



Ya que el uso de Internet está al orden del día, quizá, de tanto en tanto, es prudente hacer un “examen de conciencia” sobre cómo vivimos nuestra “vida online”

En este artículo invitamos a reflexionar sobre cómo abordar la comunicación en las redes sociales, intentando poner en guardia ante algunos peligros.

Una comunicación que nos condiciona menos

Una conversación *online* nos condiciona menos que una *offline*: cuando escribimos un *post* o un comentario en una red social, estamos físicamente lejos de la persona a la que nos dirigimos. Nos encontramos ante una pantalla, no ante un rostro: podemos escribir, y dejar de hacerlo en cualquier momento si nos cansamos; podemos desconectarnos o dejar sin terminar un *post*, sin que nadie venga a buscarnos para continuar la conversación (y si alguien lo hiciera, podríamos bloquearlo o borrarlo con un click).

¿Qué consecuencias puede tener esto en nuestro modo de comunicar, de relacionarnos con los demás, en la manera de decir lo que pensamos?

Hay **cinco peligros** relacionados con la comunicación en las redes

sociales...

1. El peligro de ser irreflexivos

Con frecuencia se acusa a las redes de **“eliminar los frenos inhibidores”**, de disminuir los escrúpulos de conciencia, y de hacernos más sinceros, pero en el sentido menos noble del término, es decir, no honestos ni francos, sino **irreflexivos o indelicados**. Hemos hablado de ello, a propósito del [estudio de Suler](#), un profesor de psicología de la Rider University, sobre los efectos desinhibidores de la red.

La pantalla nos sirve de escudo, nos permite "no desprestigiarnos": delante de un ordenador y no ante alguien de carne y hueso, quizá no tememos la agresividad del interlocutor, porque su reacción, aunque fuese violenta, se quedaría como mucho en nuestro pc, no nos pondría un ojo morado.

Tomemos el caso de Facebook: cuando discutimos dentro de una página muy visitada, en la mayoría de los casos **no tenemos nada que perder (amistad, trabajo, etc.)** Por mucho que nos arriesguemos, seguimos siendo "uno de tantos", y nuestros comentarios, especialmente si debatimos sobre temas controvertidos y de interés general, se pierden entre cientos. Es decir, cuando tomamos parte en una conversación, lo hacemos casi como "comparsas".

Y si no tememos la reacción de los demás, si no advertimos consecuencias "tangibles" del propio actuar, se corre el riesgo de **reflexionar menos** sobre lo que se hace, un poco como el niño que cree que mamá no ve lo que está haciendo.

2. El peligro de ser arrogantes

Aunque no busquemos el anonimato (firmamos con nuestro nombre), ni nos pongamos una máscara (no decimos cosas que no pensamos), la "barrera protectora del teclado" y la dispersión del lugar donde nos encontramos, puede llevarnos a ser instintivamente **más arrogantes en el tono, a no cuidar demasiado las palabras, el lenguaje de la conversación**.

Si en la vida real -en una plaza o en un bar- las conversaciones entre personas civilizadas suelen ser casi siempre moderadas, en las redes sociales se desencadenan auténticas contiendas verbales, despotricando, insultando, maldiciendo.

3. El peligro de leer sólo la idea expuesta sin saber quién la apoya

En el web tendemos a faltar más al respeto, porque **perdemos de vista**

que enfrente hay una persona, con una biografía, cualidades y defectos, sentimientos y cicatrices del alma. Acabamos **atacando ferozmente** al interlocutor -cosa que, probablemente, no nos permitiríamos hacer cara a cara-, porque la idea que no compartimos y quien la defiende, en la pantalla de un PC, pueden integrarse en un todo único. En la práctica, arremetemos contra la opinión y contra la persona como si fueran lo mismo.

4. El peligro de olvidar las reglas de la convivencia social

Si en las conversaciones personales nos frena el pensamiento de mantener viva una relación (y sabemos que, para hacerlo, no podemos disparar a bocajarro contra los que tenemos cerca: lo dicen las normas básicas de la convivencia social), **la virtualidad de la web puede llevarnos a sentirnos exentos del cumplimiento de las normas** que solemos respetar cuando salimos con amigos, en el trabajo, con el panadero o cuando nos encontramos con cualquiera.

En las redes sociales se producen conversaciones sin filtros, que no serían ni siquiera imaginables si los interlocutores estuvieran sentados en una mesa de un restaurante...

5. El peligro de “preferir” la comunicación en la Web

Por las características de la comunicación en las redes sociales, y por los motivos expuestos (percepción de una menor responsabilidad, pensar que las consecuencias son menos graves, y los compromisos menores), se puede llegar a preferirla y “anteponerla” a la comunicación cara a cara, en vivo.

En lugar de utilizar Internet como un “vehículo”, podemos acabar por verlo como una **escapatoria para no abordar personalmente a los demás**.

Conocer estos peligros puede ayudar a sortearlos... a reflexionar más antes de “disparar” nuestros comentarios.

Y ustedes, lectores: ¿qué piensan?; ¿caen en estas trampas?; ¿conocen otros comportamientos vinculados a las redes sociales, que puedan dañar nuestras relaciones?

Si lo desean, escribanlo en [sus comentarios](#).

Cecilia Galatolo, en familyandmedia.eu.