

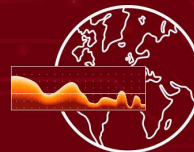


AS TECNOLOGIAS DIGITAIS INTEGRADAS NO COTIDIANO



O Brasil é o **2º país no mundo** que mais usa a internet diariamente **16 a 64 anos**

Enquanto a **média mundial** de uso da internet é de menos de **7 horas**, no **Brasil** é mais de **10 horas**



Os brasileiros são os que **mais comentam** nas redes sociais

Jogos eletrônicos são a **principal atividade de lazer** de crianças, adolescentes e adultos no mundo



79% das crianças brasileiras entre 7 e 19 anos são usuárias da **internet**

Mas há grandes diferenças sociais:

97% das crianças da população mais rica têm acesso à internet



Enquanto **somente 51%** das crianças mais pobres têm acesso



A SEPARAÇÃO ENTRE O “**REAL**” E O “**VIRTUAL**” FAZ CADA VEZ MENOS SENTIDO



O uso das tecnologias digitais no Brasil se tornou um **desafio** para a **educação** -
Construir uma cultura digital positiva

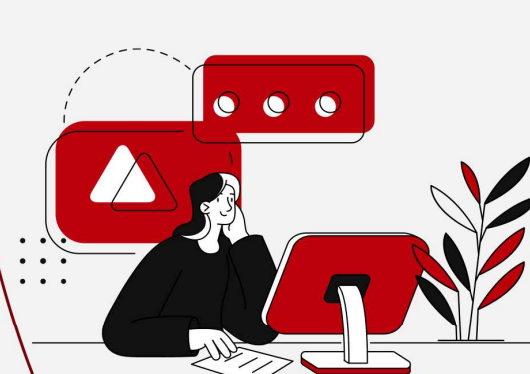
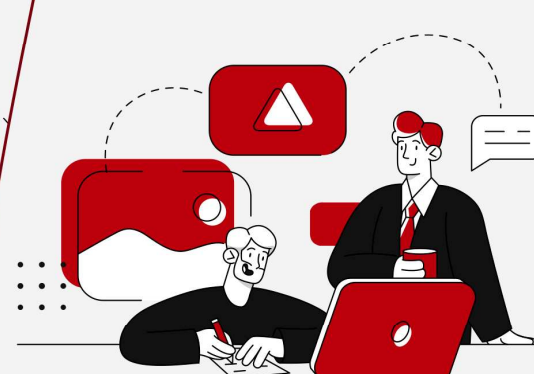
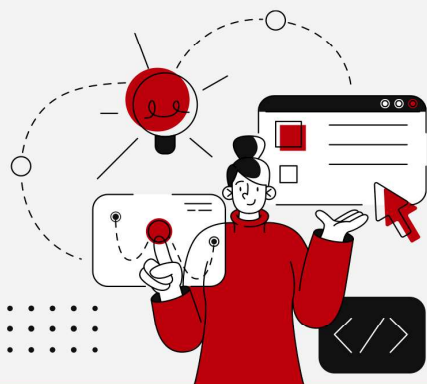
AS TECNOLOGIAS E A HUMANIDADE

A humanidade passou a criar diferentes tecnologias usando os recursos disponíveis para solucionar problemas ou transformar o ambiente a seu favor.

Novas tecnologias frequentemente trazem mudanças no viver humano. A roda, a escrita, o carro e telefonia transformaram nossas vidas.

A linguagem oral é considerada um marco para a humanidade – a escrita é considerada o segundo grande salto – as tecnologias digitais o terceiro.

Busca-se hoje avaliar os impactos das tecnologias digitais nas dimensões psicológicas, sociais e físicas



Como as novas tecnologias digitais **mudam rapidamente**, a ciência, frequentemente, produz conhecimentos sobre os **impactos de determinado uso** quando ele foi ou está sendo **substituído** por outro.

OS IMPACTOS DAS TECNOLOGIAS DIGITAIS AINDA NÃO ESTÃO CLAROS

A maioria das pessoas usa de forma saudável. Para avaliar a qualidade do uso, é necessário avaliar diversos aspectos.

POR QUEM É UTILIZADA?



Exemplo:

Por uma criança de **2 anos** ou uma de **12 anos**?

QUANDO É UTILIZADA?



Exemplo:

Usa no **momento do estudo** ou quando poderia estar **interagindo com a família**, ou ainda quando deveria estar **dormindo**?

POR QUANTO TEMPO É UTILIZADA?



Exemplo:

O tempo de uso **avança sobre o tempo** para atividades físicas, estudos, atividades sociais ou outras importantes?

POR QUE E QUANDO É UTILIZADA?



Exemplo:

Para **conversar** com um amigo ou parente?
Para **estudar**? Para evitar o convívio ou **agredir** alguém?

A maioria das pessoas usa de forma saudável. Mas é necessário orientar o uso de crianças e adolescentes

RECOMENDAÇÕES DE USO

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA

DE 0 A 2 ANOS

Evitar a exposição a telas.

DE 2 A 5 ANOS

No máximo 1 hora por dia.
Com acompanhamento.

DE 6 A 10 ANOS

Máximo de 2 horas por dia.
Com supervisão.

DE 11 A 18 ANOS

Limitar o tempo de telas e videogames a 3 horas por dia.
Com supervisão.



Com a pandemia de covid-19 e as contingências que o momento impõe, facilmente a carga horária diária recomendada esta sendo ultrapassada, inclusive para realização de atividades escolares remotas. Desse modo, cuidar da qualidade e tempo de uso se torna ainda mais importante.

Crianças e adolescentes com **suporte** e **relações sociais de qualidade** tendem a usar melhor as tecnologias digitais.

VÍCIO EM VIDEOGAMES?

Já está documentado o **transtorno do jogo pela internet**.
Mas há **controvérsias** em seu diagnóstico.

São mais vulneráveis os que já têm problemas emocionais ou transtornos mentais prévios.



Jogos eletrônicos podem ser ferramenta de aprendizagem e desenvolver várias habilidades cognitivas.

- Melhora da criatividade
- Melhora da motivação
- Aumento da cooperação
Jogos colaborativos

Deve soar o sinal de alerta quando os jogos trazem prejuízo à funcionalidade da vida no aspecto escolar, familiar, social e/ou na saúde

O QUE OS **EDUCADORES** PODEM FAZER EM RELAÇÃO AOS **JOGOS ELETRÔNICOS**?

EVITAR PRECONCEITOS



- ▶ Não condenar sem conhecer.
- ▶ Não desqualificar o jogo como forma de diversão.
- ▶ Estar aberto ao novo. *Não é porque não gostamos que é necessariamente ruim.*

MOSTRAR INTERESSE



- ▶ Buscar saber as habilidades que os estudantes têm e os desafios que o jogo impõe.
- ▶ Entender o objetivo dos jogos pelos quais as crianças e adolescentes se interessam.
- ▶ Relacionar o contexto dos jogos com conteúdos escolares.

PENSAR COMO INCLUIR OS JOGOS NOS OBJETIVOS EDUCACIONAIS



- ▶ Auxiliar os estudantes a identificar as habilidades que os jogos desenvolvem, assim como pensar sobre os prejuízos que podem trazer.
- ▶ Discutir com os estudantes sobre os jogos que consideram que tenha maior potencial positivo, dentre os que gostam, e promover competições ou grupos colaborativos entre os estudantes.



AS REDES SOCIAIS E OS ADOLESCENTES

O QUE PODE SER POSITIVO



A maioria usa de **maneira saudável**, não há evidências da relação com o aumento de transtornos mentais.

“**Selfies**”, preocupar-se com a autoimagem, fazer parte de grupos nas redes são **comportamentos normais da adolescência**.

Redes sociais podem **fortalecer o vínculo** com colegas e amigos. Mas a **qualidade** é mais importante que a quantidade.

O QUE PODE SER PREJUDICIAL



Exacerbação da **preocupação com a imagem** e frequente **sentimento de inadequação** podem aumentar a ansiedade.

Quando o tempo nas redes sociais levam ao **sedentarismo** ou **comprometem as horas de sono**.

Podem ser prejudiciais se o adolescente tem **questões prévias de saúde mental**.

ADULTOS PRECISAM **AVALIAR** SEU PRÓPRIO USO

O modo como os adultos usam as tecnologias digitais afetam os mais jovens.

Crianças e adolescentes não gostam quando conversam com os adultos e eles olham para o celular.

A construção de uma cultura digital positiva e ética exige reflexão e uso crítico por todos.

O uso pelos adultos serve de modelo para crianças e adolescentes.



CYBERBULLYING E VIOLÊNCIA PELAS REDES VIRTUAIS

CYBERBULLYING = intimidação, humilhação, calúnia, exposição ou perseguição via mídias sociais por uma ou mais pessoas e que pode acarretar consequências sérias às vítimas.

A possibilidade do **anonimato** aumenta a **sensação de impunidade** do agressor.

A **rápida disseminação** nas redes pode tornar o cyberbullying ainda **mais devastador**.

Pode acontecer **em combinação** com o bullying em outros espaços.

É **comum que a vítima** entenda que merece a agressão e **não busque ajuda**.

Aqueles que **já sofreram** algum tipo de vitimização, têm maior risco de se tornarem **novamente vítimas**. Vulnerabilidades na vida **“real”** aumentam risco na vida **“virtual”**.



CULTURA DO CANCELAMENTO

Criticar agressivamente ou **banir** alguém das redes sociais por uma ação ou opinião não aceita pelo grupo. Pode ser uma reação à uma injustiça – mas pode ser uma **manifestação de intolerância** à opiniões ou posicionamentos diferentes do grupo.

ALUNOS MAIS VULNERÁVEIS



■ Crianças ou jovens mais **retraídos**, que se mostram **inseguros** socialmente ou com **baixa autoestima**.

■ Estudantes que apresentam **menos habilidades sociais**.

■ **Diferenças** culturais, étnicas, religiosas, físicas ou cognitivas.

■ Questões de **gênero** ou **orientação sexual** [público lgbtqia+].

■ Um **estudante novo** na escola.

BUSQUE EM CONJUNTO COM A EQUIPE EDUCACIONAL ESTRATÉGIAS PARA PROTEGER OS ESTUDANTES COM MAIOR RISCO PARA SOFRER CYBERBULLYING:

Buscar estudantes do grêmio ou de outras ações de liderança para apoiar e integrar os estudantes que podem ser mais vulneráveis.

Observar indícios de exclusão ou agressão e comunicar a gestão.

Não aceitar ações de exclusão, agressão ou humilhação nas comunicações pelas redes sociais, na sala de aula ou em qualquer outro espaço.

Abrir espaço para dialogar com os estudantes sobre o cyberbullying e o grande sofrimento que ele pode gerar.

USANDO AS REDES SOCIAIS EM PROL DA SAÚDE EMOCIONAL E MENTAL



Explorar o potencial das redes sociais para fortalecer o **vínculo** com os **estudantes**, com as **famílias** e com a **comunidade**.



Organizar os **canais de comunicação** para que sejam **efetivos**. Escolher canais para **objetivos específicos**.



Ter **canais abertos** para que os **estudantes** possam comunicar questões **emocionais** ou de **relacionamento**.



Usar as redes para o **fortalecimento** do vínculo e **apoio mútuo** entre a **equipe escolar**, em geral.

Pensar o uso das **tecnologias digitais** para fortalecer o **suporte social e emocional** à comunidade escolar, no contexto da pandemia e também como recurso permanente.

EDUCADORES E AS REDES SOCIAIS EM PROL DA SAÚDE EMOCIONAL E MENTAL

Combine com os estudantes de suas turmas quais redes sociais e de que modo podem usá-las para o bom relacionamento e aprendizagem.

Fique atento aos alunos mais vulneráveis ao cyberbullying e outros indícios, como, falas agressivas sobre um aluno, gozações, exclusão das atividades.

Mantenha canais de comunicação abertos. Mostre-se disponível aos estudantes para o apoio em momentos de dificuldade ou sofrimento.

Mostre-se disponível aos seus colegas para apoio em momentos de dificuldade ou sofrimento. Busque também apoio do grupo quando você sentir que precisa.

