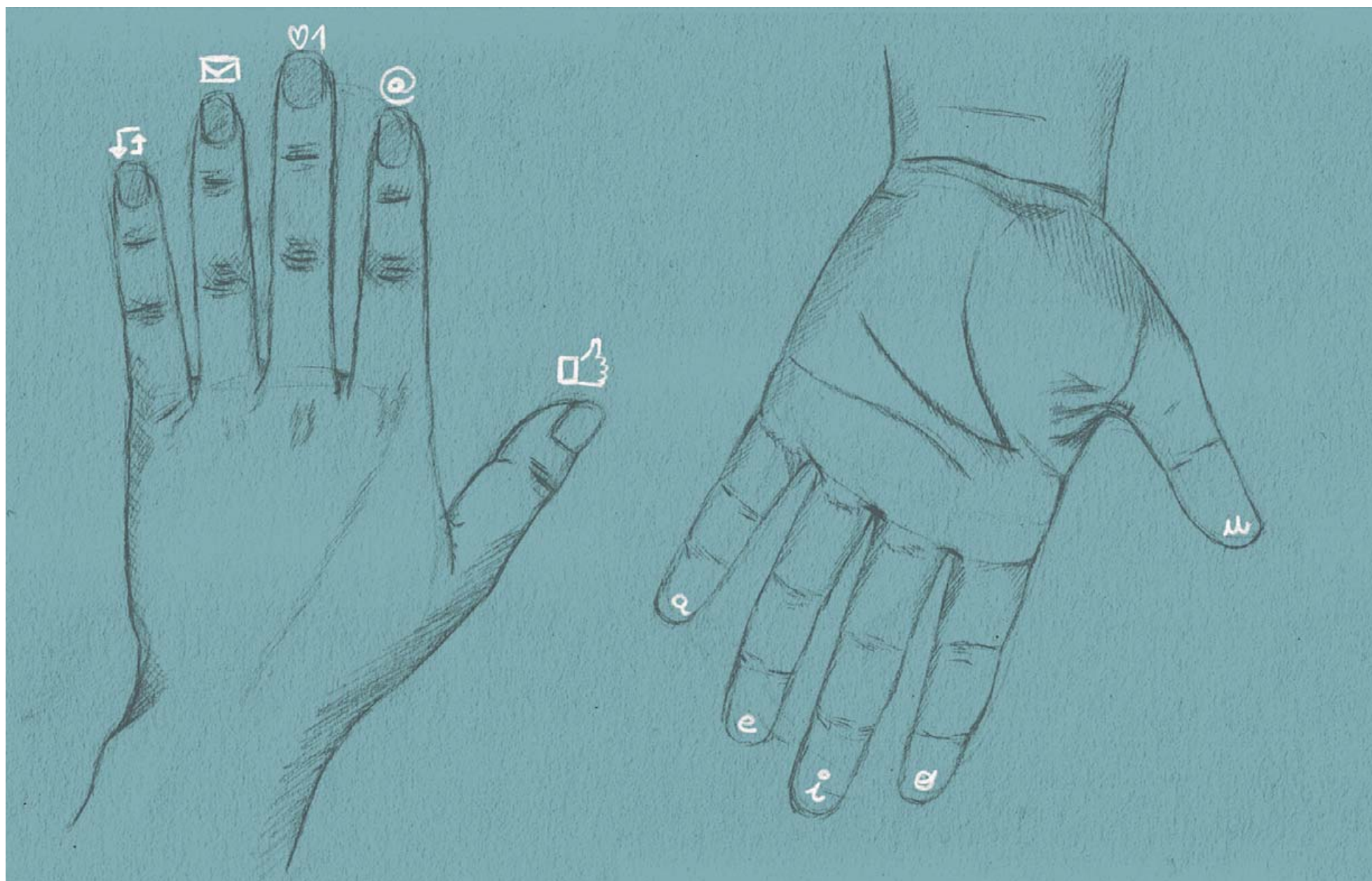




tota una sèrie de processos mentals que hi van lligats. Substituir l'escriptura a mà pel teclat té conseqüències. Segons els experts en el funcionament del cervell, fer servir bolígraf i paper activa tota una sèrie de reaccions i connexions en el cervell molt beneficioses, com ara la memòria motora, la concentració o l'atenció. Es calcula que l'escriptura manual exercita fins a catorze habilitats diferents.

Esclar que coordinar els dits per teclejar també requereix adquirir noves habilitats però, ¿i el que perdem pel camí? Jordi Jubany, antropòleg i autor de *La família en digital*, no creu, en canvi, que perdre la capacitat d'escriure sigui necessàriament negatiu. Segons comenta, "abans per reproduir un text en una màquina d'escriure ja havies de tenir el text pràcticament enllestit, però en un editor de textos el text pot modificar-se infinites vegades, cosa que sovint comporta el canvi d'estructura i el trencament de la linealitat argumental". El canvi de l'eina d'escriptura, doncs, implica "pensar el text d'una altra manera i tenir-hi una relació diferent", segons Jubany.

La relació entre món físic i digital

L'equiparació del món connectat al món físic també ha tingut conseqüències directes sobre la manera de treballar del cervell. Segons David

Bueno, investigador de genètica de la Universitat de Barcelona, "el cervell mateix busca fer el pas de la informació al coneixement, atès que la informació *per se* no li resulta tan significativa com el coneixement". Bueno, autor del llibre *Cerebroflexia, el arte de construir el cerebro*, ha estudiat els canvis que l'omniconnexió i l'allau d'informació constant provoquen en el cervell. Si bé és cert que s'adapta a la nova realitat, sosté

•
Estem més desinformat justament per culpa de la sobreinformació
•

Bueno, també és veritat que "perquè aquestes connexions funcionin amb eficiència cal disposar de prou estones de confort intel·lectual i de motivació per analitzar de manera crítica aquestes informacions".

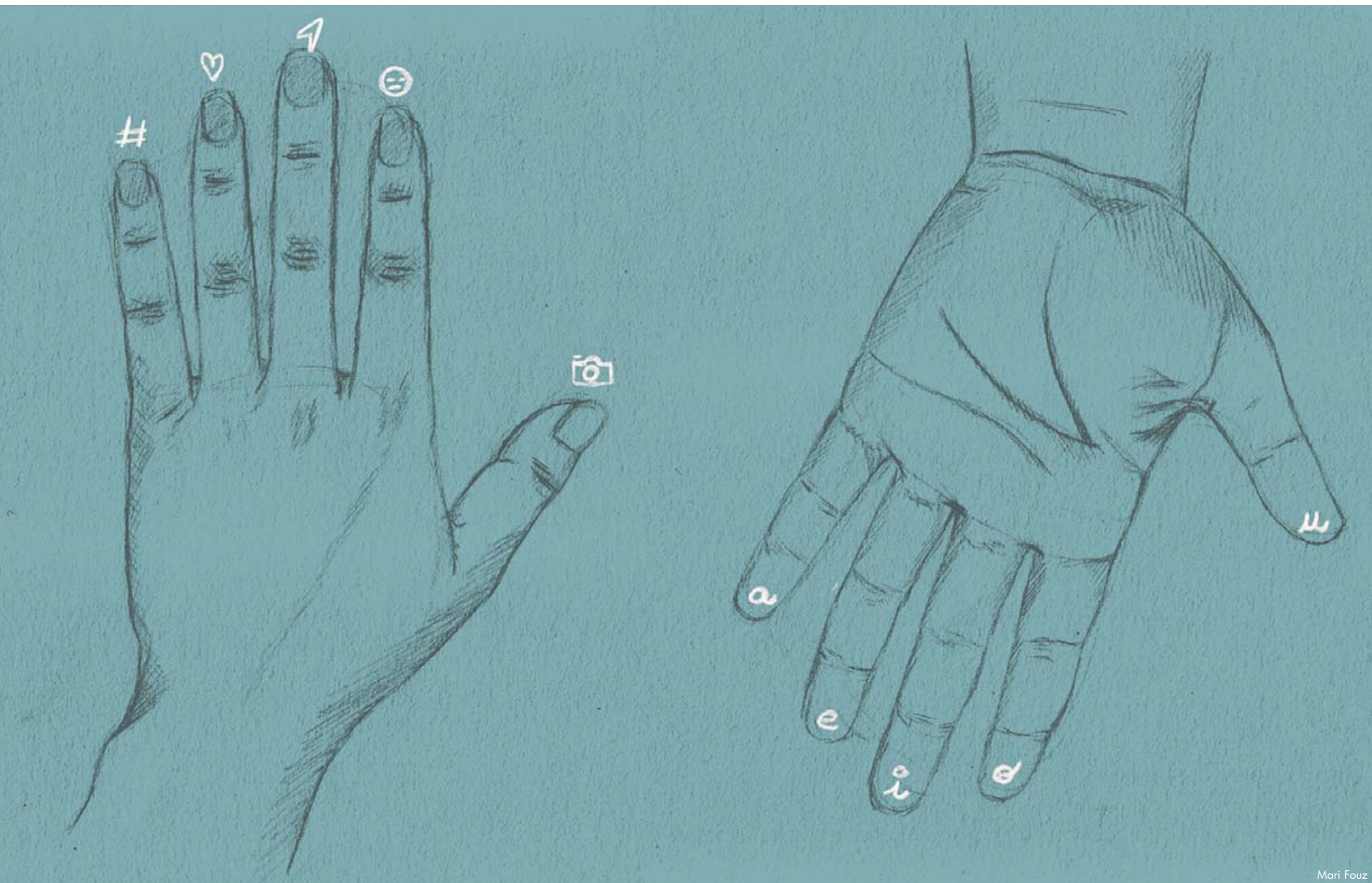
La pregunta és si disposem d'aquests temps morts del que Bueno anomena "confort intel·lectual" per poder separar el gra de la palla i la veritat de la infoxicació inherent a les xarxes socials. Una de les grans preocupacions d'empreses com ara Facebook o Google és com combatre les notícies falses que inunden el món virtual i que van tenir un paper decisiu, per exemple, en les últimes eleccions nord-americanes. No fa gaires dies, Google va anunciar una modificació del seu algoritme de cerca per combatre les notícies falses o ofensives, que la companyia reconeix que estan en un percentatge del 0,25%. Facebook també va posar en marxa un nou sistema d'alerta contra informaci-

ons que podrien ser controvertides. És a dir, que l'omniconnexió també ha afectat la manera com percebem el món que ens envolta. Som més confiats, tenim menys temps per aplicar el sentit comú i, en conseqüència, estem més desinformat justament per culpa de la sobreinformació. No deixa de ser una de les grans contradiccions de l'era digital.

La tecnologia no és neutra

Jordi Jubany, antropòleg i assessor en educació digital, aclareix que "les tecnologies no són neutres, sinó fruit d'un disseny, i ens poden canviar la manera de realitzar els processos, la manera de pensar-los i la manera de sentir-nos". Ferran Lalueza explica el procés de manera gràfica quan descriu com "hem passat de submergir-nos en la zona més profunda de l'oceà informatiu a simplement surfear-lo amb una despreocupada superficialitat". El resultat és que dediquem molt menys temps i esforç a formar-nos una opinió pròpia fonamentada, i això "ens fa més vulnerables a la manipulació", creu Lalueza. Hi coincideix David Bueno quan afirma que "la falta d'anàlisi crítica pot conduir a una credulitat més gran".

El problema és com gestionar la sobreestimulació digital, com dedicar més estona a reflexionar sobre si el que llegim és fiable o no, si hem fet desaparèixer els temps *desocupats*. Estudis com ara el de la Fundación Telefónica sobre el comportament en la societat dels mòbils confirmen any rere any que, des que estem permanentment con-



nectats, ja no hi ha pràcticament moments d'inactivitat. Consultem l'Instagram durant els trenta segons que dura un semàfor, contestem correus electrònics mentre caminem pel carrer, fem comentaris a les publicacions del Facebook mentre el gos és al pipicà o publiquem a l'Snapchat mentre esperem a la cua del cinema. Sembla palmari, per tant, que estem perdent la batalla de la gestió del temps. David Bueno assegura que “una de les assignatures pendents com a societat és aprendre a regular el nostre temps per donar cabuda al coneixement –en cap cas limitar l'increment d'informació–, i transmetre-ho amb el nostre exemple a les noves generacions”.

Por de desconectar

En el fons d'aquest comportament de consulta compulsiva de les xarxes sol haver-hi la por de perdre's alguna part d'aquest univers digital en constant moviment. “Es genera fàcilment la sensació que, si desconnectem durant una estona d'algun dels canals pels quals rebem *inputs*, potser ens estem perdent alguna cosa important”, diu Lalueza. Aquesta falsa impressió genera un patró de conducta segons el qual dediquem molt poc temps a observar, pensar i actuar davant de cada nou *input*. I, com menys temps de concentració per cada estímul digital, més pèrdua dels detalls i els matisos i menys qua-

litat comunicativa. A més, Lalueza opina que, “com més temes vulguem atendre, menys ens podrem concentrar en cadascun i més sensació tindrem d'estar constantment desbordats pels fluxos comunicatius”.

De fet, la percepció del temps i de les relacions socials són dos dels principals elements que s'han vist més afectats en el món de l'omniconnexió. Segons dades de Facebook, passem més d'una hora al dia remenant aquesta xarxa social. Psicòlegs del Centre de Neurociència Cognitiva i Sistemes Cognitius de la Universitat de Kent han fet un estudi en què es constata que la sobreexposició a les xarxes socials provoca una pèrdua en la noció real del temps. Els científics van arribar a la conclusió que tenim una “percepció aturada” del temps, ja que subestimem la quantitat d'hores que passem a les xarxes. El resultat és que percebem que passem menys temps del que en realitat passem parant atenció al

món digital. I això genera la sensació constant de no tenir temps o tenir cada minut del dia ocupat. És a dir, que cada vegada tenim menys estones del “confort intel·lectual” que demana David Bueno per reflexionar i formar-se criteri.

Un altre dels efectes col·laterals d'aquest immens collage digital en què ens movem és comportar-nos en la realitat com si estiguéssim revi-

sant el *timeline* d'Instagram. Mirant la televisió, fullejant una revista o visitant una exposició, és com si tot hagués de passar molt de pressa, com fent lliscar la realitat amb el dit. Jordi Jubany pensa que, en el fons, “estem digitalitzant moltes activitats com ara comunicar-nos, llegir, escriure o jugar”. En terminologia de Robert De Niro, és com si ens comportéssim al territori com ho fariem en la seva representació virtual, el mapa. Per a Ferran Lalueza, “l'entorn digital ens aporta una sobre-saturació d'estímuls tan gran que se'ns fa difícil mantenir l'atenció gaire estona en un mateix contingut”. Això es tradueix en un “comportament de tastaolletes en el nostre consum mediàtic”.

Menys és més

Al final, potser el gran repte és veure com podem controlar que l'omniconnexió i la hiperinformació no ens converteixin en éssers més superficials i vulnerables. Jordi Jubany ho té clar: “Proposo que seguim una dieta digital en què estar connectats no impliqui necessàriament estar disponibles, tant en l'àmbit personal com laboral”.

Aquesta dieta hauria d'implicar focalitzar l'atenció en “les activitats principals en cada moment, ser conscients de quan estem procrastinant o fent zàping a les pantalles, gestionar millor la nostra connexió i desconexió i el que ensenyem de nosaltres i el que no”. En el fons, en aquesta nova i atapeïda realitat digital, la clau també podria aportar-la frase clàssica que diu que “menys és més”. ●

•
*Subestimem
la quantitat
d'hores que
passem
a les xarxes
socials*
•