

XARXES SOCIALS I ADOLESCÈNCIA

Les xarxes socials són part de la vida dels i les adolescents del segle XXI. Aquests ja han nascut a l'era digital i de les xarxes, inclús alguns tenen comptes abans de néixer perquè la seva família les creen, o bé apareixen a la dels progenitors. Són exposats i narrats pels seus pares i mares, la seva família o les seves amistats.

Les xarxes socials, com a eines per a la comunicació, ens ofereixen un altre codi, un nou llenguatge. Un mostrar i minutar cada instant del seu dia a dia, amb qui, a on, què fem, etc.

Pel mateix disseny (persuasiu) de les aplicacions, els i les joves viuen ansiosos per obtenir *likes*, sovint de persones conegudes i la gran majoria desconegudes, a vegades amb perfils falsos que inclús es volen aprofitar d'ells i elles (*grooming*). No és tot el que apareix a la xarxa.

Davant aquesta i altres amenaces com ara ser assetjats en línia (*ciberbullying*), que es difongui material de contingut sexual (*sexting*), que s'ensenyoreixin de les seves contrasenyes (*phishing*) o de la seva seguretat informàtica (*hacking*), els i les joves han de ser conscients de protegir la seva intimitat, de no exposar informació personal (adreça, telèfon, targetes bancàries pròpies o de familiars), de cuidar les fotografies que mostren. I pensar molt bé a qui admeten: si són amistats, persones conegudes o desconegudes.

Han de distingir entre la vida real i la que projecten en les xarxes socials. I en desconnectar-se, han de poder tornar a la realitat (Jo digital i Jo real). Cal fer-los entendre que no són dues vides separades, que és una sola. El que fas en la vida digital pot tenir conseqüències en la vida real. Alguns i algunes es refugien en el món virtual perquè en el real tenen dificultats i malestars que no saben gestionar. Cal poder ajudar-los.

No han d'abandonar les seves responsabilitats per passar temps connectats/ades. Una manera d'ajudar-los és fer que prioritzin activitats acadèmiques i tasques del dia per a poder usar el mòbil després. En cas contrari, el risc de desadaptació i l'augment d'ansietat en el moment de la forçosa desconnexió seran un problema familiar.

En l'àmbit de la societat, cal aconseguir educar en família. Fomentant un ús racional de la tecnologia, educant per a evitar riscos o complicacions. Un ús inadequat pot portar a conductes addictives i de risc que convé evitar.

No es tracta tant de controlar l'ús que fan els i les adolescents com d'acompanyar. Els pares i mares i la comunitat educativa han de ser els primers a saber acompanyar. Acompanyant generem un espai de confiança obert a la comunicació, al diàleg i ens pot sorprendre el que els joves ens poden ensenyar i explicar.

Respecte a la legislació per a limitar i bloquejar l'accés dels menors a determinades aplicacions, llenguatges, maneres o continguts, és un tema que no acaba d'arribar a temps, ja que sempre el virtual s'avança al legislatiu (i més a escala internacional). Els i les joves coneixen els programes de

control parental, i fàcilment els esquiven si els convé. D'aquí la importància d'educar en l'ús i de ser aquí per a donar suport en els problemes que puguin anar sorgint.

Els i les joves són experts en l'ús de les xarxes però no en el que hi ha darrere d'aquestes, els seus riscos i perills.

(Enllaç d'interés: <https://pduchement.org/>)

“Necessitem que la societat respecti els docents.

Per als desafiaments del segle XXI no hi ha un altre camí que el de l'educació.

El nostre destí depèn del compromís de la humanitat amb l'Escola.

Els infants necessiten regles, l'absència de normes desorganitza la seva vida psíquica.

El factor humà és essencial en la formació”.

Gilles Lipovetsky, filòsof i sociòleg francès



Col·legi Oficial de
Psicologia de Catalunya

Grup de Treball Adolescència en crisi