

LA CIBERTECNOLOGÍA Y SUS REPERCUSIONES ACTUALES LAS CIBERADICCIONES Y EL CIBERBULLYING

INTRODUCCION

A lo largo del tiempo, la humanidad ha ido modificando sus formas y vías de comunicación.

Las nuevas tecnologías y la forma actual en que las personas se comunican, van generando nuevos canales, y junto a ello alteraciones y disfunciones derivadas de las mismas.

Estudios actuales muestran que un gran número de jóvenes, y muchos adultos pasan la mayor parte del día frente de una pantalla, no solo de computadora, sino de tablets y celulares.

Eso nos invita a distinguir cuando se trata de un uso y cuando de un abuso.

Otras formas de abuso se constituyen cuando la cibertecnología se utiliza en forma aberrante a los fines del maltrato de terceros, como el caso del cyberbullying.

A continuación, describiremos con mayor detalle cada una de estas instancias:

ADICCION A INTERNET

Durante siglos, la gente se ha encontrado dependiente psicológica o físicamente a muchos comportamientos y sustancias. No sólo debido a un mero interés experimentador, sino a un patrón de uso que puede llevar a un eventual impacto negativo en el funcionamiento relacional social, en las tareas laborales o académicas, en los recursos económicos y hasta llegar a acarrear implicancias de tipo médico legales.

En general, cualquier conducta normal placentera es susceptible de convertirse en un comportamiento adictivo siendo más que la actividad concreta que genera la dependencia, la relación que se establece con ella lo relevante.

Dicho status negativo se lo

*Verduci, Juan Carlos **
*Rudelir, Marcelo **

**Médicos forenses de la
Justicia Nacional*

puede definir como una relación destructiva ante la cual el sujeto se muestra incapaz de controlar.

Internet, es una herramienta contemporánea que ha generado innumerables ventajas para la comunicación, la educación, el comercio, el entretenimiento y en última instancia para el desarrollo del individuo. La participación en grupos virtuales ha dinamizado y permitido actualmente la interacción sin límites geográficos con gente afín a diversos intereses en forma global. Junto a este extraordinario beneficio, paradójicamente también pueden darse situaciones negativas que llegan a afectar el bienestar biológico, psicológico y social final.

RESEÑA HISTORICA

La historia de Internet puede remontarse a finales de los años 1960 cuando ante la amenaza de una guerra nuclear y en medio de la guerra fría, el Departamento de Defensa de los Estados Unidos de América sentó los parámetros para el desarrollo de una red de computadoras (ARPANET) a fin de sincronizar las comunicaciones militares en situación crítica.

Es así, que en 1969 la red fue creada por un grupo de investigadores, para sincronizar el sistema de intercomunicación con otras agencias gubernamentales con centros computacionales alrededor del país, asegurándose que ante un ataque y eliminación de algunos centros no se pudiera destruir la información almacenada.

Dicha exigencia estratégica obligó a que no solo una central guardara la información, sino el resultado de la conexión de muchas en red. Cada nodo (PC) de la red, recibió una identificación numérica o dirección, que le permitía ser diferenciadas unas de otras para facilitar la puesta en marcha de procesos simultáneos, basándose en "paquetes" de información enviados a diferentes computadoras de acuerdo con el protocolo estándar de Internet. Al abrirse progresivamente ARPANET de sus estándares de comunicación a otros centros no militares como fueron las universidades, los centros de investigación, las dependencias de gobierno, y las instituciones extranjeras, se convirtió en una red cosmopolita llamada Internet.

Para 1980 se unificó lo que antes era un cúmulo de pequeñas redes e introdujo las herramientas necesarias para su manejo, creando diferentes programas de acceso y de compatibilización de los gigantes bancos de datos de formatos anteriormente incompatibles.

La demanda de estar conectado aumentó, así como los fines pensados originariamente se diversificaron, ya que estos dependían de las necesidades de los nuevos usuarios. Es así que se desarrollaron protocolos de comunicación que permitieron que los ordenadores se relacionaran de modo transparente a través de distintas redes interconectadas internacionales, añadiéndose progresivamente más redes con nuevos servicios, como el correo electrónico o las listas de correos, agigantándose la complejidad final del sistema, siendo la mayoría de sus servicios y recursos ofrecidos en forma gratuita a sus usuarios.

Hasta finales de los años ochenta, desde que empezó a popularizarse entre todo tipo de personas, Internet ha crecido a un ritmo desenfrenado

Se calcula estimativamente que la población de Internet podría estar aproximadamente entre 60 a 100 millones de usuarios. No existe una autoridad central, entidad privada o gubernamental que controle el funcionamiento de la red; sí grupos que se dedican a organizar de alguna forma el tráfico en ella.

En el año 1993 con el lanzamiento de Mosaic, el primer navegador gráfico y luego Netscape Navigator, se desarrollaron herramientas más sencillas para consultar información, que permitieron que con sólo un toque (click) del mouse en algunas palabras y figuras (hyperlinks) el navegador lea automáticamente páginas en cualquier computadora conectada en el world wide web (WWW), naciendo con esto la palabra que hoy conocemos como "Navegar".

Actualmente se calcula que el promedio de edad del usuario standard de Internet es de 32 años, y 1 de cada 10 usuarios es menor de 18 años. Se calcula que 57% de los usuarios son hombres y 43% mujeres a nivel global.

En la actualidad, 30 años después, Internet es ya una realidad que une más de 16

millones de redes comunicadas entre ellas por líneas telefónicas, fibra óptica o vía satélite a más de 60 millones de usuarios, con información circulante equivalente aproximadamente a 40 millones de novelas de 700 páginas cada una.

Estimando el índice de crecimiento del 12 % mensual, tanto en redes como en usuarios finales, la Internet Society presume prospectivamente que en el año 2020 habrá algo más de 200 millones de usuarios globalizados de Internet.

CONSIDERACIONES SOBRE SU IMPACTO

En los últimos años, la evidencia sobre consecuencias negativas relacionadas con el uso de Internet ha llevado a varios autores (Echeburúa y cols., 1998; Griffiths, 1997; Young, 1996) a proponer la existencia de desórdenes de adicción a Internet similares a los problemas que aparecen con otras conductas actuales adictivas mencionadas.

Con el desarrollo de Internet y su crecimiento exponencial han aparecido los primeros casos de afecciones psicopatológicas relacionados con la red, definidos como

Trastornos de Dependencia de la Red.

Dicho cuadro se ha conocido y descrito con diversos nombres como: Desorden de Adicción a Internet (Internet Addiction Disorder IAD Goldberg, 1995), Uso Compulsivo de Internet (Morahan-Martin y Schumacker, 1997), o Uso Patológico de Internet (UCI) – (Pathological Internet Use - PIU- Young y Rodgers, 1998).

Autores como Pratarelli y colaboradores (en el año 1999), utilizaron el término de Adicción al Ordenador /Internet, definiéndolo como un fenómeno o desorden paulatino que depende tanto del medio como del mensaje incluido, sin inclinarse a favor de ninguno. Un ejemplo de esta problemática lo encontramos en la relación entre adicción al sexo o las compras y la adicción a Internet. Un individuo que fuese adicto a las páginas comerciales o de contenido sexual, ¿sería un adicto al contenido, o a Internet, o a ambos?

En el año 1997 Griffiths señaló genéricamente la existencia de lo que llamó "Adicciones Tecnológicas", que se definieron como adicciones no químicas que involucran la interacción

estrecha hombre-máquina. Estas podían ser pasivas (como con la televisión) o activas (como con los juegos de Computadoras o Internet). Esta modalidad de las adicciones psicológicas o conductuales, incluiría a la Adicción a Internet.

Cómo podríamos llegar a diagnosticar esta afección:

Basándose en los criterios diagnósticos del abuso de sustancias, M. Goldberg en el año 1995 propuso un conjunto de criterios para el diagnóstico del desorden de adicción a Internet abarcando:

1- La presencia de Tolerancia, definida por:

-Una necesidad de incrementar la cantidad de tiempo en Internet para lograr el grado de satisfacción anterior

-Notable disminución de los efectos gratificantes con el uso continuado de la misma cantidad de tiempo en Internet.

2- La presencia de un Síndrome de Abstinencia, manifestado por:

a- Un cuadro que se da ante la cesación o reducción de un uso de Internet grande y prolongado, con la presencia

de dos o más de los siguientes síntomas, desarrollados algunos días durante por lo menos un mes

-Presencia de: Agitación psicomotora. Ansiedad. Pensamientos obsesivos acerca de lo que estará sucediendo en Internet. Fantasías o sueños acerca de Internet. Movimientos de tecleo voluntario o involuntario

b-Los síntomas descriptos causan malestar o deterioro en el áreas social, laboral u otra área importante de funcionamiento.

c-Reanudar el uso de Internet o un servicio similar está dirigido a aliviar o evitar los síntomas de la abstinencia.

3-Esta patente conductual se manifiesta de la siguiente forma:

a- Se accede a Internet con más frecuencia o por períodos más largos de lo que inicialmente se pretendía.

b- Hay presencia de deseos persistentes o esfuerzos infructuosos de controlar o interrumpir el uso de la red.

c-.Empleo excesivo en diversas actividades relacionadas al uso de Internet (P.ej: indagando nuevos proveedores, comprando libros

sobre el tema, probando nuevos navegadores, organizando fichero o descargando materiales).

d- Reducción de las actividades sociales, ocupacionales o recreativas a causa del uso de Internet. Se lo continúa usando a pesar de saber que se tiene un persistente o recurrente problema físico, social, ocupacional o psicológico que surge ser causado o exacerbado por sostener el abuso (como síntomas de privación de sueño, afecciones físicas, dificultades maritales, incumplimiento o abandono de los deberes laborales o profesionales, etc).

4-Todas estas descripciones no deben confundirse con un estar muchas horas conectados por razones laborales o académicas, en la medida que conserve su autonomía. Por tanto dicha situación no lo convierte al sujeto automáticamente en adicto. Diversos autores han planteado formas de evaluar este síndrome, dentro de los que se incluye Greenfield que plantea un conjunto preliminar de siete criterios para la identificación y predicción de la adicción a Internet y diferenciarla de excesivo uso de la red:

- Evaluar la cantidad total de horas que está conectado
- Evaluar referencias del entorno sociales sobre problemas identificados sobrevinientes por el uso de Internet
- Evaluar si experimenta una intensa intimidad en la red
- Ver si se dan serias consecuencias relacionadas con el uso de Internet
- Valorar la cantidad de tiempo que se pasa conectado como un secreto
- Evaluar la Edad de presentación (ya que en los más jóvenes se incrementa el riesgo de padecer adicción)
- Ponderar los sentimientos de impaciencia (cuando no puede esperar para llegar al ordenador y conectarse)

IMPACTO BIOLÓGICO

Así como una adicción química a sustancias psicoactivas presenta consecuencias físicas negativas, en el caso de la adicción a Internet también se han señalado consecuencias que pueden tener relación con enfermedades laborales como:

- 1-El síndrome del túnel carpiano, que se da por una fuerte presión reiterada sobre uno de los nervios de la muñeca, responsables de

la sensibilidad del pulgar, de los dedos largos y de la función de pinza con el pulgar. En general presentan síntomas como adormecimiento, dolor y pérdida de sensibilidad en la mano afectada.

2- Tendinitis por el uso del teclado de la computadora, mouse y celulares, implica un movimiento constante y repetitivo que produce inflamación o irritación de los tendones. En las extremidades superiores se describen: el síndrome de tensión del cuello, el síndrome del túnel cubital, (sobre todo las manos y muñecas), tenosinovitis, bursitis, lesiones por esfuerzos repetitivos y el síndrome del desfiladero torácico.

3- Enfermedades musculares posturales generando dolor y lesiones de espalda, hombros y cuello por mala posición sostenida acompañada de tabaquismo o sedentarismo.

4- Enfermedades oculares como visión borrosa, diplopía, sequedad ocular, irritación, ardor y fatiga ocular ocasionados por fijar la vista de forma no adecuada y prolongada, así como disminución del reflejo

de parpadeo (al ver sostenidamente una pantalla reducimos la frecuencia del parpadeo de 6 a 8 veces, cuando lo normal es hacerlo de 16 a 20 por minuto.)

5- Trastornos del sueño La privación de sueño se produce por la inhabilidad del adicto a cortar la conexión, permaneciendo despierto hasta altas horas de la madrugada, lo cual podría dar lugar a fatiga, debilitación del sistema inmunitario, deterioro cognitivo y de la salud final.

6- Cefaleas Los dolores de cabeza tensionales (que puede durar desde 30 minutos, a ser diarios y crónicos) y por estrés se generarían al pasar mucho tiempo mirando desesperadamente en la pantalla del monitor mientras se descarga o se bloquea la información, motivadas por vivencias intensas de perentoriedad adictiva.

7- Trastornos alimentarios relacionados con el consumo de comida chatarra para facilitar mantenerse conectado

8- Sobrepeso y obesidad por pasar períodos largos de tiempo en una silla frente a la

computadora, o jugando un videojuego, provocando una vida sedentaria.

9-Trombosis Venosa Profunda similar al conocido como "síndrome de la clase turista", cuando se viaja en avión, en que la inmovilidad y deshidratación facilita la posibilidad de presentar coágulo en la sangre en los vasos de los miembros.

10- Psicológicas dando desde cuadros de ansiedad, depresión, sentimiento de soledad, problemas de atención, fatiga, dolor catastrófico hasta el extremo hipocondríaco por la tendencia a malinterpretar o sobre-interpretar las señales de dolor vivido como fatídico (asistido en estas vivencias por la fácil y rápida recolección de información médica disponible para consultar en la web).

11- El Síndrome de Munchausen: La red ofrece infinitas salas de chat, grupos de apoyo en línea y sitios de redes sociales donde la gente puede compartir sus problemas, buscar consejo, y recibir atención de terceros. Esta búsqueda social puede promover en personalidades vulnerables, la creación de falsas enfermedades

o tragedias sólo para llamar la atención. Pretenden ser víctimas de violación, asalto, abuso y enfermedad grave con el fin de ser empáticamente atendidos.

12- Reacciones de Rabia por estrés dado por la sobrecarga de información disponible en la Web y la lentitud en el acceso a ella. Otro elemento relacionado se da con el anonimato de Internet que anima a la gente a sincerar lo que realmente o instintivamente piensan sin inhibiciones. Por efecto de contagio su enojo provoca cadenas en espiral de otros navegantes desinhibidos de la web.

IMPACTO INTRA-PERSONAL E INTER-PERSONAL

Este instrumento tecnológico a nivel social va produciendo un rápido cambio en las costumbres y modos de vida, influencia y hasta modifica la forma en que nos relacionamos unos con otros.

El correlato de un alto uso de Internet y el incremento en los niveles de depresión ha aparecido en varios estudios, existiendo aún mucha controversia sobre si la depresión es la causa o el efecto de la adicción a Internet.

Según Pratarelli y cols., se produce un ciclo en el que la soledad y la depresión alimentan el uso de la computadora /Internet, y esto lleva a una mayor soledad y depresión. Este hecho se explicaría por una conducta compensatoria según la cual la actividad de los usuarios se incrementa a medida que aumentan sus sentimientos de incomunicación.

Otros de los cambios psicológicos negativos registrados, consistieron en alteraciones del humor, ansiedad o rabia con impaciencia así como varios estados de conciencia alterados (focalización atencional), e irritabilidad en caso de interrupción ante la incapacidad para salirse de la pantalla.

Los problemas surgidos de la dependencia trascendieron el ámbito de lo intrapersonal y los efectos negativos de la adicción se expresaron en los ámbitos interpersonales como el familiar, laboral y académico llevando al adicto a aislarse del entorno y no prestar atención a otros aspectos de las obligaciones sociales.

ETIOPATOGENIA

En relación a su etiopatogenia podemos pensar el

proceso por el cual una persona se convierte en adicto por la interacción de tres factores: uno relativo al objeto de la adicción, otro a las características de la persona que la hacen vulnerable y por último al entorno social.

Los intentos de determinar las causas de la adicción a Internet deben tener en cuenta que la conducta problema se desarrolla en un contexto virtual que no tiene por qué seguir las leyes del mundo real.

Las cualidades de Internet que parecen contribuir al potencial de la adicción están relacionadas con la velocidad, accesibilidad y a la intensidad de la información a la que se tiene acceso, del mismo modo que la rapidez de absorción e intensidad del efecto de una droga es directamente proporcional al potencial adictivo de la droga. (Como ocurre en la adicción a las líneas de chat o a los juegos MUD)

Las relaciones sociales resultan reforzantes para la mayoría de las personas, sin embargo, en general no tenemos libre acceso a ellas por el límite que impone la sociedad o nosotros mismos.

En las salas de chat se rompen todas esas reglas, una persona puede dirigirse a otra, decir lo que se le antoje, sentirse escuchada y dejar de hacerlo cuando le apetezca, sin represalias. Un ejemplo que ilustra esta evolución en la fuerza adictiva lo encontramos en el caso de la adicción a las party line y líneas eróticas. Varias características relativas al funcionamiento de estas líneas facilitan la dependencia: la disponibilidad ambiental, el refuerzo inmediato, la percepción de control y gran excitación emocional o sexual. Podemos ver que estas características también están presentes con Internet y aparecen multiplicadas.

Otra de las características que contribuye a la capacidad adictiva de la red es el anonimato de las transacciones electrónicas. Este anonimato contribuye a animar los actos desviados e incluso criminales como el contactarse con imágenes obscenas o ilegales (p. Ej. La deep Web, la Pedofilia, etc). Este discreto marco en que se dan las interacciones provee un contexto virtual que facilita a sujetos tímidos interactuar en un contexto seguro emocional, sin franca exposición, pudiendo facilitar

conductas transgresivas o infidelidades. A su vez, la posibilidad de crearse una personalidad virtual (dependiente del estado de ánimo de la persona) torna esta forma de interactuar altamente atractiva.

EL HÁBITO Y AREAS DE REFUERZOS

Según Young son varios los refuerzos y mecanismos psicológicos que llevan a la formación del hábito.

Aplicaciones adictivas: Se encuentra que las aplicaciones que más poder adictivo tienen son las que permiten al usuario interactuar con otros, como son los chats y los MUDs. Al parecer, si hay algo que diferencia a los usuarios dependientes de los que no lo son es el tipo de aplicaciones que utilizan. Los usuarios no dependientes usan Internet para encontrar información y mantener relaciones preexistentes, mientras que los dependientes la usan para socializarse y conocer nueva gente, para implicarse en un grupo. De acuerdo con esto se determinan tres principales áreas de reforzamiento: apoyo social, realización sexual y creación de un personaje.

a- Apoyo social: Los grupos se forman rápido en el ciberespacio. Las visitas continuadas a un determinado chat o MUD hacen que se establezca una intimidad con los demás miembros, alentada por la desinhibición que se muestra en la red. Esta desinhibición es consecuencia directa del anonimato que proporciona la comunicación mediada por las PC. Estos grupos llenan la necesidad de apoyo que pueden tener las personas en situaciones estresantes como de enfermedad, jubilación o divorcio, crisis vitales, etc.

b- Satisfacción sexual: Hay multitud de chats que han sido diseñados para la interacción erótica, desde los más clásicos basados en texto a los más novedosos que incorporan video en tiempo real. Estas aplicaciones permiten al usuario elegir la fantasía sexual que le apetezca en el momento con solo pulsar un botón (abarcando diversas parafilias). En estos lugares se sienten libres de ataduras por el anonimato y el sentimiento de practicar "sexo seguro". Por otro lado, las personas que se sienten poco atractivas físicamente se ven liberadas de este problema.

c- Creación de personalidad ficticia: Internet permite crear una personalidad virtual modificando las propias características físicas que en el mundo real son inamovibles. Por ejemplo, un obrero maduro, casado y displásico, puede aparecer en la red como un joven millonario, atleta y sin compromisos.

Esta posibilidad de metamorfosis imaginaria puede equipararse a una forma de reinventarse a sí mismo, de cubrir necesidades psicológicas previamente no afrontadas (enmascarando la inseguridad interpersonal). Dos de estas necesidades psicológicas son la expresión de un rasgo de personalidad reprimido y la necesidad de experimentar sentimientos de reconocimiento y poder personal.

d- Personalidades reveladas: Esta forma de comunicación en línea puede ayudar a sacar a la luz aspectos de la personalidad que estaban ocultos o reprimidos, como puede ser la agresividad. Al salir a la luz, de generar alarma, podría enfrentarse terapéuticamente para aprender a incorporarla a la propia personalidad y no limitar esos roles al ciberespacio.

e- Reconocimiento y poder: Este es un elemento que se deriva de los juegos MUD, en los que se crea un personaje que va aumentando su poder a medida que consigue puntos, pudiendo llegar al liderazgo de otros jugadores subordinados.

EXPERIENCIA VIRTUAL

Se describe varios sentimientos que experimentan los usuarios dependientes de Internet y que pueden progresivamente llevar a la adicción:

Los adictos informan de una intensa intimidad cuando están conectados, describiendo sentimientos de desinhibición, pérdida de ataduras, vivencia de que el tiempo se detiene o que pasa muy rápido o en forma descontrolada.

El uso de Internet en la mayoría de los casos lo que hace es cubrir un déficit en la personalidad del adicto, dado que es eminentemente un instrumento de comunicación interpersonal. Es en este ámbito donde el mundo virtual puede convertirse en un sustituto de la vida real para las personas con déficit en habilidades sociales, timidez o de algún tipo de minusvalía, incrementando

su aislamiento social.

PERFIL VULNERABLE

En general la red permite cubrir dos tipos de necesidades básicas: en un perfil vulnerable como son la estimulación solitaria (búsqueda de información, imágenes, sonido, juegos, etc.) y la búsqueda de interacción social. La vulnerabilidad psicológica aumentaría el riesgo a las adicciones, describiéndose varios factores de riesgo:

-Déficit de personalidad: introversión marcada, baja autoestima y nivel alto de búsqueda de sensaciones.

-Déficit en las relaciones interpersonales: timidez y fobia social.

-Déficit cognitivo, fantasía descontrolada, atención dispersa y tendencia a distraerse.

-Alteraciones psicopatológicas: Adicciones químicas o psicológicas presentes o pasadas. Depresión.

Estudios estandarizados sobre el perfil individual realizado sobre grupos de personas, revelaron en los trabajos de Young y Rodgers puntuaciones altas en los

perfiles de personalidad de rasgos susceptibles, vigilantes con tendencia hacia la introversión en términos de confianza en sí mismos, pensamiento abstracto, disconformidad con las convenciones sociales, reactividad emocional hacia los otros y preferencia por las actividades solitarias.

PONDERACION DE LA ADICCIÓN A INTERNET

El afectado de esta adicción en general tiende a negar o minimizar su dependencia de la red, justificándose en su utilidad, no siendo claramente evidente en una exploración inicial. Así como en otras adicciones, se describen una serie de disparadores y señales que lanzan la conducta aguda en el adicto a Internet que se pueden detectar. Lo habitual es que el adicto use una aplicación específica que actuaría como disparador, debiéndose examinar sus pautas las horas por semana que dedica a cada aplicación y cómo las clasificaría según su importancia y preferencia. En general, los adictos experimentan modificaciones del estado de ánimo acompañadas de sensaciones placenteras cuando están conectados, en con-

traste a las vivencias emocionales displacenteras cuando no lo están, por lo que es útil explorar: lo que experimentan en ambos extremos desde sentimientos negativos (solo, insatisfecho, inhibido, angustiado, frustrado o preocupado en la desconexión hasta el otro extremo como sentirse excitado, feliz, desinhibido, atractivo, apoyado o deseado al estar en red).

Frente a un perfil individual de personalidad con predominancia de pensamientos catastróficos reales o percibidos, Internet provee de un mecanismo de escape psicológico para evadir los mismos,

Ante experimentar vivencias de insatisfacción intensas con algún área de su vida puede utilizarse Internet como medio para evitar sucesos vitales desagradables, evitar una situación infeliz como una enfermedad, insatisfacción marital o laboral (como estrés o desempleo). Permitir transitoriamente olvidar el dolor que generan, que al reaparecer al desconectarse genera un círculo de reforzamiento.

Las diversas modalidades en que puede presentarse la adicción a Internet deben ser también objeto de análisis.

MODALIDADES DE ADICCIÓN

Se describe cuatro modalidades

1- Con la Modalidad de Adicción a las ciberrelaciones, utilizando la aplicación Grupos de Discusión, e-mail, chats, etc., se realizan búsquedas de contenidos relacionales y comunicación interactiva social con otros usuarios.

2- Con la Modalidad de Compulsiones de la red: utilizando la aplicación Páginas web, en la mayoría de los casos comerciales se realizan búsquedas de contenidos como juegos de azar, comercio electrónico, subastas, etc.

3- Con la Modalidad de Buscadores de información y "vagabundos electrónicos", utilizando la aplicación Robots de búsqueda como FTP, TELNET se efectúan búsquedas de contenidos o información de interés puntual o simplemente navegar por la red sin una meta específica.

4- Con la Modalidad de Adicción cibersexual, utilizando la aplicación Páginas web para adultos, se generan búsquedas de contenidos pornográficos o

sexuales diversos.

CRITERIOS DIAGNOSTICOS

Utilizando una serie de criterios diagnósticos parecidos a estos en sus estudios preliminares (del año 1996), Young y col basándose en los del abuso de sustancias del DSM-IV. propusieron una serie de criterios adaptados de los criterios para Juego Patológico, por correlaciones de similitudes y semejanzas de ambas patologías, estructuraron un breve cuestionario de ocho ítems de exploración:

1. ¿Se siente preocupado con Internet (pensamientos acerca de la última conexión o anticipas la próxima sesión)?
2. ¿Siente la necesidad de incrementar la cantidad de tiempo de uso de Internet para lograr la satisfacción?
3. ¿Ha hecho repetidamente esfuerzos infructuosos para controlar, reducir, o detener el uso de Internet?
4. ¿Se ha sentido inquieto, malhumorado, deprimido o irritable cuando ha intentado reducir o detener el uso de Internet?
5. ¿Se queda más tiempo conectado de lo que inicialmente había pensado

6. ¿Ha perdido o puesto en peligro alguna relación significativa, trabajo, oportunidad educativa o profesional debido al uso de Internet?

7. ¿Ha mentido a los miembros de su familia, terapeuta u otros para ocultar su grado de implicación con Internet?

8. ¿Usa Internet como un medio de evadirse de los problemas o de aliviar un estado de ánimo disfórico?

Considerándose un sujeto adicto (e infiriéndose su grado) si responde afirmativamente a 5 o más de los ítems anteriores y los síntomas no pueden ser mejor explicados por un episodio maníaco u otra patología.

TRATAMIENTO

1- En los EEUU se han organizado Programas de tratamiento, para intentar recuperar a los adictos en una forma muy parecida a otros programas como Alcohólicos Anónimos o los Jugadores en Rehabilitación. Se sustentan en la creación de grupos de apoyo y esclarecimiento externos que actúen sustituyendo grupo vinculares vía Internet, el IASG (Internet Addiction Support Group; Goldberg, 1995). Este grupo permite

que los adictos se apoyen entre sí, se conozcan y empiecen a reconocer su problema.

2- En Pennsylvania: Se encuentra la Unidad de Servicios de Salud del Comportamiento en Bradford Regional Medical Center que realiza Hospitalización de 10 días para adultos mayores de 18 años.

Basado en la Terapia Cognitivo-Conductual. En Pittsburg, Center for On-Line Addiction de la Universidad, dirigido por la Dra. Kimberly Young. Las terapias se manejan con etapas: Las primeras 72 horas son de desintoxicación tecnológica seguidas de Evaluaciones Psicológicas y Terapia de grupo Aprenden a interactuar con la tecnología de forma saludable con la consigna de “Uso Responsable de Internet”

3- En Asia: Corea del Sur, Japón y China cuentan con el mayor número de centros de rehabilitación para los que sufren de síndrome de abstinencia cibernético. Vietnam abrió su primer centro en noviembre de 2008.

4- En Latinoamérica, Perú: el Hospital Hermilio Valdizán (HHV) del Ministerio de Salud cuenta con el Centro de

Rehabilitación de Ñaña (CRÑ) estatal 1979 bajo la Dirección del Dr. Hospital.

5- En Europa, el primer centro está en Amsterdam, el Smith and Jones, Departamento dedicado a adictos - En Italia, en la ciudad de Turín, se encuentra el centro La Molinette, que comenzó a operar en el año 2010 y en Roma el Policlínico Agostino Gemelli.

En España existen programas para el tratamiento de las adicciones psicológicas, que es aplicable en el caso de Internet. (Echeburúa 1999) que consta de los siguientes pasos estratégicos:

1. Control de los estímulos vinculados a la adicción: En una primera fase de la terapia se ha de evitar la conexión, pero tras un período de abstinencia total se ha de tratar de limitar el tiempo de conexión (al margen de las obligaciones laborales) a no más de 120 minutos/día, atender el correo 1 vez al día y a una hora concreta, de conectarse en compañía, sin quitar horas al sueño y de eliminar los pensamientos referidos a la red cuando no se está conectado.

2. Exposición prolongada a los elementos suscitadores

del ansia por la conducta adictiva: La evitación de los estímulos en la mayoría de los casos es insuficiente, pues esta no se puede mantener indefinidamente, ya que aumenta el riesgo de recaídas. La recuperación total se consigue cuando se expone a los indicios de riesgo de forma regular y progresiva y es capaz de resistirse a ellos sin alejarse.

3. Solución de problemas específicos: Deben controlarse varios aspectos relacionados con la abstinencia:

- Control del cuadro ansioso de base o secundario a la abstinencia (craving por implicarse de nuevo en la conducta adictiva)

- Control de la depresión

- Control de los conflictos interpersonales

En estos puede incluirse asistencia interdisciplinaria psicológica y psiquiátrica psicofarmacológico transitoria en los casos graves.

4. Creación de un nuevo estilo de vida: Lo esencial es promover un equilibrio adecuado entre deberes y deseos.

5. Prevención de recaídas: La mantención de los logros terapéuticos es más sencilla cuando hay abstinencia total, pero si esto no es posible el objetivo será enseñar a la persona a usar Internet de forma controlada.

Algunas de las estrategias que podrían usarse son:

-Identificando situaciones de alto riesgo

-Creando respuestas de enfrentamiento a situaciones problema

-Cambiando las expectativas sobre las consecuencias de la implicación en la conducta adictiva

-Revisando el estilo de vida del paciente. Dado que en la mayoría de los casos la abstinencia no es posible de sostenerse o lograr, Young (1999) revisa los modelos de estrategias utilizadas en otras adicciones y el entrenamiento en moderación, ya que Internet parece tener la misma habilidad para proveer alivio emocional, escape mental y maneras de eludir los problemas que tiene el alcohol, las drogas, la comida o el juego, y propone el siguiente conjunto de estrategias de tratamiento:

a. Practicar lo contrario en el tiempo de uso de Internet:

Luego de evaluar el hábito de uso de Internet: explorando sobre cuándo, cuantas veces, dónde y durante cuánto tiempo se produce la conexión se busca promover conductas alternativas. La técnica consiste en romper la rutina para adaptarse a un nuevo horario. Por ejemplo, si lo primero que hace el paciente

al levantarse es chequear el correo, podemos sugerir que lo haga después de desayunar; si se conecta al llegar a casa hacerle conectarse sólo después de cenar. El objetivo es romper con los hábitos de conexión.

b. Interruptores externos:

Se trata de usar relojes o alarmas de tiempo como señales que le indiquen que debe desconectar. Como ayuda a estas alarmas naturales se pueden usar Fijar metas: Para evitar las recaídas se puede elaborar un horario realista que permita al paciente manejar su tiempo. Se puede agendar y elaborar un esquema de conexiones breves pero frecuentes, permitiendo tener sensación de control.

c. Abstinencia de una aplicación particular:

Identificada la aplicación que resulta más problemática para el paciente, debe dejar de utilizarla o sustituirla por otras. Por ejemplo si encuentra problemas con las salas de chat, las reemplaza por el correo electrónico o los navegadores Web.

d. Usar tarjetas recordatorias ilustrativas con una lista de los cinco principales problemas causados por la adicción a Internet y otra con los cinco principales beneficios de estar desconectado de Internet o abstenerse de usar una aplicación, la que pueda llevar consigo si viaja.

e. Desarrollar un inventario personal:

Crear una lista de las cosas que ha limitado o dejado de hacer a causa de su adicción, para luego clasificarlas en "muy importante", "importante" o "no muy importante", para que se haga consciente de lo que ha perdido y piense recuperar.

f. Entrar en un grupo de apoyo:

Para reemplazar el apoyo social de la red que contribuye a la adicción por un grupo de apoyo real. Por ejemplo, si un individuo ha perdido recientemente a su pareja, podríamos sugerir que entrase a formar parte en una asociación de viudos o que se implicase en actividades de la comunidad.

g. Terapia familiar:

La terapia familiar será necesaria en aquellos casos en los que las relaciones familiares se han interrumpido o han sido afectadas, que se centrará en:

-Educar a la familia en lo adictivo que puede llegar a ser Internet

-Reducir la culpa en el adicto por su comportamiento

-Promover la comunicación abierta sobre los problemas premórbidos que llevaron al

adicto a implicarse en el abuso de Internet

-Animar a la familia a colaborar en la recuperación del adicto ayudándole a encontrar nuevas ocupaciones, tomándose unas vacaciones o escuchando sus sentimientos.

Como muchos otros comportamientos problemáticos, la adicción a Internet puede tratarse solamente de un síntoma o de un trastorno secundario. La depresión, la fobia social o la adicción al sexo son alguno de los trastornos que pueden ser los responsables de una sobre implicación en la red. En estos casos el tratamiento específico para estas afecciones es primordial.

DEL BULLYING AL CYBER-BULLYING

El fenómeno del bullying no es algo ajeno o extraño, sino que hoy en día es no solo cada vez más frecuente sino que suele tener desenlaces en muchos casos muy dramáticos. Lo nuevo es que elementos aportados por la cibertecnología han impactado potenciando los efectos dañosos del bullying presencial agravando el impacto negativo del mismo.

INTRODUCCIÓN:

Para mostrar la dimensión del problema del Cyber-bullying, podemos como introducción ilustrar con un reciente caso ocurrido el día 17 de octubre de 2013 en Estados Unidos en Winter Haven Estado de Florida, en que dos niñas norteamericanas fueron arrestadas en conexión con la muerte de otra menor de 12 años, que según las autoridades se suicida después de sufrir acoso por internet durante casi un año. El cargo sobre las menores fue acoso criminal con agravantes disponiéndose judicialmente el arresto domiciliario en custodia de sus padres, previendo la posibilidad que pudieran reiterarse conductas similares hacia otras menores.

Otro caso de resonancia ilustrativa que describe el alcance de su gravedad, fue el de Rebecca Sedwick quien fuera acosada por hasta 15 niñas a través de Facebook y vía mensajes de texto. A la vez recibía amenazas reiteradas de ser golpeada y era instigada a matarse y a beber lavandina. La imputada había postado en su muro de Facebook que admitía haber hostigado a Rebecca y que no le importaba su muerte. El acoso comenzó después de

de que la imputada de 14 años comenzó a salir un chico que previamente había salido con Rebecca. La situación deviene en que la víctima termina escalando una torre de una fábrica abandonada y se arrojó al vacío.

Durante el arresto realizado luego de las pericias informáticas, los padres de las 2 niñas acosadoras negaron los hechos y al ser detenida desconociéndolos, la menor de 14 años solo mostró gran frialdad y ninguna emoción en su detención.

1- DELIMITACION CONCEPTUAL - DEFINICIONES:

El Bullying es un fenómeno de acoso en el ámbito escolar que se constituye a partir de la exclusión, la denigración, el hostigamiento, la humillación, la agresión verbal y física, en forma sostenida, por parte de un sujeto o grupo de individuos, o un tercero. El término Bullying proviene de la palabra “bully”, que en inglés tiene el significado de “bravucón, o matón”. El objetivo de esta acción es discriminar, someter e intimidar a la víctima. En esta acción intervienen varias partes necesarias: un acosado, testigo/s (o participantes pasivos), y un acosador o grupo acosador (generalmente

conducido por un líder), en un determinado medio, que es generalmente el de la institución educativa. Eventualmente puede aparecer sumada a los nombrados la figura de un protector (opositor activo del acoso). Las modalidades de bullying pueden ser de tipo presencial o virtual, como el cyberbullying, en que el acoso que se expande “viralmente” por medios virtuales, solapadamente (por las redes sociales, e-mails, mensajes telefónicos, etc.) y puede humillar de modo masivo y anónimo a una o más personas.

ACOSO PRESENCIAL

El presente fenómeno puede darse a través de diferentes modalidades:

a- Agresiones físicas o psíquicas. b- Situaciones de intriga, chantaje y amenazas c-Denigraciones generalmente público d-Marginación del grupo e- Invención de rumores y mentiras f-Acecho n la escuela o en la vía pública g- Humillaciones y burlas. h- Juego sucio y trampas en los deportes. i- Creación de apodos ofensivos

DESCRIPCIÓN DEL FENÓMENO PRESENCIAL

1-¿Cómo es posible reconocer a los alumnos víctimas de bullying?

- Se los ve solos, aislados en el aula, no comparten el

recreo con sus compañeros, se esconden, pasan mucho tiempo en el baño para no ser atacados.

- Evitan conversaciones hasta incluso con los adultos, delante del grupo agresor.

- Faltan a clases frecuentemente por razones inespecíficas de salud.

- Prefieren no hablar con los docentes o gabinete psicopedagógico por miedo a las represalias. Pueden lastimarse o “tener accidentes” en clase o en las horas de educación física con frecuencia.

- Evitan la vida social por miedo a ser humillados.

- Se les pueden detectar conductas agresivas para intentar defenderse.

- Presentan problemas de aprendizaje y falta de concentración y motivación.

- Tienen más probabilidades de abandonar la escuela.

- No son invitados a eventos sociales del grupo (cumpleaños, fiestas, salidas).

- Son excluidos a la hora de armar equipos deportivos, o para un campamento.

- A menudo se atribuyen la culpa o responsabilidad por situaciones que no han protagonizado para no estar sometidos por el agresor.

- Tienen problemas gástricos o alimentarios.

- Pueden perder el dinero del almuerzo, ya que otros se lo roban.

- Piden dar materias libres.
- La mayoría de las veces los chicos que lo padecen lo hacen en forma silenciosa y no lo hablan.

2- ¿Cuáles son las características de los alumnos agresores?

- Se involucran frecuentemente en peleas con comportamientos agresivos.
- Lideran grupos que se caracterizan por provocar desorden y maltratos.
- Son contestatarios con los adultos, a tal punto que el eje de la dinámica de la clase termina siendo la administración de sus conductas poniendo todo el foco en ellos mucho más que en los contenidos.
- Provocan situaciones límites con el docente.
- Tienen conductas manipuladoras y discursos psicopáticos.
- Tienen a culpabilizar a los demás por sus fracasos.
- Buscan seguidores y sus actos de humillación y maltrato se realizan en presencia de otros “para ganar popularidad”.
- Desconocen normativas, límites y autoridades dentro de la escuela.
- A menudo tienen dificultades de aprendizaje y su rendimiento es bajo.
- Exigen conductas serviles a cambio de inmunidad; hasta incluso piden dinero para no atacar a otro.

- En edades avanzadas pueden ser más propensos a tener problemas con las normas o la ley.

3- ¿Qué les pasa a los jóvenes que son testigos de bullying?

- Frecuentemente se sienten mal o culpables porque no hacen nada para evitarlo o defender al agredido. Se sienten cómplices.
- Se retraen al no saber cómo actuar.
- Se suman a los agresores por temor a ser atacados.
- Dejan de participar de actividades grupales para que no se descubra que ellos saben lo que está pasando.
- Temen recibir represalias si se involucran a favor de la víctima.
- En general no lo cuentan en sus casas para evitar que sus padres intervengan.
- Muchas veces minimizan lo que están viendo porque no llegan a percibir la dimensión del sufrimiento del agredido.
- Argumentan su falta de intervención naturalizando los hechos diciendo que estos son “normales para los chicos de su edad”.
- Pueden sufrir daño emocional.

4- ¿Quiénes son los alumnos que pueden ejercer el rol de protectores?

- En general, representan un porcentaje minoritario en el grupo, uno o dos que actúan cada uno por su cuenta.

- Son alumnos seguros de sí mismos y con alta autoestima y capacidades resilientes.
- Son portadores de una visión ética de lo humano y lo manifiestan en clase y fuera de ella.
- Mayormente provienen de familias que alientan la solidaridad y la inclusión.
- Saben elegir los momentos y los actores para actuar debidamente.
- Establecen, por fuera del horario escolar, una relación con la víctima.
- Sus padres se involucran en los sucesos aunque sus hijos no sean los protagonistas.

RESPUESTAS QUE DESENCADENA EL BULLYING

El bullying tiende a generar respuestas del entorno social y educativo que intentan justificar la agresión observada. Generalmente se pueden escuchar frases como las siguientes: “Este alumno es un provocador. Al fin y al cabo, ¡se merece que lo agredan!”. Desestimando el sentido común que nos dice que nunca nadie merece ser acosado ni debe aceptarse ninguna forma de violencia como resolución de un conflicto. Civilizadamente no existirían argumentos válidos sociales para producir sufrimiento.

Ante “Les recomendamos a los padres que lo pongan en terapia. Ya no depende de

nosotros”. Podríamos reflexionar que la terapia individual puede ayudar a que un joven víctima de bullying pueda elaborar el impacto que le produce la situación. Pero el fenómeno le atañe al grupo, a la escuela y a todos los padres de ese grupo. Nada se modificará si solo un actor de la trama es intervenido.

Existe la posibilidad de minimizar los hechos atribuyéndolo a “cosa de la edad. Los jóvenes vienen cada vez peor”. “Es cosa de chicos” ya que las características de la edad adolescente son particulares, pero nunca incorporan la naturalización de la violencia como parte de su esencia. Los jóvenes no son violentos por la edad que están cursando, sino que suman a su situación particular dentro del grupo, un contexto familiar y uno escolar que les permiten desplegar estas características. La minimización de estas actitudes, argumentando un tema de franja etaria, agudiza el problema y, de algún modo, lo permite.

La justificación de las instituciones pueden reflejarse en argumentaciones como “Si la mamá no hace nada, ¿qué puede hacer la institución?”. Muchas veces intentan justificarse actitudes de los alumnos violentos o de los alumnos víctimas relacionándolos con las

actitudes que tienen sus padres respecto de su cuidado y desarrollo en el colegio o con el grupo de compañeros. Sin embargo, ante la presencia de un alumno acosador o un acosado, la institución escolar tiene la obligación de intervenir más allá de contar o no con el apoyo de la familia. A veces, las instituciones escolares castigan al alumno por la actitud de sus padres y, en ese momento, el alumno recibe una respuesta negativa al ser ignorado por su escuela. De esta forma vuelve a ser victimizado. Si en su casa tampoco se hacen cargo de lo que le pasa se produce una doble victimización.

El bullying es una relación de poder que se ejerce sobre uno contra muchos; por eso hay pocos testigos. Ninguna característica del alumno y su entorno es habilitante o justificativo para ejercitar la violencia o recibirla.

Sobre los roles que se invierten

Muchas veces, el agredido, por coacción termina extralimitándose, reaccionando en forma violenta, fruto de la acumulación de la misma. Un sujeto que recibe violencia sistemáticamente y no tiene posibilidad de procesarla, estalla y, en general, es sancionado por haber reaccionado de tal

modo. En muchos casos, la víctima termina sufriendo la expulsión de la institución escolar, y así los líderes violentos ratifican su capacidad expulsiva. Lo peor que le puede pasar al agresor es saber que tiene éxito y que la escuela no encuentra el modo de detenerlo. Lo peor que le puede pasar a una víctima es no encontrar entre los adultos de la escuela alguien que pueda intervenir en su situación y ver cómo se rinden creyendo que ya no pueden incidir en la vida de los alumnos. Y no encontrar en sus compañeros alguien que los proteja.

Permitir que un alumno víctima se vaya de la escuela o expulsarlo es una reacción funcional y cómplice con el agresor que, marcando terreno de autoridad, define tácitamente las políticas de su escuela.

Surgen históricamente situaciones de reacción violenta por parte de la víctima que ha alcanzado niveles delictivos. El sábado 09 de noviembre de 2013 un alumno de quinto año en una escuela de Pontevedra, en el partido de Merlo llevó un arma de fuego a la escuela y disparó tres tiros dentro del aula. No hubo heridos. Testigos denunciaron que el chico era víctima de bullying. De acuerdo a lo publicado en medios gráficos de información las autoridades educativas del municipio afirmaron que éste

fue un hecho aislado y que no se trató de un caso de bullying. Los medios aludieron que: “Se estaba haciendo un seguimiento del chico y se habla de alguna patología”. Las autoridades de Educación del municipio informaron que fue un hecho aislado, que ni siquiera fue un caso de bullying" Sin embargo, cuatro compañeros y dos padres de 5to. año se acercaron a la salida del colegio y desmintieron estas versiones informando que "No fue su culpa; que él no estaba bien y acá lo molestaban. Si bien habían advertido varias veces a las autoridades del colegio que el alumno estaba viniendo a clase con cuchillos y con navajas. Decía que se tenía que defender de los chicos de 6to. año que lo molestaban". Todos saben que él sufría esta situación y nadie hizo nada y ahora lo niegan", relatarían sus compañeras.

Reiteradamente en Argentina se han descrito decenas de casos también que desencadenaron en hechos violentos graves u homicidios, ej. El caso de Adrián Molaron, el caso de Junín, el de Carmen de Patagones, etc.

Estratégicamente no debe aceptarse la reacción violenta como respuesta a

la violencia recibida. Si la escuela no percibió ni protegió a la víctima de los sucesivos ataques del agresor, y sólo reacciona cuando la víctima estalla descontroladamente, la peor de las resoluciones es la expulsión de la víctima devenida en agresor. Es falaz creer que “deshaciéndose” de una de las partes del problema, éste va a solucionarse.

EL CYBERBULLYING

Características

A todos los conceptos desarrollados anteriormente debemos sumarle, en este tiempo, un nuevo escenario de bullying a través de espacio cibernético.

La utilización de Internet es en general una herramienta que de algún modo, es protectora del agresor y absolutamente dañina para la víctima porque:

- Es anónimo
- Puede desarrollarse por fuera del espacio escolar
- Se amplifica rápidamente
- El acosador puede usar este medio para publicar información falsa de su blanco de ataque o develar sus datos personales como teléfono y dirección

- No depende de la fuerza física del agresor, aunque produce un severo padecimiento

- Puede generarse a partir de perfiles falsos, incluso haciendo pasar a una víctima como victimario, inventando un mail con su nombre

- Es una violencia 'limpia', no hay huellas, los testigos no ven nada

El cyberbullying no sólo mantiene en el anonimato al agresor sino que puede producirse a cualquier hora del día y desde cualquier lugar, y la tecnología que utiliza abarca computadoras, celulares, tabletas, etc. y opera a través de la Web, mensajes de texto, correo electrónico, utilizando generalmente falsos perfiles.

Los sitios de redes sociales basan su funcionamiento en la creación de un perfil personal y el establecimiento de relaciones de confianza entre los integrantes; lo que permite establecer grupos donde es posible compartir datos. Entre la información compartida, encontramos datos personales como: nombres, intereses, fotografías, etc. Los casos de acoso y acecho ocurren a partir de la información publicada, que se tergiversa y se manipula para ejercer violencia sobre alguien. Los casos de difamación y

humillación funcionan cuando los contactos de un cierto usuario publican mensajes que podrían avergonzarlo, y el segundo, cuando un usuario adopta la personalidad de otro y crea un perfil para posteriormente publicar información que podría afectar la imagen de la otra persona. Cuanto más se conozcan estos mecanismos, mayor será la posibilidad que tenga la escuela de fijar posición sobre ellos y darles herramientas a los alumnos para que actúen en caso de ser testigos, o bien pidan ayuda y revisen sus prácticas cibernéticas, en caso de ser víctimas.

Desde la explosión del "cibermundo", en general, las instituciones educativas argumentan que ese espacio no es de su responsabilidad.

Cuando la escuela trata estos temas, aquellos alumnos agresores muchas veces se plantean su accionar, temen ser descubiertos o se avergüenzan por ello, por lo que suspenden el acoso.

Hay que trabajar el concepto de huella digital: que sepan que todo lo que hacen online tiene un registro, que no es del todo anónimo y que ellos mismos se exponen. Hay que subrayar que lo que uno dice puede tener un efecto impensado en el otro, y animarlos a que traten al otro

como les gustaría que los trataran a ellos.

Si bien es imposible administrar la circulación de mensajes e información a través de las redes sociales, dado que involucra el ámbito privado de cada alumno, cuando en la escuela se enteran de situaciones de cyberbullying entre compañeros de colegio, se debe planificar una intervención sobre esa información. Lo que sucede después del horario escolar repercute al día siguiente, con alumnos que no quieren asistir a la escuela, que dejan de rendir intelectualmente, con pandillas que potencian sus actos anónimos y los transforman en ataques físicos.

El hablar de realidad virtual no indica que no sea un dato de la realidad actual.

LA COMPETENCIA DE LA ESCUELA y PREVALENCIA DEL PROBLEMA

Aquellas situaciones de violencia que se producen fuera del aula y fuera del horario escolar entre integrantes de la escuela, atañen a la institución educativa siendo ella responsable. Como por ejemplo ámbitos fuera del aula como el recreo, el comedor, los baños, en el traslado a un

natatorio, campamentos, viajes de estudios, excursiones, un acto escolar, en el manejo del kiosco.

Según un informe reciente de la Unesco el 51,1 % de los estudiantes de sexto grado de educación primaria de 16 países latinoamericanos aseguran haber sido víctimas de robos, insultos, amenazas o golpes de parte de sus compañeros de escuela.

En el marco de este trabajo, se comprobó que la Argentina se encuentra a la cabeza de casos de insultos, amenazas y violencia física entre compañeros de colegio.

En términos de insultos o amenazas, la Argentina es el país que muestra las cifras más altas.

Respecto a la violencia física entre pares, cinco países muestran altos niveles: la Argentina (23,5%), Ecuador (21,9%), República Dominicana (21,8%), Costa Rica (21,2%) y Nicaragua (21,2%). Cuba nuevamente aparece como el país con el menor porcentaje de menores que señalan haber sido golpeados recientemente (solo 4,4%). Según la Unesco, el maltrato entre estudiantes golpea con mayor fuerza a las escuelas latinoamericanas que a las de otras regiones y hace hincapié en que los varones sufren más bullying que las mujeres.

Respecto al ciberacoso un estudio efectuado en España por el InJuve, el 10,5% de los adolescentes se ve implicado en estas actividades de ciberacoso vía mensajería instantánea; el 4,6% a través del chat; el 4,3% por mensajes de teléfono, el 2,8% vía correo electrónico, el 2,7% por teléfono y el 1% a través de fotografías o videos.

Según estadísticas del Foro "Generaciones Inactivas" a los 14 años el 13% de los chicos (0% de las chicas) reconocen usar la Red para realizar ciberbullying. La cifra se estabiliza entre los 16 y 18 años en torno al 6-8%. En las chicas los picos de ciberbullying se producen entre los 11 y 13 años (10-14-10%) y a los 17 (11%). En cuanto al ciberbullying pasivo hay una marcada diferencia de género: varones de menos de 10 años, de 13, 14, 15 ó más de 17 dicen que nunca les ha perjudicado nadie online y sólo a los 11 y 17 años dicen ser víctimas el 8-9%. Sin embargo las mujeres muestran cifras muy altas: 25% de las menores de 12 años ó 22% entre las de 17, por ejemplo. Con respecto al uso del celular para realizar ciberbullying el 20% de menores de 11 años lo ha hecho, 37% de 11 años y varones, manteniéndose en

cifras muy altas en esa franja hasta los 14 años y especialmente entre los varones, ya que las chicas arrojan cifras mucho más bajas a excepción de las menores de 11. Después vuelven a remontar la tasa de ciberabusos varones y a los 17 años son el 23% y a los 18 el 35%. Como víctimas de ciberbullying vía celular el panorama sorprendentemente cambia y a cortas edades son los chicos los más perjudicados para pasar luego a ser las chicas: 10% de menos de 11 años (frente a 0% de chicas), 17% a los 13 (frente a 7% de chicas)... y luego 14% de chicas a los 15 (frente a 7 de chicos), 19% a los 16 (frente a 12%) y 17% frente a 6% a los 18. La excepción son los 17 años, en los que el 15% de chicos dicen ser agobiados.

En España este mismo Foro afirma que casi una décima parte de los menores españoles ha sufrido ciberbullying, y que ese porcentaje aumenta con la edad.

En E.E.U.U. casi el 30% de los adolescentes en Estados Unidos (5,7 millones) se ve envuelto en algún tipo de acoso escolar, ya sea como víctima, victimario o ambos según un estudio de 2009 del Centro de Prevención y Control de Enfermedades.

En Irlanda están implicados el doble de alumnos en el tema del ciberacoso que en el acoso tradicional. Es un fenómeno emergente. Hablamos de un 18% del alumnado. Se produce más entre las chicas (un 10%) que entre los chicos (un 4%). El otro 4% se refiere a alumnos que están en los dos lados, como acosadores y como víctimas (Mona O'Moore)

La recientemente sancionada ley que combate el Bullying promueve la capacidad sancionatoria de las escuelas y a la vez propone una difusión del problema en los diferentes establecimientos educativos. En septiembre de 2013, la Cámara de Diputados promulgó la ley 26892, impulsada por la diputada Mara Brawer, que trata sobre la promoción de la convivencia y el abordaje de la conflictividad social en las instituciones educativas. Si bien no es una ley sobre acoso escolar específicamente, sí se tuvo en cuenta esta problemática a la hora del debate. Para Brawer, “apuntamos, desde un enfoque integral, a la reconstrucción del lazo social, al valor de la convivencia, a la participación en la vida escolar”.

A partir de la sanción de la nueva ley, que fue aprobada por unanimidad, “estos postulados deberán plasmarse en iniciativas concretas”, dice la diputada Brawer. Esto incluye la formación de los docentes, la elaboración de guías para la actuación y la creación de una línea telefónica gratuita para la atención de situaciones de violencia en las escuelas, que forman parte de la vida institucional.

La ley también hace hincapié en el tipo de sanciones que deben aplicarse. Los expertos coinciden en que éstas deben tener un carácter de aprendizaje, no meramente punitivo. “Hay que dejar en claro qué tipos de conductas se permiten y cuáles no. La impunidad es terreno fértil para la violencia, por eso debe haber consecuencias claras ante conductas definidas”, dice Sansalone. Brawer enfatiza que “no debe haber silencio pedagógico frente al maltrato, la discriminación y el acoso. Es necesario fortalecer la tarea docente como camino para la participación de toda la comunidad”.

La televisión también se ha hecho eco del problema. La señal de cable Cartoon

Network lanzó en Latinoamérica la campaña “Basta de bullying, no te quedes callado”, que entre otras iniciativas realizó una encuesta online que recibió más de 100 mil respuestas. Para 2014 planean talleres sobre bullying para estudiantes de 4° grado.

MODALIDADES DE ABORDAJE:

Reconocer la existencia del problema es el primer paso. Saber lo que le ocurre a los alumnos, no minimizar sus estados de ánimo, sus frases, sus actitudes. Es imprescindible prepararse para hacerle frente a un fenómeno de tamaño magnitud ante los indicios

Sobre la violencia y la sanción

Uno de los roles de los educadores en la escuela es ocuparse de reducir las experiencias de violencia. Si alguien sufre porque otro le dice o le hace algo que lo hace sufrir es dato suficiente para que la escuela intervenga inmediatamente. El que lastima ejerce un acto de violencia que dentro de la institución escolar debe ser considerado como una falta. La respuesta adecuada a una falta, es la sanción acorde con la dimensión de la misma. La reflexión y

elaboración de la conducta violenta es un contenido necesario para ser abordado y convertido en una experiencia de aprendizaje, pero no suficiente. Ambas acciones, sanción y reflexión, son requeridas en una intervención pertinente en estas situaciones.

La elaboración no sustituye a la sanción. Ni la sanción, por sí misma, provee herramientas para la modificación de conductas. La sanción es una herramienta organizadora del sistema escolar. Cuando ésta no se aplica, y solo se “conversa” al respecto, se corre el riesgo de fortalecer las capacidades manipuladoras de los agresores que ponen a prueba a la institución para ver hasta dónde es posible llegar sin generar reacciones.

Frente a un acto concreto de violencia, debe darse un mensaje transformado en acto (una sanción). Ante un hecho, la respuesta no puede ser solo un espacio de reflexión porque esto habilita a futuros episodios que, se supone, no tendrán la respuesta que corresponde. El autoritarismo no es sinónimo de autoridad. La escuela ejerce autoridad sobre sus alumnos. Cuando las reglas no son claras, las decisiones son injustas. Lo que no está prohibido, está permitido. Lo que no se sanciona, se habilita.

¿Que es lo que no se debería hacerse?

-Decirle al menor que se defienda pegando.

-Mediar entre los menores, obligar al acosado y al acosador a un careo.

-Poner al acosado a trabajar junto con su acosador, obligarlos a pedirse disculpas.

-Juntar a los hostigadores: sólo se consigue potenciarlos.

-Reunir a los padres del acosador y el acosado.

-Castigar al acosador con humillaciones o con la expulsión.

Nunca debe aceptarse la reacción violenta como respuesta a la violencia recibida, pero cuando la escuela no percibió ni protegió a la víctima de los sucesivos ataques del agresor, y solo reacciona cuando la víctima estalla descontroladamente, la peor de las resoluciones es la expulsión de la víctima devenida en agresor. Es falaz creer que “deshaciéndose” de una de las partes del problema, éste va a solucionarse.

Para el caso del Cyberbullying

Si existe una denuncia de acoso a través de Internet es posible: Ayudarlo a identificar al acosador.

Actualmente existen maneras de determinar desde qué computadora o teléfono se realiza el acoso

- Acudir los padres a la escuela para contarles a las autoridades qué está pasando con el hijo y exigirles una intervención en el espacio escolar

- Hablar con los padres del acosador y, si lo que sucede es grave, no descartar la posibilidad de la denuncia policial

- Pedirle que no destruya las evidencias del cyberbullying (en Internet y/o teléfono celular) para usarlas como prueba de acoso.

DESARROLLO DE CAPACIDADES RESILIENTES

Lo que permite a la persona que sufrió alguna de las formas de bullying, la elaboración de la experiencia traumática es la presencia de algunas de las siguientes características :

- creatividad
- autonomía
- capacidad para tomar decisiones
- tolerancia a la frustración
- capacidad de introspección
- independencia

- capacidad de interacción con otros
- fomento de redes de apoyo
- sentido del humor
- iniciativa personal
- pensamiento crítico constructivo

Las personas con capacidades resilientes, de acuerdo a numerosos estudios, tienen en común por lo menos a una persona que los acepta incondicionalmente, y en jóvenes y niños específicamente, a un adulto significativo que valora sus esfuerzos y expectativas y a quien pueden acudir en situaciones difíciles. Muchas veces, ese lugar lo ocupa un docente.

CONCLUSIONES FINALES

Desde su creación Internet se introduce poco a poco cada vez más en nuestra vida, siendo las previsiones que su presencia e impacto final sea cada día de mayor relevancia en todo sentido. Es por tanto, un área de desafío necesaria que nos obliga profesionalmente a anticiparnos y actualizarnos constantemente sobre como la web puede influenciar e impactar beneficiosa o negativamente en la salud o el bienestar psicológico y social. No solo desde el

punto de vista de la adicción posible o modalidades activas de cyberbullying, sino también de los cambios personales y culturales que puede traernos la llegada del mundo virtual.

Hemos descripto en este trabajo las observaciones de las investigaciones que se han realizado sobre la adicción a Internet y Cyberbullying. A nivel clínico ya ha surgido una demanda real de ayuda, se han elaborado algunos instrumentos de evaluación, estrategias y técnicas de enfrentar y tratar los daños que potencialmente puede generar, la mayoría adaptadas de otros trastornos.

El desarrollo de Internet, al diversificarse en sus fines de acuerdo a las diversas y heterogeneas demandas globales parece imbricarse en su evolución a otras diversas y potenciales fuentes de daño, asociándose a conductas reforzantes en la capacidad de producir dependencia o perjuicio usando la web con un perfil particular posible que brinda el mundo virtual. Más aun porque en Internet tanto como medio, como por el mensaje de su contenido están y estarán insondablemente unidos y estructuralmente en sus beneficios y daños posibles por venir.

BIBLIOGRAFIA

- American Psychiatric Association (1994). DSM – IV. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. Barcelona: Masson.
- Echeburúa, E. (1999). ¿Adicciones sin drogas?. Las nuevas adicciones: juego, sexo, comida, compras, trabajo, internet. Bilbao: Desclee de Brower.
- Echeburúa, E., Amor, P. Y Cenea, R. (1998). Adicción a Internet: ¿una nueva adicción psicológica?. *Monografías de psiquiatría*, 2, 38-44.
- Echeburúa, E. y Corral, P. (1994). Adicciones psicológicas: más allá de la metáfora. *Clínica y Salud*, 5, 251-258.
- Esebbag, J. y Martínez, J. Internet: Guía práctica para usuarios (2ª Edición). Madrid: Anaya Multimedia.
- Goldberg, I. (1995). Internet addiction disorder – Diagnostic criteria. [Documento WWW]. Internet Addiction Support Group (IASG).
- Greenfield, D.N. (1999a). Virtual Addiction: Help for Netheads, Cyber Freaks, and Those who love them. Oakland: New Harbinger Publications.
- Greenfield, D.N. (1999b). The nature of Internet Addiction: Psychological factors in compulsive internet use. Presentado en los encuentros de la APA de Boston, Massachusetts, 20 de Agosto de 1999.
- Griffiths, M.D. (1997). Technological addictions: Looking to the future. Artículo presentado en la 105th Annual Convention of the American Psychological Association, Chicago, Illinois.
- Griffiths, M.D. (1998). Internet addiction: Does it really exist? En J. Gackenbach, *Psychology and the Internet: Intrapersonal, interpersonal and transpersonal implications* (pp 61-75). New York: Academic Press.
- Grohol, J.M. (1997). Internet addiction disorder: An examination of the facts. [Documento WWW]. Mental Health Net.
- Guerricaechevarría, C. Y Echeburúa, E. (1997). Tratamiento psicológico de la adicción al teléfono (líneas party line y eróticas): un caso clínico. *Análisis y modificación de conducta*, 23 (91), 697-727.
- Hector S. Basile (sep. 2006) Alcmeon, *Revista Argentina de Clínica Neuropsiquiátrica*, vol. 13, Nº 2, Adicción a Internet Ciberadiccion, págs. 74 a 90.
- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukopahyay, T. Y Scherlis, W. (1998). Internet paradox: A social technology that

reduces social involvement and psychological well-being? *American Psychologist*, 53(9), 1017-1031.

• McKenna, K.Y.A. y Bargh, J.A. (1998). Coming out in the age of internet: identity "Demarginalization" through virtual group participation. *Journal of personality and social psychology*, 75 (3), 681-694.

• Morahan-Martin, J.M. Schumacker, P. (1997). Incidence and correlates of pathological internet use. Artículo presentado en la 105th Annual Convention of the American Psychological Association, Chicago, Illinois.

• Petrie, H. y Gunn, D. (Dic 1998). Internet "addiction": the effects of sex, age, depression and introversion. Artículo presentado en la British Psychological Society London Conference.

• Prat Pratarelli, M.E., Browne B.L. y Johnson, K. (1999). The bits and bytes of computer/Internet addiction: A factor analytic approach. *Behavior research methods, instruments and computers*, 31(2), 305-314.

• Thompson, S. (1996). Internet connectivity: addiction and dependency study. Tesis de master inedita. Pennsylvania State University.:

• Young, K. S. (1996). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. Artículo presentado

en la 104th annual meeting of the American Psychological Association, August 11, 1996. Toronto, Canada.

• Young, K. S. (1997). What makes the Internet Addictive: Potential explanations for pathological Internet use. Artículo presentado en el Annual Meeting of the American Psychological Association, Chicago, IL, Agosto, 1997.

• Young, K.S. (1999). Internet addiction: symptoms, evaluation and treatment. En L. VandeCreek & T. Jackson (Eds.) *Innovations in Clinical Practice: A source book*. Sarasota, FL: Professional Resource Press.

• Young, K.S., Pistner, M., O'Mara, J. y Buchanan, J. (1999). Cyber-Disorders: The mental health concern for the new millenium. Artículo presentado en el 107th Annual Meeting of the American Psychological Association, Boston, MA., 21 de Agosto de 1999.

• Young, K.S. y Rodgers, R.C. (1998a). Internet addiction: Personality traits associated with its development. Artículo presentado en el 69th annual meeting of the Eastern Psychological Association.

• Young, K.S. y Rodgers, R. C. (1998b). The relationships between depression and Internet addiction. *Cyber-Psychology and Behavior*, 1, 25-28.

- Cuaderno de Orientación de Fundación Ana Frank de la Ciudad de Buenos Aires, publicado por Telecom Argentina, 2012
- Nota de Diario La Nación a Comunidad No + Bullying publicada en fecha 14 de febrero del año 2014
- Aportes Fundación Libres de Bullying sita O'Higgins 1665 P.B. "A" C.A. de Buenos Aires Tel. (011) 4783-4306 – Cel. (011) 15-4185-6533 info@libresdebullying.com.ar
- Conferencia Bullying y Cyberbullying Ateneo Anual Pericial Corte Suprema de Justicia de la Nación, año 2013
- UNESCO: "Poner fin a la Violencia en la Escuela" Guía para los docentes. 2014
- Foro "Generaciones Inactivas", año 2010