

# Contención emocional

REDES SOCIALES



COLEGIO  
SANTA TERESA - ILLAPEL

Compañía de Santa Teresa de Jesús

## CONSECUENCIAS DEL USO DE LAS TICS

- ✓ El tipo de uso y la cantidad de tiempo que se pasa usando tecnologías, pueden significar una mejora en algunos aspectos (ayuda para estudiar, organizarse o relacionarse con amigos). Sin embargo, en otros casos pueden deteriorar la calidad de vida de los escolares, produciendo bajas en los promedios de notas y también en aspectos psicológicos, aumentando la sensación de soledad, ansiedad social y depresión, entre otros.
- ✓ Hay que tener en cuenta que los problemas asociados a las tecnologías tienen su origen fuera del ciberespacio (conflictos propios de la adolescencia, falta de disciplina en el hogar, etc.) y que repercuten en las relaciones cara a cara. Por esto es fundamental buscar siempre qué es lo que está detrás de las conductas.

SOCIAL MEDIA

MARKETING

## ¿Cómo impactan las TICs en la vida de los escolares?



- ✓ Existen ciertas herramientas, como el chat o navegar desde el computador, que pueden ayudar a las calificaciones y el rendimiento en general (siempre pensando en una cantidad de horas moderadas).
- ✓ Sin embargo, se ha identificado que el tiempo excesivo en plataformas como redes sociales, videojuegos o sitios de videos, están relacionadas negativamente con el promedio de notas.

# SOLEDAD



- ✓ La exposición de tiempo excesiva en redes sociales (sobre todo sitios donde hay anonimato) y viendo videos en internet, están relacionados con la sensación de soledad que pueden tener los jóvenes.
- ✓ El problema con esto recae en que los vínculos entre personas son más fuertes, mientras que los que se construyen a través de Internet son débiles y por ende, en una gran cantidad de casos el “hacer amigos en Internet” solo agudizaría los problemas de socialización y también su sensación de soledad.

# AUTOESTIMA



- ✓ La autoestima corre la misma suerte que la sensación de soledad en lo que respecta al uso de tecnologías. Si bien se ha observado que hay una relación negativa entre el uso de redes sociales, plataformas de fotografías y la percepción sobre el cuerpo; otras experiencias indican que la interacción en redes sociales puede promover la autoestima y el bienestar, siempre y cuando las respuestas y/o comentarios de terceros sean positivos.

# RELACIONES SOCIALES



- ✓ Los jóvenes hoy están reescribiendo la forma de integrarse entre pares y lo están haciendo a través de las redes sociales. Participar en redes sociales significa desarrollar ciertos valores o aprendizajes sociales que son propios de lo digital y que sólo aplican en este contexto. Aunque esto en sí acarree un gran valor, no se puede pasar por alto que también puede conflictual el desarrollo de relaciones sociales más tradicionales (presenciales).

# APEGO Y DEPENDENCIA



- ✓ Las personas por naturaleza necesitan conectarse con los demás. A través de la socialización llegan a generar lazos con su entorno cercano, a sentirse bien consigo mismo al saber que los demás se preocupan y a querer saber qué pasa con los otros. Esto sucede en adultos y en menores, pero en la etapa adolescente es mayor la necesidad de relacionarse con sus pares, por eso se genera una dependencia a la conexión mucho mayor. Se ha visto por sus actividades relativas a las TICs que es casi su principal objetivo en esa edad.

**Según Vincent J (2005) se ha observado que la mayor cantidad de apego y dependencia sucede con el celular inteligente:**

- 65% Se ha desvelado por quedarse revisando el celular de noche.
  - 57% Siente que algo le falta si no tiene el celular.
  - 56% Revisa su celular, aunque no suene ni vibre.
  - 52% Le incomoda si se le acaba la batería del celular y no la puede cargar.
- 