

¿Es posible hablar hoy del déficit de atención familiar, como consecuencia de la revolución digital?

En este documento se expone la relación entre la atención familiar y su afectación mediante el uso común de redes tecnológicas sofisticadas, generando conflictos en áreas de comunicación y tiempo de calidad que las familias deben tener, siendo la tecnología un medio para ayudar o complicar las áreas antes mencionadas.



**María Esther
Granda Kuffo**

Magíster en
Comunicación Social con
mención en Comunicación
y Educación.
Docente de
FCSH-ESPOL
megranda@espol.edu.ec

Es innegable que hoy la humanidad está inmersa en la mundialización de las comunicaciones, pero muchos individuos están “desconectados” unos de otros. Frente a esto ¿qué ocurre con los niños? Contreras y Moraga (2005) exponen que en ellos se está desarrollando, rápidamente, una “cultura de los medios digitales”, en especial por el uso de Internet. Los autores agregan que la informática lidera una nueva era de medios de comunicación, que trae grandes promesas y preocupaciones por el efecto sobre el desarrollo y bienestar de los niños, así como los efectos de la inequidad de acceso.

Como asegura Michael Merzenich: “La actual explosión de la tecnología digital no está cambiando solo la forma en que vivimos y nos comunicamos, sino que también está alterando rápidamente nuestros cerebros” (Carr, 2011, p. 149).

Carr (2011) citando a Thompson menciona: “He dejado de esforzarme en recordar cosas, porque cualquier información se puede recabar online al instante” (p. 219).

Vivimos un momento histórico por los avances en el campo de las TICs. Esto nos brinda oportunidades, que antes resultaban poco probables o inimaginables; servicios y herramientas útiles en los diferentes contextos en que nos desenvolvemos; placer, entretenimiento, aprendizaje con solo presionar un botón.

“La actual explosión de la tecnología digital no está cambiando solo la forma en que vivimos y nos comunicamos, sino que también está alterando rápidamente nuestros cerebros”

Michael Merzenich

Sin embargo, hay quienes cuestionan su uso, su efectividad, su acceso restringido; la posibilidad de que estas tecnologías aumenten —por una parte— la brecha entre las regiones más poderosas y las menos desarrolladas y, por otra, las diferencias entre generaciones. Habría también que cuestionarse sobre el impacto de la era digital en la convivencia familiar.

En muchos hogares, hay un escenario que suele repetirse: papá y mamá frente al computador, celular, IPOD o Tablet, revisando información diversa, distraídos de lo que ocurre en su entorno; hijos que tienen —en sus habitaciones— distintos artefactos electrónicos para satisfacer sus exigencias de entretenimiento y aprendizaje. No hay tiempo ni interés para el diálogo efectivo entre ellos. Y cuando lo hay, es muy escaso.

La red muy bien podría ser la más potente tecnología de alteración de la mente humana, que jamás se haya usado de forma generalizada. En el curso de un día, la mayoría de quienes tenemos acceso a la red pasaremos conectados no menos de dos horas; muchas veces más (Carr, 2011, p. 144).

Según explican Pérez Tornero y Varis (2012):

Las tecnologías son las responsables de haber construido el contexto artificial hipertecnológico en el que los objetos y las personas se han dotado, en su mayoría, de una especie de interface digital. El resultado es que casi todos trabajamos y nos relacionamos en un ambiente mediado y enriquecido digitalmente. De hecho, nuestra existencia parece discurrir dentro de una especie de burbuja digital (p. 26).

Hay sujetos que no comprenden cómo pudieron vivir, durante tantos años, sin

acceder a un celular, sin el GPS instalado en sus vehículos, sin las ventajas del SKYPE, y tampoco imaginan la ausencia de las redes sociales. ¿Acaso los avances tecnológicos están cambiando el modo de pensar y de actuar?

Pérez Tornero y Varis (2012) añaden que:

Con la explosión informática y la revolución de las comunicaciones surgen nuevos lenguajes y códigos, nuevos instrumentos para el tratamiento y difusión de la información. Este proceso se puede resumir como revolución digital y ha transformado —radicalmente— no solo múltiples espacios y tiempos, sino el modo en que la humanidad establece las relaciones entre sus miembros (p. 31).

Por su parte, Carr (2011) recurre a la ironía para enfatizar que la magia de la era de la información es que “nos permite saber menos. Proporciona sistemas con memoria de silicio, filtros de colaboración online, algoritmos de las preferencias del consumidor y conocimiento en red. Podemos cargar estos servidores y liberarnos nosotros”. Agrega que “nuestra vida intelectual y social, al igual que nuestras rutinas industriales, pueden acabar reflejando la forma que el ordenador les impone” (Carr, 2011, pp. 220, 249).

Es necesario, entonces, estar alerta para evitar caer en la manipulación por parte de la tecnología. No se trata de satanizar, de enfocarse únicamente en los aspectos negativos, pues —gracias a ella— hoy se dan grandes avances en el terreno de la educación, de la salud, de las leyes, de la economía, entre otros. Lo que se cuestiona no es el vehículo, sino la forma de conducirlo.

“La red nos ofrece un acceso instantáneo

a una biblioteca de información sin precedentes, por su tamaño y alcance, y nos facilita su ordenamiento: encontrar, si no exactamente lo que estábamos buscando, por lo menos algo suficiente para nuestros propósitos inmediatos” (Carr, 2011, p. 175).

Estos propósitos pueden ser académicos, familiares, profesionales, religiosos, culturales. Las posibilidades son infinitas. Pero ¿a qué tipo de información se accede? A aquella que aporta conocimiento significativo, a la que enriquece nuestra capacidad crítica o a la que perturba la mente. En distintos hogares —alrededor del mundo— hoy se produce un distanciamiento de sus miembros, producto de este apego digital.

Marulanda (2012), expresa: “Me maravilla la tecnología y la forma como nos ayuda a rendir el tiempo y a acortar distancias, pero me aterra la dependencia que hemos desarrollado con la comunicación virtual, porque nos absorbe tanto que nos aísla de los demás”. La experta sostiene además que, hoy, la sociedad sufre de “déficit de atención familiar”, pues se está desatendiendo al hogar —en general— y a los hijos y a la pareja, en particular.

Se otorga mayor interés a personas que, muchas veces, ni siquiera se conoce, que habitan en regiones muy lejanas; la adicción a los celulares y a otros artefactos está fraccionando nuestra atención e impidiéndonos estar cerca de la familia, de aquellos que nos necesitan. Hay quienes no advierten que el no responder a todas las llamadas y correos no va a arruinarles la existencia, pero si no atienden a quienes más aman, es posible que se arruinen esas relaciones y —lo que es peor— que jamás se recuperen.

En la misma línea Carr (2011) explica:

La red es—por su mismo diseño—un sistema de interrupción, una máquina pensada para dividir la atención. Ello no resulta solo de su capacidad para mostrar, simultáneamente, muchos medios diferentes. También es consecuencia de la facilidad con la que puede programarse para enviar y recibir mensajes. La mayoría de las aplicaciones de email están configuradas para comprobar, automáticamente, si hay nuevos mensajes cada cinco o diez minutos; muchos usuarios actualizan rutinariamente, con el mismo fin, la bandeja de entrada, por si esta frecuencia no fuera suficiente (...) Puesto que cada una de estas consultas representa una interrupción del pensamiento, una redistribución de recursos mentales, el coste cognitivo puede ser alto. Las interrupciones frecuentes dispersan nuestra atención, debilitan la memoria, nos provocan tensión y ansiedad. Cuanto más complejo sea el pensamiento en el que estábamos, mayor será el daño que causan las distracciones (pp. 162, 163).

Por tanto, Marulanda (2012) señala que vivir conectados a las redes virtuales, quizás, nos hace pensar que estamos actualizados y nos proporciona un sentido ficticio de pertenencia, pero con tantos frentes que tenemos hay que establecer prioridades. “La oportunidad de conversar y gozar a diario la compañía de nuestra familia es un privilegio que no tendremos para siempre”, sentencia.

Entre sentir un abrazo y un beso, por parte de nuestros hijos, o leer los saludos de cientos de seguidores en el Facebook, ¿qué nos resulta más gratificante?, ¿consideramos más productiva una conversación, sobre relaciones de pareja, en un foro virtual que dialogar, cara a cara, con la persona que nos acompaña en nuestro quehacer diario? No se desestima el placer ni la ayuda que nos pueden aportar las herramientas digitales,

sino que se espera evaluar y ser conscientes del enfoque que les damos.

¿Qué mensaje estamos enviando a quienes nos aman cuando en una conversación, en lugar de mirarlos a los ojos, revisamos —con insistencia— el celular? Puede ser que reciban una idea equivocada, pero debido a nuestras acciones, a ellos les parece irrefutable: no son nuestra prioridad. Mucha gente se queja de esta falta de atención por parte de su pareja, de sus padres, de sus amigos, de sus compañeros de trabajo.

Habría que analizar si lo que manifiesta Carr (2011) se refleja en nuestra cotidianeidad.

...¿por qué nos cuesta tanto separarnos de la tecnología, en momentos claves, aun cuando sabemos que esta “relación obsesiva” podría afectar el entorno familiar?

Estamos hambrientos de lo nuevo, aun cuando sepamos que suele tener más de trivial que de esencial. Así que pedimos a Internet que siga interrumpiéndonos de formas cada vez más numerosas y variadas. Aceptamos de buen grado esa pérdida de concentración y enfoque, la división de nuestra atención y la fragmentación de nuestro pensamiento, a cambio de la información atractiva o, al menos, divertida que recibimos. Desconectar no es una opción que muchos consideremos (p. 165).

Pero ¿por qué nos cuesta tanto separarnos de la tecnología, en momentos claves, aun cuando sabemos que esta “relación obsesiva” podría afectar el entorno familiar? Turkle (2012) habla, precisamente, de

aquella sensación de “nadie me escucha”, la cual hace pensar a muchos hijos que sus padres y hermanos prefieren estar más tiempo con las máquinas, en lugar de compartir con ellos. “Nos sentimos solos, pero tenemos miedo de la intimidad. Y así —de las redes sociales a los robots sociables— estamos diseñando tecnologías que nos dan la ilusión de la compañía, pero sin las exigencias de la amistad”, refiere Turkle.

Además, sugiere que los celulares tienen tanta fuerza psicológica que no solo cambian lo que hacemos, sino también lo que somos. Advierte que se crean problemas sobre la manera de relacionarnos con el otro y sobre cómo nos relacionamos con nosotros mismos. “Nos estamos acostumbrando a estar juntos en solitario”, afirma Turkle.

La experta aconseja poner límites a la tecnología, crear espacios libres, como la cocina o el dormitorio. “Es importante enseñarle esto a nuestros hijos. Crear horarios para contestar los emails, respetar nuestros momentos de intimidad con la gente apagando el teléfono”.

De igual manera, Morin (1999) habla sobre la situación de nuestra Tierra y la califica de paradójica. “La comunicación triunfa; el planeta está atravesado por redes, faxes, celulares, módems e Internet. Sin embargo, la incomprensión sigue siendo general. Sin duda, hay múltiples progresos de la comprensión, pero los progresos de la incomprensión parecen aún más grandes (p. 47).

Morin (1999) recalca que el problema de la comprensión se ha vuelto decisivo para la humanidad, por ello debe ser uno de los propósitos de la educación para el futuro. “Ninguna técnica de comunicación, del

teléfono a Internet, aporta por sí misma la comprensión y esta no puede digitalarse” (p. 47).

Su pensamiento resulta eficaz para el análisis de este tema, pues —como se ha discutido— la revolución digital podría ser una de las responsables del “déficit de atención familiar”. Hoy, es evidente que en distintos hogares e instituciones no se educa para la comprensión y, como afirma Morin (1999) esta es necesaria para “garantizar la solidaridad intelectual y moral de la humanidad” (p. 47).

Morin (1999) detalla también que el problema de la comprensión está doblemente polarizado. Por un lado, está la comprensión entre humanos: los encuentros y relaciones que se multiplican en los pueblos y culturas. Por otro, están las relaciones particulares entre familiares, que se ven amenazadas por la incomprensión.

Esto puede conducir al egocentrismo, que impide que la gente se percate de las carencias y debilidades propias y del prójimo. Si a ello le sumamos esa “idolatría” que sienten muchos por el mundo digital, no hay tiempo ni espacio para las relaciones constructivas en el hogar. Podría decirse que esta incomprensión conlleva a “destrozar las relaciones de padres e hijos, esposos y esposas” (Morin, 1999, p. 49).

Frente a todo lo expuesto ¿qué conclusiones podemos obtener? Queremos seguir fomentando esta falta de atención al interior de los hogares, en nuestras relaciones de pareja, laborales o —por el contrario— vamos a asumir el reto de diseñar estrategias de combate que nos permitan estar alerta y prevenir que las máquinas se apoderen de nuestro intelecto, de nuestras familias, de quienes amamos.

¹ Sherry Turkle, experta en tecnología móvil y robótica sociable. Conferencia “Alone, but connected”. Disponible en http://www.ted.com/talks/sherry_turkle_alone_together.html

Aunque la tecnología nos despierte gran interés y, muchas veces, nos emocione por la cantidad de conocimiento y funciones a las que podemos acceder, no debemos permitir que nos conduzca hacia la incomprensión, el irrespeto, la indiferencia, el desamor. Nosotros debemos dominarla y ello implica que —en algunas ocasiones— tendremos que obligarnos a estar “desconectados”.

Bibliografía

1. Carr, N. (2011). Superficiales. ¿Qué está haciendo internet con nuestras mentes? Madrid, Taurus.
2. Contreras, M. & Moraga, F. (2005). Los niños e Internet: La visión pediátrica de la nueva “generación digital”. Revista chilena de pediatría [online]. Vol.76, n.2, pp. 159-165. Recuperado de http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0370-41062005000200006&lng=es&nrm=iso&tlng=es
3. Marulanda, A. (2012). ¿Hay déficit de atención en la familia? Recuperado de <http://www.larevista.ec/orientacion/consultorio/hay-deficit-de-atencion-en-la-familia>
4. Morin, E. (1999). Los siete saberes necesarios para la educación del futuro. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, UNESCO, Francia.
5. Pérez Tornero, J. & Varis, T. (2012). Alfabetización mediática y nuevo humanismo. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, UNESCO, España y Finlandia.
6. Turkle, S. (2012). Conferencia TED “Alone, but connected”. Recuperado de http://www.ted.com/talks/sherry_turkle_alone_together.html