



¿QUÉ ES EL CIBERACOSO?



DEFINICIÓN:

Se refiere al uso de la tecnología digital, como internet y las redes sociales, para hostigar, amenazar, intimidar o difamar a una persona o grupo de personas de manera repetida y deliberada. Utilizan cualquier medio digital con la intención de causar daño emocional, psicológico o social a la víctima



ROLES INVOLUCRADOS



Ciber-acosador

Es quien ataca y acosa a una persona a través de Internet

Ciber-víctima

Es el objetivo de los ataques del ciberacosador y de sus ayudantes y/o colaboradores

Defensor

Es quien presencia el acoso y trata de intervenir para ayudar a la ciber-víctima

Ayudante

Aquel que se pone del lado del ciber-acosador

Colaborador

Es el espectador que se implica en mayor o menor medida en el acoso.

Observadores

Son todas aquellas personas que no toman posición en defensa de la ciber-víctima

CONSECUENCIAS

- IMPACTO PSICOLÓGICO Y EMOCIONAL
- DETERIORO DE LA SALUD FÍSICA
- AISLAMIENTO SOCIAL
- PROBLEMAS ACADÉMICOS
- PROBLEMAS FAMILIARES
- IMPACTO EN LA REPUTACIÓN EN LÍNEA

¿CÓMO DETECTARLO?



Es fundamental tomar medidas para prevenir y abordar el ciberacoso, tanto en la educación como en la legislación, y brindar apoyo a las víctimas para ayudarles a superar las consecuencias emocionales y psicológicas. La conciencia pública y la promoción de un ambiente en línea seguro son esenciales para combatir este problema.



ES CIBERACOSO SI...

- ➔ ...publican una imagen sin tu permiso
- ➔ ...crean un perfil falso con tu nombre
- ➔ ...hacen circular rumores falso sobre ti
- ➔ ...recibes amenazas e insultos



¿CÓMO ACTUAR SI SOY TESTIGO?



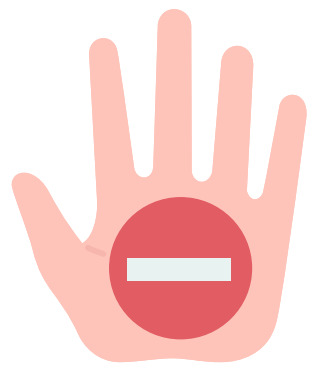
- No contribuyas con acciones negativas.
- No ignores el problema.
- Habla con la víctima: muéstrale tu apoyo y asegurarle que no está sola.
- Habla con un adulto de confianza y reporta el ciberacoso.

¿QUÉ HACER SI ME SIENTO ACOSADO?

- Pide ayuda, reporta el acoso, habla con un adulto.
- Bloquea y elimina a los acosadores.
- No respondas a sus provocaciones y chantajes
- Guarda evidencias, capturas de pantallas.
- Busca apoyo emocional y considera ir a terapia.

¿CÓMO PREVENIR EL CIBERACOSO?

No compartas información personal



Guarda evidencias [Capturas de pantalla]

Fomenta la empatía y el respeto en línea.



Bloquea y denuncia el acoso



No respondas a provocaciones



Pide ayuda, habla con personas de confianza



Aprende sobre seguridad en línea

Reporta a las autoridades si es necesario



¿SABRÍAS DEFINIR ESTOS NEOLOGISMOS?

HIKIKOMORI

Es un término de origen japonés que describe a personas en su mayoría jóvenes que se retiran del mundo social y se aíslan completamente en sus hogares durante largos períodos de tiempo, a menudo meses o incluso años.



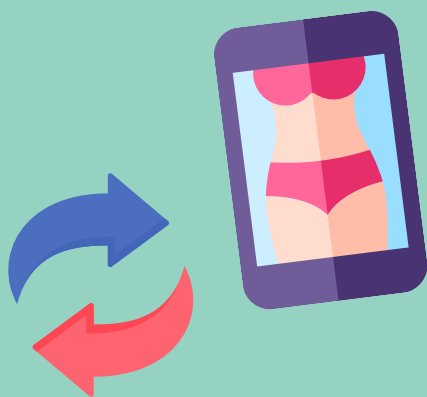
GROOMING



Es una práctica peligrosa y delictiva en la que un adulto utiliza la comunicación en línea y se hace pasar por un adolescente para establecer una relación con un menor de edad con el objetivo de ganar su confianza, controlar su comportamiento y, finalmente, abusar sexualmente del/la menor.

PHISING

Es una técnica de engaño en línea en la que los atacantes se hacen pasar por entidades de confianza, enviando mensajes falsos que parecen legítimos con el objetivo de obtener información confidencial y personal de la víctima.



SEXTING Y SEXTORSIÓN

Esta es la práctica de enviar, recibir o compartir fotos, videos o mensajes de texto sexualmente explícitos a través de dispositivos electrónicos. Como derivado, puede ocurrir la sextorsión, una forma de chantaje en la que un atacante amenaza con publicar material sexualmente explícito obtenido mediante sexting.

HAPPY SLAPPING

Es una forma de violencia callejera que implica un ataque sorpresa por parte de un grupo de personas a una víctima, mientras alguien más graba el incidente con un teléfono móvil. Se busca humillar, intimidar o asustar a la víctima, y luego compartir el video en redes sociales.



STALKING

El stalking puede incluir el seguimiento físico, la vigilancia en línea, las llamadas telefónicas o mensajes de texto no deseados, el acoso en las redes sociales, y otros comportamientos no deseados que violan la intimidad y la privacidad de la víctima. Las víctimas pueden experimentar un gran impacto emocional y psicológico, y puede ser difícil para ellas buscar ayuda o denunciar el acoso.

GOSSIP

Es el acto de difundir rumores o chismes sobre otras personas, a menudo sin tener una base sólida o evidencia, perjudicando así su reputación y privacidad.



PRÁCTICAS DE RIESGO EN REDES SOCIALES E INTERNET

Las prácticas de riesgo en redes sociales e Internet pueden exponerte a una serie de peligros, como la pérdida de privacidad, el robo de identidad, el acoso en línea y la propagación de información falsa. Aquí tienes algunas prácticas de riesgo comunes y consejos para evitarlas:



HACER ✓



Limita la información personal que compartes en línea.



Ajusta la configuración de privacidad para controlar quién puede ver tus datos.

Usa contraseñas seguras

Mezcla letras mayúsculas, minúsculas, números y caracteres especiales. Utiliza un gestor de contraseñas para mantenerlas seguras y únicas para cada cuenta.

Verifica la información antes de compartirla



Utiliza fuentes confiables y busca evidencia adicional cuando sea necesario

Evita compartir información personal con desconocidos

Sé cauteloso al interactuar en línea. No reveles información confidencial a personas que no conoces en la vida real.

Mantén tus dispositivos y software actualizados



Asegúrate que tengan las últimas actualizaciones de seguridad. Utiliza software antivirus y cortafuegos.

Solo descarga archivos de sitios web y fuentes de confianza

No hagas clic en enlaces sospechosos ni proporciones información personal en sitios web no seguros



Hacer clic en enlaces no verificados

Descargar archivos o hacer clic en enlaces de fuentes no confiables puede resultar en infecciones por phishing

Establece límites de tiempo



Controla el uso de redes sociales y busca un equilibrio saludable entre el mundo en línea y el mundo real

Uso excesivo de redes sociales

Pasar demasiado tiempo en las redes sociales puede afectar tu bienestar mental y emocional

NO HACER ✗



Compartir información personal sensible

Dirección, número de teléfono, fecha de nacimiento, y más, puede llevar al robo de identidad.



Contraseñas débiles o reutilizadas

Utilizar contraseñas fáciles o reutilizarlas en múltiples sitios web puede facilitar el acceso no autorizado a tus cuentas.

Crear en todo lo que lees en línea

Crear información falsa o desinformación puede llevarte a tomar decisiones incorrectas



Comunicación con desconocidos

Entablar conversaciones con personas desconocidas en línea puede exponerte a riesgos de acoso, extorsión o engaño

Ignorar la seguridad de dispositivos

No mantener actualizados tus sistemas operativos y aplicaciones puede dejar tu dispositivo vulnerable a ataques

LÍMITES SALUDABLES EN EL USO DE LAS REDES SOCIALES



NO USAR DISPOSITIVOS
CON RRSS COMO ALARMA



SILENCIAR
NOTIFICACIONES



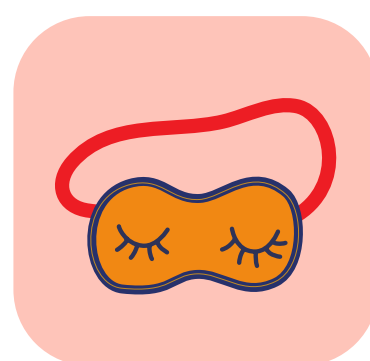
LÍMITE DEL TIEMPO
DEDICADO



HORARIOS
DEFINIDOS



AVISAR A UN ADULTO
CUANDO SURGE UN
PROBLEMA



NO MIRAR PANTALLAS
1H ANTES DE
ACOSTARTE



PAUSAS REGULARES
DURANTE SU USO



LÍMITE DE
APLICACIONES



EVALÚA LA
NECESIDAD ANTES DE
PUBLICAR



REDISTRIBUYE TU
TIEMPO DE OCIO EN
OTRAS ACTIVIDADES

- Leer un libro: sobretodo antes de dormir
- Hacer ejercicio
- Dedicar tiempo a tus hobbies
- Plantéate nuevas actividades como el voluntariado
- Dedicar tiempo de calidad a familiares y amigos
- Escucha música o podcast

SHARENTING

Se refiere a los padres que comparten contenido y pueden exponer a los niños a riesgos potenciales como el acoso en línea, el cibercrimen, el robo de identidad y la explotación en línea. Además, la información publicada en Internet puede ser vista y utilizada por personas desconocidas sin el conocimiento o consentimiento de los padres.



100K

10K

1.7K

