

## Reportaje

# Lo “privado” en las redes sociales

Psic. Paulina González González

Los nativos digitales – jóvenes y niños menores de 30 años - no conciben el mundo sin internet y redes sociales; pasan gran parte de sus días conectados y sus interacciones sociales se centran en el ciberespacio.

La imagen de jóvenes – y no tan jóvenes - con la cabeza agachada y “metida” en sus dispositivos móviles es cada vez más común: restaurantes con mesas compartidas por familias o grupos de amigos que no se dirigen la palabra y, en lugar de ello, están concentrados en su celular mensajando con alguien más, mandando o recibiendo fotografías, jugando en línea o, simplemente, recorriendo con el pulgar las noticias de los últimos minutos en alguna red social; adolescentes que no se atreven a hablar personalmente con el chico/la chica que le gusta pero pueden fácilmente intercambiar fotografías desnudos o con poca ropa; el acoso escolar que no termina al llegar a casa porque, al abrir la red social, aparecen mensajes o imágenes despectivas. Esa es la realidad que vivimos, esa es la realidad a la que estamos expuestos. Las redes sociales son la nueva era, son una nueva forma de comunicación entre los seres humanos, sin embargo, no hemos aprendido a utilizarlas adecuadamente.

Cuando hablamos de redes sociales en primera instancia pensamos en Facebook, Twitter o Instagram; si eliminamos el factor de la internet y escuchamos el concepto de *redes sociales*, nos remitimos a los vínculos de afecto y pertenencia que una persona tiene con sus allegados; a la relación humana que se establece entre dos o más personas y que asegura el respaldo emocional que una persona establece y fomenta a lo largo de su vida para enfrentar las adversidades y para disfrutar las alegrías.

Las redes sociales tienen, por lo tanto, la intención de acercarnos a nuestros seres queridos, de ayudarnos a compartir experiencias y crear lazos que nos fortalezcan mutuamente.

Las redes sociales cibernéticas parten de la misma base: acercar a personas que por diversas circunstancias se encuentran lejos, establecer a través del ciberespacio interacciones humanas en las cuales cada uno pueda mostrarse ante los demás de manera que se le pueda conocer, querer, aceptar e incluir en su vida, permitir que se conozcan personas cuyos intereses son similares y que, de otra forma, sería prácticamente imposible encontrarse.

Gracias a estas redes sociales, una madre puede ver y hablar con su hijo que estudia en Holanda ya que se comunican por videollamada; cientos de turistas capturan en sus teléfonos las fotografías de los lugares que visitan y las pueden compartir con sus seres queridos en tiempo real a través de diversas aplicaciones; es posible estudiar desde casa con maestros de otras ciudades o países, en comunicación y retroalimentación académica en línea. El problema surge cuando la mayoría de las relaciones sociales de una persona se encuentran en el ciberespacio, cuando la persona pasa más tiempo conectada a internet que viviendo en la realidad.

La Asociación de internet.mx (Amipci) nos ofrece algunos datos sobre el uso de internet y redes sociales en México que nos puede ayudar a comprender esta situación y a tomar conciencia de ella. En la actualidad, las horas de mayor tráfico en internet son de 7:00 a las 9:00 am, de las 2:00 a las 4:00 pm y de las 9:00 pm a las 12 am y, el tiempo promedio que una persona pasa conectada a internet es de 8 horas al día; si aunado a esto consideramos que el 54% de los internautas son personas entre los 6 y los 24 años de edad, podemos deducir que la mitad de la población en México se está relacionando a través de la realidad virtual.

Las redes sociales más utilizadas son Facebook (95%), WhatsApp (93%), YouTube (72%), Twitter (66%), Instagram (59%), y otras van en ascenso como Snapchat y Waze, que sólo son compatibles con Smartphone; y 8 de cada 10 internautas utilizan celulares inteligentes para acceder a redes sociales, lo que convierte al ciberespacio en un punto importante de encuentro social.

Como vemos, la realidad se ha modificado con respecto a unas décadas atrás, las relaciones humanas se viven con y en la internet; lo importante será que, a pesar de utilizar esa herramienta como una forma de vincularnos con otros, seamos capaces de mantener y favorecer el encuentro cara a cara, que podamos distinguir entre la amistad real y los cientos de “amigos” o seguidores que en una red social pueden existir.

No podemos desvincularnos de la tecnología, no podemos retroceder en el tiempo ni podemos decir que “antes todo era mejor”; estas son las circunstancias y la época que nos han tocado vivir; podemos publicar en redes sociales todo lo que se hace, lo que se come, publicar la propuesta de matrimonio, el embarazo día a día, emociones, relaciones y rupturas amorosas, la fotografía en el gimnasio y el accidente automovilístico; pensando que “si no publico, no existo”, o podemos elegir mantener algunas cosas en privado, sólo para nosotros, de manera que encontremos el equilibrio entre lo público y lo íntimo, entre lo real y lo virtual. Nos encontramos ante una nueva realidad: “¿Publicar o no publicar?... esa es la cuestión”.