

Redes sociales y su efecto en la vida diaria

by Mariana Ramírez Feijoo - martes, mayo 10, 2011

https://vinculando.org/articulos/redes_sociales_y_su_efecto_en_la_vida_diaria.html

¿Cómo te busco en Face? Una pregunta que aún sin tener contexto, es mejor comprendida con cada día que pasa. Las redes sociales en Internet se han convertido, en estos últimos años, en mucho más que un simple medio de comunicación o una forma sencilla de mantenerse en contacto; son ahora un fenómeno mundial sin precedentes en el área del intercambio de información. El interés en estos sitios nace por la misma necesidad básica del ser humano de querer comunicar sus sentimientos, pensamientos o ideas con otras personas de intereses parecidos. En estos tiempos es difícil imaginar el mundo antes de poder dejar un mensaje en Facebook a nuestros amigos para organizar una tarea de la escuela, o simplemente quejarnos del tráfico (aunque sea diario) en Twitter, pero, ¿cómo era antes de que todas estas páginas de Internet existiesen?

Es complicado decir un momento exacto en el que las redes sociales nacieron, ya que existen sitios que tenían algunas características que conforman una red social, sin embargo, a estos lugares se les puede pasar como antecedentes de lo que hoy en día tenemos. Para llegar a hablar de los "antepasados" de las redes sociales tenemos que mencionar los sitios para buscar pareja que tanto auge tuvieron (y aún tienen) desde la invención de la red mundial. Un par de iniciativas aquí y otras allá dieron la idea de que lo que la gente necesitaba no era tanto tener todo el conocimiento del mundo al alcance de la mano, sino que buscaba ser escuchada. La primera red social formal que se creó fue "Hi5". Era un espacio en el que el usuario, con comandos muy sencillos, modificaba una página en Internet para compartir información personal acerca de sus gustos o preferencias. Nace en el 2003 y es una idea que revoluciona la forma de conocer y socializar con amigos, familiares y conocidos. No era un producto fino y tampoco era muy bonito ni muy profundo, sin embargo era sencillo, y esto fue lo que lo sacó adelante. Una prueba del éxito de Hi5 es que para el 2007 ya tenía más de 70 millones de usuarios registrados (sobre todo en Latinoamérica).

Hi5 fue pionera y tuvo un crecimiento increíble para una página que ofrecía el servicio de mantener comunicadas a las personas. No pasó mucho antes de que gracias a esta sorprendente creación muchas personas descubrieran el potencial que podía tener una red social. Después de esto ya todo fue muy sencillo, tienes algo que decir a tus amigos, usa una red social. Con este pequeño paso comienza una larga carrera por convertir las redes sociales en más que simples medios de comunicación, ahora son formas de expresión con las que nuestra voz puede ser escuchada en todo el mundo.

La mayoría de nosotros utilizamos las redes sociales como lo son Facebook, Twitter y YouTube como medios para fortalecer las relaciones interpersonales y mejorar la comunicación, aunque a veces resulta contraproducente, afectando las relaciones más que beneficiarlas. Estudios recientes muestran la relación que tienen las redes sociales y los problemas interpersonales. Las redes sociales han estado en crecimiento en los últimos años debido a la necesidad que tienen las personas de comunicarse o de intercambiar información con la finalidad de mantener sus relaciones activas, esta investigación pretende demostrar que a pesar de todo, la ansiedad y duda que generan estos nuevos medios de comunicación siguen siendo un factor predominante en el comportamiento de los usuarios.

Psicólogos han identificado un fenómeno creciente que afecta a los usuarios de Facebook. La llamada "adicción a la amistad" causa inseguridad, en especial en las mujeres (Revoir, 2008, 3).

La mayoría de los usuarios se obsesionan en tener cada vez más amigos, pues lo ven como un símbolo de popularidad y éxito. Las mujeres son más susceptibles a este efecto, ya que en muchos de los casos su autoestima

depende de las relaciones (Revoir, 2008, 4).

"La adquisición de amigos es como cualquier otra fijación, es competitiva y te juzgas de acuerdo al número de amigos que tienes. Haces cualquier cosa para acumular amigos, esto causa que las personas se dobleguen y se conviertan en algo que no son" (Smallwood, 2008, 7).

Sin embargo, también hay estudios que demuestran que Facebook previene el aislamiento de personas de la tercera edad. (Goodchild, 2008, 17).

Una investigación llevada a cabo por un equipo de Harvard ha encontrado que a través de las nuevas amistades (por lejanas que sean) que se forman a través de Facebook, el bienestar de los estudiantes aumenta, con lo que se reducen la cantidad de pensamientos suicidas en los mismos y en muchos casos, ayuda a que se recuperen de un problema mayor (Rosenbloom, 2007, 1).

"Las personas que se recuperan de una adicción buscan formas de ser "reparadas" y estas páginas actúan como tal" (Smallwood, 2008, 10).

La investigación publicada en *CyberPsychology & Behavior Journal* (en Facebook Increases, 2009) identificaba cuatro temas que detonan los celos de estudiantes de universidad en Facebook:

- Acceso a la información
- Celos en una relación
- Facebook como un adicción
- Falta de contexto

El estudio anterior concluyó que existe una fuerte relación entre los comportamientos que se dan en Facebook y el tiempo que pasas en éste.

Asimismo, Loyola University Health System, junto con la American Academy of Matrimonial Lawyers, realizó un estudio que buscó probar la relación que existía entre las redes sociales, en especial Facebook, y los divorcios. En Estados Unidos se ha encontrado evidencia de que uno de cada cinco divorcios está directamente relacionado con Facebook, mientras que la fuente número uno de evidencia en línea dentro de los casos de divorcio proviene de la misma red social. Los investigadores dicen que no es la causa directa, ya que probablemente los matrimonios ya iban a la baja, pero que sí han acelerado el proceso (FindLaw, 2010, 2, 3).

En otro estudio realizado (también en Estados Unidos) por la USA Gross National Happiness Index, se tomó el número de palabras positivas que las personas utilizaban en sus "pensamientos" y se comparó con las frases negativas. Después de analizar los resultados, se determinó que las personas que están en relaciones amorosas son significativamente más felices que las personas que están en estados indefinidos como "es complicado" o "en una relación abierta". Las personas con mayor carga de negatividad en sus palabras eran aquellas que no mostraban su estado o las que se encontraban en el estado "en una relación abierta" (Warren, 2010, 4).

Por otro lado, en estudios realizados acerca de los usuarios de Twitter se ha encontrado que México es el tercer país más feliz en esta red social. Los investigadores tomaron en cuenta palabras positivas y alegres, así como amor,

amistad, felicidad; también se basaron en símbolos como caritas felices. En México, según la doctora Ofelia Contreras, las redes sociales han resultado ser un vínculo emocional muy fuerte especialmente entre jóvenes (Morales, 2011).

Referencias

- *Facebook increases jealousy in relationships.* (2009). Consultado en <http://mashable.com/2009/08/09/facebook-relationship-jealous/>
- FindLaw. (2010, 10 de marzo). *Facebook to blame for 1 in 5 divorces.* Consultado en
- Goodchild, S. (2008, 22 de octubre). *The women addicted to Facebook friend.* Consultado en
- Morales, S. (2011). La fórmula de la felicidad de los mexicanos en Twitter. *Publimetro*. Consultado en [!sHiu4x9XiS2U/](https://publimetro.com/!sHiu4x9XiS2U/)
- Revoir, P. (2008, 23 de octubre). *Facebook to blame for 'friendship addiction' among women.* Consultado en <http://www.dailymail.co.uk/sciencetech/article-1079633/Facebook-blame-friendship-addiction-women.html>
- Rosenbloom, S. (2007, 17 de diciembre). Social network research involving facebook. Consultado en
- Smallwood, D. (2008, 22 de octubre). The women addicted to facebook friendships. Consultado en
- Warren, C. (2010, 15 de febrero). *Facebook analyzes how relationship status impacts happiness.* Consultado en <http://mashable.com/2010/02/15/facebook-happiness-stats/>