

## FACEBOOK UNA MIRADA DESDE LA PSICOLOGIA

Gonzales Ibáñez Shirley Verónica

Docente Facultad de Humanidades. Universidad Autónoma Juan Misael Saracho

Dirección para correspondencia: Verónica Gonzales Ibáñez, Calle Méndez No 0311 Tarija, Bolivia.  
Correo electrónico: veronica\_gonzales\_1@yahoo.com

La aparición y socialización del Internet en los últimos tiempos, ha cambiado los comportamientos sociales con una rapidez hasta ahora totalmente desconocida en la Historia de la Humanidad. Las nuevas tecnologías y particularmente ciertas opciones de redes sociales como el Facebook han generado un alto impacto en las relaciones interpersonales; fundamentalmente, modificando la práctica de las interacciones.

Es más que evidente que las redes sociales son de alta relevancia en la comunicación; y particularmente Facebook que hoy por hoy es una de las más visitadas y utilizadas en Internet, superando el acceso a otro tipo de opciones virtuales tales como los correos digitales, Google, YouTube y Google News. Esta evidencia permite inferir que esta red captura mayor inversión de tiempo cotidiano a nivel individual y grupal. El uso del Facebook resulta útil como herramienta para comunicarse con otras personas, encontrar amistades hace tiempo perdidas de vista y compartir opiniones acerca de diversos temas con conocidos, parientes o en grupos temáticos, en ocasiones para informar acerca de estados personales. Facebook ha ido adquiriendo protagonismo al interior de las actividades que forman parte del repertorio de comportamientos en cada persona. Su incorporación a la vida cotidiana puede tener, por tanto, efectos positivos como negativos, así como diferentes motivaciones.

Loranca (2012), un reciente estudio afirma que hablar de nosotros mismos en Facebook activa la misma zona cerebral de placer que se estimula con el dinero, la comida y el sexo, la investigación analizó imágenes del cerebro de personas que utilizaron Facebook, y dichas imágenes revelaron que al momento de hablar de sí mismos en las redes sociales se activaban zonas claves en el cerebro. En consecuencia, hablar acerca de nosotros mismos, ya sea en una conversación personal o a través de medios sociales como Facebook y Twitter provoca la misma sensación de placer en el cerebro como comer, realizar compras y tener sexo, afirmaron neurólogos investigadores de la Universidad de Harvard. De acuerdo a los reportes científicos, sustentados en investigaciones empíricas, se considera que esta red tiene un gran impacto en los comportamientos de la persona y de modo inevitable generaría algunos cambios en la forma cómo el individuo afronta distintas situaciones. Puede ser utilizada como una herramienta que mejora las relaciones sociales o también que favorece el aislamiento. Múltiples

estudios han ratificado que ciertas variables tienen crucial relevancia en el acclonar de las personas, entre ellas se encuentran la autoestima y el narcisismo. Ambas actúan de algún modo en la relación que las personas establecen con los demás (Herrera, Pacheco, Palomar, Zavala, 2010).

Como lo refiere Reig Dolors (2012), a más amigos en Facebook, menos autoestima", "A más amigos en Facebook, lleva una vida real menos satisfactoria", así también encontró que las personas que puntuaron alto en la escala de narcisismo de un inventario de personalidad tenían más amigos en Facebook, se etiquetaron a sí mismos con más frecuencia y actualizaron sus estados con más regularidad en esa red social. También encontró que los narcisistas respondieron de manera más agresiva a los comentarios despectivos que les hacían en sus muros y cambiaban las fotos de perfil con más frecuencia.

Larry Rosen (2013), refiere que La Universidad de York en Canadá comprobó por medio de un estudio que los usuarios que dedican mucho tiempo a esta red social son personas que tienen un problema de personalidad. Los usuarios que pasan mucho tiempo inmersos en la red social actualizando su perfil y revisando los comentarios de sus contactos reflejan signos de narcisismo y de ser personas inseguras, que no pueden mantener relaciones de verdad, según el reciente estudio de la Universidad antes mencionada Para Rivero citado por Scarone (2010), se trata de una parte de la personalidad donde el yo necesita consolidar identidad a través de lo grupal.

El Narcisismo, es característico de personas con comportamientos de omnipotencia, necesidad de reconocimiento, egocentrismo, que es visto como un aspecto indisoluble del ser humano, y a su vez constitutivo y necesario del mismo. Sin embargo, muchas veces, el narcisismo puede tener facetas que dejen su huella marcada en la vida de un individuo, llegando a conformar un trastorno. Esta necesidad de actualización del perfil y la constante revisión del Facebook se explica por la necesidad de dependencia y aprobación del otro para poder confirmar la identidad de aquel como ser. En general, tienen la necesidad de ser reconocidos por un otro semejante; la necesidad de ayuda, protección y reproducción conlleva a vivir en sociedad donde ser aceptado y reconocido es un requisito primordial.

Gonzales (2012), menciona que dentro de este mundo virtual no se expresan las características que no son aceptadas socialmente, como lo son la timidez, la baja autoestima, las dificultades de comunicación, etc. No se cuenta todas las particularidades de la persona, sino que se intenta decir aquello que los otros usuarios esperan de cada persona. En un estudio realizado en New York se observó que las personas de puntaje más alto en el inventario de Personalidad Narcisca (NPI-16) tienden a revisar la cuenta de Facebook más veces al día y estar más tiempo online. Lo mismo ocurre con aquellos que reportan baja autoestima. Ambas variables se encuentran asociadas al uso intenso de esta red social particular (Mehdzadeh, 2010, citado por Tarazona, 2013).

Las personas que presentan bajos niveles de autoestima, tienden a ser más propensas a desarrollar adicción a Internet, el hecho de estar conectados, desarrolla en ellos la sensación de seguridad, sin embargo, mientras más bajos sean los niveles de autoestima, mayor será la dificultad para establecer relaciones interpersonales significativas y por consiguiente mayor será la tendencia a presentar depresión y al suicidio. Herrera, Pacheco y Otros (2010) refieren que las personas que presentan adicción a Facebook tienden a presentar un nivel mayor de depresión que las no adictas a esta red.

Así también Tarazona (2013), concluye que las personas que tienen un uso frecuente y prolongado de Facebook no se sentirán identificadas con su familia, por lo que esta red les servirá para ir buscando nuevos círculos o modelos a seguir para la formación de su identidad. Además, el tener más contactos y utilizarlo con mayor frecuencia es características de ser personas dominantes, críticas debido a que al tener al alcance la información y actividades de los demás tendrán un mayor control sobre lo que otros hacen o no hacen, dicen o no dicen frente a distintas circunstancias, dándole el poder, por intermedio de Facebook, de poder comentar o criticar las actividades de la otra persona.

A mayor tiempo de permanencia en Facebook el individuo tenderá a tener un mayor deseo de mostrarse hacia los demás y compartir momentos con ellos, las personas, al pasar menos tiempo en Facebook se van a sentir parte del círculo familiar a diferencia de las que invierten más tiempo en la red, las personas con uso frecuente de Facebook se caracterizan por ser más autoritarias, demandantes hacia los demás, hostiles y con baja tolerancia.

Por último, es importante considerar que esta herramienta puede traer buenos resultados para el desarrollo de las personas y para que permanezcan comunicados a pesar de la distancia, sin embargo, un uso inapropiado de esta red puede también traer consigo consecuencias para el desarrollo y bienestar de la persona, ya que se encuentra

vulnerable a las críticas y a información que en ese momento no puede manejar.

La mala utilización de los medios de comunicación genera problemas emocionales que nos puede llevar a evolucionar a situaciones de vida cada vez más complicadas. Cuidemos lo que expresamos de nosotros mismos y de los demás, dentro y fuera de los espacios virtuales. Una buena red social, afectiva, comunicativa, positiva, nos ayuda a mejorar nuestra estima y la estima de los demás. (Loranca, 2012).

## BIBLIOGRAFIA

Garbarino, H. (1995). *Estudios sobre Narcisismo*. Montevideo: Roca Viva.

González, Bojórquez José Amador. (2012). *Redes Sociales: Una Visión Psicoanalítica*. [www.apdeba.org/wp-content/uploads/redes-sociales.pdf](http://www.apdeba.org/wp-content/uploads/redes-sociales.pdf)

Herrera, María Fernanda, Pacheco María y Otros (2010). *La Adicción a Facebook Relacionada con la Baja Autoestima. La Depresión y la Falta de Habilidades Sociales*. Universidad Iberoamericana, México. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133915936002>

Loranca, Aguilar Felipe de Jesús. (2012). *Tu Adicción a Facebook Tiene una Explicación Científica*. Publicado por CAPI: Centro de Atención Psicológica Integral <http://capisjr.blogspot.com/2012/05/tu-adiccion-facebook-tiene-una.html>

Reig, Dolores. (2012) *Adicciones*. <http://www.hablemosencasa.com.uy/redes-sociales/42-articulos-gredes-sociales/158-amigos-eln-facebook-y-felicidad-titulares-realidades-y-barbaridades.htm>

Rivero, Salomón. (2010). *Las Redes Sociales desde una perspectiva Psicoanalítica*.

Rosen, Larry. (2013). *Los Usuarios Obsesivos al Facebook Tienen Serios Daños Psicológicos*. Copyright Global Support Services & Global News. México <http://www.gsslatino.com.mx/blog/?p=2558>

Salza, César Concepción. *S/f. La Afición al Correo Electrónico y las Redes Sociales, una Patología Peligrosa*.

Trechera, Herrera José Luis. (2010). *El Narcisismo: Epidemia de Nuestro Tiempo*. Revista mensual de análisis de Nicaragua y Centroamérica <http://www.envio.org.ni/articulo/243>

PCWORLD (México). 2012. *Tu Adicción al Facebook Tiene una Explicación Científica*. México <http://www.peworld.com.mx/Articulos/22989.htm#>