

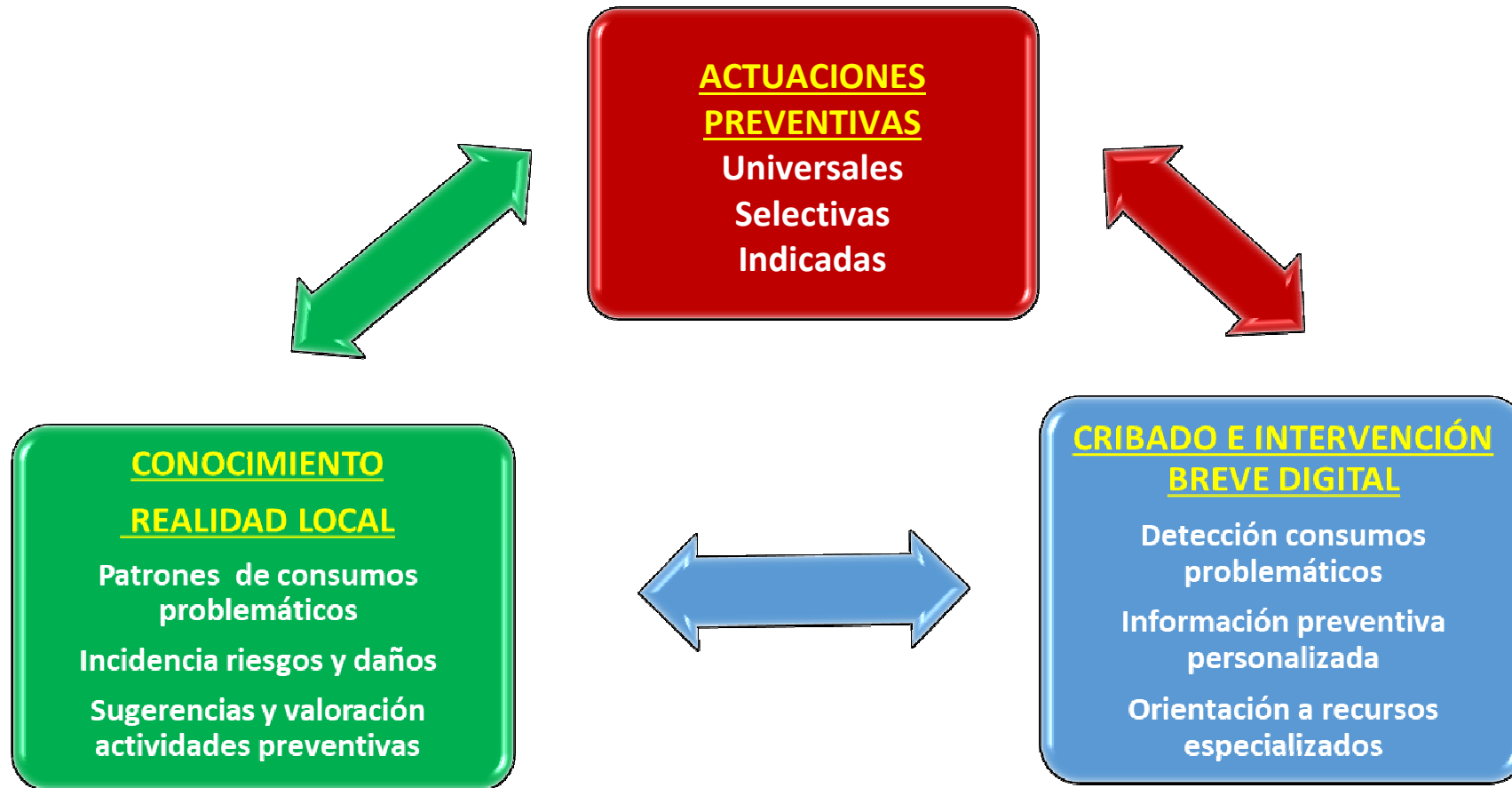
# *PiensaTIC\_Mijas*

Programa interactivo de prevención y reducción de los riesgos y daños del uso problemático de las tecnologías de la información y la comunicación en adolescentes y jóvenes



# PiensaTIC\_Mijas

Programa interactivo de prevención y reducción de los riesgos y daños del uso problemático de las tecnologías de la información y la comunicación en adolescentes y jóvenes

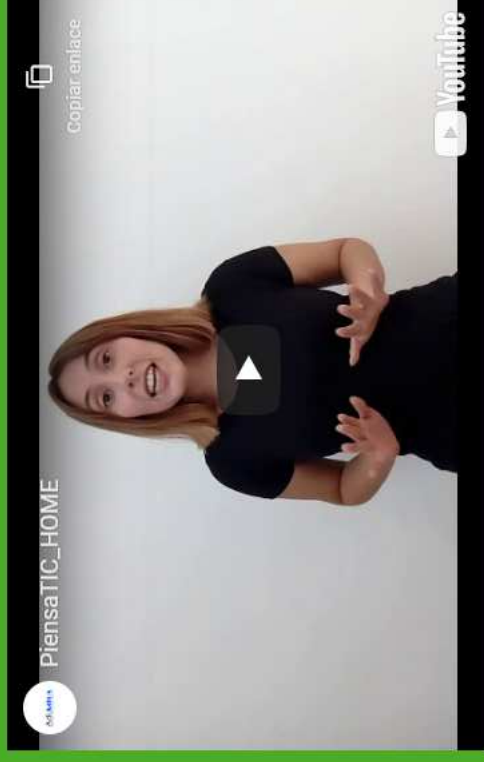


# PiensaTIC

# Mijas

Pensando en los jóvenes

ATRÉVETE



QUÉ ES PIENSATIC

CONTACTO

EDUCADORES

FAMILIARES

# Piensa TIC\_Mijas

Programa interactivo de prevención y reducción de los riesgos y daños del uso problemático de las tecnologías de la información y la comunicación en adolescentes y jóvenes

## Conducta objetivo: Uso Problemático de Internet y TIC

- Uso compulsivo de las redes sociales
- Uso compulsivo de videojuegos
- Exposición a contenidos violentos y/o pornográficos
- Juegos de azar y apuestas
- Acoso y/o relaciones inapropiadas

# Piensa TIC\_Mijas

Programa interactivo de prevención y reducción de los riesgos y daños del uso problemático de las tecnologías de la información y la comunicación en adolescentes y jóvenes

## Instrumentos de cribado y valoración

- CIUS (Compulsive Internet Use Scale)
- YDQ (Young's Diagnostic Questionnaire)

## Otras áreas a evaluar

- Frecuencia de conductas de riesgo y protección
- Conflictos académicos
- Creencias normativas
- Motivación para el cambio

# PiensaTIC\_Mijas

Programa interactivo de prevención y reducción de los riesgos y daños del uso problemático de las tecnologías de la información y la comunicación en adolescentes y jóvenes

## Feedback de Riesgo

- Bajo Riesgo: CIUS < 19
- Medio Riesgo: CIUS > 18 y < 28
- Alto Riesgo: CIUS > 28
- Muy Alto Riesgo/Dependencia: CIUS > 28 y IDQ > 5

## Feedback Normativo

- Comparación de la percepción normativa del propio uso de internet y los datos de los estudios de la incidencia y características del uso problemático de internet en la población de referencia

# Piensa TIC\_Mijas

Programa interactivo de prevención y reducción de los riesgos y daños del uso problemático de las tecnologías de la información y la comunicación en adolescentes y jóvenes

## Menú de consejos personalizados de cambio

### ➤ Incrementar conductas de protección deficitarias

- ✓ Practicar algún deporte, hacer ejercicio.
- ✓ Leer libros como diversión (sin tener en cuenta los libros del colegio)
- ✓ Salir con amigos por las tardes de compras, a dar un paseo, ir a un parque para pasar el rato.
- ✓ Practicar otros hobbies (tocar un instrumento, cantar, pintar, escribir..)

### ➤ Reducir conductas de riesgo abusivas

- ✓ Uso de WhatsApp y Email
- ✓ Uso de las redes sociales (Facebook, YouTube, Twitter, Instagram, Snapchat, etc.)
- ✓ Juegos de realidad virtual (estrategias de guerra, juegos en primera persona, etc.)
- ✓ Juegos de habilidad (Candy crush, Angry birds, etc.)

### ➤ Cesar conductas de alto riesgo

- ✓ Jugar dinero en internet (ruleta, póker, bingos, apuestas en deportes)
- ✓ Visitar páginas sólo para adultos (de violencia, sexo, etc.).

### ➤ Accesoría on-line e información de recursos de ayuda

# PiensaTIC\_Mijas

Programa interactivo de prevención y reducción de los riesgos y daños del uso problemático de las tecnologías de la información y la comunicación en adolescentes y jóvenes

## EDUCADORES:

Información sobre patrones y riesgos de uso problemático de las TIC entre los adolescentes y los jóvenes

Información en tiempo real de la participación de sus alumnos en el programa y del nivel de riesgo que presentan.

## FAMILIARES:

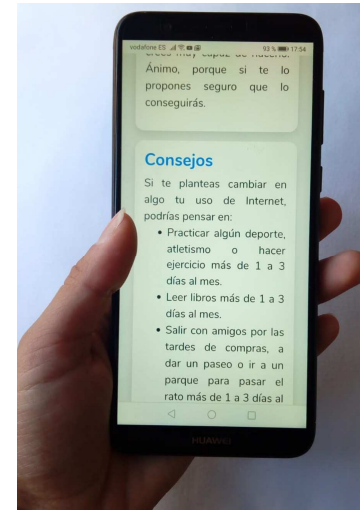
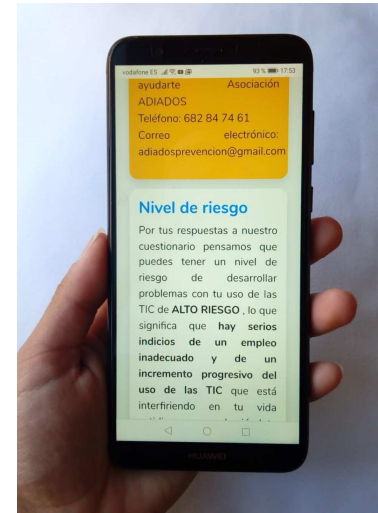
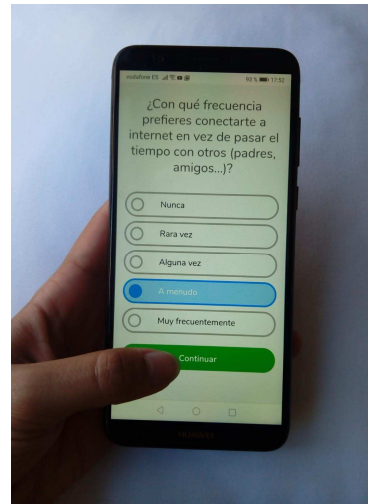
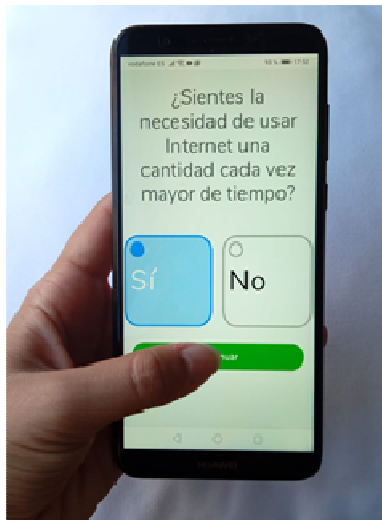
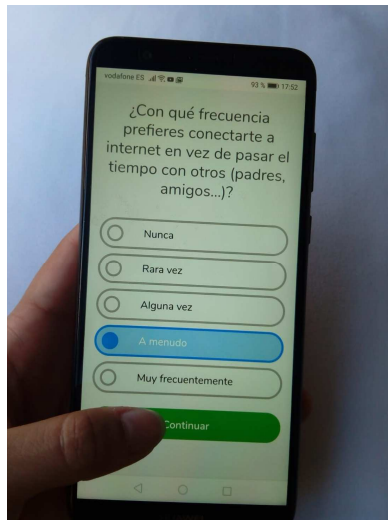
Información sobre los riesgos del uso problemático y de las formas de prevenirlos en sus hijos.

Encuesta sobre los posibles síntomas y riesgo de uso problemático entre sus hijos



# PiensaTIC\_Mijas

Programa interactivo de prevención y reducción de los riesgos y daños del uso problemático de las tecnologías de la información y la comunicación en adolescentes y jóvenes



[www.piensaticmijas.net](http://www.piensaticmijas.net)