

Homo digitalis: ¿cómo equilibrar tecnología y mundo real

En contraposición al Homo Sapiens, prefieren los gráficos sobre los textos y piensan en el aquí y ahora.



ALEJANDRO GORENSTEIN

19/12/2017 16:40/ Actualizado al 25/09/2019 18:55

Son la mayoría de los jóvenes del siglo XXI. Hombres y mujeres. Utilizan todas las herramientas para manipular fotos, documentos, presentaciones, música y armar blogs. Les encanta hacer varias cosas al mismo tiempo y prefieren los gráficos sobre los textos. Les gusta pensar en lo que harán ahora y proyectarse en el corto y mediano plazo, disfrutando de la planificación y el recorrido, sin que el objetivo sea la meta que los motiva. Se los llama Homo Digitalis en contraposición con el Homo Sapiens.

“El Homo Digitalis por medio de la tecnología establece vínculos y a través de las redes sociales amplían su círculo y crean identidad (real o inventada). Este contexto social crece permanentemente y representa una nueva demanda de vida. Por otro lado, necesitan respuestas y

conocimientos inmediatos, leer noticias y buscan hacerlo en un solo dispositivo. Suelen hasta dormir con el celular y en muchos casos, ser lo primero y último que realizan en el día”, afirma Alejandro Stofenmacher, Director de Nuevas Tecnologías de CENEDI.

“Además, está presente la ansiedad que se interpone al momento de desarrollar sus acciones, siendo la inmediatez otra característica destacable que aparece en la toma de decisiones. En este punto, desde un aspecto psicológico, esta clase de homo en su niñez ha construido sus conceptos de espacio, tiempo, identidad, memoria y mente a partir de objetos digitales que lo rodean, por tanto, la tecnología ha tenido influencia en sus pensamientos, la comunicación, el conocimiento, el aprendizaje, incluso los valores personales”, describe Analía Almada, Psicóloga Clínica y Evaluadora.

Diferencias con el Homo Sapiens

Mientras que para el Homo Digitalis las respuestas a una pregunta se encuentran al alcance de un click, para el Homo Sapiens debe atravesar la construcción del pensamiento y la búsqueda de respuestas en función a la investigación, el ensayo y el error en cada concepto.

“Hoy el Homo Digitalis obtiene estos resultados googleando, mientras que el Sapiens ha atravesado una evolución de tiempos y paradigmas, con el uso del pensamiento crítico, abstracto, e investigación constante que lo lleva a descubrir y desarrollar a la Tecnología. El Digitalis la usa, navega y la transforma, la atraviesa y la convierte; el Sapiens la genera, la construye y la descubre. El Homo Sapiens necesita del contacto con el otro, en presencia, persona a persona, logrando el canal de comunicación. Para el Digitalis, no se requiere de tener otro presencial para desarrollar un diálogo, simplemente basta con conectarse a una red, enviar un mensaje o grabarlo”, explica Almada.

Beneficios y amenazas

Los Homo Digitalis poseen tiempos de espera más cortos y una atención más precaria, por lo que se les dificulta esperar en una cola o disfrutar del aire libre sin estar conectados y mostrando constantemente la actividad que está realizando. Al ser parte de la tecnología muchas veces son rehenes de ella, no pudiendo cortar la conexión ni siquiera al dormir. Esto produce periodos de sueño más cortos, sueño más frágil y un mayor agotamiento durante el día.

“Sin embargo, los Homo Digitalis son la generación de futuro, quienes van creando y marcando la tendencia. Son rápidos, soñadores, generadores de tecnología que ayuda a las personas y también al medio ambiente. Son conscientes de la necesidad de cambios importantes para que el mundo cambie. Usan la inmediatez de la tecnología para la participación social y política de los jóvenes y para crear conciencia”, sostiene Silvia Naya, psicóloga especialista en niñez, adolescencia y familia.

“En los niños actuales, se está perdiendo la motricidad fina, a causa de encontrarse rodeados de dispositivos digitales, lo que ha cambiado su juego, y donde la atención solo es dirigida hacia aparatos que brillen, hablen, tengan música y los pueda deslizar con un dedo, con lo cual, los libros, los muñecos, las cocinitas o las herramientas ya no forman parte de los intereses de un infante. Existe un exceso de estímulos visuales, que no permite que los niños inicien su etapa científica de descubrir y conocer por sí mismos, esto produce un cambio en su arquitectura mental. Como aspectos positivos, los Digitalis son más flexibles, son laxos, se acomodan y transforman fácilmente un entorno para brindarle otra estética u otro impacto sobre sí mismo y sobre los demás”, finaliza Almada.

El desafío de mirarse a los ojos

Uno de los grandes desafíos que se les plantea a los homo digitalis es poder lograr un equilibrio entre la vida virtual y el mundo real.

“Es necesario volver a validar los libros de texto, la aventura de leer en papel y no en una pantalla, poder reducir los tiempos frente a la misma para cuidar la postura y la vista. No destinar tiempo a videojuegos y sí invertirlos en un deporte al aire libre. Encontrarse con amigos, familias, parejas, hijos, y no tener todos un dispositivo en la mano. Que exista una vuelta al intercambio persona a persona, donde el dialogo es presencial, y donde las cosas se dicen al instante sin tiempo de pensar, o expresar un sentimiento por medio de un Emoji”, explica Analía Almada, Psicóloga Clínica y Evaluadora.

“La ansiedad y la obsesión son dos grandes problemas que trae el uso excesivo de la tecnología. El no poder estar en el cine o en una cena sin chequear las redes sociales. O revisar si se recibió un mensaje o subieron una nueva foto. Frente a estos síntomas, se debe tomar conciencia de la importancia de generar espacios reales con personas reales y poder hablar cara a cara. El desafío es regular el uso de la tecnología y no volverse dependientes de ella”, propone Silvia Naya, psicóloga especialista en niñez, adolescencia y familia. Y habrá que pensar en eso.