

Hiperconectados pero más solos que nunca

CUADERNO DIDÁCTICO

MARTA SOLAZ

EL PACK

Texto y Dirección ÁUREA MARTÍNEZ

INTÉRPRETES VIRTUALES

MARÍA FORQUÉ
FÉLIX GÓMEZ
LAURA GÓMEZ-LA CUEVA
MARÍA JOSÉ MORENO
SERGIO PERIS-MENCHETA
ANA RAYO
JORGE USÓN
MANUELA VELLÉS

CON LAS VOCES DE

MARÍA VÁZQUEZ
LORENA BERDÚN
NACHO RUBIO

MÚSICA CARMEN PARÍS
COREOGRAFÍA CHEVI MURADAY



CON EL APOYO DE



DISTRIBUYE



UNA PRODUCCIÓN DE



EL PACK

LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS Y SUS BUENAS PRÁCTICAS

INTRODUCCIÓN

Las nuevas tecnologías de la Información y la Comunicación se han implantado de forma rápida en nuestra vida. Las generaciones nativas digitales conviven con ellas desde su nacimiento y les sacan el máximo partido. Son usuarios habituales de internet, teléfonos móviles y juegos interactivos. El uso inadecuado de ellos, les expone a ciertos riesgos y debemos crear en ellos buenos hábitos de uso, enseñarles a usarlas de modo responsable y seguro.

*SOSPECHO QUE ME HAN DADO ESTE ORDENADOR
PARA QUE NO MIRE POR LA VENTANA*



Diario EL PAÍS. Viñeta El Roto. Mayo 2009

En los medios de comunicación, en las universidades e institutos, en las tertulias, en las escuelas de madres y padres, en algunas conversaciones de café... En todas partes encontramos a adultos preocupados ante la incursión precipitada y altamente invasiva de las TIC (**tecnologías de la información y de la comunicación**) en la vida de los niños y de los jóvenes. Se nos recuerda que las tecnologías se están apoderando de nuestra voluntad y de nuestro tiempo. Se impone el aquí y ahora y falta silencio, descanso, reflexión... Dedicamos cada vez menos tiempo a las relaciones interpersonales, nos miramos poco, nos tocamos menos, desconocemos de manera directa la vida a pie de calle y lo que en ella sucede. **Cada vez vivimos más la realidad a través de las TIC.**

Los adultos acostumbramos a sobrevalorar el dominio tecnológico de los niños, mucho más cuanto más temprana es la edad, sin embargo tendemos a desestimar los riesgos que les acompañan. Su uso suele ser poco eficaz para su desarrollo. El hecho de que jóvenes y niños sean nativos digitales no comporta necesariamente su dominio.

Faltan criterios de referencia sobre lo que es normal y lo que no.

Nuestra función como adultos o educadores es importante, podemos acompañarles y ofrecerles un referente, conscientes de estar viviendo un significativo cambio de paradigma.



LA OBRA DE TEATRO

SINOPSIS EL PACK

Thais nunca abandona el reducido y aséptico espacio donde habita, nunca sale al exterior. A través de internet trabaja, va de fiesta, hace deporte y se relaciona virtualmente con los demás. Pero algo inesperado irrumpe en su burbuja y le obliga a enfrentarse a una nueva realidad.

Una actriz en escena en constante interacción con ocho actores virtuales, nos sumerge de forma impactante en la historia de Thais, una joven fascinada con la era digital en la que ha nacido.

Vivimos hiperconectados pero ¿más solos que nunca?



EL PACK tiene un planteamiento impactante y una atractiva puesta en escena que fusiona el lenguaje teatral y el audiovisual uniéndolos en un arriesgado engranaje.



Con un formato poco habitual, la obra ofrece a los jóvenes nacidos digitales la oportunidad de convertirse en protagonistas y les ayudará a profundizar en ese mundo en el que habitan y en sus propias sensaciones .



EL PACK lleva al espectador, con humor y emoción, a una incursión necesaria en la desconcertante era digital en la que nos encontramos, seducidos por unas tecnologías que nos facilitan la vida pero en las que intuimos algo que nos sobrecoge.

A los adolescentes y jóvenes -atraídos por el lenguaje que utiliza, con códigos que conocen bien- les servirá de espejo en el que mirarse, compartirán sentimientos con los personajes y se reirán con ellos, encontrarán situaciones reconocibles de confort en las que abandonarse, pero también otras sensaciones menos placenteras.

Es una gran oportunidad para reflexionar y debatir sobre un tema de absoluta actualidad y un modelo de vida del que desconocen las consecuencias.

EL PACK usa la tecnología como medio de análisis de sí misma y de sus posibles consecuencias, lo que hace que esta obra sea una magnífica herramienta para saber qué piensan, cómo se sienten los adolescentes y jóvenes de hoy, posibilitando conocerles mejor.

Darles voz a través de la obra, porque ellos son los protagonistas del tiempo en que viven. Ofrecerles la oportunidad de sentir con los personajes, de reflexionar, de opinar y de ser críticos.

Un espectáculo que no les será ajeno y les ofrece la posibilidad de ser observador externo de su propia forma de vivir, a través de situaciones que hasta hace poco tiempo eran inimaginables y que sin darnos cuenta ya son realidad ¿virtual? ¿real?

DATOS OBJETIVOS SOBRE LA SITUACIÓN

España es el país con mayor nº de smathphone de la UE.

En España hay 23 millones de estos dispositivos.

El 87% de la población española tiene el Smartphone a mano las 24 horas al día.

El 80% lo primero que hace al despertar es mirar el móvil.

Los jóvenes creen que estas tecnologías les conectan con el mundo y les hacen sentirse integrados.

Solo un 24% de los españoles prefiere mirar cara a cara.

El 21 % de los jóvenes está en riesgo de ser adicto a las nuevas tecnologías.

Un 1,5% sufre ya dependencia patológica a los móviles, tabletas, redes sociales, videojuegos, internet, etc.

La dependencia por la nuevas tecnologías no preocupa a los jóvenes porque lo consideran propia del tiempo en el que viven.



EL USO ADECUADO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS

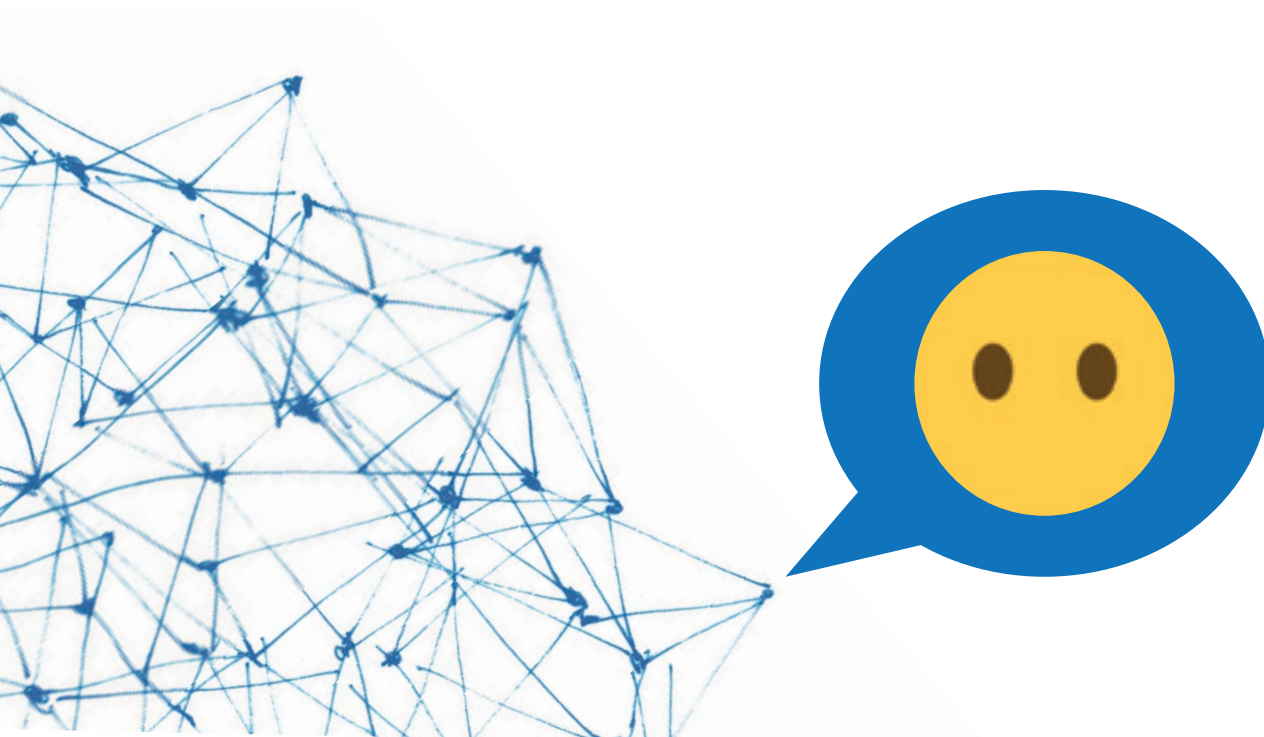
Internet ofrece innumerables herramientas y aplicaciones que despiertan un gran interés, cada vez a edades más tempranas. Los jóvenes se sienten especialmente atraídos hacia las Nuevas Tecnologías porque cubren sus necesidades de ocio, entretenimiento y ganas de experimentar.

Las nuevas tecnologías son un buen instrumento para jugar, comunicarse, buscar información y disfrutar con ello, pero debemos hacer un uso controlado y equilibrado con el resto de las actividades que realizamos y procurar que no interfieran en las obligaciones ni en las actividades de tiempo libre.

Es un hecho que la tecnología ha facilitado el acceso a la educación, y que el buen manejo de la información en internet y en las redes para investigar, adquirir buenos conocimientos y abrir posibilidades de comunicación es un buen aliado siempre que sepamos seleccionar, procesar, y tener una opinión propia y pensamiento crítico.

Pero también es importante recordar que otras fuentes de diversión y comunicación no digitales son muy recomendables para el enriquecimiento personal, porque nos proporcionan un conocimiento integral del mundo, nos ayudan a fomentar otros hábitos y a consolidar relaciones personales.

¡A ver si solo vamos a saber decir te quiero con un emoticono!



Una de las **características de la adolescencia es la necesidad de autonomía y la búsqueda de la propia identidad a través del grupo de amigos y las relaciones sociales.** De la gran importancia que esto tiene para ellos deriva que las Redes Sociales sean la herramienta más usada por jóvenes y adolescentes. La mayoría, a partir de los 11 años, ya tienen un perfil creado en alguna red social.

ME ESTOY BUSCANDO EN INTERNET PARA SABER QUIÉN SOY



Diario EL PAÍS. Viñeta El Roto. Junio 2011

Amplios sectores del mundo de la educación, de la sanidad y de la comunicación se hacen eco de esa preocupación creciente por el uso de las TIC (tecnologías de la información y de la comunicación) y de sus posibles consecuencias si no se racionaliza su uso. Los adultos, se muestran inquietos ante un modelo de vida del que desconocen las consecuencias.

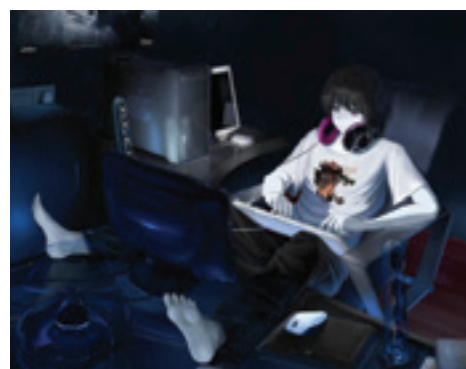
En los gabinetes de psicología se debate sobre el riesgo de analfabetismo relacional que supone la pérdida de habilidades en el intercambio personal. Se valora el descuido de las relaciones sociales en la vida real que están dejando de ser prioritarias, ocupando su lugar las relaciones a través de redes sociales mediante una construcción de relaciones sociales virtuales y/o ficticias.

El mundo virtual presenta escenarios muy atractivos y diseños estimulantes que producen un incremento de la autoestima y sensación de dominio.

La necesidad de sentirse parte de un grupo es lo que les engancha a estar conectados a la Red. Inmersos en ella, se conectan a lugares lejanos mientras se distancian de su entorno más cercano.

El uso de las TIC comienza a ser problemático cuando produce una interferencia importante en la vida cotidiana, cuando se pierde interés por otras actividades, se dejan de hacer las tareas escolares, y se ausenta de las actividades extraescolares y los eventos sociales aduciendo mentiras y manipulaciones para dedicar más tiempo al ordenador, consola o móvil.

LOS GRANDES AVANCES TECNOLÓGICOS PONEN A NUESTRO ALCANCE UNA MARAVILLOSA EXISTENCIA INEXISTENTE



La obsesión por adquirir la última novedad tecnológica, sustituir los contactos personales por la comunicación virtual o la necesidad de estar conectado a internet de forma permanente, el "miedo a perderse algo", son algunos de los temores de los jóvenes.

Los **tecnoadictos** no entienden su vida sin estar al tanto de todo lo que ocurre en su entorno social, lo que puede llevarles a sufrir "fomo" (las siglas en inglés de 'miedo a perderse algo'). A través de las redes, están siempre pendientes de lo que hacen sus conocidos y eso les genera ansiedad porque creen que ellos están disfrutando más de la vida.

Conocer los riesgos de internet y las redes sociales es muy importante.

Los contenidos son tan diversos y atractivos que por mucho tiempo que se les dedique nunca es suficiente, de ahí el enganche.

Saber que los contenidos no siempre son fiables, aprender a controlar la exposición de información personal y tener conocimiento de cómo protegerse ante desconocidos forman parte de los objetivos.

Concienciarles sobre la importancia de la privacidad en los videojuegos y en la red y de los problemas relacionados con el uso inadecuado: geolocalización, ciberacoso, envío de fotografías íntimas...

Existe la sensación de que la tecnología es anónima por lo que a través de ella las personas hacen cosas que no harían nunca cara a cara.

Cyberbullying: El móvil, al ser una herramienta que utiliza habitualmente, puede ser usada como herramienta de acoso. Según una encuesta realizada entre jóvenes de 11 y 17 años revela que un 19% ha enviado alguna vez algún mensaje intimidatorio.





PROPUESTA DE
ACTIVIDADES
PARALELAS
A LA OBRA
DE TEATRO

¿QUÉ PIENSAN LOS JÓVENES Y ADOLESCENTES DEL SIGLO XXI?

El objetivo principal de las actividades que proponemos es acercarnos a los adolescentes y jóvenes, darles voz para conocerlos mejor y ayudarles a resolver los conflictos a los que se enfrentan, a través de:

Percepción, evaluación y expresión de las emociones: esta habilidad se refiere al grado en que los individuos pueden identificar sus propias emociones y ponerles nombre, así como la percepción de los estados emocionales en otras personas. Recoge también la habilidad para expresar correctamente nuestros sentimientos y las necesidades asociadas a los mismos. **Preguntas que nos ayudan a desarrollar esta área son:** ¿qué sientes?, ¿cómo sabes que lo que sientes es... (por ejemplo, enfado)?, ¿cómo crees que se siente la otra persona con lo que le has dicho? ¿Qué necesitas en este momento?

Comprensión y análisis de las emociones: abarca la capacidad para denominar las diferentes emociones, y analizar su relación con las diferentes situaciones a las que nos enfrentamos.

La empatía es una herramienta muy útil en nuestras relaciones y favorece la convivencia. Empatizar consiste en situarnos en el lugar del otro y ser consciente de sus sentimientos, sus causas y sus implicaciones personales.

Este ejercicio se puede realizar de forma muy eficaz **a través de los personajes**, ya que al alejar la situación de uno mismo, la percepción es mucho más clara.

Preguntas que nos ayudan a desarrollar esta área son: ¿qué le ha ocurrido al personaje para que se sienta de esta forma?, ¿puedes ponerte en su lugar? ¿Qué crees que siente? ¿Cómo te sentirías tú si alguien te hubiera dicho lo mismo a ti? ¿Qué puede necesitar de ti para resolver la situación?

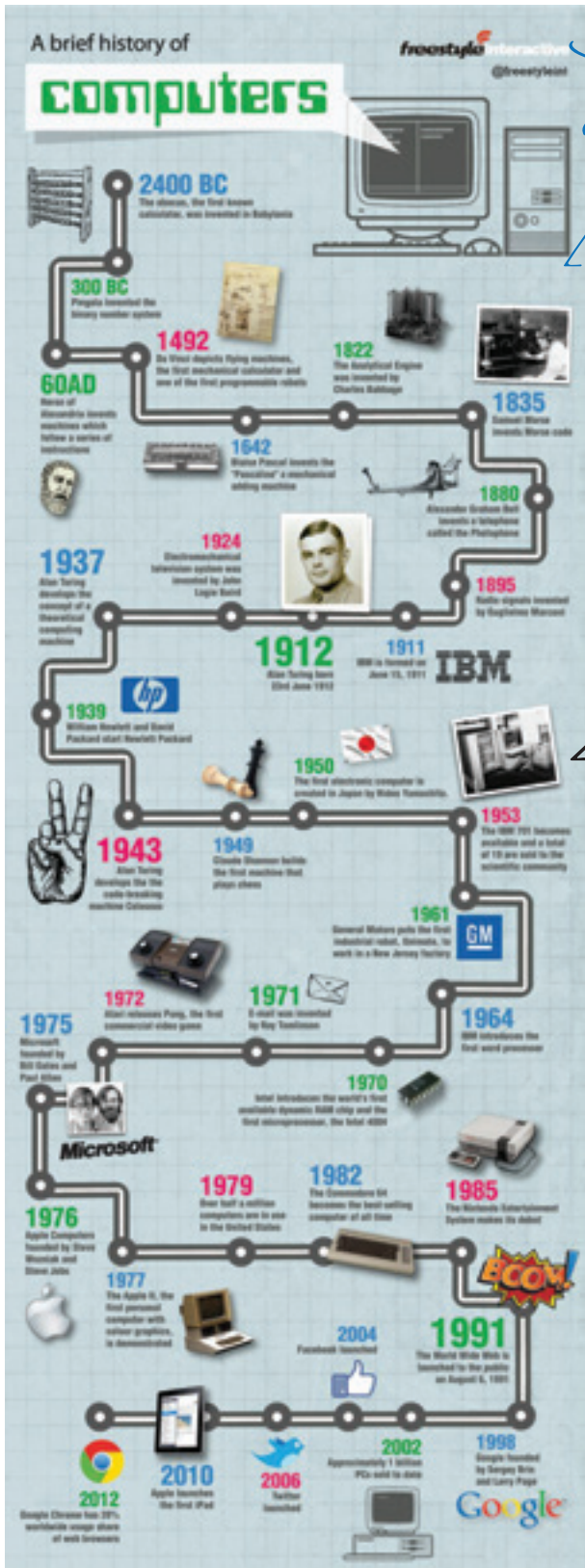


Facilitación emocional: hace referencia a cómo las emociones pueden ser una ayuda para tomar mejores decisiones y adaptarnos mejor al ambiente. Ser consciente de lo que sientes te ayuda a orientarte hacia lo que quieres hacer. **Preguntas que nos ayudan a desarrollar esta área son:** ahora que sabes lo que sientes, ¿qué vas a hacer?, ¿se lo contarás a tu compañer@/, padres, profesor@?, ¿prefieres huir de la situación? ¿Cómo afectará eso a vuestra relación?

Regulación de las emociones: Consiste en la habilidad para moderar o manejar nuestra propia reacción emocional ante situaciones intensas, de forma que no impida un comportamiento adecuado a la situación. También hace referencia a la capacidad para tolerar la frustración y sentirse tranquilo ante metas que se plantean como muy lejanas o inalcanzables, así como a la capacidad para auto-motivarnos. **Preguntas que nos ayudan a desarrollar esta área son:** ¿por qué te afecta tanto esta situación? ¿qué posibilidades tienes para resolver el conflicto? ¿De todas ellas, cuál te ayudará más en un futuro? ¿Cuál crees que se ajusta más a la situación?

Propuesta de ACTIVIDADES complementarias para realizar **antes** de acudir a la representación de EL PACK.

Enfocados a grupos de:
 12-14 años (1º, 2º y 3º de ESO)
 15-17 años (4º ESO y 1º y 2º de Bachillerato)



Realizar el trazado de un eje cronológico del comienzo, desarrollo y la incorporación de las nuevas tecnologías en los distintos países del mundo.
 *Aquí se pueden proponer fechas claves orientativas, para que ell@s las ordenen y desarrollen en una línea de tiempo.

Estudio cuantitativo de usuarios a lo largo de la última década en los cinco continentes y en los países que sea más llamativa la progresión. Análisis y conclusiones.



Encuesta personal sobre el uso que cada uno hace de ellas. Ventajas e inconvenientes de su uso. ¿Qué les aporta y qué les quita o condiciona? (dar la opción de que sea anónima, para que sea sincera)

1) Distintos aparatos que han usado, desde la llegada del primero y a qué edades los tuvieron:

- a) ¿Cuál fue tu primer aparato tecnológico?
- b) ¿A qué edad lo tuviste?
- c) ¿Desde entonces hasta ahora cuántos y cuáles has tenido?
- d) ¿Cuál es tu favorito y porqué?
- e) ¿Sabes cuánto cuestan?

2) ¿Para qué los usan?:

- a) ¿Para qué usas las TIC?
- b) ¿Tienes móvil?
- c) ¿Tienes tableta?
- d) ¿Tienes videojuegos?
- e) Dinos cosas positivas de las TIC
- f) ¿Piensas que hay alguna cosa negativa en las TIC?



3) Tiempo que pasan conectados:

- a) ¿Cuántas horas al día dedicas a las nuevas tecnologías?
- b) ¿Tienes un límite de tiempo de uso?
- c) ¿Quién gestiona ese límite? ¿Tú mismo? ¿Tus padres?
- d) ¿Tienes un límite de gasto? ¿Quién paga la factura de tu móvil?
- e) ¿Cumples esos límites?
- f) ¿Qué pasa si no cumples estos límites?
- g) ¿Quieres estar conectado cada vez más tiempo?
- h) ¿Te sientes mal si no puedes conectarte o comunicarte a través de las TIC?



4) Uso de redes sociales:

- a) ¿Usas las redes sociales?
- b) ¿Cuáles?
- c) ¿Cuántos amigos tienes en la red?
- d) ¿A cuántos conoces personalmente?
- e) Dinos ventajas de tener amigos virtuales.
- f) Dinos algunos inconvenientes, de tener amigos virtuales.
- g) ¿Cuando estás con tus amigos usáis el móvil?
- h) En caso afirmativo ¿qué hacéis con las TIC?
- i) ¿Con cuántos quedas para hacer algo juntos?
- j) ¿Estando con tus amigos te sientes aislado?



Propuesta de ACTIVIDADES complementarias para realizar **después** de haber visto la función de EL PACK.



Para grupos de:

12-14 años (1º, 2º y 3º de ESO)

15-17 años (4º ESO y 1º y 2º de Bachillerato)

Encuesta/reflexión sobre El Pack:

Visiona el tráiler de El Pack y anota las palabras que pueden estar relacionadas con el tema.

¿Cuál crees que es el tema principal de la obra?

¿Te parece un tema interesante?

¿Es un tema que te resulta familiar?

¿Qué personaje de la obra te ha gustado más? ¿Por qué?

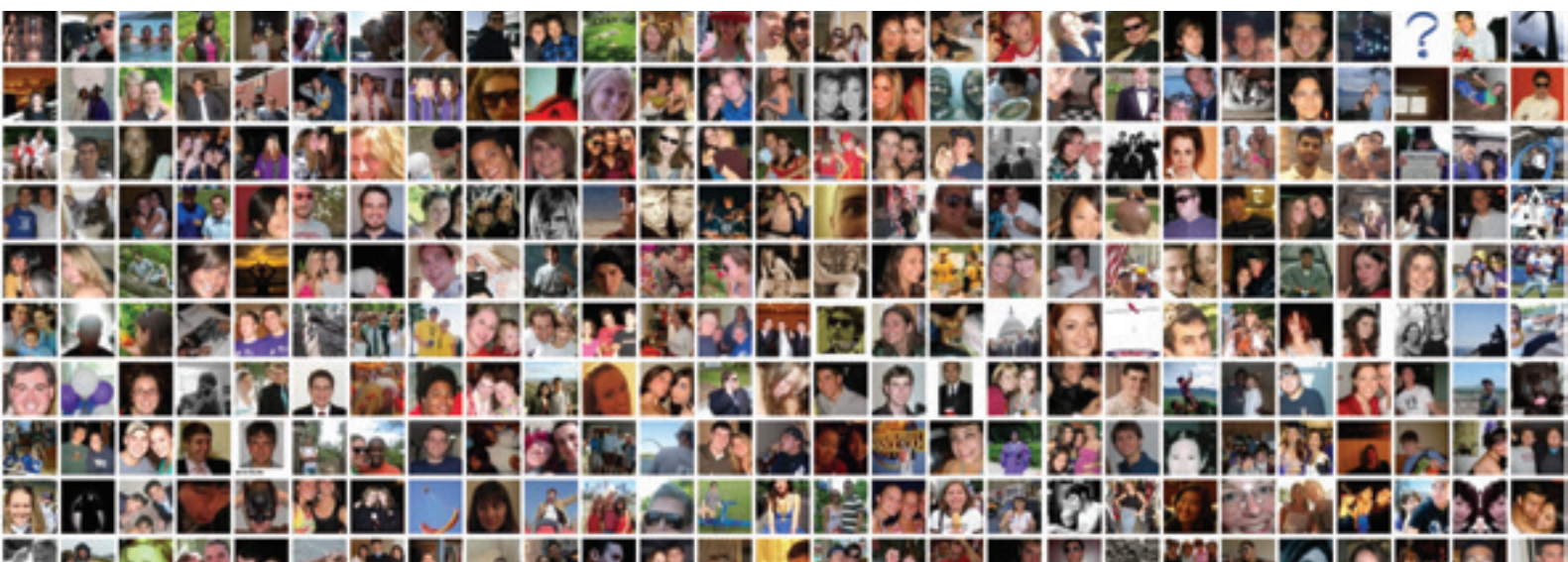
¿Con qué personaje te identificas? ¿Por qué?

¿Con qué personaje te identificas menos? ¿Por qué?

¿Te gustaría vivir como Thais? ¿Por qué?

¿Qué pasaría si de pronto no hubiera internet/mundo digital?

¿Cómo te manejarías?



Otros contenidos para educación secundaria y bachillerato:

1/ Las distintas formas de comunicación y los diferentes lenguajes

Tipologías: sms, mail, whatsAp, poesía, narrativa, etc.

Practicar las habilidades lingüísticas. Utilizar los diferentes lenguajes para tomar conciencia de los conocimientos, las ideas y los sentimientos propios, y para regular la propia conducta.

Romper prejuicios y estimular la escritura.

Origen y evolución de la lengua. Cómo cambia el lenguaje, palabras y frases que se incorporan al hablar cotidiano y a la Real Academia de la Lengua.



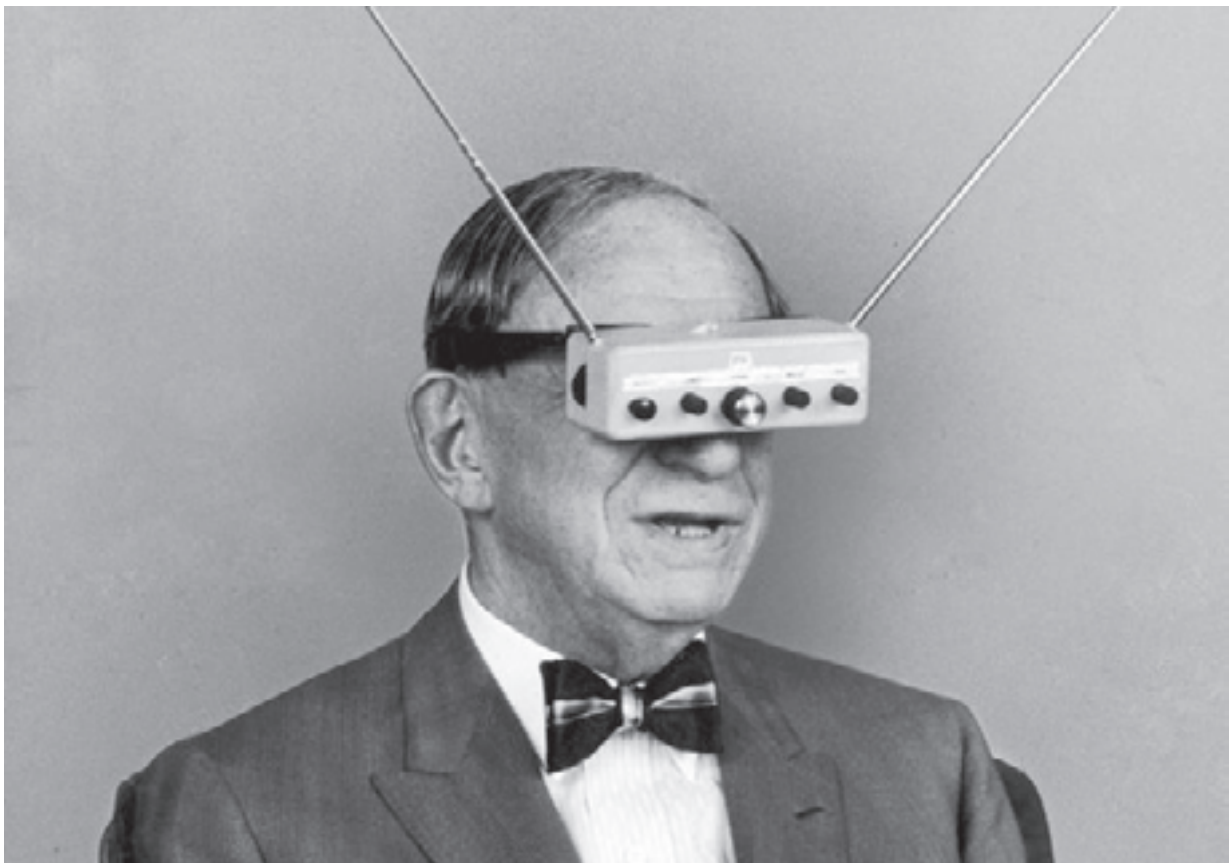
MATERIAL de referencia y/o ilustrativo

<https://www.youtube.com/watch?v=VzeSzZ8rgCQ>

https://www.youtube.com/watch?v=wf_dzUamjwg

<http://www.aulaplaneta.com/2015/06/25/noticias-sobre-educacion/finlandia-combate-el-acoso-escolar-con-las-tic-y-el-programa-kiva/#sthash.SMYRqSsy.dpuf>

http://es.tiching.com/bullying/recurso-educativo/26441?utm_content=RecursosBullying_4&utm_medium=referral&utm_campaign=cm&utm_source=BlogTiching



Este cuaderno pedagógico ha sido elaborado en colaboración por:

Áurea Martínez Fresno, autora y directora de EL PACK.

Isabel Alegre, profesora del colegio C.C. Trabenco-Pozo de Madrid.

Gabriel Perezzan, doctor en Bellas Artes, profesor de la Facultad de Bellas Artes de Cuenca, y coproductor de EL PACK

