

5 Respetar la dignidad de las otras personas y ser consciente que las reglas sociales también son válidas en la red.

4 No permitas que alguien sea herido o insultado.



1 Cuenta y muestra lo menos posible sobre ti.

2 No aceptes ser observado y que tus datos sean juntados.

3 No creas todo lo que veas online e infórmate de varias fuentes.

6 No confíes en cualquiera con quien tengas contacto en la red.

7 Protégete a ti y a otros de contenidos explícitos.

8 No mides tu valor por likes y posts.

9 No te valores a ti y a tu cuerpo en base a números y estadísticas.

10 Desconéctate de vez en cuando y concédete un tiempo de descanso.



Hola a tod@s,

Vivimos en un mundo digitalizado. En él tenemos muchas libertades pero también responsabilidad. La manera cómo nos comportamos y enfrentamos los conflictos es una expresión de nuestra actitud ética.

Ya es tiempo de ponernos de acuerdo sobre cómo debe ser una vida buena y beneficiosa en la sociedad digital.

Las 10 reglas de oro son líneas de orientación para ayudar a cada uno a valorar su dignidad, autodeterminación y libertad de actuar.

Tengámoslas en cuenta!

Apoiada por:



Autores: Instituto de Ética Digital de la Universidad de los Medios de Stuttgart (ide@hdm-stuttgart.de); estudiantes del curso de Master bajo la dirección de la Prof. Dra. Petra Grimm y del Prof. Dr. Wolfgang Schuster, presidente de la Fundación Deutsche Telekom, así como de juuport.de – la plataforma digital para orientación de los jóvenes con problemas en la red; **Layout:** Sophie Häferkorn, estudiante de master en la Universidad de los Medios;

Traducción al castellano: Rafael Capurro y Maximiliano Rodríguez Fleitas.


