

WARZONE

PANTALLES A LA INFÀNCIA, L'ADOLESCÈNCIA I JOVENTUT



QUÈ ENS DIUEN LES DADES?

Uso compulsivo de internet (CIUS \geq 28)

Prevalencia uso compulsivo de internet (CIUS \geq 28)

entre todos los estudiantes de 14-18 años

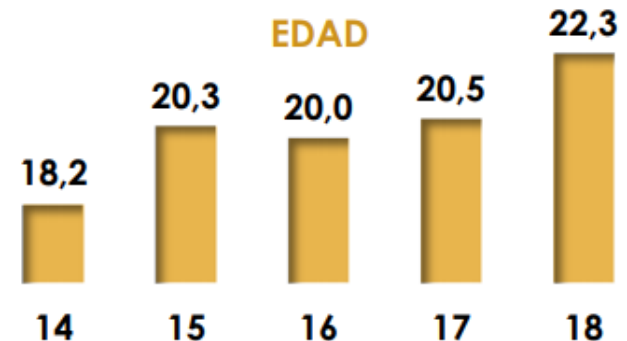
14-18 años



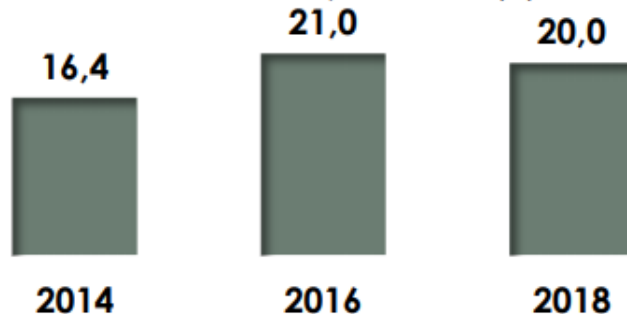
SEXO



EDAD



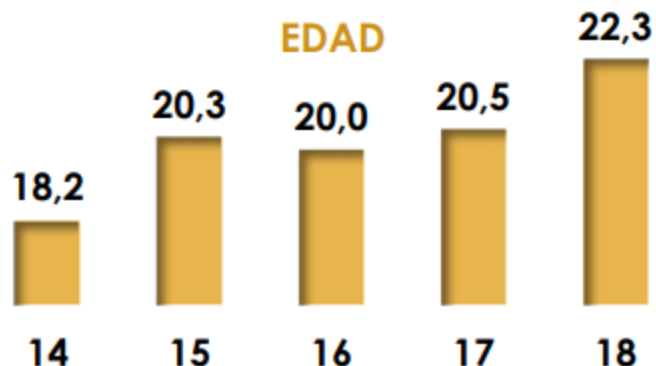
Evolución prevalencia (%)



The Compulsive Internet Use Scale (CIUS)

- 14 preguntas
- Puntuación total **56 puntos**
- Uso compulsivo de internet **28 puntos o más.**

QUÈ ENS DIUEN LES DADES?



Taula 101. Prevalença del possible ús compulsiu d'Internet, segons l'escala CIUS⁽¹⁾, entre els estudiants d'educació secundària de 14 a 18 anys, segons el sexe i l'edat (%). Catalunya, 2018

	Total	Homes	Dones	14 anys	15 anys	16 anys	17 anys	18 anys
Ús compulsiu d'Internet (CIUS \geq 28)	24,3	21,2	27,1	23,2	27,3	24,2	21,8	25,6

(1) CIUS: The Compulsive Internet Use Scale.

Font: Sub-direcció General de Drogodependències. Agència de Salut Pública de Catalunya. Anàlisi per a Catalunya de l'Enquesta sobre l'ús de drogues a l'ensenyament secundari a Espanya (ESTUDES) 2018. Observatori Espanyol de les Drogues i les Addiccions. DGPNSD.

QUÈ ENS DIUEN LES DADES?

Jugar dinero

Prevalencia jugar dinero online

(total de estudiantes 14-18 años en el último año)



10,3 %



EDAD

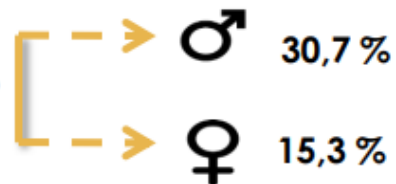


Prevalencia jugar dinero presencial

(total de estudiantes 14-18 años en el último año)



22,7 %



EDAD

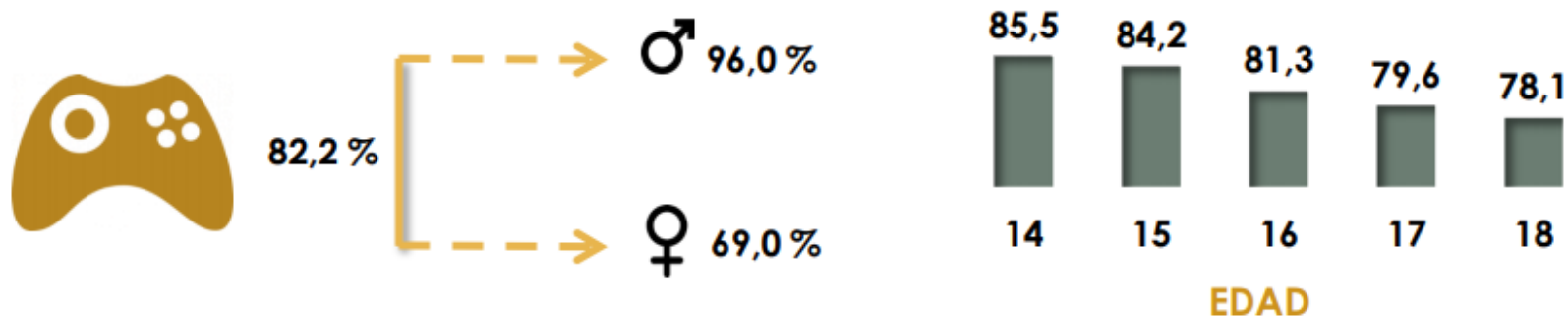


QUÈ ENS DIUEN LES DADES?

Jugar a videojuegos, eSports

Prevalencia de jugar a videojuegos

entre todos los estudiantes de 14-18 años en el último año



Prevalencia de jugar a eSports



Prevalencia de espectador de eSports



USOS MÉS HABITUALS

- Jocs d'atzar amb aposta
- Videojocs i jocs de multi jugadors en línia
- Xarxes Socials: whatsapp, facebook, twitter, instagram, tik-tok, etc.
- Continguts diversos (youtubers, tutorials, cuina, alimentació, sexe, etc.)

TÉ UN PROBLEMA??

ESTÀ ENGANXAT/ADA??

SIGNES D'ALERTA ...

SIGNES D'ALERTA

- Preocupació per connectar-se al arribar a casa i no és capaç d'estar en un lloc sense cobertura.
- No ser capaç d'estar sense mòbil, ordinador o altre aparell digital.
- Mostra angoixa, irritabilitat o depressió si no pot connectar-se.
- Redueix temps de descans per està connectat.
- Li costa seguir les normes en quant al temps de connexió.
- Augmenten els conflictes familiars per el temps dedicat a l'activitat digital.
- Perd l'interès per activitats lúdiques i socials que sempre li han agradat. Pot arribar a abandonar aquestes activitats.

SIGNES D'ALERTA

- Redueix el contacte social per està més temps connectat i les amistats virtuals tenen cada vegada més pes.
- Perd la noció del temps afectant al descans, als àpats i a les responsabilitats escolars.
- Es fan despeses excessives en jocs, accessoris i aplicacions.
- Disminueix el rendiment acadèmic i les obligacions diàries.
- Disminueix en quantitat i qualitat la comunicació familiar.
- S'observen conductes d'evitació, engany i manipulació amb les persones adultes de confiança.

RISCOS ASSOCIATS ALS USOS DE LES TIC

Riscos en les relacions i la identitat:

- Ciberbulling
- Sexpreding (Sexdifusió)
- Sextorsió
- Grooming
- Robatori d'identitat
- Ham/Trolling
- Griefing



RISCOS ASSOCIATS ALS USOS DE LES TIC

Riscos en la seguretat:

- Phishing/Smishing/Vishing
- Pharming
- Hacker
- Cracker



Altres continguts i riscos:

- Contingut agressiu. Ciberterrorisme/ciberkrim
- Contingut sexual
- Hàbits saludables vs patològics
- Sectes coercitives
- Reptes virals vs reptes suïcides

RECOMANACIONS FAMILIARS

- Acompanyament digital
- Límits clars i assumibles
- Comunicació assertiva,
- Diversificació d'usos i activitats
- Facilitar espais de joc amb amics
- **MODELATGE.**



RECOMANACIONS

INFÀNCIA

- De 0 a 3 anys: no pantalles
- Dels 4 als 6 anys: menys de mitja hora diària.
- Dels 7 als 12 anys: increment progressiu i supervisat

Dispositius en espais comuns i oberts.

Ajudar-los a desconnectar de les pantalles abans de sopar i anar a dormir i deixar els dispositius digitals fora de les habitacions.

ADOLESCÈNCIA I JOVENTUT

Diferenciar el temps d'ús entre temps d'estudi, de feina i d'oci.

Respectar l'espai d'intimitat i autonomia, permetent l'ús d'eines digitals a l'habitació

Arribar a acords i fomentar que la persona assumeixi la responsabilitat de desconnectar els aparells a la nit

Estar alerta que l'ús de pantalles no afecti negativament als diferents àmbits de la persona (estudis, comunicació familiar, salut, etc)

ADOLESCENTS DIGITALMENT COMPETENTS



RECOMANACIONS A CENTRES EDUCATIUS

- Elaborar protocols d'actuació

Protocol d'ús de les eines digitals per l'alumnat:

- Dissenyar, desenvolupar i avaluar el protocol conjuntament amb les famílies i els adolescents.
- Establir normes i conseqüències clares i assumibles.
- Elaborar grups de treball per fer el seguiment del protocol.

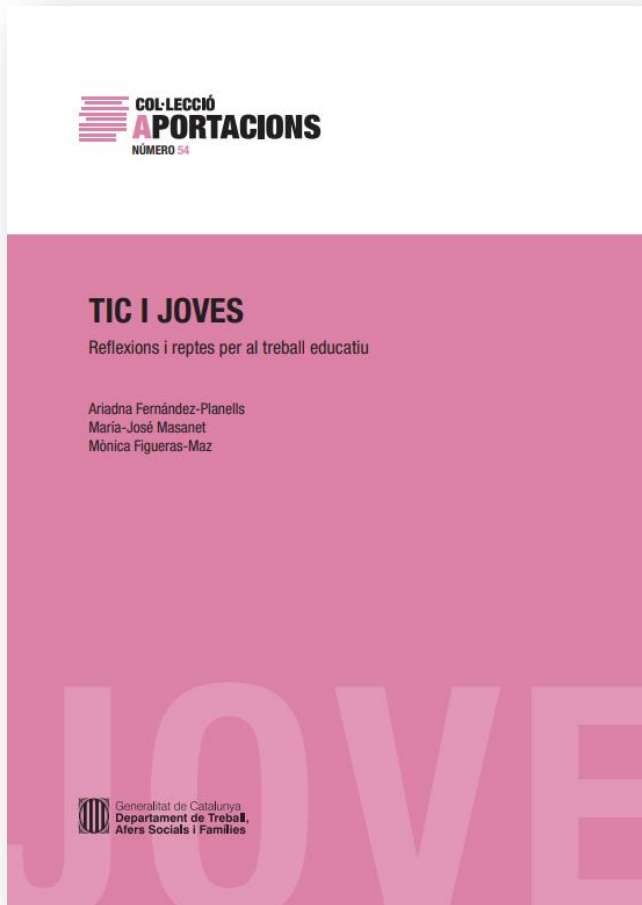
Protocol d'ús de les eines digitals pels docents:

- Modelatge.
- Concretar com actuarà el professorat davant de situacions on els adolescents no compliment de les normes establertes

RECOMANACIONS A CENTRES EDUCATIUS

- Programes de prevenció per l'alumnat i les famílies.
- Formació per l'equip docent.
- Conèixer la xarxa d'atenció a la salut mental i a les addiccions.
- Establir accions per potenciar els factors de protecció.

MATERIALS D'INTERÈS



MATERIALS D'INTERÈS



GRÀCIES!



@lets_chat_joves



letschatjoves@grupatra.org



673 974 725



www.grupatra.org

