

La 'Ciberdiva' que nos pide desconectar

Encandiló al mundo digital hablando maravillas de las relaciones entre humanos y ordenadores. Ahora la psicóloga y socióloga Sherry Turkle ve con horror el enganche constante a una pantalla. Y la siguen aplaudiendo.

BARBARA CELIS | 25 MAR 2012 - 00:44 CET

4

Archivado en: Internet Libros Telecomunicaciones Comunicaciones Cultura



Sherry Turkle / MIT

Hubo un tiempo en que la cocaína se utilizaba casi como si fuera una aspirina. Freud la recomendaba con fervor, los médicos se la recetaban a los niños e incluso fue uno de los componentes originales de la Coca-Cola. Pasaron décadas hasta que el mundo entendió lo nociva que era para la salud. Y del mismo modo que la sociedad despertó ante los efectos de aquel químico, la psicóloga del [Massachusetts Institute of Technology \(MIT\) Sherry Turkle](#) se atreve a proclamar que nuestra historia de amor con teléfonos inteligentes, ordenadores y tabletas tiene que cambiar. “De lo contrario, estamos

perdidos. Cada vez esperamos más de la tecnología y menos de los humanos. Nos sentimos solos, pero nos asusta la intimidad. Estamos conectados constantemente. Nos da la sensación de estar en compañía sin tener que someternos a las exigencias de la amistad, pero lo cierto es que pese a nuestro miedo a estar solos, sobre todo alimentamos relaciones que podemos controlar, las digitales. Pero aún estamos a tiempo de cambiar esa convivencia con la tecnología. Tenemos que volver a aprender el valor de la soledad”.

¿Cómo explicárselo a los adolescentes, que envían de media 3.000 mensajes de texto al mes? ¿O a sus padres, que aprovechan para contestar *e-mails* entre tostada y café mientras desayunan con sus hijos y los ignoran tecleando sobre su móvil? La tarea no es fácil, pero hay que empezar por algún sitio, y Turkle comenzó hace un mes atacando desde lo más alto: las conferencias TED. En esa *iglesia simbólica* donde la tecnología se venera como a un dios y frente a un auditorio en el que estaban desde el fundador de Twitter, Biz Stone, hasta el de Amazon, Jeff Bezos, pasando por Melinda Gates y cientos de personalidades del *planeta Silicon Valley*, Sherry Turkle se atrevió a decirles alto y claro: “Apaguen sus teléfonos y empiecen a vivir”. Y sorprendentemente, después de la conferencia de 20 minutos del pasado 1 de marzo, en la que explicó el daño emocional que provoca la esclavitud a la que nos hemos autosometido bajo el látigo de iPhones y *blackberries*, Turkle recibió uno de los mayores aplausos de su carrera.

Llama la atención que esta psicóloga, que hoy predica la contención de nuestro uso de *gadgets*, sea la misma que hace 15 años se convirtió en ciberdiva tras publicar el ya clásico *Life on the screen*, donde presagiaba con optimismo el efecto terapéutico que tendría sobre el ser humano nuestra interacción con Internet, los robots y los

Solos en compañía

Psicóloga y socióloga, con

ordenadores. “Como psicóloga fue un momento fascinante. Comenzaban los primeros chats, los primeros juegos y comunidades virtuales. Podías tener múltiples personalidades, ser hombre, mujer... pero siempre en un ámbito anónimo, y eso permitía muchísima libertad. Fue un momento de experimentación fabuloso y yo era muy optimista respecto a los efectos positivos que tendría en nuestra psique”. Corría el año 1995, y Turkle se convirtió con ese libro en una de las gurús tecnológicas de la época, ocupando la portada de la revista *Wired*, que en los años noventa aún era la biblia digital.

“**Pero entonces no fui capaz** de ver que nuestra vida real se vería truncada por nuestra existencia digital. Creía que entraríamos en Internet y lo que aprenderíamos dentro nos ayudaría a mejorar nuestra vida fuera, que nuestras experiencias digitales enriquecerían nuestra vida real, pero siempre entrando y saliendo de ella. No entendí que el futuro consistiría en vivir constantemente en simbiosis con un ordenador encendido: el móvil”, y señala el iPhone con el que la periodista graba la entrevista.

La prueba más evidente de sus temores actuales le llegaba un día después de su conferencia en TED. Sentada en el Performance Arts Center de Long Island, donde se celebraba el encuentro, Turkle se declaraba impotente: “Ha venido a felicitar me mucha gente, pero todos con el móvil en la mano. Interrumpían su sesión de *e-mails* para hablar conmigo un minuto y después regresaban a sus aparatos. Aquí hay algunas de las mentes más sofisticadas y brillantes del planeta, han pagado miles de dólares por venir y ¡se dedican a contestar *e-mails* y a colgar fotos en Facebook en vez de hablar entre ellos!”.

Lo cierto es que en el siglo XXI resulta casi imposible mantener una conversación sin que nuestro interlocutor nos coloque en modo pausa para mirar su *e-mail*, enviar un mensaje o responder a una llamada. Y aunque eso parece haberse convertido en la norma universalmente aceptada, cabe preguntarse qué habría de normal si cada uno de nosotros llevara una televisión a cuestas y cada diez minutos la encendiera para ver qué emiten.

Turkle no niega las ventajas prácticas que nos ofrece, por ejemplo, tener *e-mail* o Skype en nuestros teléfonos, sobre todo cuando la familia está lejos o viajas por trabajo. Solo critica la relación que mantenemos con esa accesibilidad tan grande. Después de pasar 15 años estudiando cómo niños, adultos y ancianos interactúan con robots experimentales y comerciales, y tras observar en su propia casa la relación con la tecnología de su hija Rebecca, de 21 años, a quien dedica su nuevo libro, *Alone together*, Turkle alerta:

“Esos teléfonos que tenemos en nuestros bolsillos cambian nuestras mentes y nuestros corazones porque nos ofrecen tres fantasías muy gratificantes: podemos tener atención constante, siempre va a haber un foro en el que ser escuchado y nunca tendremos que estar solos. Las dos primeras necesidades se satisfacen a través de las redes sociales, pero la tercera es la que nos está llevando a situaciones

Cada vez
esperamos más de
la tecnología y
menos de los
humanos.
Alimentamos las
relaciones que
controlamos, las
digitales

dos doctorados en Harvard y profesora desde hace 30 años en el MIT, esta mujer elegante y serena nacida en Brooklyn hace 64 años publicó en 2011 el libro *Alone together*, que podría traducirse como *Solos en compañía*, un título que puede interpretarse de muchas formas, pero que alude a ese mal del que ella habla: “estar solos bajo la ficción de compañía que da la conectividad constante”. Se trata de la misma mujer que en 1994 escribió el libro *The second self*, en el que reflexionaba sobre nuestra relación con los primeros ordenadores, que ella veía como máquinas

emocionales de graves consecuencias”.

Para escribir *Alone together*, Turkle realizó 450 entrevistas y estudió con particular atención a los adolescentes. Estos, dice, se esconden tras una pantalla y no saben relacionarse. “Psicológicamente es fundamental aprender a conversar, a negociar, a sentir empatía, a pedir perdón. Hemos criado una generación que no es capaz de pedir perdón. No es lo mismo pelearse con un amigo y enviarle un SMS o un mensaje en Facebook y seguir con tus cosas que sentarte frente a él, sudar, sufrir y decir: ‘Lo siento’. A su vez, quien lo escucha también siente, y perdona, o se enfada, pero siente. Es doloroso y complicado, pero es fundamental. Es la manera en la que aprendemos a construir relaciones humanas”.

A lo largo de sus investigaciones, que han incluido observar la relación de los niños con sus *tamagotchis* o de ancianos con focas-robot (llamadas *Paro*) para ver qué tipo de respuesta emocional tienen los humanos ante las máquinas, Turkle ha llegado a una conclusión que no solo afecta a los jóvenes, sino a gente de 40, 50 y hasta 70 años que pese a esa brecha generacional que se vaticinó hace años es hoy tan adicta a su existencia digital como un adolescente: “Ya no sabemos estar solos, y la soledad es importantísima. Es necesaria para reflexionar, para concentrarse, para retener conocimientos, para conocernos... Nuestro uso compulsivo de los teléfonos móviles y de los ordenadores responde a nuestra incapacidad de estar solos. Pero lo preocupante es que la gente parece esperar más amor de las máquinas que de las personas. Conlleva menos riesgos: amor, amistad, trabajo, que se puede controlar desde la punta del dedo, sin las complicaciones de una relación cara a cara”.

“Cada vez más gente se cuestiona si tiene sentido estar conectado y disponible 24 horas al día. Las mejores mentes de mi generación pasan el 90% de su tiempo de trabajo contestando *e-mails*. ¿Te das cuenta de la pérdida intelectual que eso supone? Llevamos solo 15 años conviviendo con Internet, seguimos en pañales en cuanto a nuestra existencia tecnológica, por eso confío en que aún cambiará muchas veces nuestra forma de relacionarnos con la tecnología”. Turkle explica que entró a trabajar en el MIT porque le fascinó el mundo de la inteligencia artificial. “Pero hay que ponerle límites a la tecnología. Crear espacios *libres*, como la cocina o el dormitorio. Es importante enseñárselo a nuestros hijos. Crear horarios para contestar al *e-mail*, respetar nuestros momentos de intimidad con la gente apagando el teléfono. Por encima de todo, creo que hay que hacer una fuerte campaña a favor de la soledad. Ahora es lo que nuestra sociedad necesita con más urgencia”.

maravillosas
que nos
proporcionaban
nuevas
identidades en
las que
reflejarnos.

*Hace 15
años no fui
capaz de
ver que
nuestro
futuro
consistiría
en vivir
constantemente
en
simbiosis
con un
móvil*

*Ya no
sabemos*

*estar solos
y la
soledad es
importantísima
Es
necesaria
para
reflexionar,
cocentrarse,
conocerse...*

© EDICIONES EL PAÍS, S.L. |
