en equipo.

- Proteger a los escolares del material nocivo, mediante filtros de seguridad y explicaciones sobre los perjuicios de determinados contenidos, páginas e interacciones. En la gama de acciones destinadas a promover la seguridad digital en la infancia y la adolescencia debe incluirse la formación parental y docente. Además, nos encontramos con la necesidad de favorecer la comunicación en la familia y en la escuela, así como entre ambas instituciones, una interconexión convergente y fundamental en todo el proceso educativo y en aspectos concretos como el que nos ocupa.

- Estimular la reflexión y la crítica sobre valores y antivalores que se difunden en internet, cuya influencia se deja sentir en el comportamiento y en la personalidad de los escolares.

- Situar estratégicamente los ordenadores en lugares abiertos y de trabajo académico, donde haya supervisión suficiente y la disposición espacial favorezca la relación interpersonal, la conversación y el aprendizaje. En casa se pueden ubicar en un lugar visible para todos, por ejemplo, en el salón. Estas medidas sirven de muy poco si se burlan con el uso indiscriminado de los dispositivos móviles.

- Establecer normas de utilización del correo electrónico: informar sobre riesgos, como la suplantación de identidad (“phishing”) u otro tipo de fraudes, abrir cuentas supervisadas, configurar filtros de correo no deseado, establecer límites temporales, fomentar el diálogo con hijos o alumnos, etc.

Los hallazgos de Vondráčková y Gabrhelík (2016) mostraron que la literatura científica sobre la prevención de la adicción a internet es escasa, a pesar de que es urgente implementar intervenciones dirigidas a personas vulnerables, como niños y adolescentes, así como a padres, profesores, compañeros y a cuantos forman parte de su entorno formativo. Estas acciones, destinadas a proteger y a facilitar el uso saludable de internet, deben basarse en la identificación de factores de riesgo en los distintos ámbitos (familiar, escolar, ambiental, comunitario, relacional...) que contribuyen a la ciberadicción y otros problemas cibernáuticos.

Los riesgos de internet no se derivan exclusivamente de su utilización excesiva, con la consiguiente posibilidad de convertirse en ciberadicto. También acechan en la red los peligros derivados de su uso indebido, algo que acontece en mayor medida cuando no hay supervisión parental (Lakshmana, Kasi y Rehmatulla, 2017). Aunque muchos menores manejan internet como recurso para realizar tareas escolares, con frecuencia esta tecnología les resulta muy atractiva para jugar, ver películas, oír música, transmitir mensajes electrónicos, relacionarse a través de las redes sociales, etc. Nada tienen de malo estas actividades, salvo que se les dedique mucho tiempo o se trate de una cibernavegación irreflexiva e irresponsable y, por ende, más expuesta a contenidos sexuales y violentos, fraudes, violaciones de la privacidad, etc. La relación de riesgos potenciales es extensa y uno de los peligros que más está centrando la atención escolar y social en los últimos años es el conocido como “ciberacoso” y al que, por su importancia, dedicaremos el siguiente apartado.

3 CIBERACOSO

El fenómeno del acoso en la escuela no es nuevo. Probablemente su existencia ha corrido pareja a la de la propia institución escolar, aunque haya recibido desigual atención a lo largo del tiempo. Se carece de registros precisos, pero variadas formas de acoso han estado presentes en diferentes culturas y períodos históricos. Con el surgimiento de los sistemas educativos occidentales, a comienzos del siglo XIX, la violencia en la escuela, en gran medida practicada con finalidad disciplinaria y cuya opresiva huella se reflejaba en rivalizadas relaciones entre alumnos, asume creciente interés.

En el terreno de la literatura, una de las obras que abordan el acoso escolar en dicha centuria es *Tom Brown's Schooldays* (Los días escolares de Tom Brown), de Tomas Hughes (1857), novela en la que el propio autor narra la experiencia de matonismo que sufrió en una escuela inglesa. Sin embargo, es en el siglo XX cuando el estudio del acoso escolar comenzó a focalizar la atención de los investigadores. La comprensión moderna del fenómeno se produjo a partir de los años 50, sobre todo con el estudio de la personalidad de los acosadores y de los negativos efectos en sus víctimas.

En el siglo XXI, con la expansión de la tecnología y la masiva utilización de las redes sociales, el acoso escolar “tradicional” coexiste con el ciberacoso (en inglés ‘cyberbullying’), que añade una nueva dimensión al problema y plantea desafíos adicionales para su prevención y tratamiento.

Aumenta la sensibilidad hacia este fenómeno, presencial o cibernético, que puede tener consecuencias muy negativas, sobre todo en las víctimas, pero también en los victimarios y en los

observadores, al igual que en el conjunto de la familia y de la escuela. Aunque en la legislación española vigente el acoso escolar carece de tipificación específica, su alcance jurídico-penal depende de cómo se manifieste, de las faltas o los delitos que englobe (contra la integridad moral, amenazas, coacciones, agresiones, inducción al suicidio, etc.) y de los daños que provoque.

Fue el noruego Olweus, sobre el que puede consultarse su libro en español (1998), quien introdujo en los años 70 el interés por el acoso entre escolares, conocido en inglés como 'bullying', que tanta alarma genera. Este problema recibe hoy considerable atención científica, sobre todo con la finalidad de prevenirlo y contrarrestarlo. En el Estudio estatal sobre la convivencia escolar en centros de Educación Primaria, dirigido por Torrego (2023) se consigna que un 9,53% del alumnado afirma haber sufrido acoso y un 9,20% ciberacoso. Las cifras son algo menores en la investigación dirigida por Díaz-Aguado (2023), en cuyo resumen sobre el acoso escolar y el ciberacoso en España en la infancia y en la adolescencia se reconocen como víctimas de acoso el 7,6% de los alumnos de nivel primario, sin diferencias significativas entre chicas y chicos. En Educación Secundaria, descienden aún más los que manifiestan haber sido acosados: un 5,3% de alumnado, porcentaje significativamente más elevado entre las chicas (5,8%) que entre los chicos (4,7%). El ciberacoso, por su parte, se evaluó mediante preguntas acerca de situaciones específicas. El 10,7% del alumnado que accede a internet o a redes sociales sin presencia adulta respondió haber sufrido alguna de las 14 situaciones de victimización a través de dispositivos digitales (ciberacoso) dos o tres veces al mes o con más frecuencia, con diferencias significativas entre chicas (12,7%) y chicos (el 8,7%). Estas diferencias se advierten ya en Educación Primaria (10,3% en las chicas y 8% en los chicos) y aumentan en Educación Secundaria (13,8% en las chicas y 9% en los chicos).

Del estudio de la OMS/Europa (WHO, 2024) sobre comportamientos saludables en escolares, que se centra en los patrones de acoso y violencia entre adolescentes de 44 países y regiones, en total más de 279.000 alumnos, extraemos estos datos y sugerencias:

- Aunque las tendencias generales del acoso escolar se han mantenido estables desde 2018, el ciberacoso ha aumentado debido a la creciente digitalización de las interacciones de los jóvenes, con gran impacto en las vidas de los jóvenes.
- Una media del 6% de los adolescentes, más chicos que chicas, intimidan a otros en la escuela.
- Aproximadamente el 11% de los adolescentes han sido acosados en la escuela.
- Alrededor del 12% (1 de cada 8) de los adolescentes manifiestan haber ciberacosado a otros. Los chicos (14%) tienen más probabilidades de denunciar acoso cibernético que las chicas (9%).
- El 15% de los adolescentes (casi 1 de cada 6) han sufrido ciberacoso.
- 1 de cada 10 adolescentes se ha visto involucrado en peleas físicas, con una notable diferencia de género: 14% de los niños versus 6% de las niñas.
- Se precisan intervenciones centradas en la regulación emocional y en las interacciones sociales positivas.

- Son necesarias las soluciones específicas que tengan en cuenta las cuestiones de género y promuevan la seguridad digital, la empatía y las culturas escolares inclusivas.

- El ciberacoso presenta desafíos únicos para los adolescentes y afecta tanto a su vida escolar como a su percepción de seguridad en el hogar y en su vida personal. Los datos más recientes, de 2018 a 2022, indican un aumento alarmante del ciberacoso. Son urgentes las intervenciones que involucren a educadores, padres, líderes comunitarios y responsables políticos para promover la alfabetización digital y la seguridad en internet.

La inclusión de los datos anteriores brinda una panorámica de este problema, que se agrava cuando se acompaña de pasividad, ignorancia o descuido de los responsables políticos e institucionales, de los padres, del profesorado y del propio alumnado.

El ‘cyberbullying’, aunque comparte con su homólogo tradicional la nocividad, puede definirse, a partir de Tokunaga (2010), como la práctica ejercida por individuos o grupos, con identidades conocidas o no, a través de medios electrónicos o digitales, consistente en el envío deliberado y repetido de mensajes hostiles o agresivos para infligir daño o malestar a otra u otras personas. El ciberacoso presenta algunas diferencias con el acoso tradicional:

- Prácticamente carece de límites espacio-temporales y posee un enorme potencial para llegar a muchas personas (gran audiencia), lo que puede acrecentar el sentimiento de indefensión.

- Los niveles de supervisión son más bajos y no hay retroalimentación inmediata, por lo que el acosador puede ser menos consciente de las consecuencias y no presentar sentimientos de culpabilidad.

- La percepción de anonimato en línea puede aumentar la agresión.

El ciberacoso es difícil de eludir y sus efectos pueden ser más devastadores que en el acoso tradicional, con el que a veces concurre (Martínez-Otero, 2017). Los ciberacosadores, a menudo anónimos, invisibles, tienen más dificultad para empatizar con sus víctimas, a las que tampoco ven. Precisamente porque carecen de datos sobre el daño que infligen en las víctimas son capaces de mostrarse particularmente crueles. Esta falta de retroalimentación obstaculiza que se activen mecanismos de autocontrol de la agresividad, con lo que la desinhibición de los ciberacosadores, con frecuencia situados en una posición cómoda, con sensación de impunidad, alcanza cotas muy graves.

En la identificación de los componentes del ‘cyberbullying’, Avilés (2013), con apoyo en diversos autores, identifica cuatro campos de análisis a los que pasamos sumaria revista (el intrapersonal, el interpersonal, el intragrupal y el contextual), que permiten reconocer tanto procesos específicos como compartidos con el ‘bullying’:

En el *nivel intrapersonal* se descubren en el agresor y en la víctima distintos procesos:

1. Emocionales. Desinhibición, resistencia a la frustración e imperturbabilidad del agresor y aumento de la inseguridad y del sufrimiento en la víctima. Puede haber déficit en emociones de índole moral, lo que se traduce en crueldad, falta de compasión y desconexión ética

en el agresor e indefensión y vergüenza en la víctima. Asimismo, se advierte clara insuficiencia empática, de sentimiento de culpa o arrepentimiento en el agresor.

2. Cognitivos. En ambos perfiles hay riesgo de despersonalización y cosificación, confusión entre la realidad y la fantasía, distorsión cognitiva sobre uno mismo y los demás. No es extraño que el agresor realice juicios morales erróneos, con tendencia a “normalizar” la agresión, sobre todo porque sus acciones no van seguidas inmediatamente de consecuencias negativas. En la víctima a menudo se advierte desorientación, incertidumbre e inhibición.

3. Sociales. Déficit en las claves de autocontrol del agresor, por carecer de feedback social y verse privado de los beneficios que aportan los eventuales comentarios y la presión de los demás. Tendencia a justificar las actuaciones. Escasez de criterios para diferenciar la fantasía de la realidad. Desinhibición social, que en ocasiones activa la agresividad. Hay también riesgo de conducta contradictoria, manifiestamente distinta según se esté en internet o no. Conductas de riesgo y configuración de un clima moral anómalo.

En el *nivel interpersonal* se identifican indicadores en tres vertientes de interacción asimétrica:

1. Ejercicio del poder. Dominio del agresor y sumisión de la víctima.
2. Seguridad. Baja exposición del agresor al atacar y elevada accesibilidad de la víctima.
2. Grado de control. El agresor maneja la situación y la víctima es muy vulnerable.

En el *nivel intragrupal* cabe señalar algunas características: identidad grupal frente a identidad individual. La identidad colectiva reduce el sentido de responsabilidad individual. Menos implicación de los testigos, explicable por la sensación de invisibilidad, anonimato e intangibilidad.

En el *nivel contextual* encontramos tres aspectos relevantes:

1. Audiencia, más extensa que en el ‘bullying’ presencial. La extensión de la audiencia o exposición pública aumenta el daño en la víctima.
2. Duración, que puede ser permanente en el ‘cyberbullying’. A diferencia del acoso presencial el sufrimiento no se limita a los momentos del ataque ya que la agresión o la amenaza está publicada.
3. Escasez de control o supervisión de la información. El acompañamiento y la orientación por parte de los educadores sobre la utilización de las tecnologías son insuficientes, aunque necesarios en la prevención y en la intervención.

Ante este grave problema, relativamente reciente, cuya incidencia parece aumentar al ritmo de expansión de los dispositivos electrónicos, muy atractivos para los escolares, es imperativo adoptar estrategias educativas de prevención y afrontamiento tanto en el ámbito familiar como escolar.

Niños y adolescentes, calificados hoy como “nativos digitales”, se desenvuelven habitualmente y con facilidad por el ciberespacio, aunque no siempre con la suficiente claridad ni adecuación, sin ser del todo conscientes de los peligros que les acechan ni de los daños que

pueden generar. Y aunque los estudios sobre el ciberacoso generalmente se centran en las víctimas, algo fundamental, también se precisa comprender qué factores influyen en los agresores (Grunin, Yu y Cohen, 2020). Otro perfil que debe ser analizado es el que corresponde al acosador-víctima al mismo tiempo.

Una de las investigaciones que se adentra en la exploración de la personalidad es la realizada por Favini et al. (2023) con una muestra integrada por más de 400 adolescentes, encaminada a identificar rasgos a partir del Modelo de los Cinco Grandes "Big Five" (Extraversión-E, Amabilidad-A, Conciencia-C, Estabilidad Emocional-ES, Apertura-O), en conexión con los papeles tradicionales de acoso y ciberacoso: no involucrado, víctima, acosador y acosador-víctima. El estudio arrojó tres perfiles vinculados a los roles de acoso/ciberacoso: 1) resiliente (con puntuaciones altas en todos los rasgos), que tendían a no estar implicados; 2) infracontrolado (con C baja, E media a alta, y ES y O media a baja), con más probabilidades de ser agresores y víctimas, tanto en línea como fuera de línea; y 3) sobrecontrolado (con E muy baja, C media, y ES y O de media a baja), con más probabilidades de victimización tradicional, pero no en línea. Estos resultados son útiles para identificar adolescentes especialmente vulnerables al acoso o al ciberacoso, aunque nadie esté totalmente libre de riesgos, menos aún en las etapas de crecimiento, en las que suele haber menos recursos defensivos y más tendencia a buscar sensaciones y emociones.

Al margen de cualquier sensacionalismo, la comunidad educativa en su conjunto debe conocer mejor este inquietante fenómeno, muchas veces invisible en sus fases iniciales, y sus negativos efectos en víctimas, aunque también en agresores y espectadores. Sin perder de vista que la defensa contra el 'cyberbullying' va más allá de la mera información, veamos algunas orientaciones a tener en cuenta en la familia y en la escuela:

En el contexto familiar. La explicación de los padres sobre los peligros de las tecnologías, aunque necesaria, no es suficiente para proteger a los hijos y puede incluso aumentar su curiosidad hacia contenidos inadecuados. Además de informar, es esencial fomentar valores como el respeto y la responsabilidad, dedicar tiempo suficiente a los hijos y promover un ambiente de afecto, confianza, seguridad y diálogo. Se deben implementar medidas de seguridad, como el uso de filtros, y establecer normas claras sobre el uso de la tecnología. Estas normas deben fomentar interacciones saludables, limitar el tiempo de uso para no interferir con otras actividades, y promover el uso de internet para tareas escolares más que para actividades recreativas. Es importante que estas normas sean acordadas conjuntamente entre padres e hijos. Esta tarea educativa, que promueve la reflexión, el conocimiento, la concienciación y la empatía, ha de comenzar en la infancia, ya que muchos niños utilizan internet antes de llegar a la adolescencia.

En el contexto escolar. El entorno escolar es crucial para prevenir el ciberacoso, especialmente desde la educación primaria y en estrecha colaboración con la familia. Luengo (2014) proporciona una guía para centros escolares con claves para fomentar la alfabetización digital de los menores, que incluye acciones didácticas, pautas para la intervención y recursos legales relevantes. Insiste en la formación ética de los estudiantes en el entorno digital. La guía también destaca el papel de los "alumnos ayudantes", quienes, con la preparación adecuada, pueden apoyar a compañeros más jóvenes o con menos competencias digitales, un enfoque que

ha tenido éxito en varios centros educativos. La colaboración coordinada de toda la comunidad educativa es esencial para lograr estos objetivos.

Tanto en el ámbito familiar como en el escolar, cobra especial relevancia la dimensión emocional, aunque de modo diferencial. A la luz de los datos aportados por Martínez-Monteagudo et al. (2019) un mayor nivel de comprensión y regulación emocional disminuye la probabilidad de participar en cualquiera de los roles implicados en el acoso cibernético. Por tanto, se recomienda que como parte de la estrategia preventiva del ciberacoso se potencien las habilidades socioemocionales de niños y adolescentes (Sorrentino et al., 2023), esenciales en la escuela, en la familia y en la vida personal, por su contribución a la gestión de los estados emocionales, a la resolución de conflictos, al despliegue de relaciones interpersonales saludables y al bienestar.

En suma, la prevención del ciberacoso debe iniciarse tempranamente con oportuna implicación parental y docente. Cuando no hay compromiso real de los progenitores, con supervisión suficiente, los hijos quedan más expuestos a problemas de toda índole, también a los relacionados con las tecnologías. Aunque los padres, en general, estén preocupados por el uso que sus hijos hacen de internet, son tantos los factores que concurren en cada familia que no siempre saben cómo actuar. Una ayuda básica puede encontrarse en los propios centros escolares o incluso, inicialmente, en algunas páginas web. Lo que no ha de faltar nunca es la relación con el profesorado, colectivo profesional que, a su vez, precisa cobertura institucional y legal, así como asesoramiento sobre riesgos en la red, consecuencias del ciberacoso, vías preventivas y actuaciones con los alumnos, particularmente con los más vulnerables.

4 CONCLUSIÓN

Es fundamental la concienciación sobre los riesgos asociados con el uso excesivo e inapropiado de la tecnología. La ciberadicción y el ciberacoso son problemas complejos y crecientes que requieren una atención especial tanto en el ámbito familiar como en el escolar. Además, es clave la colaboración entre la familia y la escuela para abordar eficazmente estos problemas, lo que implica proporcionar orientación, supervisión y apoyo adecuados a los niños y adolescentes. Promover el desarrollo de habilidades socioemocionales en los menores puede ayudar a prevenir tanto la ciberadicción como el ciberacoso, ya que la comprensión y la regulación emocional contribuyen a resistir la presión de los iguales y a manejar los conflictos de manera constructiva.

La alfabetización digital debe comenzar a una edad temprana e incluir aspectos como la dimensión ética y el comportamiento responsable en el ciberespacio. Los estudiantes han de conocer los riesgos asociados con el mal uso de la tecnología y aprender a utilizarla de manera segura y saludable.

Es importante tener en cuenta los factores contextuales que influyen en la ciberadicción y el ciberacoso, como el ambiente familiar, las dinámicas relacionales en la escuela y la cultura en línea. Abordar estos aspectos de manera integral ayuda a prevenir y mitigar estos problemas, así como a beneficiarse de los servicios que la tecnología ofrece.

En resumen, trabajar coordinada y colaborativamente permite crear entornos presenciales y virtuales que en lugar de atrapar o dañar potencien la seguridad, la convivencia y el desarrollo educativo de niños y adolescentes.

5 BIBLIOGRAFIA

- Alonso Fernández, F (2003). *Las nuevas adicciones*. Madrid, TEA Ediciones.
- Avilés, J. M. (2013). Análisis psicosocial del ciberbullying: Claves para una educación moral. *Papeles del Psicólogo*, 34 (1), 65-73.
- Berchtold, A., Akre, C., Barrense-Dias, Y., Zimmermann, G. y Surís, J.-C. (2018). Daily internet time: towards an evidence-based recommendation? *European Journal of Public Health*, 28 (4), 647-651.
- Bhushan, S., Sachdev, A., Sachdeva, V., Anand, S., Kumar, S. y Kumar, V. (2020). Internet addiction - a mental 'disorder'. *International Journal of Advanced Science and Technology*, 29 (7s), 935-936.
- Bickham, D. S. (2021). Current Research and Viewpoints on Internet Addiction in Adolescents. *Current Pediatric Research*, 9 (1), 1-10. doi: 10.1007/s40124-020-00236-3.
- Cheng, C. y Li, A. Y. (2014). Internet addiction prevalence and quality of (real) life: a meta-analysis of 31 nations across seven world regions. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17 (12), 755-760.
- De', R., Pandey, N. y Pal, A. (2020). Impact of digital surge during Covid-19 pandemic: a viewpoint on research and practice. *International Journal of Information Management*, 55.
- Díaz-Aguado, M. J. (2023). *Resumen del estudio sobre acoso escolar y ciberacoso en España en la infancia y en la adolescencia*. Universidad Complutense de Madrid-Fundación Cola Cao. <https://www.ucm.es/file/informe-estudio-acoso-escolar-universidad-complutense-fundacion-colacao?ver>
- Ding, K., Shen, Y., Liu, Q. y Li, H. (2024). The Effects of Digital Addiction on Brain Function and Structure of Children and Adolescents: A Scoping Review. *Healthcare*, 12, 15. <https://doi.org/10.3390/healthcare12010015>
- Dong, H., Yang, F., Lu, X. y Hao, W. (2020). Internet addiction and related psychological factors among children and adolescents in china during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) epidemic. *Frontiers in Psychiatry*, 11.
- Echeburúa, E. (2000). *¿Adicciones sin drogas? Las nuevas adicciones: juego, sexo, comida, compras, trabajo, internet*. Bilbao, Desclée de Brouwer.
- Favini, A., Gerbino, M., Pastorelli, C., Zuffianò, A., Lunetti, C., Remondi, C., Cirimele, F. Gómez Plata, M. y Giannini, A. M. (2023). Bullying and cyberbullying: Do personality profiles matter in adolescence. *Telematics and Informatics Reports*, 12, 100108.

- Grunin, L.; Yu, G. y Cohen, S. S. (2020). The relationship between youth cyberbullying behaviors and their perceptions of parental emotional support. *International Journal of Bullying Prevention*, 1-13.
- Hughes, T. (2018). *Tom Brown's Schooldays*. The Project Gutenberg Ebook.
<https://www.gutenberg.org/files/1480/1480-h/1480-h.htm#link2HCH0017>
- Karacic, S. y Oreskovic, S. (2017). Internet addiction through the phase of adolescence: a questionnaire study. *JMIR Mental Health*, 4 (2).
- Kuss, D. J., van Rooij, A., Shorter, G. W., Griffiths, M.D. y van de Mheen, D. (2013). Internet addiction in adolescents: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*, 29(5), 1987-1996.
- Lakshmana, G., Kasi, S. y Rehmatulla, M. (2017). Internet use among adolescents: Risk-taking behavior, parental supervision, and implications for safety. *Indian Journal of Social Psychiatry*, 33, 297-304.
- Luengo, J. A. (2014). *Ciberbullying. Prevenir y actuar. Guía de recursos didácticos para centros educativos*. Madrid, Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid.
<http://www.copmadrid.org/webcopm/recursos/CiberbullyingB.pdf>
- Martínez-Monteagudo, M. C., Delgado, B., García-Fernández, J. M. y Rubio, E. (2019). Cyberbullying, Aggressiveness, and Emotional Intelligence in Adolescence. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12; 16 (24), 5079. doi: 10.3390/ijerph16245079. PMID: 31842418; PMCID: PMC6950617.
- Martínez-Otero, V. (2017). Acoso y ciberacoso en una muestra de alumnos de Educación Secundaria. *Profesorado. Revista de currículum y formación del profesorado*, 21 (3), 277-298.
- Olweus, D. (1998). *Conductas de acoso y amenaza entre escolares*. Madrid, Morata.
- Portilho Carvalho, T., Carvalho Relva, I., y Monteiro Fernandes, O. (2023). Addiction to the Internet and Cyberbullying in Adolescents and Young Adults. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 57(1), e1669.
<https://doi.org/10.30849/ripijp.v57i1.1669>
- Sorrentino, A., Esposito, A., Acunzo, D., Santamato, M. y Aquino, A. (2023). Onset risk factors for youth involvement in cyberbullying and cybervictimization: A longitudinal study. *Frontiers in Psychology*, 19; 13, 1090047. doi: 10.3389/fpsyg.2022.1090047. PMID: 36743647; PMCID: PMC9893029.
- Su, W.; Han, X.; Jin, C.; Yan, Y. y Potenza, M. N. (2019). Are males more likely to be addicted to the internet than females? A meta-analysis involving 34 global jurisdictions. *Computers in Human Behavior*, 99, 86-100.

Throuvala MA, Griffiths MD, Rennoldson M, Kuss DJ. School-based Prevention for Adolescent Internet Addiction: Prevention is the Key. A Systematic Literature Review. *Current Neuropharmacology*, 17 (6), 507-525. doi: 10.2174/1570159X16666180813153806.

Tokunaga, R. S. (2010). Following you home from school: A critical review and synthesis of research on cyberbullying victimization. *Computers in Human Behavior*, 26(3), 277–287. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2009.11.014>

Torrego, J. C. (Dir.) (2023). *Estudio estatal sobre la convivencia escolar en centros de Educación Primaria*. Equipo IMECA-UAH, Universidad de Alcalá, Ministerio de Educación y Formación Profesional y Observatorio Estatal de la Convivencia Escolar. <https://www.educacionyfp.gob.es/dam/jcr:f3070940-540d-4ea9-b85a-8f9fcc301c1b/estudio-estatal-sobre-la-convivencia-escolar-en-centros-de-educacion-primaria-vf.pdf>

Vondráčková, P. y Gabrhelík, R. (2016). Prevention of Internet addiction: A systematic review. *Journal of Behavioral Addictions*, 5(4): 568-579.

WHO (2024). *One in six school-aged children experiences cyberbullying, finds new WHO/Europe study*. Disponible en: <https://www.who.int/europe/news/item/27-03-2024-one-in-six-school-aged-children-experiences-cyberbullying--finds-new-who-europe-study>

COMO CITAR ESTE ARTIGO:

MARTÍNEZ-OTERO PÉREZ, Valentin. CIBERADIÇÃO E 'CYBERBULLYING' EM CONTEXTOS EDUCATIVOS. *HOLOS*, [S. l.], v. 4, n. 40, [s.d.]. DOI: 10.15628/holos.2024.17350. Disponível em: <https://www2.ifrn.edu.br/ojs/index.php/HOLOS/article/view/17350>.

SOBRE OS AUTORES

V. MARTÍNEZ-OTERO

Doutor em Psicologia e Pedagogia. Professor Doutor da Faculdade de Educação na Universidade Complutense de Madri.

E-mail: valenmop@edu.ucm.es

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-4858-9005>

Editora Responsável: Maura Costa

Pareceristas Ad Hoc: José Mateus do Nascimento e Marlúcia Menezes Paiva



Recebido 15 de maio de 2024

Aceito: 30 de junho de 2024

Publicado: 19 de julho de 2024