

## ● SOCIEDAD



FACEBOOK ES UNA DE LAS REDES SOCIALES CON MAYOR PENETRACIÓN EN CHILE.

# EL INDISCUTIDO PODER DE LAS REDES SOCIALES

**INMEDIATEZ.** *Un mayor manejo de información son algunos beneficios de esta herramienta, pero existe el riesgo de debilitar el vínculo social entre quienes nos rodean.*

Soledad Meléndez Ruiz  
cronica@mercurioantofagasta.cl

Ricardo Muñoz, joven periodista antofagastino, al igual que muchos chilenos es usuario de las redes sociales como Twitter y Facebook, plataformas que le sirven para estar en contacto con amigos y para conocer información de manera inmediata, lo que se traduce en una herramienta útil tanto para su vida personal como profesional.

Como usuario define a esta plataforma como una "herramienta muy poderosa", la que debe ser usada con cuidado y mucho criterio, ya que es una ventana donde las personas expresan lo que sienten y creen, "donde muchos han tomado la valentía de expresar con mayor libertad sus opiniones", asegura el profesional.

Según un estudio de la empresa consultora multinacional de medición digital ComScore, los chilenos dedican un promedio de 9,5 horas diarias a las redes sociales, lo que posiciona al país en el quinto lugar a nivel mundial y el segundo en América Latina de las naciones que más tiempo pasan

Pamela Meneses  
Actriz



"Me agrada la fuerza con que cada vez más personas se expresan en las redes en pos de un tema de contigencia social".

conectadas a la red.

La misma compañía dio a conocer un estudio durante 2011 que señalaba que 9 de cada 10 chilenos que usa internet son usuarios de alguna red social, donde Facebook tiene una penetración de un 90,3% a nivel nacional.

### FENÓMENO

Este escenario refleja la nueva tendencia mundial que cada día toma más fuerza, lo que confirma la jefe de carrera de Psicología de la Universidad Santo Tomás sede Antofagasta, Katrina Melin, quien advierte que los expertos señalan que actualmente la sociedad vive un cambio de paradigma más que una modificación de hábitos en torno a estas plataformas de la tecnología.

"Se está mediatizando todo

Melissa Rissi  
Administradora de empresas



"Basta con poner algún tema de actualidad para que tengas muchas opiniones y eso se convierte en interesante debate".

y se crea la ilusión que con esa mediatización el efecto final de la interacción es similar en contenido y en calidad a lo que es una relación directa, y esto se ha estudiado que no es así, en la mayoría de los casos", explica la académica.

La académica aclara que actualmente esta mediatización se desarrolla en una dimensión distinta donde no existe una interacción directa, lo cual no es necesariamente negativo, sino que es un cambio evidente, que se percibe con fuerza principalmente en los niños, que desde pequeños están en contacto con estas nuevas herramientas tecnológicas.

El psicólogo Pablo Fuentes sostiene que las redes sociales cumplen una función importante en términos de vincula-

Ricardo Muñoz  
Periodista



"Las redes son una ventana para la gente que antes tenía miedo a expresar sus sentimientos u opiniones personales".

ción social, lo cual tiene elementos positivos y otros negativos, ya que en algunos casos el uso se puede tornar muy superficial y dejar en evidencia carencias afectivas, de identidad y de vínculo social.

### RED

El profesional creador del espacio psicólogoaldía.cl asegura que las redes cumplen una función muy importante que es aglutinar intereses comunes de grupos de ciudadanos que efectivamente coinciden en temas puntuales, lo que define como un punto positivo.

No obstante, sugiere que la red tiene el riesgo de reemplazar mediáticamente un compromiso social, "uno siente que puede hacer las tareas más fáciles y quedar bien, pero no se está dando tiempo para cul-

Rodrigo Silva  
Estudiante de Arquitectura

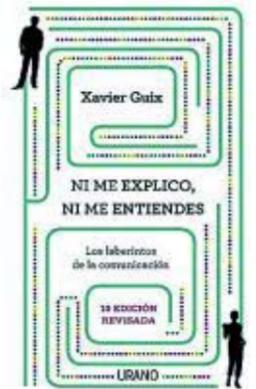


"Es rápido, simple y completo, pero a mí parece hace que las personas pierdan un poco el sentido de comunicación real".

tivar el vínculo. Los espacios sociales necesitan temporalidad, lo cual está excluido de la red. Entonces muchas relaciones comienzan a perder corporalidad, ganan en conectividad, pero pierden profundidad".

Otro elemento que analiza Katrina Melin es la incidencia de las redes en la toma de decisiones, las que pueden hacerse en forma oportuna al tener mayor información, pero que algunos casos pueden ser postergadas por el uso de la red, por lo cual precisa que el desafío es tener la "lucidez para administrar y usar esto en beneficio y no ser esclavo de esta red".

Pablo Fuentes agrega que este tipo de "esclavitud" responde a carencias afectivas como la necesidad de ser protagonista y de sentirse vigente. ☞



## CÓMO LOGRAR UNA MEJOR COMUNICACIÓN A TODO NIVEL

"Ni me explico ni me entiendes", de Xavier Guix (Ediciones Urano), es un libro ameno, práctico y útil sobre un tema fascinante: la comunicación humana.

Comunicar ideas y sentimientos es algo tan inherente a las personas que a menudo lo damos por supuesto. Pero si miramos a nuestro alrededor con atención, pronto nos daremos cuenta de que la mayoría de los problemas cotidianos de individuos, grupos, organizaciones y estados están relacionados con la comunicación.

El autor es licenciado en psicología y especializado en Comunicación y Programación Neurolingüística (PNL) para el mundo. ☞



## UN MÉTODO PARA CONSEGUIR LA FELICIDAD

Con "La ciencia de la felicidad" (Ediciones Urano), la investigadora y profesora de psicología, Sonja Lyubomirsky, presenta el primer programa para incrementar la felicidad de las personas basado en investigaciones científicas.

Sus estudios demuestran que, pese a lo que solemos pensar, la felicidad personal no depende de factores como el dinero, el trabajo, la pareja o la juventud. En realidad, sólo un diez por ciento en términos de felicidad se apoya en circunstancias externas y otro porcentaje es innato y también se atribuye a lo que hacemos y a lo que pensamos. ☞

## ● SOCIEDAD



FACEBOOK ES UNA DE LAS REDES SOCIALES CON MAYOR PENETRACIÓN EN CHILE.

# EL INDISCUTIDO PODER DE LAS REDES SOCIALES

**INMEDIATEZ.** *Un mayor manejo de información son algunos beneficios de esta herramienta, pero existe el riesgo de debilitar el vínculo social entre quienes nos rodean.*

Soledad Meléndez Ruiz  
cronica@mercurioantofagasta.cl

Ricardo Muñoz, joven periodista antofagastino, al igual que muchos chilenos es usuario de las redes sociales como Twitter y Facebook, plataformas que le sirven para estar en contacto con amigos y para conocer información de manera inmediata, lo que se traduce en una herramienta útil tanto para su vida personal como profesional.

Como usuario define a esta plataforma como una "herramienta muy poderosa", la que debe ser usada con cuidado y mucho criterio, ya que es una ventana donde las personas expresan lo que sienten y creen, "donde muchos han tomado la valentía de expresar con mayor libertad sus opiniones", asegura el profesional.

Según un estudio de la empresa consultora multinacional de medición digital ComScore, los chilenos dedican un promedio de 9,5 horas diarias a las redes sociales, lo que posiciona al país en el quinto lugar a nivel mundial y el segundo en América Latina de las naciones que más tiempo pasan

Pamela Meneses  
Actriz



"Me agrada la fuerza con que cada vez más personas se expresan en las redes en pos de un tema de contigencia social".

conectadas a la red.

La misma compañía dio a conocer un estudio durante 2011 que señalaba que 9 de cada 10 chilenos que usa internet son usuarios de alguna red social, donde Facebook tiene una penetración de un 90,3% a nivel nacional.

### FENÓMENO

Este escenario refleja la nueva tendencia mundial que cada día toma más fuerza, lo que confirma la jefe de carrera de Psicología de la Universidad Santo Tomás sede Antofagasta, Katrina Melin, quien advierte que los expertos señalan que actualmente la sociedad vive un cambio de paradigma más que una modificación de hábitos en torno a estas plataformas de la tecnología.

"Se está mediatizando todo

Melissa Rissi  
Administradora de empresas



"Basta con poner algún tema de actualidad para que tengas muchas opiniones y eso se convierte en interesante debate".

y se crea la ilusión que con esa mediatización el efecto final de la interacción es similar en contenido y en calidad a lo que es una relación directa, y esto se ha estudiado que no es así, en la mayoría de los casos", explica la académica.

La académica aclara que actualmente esta mediatización se desarrolla en una dimensión distinta donde no existe una interacción directa, lo cual no es necesariamente negativo, sino que es un cambio evidente, que se percibe con fuerza principalmente en los niños, que desde pequeños están en contacto con estas nuevas herramientas tecnológicas.

El psicólogo Pablo Fuentes sostiene que las redes sociales cumplen una función importante en términos de vincula-

Ricardo Muñoz  
Periodista



"Las redes son una ventana para la gente que antes tenía miedo a expresar sus sentimientos u opiniones personales".

ción social, lo cual tiene elementos positivos y otros negativos, ya que en algunos casos el uso se puede tornar muy superficial y dejar en evidencia carencias afectivas, de identidad y de vínculo social.

### RED

El profesional creador del espacio psicólogoaldia.cl asegura que las redes cumplen una función muy importante que es aglutinar intereses comunes de grupos de ciudadanos que efectivamente coinciden en temas puntuales, lo que define como un punto positivo.

No obstante, sugiere que la red tiene el riesgo de reemplazar mediáticamente un compromiso social, "uno siente que puede hacer las tareas más fáciles y quedar bien, pero no se está dando tiempo para cul-

Rodrigo Silva  
Estudiante de Arquitectura

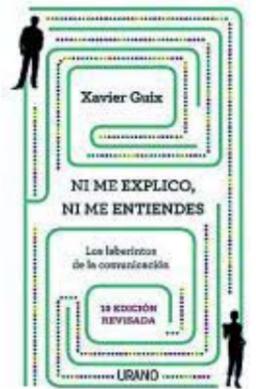


"Es rápido, simple y completo, pero a mí parece hace que las personas pierdan un poco el sentido de comunicación real".

tivar el vínculo. Los espacios sociales necesitan temporalidad, lo cual está excluido de la red. Entonces muchas relaciones comienzan a perder corporalidad, ganan en conectividad, pero pierden profundidad".

Otro elemento que analiza Katrina Melin es la incidencia de las redes en la toma de decisiones, las que pueden hacerse en forma oportuna al tener mayor información, pero que algunos casos pueden ser postergadas por el uso de la red, por lo cual precisa que el desafío es tener la "lucidez para administrar y usar esto en beneficio y no ser esclavo de esta red".

Pablo Fuentes agrega que este tipo de "esclavitud" responde a carencias afectivas como la necesidad de ser protagonista y de sentirse vigente. ☞



## CÓMO LOGRAR UNA MEJOR COMUNICACIÓN A TODO NIVEL

"Ni me explico ni me entiendes", de Xavier Guix (Ediciones Urano), es un libro ameno, práctico y útil sobre un tema fascinante: la comunicación humana.

Comunicar ideas y sentimientos es algo tan inherente a las personas que a menudo lo damos por supuesto. Pero si miramos a nuestro alrededor con atención, pronto nos daremos cuenta de que la mayoría de los problemas cotidianos de individuos, grupos, organizaciones y estados están relacionados con la comunicación.

El autor es licenciado en psicología y especializado en Comunicación y Programación Neurolingüística (PNL) para el mundo. ☞



## UN MÉTODO PARA CONSEGUIR LA FELICIDAD

Con "La ciencia de la felicidad" (Ediciones Urano), la investigadora y profesora de psicología, Sonja Lyubomirsky, presenta el primer programa para incrementar la felicidad de las personas basado en investigaciones científicas.

Sus estudios demuestran que, pese a lo que solemos pensar, la felicidad personal no depende de factores como el dinero, el trabajo, la pareja o la juventud. En realidad, sólo un diez por ciento en términos de felicidad se apoya en circunstancias externas y otro porcentaje es innato y también se atribuye a lo que hacemos y a lo que pensamos. ☞