



ACTIVIDAD PARA EL AULA 2.3 | Acoso y burlas

Duración

45 minutos

Materiales

- **Redes sociales** video (https://youtu.be/Xb9j_AHJZHg)
- **Datos de las publicaciones en las redes sociales** Hoja de recolección de datos, una por profesor
- **Publicación en red social 1: Grupo A** folleto para el estudiante, para la mitad del grupo
- **Publicación en red social 1: Grupo B** folleto para el estudiante, para la mitad del grupo
- **Publicación en red social 2: Grupo A** folleto para el estudiante, para la mitad del grupo
- **Publicación en red social 2: Grupo B** folleto para el estudiante, para la mitad del grupo
- **Publicación en red social 3: Grupo A** folleto para el estudiante, para la mitad del grupo
- **Publicación en red social 3: Grupo B** folleto para el estudiante, para la mitad del grupo
- Post-it, una por estudiante

Note: Si los estudiantes se encuentran en un entorno virtual, a continuación, se ofrecen opciones de facilitación. Los folletos pueden distribuirse por medios electrónicos para imprimirlas en casa o como plantillas editables de Microsoft Word para enviarse por correo, plataformas de aprendizaje virtual o documentos compartidos en tiempo real.

Herramientas para desarrollar la autoconfianza de nuestro cuerpo

GRADOS
4-5

MEDIOS DE COMUNICACIÓN: ¿CUÁL ES SU INFLUENCIA?

Resumen

El contenido del programa Amazing Me fue creado en colaboración con la Dra. Marisol Pérez, psicóloga clínica e investigadora de la Universidad del Estado de Arizona y el Instituto de Investigación y Educación para el Avance de la Salud Infantil (REACH). La Dra. Pérez ha dedicado su carrera a ayudar a las futuras generaciones a centrarse menos en la apariencia y más en respetar, querer y apreciar sus cuerpos.

Los estudiantes participarán en un experimento social en clase que imita el uso de las redes sociales y demuestra el “efecto rebaño”, la influencia que las acciones de los demás tienen en las propias decisiones. Los estudiantes verán fotografías similares a las publicadas en las redes sociales con y sin “me gusta” y comentarios. Recogerán información y analizarán los datos del aula para saber si lo que piensan los demás incide en que les gusta una foto. Los estudiantes verán el video **Redes sociales** (https://youtu.be/Xb9j_AHJZHg) para reforzar lo que aprendan de los resultados y para vincularlo a los conceptos de acoso y burlas y del efecto espectador.

Cada actividad forma parte de una serie de cinco sesiones que se centran en los efectos del acoso y las burlas sobre la confianza en el propio cuerpo. Las clases 1-3 incluyen contenidos básicos y deben completarse de forma consecutiva. Las clases 4-5 son complementarias y les dan a los estudiantes la oportunidad de ampliar su aprendizaje de los conceptos básicos.

Contexto

La percepción corporal es cómo nos sentimos respecto a nuestro cuerpo, incluyendo su aspecto y funcionamiento.¹

Las investigaciones demuestran que la disconformidad con el propio cuerpo puede generar conductas poco saludables en niños y adultos. Cuando las personas se centran más en la apariencia que en la funcionalidad del cuerpo, son más propensas a hacer cosas poco saludables para controlar su peso y su forma.²

Existen muchos factores que pueden producir disconformidad con el cuerpo en los niños. Algunos de estos factores son los medios de comunicación y el aspecto físico de los famosos, las presiones de la familia y los amigos para tener un aspecto determinado, y las burlas y el acoso de los compañeros. Todo comentario sobre el cuerpo o la forma de este (incluso los comentarios positivos) puede producir sentimientos negativos sobre el propio cuerpo.³

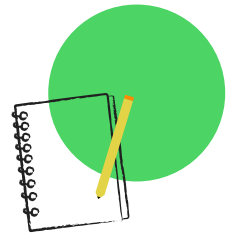
Los medios de comunicación juegan un papel crucial en moldear las actitudes de los individuos sobre sus cuerpos. Los medios de comunicación promueven un tipo particular de cuerpo, que enfatiza la importancia de la delgadez en las chicas y la musculatura en los chicos. Los estudios indican que el uso de las redes sociales por los adolescentes se asocia a actitudes más negativas respecto a sus cuerpos.⁴

Con el fin de preparar mejor a los jóvenes para las presiones de internet, se recomienda educarlos sobre las formas en que las redes sociales influyen en sus gustos y aversiones.⁵

Objetivos

Los estudiantes:

- Demostrarán que comprenden el efecto rebote.
- Recolectarán y analizarán información del aula referente a las redes sociales
- Harán conexiones entre el uso de las redes sociales y el acoso y las bromas.



¹ Cash & Pruzinsky, 1990; Cash & Smolak, 2011

² Thompson & Stice, 2001

³ DSEP Content Development Framework, University of West England's Center for Appearance Research, 2012

⁴ Salomon, I., & Brown, C. S. (2019). The selfie generation: examining the relationship between social media use and early adolescent body image.

⁵ <https://www.psychologytoday.com/us/blog/smart-people-don-t-diet/201902/teens-body-image-and-social-media>

Pregunta esencial

¿Cómo influyen las redes sociales y el uso que los demás hacen de ellas en mi imagen corporal? ¿Cómo puedo minimizar los efectos negativos de las redes sociales en mi imagen corporal y mi autoestima?

Preparación del profesor

Antes de que lleguen los estudiantes:

- Si imparte esta clase de forma virtual, determine cómo asignar grupos para la actividad **“Publicaciones en redes sociales”**. Prepare las salas de trabajo grupal antes de la sesión.
 - Plataformas como Zoom le permiten preasignar participantes a las salas de trabajo grupal. Google Meet distribuye a los participantes de forma aleatoria.



Sugerencias para implementar las reuniones virtuales

- **Iluminación:** Ubicarse a contraluz impide que el público lo vea con claridad. No olvide colocar la iluminación de frente para asegurarse de que lo vean.
- **Ubicación de la cámara:** Asegúrese de que la cámara esté ubicada a la altura de los ojos. Esto ayuda a crear contacto visual y compromiso con su audiencia. Puede utilizar libros u otros objetos para elevar el equipo (si usa una computadora portátil).
- **Sonido:** Realice una prueba de sonido rápida antes de empezar la sesión. Asegúrese de que su voz se escuche de forma clara y que los participantes no escuchen un efecto de eco. Considere el uso de audífonos equipados con micrófono.
- **Conexión;** Trate de conectarse con su audiencia, a pesar de lo difícil que puede ser en un entorno virtual. Conéctese contando anécdotas rápidas o apelando al humor. Se incluyen algunas sugerencias.
- **Solución de problemas:** Es aceptable cometer errores o tener dificultades con la tecnología. Si tiene un inconveniente tecnológico o las cosas no salen según lo planeado, haga un esfuerzo para volver a conectarse y seguir adelante con su lección. Lo mejor que puede hacer es prepararse previo a la sesión, probando la conexión a Internet y la configuración de audio y video.

Nota con contenido sensible

Dada la naturaleza del debate de hoy, tenga en cuenta los sentimientos de los estudiantes y sea sensible a las emociones y reacciones de todos los estudiantes presentes. Esta temática puede generar todo tipo de emociones y reacciones. Los docentes tienen la libertad de reformular/ editar el texto para adaptarlo a su estilo de cursos que imparten.

Procedimiento

Conversar

- Pida voluntarios que compartan con la clase lo que piensan cuando escuchan la palabra “rebaño”. Haga hincapié en que un rebaño es un grupo grande que se mueve en la misma dirección.
- Pida voluntarios que compartan cómo creen que el concepto de rebaño podría aplicarse al uso de las redes sociales. Explique a los estudiantes que las redes sociales son los sitios de internet y las aplicaciones que permiten que las personas compartan fotografías, historias o se comuniquen. Todo está en internet.
- Explique que hoy el grupo determinará cómo las opiniones que otras personas expresan en las redes sociales afectan su imagen corporal. Explique que hoy el grupo determinará cómo las opiniones que otras personas expresan en las redes sociales nos afectan.

Hacer

- Divida a la clase en dos grupos, A y B. Trate de separarlos lo suficiente para que no tengan oportunidad de ver la foto de la otra mitad durante la actividad.
- Distribuya la impresión **Publicación 1 en red social**, Grupo A a una mitad de la clase y la del Grupo B a la otra.
- Cuando todos los estudiantes de cada grupo hayan visto la imagen asignada, pregunte cuántos de cada grupo le darían un “me gusta” a la publicación, y anótelos en la **Hoja de recolección de datos de redes sociales**. Los estudiantes pueden levantar las manos físicamente o usando la herramienta “levantar la mano” en la reunión en internet.
- Distribuya la impresión **Publicación 2 en red social, Grupo A** a una mitad de la clase y la del **Grupo B** a la otra.

OPCIONES PARA FACILITAR LA CLASE VIRTUAL

- Permítale compartir sus respuestas en voz alta o anime a los alumnos a que escriban sus definiciones para consultarlas más tarde, añadir las a un documento compartido en internet o comentarlas en una ventana de chat.

OPCIONES PARA FACILITAR LA CLASE VIRTUAL

- Utilice las salas de trabajo grupal para ubicar a los estudiantes en grupos que puedan colaborar entre sí en la publicación en redes que se les asignó. Puede optar por asignar los grupos de forma manual o automática en función de cómo quiera ubicar a los alumnos y de la plataforma que esté utilizando.
- Otra opción es subir el Set A para la mitad de los estudiantes y el Set B para la otra mitad en su sistema de gestión de aprendizaje, para que no todos los alumnos vean lo mismo.

- Cuando todos los estudiantes de cada grupo hayan visto la imagen asignada, pregunte cuántos de cada grupo le darían un “me gusta” a la publicación, y anótelos en la **Hoja de recolección de datos de redes sociales**. Los estudiantes pueden levantar las manos físicamente o usando la herramienta “levantar la mano” en la reunión en internet.
- Distribuya la impresión **Publicación 3 en red social, Grupo A** una mitad de la clase y la del **Grupo B** a la otra.
- Cuando todos los estudiantes de cada grupo hayan visto la imagen asignada, pregunte cuántos de cada grupo le darían un “me gusta” a la publicación, y anótelos en la **Hoja de recolección de datos de redes sociales**. Los estudiantes pueden levantar las manos físicamente o usando la herramienta “levantar la mano” en la reunión en internet.
- Muestre a la clase las diferencias entre los “me gusta” en el Grupo A y el Grupo B mientras muestra las diferentes fotos. Después revele que a cada grupo se le dio una versión diferente de la publicación en red social; al Grupo A sin la información, los comentarios y “me gusta”, y al Grupo B con esta información.
- Desafíe a los estudiantes a hacer conexiones entre la información del aula y el concepto de rebaño (el concepto de los individuos que deciden seguir a otros e imitan las conductas grupales en vez de decidir por ellos mismos). Resalte la influencia que las acciones de los demás tienen sobre las decisiones propias.
- Reproduzca el video **Redes sociales** (https://youtu.be/Xb9j_AHJZHg).

Reflexionar

- Distribuya un post-it a cada estudiante.
- Pídeles que anoten un punto importante de la clase de hoy y lo peguen en el pizarrón.
- Elija post-it para compartirlas con la clase.

OPCIONES PARA FACILITAR LA CLASE VIRTUAL

- Esta sesión puede impartirse como debate grupal, en un documento compartido en tiempo real o enviarse por medios electrónicos.

Recolección de datos de redes sociales

Publicación	"Me gusta" del grupo A	"Me gusta" del grupo B
1		
2		
3		

Publicación en red social 1: Grupo A



Publicación en red social 1: Grupo B



¡Qué ganas de usarlos para ir a la escuela!



 167

42 veces compartido

 Me gusta  Comentarios  Compartir

Publicación en red social 2: Grupo A



Publicación en red social 2: Grupo B



¡Araña de Canela!



 82

14 veces compartido

 Me gusta  Comentarios  Compartir

Publicación en red social 3: Grupo A



Publicación en red social 3: Grupo B



Yo antes de la prueba de ortografía...



 92

14 veces compartido

 Me gusta
  Comentarios
  Compartir