

El uso de la tecnología ¿nos acerca o nos aleja?



Los smartphones le dieron una vida nueva al modo de comunicarnos, mensajería, correo electrónico y redes sociales, todo en un sólo lugar y al alcance de la mano. Paradójicamente, lo que debería acercarnos parece estar alejándonos cada vez más, ya que el abuso de estas herramientas está llevando al ser humano a un mundo relacional virtual y alejándolo del real.

Que las herramientas de comunicación nuevas son útiles nadie lo discute. Bien utilizadas son excelentemente positivas porque sí ayudan a acercarnos. Por ejemplo, una videoconferencia puede acercar personas en diferentes lugares del mundo y darles la opción de verse las caras, las redes sociales son vías válidas para encontrar personas que hace tiempo que no vemos y volver a estar en contacto.

Cuando la tecnología aísla

El dilema aquí radica en el mal uso y abuso de estas herramientas, sobre todo entre los niños, adolescentes y jóvenes. Muchos de ellos pasan horas frente al monitor de la computadora esperando respuestas de sus amigos en las redes sociales. También se pasan horas sin mirar a alguien que tienen enfrente porque el teléfono celular los tiene atrapados enviando y recibiendo mensajes permanentemente, basta con salir a la calle y encontrarnos esta escena todo el tiempo y no sólo entre los más jóvenes sino también entre los adultos.

El mal uso de estos artefactos, al alejarnos de relaciones cercanas y cálidas tarde o temprano nos hace sentir fuera de centro, mal con nosotros mismos y con el mundo que nos rodea, y para algunas personas puede desembocar en un estado depresivo.

Darle un buen uso

Darle un uso adecuado a las nuevas tecnologías es el mejor camino para no perder el contacto humano. Por ejemplo, puedo enviar y recibir mensajes pero en ese ida y vuelta lo que estoy haciendo es concertando una cita para encontrarme con la o las personas con las que estaré hablando más tarde. Otra manera es arreglar una videoconferencia con un amigo o familiar que vive lejos y así nos vemos las caras, nos hablamos y nos sentimos más cerca. El correo electrónico tiene sector preferencial en estos casos ya que al recibirlos en el teléfono móvil lo mejor que tenemos es que podemos dar una rápida respuesta. Las redes sociales pueden ayudarnos a armar proyectos y programas de salidas con amigos y encontrar personas que hace mucho que no vemos y así se pueden dar miles de buenos usos.

Otra cuestión de importancia tiene que ver con el tiempo que le dedicamos a nuestra computadora y a nuestro teléfono

móvil (fuera de hora laboral). En este caso, lo más recomendable es dedicarle no más que un par de horas cada día para tener tiempo para nosotros y para darles a los demás lo que llamo nuestro tiempo real ¿acaso no es lo mismo perder tiempo entre mensajes que encontrarse en un punto y dar ese tiempo hablando?

Mirarnos las caras y poder establecer un contacto real con el otro nos hace crecer, nos nutre y nos enriquece, por eso la propuesta es menos “whatsapp” y más encuentros, para que demos de nuestra riqueza a los demás y recibamos de ellos la suya.

Fuente: lamenteesmaravillosa.