

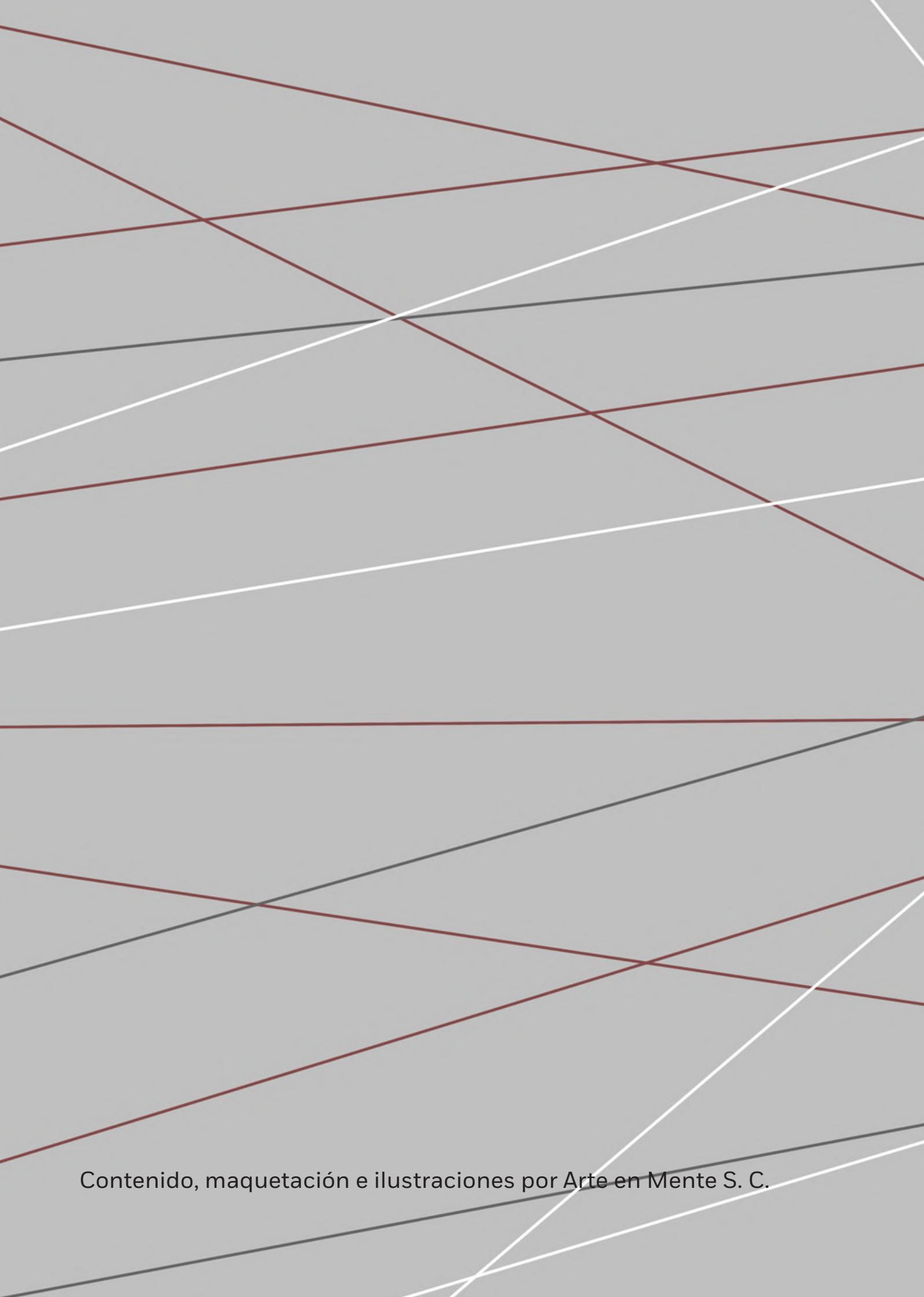
ELOY MORENO

# REDES

## GUÍA DE LECTURA



NUBE DE TINTA



Contenido, maquetación e ilustraciones por Arte en Mente S. C.

QUERIDA LECTORA. QUERIDO LECTOR,

Ahora que ya has leído *Redes* estamos seguros de que, como ya te pasaría si también leíste *Invisible*, habrás encontrado personajes en los que sentirte reflejado, conductas que te han hecho pensar y situaciones que te han removido por dentro.

Hemos creado esta guía de lectura para ayudarte a sacarle el máximo partido a todo eso que está sucediendo en tu interior después de leer *Redes*.

A continuación encontrarás propuestas de actividades para completar la experiencia de la lectura.

¡Esperamos que la disfrutes!

# 1.

## EL USO DE REDES SOCIALES Y SUS CONSECUENCIAS EN ADOLESCENTES

Está demostrado que el uso de las redes es una de las principales causas de estrés en adolescentes, principalmente por el número de *likes* y de *followers* que se consiguen o por la necesidad de parecerse a los *influencers*.

Para comenzar, vamos a dedicar unos minutos a DEBATIR sobre el tema.

Listamos a continuación ALGUNAS PREGUNTAS para ayudar a moderar el debate:

¿CÓMO PUEDEN LAS REDES SOCIALES AFECTAR A TU SALUD MENTAL Y EMOCIONAL?

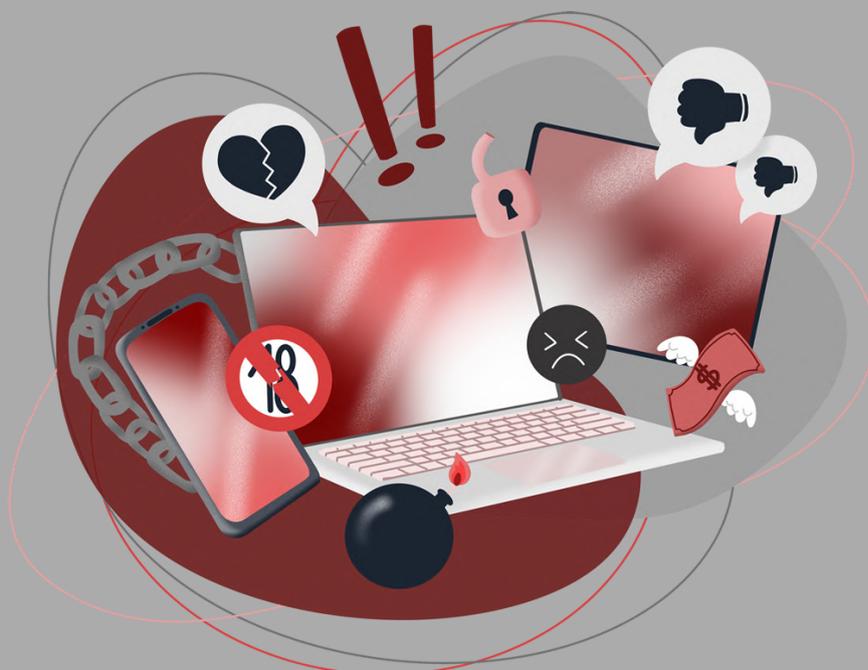
¿PUEDEN LAS REDES TENER INFLUENCIAS POSITIVAS Y NEGATIVAS?

¿PUEDES VOLVERTE ADICTO A LAS REDES?

¿ELIMINAS PUBLICACIONES QUE NO OBTIENEN SUFICIENTES LIKES O SIENTES LA NECESIDAD DE COMPROBAR CONSTANTEMENTE CUÁNTOS RECIBES?

¿CÓMO INTERACTÚAS CON OTROS USUARIOS?

¿CÓMO SE PODRÍAN USAR LAS REDES DE MANERA QUE NO NOS CAUSEN UN ESTRÉS INNECESARIO?

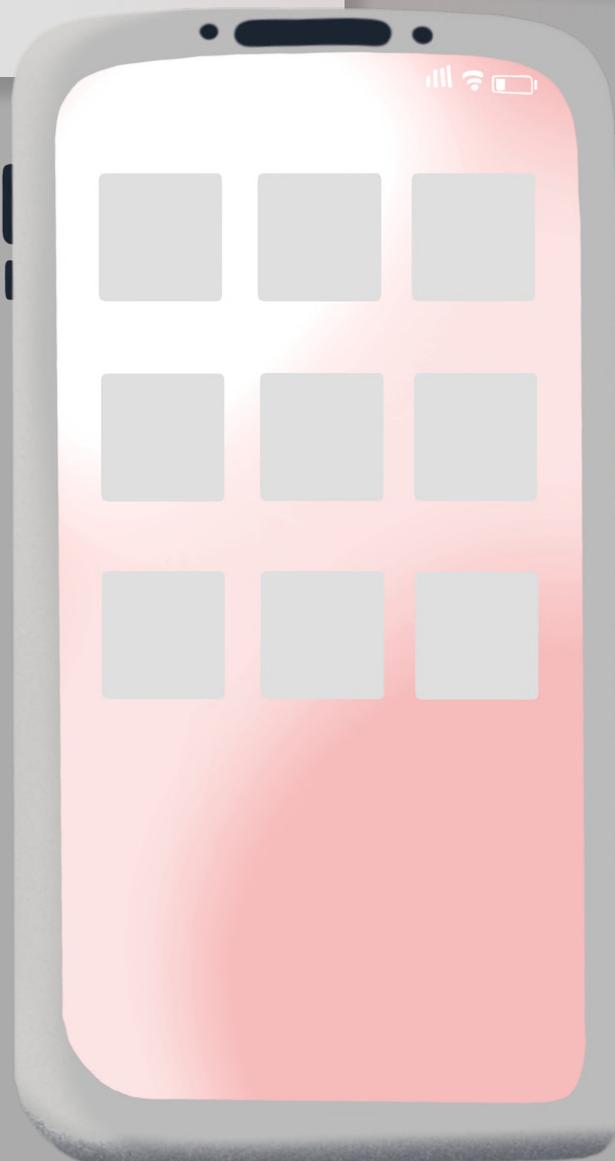
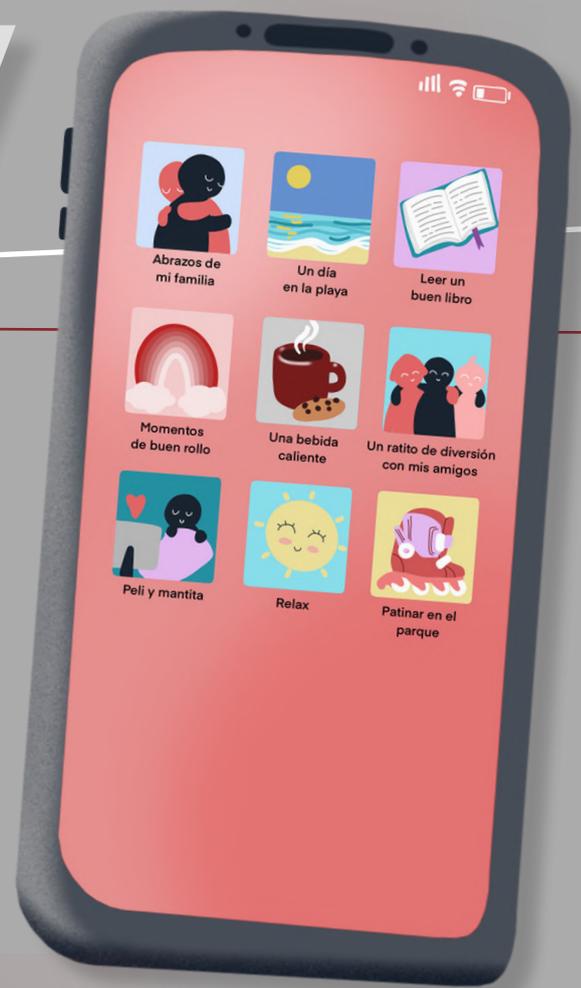


A continuación completamos el debate con una actividad en la que sacaremos a relucir nuestras dotes creativas.

Imagina que puedes  
**CREAR TUS PROPIAS  
APLICACIONES PARA  
TU MÓVIL.**

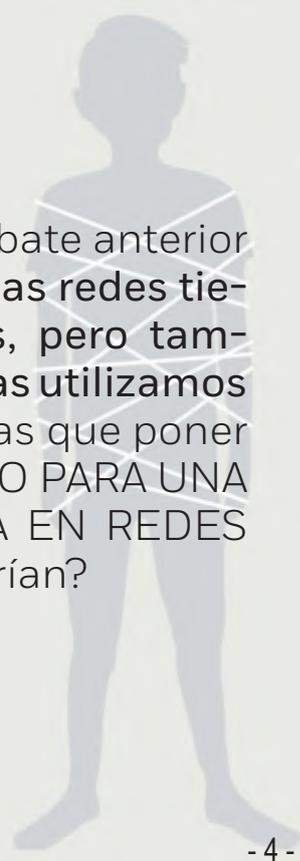
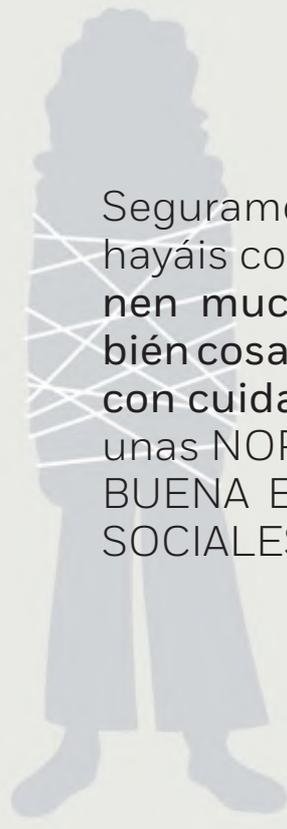
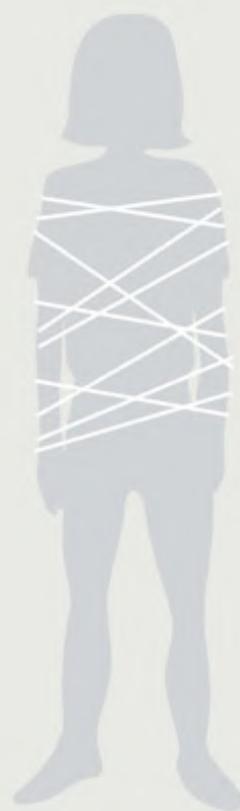
¿Qué aplicaciones que crean felicidad en lugar de estrés en tu vida pondrías en tu pantalla de inicio?  
¿Necesitas el abrazo de un familiar para iniciar el día con energía? ¿No puedes acabarlo sin un ratito de charla con tu mejor amiga?

Observa este ejemplo con nuestras aplicaciones favoritas y crea después las tuyas propias.



# 2.

## DECÁLOGO DEL BUEN USO DE LAS REDES SOCIALES



Seguramente en el debate anterior hayáis concluido que **las redes tienen muchos peligros, pero también cosas buenas si las utilizamos con cuidado**. Si tuvieras que poner unas **NORMAS DE USO PARA UNA BUENA EXPERIENCIA EN REDES SOCIALES**, ¿cuáles serían?

A continuación te proponemos ALGUNAS IDEAS que puedes tener en cuenta para reflexionar:

Sé amable. No critiques a los demás. En su lugar, felicítalos por sus logros. Si alguien te acosa a ti o a algún amigo, háblalo con un adulto antes de enzarzarte.



**NO ARREMETAS CONTRA EL ACOSADOR, TRATA DE SER PACIENTE.**



*Evita intentar llevar razón y demostrar que los demás están equivocados.*

No tengas miedo de bloquear a alguien si crees que está incumpliendo las normas o acosando.

*Si vas a subir una imagen o alguna información, piensa antes:*

*Si hay más personas involucradas y no tienes su consentimiento.*

*Si se trata de información personal o de contacto.*

*Si desvela tu ubicación o contraseñas.*

*Si compromete a otras personas.*



**NO COMPARTAS IMÁGENES COMPROMETIDAS TUYAS NI DE OTRAS PERSONAS. TAMPOCO PARTICIPES EN BURLAS HACIA MATERIAL COMPARTIDO DE OTRAS PERSONAS.**



Estas son solo algunas ideas, pero el objetivo es que entre toda la clase, inspirados por ellas, podáis hacer una lluvia de ideas, seleccionando finalmente las 10 que más convenzan a todo el grupo.

Para terminar, os proponemos IMPRIMIR O CREAR EN UN MURAL VUESTRO PROPIO DECÁLOGO para colgarlo en el aula y tenerlo muy presente en vuestro día a día.

# 3. ESCENARIOS

A lo largo de la lectura te habrás encontrado con situaciones que te habrán hecho plantearte qué hubieras hecho tú si te hubiese sucedido lo mismo.

A continuación encontrarás algunos de esos escenarios, que hemos seleccionado para motivarte a preguntarte cómo hubieses reaccionado de estar en esa misma situación.

**¿OBRÓ CORRECTAMENTE EL PERSONAJE?  
¿HABRÍA TENIDO ALGUNA ALTERNATIVA?**

**Alex comienza a pedirle a Betty fotos con poca ropa cuando ni siquiera se conocen en persona. Imagina que eres Betty y pregúntate:**

**¿Qué problemas encuentras en mandar esas fotos?  
¿Qué podría querer la otra persona de ellas?  
¿Qué podrías responder ante esta demanda?**

**Algunos de los personajes del libro ven vídeos de peleas, consejos de nutrición y belleza por parte de personas no expertas o contenido sexual.**

**¿Qué peligros encuentras en consumir este tipo de contenidos?  
¿Qué información obtienen de ti para ofrecerte después más contenido de tu interés?  
¿Qué otros contenidos más apropiados crees que podrías buscar?**

**Betty se obsesiona con ver el estado de Alex, actualizando cada minuto para saber de él.**

**¿Cómo describirías las relaciones que se crean con este tipo de comportamientos?  
¿Cómo evitarías esta dependencia en una relación?  
¿Qué problemas puede suponerte actuar así?**

**Los personajes del libro usan una app que te obliga a aceptar que te localice siempre y que analice los lugares que visitas como requisito obligatorio para poderla instalar. También que las fotos y textos son tuyas, lo que publicas le pertenece.**

**¿Qué problemas encuentras en aceptar todo esto para descargarte una aplicación?**

**¿Sueles analizar lo que te pide una aplicación antes de aceptar la descarga?**

**¿Con quién podrías consultar si los requisitos son adecuados?**

**Betty cae en el juego de Meeteen de demostrar el amor con iconos de pago, renunciando a algunas necesidades para poder adquirir uno de estos iconos para Alex.**

**¿Cómo ves tú esta idea?**

**¿Se te ocurren maneras alternativas de mostrar cariño hacia otra persona en redes?**

**¿Quiénes son los únicos beneficiarios de la idea?**

**Después de todo lo que sucedió entre el chico invisible y MM, este último no para de recibir mensajes de odio a todas horas, tan graves como que debería estar muerto o que es un asesino.**

**¿Crees que lo merece?**

**¿Participarías de este tipo de comentarios?**

**¿Crees que esto le haría algún bien al chico invisible?**

# 4. LOS VERDADEROS INFLUENCERS

El libro refleja cómo en redes existen *influencers* que pueden conseguir que sus seguidores hagan cosas como llevar los pantalones por debajo de los calzoncillos, pantalones ya rotos o uñas tan largas que es imposible teclear el móvil con ellas.

Pero en la vida real hay verdaderos *influencers* que hacen que nuestra vida sea un poquito mejor: desde personas que luchan por nuestros derechos hasta nuestros familiares o amigos, que siempre saben aconsejarnos qué hacer cuando dudamos.



## verdadero influencers

¿Quién es?

¿Qué supone para ti conocer a esta persona?

¿Cómo consideras que te ha influido positivamente?

¿Cómo ha cambiado tu vida siguiendo sus consejos?

Piensa en dos auténticos *influencers* que consideres que te han ayudado a tomar buenas decisiones en tu vida.

Puede ser gente de tu entorno o alguna personalidad que hayas conocido a través de algún noticiario o periódico.

Cuando ya los tengas,  
CREA UNA FICHA, como la que te proponemos,  
CON EL PERFIL DE CADA UNO DE ELLOS PARA DARLOS  
A CONOCER A TODA TU CLASE.



# 5.

## OCIO SIN PANTALLAS



Más allá de las redes y de las pantallas de nuestros dispositivos existe todo un mundo de posibilidades de ocio que podemos disfrutar solos o en compañía de nuestros amigos.

Para comprobar qué actividades podemos compartir con nuestros compañeros de clase os proponemos un juego.

1. Cada alumno escribirá en una tarjeta sus TRES ACTIVIDADES FAVORITAS SIN PANTALLAS. Pueden ser cosas como patinar, practicar lettering, pasear escuchando música o componer sus propias canciones, por ejemplo.
2. Cuando tengáis las tres, doblaréis la tarjeta y la introduciréis en una caja.
3. Una vez que estén todas en la caja se irán abriendo las tarjetas y listando su contenido en la pizarra. Vamos a ver qué actividades se repiten, de manera que podamos saber con qué compañeros podemos compartirlas.

Con las actividades que no se han repetido podemos hacer un nuevo sondeo para ver si alguien también lo comparte, aunque no lo haya incluido entre sus tres preferencias.

De esta manera tendremos claro con quiénes podemos **COMPARTIR NUESTRAS ACTIVIDADES FAVORITAS**. ¡Quizás ni lo imaginábamos!

# 6

## • TABLÓN DE CLASE

Vamos a crear un tablón, a modo de TABLÓN DE ANUNCIOS, con algunas AFIRMACIONES INSPIRADAS EN FRASES DE REDES. El objetivo de este tablón será hacernos pensar, así que lo ideal sería colocarlo en un sitio visible del aula para trabajar con él.

Por otro lado, utilizaremos también un juego de tarjetas con las mismas afirmaciones para el uso del alumnado. De manera anónima, cada uno podrá completar libremente y con sinceridad dichas afirmaciones marcando una “x”. Tras contar con un tiempo para poder asimilar y responder con cuáles afirmaciones se han sentido más identificados o si se han visto en una situación similar, se entregarán todas las tarjetas.

Una vez que estén todas, iremos leyéndolas en voz alta y marcando tantas “x” como salgan en cada afirmación.

¿Con cuántas de estas afirmaciones te sientes identificado?  
¿Te sorprende alguna respuesta que tenga más “x” de las que esperabas? O por el contrario, ¿alguna de ellas tiene pocas marcas y pensabas que iba a tener más?

Con estas preguntas y otras muchas que saldrán en la conversación, iniciaremos un DEBATE para darnos cuenta de la asiduidad con la que realizamos algunas de estas acciones y qué nos parecen. Quizás nos es fácil criticar ciertos comportamientos que vemos en un personaje de un libro, pero no nos damos cuenta de que podemos tenerlos más interiorizados de lo que pensamos.





## LA RUEDA DE LAS EMOCIONES

En *Redes* las emociones son fundamentales. Los personajes sienten frustración, miedo, angustia, tristeza, ira o alegría ante las situaciones que viven, como cualquiera de nosotros. **En la adolescencia, el manejo de las emociones se hace fundamental.**

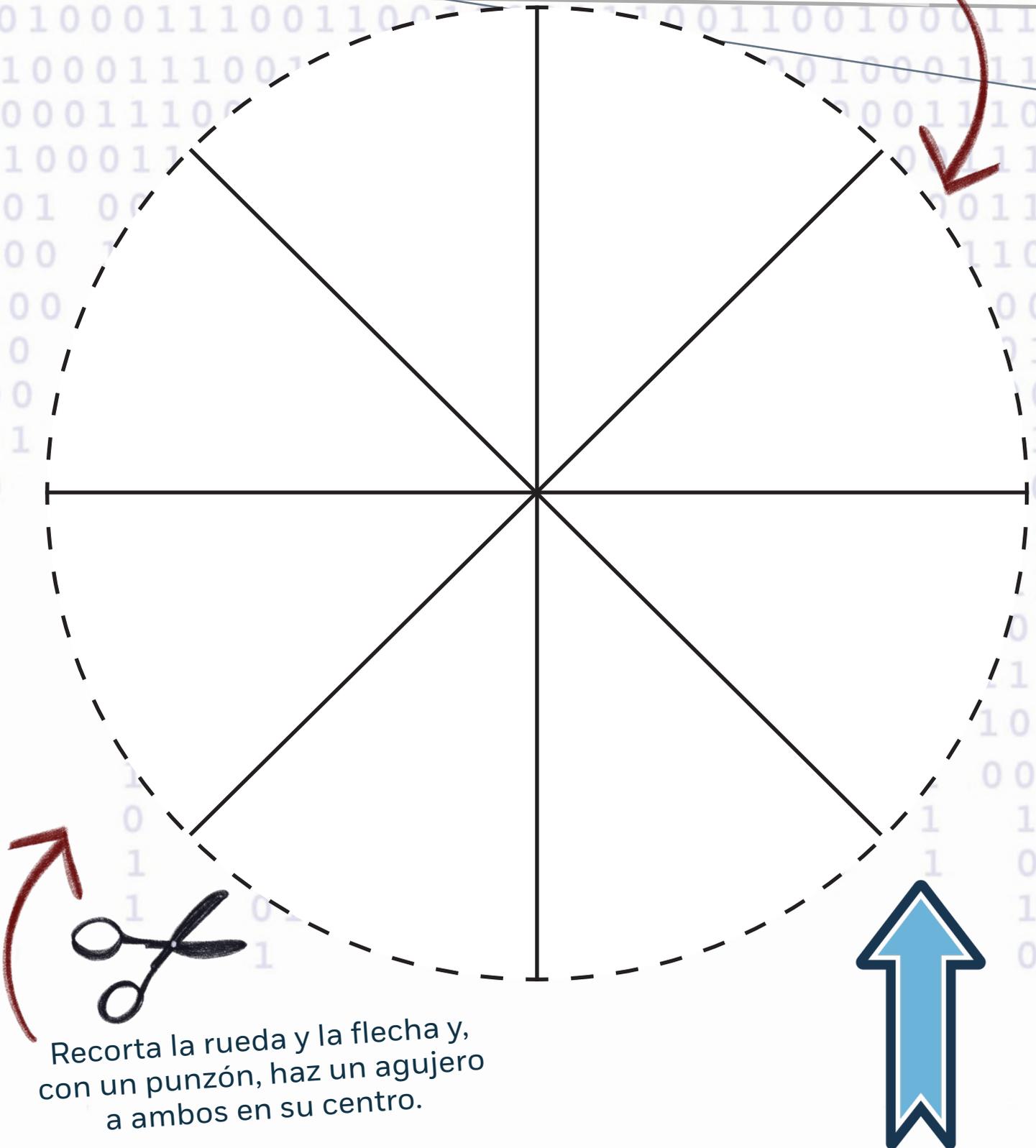
Para conocerse mejor entre el grupo y saber qué emociones siente cada uno ante diferentes situaciones, proponemos este juego.

Recorta y monta la RUEDA DE LAS EMOCIONES. ¡Puedes decorarla como más te guste!

Para accionarla solo hay que hacerla girar en el aula y, según la emoción que haya salido, algún voluntario o voluntaria contará qué situaciones le hacen sentir esa emoción. Después contrastaremos con el resto del grupo si lo comparten o si sus casos son diferentes.

Así podremos entender mejor cómo se sienten nuestros compañeros y comparar sus reacciones con las nuestras.

Escribe dentro de cada espacio una emoción distinta.  
Proponemos: TRISTEZA, ALEGRÍA, FRUSTRACIÓN, MIEDO, ANGUSTIA, IRA, ABURRIMIENTO Y VERGÜENZA.



Recorta la rueda y la flecha y, con un punzón, haz un agujero a ambos en su centro.

Une la rueda y la flecha con un encuadernador.

**¡YA TENÉIS LISTA LA RUEDA DE LAS EMOCIONES!**





## BULOS EN REDES

Muchas de las noticias que leemos o visionamos en internet acaban revelándose como *fake news*. Resulta bastante sencillo manipular una frase o colocar una fotografía de hace tiempo en una situación actual.

1. Para comprobar que no se necesitan tantas personas para tergiversar una historia y convertirla en falsa, vamos a dividirnos en **grupos de unas 5 personas**.
2. Una de esas personas leerá una breve noticia que facilitaremos. Realizará una **lectura en privado** y entregará la hoja de nuevo al docente.
3. A partir de este momento, se acercará a su grupo y, de lo que entienda, contará un **resumen** al segundo compañero y así sucesivamente hasta el último miembro del grupo.
4. Este alumno o alumna se lo contará, para cerrar el círculo, a la primera persona que leyó la historia.
5. Cuando todos los grupos hayan finalizado su ronda pondremos en común los resultados. ¿Cómo ha llegado el suceso a los últimos oídos?

La interpretación personal de cada uno seguro que ha dejado una huella importante, mientras que la información debería ser imparcial y bien contrastada.

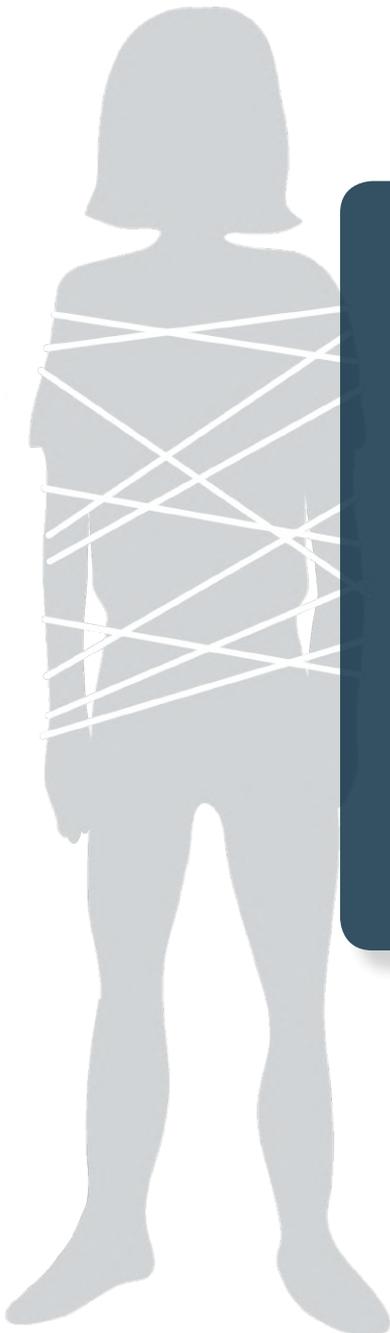
Esta actividad puede dar pie a un debate sobre las noticias que leemos en redes o que nos llegan de boca de otros compañeros y que no sabemos muy bien de dónde proceden.  
**¿DEBEMOS DARLES CREDIBILIDAD?**

# 9

## FRASES IMPACTANTES

Salpicadas entre la lectura encontramos frases realmente impactantes, de esas que nos hacen parar un momento para reflexionar.

Vamos a hacernos algunas cuestiones para descubrir su importancia y su impacto.

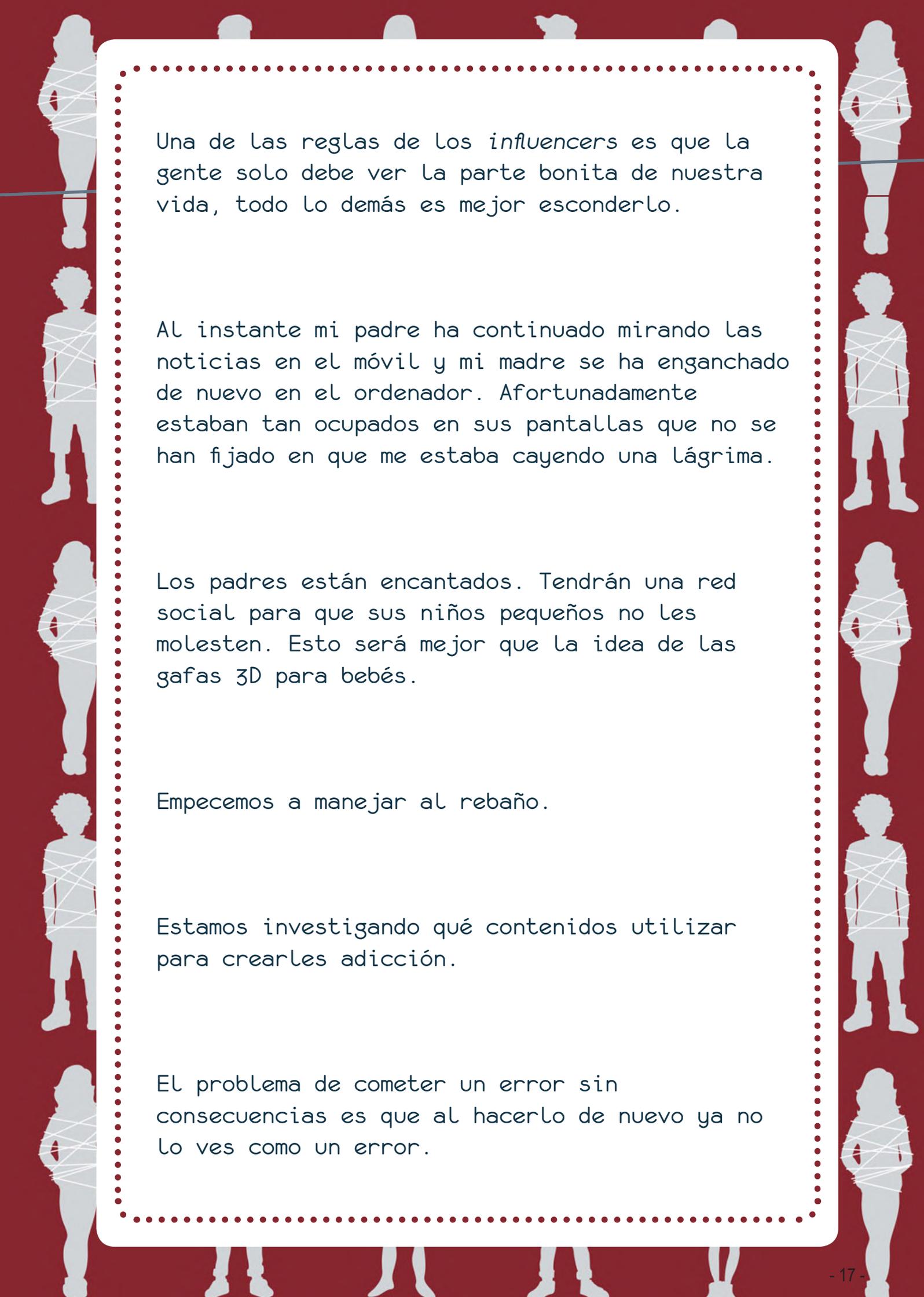


¿QUÉ TE HACE PENSAR ESTA FRASE?

¿QUÉ OPINAS TÚ DE ELLA?

¿TE VES REFLEJADO DE ALGÚN MODO  
EN ELLA?

¿HAY ALGUNA FORMA DE MEJORAR  
LA SITUACIÓN QUE PLANTEA?

The background is a solid dark red color. It features a vertical border on both the left and right sides, composed of repeating white silhouettes of people. Each silhouette is overlaid with a white, crisscrossing grid pattern, resembling a net or a web. The central text is contained within a white rectangular area with rounded corners, framed by a dotted red border.

Una de las reglas de los *influencers* es que la gente solo debe ver la parte bonita de nuestra vida, todo lo demás es mejor esconderlo.

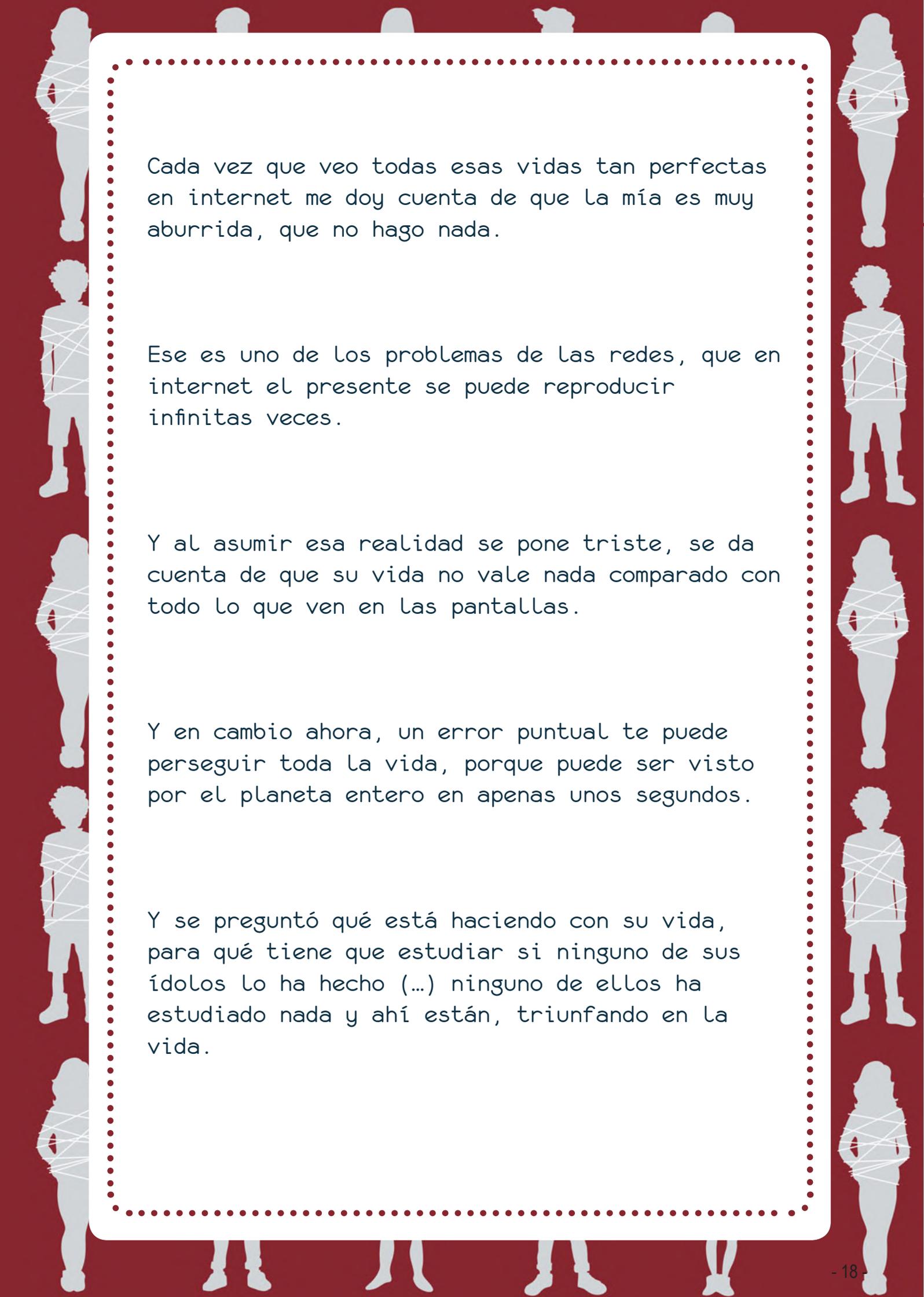
Al instante mi padre ha continuado mirando las noticias en el móvil y mi madre se ha enganchado de nuevo en el ordenador. Afortunadamente estaban tan ocupados en sus pantallas que no se han fijado en que me estaba cayendo una lágrima.

Los padres están encantados. Tendrán una red social para que sus niños pequeños no les molesten. Esto será mejor que la idea de las gafas 3D para bebés.

Empecemos a manejar al rebaño.

Estamos investigando qué contenidos utilizar para crearles adicción.

El problema de cometer un error sin consecuencias es que al hacerlo de nuevo ya no lo ves como un error.



Cada vez que veo todas esas vidas tan perfectas en internet me doy cuenta de que la mía es muy aburrida, que no hago nada.

Ese es uno de los problemas de las redes, que en internet el presente se puede reproducir infinitas veces.

Y al asumir esa realidad se pone triste, se da cuenta de que su vida no vale nada comparado con todo lo que ven en las pantallas.

Y en cambio ahora, un error puntual te puede perseguir toda la vida, porque puede ser visto por el planeta entero en apenas unos segundos.

Y se preguntó qué está haciendo con su vida, para qué tiene que estudiar si ninguno de sus ídolos lo ha hecho (...) ninguno de ellos ha estudiado nada y ahí están, triunfando en la vida.

# 10.

## LIBRO DE RELATOS DE CONFIANZA

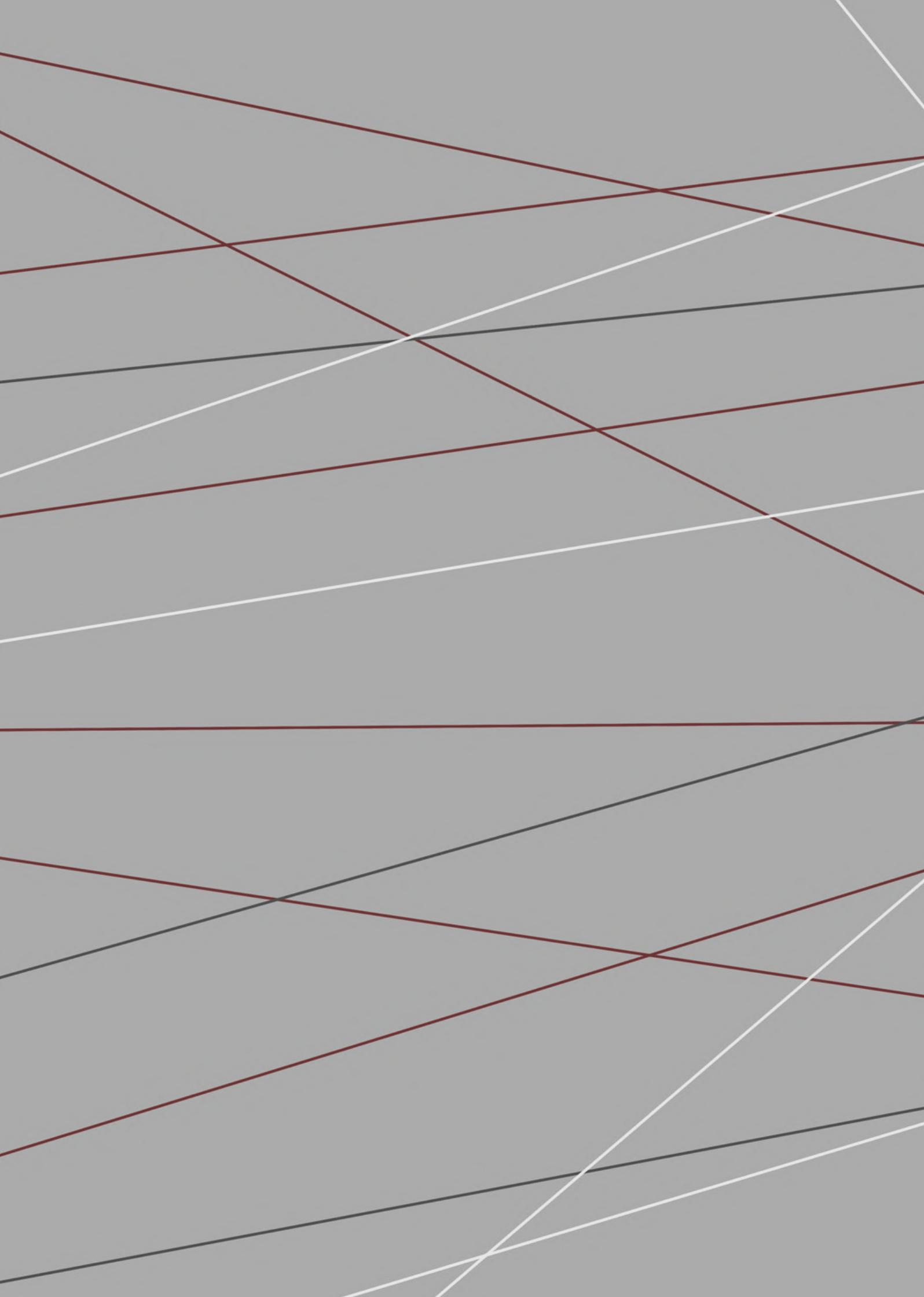
Estamos seguros de que cada miembro del grupo en algún momento habrá vivido o se habrá sentido vulnerable ante alguna **SITUACIÓN SIMILAR A LAS QUE APARECEN EN REDES:** puede que haya aceptado hacer algo que no le apetecía, que haya enviado una fotografía aún no estando seguro, que se haya sentido engañado de alguna forma, etc.

**Todas esas experiencias pueden resultar muy valiosas, no solo para nosotros mismos, sino también para nuestros compañeros.**

Así, animamos a que, de manera individual, **cada alumno o alumna escriba un pequeño relato de una situación personal vivida con la que no se sienta a gusto.** Aunque en esos relatos se estarán contando situaciones importantes para cada uno, pretendemos que con su escritura se pueda liberar parte del sentimiento de culpa y, al hablarlo y sacarlo, actuar con valentía para que otras personas puedan conocerlo mejor y servir de ayuda a los demás.

**Con todos los textos recibidos crearemos un PEQUEÑO LIBRO DE RELATOS DE CONFIANZA que nos ayudará a conocernos y comprendernos mejor.**





**ELOY MORENO** (Castellón)

se lanzó en 2010 a la aventura de autopublicar su primera novela, *El bolígrafo de gel verde*, de la que ha vendido más de doscientos mil ejemplares. Su segunda obra, *Lo que encontré bajo el sofá* (2013), volvió a conectar con miles de lectores. En 2015 publicó *El regalo*, recibiendo gran reconocimiento tanto en ventas como por parte de la crítica. En 2018 publicó *Invisible*, un best seller traducido a varios idiomas y adaptado a serie por Disney+. Sus últimas novelas, *Tierra* (2020), *Diferente* (2021) y *Cuando era divertido* (2022) han sido un rotundo éxito entre los lectores.

También ha publicado la colección de *Cuentos para entender el mundo*, dirigida tanto a adultos como a niños, incluida como lectura en centenares de centros educativos. *Cuentos para contar entre dos*, es su último proyecto, una colección de libros dirigidos al público infantil.

Con más de un millón y medio de ejemplares vendidos, Eloy Moreno es uno de los escritores más leídos y queridos, por su capacidad de abordar temas universales con una sensibilidad única y siempre desde puntos de vista sorprendentes.

