

UNIVERSIDAD DE PALERMO

Facultad de Ciencias Sociales

Carrera de Psicología

Trabajo Final Integrador

Los usos de las tecnologías y su relación con el bienestar en niños

Alumna: Alejandra Tourn

Tutor: Damián Molgaray

Buenos Aires, 21 de Agosto de 2020

Índice

1. Introducción	4
2. Objetivos	5
2.1 Objetivo General	5
2.2 Objetivos Específicos	5
3. Marco teórico	6
3.1 Conceptualización de Bienestar	6
3.1.1 Bienestar subjetivo y bienestar psicológico.....	8
3.2 Bienestar y niñez	9
3.2.1 Reconocimiento de los derechos de los niños.....	10
3.2.2 Investigaciones sobre Bienestar en niños.....	11
3.3 El uso de tecnologías en el Siglo XXI	13
3.3.1 Situación de la niñez en relación al uso de tecnologías.....	17
3.4 Relación entre Bienestar y el uso de tecnologías	20
3.4.1 Aspectos de las tecnologías que se relacionan positivamente con el Bienestar en niños.....	21
3.4.2 Aspectos de las tecnologías que se relacionan negativamente con el Bienestar en niños.....	23
3.4.3 Uso protegido y seguro de tecnologías.....	25
4. Metodología	28
4.1 Tipo de estudio.....	28
4.2 Muestra.....	28
4.3 Instrumentos.....	28
4.4 Procedimiento.....	28
5. Desarrollo	29
5.1 Tecnologías utilizadas por los niños.....	29
5.2 Descripción de las opiniones de los niños sobre su bienestar psicológico en función de los usos de tecnologías.....	29
5.3 Situaciones en las que el uso de tecnologías afectan el bienestar psicológico de los niños.....	31

5.4 Situaciones en las que el uso protegido de tecnologías afectan el bienestar psicológico de los niños.....	32
6. Conclusión.....	34
7. Referencias.....	39

1. Introducción

El presente trabajo se llevó a cabo en el marco de la Práctica y Habilitación Profesional de la Licenciatura en Psicología de la Universidad de Palermo, siendo parte de un proyecto de investigación en una Universidad. El proyecto es un estudio cualitativo que se centra en el estudio de la vida de niños y niñas focalizando el análisis de distintas dimensiones, a saber, social, económica, política y cultural, así como el bienestar personal. La investigación se llevó a cabo con un grupo de niños de entre 11 y 12 años de edad, junto a una docente de nivel terciario y universitario, licenciada en Ciencias de la Educación y un docente Licenciado en Ciencia Política (miembro del equipo de investigación de la Universidad).

En la experiencia de campo, la autora de este trabajo observó la dinámica del grupo y participó en el proceso ulterior de desgrabación. El aspecto a desarrollar en este trabajo es el uso de tecnologías por parte de los niños y de las niñas que apareció constantemente al interactuar ellos y ellas en el grupo. En este sentido, es interesante destacar en qué aspectos estos niños y niñas consideran positivo el alcance de las computadoras, de Internet, de los videojuegos, del celular, y en qué aspectos estos pueden ser considerados positivos o negativos, influyendo en su bienestar personal.

Los niños y niñas pueden dar cuenta de lo que les produce bienestar y lo que no, ya que son sujetos con características propias a dicha etapa evolutiva y son capaces de comprender, apropiarse o rechazar acciones y situaciones y son sujetos que producen saberes. Partiendo de conceptualizar a la niñez de esta manera, el presente estudio hace hincapié en la sociedad actual, la de la globalización y el uso de tecnologías, para establecer relaciones de la misma con el bienestar de los niños.

2. Objetivos

2.1 Objetivo general

Analizar las opiniones de niños y niñas de un grupo focal acerca de la relación entre el uso de tecnologías y el bienestar psicológico.

2.2 Objetivos específicos

Identificar las tecnologías que son utilizadas por los niños y las niñas.

Describir las opiniones de los niños y de las niñas sobre su bienestar psicológico en función de los usos de tecnologías.

Identificar las situaciones en las que los usos de tecnologías afectan el bienestar psicológico de los niños y de las niñas.

Identificar las situaciones en las que los usos protegidos de tecnologías afectan el bienestar psicológico de los niños y de las niñas.

3. Marco Teórico

3.1 Conceptualización del Bienestar

Desde sus inicios como práctica, la Psicología ha priorizado el estudio de la conducta humana que ha sido caracterizada como *patógena*, aquella disruptiva o disfuncional para la vida cotidiana de las personas. En este sentido, los modelos que se desarrollaban estaban centrados en estas conductas o estados patológicos desadaptativos de las personas, a los cuales se describía exhaustivamente con la intención de comprenderlos. Así también surgieron teorizaciones siguiendo esta línea, teorías centradas en lo patógeno cuyo foco ha estado en curar y calmar el sufrimiento padecido por los individuos, la atención y las investigaciones estaban dirigidas predominantemente a los trastornos mentales, las causas y los efectos de los mismos (González Arratia López Fuentes & Valdéz Medina, 2014). Se puede afirmar que la Psicología supo ser una disciplina dedicada a la curación, especialmente en auge luego de la Segunda Guerra Mundial, respondiendo a las necesidades de curación del daño y concentrándose en la enfermedad. Sin embargo, esta mirada pudo ser superada y se ha ampliado recientemente; porque no sólo se ocupa de la enfermedad, sino que es considerada una mirada general acerca de la salud y tiene en cuenta todos los factores que hacen a la misma; así, se incluyó la prevención y la promoción y ahora *estar bien* no solo implica dejar de estar mal, sino que se tienen en cuenta distintas variables, como el sentido que la persona le otorga a una situación, las estrategias para enfrentarlas, la capacidad de resolución de problemas y las emociones que estos conllevan. Teniendo en cuenta que las fortalezas son un arma fuerte en terapia, la Psicología ha comenzado a reconocer como objeto relevante de estudio al bienestar, a los factores que contribuyen a la misma y a la felicidad o buen vivir, dando lugar al surgimiento de una práctica que se enfoca en estas cuestiones, denominada Psicología Positiva (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Como propone Vázquez (2006), el inicio formal de la misma, es la conferencia inaugural de Seligman como presidente de la American Psychological Association, donde propone un cambio de la Psicología. Este iría desde una preocupación solamente a reparar lo disfuncional a la incorporación de construir mejores cualidades, fortalezas y prevención de enfermedades mentales. La ciencia y la práctica, desde esta perspectiva, pueden tener efectos directos sobre la prevención, hacer la

vida de las personas más sana, reorientar a la Psicología logrando fortalecer a las personas y elevar su potencial (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). El campo de la Psicología Positiva carece de una base teórica unificada porque trata diversos temas, como las experiencias subjetivas positivas, la satisfacción, la creatividad, el placer, la felicidad, el optimismo, la esperanza y la fe, entre otras, como el bienestar.

Entender qué es el bienestar es complejo porque ha recibido varias conceptualizaciones, que pueden reducirse a dos perspectivas que las engloban. Por un lado, una perspectiva se relaciona con la economía y es la que surge teniendo en cuenta a los Estados de Bienestar, *welfare* (en inglés). Casas (1999) define al bienestar (*welfare*) como el orden social que está destinado a satisfacer las necesidades de los sujetos, es decir, está enfocado en que los sujetos tengan cubiertas necesidades básicas para poder desenvolverse en la vida, por ejemplo, vivienda, comida, salud, entre otros. Se caracteriza por utilizar mediciones objetivas sobre situaciones que pueden ser observables, para así detectar desigualdades o carencia de necesidades satisfechas en comparación a otros. Moix (1980) insiste en que las características del bienestar en este sentido son la objetividad y el hecho de ser una realidad externa observable, es decir, son situaciones palpables, son la realidad cotidiana que vivencian las personas. Tomando en cuenta todas estas cuestiones, se puede afirmar que esta perspectiva se orienta a conseguir cambios sociales que afecten positivamente la vida de las personas de una determinada comunidad, lo cual implicaría una transformación de la sociedad y es por eso que está atravesada por ideologías e intereses.

La otra perspectiva desde la cual puede definirse al bienestar es teniendo en cuenta otra definición también en inglés, *well-being*, que considera los aspectos subjetivos de las personas, es decir, hace referencia a las percepciones individuales y los juicios de valores que cada uno hace de su vida en general, si valora positiva o negativamente cada uno de los aspectos que conforman su vida, a su entorno y a sí mismo, sus emociones y sentimientos por ejemplo. Una de las definiciones del término bienestar que mayor trascendencia ha tenido es la que propone Diener (2000) y es la referida a *subjective well-being* como bienestar subjetivo, es la evaluación cognitiva y afectiva que hace la persona de su propia vida. Este componente cognitivo es uno de los factores más importantes al momento de procesar la información acerca de la satisfacción con la vida (Casullo, 2003). Algunas de

las maneras de conceptualizar al bienestar pueden ser desde una perspectiva subjetiva y una psicológica.

3.1.1 Bienestar subjetivo y bienestar psicológico

El concepto de bienestar subjetivo se ha asociado a una perspectiva hedónica, que está construida sobre la experiencia de placer frente al displacer. Según Diener (2000), el bienestar subjetivo es la evaluación tanto cognitiva como afectiva que la persona hace sobre su vida, y el fin es el elevado bienestar subjetivo que está relacionado por un lado con una gran cantidad de emociones positivas, y por otro, con pocas que resulten desagradables para la persona en cuestión. Cuadra y Florenzano (2003) proponen que el bienestar tiene una dimensión subjetiva, afectivo-emocional y está relacionada con la satisfacción que una persona siente al referirse a su vida.

Para Veenhoven (1991) el bienestar subjetivo es el grado en que un individuo puede juzgar en términos favorables su vida de manera global. Así, la definición abarca a la felicidad, la buena vida, los derechos, la libertad de elección; y estas cuestiones dependen del contexto social, histórico, cultural, económico y político (Ben-Arieh, Casas, Frønes & Korbin, 2014).

Por su parte, el bienestar psicológico está asociado a una perspectiva eudaimónica, la cual está relacionada a procesos de autorrealización y pleno desarrollo del potencial humano. El término eudaimonía encarna los imperativos griegos de la auto-verdad (conócete a ti mismo) y conviértete en lo que eres, ideas que profundizaron el significado filosófico del enfoque del bienestar psicológico (Ryff, 2018).

Una autora a destacar en esta línea es la psicóloga Ryff, quien desarrolló un modelo de bienestar psicológico formado por seis dimensiones cuantificables. Las formulaciones de este modelo se remiten a la clínica, especialmente con aportes de Johada y Jung, la Psicología del desarrollo, con aportes de Bühler, Erikson, Neugarten, el existencialismo con Frankl, el humanismo con Maslow y Rogers, y la Psicología social con Allport. Estos autores delinearon características de lo que implica estar mentalmente sano, desarrollado, autorrealizado; y los puntos en los cuales convergen dieron lugar a los componentes centrales del modelo, que tiene seis dimensiones separadas: autoaceptación, relaciones positivas, propósito en la vida, crecimiento personal, autonomía y dominio del entorno o

control ambiental (Ryff, 2018). Así, la autoaceptación tiene que ver con una actitud positiva de la persona hacia sí misma, es decir, aceptar todos los aspectos de la personalidad; las relaciones positivas son lo contrario a la soledad e implican tener relaciones de calidad con los demás; los propósitos en la vida se refieren a un sentido, a metas, sueños y objetivos a perseguir; el crecimiento personal hace referencia a desarrollar potencialidades y capacidades; la autonomía consiste en el poder de elección por sí mismo y toma de decisiones; y el dominio del entorno hace referencia al buen manejo ante exigencias del ambiente (Ryff, 2019).

3.2 Bienestar y niñez

La vida familiar sufrió una serie de cambios a lo largo de la historia, que dieron lugar a las características que tiene actualmente. Hay cambios cruciales como ser que desde hace muchos años, las tasas de divorcios aumentaron y las de natalidad disminuyeron, pero además, hay cambios más profundos. Disminuyó y sigue disminuyendo la idea de la *autoridad patriarcal*, aumentando en consecuencia, la libertad de las mujeres y los niños, que son los que ocupan el lugar de hijos. Antes por ejemplo, eran los padres quienes hacían acuerdos entre familias para llevar a cabo matrimonios, o estos eran aceptados o rechazados por los padres de familia. Con el paso del tiempo, apareció la libre elección de parejas, incluso de distinto sexo. El tamaño de las familias disminuyó considerablemente y las mismas ahora se caracterizan por integrantes variados. Además se produjeron cambios en relación al trabajo: los hijos empezaron a elegir sus propias profesiones y actividades a realizar y las mujeres ingresaron al mundo laboral dejando su lugar en el trabajo doméstico en segundo plano. Hay indicadores sociales que pueden medir estos cambios y tendencias, y tienen un papel principal en la tarea de formular políticas para comprender problemas sociales y contribuir al bienestar. Todos estos rápidos cambios implican nuevas teorías y conceptualizaciones, con el correspondiente avance metodológico (Mikkelsen & Tonon, 2016).

En relación a la niñez específicamente y la caracterización de este concepto en la actualidad, es decir, teniendo en cuenta todos los cambios nombrados anteriormente, se pueden identificar puntos específicos que han contribuido a la creación y evolución del campo de la niñez. Por un lado, los Derechos del Niño juegan un rol central en la definición

de los mismos. El concepto de derecho en los niños dio paso a la valoración a los mismos como protagonistas de una etapa vital, antes no tenida en cuenta como tal. Así, aparecen las teorías del desarrollo por ejemplo. La cantidad de estudios sobre el bienestar en niños y adolescentes dista mucho de la cantidad de investigaciones sobre bienestar en adultos, pero recientemente se abre paso la concepción de que el bienestar, como muchos otros conceptos, tiene su propia noción dependiendo del momento evolutivo en el cual se encuentren las personas y esto se debe, en parte, a un movimiento hacia un enfoque de política pública que exige medidas precisas de las condiciones que atraviesan los niños y resultados que permitan abordar esas condiciones, y al mismo tiempo, la investigación orientada a la creación de políticas también jugó un rol central haciendo que el interés en el bienestar en los niños esté en crecimiento (Ben-Arieh, 2008). Alfaro, Casas y López (2014) sostienen que el bienestar, la calidad de vida y la salud, contribuyen a la promoción de la salud y son fundamentales en la intervención, específicamente terapéutica pero también en general ya que tiene consecuencias directas en beneficio de la población.

3.2.1 Reconocimiento de los derechos de los niños

La producción acerca de la infancia hasta los siglos XVI y XVII caracterizaba a la misma en términos evolutivos como un grado previo a la adultez. Es decir, se comparaba a los niños con los adultos para identificar y describir qué características todavía no habían desarrollado porque eran propias del mundo adulto. En este sentido, la importancia de los niños radicaba en que luego de esa etapa el infante sería un adulto, que desempeñaría una función específica en la sociedad, ocupando un lugar y siendo partícipe de la misma. La importancia básicamente radicaba en que luego ocuparía un puesto en un trabajo. Narodowski (2016) explica que la tendencia de considerar al infante como un adulto pequeño fue criticada por Kant, quien propuso que debían dejar de definirla en términos evolutivos y habría que estudiar las diferencias entre ambas etapas. Siguiendo esta línea, el infante dejó de ser considerado un adulto pequeño, pero se lo seguía caracterizando como un ser carente de capacidades, incapaz de tomar decisiones y de comprender, y por estas razones afirmaban que dependían de los adultos para realizar cualquier actividad; adultos que al mismo tiempo eran considerados una autoridad indiscutible, ocupaban un lugar de saber y eran los responsables de proteger a los demás. Surge así la *infantilización* de una

parte de la población, porque si bien los infantes existieron siempre como dimensión biológica, aparecen sentimientos hacia ellos basados en el cariño, el cuidado y protección. Durante estos siglos se caracterizaba a la infancia de esta manera.

Sin embargo, la niñez se considera un fenómeno histórico descubierto recientemente en el sentido de que empieza a ser tenido en cuenta como etapa con características específicas a partir de la segunda mitad del siglo XIX y durante el siglo XX. Empieza a ser considerada un componente de la estructura social, lo cual implica que debe ser analizada siguiendo criterios antes impensados, con los cuales solo se analizaba a la población adulta, a saber, económicos y políticos, pero también psicológicos. Es así como la perspectiva tradicional sobre la infancia se encuentra desafiada, incluso se percibe un interés de la sociedad hacia los niños. Todo esto es el resultado de un proceso a lo largo del siglo XX que es anunciado como el siglo del niño ya que la importancia del mismo empieza a ser una cuestión igual de importante que el resto de las etapas evolutivas. Además, los niños comienzan a ser considerados *sujetos de derechos*, dejando atrás la noción de *objetos de protección*, y esto se consolida específicamente a partir de la Convención de los Derechos del Niño, en 1989 (Gaitán Muñoz, 1999). A partir de este momento crucial, los ahora sujetos de derechos, deben ser reconocidos como tales y se les debe una protección en términos tanto económicos como culturales, y de esta manera poder hacer uso de las ventajas que les ofrece el mundo, un mundo digitalmente globalizado.

Uno de los principios que rigen los Derechos del Niño es el derecho a la participación ciudadana, a ser tenidos en cuenta y a ser escuchados, porque a diferencia de antes, se considera que tienen la capacidad para generar sus propias opiniones acerca de cualquier acontecimiento. En un mundo en donde la globalización y la digitalización ofrecen información acerca de todo lo que sucede en cualquier momento y en cualquier lugar, las tecnologías de la información y comunicación son una herramienta que fortalece por un lado el derecho a la opinión y, por otro, a la participación ciudadana (CEPAL & UNICEF, 2014).

3.2.2 Investigaciones sobre Bienestar en niños

El estudio del bienestar remite al estudio de la valoración del entorno y del contexto real en el que las personas se desenvuelven y al entorno psicosocial, es decir, a la

experiencia y la evaluación que una persona tiene sobre sí misma y su vida en general. Entonces, hay dos ejes de análisis: el objetivo y el subjetivo. Trabajar de esta manera implica que la persona que era considerada un objeto de análisis pase a ser considerada un sujeto protagonista, porque hace evaluaciones y valoraciones acerca de su realidad social y política y sus emociones, satisfacciones y sensaciones que experimenta, de una manera integrada (Mikkelsen & Tonon, 2016).

Al momento de evaluar e investigar acerca del bienestar en la niñez hay que tener en cuenta una serie de factores, por un lado las características propias de la etapa, es decir, que son sujetos en desarrollo y por otro también hay que tener en cuenta que dependen de padres o tutores para realizar sus actividades. En este sentido es que la investigación es particularmente compleja. La tendencia histórica de los estudios en niños, ya sea de bienestar o de otros temas, ha sido preguntar a los adultos acerca del tema a indagar. Entonces, se interroga al adulto a cargo del niño en cuestión, qué cree él acerca de un tema que es relevante durante la niñez. Esto fue así durante mucho tiempo pero actualmente está cambiando, porque aparece la idea y necesidad de colocar a los niños y niñas en el centro de las investigaciones relacionadas a la niñez, ya que ellos son los verdaderos protagonistas y son capaces de dar cuenta de todo lo que concierne a la etapa que están viviendo, son quienes construyen la realidad en la que viven y tienen su manera de interpretarla, diferente a la de los adultos, recrean a su manera la realidad que les toca vivir y tienen su propia cultura infantil (Mikkelsen & Tonon, 2016). En este sentido, como proponen Mielles Barrera y Tonon (2015), en el plano de la investigación e intervención en temas de niñez, es necesario ver las situaciones valoradas de forma positiva o negativa por los niños, superando visiones estereotipadas y creencias arraigadas de los adultos.

Entonces, primeramente, hay que tener en cuenta que el derecho al bienestar implica principalmente el derecho a la reflexión y opinión, y la libertad de elección (Ben-Arieh, Casas, Frønes & Korbin, 2014). Como propone Gaitán Muñoz (1999), se han detectado distintos avances en los derechos de los niños y apareció la idea de protección de sus intereses. Estas cuestiones alcanzaron su apogeo con la aprobación de la Convención de los Derechos del Niño en 1989. La diferencia más importante con respecto a las anteriores Declaraciones radica en la consideración de los niños y niñas como *sujetos* con derechos a

participación y autonomía personal, dejando de lado la concepción de los niños como *objetos* de protección.

Siguiendo esta línea, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2012) realizó un informe sobre el Bienestar Infantil desde el punto de vista de los niños, se fundamenta en la recogida de datos desde la perspectiva de niños y niñas, es decir, ellos mismos informaron sobre actividades, percepciones, evaluaciones y aspiraciones y la lectura de respuestas dadas no puede hacerse pensando sólo desde la lógica adulta. Este estudio afirma que el ámbito que más contribuye a explicar el bienestar subjetivo es el de la satisfacción personal. Dentro de ese ámbito intervienen: la satisfacción de la que goza una personas junto a su familia frente a aquellas oportunidades específicas de las que dispone.

Entonces, si bien las investigaciones son realizadas por adultos, quienes brindan toda la información necesaria para que estas sean llevadas a cabo, deben ser los niños. Y es en este sentido que hay algunas investigaciones que llegaron a conclusiones acerca de qué es el bienestar para los niños en cuestión. En este sentido, el bienestar puede ser asociado a emociones positivas, las cuales facilitan el despliegue de patrones cognitivos y conductuales para la resolución de problemas cotidianos que favorecen la socialización y el vínculo con los demás, contribuyendo a un desenvolvimiento sano y adaptativo en las diferentes etapas de la vida (Oros, Manucci & Richaud-de Minzi, 2011; Oros, 2013). Las emociones positivas se caracterizan principalmente por experiencias de placer, alegría y satisfacción. En relación a este último concepto, Casas, Rosich y Alsinet (2000) proponen que la satisfacción vital es la estimación de la calidad de la vida de cada uno y se relaciona con el afecto, que puede ser positivo, lo cual incluye sentimientos de ánimo, interés, felicidad y reír, sonreír, realizar actividades que hacen sentir bien, entre otros aspectos, o negativo, que incluye sentimientos de tristeza, miedo, soledad, entre otros. Cuando la satisfacción vital se relaciona positivamente con el afecto positivo, se podría hablar de bienestar.

3.3 El uso de tecnologías en el Siglo XXI

A partir de los años 90´ las tecnologías comenzaron a ser accesibles para todos y por estar razón no solamente entraron a la vida cotidiana, sino que, además, la rápida expansión y los avances vertiginosos de las mismas contribuyeron a que instrumenten la

vida privada. Crogan (2016) propone que el fenómeno que estamos atravesando puede denominarse automatización de la vida cotidiana, debido al enorme alcance y expansión de la automatización y de la inteligencia artificial. Para que esto suceda, fue clave la expansión e intensificación del impacto de las computadoras principalmente, sobre todo teniendo en cuenta que la computación pasó de ser una actividad especializada para el campo militar, a ser una tecnología para organizar, recolectar información, trabajar, estudiar en escuelas y universidades y comunicar a las personas. Giddens (2007) afirma que estamos atravesando un período crucial en la historia, el cual implica una transición y cambios que se extienden a todas partes, no se reducen a una zona concreta. Así, afirma que la ciencia y la tecnología se han globalizado y esta globalización es una cuestión política y económica, pero también hay una globalización tecnológica y cultural, que ha influido, por ejemplo, en los sistemas de comunicación. En este sentido, propone citar algunos ejemplos, el hecho de que a la radio le haya costado casi 40 años conseguir la audiencia de 50 millones de personas en Estados Unidos, y es la misma cantidad de gente que 15 años después tendría una computadora propia en sus casas, con uso de Internet regular, lo que hace posible la comunicación instantánea de cualquier lugar del mundo a cualquier otro. La globalización ha reestructurado los modos de vivir, y de manera muy profunda. Por ejemplo, la imagen de la familia reunida en torno a la televisión fue sustituida por los televisores en los dormitorios; el único teléfono familiar, ha dado paso a los teléfonos móviles personales; mientras que Internet y los videojuegos llegaron directamente a la mano de los niños y de las niñas (Alonso-Geta, 2008). Para alcanzar el máximo potencial de las tecnologías es necesario prestar atención a las mismas en la vida diaria, qué oportunidades y qué riesgos implican, ya que en este momento es posible conectarse en las casas, escuelas, parques, calles, plazas, los trenes y los colectivos, entre otros. Hoy en día pasar tiempo frente a cualquier tipo de pantalla es parte de la cotidianidad puesto que la forma de comunicación, entretenimiento, educación y acceso a la información dieron paso a una transformación en la forma de interactuar con el mundo, y también de interpretarlo (Pavez, 2014).

Las nuevas tecnologías ofrecen una visión panorámica no experiencial de la realidad. Las representaciones que se presentan en estas no son palpables. De igual manera son una fuente de información de la que se dispone para establecer juicios e ideas acerca de la realidad, teniendo consecuencias en la vida de las personas. Ofrecen una visión de la

realidad que permite saltar las barreras del tiempo y del espacio, ya que toda la información se encuentra *aquí y ahora*, todo se puede saber al ver y oír a través de una pantalla. De esta manera, también se produce un aprendizaje y las personas van formando su visión acerca del mundo en el que viven (Alonso-Geta, 2008).

En este contexto, surgen nuevos desórdenes mentales. Se ha propuesto la existencia de la nomofobia, que hace referencia al sentimiento de miedo que afirman sentir muchas personas cuando salen sin sus teléfonos móviles de sus casas o salir con ellos y no poder usarlos debido a la poca carga de batería o poca cobertura a Internet, lo cual les genera elevado nivel de ansiedad. Otro fenómeno descrito es el denominado *ringxity* o ruido fantasma, que aparece cuando la persona oye sonar su teléfono o siente una vibración del mismo cuando en realidad esto no ocurrió, y puede generar estrés y alteraciones del sueño. En el mismo sentido, el concepto de *fear of missing out* (FoMO) es un síndrome que tiene relevancia actualmente, es una sensación de malestar que puede llegar al sentirse por no formar parte de las actividades agradables que realizan otras personas, es decir, surge el miedo ante la posibilidad de quedarse al margen o ser excluidos por no haber estado pendientes de lo que pasaba en redes sociales, lo cual puede generar ansiedad y estrés. En este sentido, se ha mostrado que el uso inadecuado o abusivo de las tecnologías puede producir un malestar psicológico y una sintomatología específica relacionada al uso en cuestión, sobre todo porque los usuarios pueden mantenerse conectados en cualquier momento y lugar. Es así que se ha demostrado que hay síntomas como irritación, inquietud, nerviosismo cuando el uso no es posible, mientras que la posible utilización genera una sensación de bienestar y relajación (Gil, del Valle, Osber & Chamarro, 2015). En paralelo a estas investigaciones, cabe señalar que en la Sección III del DSM 5 se describen una serie de afecciones que necesitan de una mayor cantidad de estudios para ser validados. Estas descripciones incluyen ítems, umbrales y duraciones de tiempo específicos que aparecen como criterios de diagnóstico de desórdenes mentales según investigaciones previas para proporcionar un lenguaje común para investigadores y clínicos, sin embargo, se deben seguir realizando investigaciones para poder comprender mejor estas afecciones y que sean suficientes para incluirlos en la sección de Diagnóstico, Sección II del Manual. Uno de los trastornos que se incluyen en esta Sección III se denomina Trastorno de juego por Internet, y es descrito como el uso persistente de Internet para participar de juegos, pero esto

provoca un malestar, debido a que aparece una preocupación por estos juegos, abstinencia y tolerancia, intentos fallidos por controlar su participación en Internet, pérdida del interés por otras actividades por lo que aparecen problemas psicosociales, entre otros. Según las investigaciones consultadas para realizar estos criterios, el juego provoca sentimientos de placer y recompensa, lo cual hace que se pueda llegar a generar un comportamiento adictivo (APA, 2013).

Davis (2001) distingue entre dos tipos de uso patológico de Internet, uno específico y uno generalizado. El primero, hace referencia a los contenidos específicos para los cuales se usa el Internet y el segundo, implica un uso excesivo, general y multidimensional de Internet, que incluye por ejemplo, perder tiempo sin hacer ninguna actividad específica o usar solo para chats y se supone que esto está relacionado con un aspecto de socialización que se consigue por la interconexión de las personas en las redes. Además, Davis propone un modelo cognitivo conductal que permitiría identificar la etiología del uso patológico de Internet; según este modelo, esta patología es el resultado de cogniciones problemáticas que se dan en paralelo a comportamientos desadaptativos. Es decir, las cogniciones son la base del comportamiento anormal. En este sentido, propone la existencia de síntomas cognitivos de la patología que pueden precederla y causar síntomas conductuales. Es por eso necesario identificar cuáles son estos síntomas cognitivos, y los describe como sentimientos de baja autoestima, tendencias depresivas y ansiedad social, pero también hay síntomas específicos en relación al uso de Internet, entre ellos pensamientos obsesivos sobre Internet, incapacidad de dejar de usarlo, sentir que es lo único en su vida, que a su vez se dan en un contexto de pérdida de control de los impulsos, lo cual puede llevar a uno de los problemas más recurrentes, que se pierda plata en línea. Un punto importante a tener en cuenta es que ya no disfrutan actividades que no dependan de Internet, y eso hace que pasen menos tiempo haciendo otras actividades, por ejemplo, se suplantán los amigos reales por los amigos en línea; de esta manera se genera y mantiene un círculo vicioso en relación al uso patológico de Internet, porque el individuo se aísla; y por otro lado, se cree que las personas presentan sentimientos de culpa por el tiempo y la forma en la que emplean el uso, pero no pueden evitarlo, y esto conlleva a una disminución de la autoestima y más síntomas. Es decir, es más que una cuestión de dependencia, abuso o adicción, sino que es caracterizada

como un patrón específico de cogniciones y comportamientos relacionados a Internet, que como resultado, afectan negativamente la vida de las personas.

La creciente preocupación por la relación del uso de Internet y el bienestar ha generado nuevas investigaciones, sin embargo, hay pocos acuerdos en relación a las definiciones teóricas y la práctica y, si bien este modelo logró esbozar un modelo inicial de los procesos cognitivos y los comportamientos involucrados en el uso patológico de Internet, requiere mayor desarrollo y pruebas empíricas (Caplan, 2002). Además, esto se comprueba empíricamente en investigaciones llevadas a cabo por ejemplo por (Caplan & High, 2006), donde los resultados arrojan interacciones significativas entre el uso excesivo y la preocupación excesiva sobre el uso. Empleando el modelo cognitivo-conductual, Caplan (2010) propuso que uno de los antecedentes del uso patológico de Internet son problemas psicosociales, por ejemplo, muchas personas pueden preferir la interacción social en línea ante las conversaciones cara a cara normales. Esto da resultados negativos, por ejemplo, facilita el uso compulsivo del mismo. Exámenes más detallados sobre los predictores, es decir, los motivos, pensamientos y sentimientos relacionados al uso de Internet, podrían contribuir a un avance en la comprensión del uso patológico de Internet. En este sentido, se considera que el comportamiento en línea y las cogniciones podrían ser predictoras de resultados negativos.

3.3.1 Situación de la niñez en el siglo XXI

Se puede hablar de la niñez como el espacio social que ocupan los niños y niñas, un espacio que se define según el momento histórico, el lugar geográfico, las condiciones socioeconómicas y políticas y también culturales, es decir, no es lo mismo referirse a un niño, niña o adolescente hoy o hace 20 o 30 años, mucho menos hace 100 años, pero tampoco es lo mismo referirse a uno que habita un país latinoamericano, uno asiático, uno africano, etc. Sin embargo, todos presentan una característica en común y es que dependen del mundo adulto. En este sentido, para que la condición humana avance son necesarios cambios que implican a todos, adultos y niños, quienes deben trabajar conjuntamente. Un ejemplo de los cambios actuales son la aparición, amplitud y generalización de las tecnologías (Gaitán Muñoz, 2014).

Aquí, los miembros de las generaciones que han nacido en esta era de las nuevas tecnologías, van muy por delante de los adultos, especialmente de los ancianos, tanto en la comprensión como en las habilidades para usar las tecnologías y es en este sentido que de cierta manera han acabado con la idea de que los adultos son quienes tienen todo el saber, ya que los niños pueden obtener información por otros medios. Las tecnologías, pueden alterar la jerarquía tradicional de las familias y es así como aparecen rasgos característicos de la sociedad que afectan a niños, niñas y adolescentes de modos particulares y sobretodo nuevos, nunca antes visto. Muchos especialistas coinciden al afirmar que quienes están expuestos a las tecnologías de información y comunicación desde temprana edad, las nuevas generaciones, tienen una apropiación tecnológica muy avanzada (Gaitán Muñoz, 2014; Pavez, 2014). La diferencia entre el conocimiento del uso de estas tecnologías es superior al conocimiento que tienen sus padres en relación a las mismas, ya que les resulta natural usarlas, por esto son denominados *agentes de cambio* (González de Requena Redondo, 2012) o *nativos digitales* (Prensky, 2001).

Volnovich (2017) asegura que asistimos a un cambio cultural que tiene a los nativos digitales como protagonistas. En esta cultura, de cambios continuos inverosímiles y violentos muchas veces sólo quienes sean formados en sus entrañas serán capaces de dar respuestas adecuadas a los desafíos que trae aparejada. La concepción de que la infancia es un fenómeno histórico y no meramente natural, obliga a situarla en la etapa actual del capitalismo globalizado, en coincidencia con la expansión de la información, contribuyendo a una comunicación global gracias a las nuevas tecnologías. Narodowski (2006) insiste en que los chicos tienden al movimiento, y afirma que lo único constante es el cambio, por eso, conocen la clave para entender al mundo. Este cambio y la forma que tienen de socializar dentro y fuera de la red los hace protagonistas de esta cultura, la cultura digital.

Los profundos cambios sociales se producen en un contexto cotidiano porque las tecnologías van generando cambios y ajustes, a pesar de que hay sectores que se ven más impactados que otros (Pavez, 2014). Las posibilidades para acceder a ellas y utilizarlas marcan nuevas categorías sociales, ya que el acceso en cuestión depende del contexto social, económico e histórico que lo permite o no. Entonces, los cambios del contexto cotidiano en su mayoría se producen por las tecnologías, pero el impacto de las mismas es diferente según los sectores que se investiguen porque las posibilidades de acceso son tan

diferentes que marcan nuevas categorías sociales, como propone Narodowski (2016), la concepción de niño estaría fugándose hacia dos polos, que se pueden diferenciar en infancia hiperrealizada e infancia desrealizada. El polo de la infancia hiperrealizada hace referencia al polo de la realidad virtual: en este caso, los chicos atraviesan su infancia con Internet, computadoras, televisores, videojuegos, sabiendo sobre tecnología incluso con mayor detalle que los adultos, en este sentido, dejaron de ocupar ese lugar de no saber, y no suscitan en los adultos protectores demasiada necesidad de protección, no generan el cariño o la ternura propia de la modernidad debido a que se los veía como niños desprotegidos. Esta infancia hiperrealizada conforma una demanda de inmediatez al estar instaurada en la cultura mediática, de la satisfacción inmediata, así atraviesan el periodo infantil con una velocidad vertiginosa, especialmente en relación al saber ya que se enfrentan con facilidad a los desafíos tecnológicos. El otro polo, contrario, es el de la infancia desrealizada: es independiente de tecnologías, es de cierta manera autónoma, porque se vive en la calle o se trabaja desde edades muy tempranas, lo que supone un salto de la infancia a la adultez.

Levin (2006) propone repensar a la infancia ya que el mundo actual llevaría a nuevas conceptualizaciones de la misma, las actividades que realizan son nuevas, y aparecen nuevas problemáticas, debido a las experiencias a las que están expuestos desde el nacimiento. Teniendo en cuenta que el mundo y la cultura han cambiado, las expectativas y exigencias también, incluso, se han multiplicado. Por ejemplo, los juguetes con los que ocupan su tiempo, son otros. Así, los niños en la actualidad tienen otra forma de jugar, de imaginar, sufrir, pensar, es decir, co-construir la realidad y atribuirle significados, es por eso que es difícil establecer una frontera entre lo real y la ficción. La evolución tecnológica dio lugar a la nueva realidad virtual y es necesario pensar cómo se estructura y se desarrollan los pensamientos, sensaciones, comportamientos para entender cuáles son los efectos del nuevo mundo. En este sentido, se halló que los malestares y los síntomas de los niños se manifiestan como en los adultos, con gran intensidad y frecuencia, lo cual antes no sucedía. Además, son frecuentes los trastornos de alimentación, en el aprendizaje y la actividad escolar, el desarrollo psicomotor y el lenguaje, la estructuración subjetiva, a los que se suman signos de depresión, agresión, insomnio, adicciones, estrés, abulia, entre otros.

La infancia está atravesada por un flujo incesante de estímulos muy variados, está inmersa especialmente a un universo de imágenes que invaden cada aspecto y momento de la vida de los sujetos, absorbiendo sus intereses y siendo una influencia al momento de construir la realidad (Levin, 2006).

3.4 Relación entre Bienestar en niños y uso de tecnologías

Son varios los informes de organismos internacionales (CEPAL, 2016; UNICEF, 2017) en los que aparecen algunos puntos similares referidos a la manera en que las tecnologías de la información y comunicación han transformado a la sociedad, especialmente la manera de interacción entre las personas debido a la posibilidad de acceder a todo tipo de información, pero también de crearla. Además, se abre paso a una brecha intergeneracional porque los niños nacen inmersos en una corriente de comunicación, conexión y digitalización, que crece junto a ellos. Es necesario tener en cuenta que los niños están sumergidos en una actividad social vicaria, en el sentido de que están constantemente confrontando sus vivencias personales con las representaciones que otras personas llevan a cabo, a través de la televisión, videojuegos o Internet, y es por esto que los introducen en la comprensión del mundo (UNICEF, 2017).

Se discute la prioridad del tiempo destinado a actividades de elección libre, el acceso inclusivo y con igualdad a actividades culturales, recreativas y de esparcimiento, la urgencia de prevenir y erradicar el trabajo infantil, la importancia de los medios digitales para el esparcimiento de los adolescentes y la necesidad de contar con fuentes de información que permitan conocer de forma más integral su experiencia (UNICEF y CEPAL, 2016). Además, estimulan enormemente la creatividad y amplían el acceso a gran contenido enriquecedor y entretenido, aunque es por esto que se han planteado cuestiones sobre la dependencia y adicción a la pantalla. Incluso, debido a la libertad de expresión en todas las plataformas aparecen discursos de odio y otros contenidos negativos que pueden impactar en la visión del mundo y de sí mismos. Por otro lado, también aparecen riesgos importantes para la seguridad en relación a la privacidad (UNICEF, 2017).

En este sentido es que a continuación se presentan una serie de investigaciones que resaltan tanto los aspectos positivos como los aspectos negativos de los usos de las tecnologías, basándose en la manera en la que influyen en el bienestar en niños.

3.4.1 Aspectos de las tecnologías que se relacionan positivamente con el Bienestar en niños.

La tecnología atraviesa todos los ámbitos de la vida generando muchos cambios en la misma, cambios que también impactan en la salud mental.

Por un lado, las diferentes investigaciones dan cuenta del impacto de las tecnologías en relación al desarrollo y favorecimiento de capacidades de diversos tipos. En el Laboratorio de Psicología y Tecnología de Perú, Martino Gonzales (2014) llevó a cabo un trabajo que recopila una serie de investigaciones sobre grupos de jóvenes pertenecientes a la generación net y extrae y agrupa de las mismas, características positivas del uso de las tecnologías y son que los niños y adolescentes puede desarrollar múltiples actividades y adquieren mayor destreza para la comunicación interactiva y simbólica, es decir, al interactuar con diferentes realidades y pueden traspasar muros sociales y pueden expresar emociones virtuales, además la red es el principal soporte para buscar información y aclarar dudas, por esto se desarrolla un mayor pensamiento crítico, contribuyendo al desarrollo de habilidades para la observación, búsqueda, clasificación y análisis de información.

Sábada y Naval (2008) coinciden en la importancia de la tecnología al momento de fortalecer capacidades y realizaron un artículo donde plantean y discuten puntos de reflexión, buscando responder si una plataforma puede afectar la actitud del usuario y si se pueden adquirir actitudes y habilidades sociales. Partiendo de la idea de que la interacción de los niños con otros es un asunto de máxima importancia para el desarrollo emocional, psicológico y personal tanto a corto plazo como a largo plazo, se afirma que una de las vías para el desarrollo de estas interacciones con otros son los juegos, tanto con amigos y compañeros como con padres u otros adultos. El juego socializado es una de las actividades más importantes en la vida del niño y a través de él se siente feliz, aprende a imaginar, vivir, confiar en sí mismo y en otros. Esta investigación hace hincapié en responder en qué medida los videojuegos tienen la capacidad de suscitar estas habilidades y actitudes sociales. En este sentido, las conclusiones a las cuales se arribaron son que el juego tiene lugar en una plataforma interactiva y por eso no sucede sin la intervención activa del usuario, favoreciendo la iniciativa. Además, esta iniciativa responde a los objetivos del juego, con sus límites y fortalezas, lo cual ayuda a focalizar el esfuerzo personal, de esta

manera fomentan la capacidad de resolución de problemas. En la medida en que los juegos en red se hacen populares, el trabajo colaborativo aparece como necesario y puede fomentar la habilidad de trabajar en equipo, especialmente en los juegos con objetivos comunes compartidos, favoreciendo también las habilidades comunicativas. Todas estas habilidades pueden ser reforzadas y empleadas en otros ámbitos, de ahí la importancia de promover comprensión y participación, y considerando que el juego es un elemento que proporciona bienestar, el hecho de que dicho juego suceda a través de una tecnología añade ese elemento tecnológico, es necesario pensar en la educación sobre estos medios nuevos para proteger y promover la comprensión de los mismos.

Por otro lado, las investigaciones también se enfocan en el uso de tecnologías como facilitadoras de socialización con otros. Con respecto a esto, Malo Cerrato, Navarro Pou y Casas Aznar (2012) llevaron a cabo tres entrevistas, una con adolescentes de entre 12 y 18 años, y dos con madres de sujetos de esas edades. La pregunta genérica relacionada a las chicas era “¿qué consideran que es estar bien en la vida, vivir, bien, tener buena vida para los y las adolescentes de su edad?” y subpreguntas relacionadas, y “¿qué piensan de los medios audiovisuales y si piensan que pueden contribuir mucho o poco al bienestar de los jóvenes de su edad?” y subpreguntas relacionadas; las preguntas genéricas relacionadas a las madres de adolescentes eran “¿qué consideran que es el bienestar en la infancia?” y “¿piensan que los medios audiovisuales contribuyen mucho o poco al bienestar de sus hijos y a los amigos de su edad?” Las madres pusieron en duda que un uso excesivo de tecnologías contribuya de alguna manera al bienestar pero los resultados avalan que las relaciones interpersonales son uno de los factores importantes en el bienestar y las chicas manifestaron que el uso de tecnologías contribuye al bienestar en ese sentido, porque les facilita el mantenimiento de las relaciones interpersonales. De manera similar, Pérez Sánchez, Rumoroso y Brenes (2009) investigaron la relación entre el uso de tecnologías de la información y comunicación y la autoevaluación de las competencias cognoscitivas y sociales que hacen jóvenes entre 13 y 17 años de instituciones públicas y privadas de zonas urbanas y rurales en Costa Rica. Para esto, se llevó a cabo una encuesta a 459 jóvenes en donde se preguntaba acerca de la intensidad del uso de los diferentes medios de comunicación y la escala de respuesta incluye seis tipos de frecuencia que van desde *todos los días* a *nunca* y tres dimensiones de valoración de sí mismo. Los resultados permiten

afirmar que el uso de tecnología tiende a favorecer la integración social y por lo tanto se presenta una elevada autoevaluación, especialmente en relación a la música, los videojuegos y la televisión, ya que son herramientas a partir de las cuales se pueden establecer vínculos con las demás personas que también utilizan las mismas herramientas.

3.4.2 Aspectos de las tecnologías que se relacionan negativamente con el Bienestar en niños

Es necesario tener en cuenta los riesgos asociados al uso de tecnologías debido a la posibilidad de un sinnúmero de actividades, utilidades y posibilidades.

Echeburúa (2010) propone una conceptualización acerca de la adicción a las nuevas tecnologías cuando esta puede convertirse en un fin en sí mismo, dando lugar a una obsesión por adquirir una novedad tecnológica o transformándose en un instrumento de placer. Por ejemplo, las redes sociales pueden atrapar a los adolescentes porque en estas se construye una falsa identidad y se distorsiona el mundo real, lo cual les genera placer y por eso revisan obsesivamente alguna red social. En los niños, es común que por esta *ciberadicción* dejen de verse con sus amigos y se instale por tiempo indeterminado frente a algún tipo de pantalla. En estos casos, hay una clara interferencia en la vida cotidiana y cuando estas actividades no se pueden llevar a cabo se experimenta síndrome de abstinencia, caracterizado por un gran malestar emocional.

Capilla y Cubo (2017) realizaron una investigación con los objetivos de, por un lado, establecer relaciones entre el bienestar y el uso problemático del teléfono móvil y, por otro lado, de analizar síntomas somáticos, ansiedad e insomnio, disfunción social y depresión; en una población de 123 participantes, alumnos universitarios, 42 hombres y 81 mujeres de entre 19 y 29 años. Se utilizaron tres cuestionarios: de datos socioeconómicos, el Cuestionario *Mobile Phone Problem Use Scale for Adolescents* que indaga el uso ocasional, habitual, en riesgo y problemático respectivamente, y un cuestionario general de Salud de Goldberg que evalúa síntomas somáticos, ansiedad e insomnio, disfunción social y depresión. Los resultados muestran una tendencia elevada en variables somáticas, ansiedad, insomnio, disfunción social y depresión, afectando al bienestar. Además el uso indiscriminado puede generar abuso y dependencia de la herramienta, aislamiento e incomunicación.

Empero, las adicciones son solamente uno del sinfín de riesgos asociados al uso de tecnologías. Marciales Vivas y Torres Cabra (2011) identifican temas que han sido objeto de estudio en relación a los riesgos que afrontan los niños y adolescentes por el uso de Internet. Describen cuatro áreas, a saber, *cyberbullying* o acoso-online, contenidos no deseados y crímenes sexuales contra menores, uso problemático de Internet y comportamientos adictivos en Internet. Describen las problemáticas incluidas en estas cuatro áreas, las cuales son muy diversas. Algunas de las problemáticas que se desprenden son baja autoestima, baja capacidad de socialización y de interacción cotidiana, elevado nivel de ansiedad social y agresión; y son potenciales daños a la seguridad, el bienestar y desarrollo social.

Quintero-Corzo et al. (2015) realizaron una investigación cualitativa en escuelas públicas que cuentan con sala de informática, en la ciudad de Manizales (Colombia), con el objetivo de rastrear la relación entre enfermedades derivadas del uso inapropiado de tecnologías, el aprendizaje y las estrategias pedagógicas para prevenir riesgos. La información se recolectó mediante diarios, registros observacionales y entrevistas a coordinadores y profesores de las salas. Se conoce a partir de esta investigación que los jóvenes son influenciados negativamente por la exposición a videojuegos que promueven violencia y prácticas sexuales, por películas para mayores de edad o pornográficas, foros y chats con desconocidos, juegos y simuladores que generan dependencia y adicción y otras consecuencias como ser: abuso, explotación sexual, bullying y cyberbullying, violencia, prostitución, obesidad o problemas de visión. Además se dejan de practicar juegos al aire libre. Díaz Ruiz y Aladro Castañeda (2016) hacen hincapié sobre una de las consecuencias físicas más comunes por el uso excesivo de tecnologías: la obesidad infantil. Esta es una patología muy prevalente ya que se relaciona directamente con el sedentarismo. La práctica regular física que se asocia a una mejor calidad de vida, mayor bienestar y buena salud mental y física en general es opuesta al estilo de vida inactivo. En este sentido, una inadecuada alimentación, en paralelo a un comportamiento sedentario -como pasar horas frente a algún tipo de pantalla- aumenta el riesgo de sobrepeso. Dedicar demasiadas horas en estas actividades, disminuye el tiempo destinado a ejercicio físico (incluso de disfrutar al aire libre) y a entablar vínculos sociales. El sobrepeso, como consecuencia del uso inadecuado de tecnología, se relaciona con dependencia debido a la cantidad de horas en

exposición. Todo esto afecta también la vida privada, disminuyendo las relaciones familiares, contribuyendo al aislamiento, y a incrementar trastornos tales como: ansiedad, insomnio y alteraciones cardiovasculares.

Es importante entender que la infancia se transita en un tiempo altamente digitalizado. Ese tiempo que los niños pasan frente a las pantallas, podrían ser un tiempo en el cual se desarrollen capacidades, en un ambiente seguro, con empoderamiento. Esto es posible con un balance entre seguridad y aprovechamiento de oportunidades, lo cual debe ser velado por los organismos para la protección de la infancia, los sistemas educativos y los gobiernos (Pavez, 2014).

3.4.3 Uso protegido y seguro de tecnologías

Los niños tienen derecho a buscar, recibir y utilizar información, siempre y cuando esta sea adecuada para su desarrollo (Vallés Copeiro del Villar & Martínez Otero, 2010). Pavez (2014) describe a Internet como una herramienta paradójica que, por un lado, trae aparejada oportunidades pero, por otro, conlleva limitaciones y riesgos para niños y niñas. Entre ellos enumera al acoso virtual, acecho de adultos pedófilos, acceso a material pornográfico o juegos de azar, abusos en relación a la privacidad, contacto con extraños, reuniones con desconocidos en la red, etc. Si bien esto es preocupante, no significa que el uso de las tecnologías sea un riesgo en sí mismo, per se, sino que amerita tener en cuenta que es tan peligroso como cualquier otro espacio público. Por eso, son necesarios claros lineamientos de uso en relación a qué hacer y a qué sitios acceder, como una práctica de autocuidado. En este sentido se implementó, por ejemplo, la clasificación de películas, videojuegos, programas de televisión, la protección de datos y se enfatizó la lucha contra contenidos ilegales o nocivos para niños y niñas.

Como explica García-Piña (2008) el mundo del Internet, al igual que el mundo de la vida real, puede ser peligroso debido a los diversos riesgos que se exponen los menores por la libre navegación en la web y la facilidad de acceso a páginas con cualquier tipo de contenido, el anonimato y la comodidad del uso de la tecnología. La carencia de estrategias para navegar seguros o el desconocimiento de las mismas son considerados factores que contribuyen a la inseguridad. Los riesgos que existen al navegar libremente en Internet pueden clasificarse en relación al uso, en este sentido, la utilización de páginas web tiene

como riesgos asociados la exposición a páginas con contenido sexual explícito, juegos de apuesta, escena de violencia, consumo de drogas y alcohol; el blog, sitio web que recopila información personal funcionando como un diario íntimo en línea; los chats, porque permiten comunicarse con cualquier persona de cualquier lugar del mundo sin conocer la verdadera identidad, entre otros. Es por todo esto que para obtener los beneficios de las tecnologías y de la Internet, se requiere un manejo seguro y por eso hay un interés y preocupación crecientes en relación a la creación de estrategias que permitan esto. Algunas de ellas, son establecer reglas de observación de las actividades que realizan los niños y niñas, instalar mecanismos de protección como el bloqueo de páginas o canales de televisión, explicar y alertar a los menores acerca de la peligrosidad de proveer su información privada en las redes, limitar el tiempo de uso, entre otros. Lo principal, sin embargo, sigue siendo la comunicación entre adultos-niños para brindarles el apoyo y el conocimiento necesario para su cuidado. Sin embargo, como explica Garmendia et. al. (2012) la exposición de los menores a riesgos no es completamente evitable sino que pueden haber aspectos que escapen al cuidado y control adulto, y los adultos deberían estar abocados a limitar la incidencia de la exposición y especialmente enseñar a enfrentar estos riesgos. Teniendo en cuenta que la mayor parte del uso de Internet por parte de los niños se da en la casa y la escuela, es importante que los adultos de estos contextos sepan cómo actuar. En el colegio, en general hay una supervisión del profesorado. Sin embargo en las casas no es así, en general desconocen las actividades de los niños y niñas en la Internet. En este sentido, es importante que tanto padres como profesores puedan tener el conocimiento necesario para minimizar riesgos y también para ayudar al menor a enfrentarlos cuando se tope con estos. Si bien los riesgos de Internet aparecen, es importante no olvidar lo valiosa que es la herramienta para educación y comunicación y actuar en consecuencia.

Los padres, tutores y profesores, es decir, los adultos, consideran que la responsabilidad del control debe ser por parte de los padres, de la escuela pero además, debe ser responsabilidad de los proveedores de Internet y del gobierno y las autoridades. Las preocupaciones en relación a la seguridad se dan de manera similar entre padres y madres de niños y niñas, sin embargo, hay determinadas situaciones en las que hay una mayor preocupación cuando se refieren a hijas niñas. Por ejemplo, les preocupa que sus hijas sean intimidadas por niños u otros chicos y que sean víctimas de adultos. Por esto, en

los hogares españoles es muy común que haya algún dispositivo de seguridad como antivirus, antispam, eliminación de archivos u otro tipo de filtros que permita un control parental, como los programas que bloquean algunas páginas web. Además de todo esto, concluyen con que se podría contribuir a la seguridad en el uso de Internet mejorando la enseñanza sobre el uso en las escuelas, incrementar campañas de concientización sobre los riesgos, mejorar la información a padres y madres sobre los sitios web más utilizados, entre otros (Observatorio de la Infancia en Andalucía, 2010).

Uno de los principales desafíos, entonces, es lograr el equilibrio entre protección de los niños y empoderamiento de los mismos. Es importante no caer en un proteccionismo que pueda anular las propiedades de los usos de las tecnologías, es importante no asumir que son negativas, pero tampoco se debe asumir que son positivas, por eso hay que tomar resguardo. Por eso, por ejemplo, es importante educar en un uso apropiado para las diferentes edades (Pavez, 2014).

4. Metodología

4.1 Tipo de estudio: Descriptivo

4.2 Muestra

4 niños y 4 niñas de 11 y 12 años de clase media-alta que concurrían al mismo colegio, al último año de Educación Primaria. Una docente de nivel terciario y universitario Lic. en Cs de la Educación y un Lic. en Cs. Políticas.

4.3 Instrumentos

Observación no participante de la dinámica de grupo con niños y niñas. Los ejes fueron la familia, los amigos, la escuela, las actividades cotidianas, el tiempo libre, la seguridad, los derechos, la libertad, el Estado, la política y los bienes económicos y materiales.

4.4 Procedimiento

La tesista participó como observadora de la dinámica de grupo en compañía del Lic. en Cs. Políticas. El encuentro fue coordinado por la Lic. en Cs. de la Educación. La duración del mismo fue de 1 hora y se llevó a cabo en la ciudad de Castelar, partido de Morón.

5. Desarrollo

5.1 Tecnologías utilizadas por los niños

La vida cotidiana se encuentra atravesada por la tecnología y por eso los niños informan que poseen diversas herramientas con las cuales realizan algunas actividades específicas de la más diversa índole. Los niños y niñas en las entrevistas informan que utilizan con regularidad la televisión conectada a Netflix que es una plataforma con contenidos audiovisuales, la computadora que es utilizada para jugar o para realizar tareas del colegio, la PlayStation o Xbox y el celular. Utilizan este último especialmente para interactuar en distintas aplicaciones como Instagram que es una red social para subir fotos y videos, Snapchat que es una aplicación para imágenes y videos con filtros de realidad aumentada y TikTok que es una aplicación para crear y compartir videos. Esto es posible debido a la expansión y los constantes avances de las tecnologías y la globalización de las mismas. Actualmente pasar tiempo frente a las pantallas, ya sea como una forma de comunicación, entretenimiento o educación, es parte de la cotidianidad y todo se puede ver y oír a través de las pantallas, toda la información se encuentra en el momento en que las buscamos e incluso está sin que las busquemos (Alonso-Greta, 2008; Pavez, 2014).

Además, las diferentes actividades que los niños informan realizar, ya sea por necesidad, por ejemplo cuando utilizan la computadora para hacer tareas e imprimir información o trabajos realizados, o ya sea por elección, como cuando las utilizan para jugar o relacionarse con sus amigos, dan cuenta de que están expuestos a las mismas desde temprana edad, y eso implica que tengan una apropiación tecnológica muy avanzada (Pavez, 2014), conocen muchas redes sociales, muchos juegos, muchas aplicaciones y a medida que estas se actualizan, también las conocen y adquieren.

5.2 Descripción de las opiniones de los niños sobre su bienestar psicológico en función de los usos de las tecnologías

Los niños informaron que tienen diferentes redes sociales como Snapchat e Instagram donde se relacionan entre ellos y esto podría dar cuenta de que se cumple el derecho al bienestar de los niños que implica especialmente el derecho a la reflexión y opinión, a ser escuchados, y la libertad de elección (Ben-Arieh et. al., 2014; UNICEF,

2012), siendo estas redes un medio excepcional a partir del cual los niños intercambian lo que piensan. Partiendo de que los niños son sujetos de derechos, es necesario indagar acerca de las situaciones que ellos consideran positivas o negativas, es decir, interrogar a los actores acerca de lo que es fuente de bienestar que puede ser asociado a emociones positivas como experiencias de placer, alegría y satisfacción (Casas et. al., 2000). Al ser consultados, informan que utilizan las herramientas tecnológicas como una forma más de comunicación, y esto facilita la socialización; pero además, como un medio para jugar y mantenerse conectados unos con otros ya que tienen acceso a contenido entretenido.

Se recurrió a las opiniones de los niños y niñas en relación a cómo se sentían con sus bienes materiales, en ese momento respondieron en general acerca de sus herramientas tecnológicas. El derecho al bienestar en niños implica principalmente el derecho a la reflexión y opinión y a la libertad de elección ya que son sujetos que participan activamente de la sociedad, y el bienestar implica la evaluación que hace una persona de su vida y la satisfacción que sienten con respecto a esta (Cuadra & Florenzano, 2003; Diener, 2000; Veenhoven, 1991). Así, el bienestar está estrechamente relacionado con la felicidad, y los niños contestaron que se sienten felices con tener sus materiales tecnológicos como la PlayStation y el celular, que “son felices con tenerlos, los hace sentir bien”. Uno de los niños contestó que tiene una “lista de prioridades” de cosas importantes para él y que le hacen bien, “primero está la play, después el fútbol, el celu, y después la familia”; lo cual refuerza la noción de que la buena vida, los derechos, la libertad de elección y opinión y los objetos sobre los cuales se opina dependen del contexto (Ben-Arieh et. al., 2014).

Por otro lado, el bienestar se relaciona con la posibilidad de desarrollar capacidades y potencialidades y dominar el entorno, adaptándose al ambiente (Ryff, 2019) y teniendo en cuenta el contexto en el cual se desenvuelven estos niños, es decir, un contexto donde la tecnología y los constantes avances de la misma atraviesan todos los ámbitos de su vida, poder ser capaces de tomarlas para su uso y obtener beneficios podría implicar una adaptación a los constantes cambios y avances, estos niños usan las herramientas para hacer tareas de la escuela, buscar información, usar la calculadora, hacer trabajos para presentar, usando todos los recursos posibles y no limitándose a antiguas formas de aprender. Las tecnologías son accesibles para todos, entraron a la vida cotidiana a escalas vertiginosas y aparecen insertas de cierta manera en lugares a los que antes no llegaban, como por

ejemplo, a la hora de jugar con otros. Los niños y niñas en sus respuestas informan sobre el uso de tecnologías como una actividad más como jugar al fútbol o al hockey, por ejemplo, cuando se consulta acerca de cómo usan su tiempo un día cualquiera y qué es lo que hacen, uno de los niños contesta enumerando que “juega a la compu, al fútbol y que va a la escuela”. Otro, contesta que “va a inglés y hace deporte, que juega con el celular todo el día y si se cansa o se queda sin batería, juega a la Xbox”, se puede inferir que las tecnologías están relacionadas estrechamente a las actividades que realizan en la vida cotidiana y que los sujetos se adaptan rápidamente a la misma, que crece a medida que ellos crecen ya que los cambios y las innovaciones son continuas (Volnovich, 2017; UNICEF, 2017). Además, al realizar todas las mismas actividades, la comunicación y la conexión entre ellos se basa en esas actividades, por ejemplo, en las entrevistas, todos hablan un mismo lenguaje, hablan de “memes” que vieron en redes o diferentes temas que han sido tendencia, y esto los hace parte del mismo grupo donde comparten y consumir los mismos contenidos (UNICEF, 2017), de cierta forma, las personas que no lo hacen quedan excluidos del mismo, y por ejemplo, se da paso a una brecha entre generaciones ya que las personas adultas presentes en las entrevistas no entendían ciertos conceptos o ciertas ideas, o de qué se trataban algunas aplicaciones que usan los niños ya que no sabían qué implica tener cierta red social o para qué se usa ni cómo.

Uno de los niños afirma que “es re vicio”, y aunque no lo dice como si fuese algo que le preocupa, temas que se relacionan con el uso de tecnologías son la dependencia y el abuso. Por otro lado, otra de las preocupaciones de los niños es la divulgación de información, uno de ellos afirma que no cuenta nada a sus amigos porque por ejemplo “si cuenta que le gusta una chica, ya se divulgó por todas las redes”. Estas son las situaciones en las que el bienestar de los niños puede verse influida tanto positiva como negativamente.

5.3 Situaciones en las que el uso de tecnologías afectan el bienestar psicológico de los niños

Las herramientas tecnológicas pueden ser utilizadas en cualquier momento y lugar, esas herramientas que pueden ser llevadas de un lugar a otro ya que tienen una batería con una vida de uso de horas, cada vez en aumento, y el hecho de que las redes de Internet lleguen a todos los rincones y sea posible acceder a cualquier fuente de información, a

mensajes y hacer llamadas en cualquier circunstancia contribuyen a que sea posible conectarse con otros en cualquier lugar, sea casas, escuelas, plazas o viajando; así los niños afirman que usan sus herramientas tecnológicas especialmente en las casas o cuando visitan a algún familiar, por ejemplo, una niña afirma que cuando los adultos empiezan a hablar de temas o situaciones que a ella no le interesan, “agarra el celu porque se aburre”, “en la casa de mis tíos, en la casa de mis abuelos” y es por eso que de esta manera se puede afirmar que es posible saltar barreras de tiempo y espacio, todo se encuentra aquí y ahora, todo se puede ver y oír en cualquier momento y lugar (Alonso-Geta, 2008; Pavez, 2014).

El lugar, concreto, en el cual realizan la mayor cantidad de actividades con las herramientas tecnológicas es la casa, allí “juegan a la Xbox, a la Play, usan el celu”. Uno de los niños afirma que “en su casa hace cosas productivas, comer, dormir, jugar a la Play”, se podría afirmar en este sentido que las tecnologías conforman una fuente de diversión, entretenimiento y satisfacción, contribuyendo positivamente al bienestar (Casas, 1999).

Además de todo esto, la tecnología alcanzó tal expansión que distintas instituciones toman medidas específicas en relación al permiso de uso de las mismas, como es el caso del colegio. Los niños y niñas asisten al mismo colegio, en donde el uso de celulares no está permitido. Sin embargo, aparecen distintas situaciones que generan cierto malestar en los niños, por ejemplo uno afirma que “directamente no se puede llevar el celular al colegio, pero hay un compañero nuestro que lleva todos los días y el titular lo deja”, una de las niñas afirma que vio a una compañera usar el celular y tampoco se tomaron medidas en ese caso. Pero además de todo esto, algunas veces no son solo los alumnos los que usan estas herramientas sino que son los profesores. En este sentido, los niños manifestaron cierto malestar al contar que “a veces los profesores te dicen que no puedes hacer algo y ellos lo hacen, por ejemplo, dicen que no usemos el celular y mientras dice eso le entra una llamada y su celular hace ruido”. A pesar de que en el colegio no les dejan usar estas herramientas en sus casas sí las utilizan para completar la realización de alguna tarea o trabajo.

5.4 Identificar las situaciones en las que el uso protegido de tecnologías afectan el bienestar psicológico de los niños y de las niñas

Las redes sociales estimulan la creatividad debido al gran contenido enriquecedor y entretenido, pero esto puede implicar a algunos aspectos negativos. La libertad de expresión

que los niños informan en sus respuestas puede suponer algunos riesgos debido a que todas las personas en el Internet también tienen esa libertad de expresión incontrolable. Los niños tienen el derecho a interactuar con información adecuada para su etapa vital (Vallés Copeiro del Villar & Martínez Otero, 2010) pero es necesario tener en cuenta los peligros que aparecen asociados al uso de las tecnologías debido a que todas las personas que acceden a la misma son parte de un sinnúmero de actividades. Por un lado, se indagó acerca del control que hay por parte de los padres en relación al uso de las diferentes redes sociales, si las conocen y si los tienen agregados como amigos. Las niñas afirmaron que sus mamás tienen abiertas sus cuentas de las diferentes aplicaciones y redes sociales en sus celulares y que las controlan con regularidad, se podría decir que hay cierto control en relación a los contenidos y las amistades e interacciones, sin embargo, en el caso de los niños esto no es así. Incluso, uno de ellos afirmó rotundamente que si su mamá abriera su cuenta en su celular, la borraría.

Por otro lado, en las entrevistas los niños hablaron de la cantidad de tiempo en el que están interactuando con las diferentes herramientas tecnológicas, algunos se autodenominan como vicios de las redes, otros cuentan que solo comen, duermen y juegan a la PlayStation o por ejemplo, juegan con distintas herramientas cuando se quedan sin batería, en lugar de hacer otra cosa. Paradójicamente, sólo algunos expresaron que sus padres o mayores cuidadores ponen un tiempo estimado para la utilización de herramientas como el celular o la PlayStation, sin embargo, no se controlan ni cumplen, pero el uso indiscriminado de las diferentes herramientas puede generar abuso y dependencia (Capilla & Cubo, 2017).

6. Conclusiones

Partiendo de la noción de que en el mundo actual hay una interrelación entre todos los aspectos que conforman a la vida, ya sea económico, político, social, cultural y tecnológico debido al fenómeno de la globalización, se puede afirmar que todas las esferas que conforman la vida de las personas se encuentran atravesados por las herramientas tecnológicas y por los avances que advienen continuamente (Crogan, 2016; Giddens, 2007; Pavez, 2014).

Quienes son niños y niñas en este momento, han nacido en un mundo altamente tecnológico y no son capaces de imaginar uno donde no haya una computadora con WiFi, un celular que se puede usar en cualquier momento y lugar, la existencia de plataformas para ver series y jugar videojuegos en línea; es algo a lo que están acostumbrados y a medida que ellos crecen, los avances tecnológicos también lo hacen, incluso con mayor rapidez (Alonso-Geta, 2008; Pavez, 2014). El presente trabajo tuvo como objetivo principal analizar las opiniones de los niños y niñas de un grupo focal de investigación acerca de la relación entre el uso de tecnologías y el bienestar psicológico y como resultado del mismo se halló que las tecnologías pueden afectar el bienestar tanto positiva como negativamente.

Por un lado, se puede afirmar que el uso de tecnologías afecta el bienestar positivamente ya que cuando se habla de bienestar en niños, éste está asociado principalmente al hecho de ser escuchados y tenidos en cuenta (Ben-Arieh, 2008). Las redes sociales son herramientas a partir de las cuales esto se puede llevar a cabo ya que por ejemplo, hay distintos medios donde puede haber intercambio de opiniones como los que usan ellos, por nombrar uno, Twitter.

Al mismo tiempo, las diferentes tecnologías pueden ser consideradas formas de fortalecer las relaciones interpersonales y la socialización con los pares (Oros et al., 2011; Oros, 2013) ya que, nuevamente mencionando a las redes sociales, estas son espacios de intercambio continuo con otros, pero además de esto, los niños en general utilizan las mismas redes y están agregados a amigos unos del otro, por eso, por fuera de las redes, pueden tener como tema de conversación elementos que hayan sido vistos en las mismas y esto aparece en las entrevistas cuando todos comparten diferentes apreciaciones de los

mismos memes o videos que vieron, o por ejemplo cuando hablan de temas que han sido tendencia.

Además, por la edad que tienen los sujetos, aparece recurrentemente que uno de los usos que le dan a las tecnologías son los juegos, ya sea en formato interactivo como los juegos en línea conectados con otros jugadores o juegos individuales en sus Playstations propias o en las Xbox. Solamente una de las niñas no tiene una Playstation propia pero el resto sí, y todos usan la computadora para jugar. El juego en la niñez es uno de los principales pilares para el desarrollo de habilidades como ser el reconocimiento de debilidades y fortalezas, la capacidad de planificación y resolución de conflictos (Sábada & Naval, 2008), pero además incide en el desarrollo de la socialización que es parte fundamental del bienestar (Oros, Manucci & Richaud de Minzi, 2011).

Y por otro lado, se puede afirmar que el uso de tecnologías afecta el bienestar negativamente. Uno de los riesgos aparece porque la exposición a las mismas es continua, es decir, es posible que todas las horas de todo el día, estemos enfrente de algún tipo de pantalla, ya sea de la computadora, la televisión o el celular, lo cual según investigaciones puede generar dependencia y abuso (Capillo & Cubo, 2017; Quintero-Corzo et al, 2015; UNICEF & CEPAL, 2016). En el caso de los niños entrevistados, todos dicen que los padres les permiten utilizar las diferentes herramientas de entretenimiento cierta cantidad de horas por día, pero no son respetadas y no hacerlo, no tiene consecuencias. Si bien no es posible hablar de abuso y mucho menos de dependencia porque la información recolectada no lo permite, es fundamental tenerlo en cuenta como una posibilidad.

El otro gran riesgo aparece debido a la enorme cantidad de personas de diferente género y edades que pueden ingresar a las redes y además de la cantidad de información que está disponible, escrita por cualquier persona ya que la libertad de opinión es una de las bases de las redes (Ben-Arieh et. al., 2014; UNICEF, 2017). En este sentido, hay distintos riesgos que pueden aparecer como el cyberbullying, la divulgación de información privada a la cual se refirió solamente uno de los niños al afirmar que cuando cuenta sus cosas, aparecen en las redes porque sus amigos las divulgan, si bien lo cuenta como si fuese un chiste compartido, si se extrapola a una escala mayor, por ejemplo si una persona que no conocen divulga algo así, podría ser algo que los moleste. Pero además, por la cantidad de información puede aparecer contenido que es indeseado o violento para con ellos.

En paralelo a todas estas cuestiones se puede inferir que quizás los niños no tienen en cuenta los riesgos asociados a los diferentes usos de las tecnologías porque solamente uno de ellos se refirió a la aparición de contenidos indeseados, no hay más información al respecto. Sin embargo, sí se refirieron a los usos benéficos y las facilidades que les brindan las mismas. Tal vez indagar con mayor profundidad acerca de la inseguridad que conlleva el uso de Internet fue una de las cuestiones que habría que ahondar ya que es un tema complejo y actual.

El presente trabajo tiene algunas limitaciones ya que hay cuestiones que no pudieron ser abordadas y esto se debe por ejemplo a la cantidad de encuentros. El contacto y la conversación con los niños y niñas se llevó a cabo solamente una vez en un período de una hora aproximadamente. Esto influyó mucho en el sentido de que hubieron muchos temas sobre los cuales indagar y la información obtenida sobre cada uno de estos temas o ejes es bastante acotada y generalizada, quizás se podría haber ahondado con mayor facilidad las respuestas que se presentaron si la cantidad de encuentros se incrementa y así podría ser que se recabe información más completa ya que se podría indagar más tiempo sobre un mismo tema.

Y otra cuestión que hay que tener en cuenta al momento de leer el trabajo es la conformación del grupo focal. Como ya fue explicado, el grupo se conformó por niños y niñas que son amigos y son de clase media-alta, en este sentido, quizás en niños de otras clases sociales las tecnologías jueguen otros roles y tengan utilidades diferentes.

Teniendo en cuenta estas dos grandes limitaciones surgen líneas de investigación a realizarse. En primer lugar, tal vez una mayor cantidad de encuentros sea más fructífero ya que por ejemplo, en cada encuentro se podría hablar de temáticas diferentes o se podría volver sobre los temas que fueron muy acotados para realizar los trabajos.

Con respecto a las investigaciones consultadas para este trabajo, se puede concluir con que es importante seguir investigado acerca de los comportamientos que pueden desarrollarse entre los niños y niñas en relación a los riesgos implicados al usar tecnologías, por ejemplo, cyberbullying, exposición a contenidos indeseados, uso problemático y comportamiento adictivo (Capilla & Cubo, 2017; Echeburúa, 2010; Marciales Vivas & Torres Cabra, 2011; Quintero-Corzo et al., 2015). En este sentido, es importante recolectar información para saber si los niños y niñas sufrieron alguna de estas situaciones, indagando

directamente estos temas. Se podría, incluso, contabilizar casos para tener un promedio de afectados en relación a la cantidad de niños y niñas que utilizan las tecnologías.

Además de las consecuencias, también es importante que líneas futuras de investigación se enfoquen en aspectos cognitivos y conductuales que pueden ser predictoras de resultados negativos del uso de Internet, en este sentido, se podrían realizar investigaciones con sujetos con personalidades específicas, por ejemplo, nivel elevado de impulsividad, personas antisociales, entre otras, que son las que se relacionaron con consecuencias negativas en estudios anteriores (Davis, 2001; Caplan, 2010). Una propuesta en este sentido sería investigar acerca de las relaciones entre la personalidad y las conductas negativas en relación al uso de internet con la implementación de encuestas o similar. Realizar investigaciones siguiendo estos puntos podría ser crucial para poder comprender en profundidad los aspectos que pueden influir en el bienestar.

Por otro lado, es posible que si el grupo se divide por género haya otro tipos de respuestas ya que a esa edad es muy probable que los niños se sientan más cómodos sólo con grupos de niños y las niñas con grupo de niñas, esto podría permitir que se hablen de cuestiones que ante otros puede generar cierta resistencia, por ejemplo, al momento de hablar sobre la inseguridad o los contenidos de las redes específicamente. Específicamente ligada a la cuestión del género aparecen diferentes problemáticas asociadas a las redes y esto no pudo ser indagado en el encuentro, teniendo en cuenta que las niñas están en un período de desarrollo quizás es beneficioso que estén al tanto de los diferentes contenidos que aparecen en las redes en relación a la sexualidad que las atañe específicamente a ellas como grupo de riesgo desde la pornografía infantil hasta la cantidad de información que puede ser violenta para ellas (Marciales Vivas & Torres Cabra, 2011). Los niños, también deberían poder estar al tanto de estas cuestiones desde temprana edad de la manera correcta y deberían saber que también pueden ser focos de riesgo. Quizás luego de varios encuentro llevar a cabo reuniones individuales también ayudaría a que la información sea mucho más completa ya que al ser amigos aparece la duda de si se sienten cómodos o no al hablar de sus miedos o de ciertas actividades que los afectan. Seguir completando este trabajo analizando por ejemplo las diferencias según el género implicaría información de mayor alcance.

Otro tema a considerar son los aspectos socioeconómicos, ya que el modo en que las tecnologías afectan al bienestar de cada uno depende de distintos factores, económicos, sociales, políticos y también depende del ciclo vital de cada uno (Narodowski, 2016), por eso, llevar a cabo estudios comparativos con niños de clase media-baja podría ser el objetivo para investigaciones futuras.

Además, es necesario tener en cuenta que un trabajo interdisciplinario con los niños y niñas y sus padres y maestros permitiría un abordaje más amplio, es por esto que no sólo es necesario educar a los niños y niñas para un uso adecuado de tecnologías sino también a madres, padres y docentes para que estos también conozcan las ventajas y los riesgos y puedan también educar al respecto (Garmendía et. al, 2012).

Finalmente, se puede concluir remarcando la importancia de investigaciones y estudios centrados en cómo afectan las tecnologías a la vida de los niños y niñas para poder comprender mejor los efectos que estas pueden tener a corto y largo plazo en su bienestar. Es por estas cuestiones que, aun considerando las grandes ventajas que la televisión, internet, el celular y los videojuegos ofrecen, es urgente que los poderes públicos y la sociedad en general, junto con las demandas de liberalización y buenos servicios, tutelen y aseguren una mejor protección de la niñez, que tiene sus características particulares. Al dejar de lado la conceptualización de la misma como un paso previo a la adultez y solamente diferenciándose del mundo adulto, se abre paso a un interés por las características propias de esta etapa vital y al investigar sobre ellos, son los protagonistas y quienes deben ser consultados con respecto a estos temas, para que sean ellos quienes brinden la información solicitada. Los niños son sujetos activos, y es en este sentido que se puede decir que saben lo que quieren, lo que no, lo que les hace bien y lo que no, pudiendo dar cuenta de los factores que impactan en la vida, y particularmente, sobre el bienestar.

7. Referencias

- Alfaro, J., Casas, F. & López, V. (2014). Psicoperspectivas. Individuo y Sociedad. *Bienestar en la infancia y adolescencia*, 1(14), 1-5.
- Alonso-Geta, M. (2008). Protección de la infancia y nuevas tecnologías de la comunicación: el código pegi de regulación de los videojuegos y juegos on-line. *Teoría de la Educación. Educación y Cultura en la Sociedad de la Información*, 9(3), 29-47.
- American Psychiatric Association (APA) (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-V)* (Fifth Edition). Washington, DC: American Psychiatric Association
- Ben-Arieh A., Casas F., Frønes I. & Korbin J. E. (2014). Multifaceted concep of child well-being. En A. Ben-Arieh, F. Casas, I. Frønes y J. Korbin (Eds.), *Handbook of Child Well-being* (pp 1-27). Dordrecht: Springer.
- Ben-Arieh, A. (2008). The child indicators movement: Past, present, and future. *Child Indicators Research*, 1(1), 3-16.
- Capilla, E. & Cubo, S. (2017). Phubbing. Conectados a la red y desconectados de la realidad. Un análisis en relación al bienestar psicológico. *Revista de Medios y Educación*, 50, 173-185.
- Caplan, S. E. (2002). Problematic Internet use and psychosocial well-being: Development of a theory-based cognitive-behavioral measure. *Computers in Human Behavior*, 18, 533-575.
- Caplan, S. E. & High, A. C. (2006). Beyond excessive use: The interaction between cognitive and behavioral symptoms of problematic Internet use. *Communication Research Reports*, 23(4), 265–271. <http://doi.org/10.1080/08824090600962516>
- Caplan, S. E. (2010). Theory and measurement of generalized problematic Internet use: A two-step approach. *Computers in Human Behavior*, 26(5), 1089–1097.
- Casas, F. (1999). Calidad de Vida y Calidad Humana. *Revista Papeles del Psicólogo*. Vol. 74. s/n páginas. Recuperado de <http://www.papelesdelpsicologo.es/resumen?pii=812>
- Casas F., Rosich, M. & Alsinet, C. (2000). El bienestar psicológico de los preadolescentes. *Anuario de Psicología*, 31(2), 73-86.

- Casullo, M. M. (2003). *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. Cuadernos de evaluación psicológica. Madrid: Paidós.
- Crogan, P. (2016). La automatización y digitalización de la vida cotidiana. *adComunica. Revista Científica de Estrategias, Tendencias e Innovación en Comunicación*, nº12. Castellón: Asociación para el Desarrollo de la Comunicación adComunica y Universitat Jaume I, 127-139.
- Cuadra, H. & Florenzano, R. (2003). El bienestar subjetivo: hacia una Psicología positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, 12(1), 83-96.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 17, 187-195.
- Díaz Ruiz, R. & Aladro Castañeda, M. (2016). Relación entre uso de las nuevas tecnologías y sobrepeso infantil, como problema de salud pública. *RqR Enfermería Comunitaria*, 4(1), 46-51.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American psychologist*, 55(1), 34-43.
- Echeburúa, E. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91-96.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) (2012). *El bienestar infantil desde el punto de vista de los niños*. Recuperado de [https://www.unicef.es/sites/unicef.es/files/Bienestar Infantil Subjetivo resumen ejecutivo feb13.pdf](https://www.unicef.es/sites/unicef.es/files/Bienestar%20Infantil%20Subjetivo%20resumen%20ejecutivo%20feb13.pdf)
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) (2017). *Estado mundial de la infancia 2017*. Recuperado de [https://www.unicef.org/spanish/publications/files/SOWC 2017 SP.pdf](https://www.unicef.org/spanish/publications/files/SOWC_2017_SP.pdf)
- Gaitán Muñoz, L. (1999). Bienestar social e infancia: la distribución generacional de los recursos sociales. *Intervención psicosocial*, 8(3), 331-348.
- Gaitán Muñoz, L. (2014). Ser niño en el siglo XXI. *Cuadernos de pedagogía*. (407), 12-16.
- García-Piña, C. A. (2008). Riesgos del uso de Internet por niños y adolescentes. Estrategias de seguridad. *Acta Pediátrica de México*, 29(5), 272-278.

- Garmendia, M., Garitaonandia, C., Martínez, G. & Casado, M. A. (2012) Los menores en Internet. Usos y seguridad desde una perspectiva europea. *Quaderns del CAC*, XV(1), 37-44.
- Giddens, A. (2007). *Un mundo desbocado*. Los efectos de la globalización en nuestras vidas. México: Taurus.
- Gil, F., del Valle, G., Osbert, U. & Chamarro, A. (2015). Nuevas tecnologías - ¿Nuevas patologías? El smartphone y el fear of missing out. *Revista de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport*, 33(2), 77-83.
- González Arratia López Fuentes, N. I. & Valdéz Medina, J. L. (2014). Psicología Positiva y Bienestar. En N. I. González Arratia López Fuentes (Comp.) *Bienestar y familia. Una mirada desde la Psicología positiva* (pp. 23-37). México, Distrito Federal: Ediciones EÓN.
- González de Requena Redondo, F (2012), Política digital y nuevas prácticas tecnológicas. En N. García Canclini, F. Cruces y M. Urteaga Castro Pozo (coords.), *Jóvenes, Culturas Urbanas y Redes Digitales* (pp. 229-251). Madrid: Fundación Telefónica.
- Levin, E. (2006). *¿Hacia una infancia virtual? La imagen corporal sin cuerpo*. Buenos Aires: Nueva Visión.
- Malo Cerrato, S., Navarro Pou, D., & Casas Aznar, F. (2012). El uso de los medios audiovisuales en la adolescencia y su relación con el bienestar subjetivo: Análisis cualitativo desde la perspectiva intergeneracional y de género. *Revista de Pensamiento e Investigación Social*, 12(3), 27-49.
- Marciales Vivas, G. P., & Torres Cabra, F. (2010). Internet y pánico moral: Revisión de la investigación sobre la interacción de niños y jóvenes con los nuevos medios. *Universitas Psychologica*, 10(3), 855-865.
- Martino Gonzales, F. M. (2014). Las tecnologías de información y comunicación y el bienestar psicológico en la generación net. *Hamut'ay*, 1(1), 39-51.
- Mieles Barrera, M. D. & Tonon, G. (2015). *Calidad de vida y niñez: perspectivas desde la investigación cualitativa*. Santa Marta: Editorial Unimagdalena.
- Mikkelsen, C. & Tonon, G. (2016). Aproximación al estudio de la calidad de vida de niños y niñas en localidades del interior de la provincia de Buenos Aires (Mar del Plata, Tandil, Balcarce y San Cayetano) y del Conurbano Bonaerense (Lomas de Zamora,

- Banfield y Ramos Mejía), 2014-2015. En D. Lan (comp.). *Geografías en Diálogo. Aportes para la reflexión* Tomo 1. Tandil: Universidad Nacional del Centro de la Provincia de Buenos Aires.
- Moix, M. (1980). *El bienestar social: ¿mito o realidad?* Madrid: Almena.
- Narodowski, M. (2006). *Después de clase. Desencantos y desafíos de la escuela actual*. Buenos Aires: Educasa.
- Narodowski, M. (2016). *Un mundo sin adultos*. Buenos Aires: Debates.
- Observatorio de la Infancia en Andalucía – Junta de Andalucía (2010). *Uso de las nuevas tecnologías por la infancia y adolescencia*. Informe 2010.
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef) y Oficina Regional para América Latina y el Caribe (UNICEF TACRO) (2014). Derechos de la infancia en la era digital. *Desafíos. Boletín de la infancia y adolescencia sobre el avance los Objetivos del Desarrollo del Milenio*, (18) septiembre. Santiago de Chile. Recuperado de <https://www.cepal.org/es/publicaciones/tipo/boletin-desafios/18>
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef) y Oficina Regional para América Latina y el Caribe (UNICEF TACRO) (2016). El derecho al tiempo libre en la infancia y adolescencia. *Desafíos. Boletín de la infancia y adolescencia*, (19) agosto. Santiago de Chile. Recuperado de <https://www.cepal.org/es/publicaciones/tipo/boletin-desafios/19>
- Oros L. B., Manucci V., & Richaud-de Minzi M. C. (2011). Desarrollo de emociones positivas en la niñez. Lineamientos para la intervención escolar. *Educación y Educadores*, 14(3), 493-509
- Oros, L. B. (2013). Emociones positivas y niñez: ¿Qué sabemos al respecto? *Revista de Investigación universitaria*, 2(1), 13-21.
- Pavez, M. I. (2014). Los derechos de la infancia en la era de Internet: América Latina y las nuevas tecnologías. *Serie Políticas Sociales*, N° 210. Proyecto Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef) y Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). Recuperado de

<https://www.cepal.org/es/publicaciones/37049-derechos-la-infancia-la-era-Internet-america-latina-nuevas-tecnologias>.

- Pérez Sánchez, R., Rumoroso, A. M., & Brenes, C. (2009). El uso de Tecnologías de la Información y la Comunicación y la Evaluación de Sí Mismo en Adolescentes Costarricenses. *Revista Interamericana de Psicología*, 43(3), 610-617.
- Prensky, M. (2001). Digital natives, digital immigrants part I. *On the horizon*, 9(5), 1-6.
- Quintero-Corzo, J., Munévar-Molina, R. A., & Munévar-Quintero, F. I (2015). Nuevas tecnologías, nuevas enfermedades en los entornos educativos. *Hacia la Promoción de la Salud*, 20(2), 13-26.
- Ryff, C. D. (2018). Well-Being With Soul: Science in Pursuit of Human Potential. *Perspectives on Psychological Science*, 13(2), 242-248
- Ryff, C. D. (2019). Entrepreneurship and eudaimonic well-being: Five venues for new science. *Journal of Business Venturing*, 34, 646-663
- Sádaba, C., & Naval, C. (2008). Una aproximación a la virtualidad educativa de los videojuegos. *Teoría de la Educación. Educación y Cultura en la Sociedad de la Información*, 9(3), 167-183.
- Seligman, M. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Vallés Copeiro del Villar, A. & Martínez Otero, J. M. (2010). El control de contenidos en los medios audiovisuales: de un modelo vertical a un modelo horizontal. *Comunicación y Pluralismo*. 9, 267-293.
- Vázquez, C. (2006). La Psicología positiva en perspectiva. *Papeles del psicólogo. Edición Especial: Psicología Positiva, optimismo, creatividad, adaptabilidad*, 1(27), 1-2.
- Veenhoven, R. (1991). Is happiness srelative? *Social indicators research*, 24(1), 1-34.
- Volnovich, J. (2017). Crecer y aprender en contextos digitales. En A. Kaplan y M. Sanmartín (comp.), *Niños dispersos, aburridos, solos. Nuevos contextos. El rol del adulto hoy*. (pp. 23-38). Colección Ensayos y Experiencias. Buenos Aires: Noveduc.