

Tema: Amenaza y salud

Actividad

| | |
|------------------------------|--|
| Objetivo general | La actividad permitirá aprender / consolidar los conocimientos sobre los riesgos de la salud mental, el trastorno de adicción a Internet (TIA). |
| Duración | aproximadamente 30 minutos |
| Objetivos | Adquirir / sistematizar conocimientos sobre la adicción a Internet, cómo reconocer el problema, sus síntomas y cómo contrarrestar estas amenazas. |
| Materiales necesarios | Teléfono / tablet / ordenador con acceso a Internet, tarjetas, rotuladores |
| Instrucciones | <ul style="list-style-type: none">- Entregue a los participantes tarjetas según el siguiente patrón (una tabla de ejemplo para la actividad) y pida que se completen; los participantes pueden unirse en parejas o en pequeños grupos (hasta 10 minutos)- A partir de las tablas completadas, inicie un debate sobre las adicciones, pregunte si los participantes han vivido estas situaciones y cuáles son sus experiencias- Construir un mapa mental de la adicción a Internet junto con una propuesta de buenas prácticas que permitan contrarrestar estos riesgos. <p>Temas de apoyo a la definición de las adicciones:</p> <ul style="list-style-type: none">- adicción a los juegos de ordenador- adicción a la información / estar constantemente en línea- adicción a los contactos sociales en la red (social media)- juego en línea, erotomanía, sectas, retos peligrosos, cibercondría. |