

# **Escuela para familias: “Sexting y Booming - ¿Cómo abordar estos temas con nuestros/as hijos/as adolescentes?”**

## **Se articula con:**

- Plan de Afectividad, Sexualidad y Género.
- Plan de Gestión de Convivencia Escolar.

## **Duración:**

45 minutos

## **Objetivo:**

Entregar orientaciones sobre el sexting y el booming, su impacto en los adolescentes y cómo abordarlos de manera adecuada para promover la seguridad y el autocuidado.

## **Dirigido a:**

Familia con jóvenes entre 14 y 18 años.

## **Materiales:**

- Anexo 1: Pauta Reflexiva.
- Anexo 2: Estrategias para la familia.

## **Descripción de la actividad**

### **1. Inicio.**

Para comenzar esta actividad, puede utilizar las siguientes ideas:

- Hoy vamos a hablar de un tema que ha ganado relevancia en el entorno adolescente: **el sexting y el booming**. Sabemos que educar en el uso seguro y responsable de las redes es uno de los mayores desafíos en la crianza actual, especialmente en la etapa de la adolescencia, donde el deseo de explorar la identidad, las relaciones y la intimidad se combina con el mundo digital.
- Empecemos aclarando algunos conceptos. Por **sexting** nos referimos al envío de contenido de carácter íntimo, como fotos o mensajes, a través de dispositivos electrónicos. Para los y las jóvenes, este acto puede percibirse como una forma de mostrar confianza o afecto en sus relaciones. Sin embargo, es importante comprender que, una vez compartidos, estos contenidos se vuelven difíciles de controlar y pueden traer consecuencias emocionales y sociales complejas.

- Por otro lado, el **booming** es una práctica más dañina. Se trata del uso de contenido íntimo o personal para manipular o extorsionar a alguien. Los adolescentes, al desconocer o subestimar los riesgos, pueden verse involucrados tanto como víctimas como en situaciones conflictivas que afectan su bienestar emocional y su seguridad.
- Hoy, queremos ofrecerles herramientas para entender estos fenómenos y brindarles estrategias para que puedan abordar el tema con sus hijos e hijas. Vamos a reflexionar juntos sobre cómo lograr que se sientan seguros al hablar de estos temas en casa y al usar sus redes sociales. La meta es que ustedes puedan acompañarlos con empatía y claridad, favoreciendo el autocuidado y una comunicación abierta.

## 2. Desarrollo.

Una vez planteadas las ideas del inicio, divida a los y las asistentes en grupos pequeños, de 4 a 5 personas. Cada grupo debe escoger a una persona para que anote las ideas principales y sea vocero/a del grupo.

Entrégueles una copia del **Anexo 1: pauta reflexiva**, para que la desarrollen.

Otorgue el tiempo que estime conveniente para que las personas puedan dialogar y expresar sus ideas.

Una vez transcurrido el tiempo, solicite que lean las respuestas.

En esta etapa de la actividad, usted debe ir acompañando y guiando las respuestas, destacando aquellas ideas valiosas que pueden ser de utilidad para las familias.

## 3. Cierre.

A continuación, pida a los grupos que comenten sus respuestas a modo de plenario. Según el tiempo que tenga disponible, profundice en cada una de las preguntas del anexo 1: pauta reflexiva.

Para finalizar, entregue a cada uno/a una copia del anexo 2: estrategias para la familia. Revise con ellos/as la información que ahí se proporciona y vaya complementando con la información que usted dispone en las **Ideas Claves**.

## IDEAS CLAVES

### **Cómo apoyar a las familias en el abordaje, con sus hijos/as, de temáticas como el Sexting y Booming**

#### **Entender el contexto digital actual de los adolescentes:**

- Los adolescentes están inmersos en un mundo digital donde las redes sociales juegan un papel importante en sus relaciones. Es importante explicar cómo el sexting se ha convertido en una forma de expresión de intimidad entre algunos adolescentes, y cómo la presión social y la búsqueda de aceptación pueden llevar a prácticas riesgosas.
- Reconocer que el sexting, para algunos jóvenes, puede parecer una muestra de confianza o afecto, pero que la pérdida de control sobre el contenido puede tener consecuencias graves.

#### **Conciencia de los riesgos emocionales y legales:**

- Informar a los padres sobre los posibles efectos emocionales de estas prácticas, como vergüenza, ansiedad o depresión, si el contenido se divulga sin su consentimiento.
- Explicar las consecuencias legales potenciales que pueden involucrar a menores en situaciones de acoso o distribución de material privado, resaltando la importancia de prevenir estas prácticas para proteger tanto la integridad emocional como la seguridad legal de los adolescentes.

#### **Promover una comunicación basada en la confianza y el respeto:**

- Animar a los padres a crear un espacio de diálogo donde sus hijos sientan que pueden hablar de sus experiencias y preocupaciones sin miedo a represalias. Esto implica evitar reacciones de castigo y, en cambio, buscar el acompañamiento y la orientación constructiva.
- Recordarles que hablar sobre estos temas desde la empatía y la comprensión ayuda a los adolescentes a tomar decisiones más informadas y a sentirse seguros al acudir a sus padres si enfrentan problemas.

#### **Enseñar el valor del autocuidado digital y los límites personales:**

- Explicar a los adolescentes que cuidar su privacidad en línea es una extensión del cuidado de su bienestar físico y emocional. Los padres pueden ayudarles a establecer límites personales sobre lo que desean o no compartir.
- Fomentar que los jóvenes valoren su intimidad y comprendan que es válido decir "no" ante situaciones de presión, y que sepan que siempre cuentan con el apoyo de sus padres para enfrentar estas situaciones.

#### **Proporcionar herramientas para actuar en situaciones de riesgo:**

- Orientar a los padres sobre cómo pueden enseñar a sus hijos/as a reaccionar en caso de que se sientan vulnerables o amenazados. Esto incluye saber cómo bloquear o reportar perfiles en redes sociales, identificar personas confiables para acudir por ayuda, y recordarles que la búsqueda de apoyo es esencial en caso de cualquier conflicto o amenaza.



# Pauta Reflexiva

¿Qué creencias o valores sobre la privacidad y la intimidad personal desearían transmitirles a sus hijos/as?

¿Cómo creen que estos valores se aplican en el entorno digital?

¿Consideran que sus hijos/as se sienten cómodos hablando sobre temas de intimidad y relaciones en el mundo digital? ¿Por qué creen que se sienten o no cómodos al respecto?

¿Cuáles son sus principales preocupaciones respecto a que sus hijos/as compartan información personal o imágenes íntimas en línea? ¿Cómo han manejado estas preocupaciones?

¿Han conversado en familia sobre las posibles consecuencias emocionales y sociales de compartir contenido íntimo en redes? ¿Qué barreras sienten que existen para abordar estos temas con confianza?

¿Qué estrategias o recursos creen que podrían ser útiles para que sus hijos/as comprendan la importancia del autocuidado digital y tomen decisiones seguras en este ámbito?



# Estrategias para la familia

## **Establecer una comunicación abierta y libre de juicios:**

Fomentar un ambiente donde tu hijo/a se sientan cómodo/a hablando de sus experiencias en redes sociales. Evita reacciones de juicio o castigo cuando compartan algo preocupante, y en su lugar, escucha con empatía y ofrece orientación.

## **Educar sobre privacidad y control de la información:**

Explica a tus hijos/as que, una vez que una foto o mensaje íntimo se comparte, pierden el control sobre su distribución. Reforzar la idea de que incluso con personas de confianza, la privacidad en línea es vulnerable.

## **Enseñarles a reconocer y evitar situaciones de presión o manipulación:**

Ayúdale a identificar cuándo alguien podría estar presionándolo/a para compartir contenido personal o íntimo y enséñale cómo decir "no" o pedir ayuda sin temor a represalias.

## **Modelar el uso responsable de redes sociales:**

Los padres pueden ser un ejemplo al compartir contenidos apropiados y al demostrar cuidado sobre qué información personal divulgan en línea.

## **Crear un plan de acción ante situaciones difíciles:**

Dialoga con tu hijo/a sobre qué hacer si alguien amenaza con divulgar contenido íntimo. Esto incluye saber a quién acudir y recordar que siempre puede pedir ayuda sin temor a ser juzgado/a.