

# Internet en los Seminarios y Centros de Formación

*Jorge Enrique Mújica, L.C.*

*Analista en temas relacionados con medios de comunicación en ZENIT News Agency y consultor en ética de las comunicaciones en Catholic.net.*

## Introducción

**L**a así llamada «revolución digital» ha supuesto mucho más que un acelerado desarrollo tecnológico: el hombre conoce y se relaciona de una manera diferente a cuando internet no existía. A esta consecuencia cognitivo-relacional es a lo que se ha llamado «revolución antropológica».

Parte de esos efectos son visibles también en muchas personas que han adaptado su modo de vivir tras la aparición de internet. Estas personas son generalmente conocidas como «migrantes digitales». Pero es en aquellos nacidos tras la mundialización de internet, los así llamados «nativos digitales<sup>1</sup>», en los que esa forma de percibir y entrar en contacto con la realidad se convierte en una manera distinta de ver al mundo, al hombre y a Dios.

Las personas consagradas no son ajenas a estos cambios: lo son tanto por el hecho de que están en contacto con hombres y mujeres que viven esa revolución como porque quizá ellos mismos están involucrados más o menos en ella en cuanto usuarios de la *web*. En la inmensa mayoría de los casos, al momento presente, las personas consagradas o no usan internet o son parte de ese grupo denominado «migrantes digitales». Esto, sin embargo, no va a ser así por mucho tiempo: si consideramos que en 1995 dio inicio la mundialización de internet con la aparición en ámbito civil de

---

<sup>1</sup> El término «nativos digitales» fue acuñado en 2001 por Marc Prensky en la obra «Nativos e inmigrantes digitales» («Digital Natives, Digital Immigrants»). Con ese concepto se aludía a las personas nacidas en la década de los 90´s del siglo XX, es decir, a todos aquellos que desde el inicio de su vida han estado rodeados de *gadgets* digitales. El contexto general en el que el término se planteó fue el pedagógico.

*Internet Explorer* de *Microsoft*; si no olvidamos que 18 es la edad mínima con que muchos jóvenes entran a los seminarios mayores o emiten la profesión religiosa; tenemos que 2003 fue el primer año en que los primeros «nativos digitales» han entrado a las casas donde se forman los futuros ministros de la Iglesia.

Si hasta hace pocos años internet era un tema que podía pasar a un segundo plano en los seminarios, no resulta serlo más o no al menos en el estado actual de las cosas. De suyo, la permeabilidad de internet en la vida humana toca incluso un ámbito previo como lo es la misma promoción vocacional: del grupo de los «nativos digitales» surgirán eventualmente vocaciones y estas personas precisan de un acompañamiento que tenga muy en cuenta las secuelas específicas que ha dejado en ellos la «revolución digital». Naturalmente ese acompañamiento se prolonga también en los seminarios.

La razón de plantearnos aquí el tema de internet en relación al seminario apunta no sólo al conocimiento de lo que es internet hoy en día y de lo que implica para la vida de millones de personas, tanto «migrantes digitales» como, especialmente, «nativos digitales», sino que también supone prever las eventuales consecuencias positivas y negativas de ese influjo incluso en la vida de un seminario y, de cara al futuro, al ministerio sacerdotal de quienes ahí se forman.

## **I. Internet y el actual estado de las cosas**

La pregunta sobre el estado actual de la *web* no remite a los datos estadísticos que de por sí están en constante fluctuación sino a los cambios paradigmáticos que permiten hablar de una verdadera revolución. Estos cambios son especialmente percibidos por quienes no nacieron y crecieron con la *web* sino que tuvieron la experiencia de un tiempo en que ésta no existía. Ya en esto podemos individuar un punto de no poco valor respecto a los «nativos digitales», para quienes internet ha sido su hábitat natural.

Hay al menos 8 rasgos que pueden ayudar a profundizar en esos cambios:

### *1.1 De lo unidireccional a lo multidireccional*

Siguiendo la tendencia tradicional de la comunicación, inicialmente internet estuvo dominado por la dinámica de consulta-respuesta: las personas entraban a páginas donde encontraban los recursos o

informaciones que necesitaban pero no existía la posibilidad de interactuar ni con los contenidos ni entre los usuarios. Fue lo que se llamó «web 1.0». La aparición de las primeras formas de red social, los chats, foros de discusión, sistema *wiki* y *blogs*, dieron pie al nacimiento y desarrollo de lo que posibilitó la creación de las redes sociales en cuanto tal: la «web 2.0». La diferencia radicaba en que quedaban superados los roles clásicos definidos del emisor y del receptor (lo unidireccional); en adelante cualquier persona podía ser no sólo el emisor o receptor sino incluso el mensaje mismo (multidireccionalidad).

### *1.2 De lo remoto a lo «glocal»*

Las informaciones han pasado a tener una dimensión global sin importar que procedan de una zona cultural, geográfica o social distinta de la de aquellas personas que la llegan a conocer. De esta manera los límites asociados al espacio han quedado en cierta forma superados dotando de una potencialidad de interés a los sucesos acontecidos en lugares en otros tiempos considerados como marginales.

### *1.3 De lo diacrónico a lo sincrónico*

El factor tiempo remite a la consideración de una característica específica de internet: la inmediatez. Las cosas se comparten en tiempo real y no hay que esperar a que sean los grandes medios de comunicación los que transmitan esos contenidos: de ello se ocupan las personas que tienen a la mano un dispositivo con conexión a internet.

### *1.4 De lo vertical a lo horizontal*

El tema de la autoridad es lo que está al fondo de este punto. En la sensibilidad de las personas que habitan la *web* la autoridad viene dada no ya por los títulos de estudios o competencias académicas reconocidas por las instituciones de formación profesional sino por la popularidad que determinados usuarios tienen a partir de los contenidos que ponen en línea y la cantidad de seguidores que les acompañan.

### *1.5 De lo estatal a lo no gubernamental*

En muchos países los grandes medios de comunicación estaban o están aún en manos del Estado. Aunque la aparición de canales de televisión,

periódicos y estaciones de radio de capital privado había sido una tendencia pujante a partir de los años 90, internet ha supuesto un emerger de iniciativas desvinculadas ya no sólo del gobierno sino incluso también de consorcios mediáticos de la iniciativa privada. Esto se debe en buena medida a los bajos costes y elevados beneficios que el impulso de iniciativas en internet implica pero también a una tendencia generalizada a romper con el poder político y los guetos de los monopolios de algunas fortunas.

### *1.6 De lo privado a lo público*

Que las personas se hayan convertido también en emisores de contenidos ha supuesto una cierta renuncia a la privacidad. Las redes sociales, de hecho, funcionan en torno a lo que libremente las personas desean subir en ellas lo que, en definitiva, implica exponerse al menos un poco o hacerlo conscientes de que potencialmente lo que se pone en la red puede superar las barreras de lo privado.

### *1.7 De lo informativo al entretenimiento («infotainment»)*

La pugna en torno a las audiencias ha derivado en la aparición de un género que conjuga el elemento informativo con el del entretenimiento para dar paso así a lo que ha tenido en llamarse «infotainment». Muchos de esos contenidos que nutren los espacios de «infotainment» están tomados de los que las personas comunes captan con sus dispositivos móviles.

### *1.8 De lo eterno a lo temporal*

Finalmente, la fluida e inacabable producción de contenidos (textos, fotos, videos, etc.) ha llevado a cierta preponderancia de lo efímero: es más bien raro que lo que se comparte tenga una esperanza de vida mayor a unas cuantas horas. En internet se dan fenómenos masivos de solidaridad digital que pocas veces tienen consecuencias prácticas en la vida de los seres humanos. Es más fácil dar un «me gusta» expresando simpatía que comprometerse en algo que implique no sólo dar algo sino darse.

## **II. La mediamorfosis: el papel de las redes sociales**

Se ha llegado a esta «mediamorfosis» gracias a la aportación concreta que algunas redes sociales.

El concepto «red social» alude a la posibilidad de interacción entre quienes habitan<sup>2</sup> la *web*, las más de las veces en torno a intereses comunes o grupos afines. Los modos como esas interacciones se ejercitan (por medio de imágenes, videos, audios o textos) es lo de menos pues lo que está al centro es la posibilidad de interacción.

La denominación «red social» se ha globalizado gracias a algunas redes sociales concretas como *MySpace*, primero, o *Facebook*, después. Sin embargo, el concepto abarca a un grupo más amplio.

Históricamente hablando, la aparición de las redes sociales se remonta a 1997 cuando *SixDegrees.com* facilitó la creación de listas de amigos. Entre 1997 y 2001 aparecieron redes sociales como *LiveJournal*, *LunaStorm*, *Ryze*, *Friendster*. Fue en 2003 cuando nació la primera gran red social que se convirtió en un fenómeno de masas: *MySpace*. Un año después, en 2004, lo que hoy se conoce como *Facebook* daría sus primeros pasos. También son de 2003 *LinkedIn*, *Skype* y *WordPress*.

En los 10 años siguientes, de 2004 a 2014, la proliferación de redes sociales fue una constante: *Flickr* (2004), *Vimeo* (2004), *YouTube* (2005, comprada por *Google* en 2006), *Bebo* (2005), *Twitter* (2006), *Tumblr* (2007), *Foursquare* (2009), *Pinterest* (2010), *Instagram* (2010), *Google+* (2011), *Vine* (2013) y, más recientemente, *Snaptchat* (aunque nació en 2010 ha sido en 2014 cuando se masificó).

Este sucinto repaso por algunos de los nombres de las principales redes sociales que han configurado el panorama digital hodierno intenta reflejar no sólo su variedad sino también las particularidades que cada una de ellas posee. No se trata simplemente de réplicas de unas respecto a otras sino de auténticos paradigmas que han querido responder a una necesidad de interacción e interrelación concreta por parte de los usuarios y los intereses que estos tiene: unas lo hacen privilegiando las relaciones profesionales (*LinkedIn*), otras la amistad (*Facebook*), otras las relaciones académico-científicas (*Academia*), etc.

Yendo más a lo profundo, toda esta surtida proliferación de redes sociales «responde al deseo fundamental de las personas de entrar en relación unas con otras [...]. Es un anhelo de comunicación y amistad que tiene su raíz en nuestra propia naturaleza humana y no puede

---

<sup>2</sup> Nos valemos de la expresión «habitar» considerando ya desde ahora lo que más adelante se verá con un poco más de calma: que internet no es concebido por la Iglesia como un instrumento que se usa sino como un ambiente que se habita.

comprenderse adecuadamente sólo como una respuesta a las innovaciones tecnológicas<sup>3</sup>».

Ciertamente no todo se detiene aquí: todo indica que avanzamos hacia una integración de lo digital de un modo aún más marcado e incisivo en la vida cotidiana: la aparición de *Google glass*, el *iWatch* y la web semántica (o «web 3.0») son tan sólo unos ejemplos de este ulterior desarrollo.

### **III. La Iglesia y los medios de comunicación**

El magisterio de la Iglesia sobre las Tecnologías de la Información y de la Comunicación (TIC) ha conocido un interesante y rico desarrollo tras la aparición del decreto conciliar *Inter Mirifica* el 4 de diciembre de 1963, precisamente «sobre los medios de comunicación social».

En continuidad con aquel «gran decreto», le siguieron cronológicamente la Instrucción Pastoral *Communio et Progressio* (23 de mayo de 1971) y la Instrucción Pastoral *Aetatis Novae* (22 de febrero de 1992, «sobre las comunicaciones sociales en el vigésimo aniversario de la *Communio et Progressio*»).

Han sido los documentos de mayor relieve sobre los medios de comunicación en general, si bien no los únicos. Antes de *Inter Mirifica*, tres Papas abordaron el tema del cine, la radio y la televisión. A Pío XI debemos la Carta Encíclica *Vigilanti Cura*, sobre el cine (29 de junio de 1936); a Pío XII debemos «La película ideal. Exhortación apostólica a los representantes del mundo cinematográfico» (21 de junio de 1955) y la Carta Encíclica *Miranda Prorsus*, «sobre el cine, la radio y la televisión» (8 de septiembre de 1957).

Después de *Inter Mirifica* otros documentos han ido desarrollando temáticas más específicas, no pocas de ellas con clara referencia a Internet en particular. El Pontificio Consejo para las Comunicaciones Sociales ha publicado «Pornografía y violencia en las comunicaciones sociales. Una respuesta pastoral» (7 de mayo de 1989), «Ética en la publicidad» (22 de febrero de 1997), «Ética en las comunicaciones sociales» (2 de junio de 2000), «Ética en Internet» (28 de febrero de 2002) y «La Iglesia e Internet» (28 de febrero de 2002). El último documento pontificio de especial

---

<sup>3</sup> BENEDICTO XVI, *Nuevas tecnologías, nuevas relaciones. Promover una cultura de respeto, de diálogo y de amistad*. Mensaje para la XLIII Jornada Mundial de las Comunicaciones Sociales, 24 de mayo de 2009.

trascendencia fue la Carta Apostólica «El rápido desarrollo de los medios de comunicación social» (24 de enero de 2005), del Papa Juan Pablo II.

Otros documentos de especial valor en el campo tratado son los que han emitido la Congregación para la Educación Católica, la Congregación para la Doctrina de la Fe, el Pontificio Consejo para la Cultura, la Congregación para los Obispos y uno más del Pontificio Consejo para las Comunicaciones Sociales.

En el primer caso se trata de las «Orientaciones sobre la formación de los futuros sacerdotes para el uso de los instrumentos de la comunicación social» (19 de marzo de 1986); en el segundo de la «Instrucción sobre algunos aspectos relativos al uso de los instrumentos de comunicación social en la promoción de la doctrina de la fe» (30 de mayo de 1992); en el tercero de «Para una pastoral de la cultura<sup>4</sup>» (23 de mayo de 1999); en el cuarto del «Directorio para el ministerio pastoral de los obispos<sup>5</sup>» (22 de febrero de 2004); y por último los «Criterios de colaboración ecuménica e interreligiosa en las comunicaciones sociales» (4 de octubre de 1989).

En la mayoría de las fuentes citadas hay una invitación explícita a las personas consagrada para un uso pastoral de esos medios. Centrando la atención en los principales se pueden ver, por ejemplo, *Inter Mirifica* n. 15<sup>6</sup>; *Communio et Progressio* n. 4<sup>7</sup>, 106<sup>8</sup>, 111<sup>9</sup>, 168<sup>10</sup>; *Aetatis Novae* n. 18<sup>11</sup> y «La Iglesia e Internet» n. 11<sup>12</sup>.

---

<sup>4</sup> Especialmente los números 9 —«Medios de comunicación y tecnología de la información» de la segunda parte titulada «Desafíos y puntos de apoyo»—, 33 y 34 —«Medios de comunicación social e información religiosa», de la tercera que lleva por nombre «Propuestas concretas», respectivamente—.

<sup>5</sup> El capítulo V del Directorio, sobre el «munus docendi», dedica todo un apartado al binomio obispo y comunicación (n. 137-141): se intitula «El obispo y los medios de comunicación social» y aborda, entre otras cosas, temas como «transmisión de la doctrina cristiana mediante los instrumentos de comunicación social», «los instrumentos católicos de comunicación», «vigilancia sobre los medios de comunicación social» y «vigilancia sobre los libros y revistas»

<sup>6</sup> «Han de formarse oportunamente sacerdotes, religiosos y también laicos que cuenten con la debida competencia para dirigir estos medios hacia los fines del apostolado

<sup>7</sup> «Las Conferencias Episcopales aprovecharán la ayuda de sacerdotes, religiosos y laicos...».

<sup>8</sup> «Se invita a los obispos, sacerdotes, religiosos y seglares y a cuanto de cualquier manera representan a la Iglesia, a que colaboren cada vez más en las publicaciones y a que intervengan en las emisiones de radio, televisión y en el cine. Esta acción, para la cual deben ser invitados y estimulados constantemente, pueden dar resultados sorprendentes.

En relación al campo específico de internet, fue Juan Pablo II el primero en tratarlo en su mensaje para la Jornada Mundial de las Comunicaciones Sociales de 2002 titulado: «Internet: un nuevo foro para la proclamación del Evangelio». Benedicto XVI haría entrar en el magisterio de la Iglesia el concepto «redes sociales» en el Mensaje para la Jornada Mundial de las Comunicaciones Sociales de 2011 («Verdad, anuncio y autenticidad de vida en la era digital»), de 2012 («Silencio y Palabra: camino de evangelización») y les dedicaría un entero mensaje en 2013: «Redes Sociales: portales de verdad y de fe; nuevos espacios para la evangelización».

Tal vez la aportación más notable del magisterio reciente en cuanto comprensión de estas realidades por parte de la Iglesia es la consideración de internet no más como un instrumento sino como un ambiente. Esta nueva tratativa aparentemente insignificante lleva a dejar atrás aquella disociación procedente del mundo de la literatura de ficción<sup>13</sup> que derivaba en una distinción entre «mundo real» y «mundo virtual».

---

Pero la naturaleza misma de los instrumentos de comunicación exige de cuantos los utilizan, escribiendo, hablando o actuando, que estén perfectamente capacitados».

<sup>9</sup> «Es necesario que los sacerdotes, los religiosos y religiosas conozcan cómo nacen las opiniones y criterios, y así puedan adaptarse a las circunstancias del hombre actual, ya que la Palabra de Dios se proclama al hombre de hoy y estos medios prestan un eficaz apoyo a esta proclamación. Los alumnos que muestren una especial inclinación y capacidad en el uso de estos medios deben ser preparados más específicamente».

<sup>10</sup> «Corresponde a los obispos el apostolado en el campo de la comunicación, con la ayuda de los sacerdotes y laicos»

<sup>11</sup> «La educación y la formación para las comunicaciones sociales deben formar parte integrante de la formación de los agentes de pastoral y de los sacerdotes».

<sup>12</sup> «Sacerdotes, diáconos, religiosos y agentes pastorales deberían procurar formarse en los medios de comunicación para saber hacer buen uso de las posibilidades de las comunicaciones sociales sobre las personas y la sociedad, de modo que les ayude a adquirir un estilo de comunicación que hable a las sensibilidades y a los intereses de la gente que vive inmersa en una cultura mediática. Hoy esto les exige claramente el aprendizaje de Internet, incluyendo cómo usarlo en su trabajo. También pueden beneficiarse de los sitios web que posibilitan una actualización teológica y pastoral».

<sup>13</sup> Fue William Gibson quien popularizó el término «ciberespacio» en su novela de ficción titulada «Neuromante» (1984). El concepto aludía a una realidad simulada donde los hombres podrían llevar «otra vida». Cuando internet comenzó a mundializarse pronto se acogió el término «ciberespacio», quedando asociada, en la mente de muchos, la idea de internet como un mundo paralelo al real. El nacimiento y desarrollo de las redes sociales no han hecho sino consolidar esa idea.

#### IV. Qué hacen los sacerdotes en internet

La más reciente y documentada investigación acerca de las actividades religiosas desarrolladas por sacerdotes en internet y sus actitudes respecto a las tecnologías digitales fue la *Priests' ICT Use in their Religious Experience* («informe PICTURE») publicada en mayo de 2010 por la *Università della Svizzera Italiana* y la Pontificia Universidad de la Santa Cruz, en el contexto del año sacerdotal<sup>14</sup>.

Entre los datos principales destacan, por ejemplo, que el 94,7% de los sacerdotes ingresa a internet todos los días (con variaciones según las áreas continentales de procedencia de los encuestados) o que el 82,8% tiene acceso a una computadora portátil y un 81,2% a una computadora fija. La pregunta que podría venir en consecuencia es «¿qué hacen los sacerdotes diariamente en la *web*?».

PICTURE refleja que el 50,6% la usa para preparar homilias, el 17,5% descarga la Liturgia de las Horas para rezarla *online* y el 26,4% para acceso diario a redes sociales. En ámbito de opinión el 40,6% de los sacerdotes está de acuerdo con que la tecnología permite mejorar su formación (y un 23,8% muy de acuerdo con la aseveración) mientras que un 52,5% considera la red como útil o muy útil para difundir y presentar el mensaje cristiano.

En síntesis, «el 41,6% de los ePriest<sup>15</sup> en todo el mundo considera muy positivo el hecho que el recurso a las tecnologías digitales haya mejorado el modo de llevar adelante su misión sacerdotal; el 46,2% tiene una visión moderada al respecto y solamente el 12,2% tiene una percepción negativa». Más adelante el mismo informe refiere: «mientras el 17,5% de los ePriest está de acuerdo o muy de acuerdo sobre el hecho que “los peligros de las tecnologías son mayores a las oportunidades que ofrece”, el 38,2% no está de acuerdo con esa afirmación».

Aunque el informe no tiene un apartado que diferencie la actividad digital entre el clero diocesano y religioso, este panorama sirve de

---

<sup>14</sup> La recopilación de los cuestionarios inició el 15 de noviembre de 2009 y finalizó el 28 de febrero de 2010. La metodología apuntó a recoger el testimonio del 1% del clero mundial. 4.992 sacerdotes fue la muestra estudiada (de entre los 408.024 sacerdotes en el mundo, según los datos de 2007 de la Congregación para el Clero).

<sup>15</sup> El concepto hace referencia a los sacerdotes que tienen acceso y/o actividad en Internet y que respondieron a la consulta mundial sobre el empleo de las tecnologías de la información y de la comunicación, que aquí estamos citando.

ejemplificación real sobre el quehacer diario de miles de sacerdotes católicos en el mundo.

## **V. La adicción a internet<sup>16</sup>**

### *5.1 Qué se entiende por «internet addiction»*

La adicción a internet entra en la categoría de «nuevas dependencias» conocidas también como dependencias no químicas o de comportamiento, es decir, conductas de dependencia no ligados a una sustancia específica.

El objeto de la dependencia es un comportamiento o actividad lícita o al menos socialmente aceptada como trabajar, comprar, jugar, etc. Se puede hablar, por tanto, del desarrollo de una adicción sin dependencia en cuanto que sólo implica la necesidad de poner en acto determinados comportamientos pero hay ausencia de una dependencia física verdadera y propia.

Las «dependencias de comportamiento» y las «dependencias químicas», sin embargo, tienen algunos factores comunes: 1) imposibilidad de resistir al impulso de poner en práctica un comportamiento compulsivo (compulsividad); 2) la sensación creciente de tensión que precede al inicio del comportamiento (también llamado *craving*); 3) placer o paz durante la puesta en acto del comportamiento.

Los elementos comunes tocan esencialmente modificaciones psicopatológicas que se producen en el individuo que se hace dependiente de la red como pueden ser: pérdida de las relaciones interpersonales, cambio de humor, cognición orientada al uso del medio, alteración de la percepción del tiempo con fenómenos disociativos.

### *5.2 Criterios para diagnosticar dependencia a internet*

Entre los factores que facilitan el comienzo de estas dependencias se encuentra la accesibilidad (fácil e inmediata a todo servicio, con gratificación instantánea ante cualquier necesidad por pequeña que sea),

---

<sup>16</sup> Del 22 al 24 de septiembre de 2014 se desarrolló en la Pontificia Universidad Antonianum, en Roma, el congreso «Vocazione & Connessione. Sfide formative per la vita consecrata nell'era digitale». Una de las ponentes durante el congreso fue la doctora Anna Rita Colasanti quien expuso el tema «Diagnosi e terapia della dipendenza da internet». En buena medida traigo aquí casi íntegramente lo que la doctora Colasanti explicó de palabra en la sede y tiempo arriba referidos.

control (se puede ejercer un elevado control sobre nuestras actividades *online*, no separadas de una irreal percepción de omnipotencia) y excitación (podemos someternos a una extraordinaria cantidad de estímulos y, en consecuencia, llegar fácilmente a un estado de excitación).

Según Goldberg<sup>17</sup> la dependencia de internet es un síndrome que se manifiesta con:

1. la necesidad de transcurrir un tiempo cada vez mayor en red para obtener satisfacción;
2. una marcada reducción de interés por otras actividades que no sean internet;
3. el desarrollo, después de la suspensión o disminución del uso de la *web*, de agitación psicomotriz, ansia, depresión, pensamientos obsesivos sobre lo que está pasando *online*, etc.;
4. la necesidad de acceder a la red siempre más frecuentemente o por periodos más prolongados respecto a la intención inicial;
5. la imposibilidad de interrumpir o tener bajo control el uso de internet;
6. la inversión de grandes cantidades de tiempo en actividades relacionadas con la *web*;
7. el continuar usando internet no obstante el conocimiento de problemas físicos, sociales, laborales o psicológicos provocados por ese uso.

¿Qué indicios se pueden tener para considerar que una persona presenta una adicción a internet? Diversos autores ofrecen algunos criterios. Nos fijamos aquí en Young (1998), Shapira (2000), Cantelmi-Talli (2007) y añadimos los que refiere la *American Psychological Association*. Para Young<sup>18</sup> es necesario que se presenten 5 o más respuestas positivas a las siguientes interrogantes:

¿Te sientes excesivamente absorbido por internet (piensas a la conexión anterior o planificas la siguiente sesión *online*)?

¿Sientes la necesidad de pasar más tiempo conectado a la red para obtener la misma satisfacción?

---

<sup>17</sup> I. GOLDBERG, «Internet addiction disorder – Diagnostic criteria», en *Internet Addiction Support Group*, IASG, 1995.

<sup>18</sup> K.S. YOUNG, «Internet Addiction: symptoms, evaluation and treatment», en I. VANDEGREEK & T.L. JACKSON (eds.). *Innovations in Clinical Practice*, Sarasota, FL, Professional Resources Press, 1999.

¿Has intentado repetidamente controlar, reducir o interrumpir el uso de internet, pero sin éxito?

¿Te sientes inquieto, nervioso, deprimido o irritable cuando intentas reducir o interrumpir el uso de internet?

¿Permaneces *online* por mucho tiempo más de lo que inicialmente querías?

¿Has corrido el riesgo de perder relaciones importantes (el trabajo, la escuela o la carrera) por culpa de internet?

¿Has mentido a familiares, al terapeuta o a otros para esconder la magnitud de tu participación en la red?

¿Usas internet como medio para escapar de los problemas o para aliviar el mal humor (sentimientos de impotencia, culpa, ansia, depresión, etc.)?

Shapira<sup>19</sup>, por su parte, establece un diagnóstico de dependencia en el campo digital si se verifican estos elementos:

Preocupación des-adaptativa relacionada con internet, como por ejemplo:

Preocupación relativa a internet experimentada como irresistible;

Excesivo uso de internet por periodo de tiempo más largos de los inicialmente planeados.

Uso de internet y preocupaciones con él relacionadas como causas de angustia clínicamente significativa o debilitamiento de las áreas sociales, profesionales, etc.

El uso excesivo de internet no ocurre exclusivamente por periodos de manías o hipomanías y no se explica mejor por otros trastornos.

Según Cantelmi-Talli<sup>20</sup> es necesario que se presenten al menos dos de los siguientes síntomas en su modalidad «covert» y «overt» y por un periodo de al menos 6 meses:

«Covert» (oculto):

1. Elevado tiempo de permanencia *online* no justificado por razones de trabajo o estudio.

---

<sup>19</sup> Véase, por ejemplo, M. SHAPIRA NL – T. GOLDSMITH – S. SZABO – M. LAZORITZ – M. GOLD – D. STEIN, «Problematic internet use: proposed classification and diagnostic criteria» en *Depression and Anxiety* n. 17, 2003, 207-216.

<sup>20</sup> T. CANTELMÍ – M. TALLI, «Anatomia di un problema. Una review sui fenomeni psicopatologici Internet correlati», en *Psicotech*, 2, 2007, 7-33.

2. Manifestaciones sintomáticas *offline* (por ejemplo nerviosismo, irritación, depresión, etc.).

3. Consecuencias negativas debidas al uso excesivo de internet (por ejemplo aislamiento social, escaso rendimiento laboral, etc.).

«Overt» (no oculto):

1. Incontrolable impulso a conectarse a internet.

2. Repetidos intentos de controlar, reducir o interrumpir el uso de internet.

3. Frecuentes mentiras relativas al uso excesivo de internet.

Finalmente, la *American Psychological Association* ofrece 9 criterios para diagnosticar una dependencia de internet, a saber:

Preocupación relacionada con internet;

Síntomas de abstinencia cuando se interrumpe el uso;

Tolerancia (necesidad de transcurrir siempre más tiempo en internet para obtener la misma satisfacción);

Intentos de controlar el uso de internet;

Permanencia de un uso excesivo de internet no obstante el conocimiento de los problemas psicosociales negativos que eso comporta;

Pérdida de otros intereses;

Uso de internet para escaparse o mejorar un estado de humor;

Engañar a los demás por cuanto respecta a la cantidad de tiempo invertido *online*;

Comprometer una relación significativa (de trabajo, de oportunidades de estudio o de carrera) a causa del uso de internet.

### 5.3 Formas de dependencia de internet

Se conocen al menos cinco distintos tipos de adicción a internet: 1) la «cyber-sex addiction», 2) la «cyber-relational addiction», 3) los juegos de línea *online*, 4) la adicción a la información y 5) la «net compulsion».

La «cyber-sex addiction» dice relación con el consumo de pornografía por medio de la *web*; la «cyber-relational addiction» consiste en el trastorno de las relaciones humanas al grado de ser casi completamente mediadas o sustituidas por la *web*; la adicción a los juegos en internet se explica por sí misma; la adicción a la información consiste en el consumo indiscriminado de noticias sin finalidad concreta ni utilidad ulterior; la «net

compulsión» se relaciona, por un lado, con la adicción a las compras en internet y, por otro, al abocarse obsesivamente al trabajo propio de oficina que precisa de la conexión a la *web*.

#### *5.4 Principales consecuencia de la dependencia*

Como es de esperarse, las dependencias tienen consecuencias en las vidas de quienes las padecen. Estas pueden ser de cinco tipos: 1) físicas o de salud, 2) laborales-académicas, 3) familiares, 4) financieras y 5) espirituales.

5.4.1 Físicas o de salud: reflejadas en problemas de sueño (causadas por la exposición prolongada del sujeto a internet hasta elevadas horas de la noche, lo que altera el ritmo normal del sueño), cansancio (provocado por la falta de horas de descanso), debilitamiento del sistema inmunitario (consecuencia de la irregularidad del sueño), irregularidad de la comida, escaso cuidado del cuerpo e higiene<sup>21</sup>, dolores de cabeza, de espalda, cansancio de los ojos y desarrollo del «síndrome del Tunnel Carpale» (debido a la posición del brazo para sostener el *mouse*).

5.4.2 Laborales-académicos: quien pasa conectado a internet hasta elevadas horas de la noche difícilmente podrá tener un adecuado rendimiento en la escuela o en el trabajo por causa del cansancio. De hecho, los estudiantes que abusan de internet presentan un declive en el rendimiento escolar. En el ámbito laboral, cada vez más trabajos amenazan con despido a quienes usan la *web* para fines no relacionados con el propio trabajo.

5.4.3 Familiares: disminución del tiempo disponible para dedicar a las personas significativas y a la familia; se destruyen las relaciones entre padres e hijos, pero sobre todo son los matrimonios los que resientes más la interferencia de un uso patológico de la red. Muchas veces nacen relaciones sentimentales *online* y son estas las que ponen en crisis la estabilidad de la pareja, la cual muchas veces llega al divorcio.

---

<sup>21</sup> Sobre este particular es interesante el caso de los así llamados «hikikomori»: adolescentes y jóvenes japoneses que viven aislados del contacto con el mundo físico en pro de relaciones sólo y exclusivamente mediadas por la red (con las comprensibles condiciones de sanidad que esto supone). Al respecto puede leerse C. MARTINI GRIMALDI, «Relazioni umane dentro e fuori dalla rete. Tra realtà e pregiudizio», en *L'Osservatore Romano*, 30 de noviembre de 2012; y G. Galeotti, «La panchina del riscatto. Due solitudine s'incontrano nel Giappone di oggi», en *L'Osservatore Romano*, 21 de febrero de 2015.

5.4.4 Financieras: es comprensible que quien duerme poco tenga limitaciones para trabajar. Y en el ámbito laboral quien rinde poco gana menos o, simplemente, es despedido. Por otra parte, las crisis financieras están relacionadas en este ámbito al uso del dinero que se posee para el consumo de pornografía, juegos u otro tipo de compras compulsivas en la red.

5.4.5 Espirituales (relación con Dios): siendo como es que las consecuencias de las patologías tocan a todo el hombre, es comprensible que éstas también tengan manifestaciones en la vida espiritual. Estas pueden ir desde una cierta acedia hasta una dificultad de oración por la cantidad de imágenes almacenadas en la memoria las cuales dificultan no sólo la concentración sino incluso la capacidad de crear espacios interiores de silencio. Este es una de las consecuencias más perjudiciales para la vida de los seminarios pues llegan a incapacitar a una persona para continuar adelante en el camino hacia el sacerdocio.

### *5.5 Cómo se desarrolla el trastorno*

Existen diversos tipos de causas que facilitan el desarrollo de las dependencias a internet: unas pueden ser según el grado de probabilidad mientras que otras según la posición en la cadena causal.

Según el grado de probabilidad las causas pueden ser: 1) necesarias (factores etológicos<sup>22</sup> que deben estar presentes o deber pasar para que los síntomas se manifiesten), 2) suficientes (factores etológicos cuya presencia o necesidad garantizan la presencia de síntomas) o 3) facilitadores (factores etológicos que aumentan la probabilidad de la manifestación de los síntomas).

Según el lugar que ocupan en la cadena que causa la dependencia pueden ser: 1) proximales (causas posicionadas hacia el final de la cadena causal) o 2) distales (causas colocadas más cerca del inicio de la cadena pero más lejanas de los síntomas).

Siguiendo este último modelo, las causas proximales suficientes tienen un papel especial: se trata de pensamientos disfuncionales que pueden tener relación consigo mismo o con los otros y que ocupan consistentemente la mente del sujeto en una suerte de rumor interior continuo.

---

<sup>22</sup> La etología es el estudio científico del carácter y modos de comportamiento del hombre.

Los pacientes con adicción a internet tienen generalmente distorsiones de pensamiento del tipo «todo o nada» respecto a sí mismos y al mundo entero. Son, por otra parte, proclives al catastrofismo y al ansia en comparación con otras personas. La fuga de la realidad y de las consecuencias percibidas por su catastrofismo representa ulteriores motivaciones para un uso compulsivo de la red<sup>23</sup>.

Existen dos experiencias determinantes en red que pueden ayudarnos a comprender mejor el desarrollo de un trastorno: la experiencia del cuerpo ausente y la no percepción del tiempo.

El cuerpo ausente. En la red el cuerpo entendido en su dimensión física está más bien ausente y con él toda la comunicación no verbal que suele estar vehiculada por el cuerpo mismo. En las relaciones mediadas por la *web* es posible comunicar sólo parcialmente lo que, de suyo, está a la base de las sensaciones de omnipotencia y de una tendencia a controlar al otro más que un deseo de compartir.

La no percepción del tiempo. Cuando se «navega», chatea o se juega en internet más que concentrado se está absorto. La estructura misma de internet, el hipertexto, lleva a navegar por horas y horas de modo a-finalista. No sin razón, los sujetos que utilizan excesivamente internet permanecen disociados de la realidad externa incluso cuando ha terminado la conexión.

### *5.6 Valoración del grado de dependencia*

La pregunta aquí es cómo valorar el grado de adicción y cómo individuar también la adicción específica de una persona. La respuesta va en tres direcciones: 1) un coloquio clínico, 2) una exhaustiva indagación anamnésica o 3) uso de baterías testológicas que permitan efectuar una valoración precisa de la personalidad del sujeto para poder encuadrar la conducta de abuso.

Los instrumentos utilizados para el fin antes enunciado comprenden test a-específicos<sup>24</sup> para el análisis de las dimensiones de personalidad

---

<sup>23</sup> El tipo de pensamientos son, por ejemplo: «Las cosas van mejor en internet», «Soy un inútil cuando no estoy en internet pero en internet soy alguien importante», «Soy un fracaso fuera de internet», «El único lugar donde soy respetado es internet», «No le gusto a nadie fuera de internet», «Internet es mi único amigo» o «La gente me trata mal fuera del ambiente de internet».

<sup>24</sup> Este tipo de test están orientados a revelar: 1) uso rígido y masivo de mecanismos de defensa de tipo disociativo (DES), 2) déficit de regulación de afectos (TAS 20), 3)

(MMP1-2, TAS-20, DES, etc.) y test específicos<sup>25</sup> para valorar las diferentes formas de adicción.

impulsividad (BIS 11), 4) búsqueda de sensaciones y novedades (SSS) y 5) personalidad dependiente (MMPI).

<sup>25</sup> Se trata del «Internet Addiction Test» (IAT), el «Cuestionario para el uso, abuso y dependencia de internet» (UADI), el «Tech Style Behaviour» (TSB) y el IRP-AS.

El IAT está compuesto por 20 *ítem* encaminados a medir el riesgo psicopatológico vinculado al uso de internet a través de la valoración de las repercusiones en ámbito laboral, familiar o social, a saber: 1) ¿cuántas veces te das cuenta de que has estado *online* más tiempo de lo que querías?, 2) ¿te sucede que olvidas negligentemente hacer los deberes domésticos por pasar más tiempo *online*?, 3) ¿te sucede que prefieres la excitación que ofrece internet a la intimidad con tu pareja?, 4) ¿te sucede que estableces nuevas relaciones con otros usuarios *online*?, 5) ¿sucede que las personas que te rodean se lamentan por la cantidad de tiempo que pasas en línea?, 6) ¿sucede que tus estudios se recienten negativamente por la cantidad de tiempo que pasas *online*?, 7) ¿te pasa que revisas tu correo electrónico antes de hacer cualquier otra cosa importante?, 8) ¿tu rendimiento en el trabajo o tu productividad están influenciadas negativamente por internet?, 9) ¿te pasa que estás a la defensiva o que minimizas cuando alguno te pregunta qué haces *online*?, 10) ¿cuántas veces te pasa que dejas escapar pensamientos negativos sobre tu vida con el consuelo de internet?, 11) ¿te sucede que descubres que pregustas el momento en que irás nuevamente a internet?, 12) ¿te pasa que temes que la vida sin internet sea aburrida, vacía y sin alegrías?, 13) ¿acontece que sueltas palabras, alzas la voz o respondes mal si alguno te interrumpe cuando estás conectado?, 14) ¿pierdes horas de sueño porque te quedas hasta muy noche por estar en línea?, 15) ¿te pasa que te desconcentras con el pensamiento fijado en internet cuando no estás en la computadora o fantasear que estás conectado?, 16) ¿te descubres diciendo “un minuto más y apago” cuando estás *online*?, 17) ¿has intentado reducir la cantidad de tiempo que pasas en internet pero no lo logras?, 18) ¿buscas esconder cuánto tiempo pasas *online*?, 19) ¿eliges pasar más tiempo en internet que saliendo con los demás?, 10) ¿te pasa que te sientes deprimido, irritado o nervioso cuando no estás conectado, mientras que estás bien cuando te encuentras nuevamente delante de la computadora?

Por su parte el UADI se compone de 80 *ítem* con modalidad de respuesta en una escala de cinco puntos (desde “absolutamente falso” hasta “absolutamente verdadero”) que se distribuyen en los siguientes cinco factores: 1) la evasión compensatoria (EVA): describe el uso e internet como modalidad compensatoria respecto a las molestias de la vida cotidiana: elevar el tono del humor, mejorar el sentido de la auto-eficacia y facilitar las relaciones interpersonales; 2) disociación (DIS): explora el uso defensivo de la red, señalando elementos disociativos (rarezas sensoriales, despersonalización, desrealización) en asociación a la tendencia a distanciarse y rehuir la realidad; 3) impacto sobre la vida real (IMP): indaga sobre las repercusiones del uso de internet en la vida real en términos de cambios en los hábitos, en el estado de humor y en las relaciones interpersonales; 4) experimentación (SPE): detecta el uso de internet como instrumento para satisfacer necesidades, para experimentar, para buscar emociones alternativas a las de la vida cotidiana; 5) dependencia (DIP): evalúa la presencia de signos y conductas de

## 5.7 Sobre el tratamiento

Acerca de la eficacia de los métodos de tratamiento, un trabajo interesante en este campo fue realizado en la Universidad de Marburg en Alemania. Investigadores del departamento de psicología clínica y psicoterapia realizaron un meta análisis (16 diferentes estudios sobre un total de 670 pacientes) con dos fines: 1) examinar y confrontar la eficacia a corto y largo plazo de los diversos tratamientos psicológicos y farmacológicos de la adicción a internet e 2) identificar los principales factores moderadores.

Los resultados que emergieron de esa investigación indican una eficacia tanto de los tratamientos psicológicos como de los farmacológicos, si bien con unas limitantes: mientras para los primeros se dispone también de datos «follow-up», para los segundos sólo de datos a corto plazo.

Entre los factores moderadores se encuentra:

El tipo de tratamiento: la terapia cognitivo conductual se ha mostrado más eficaz respecto a otros tratamientos psicológicos por cuanto concierne a la reducción del tiempo transcurrido *online* y la depresión. No se registran, por el contrario, diferencias por cuanto se refiere al mejoramiento del estado de dependencia de internet y el ansia.

Individual o de grupo: a diferencia de cuanto sucede respecto a la dependencia de sustancia, los sujetos con adicción a internet parecen beneficiarse más de las terapias individuales.

Diferencias de género: se registra una mayor eficacia con las personas de sexo femenino, si bien estas estuvieron sobre representadas en la mayor parte de los estudios. No obstante, los resultados positivos podrían atribuirse al hecho que las mujeres tienden a hacer un uso diverso de

---

dependencia: la tolerancia, con el incremento de la duración de conexión, la abstinencia, la compulsividad y la excesiva participación.

El «Tech Style Behaviour» (TSB) es un cuestionario compuesto de 32 *item* que indaga los comportamientos psicológicos relacionados al uso de las nuevas tecnologías. Se divide en dos partes: la primera enfocada en la tipología de instrumentos adoptados (TV, celular, videojuegos, internet) y en frecuencia de uso; la segunda valora los aspectos cognitivos, emotivos y de comportamiento relacionados al uso de las tecnologías (comportamiento en red, con la TV, relacional y de búsqueda de emociones).

Finalmente, el IRP-AS consiste en un *software* de diagnóstico mediante un PC capaz de realizar interferencias de tipo cuantitativo y cualitativo. El instrumento permite registrar no sólo los tiempos de conexión a la red sino también monitorear los contenidos durante la navegación, posibilitando valorar los intereses y necesidades que el usuario satisface mediante la *web*.

internet respecto a los hombres, uso que puede ser más fácilmente sustituido por actividades *off line*.

Cultura: se registra mayor eficacia terapéutica en los estudios americanos en comparación con los asiáticos.

Las intervenciones comportamentales tienen precedencia sobre las cognitivas. Se comienza regulando el uso de internet<sup>26</sup>. Por ejemplo, un uso semanal de 40 horas va reducido a 20. El periodo de 20 horas puede organizarse dividiéndolo en periodos de tiempo específicos, por ejemplo entre las 20:00 y las 22:00 horas de lunes a viernes y entre las 13:00 y las 18:00 durante el fin de semana. Un programa de 10 horas puede ser distribuido entre las 20:00 y las 23:00 en dos días de la semana y entre las 8:30 y las 12:30 los domingos. Una organización lógica hará que el paciente experimente que él tiene el control sobre internet y no al revés.

Para ayudar al individuo a romper la rutina diaria y abandonar sus hábitos virtuales puede ser usada la estrategia del «hacer diversamente». Si la persona como primera cosa que hace al despertarse es conectarse a internet, se le puede proponer tomar la ducha previamente, por ejemplo.

Para interferir con el uso de internet pueden ser usados obstáculos externos como una cosa que el individuo debe hacer en ese momento o un lugar a donde ir. Por ejemplo, si la persona debe salir de casa a las 7:30, le es propuesto conectarse a las 6:30. De este modo dispondrá sólo de una hora para conectarse antes.

Para ayudar al paciente a alcanzar el objetivo antes de reducir el uso de internet pueden ser usadas cartas pro-memoria. Al paciente se le pide escribir con sinceridad 5 problemas principales derivados del uso de internet y 5 beneficios que conseguiría regulando el uso de la *web*.

Para regular el propio uso de la *web* los pacientes pueden, además, utilizar un programa de filtro: se trata de programas elaborados de forma que se cierran o apagan los accesos a internet automáticamente en el momento en que la persona ingresa a portales de pornografía, chat *online* o sitios de juego.

Otro aspecto importante a considerar cuando se toman acuerdos de comportamiento con el paciente es sustituir internet con otras actividades

---

<sup>26</sup> Como en todas las dependencias, las fases de estabilidad y recaída son críticas también en la dependencia de internet. Por esto puede ser útil que hacia el final de la terapia el paciente anote las técnicas que le han resultado más eficaces en los diferentes momentos y prepare memorándums para usar en el futuro en caso de necesidad. Los grupos de ayuda mutua representan una buena oportunidad para minimizar el riesgo de caída.

incluso si podrían resultar no tan agradables (no se olvide que internet constituye para esa persona el aspecto más agradable de su vida).

## **VI. Guía orientativa para dar un permiso**

La relación de los seminaristas con la *web* suele decir relación con dos campos: el discernimiento personal<sup>27</sup> y la virtud de la obediencia. En torno a estos dos faros individuamos algunas orientaciones de uso más específicas que pueden ser de utilidad tanto para el que gobierna como para el que le está sujeto.

6.1 Examinar las propias motivaciones de fondo: quien somete a la autoridad competente el permiso, consejo o aprobación para registrar un perfil personal en una red social debe antes haber sopesado la conveniencia de ello. Esto suele pasar por un examen en torno a sí mismo con una pregunta inicial de base: «¿qué me mueve a habitar la *web*?». La responsabilidad última de un buen o mal uso de una red social es de la persona que lo gestiona. Pero hay elementos que pueden indicar a la misma persona, o a quien secunda la autorización de sacarlo o mantenerlo, si a *esa persona en concreto* le es de ayuda o no *en ese momento particular*. Es comprensible que este ejercicio se haga especialmente en las primeras etapas de formación o en los primeros estadios de contacto de los seminaristas con el mundo de las redes sociales en que la novedad puede derivar en un mal uso<sup>28</sup>.

6.2 La seriedad de una propuesta de uso: es comprensible que un eventual proyecto de registro ofrezca más garantías de madurez cuando es presentado con la seriedad y profesionalidad requerida. En este sentido, puede ayudar tanto a quien pide un permiso como a quien lo da el conocer: a) el tipo de proyecto (en qué red social, especificidad del tipo de uso que se dará, a qué necesidad responde, si ya existen o no otros proyectos análogos, etc.), b) el tiempo que se destinará a ello, c) la

---

<sup>27</sup> Al respecto puede ayudar: «El Espíritu Santo e internet: cuando obligamos a Dios a hacer suyos nuestros proyectos», en <http://evangelidigitalizacion.blogspot.it/2013/12/el-espiritu-santo-e-internet-cuando.html> [última consulta: 20.08.2015].

<sup>28</sup> Dos orientaciones bastante particulares pueden ser, por ejemplo: la facilidad dispersiva de determinado sujeto que puede llevarle a una pérdida de tiempo o limitaciones especiales en el campo de la castidad que pueden conducirlo a caídas internas o externas en ese campo. En el caso de los seminarios menores, donde los estudiantes no han alcanzado la mayoría de edad, la decisión pasa por el necesario involucrar a los padres del joven.

proyección que se le piensa dar, d) consideraciones en torno a la eventual incorporación de recursos humanos y/o económicos, e) la frecuencia de un eventual reporte en torno a los logros o dificultades obtenidos y acerca de los puntos precedentes que sirven como marco general de evaluación.

Sobre el proyecto en sí mismo. Aquí hay dos líneas: la pública (que en cierta forma se relaciona con el ámbito pastoral) y la privada que parece enfocarse a un uso de carácter más bien limitado.

**Pública:** para este ámbito valen las especificaciones arriba mencionadas, si bien se deben agregar dos puntos más: la consideración acerca del auditorio al que el eventual proyecto está dirigido y el modo como se dará a conocer tal proyecto (marketing y publicidad).

**Privada:** en no pocos casos el uso que se quiere hacer de los medios digitales actuales no es directamente pastoral (entendido como puesta *online* de un proyecto apostólico con miras a lo masivo) sino más bien para mantener las relaciones con familiares, amigos y nuevos conocidos. Sobre este punto es sobre el que nos detenemos ahora para individuar las posibilidades y riesgos.

6.3 Posibilidades.- El estudio *Churchbook. La presenza dei consacrati nei social network* («Churchbook, la presencia de los consagrados en las redes sociales<sup>29</sup>») muestra que, en Italia el 20% del total de sacerdotes y religiosos (as) así como un 59,7% de los seminaristas tienen un perfil en redes sociales. Curiosamente, considerando sólo religiosos y religiosas, los varones son mucho más activos que las mujeres. En su mayoría, el uso que se da a *Facebook* es del tipo que aquí se está tratando: privado<sup>30</sup>. Entre las posibilidades que podemos enumerar en este ámbito se encuentran:

El fortalecimiento de relaciones interpersonales (especialmente con familiares y amigos) materializado en formas de cercanía como las felicitaciones de cumpleaños, palabras de aliento ante eventuales éxitos que de otro modo conoceríamos con más dificultad debido a que son cada vez

---

<sup>29</sup> Cf. «Estudio revela cuántos sacerdotes, religiosos y seminaristas están en Facebook», en <http://evangelidigitalizacion.blogspot.it/2012/03/estudio-revela-cuantos-sacerdotes.html> [última consulta: 20.08.2015].

<sup>30</sup> Acerca del término «privado» debe alejarse cada vez más el considerarlo en ámbito digital como antónimo de «público». Hoy por hoy la dimensión pública de toda comunicación personal es un hecho: basta con que una de las personas de las que estén en relación con nosotros dé un «me gusta», «retuit» o «compartir» para que una publicación originalmente restringida a un grupo de relación limitado alcance una visibilidad mucho mayor a la originalmente buscada por parte de quien colocó determinado contenido en su propio perfil de red social.

más escasas las notificaciones por medios tradicionales como la carta o las llamadas telefónicas, etc.;

La facilidad para entrar en comunicación ágil con las personas que conocemos;

La naturalidad con que una cierta forma de evangelización o sensibilización hacia lo católico se puede dar gracias al testimonio de lo publicado;

La posibilidad de transmitir una visión más positiva de la Iglesia a partir de lo que uno mismo publica como experiencia en torno a ella<sup>31</sup>;

Creación y desarrollo de grupos de interés, actualización, discusión o relación con otras personas consagradas de la misma familia religiosa, por ubicación geográfica o por comunión eclesial;

Descanso y ocio que son dimensiones humanas dentro de las cuales el consumo moderado de estos recursos puede armonizarse<sup>32</sup>.

6.4 Riesgos.- Durante no poco tiempo la aproximación que permeó la visión de muchos sectores de la Iglesia respecto a internet fue la que tendía a identificarlo como aliado del pecado. En otros sectores tal vez menos «radicalizados» al menos alejaba la sospecha. ¿Qué valoración moral puede hacerse de internet? Éticamente hablando internet es neutro en vista de que la bondad o maldad depende más bien de quienes lo usan y no de él en sí mismo. Es verdad que hay muchas cosas buenas pero no es menos cierto que es posible encontrar o actuar contrarios a la virtud en ese ambiente.

Sin afán exhaustivo, los riesgos<sup>33</sup> más frecuentes de las personas consagradas en la *web* son:

El aislamiento de la propia comunidad física («escapismo») en pro de relaciones en ámbito digital<sup>34</sup>;

---

<sup>31</sup> Es de Benedicto XVI aquella idea iluminadora acerca de la comunicación cristiana en la *web*: «Comunicar el Evangelio a través de los nuevos medios significa no sólo poner contenidos abiertamente religiosos en las plataformas de los diversos medios, sino también dar testimonio coherente en el propio perfil digital y en el modo de comunicar preferencias, opciones y juicios que sean profundamente concordantes con el Evangelio, incluso cuando no se hable explícitamente de él. Asimismo, tampoco se puede anunciar un mensaje en el mundo digital sin el testimonio coherente de quien lo anuncia» (Mensaje para la Jornada Mundial de las Comunicaciones Sociales 2011).

<sup>32</sup> Ciertamente en el ámbito del ocio debe tomarse en cuenta que, para el caso de las personas consagradas, éste también tiene una dimensión comunitaria.

<sup>33</sup> Recuérdese aquí las cinco formas de dependencias tratadas en el capítulo V.

La inautenticidad: creación de una personalidad digital alternativa que si bien funciona en torno al mismo nombre no se corresponde siempre con el temperamento y carácter real de quien está detrás de ella;

La pérdida del sentido de la clausura religiosa (especialmente importante para el caso de religiosos y monjas pero de valor también para seminaristas y sacerdotes en cuanto dice relación con una virtud específicamente cristiana como lo es el pudor y la conciencia de «estar en el mundo sin ser de él»);

El anti-testimonio que consiste en la no correspondencia entre lo que la persona es y publica (piénsese en las fotos donde queda entre dicho lo que se sabe que la persona debe vivir y lo compartido que lo pone en duda);

La incapacidad de silencio interior y exterior; y lanzarse a usarlos sin una finalidad concreta y sin marcarse tiempos específicos de uso que en no pocas ocasiones terminan en naufragios.

### *6.5 Redes sociales en la propia vida, una materia de auto-examen*

En realidad uso «privado» de redes sociales y uso «pastoral» convergen siempre en el caso de las personas que consagran su existencia a Dios. Considerando que su vida es apostolado esto supone que tanto en un ámbito restringido como en un plano más amplio de comunicación son siempre agentes de pastoral, si bien los modos y tiempos pueden variar.

En este «contexto integrador» las redes sociales se presentan como materia de evaluación pero no sólo para quienes ya las usan o las quieren usar sino incluso para aquellos que, visto su potencial, no se interrogan acerca de ellas.

Entre quienes ya las usan, la materia de auto-examen puede ir en la siguiente dirección:

¿Uso las redes sociales como corresponde a un apóstol de Jesucristo?

¿El tiempo invertido<sup>35</sup> en ellas va en detrimento de mi vida comunitaria y de mis relaciones interpersonales con las personas que me rodean?

---

<sup>34</sup> Este punto debe llevar a examinar la calidad de las relaciones en la propia comunidad. Muchas veces una ciber-dependencia es la manifestación de deficientes relaciones humanas o se convierte en una salida a una comunidad que no ha sabido acoger a la persona.

<sup>35</sup> Un estudio de 2015 indica que el 24,11% de los usuarios mundiales de internet pasa entre 30 minutos y 1 hora cada día en las redes sociales (cf. <http://www.obs->

¿Cada vez que uso la *web* tengo claro para qué entro, qué busco, en dónde lo pienso encontrar y cuánto tiempo voy a invertir en ello?

¿Cómo afronto el eventual encuentro con material que no esperaba toparme, por ejemplo de cariz sexual?

¿Me siento mirado y acompañado con Cristo al momento de usar las redes sociales o, en otras palabras, me actúo en la presencia de Dios antes, durante y después de usar las redes sociales?

¿Me intereso por los problemas y necesidades de las personas con quienes entro en relación en las redes sociales o he terminado percibiéndolos como meros dadores de «me gusta» o alimentadores del propio ego digital?

¿Hay repercusiones negativas en los resultados académicos o apostólicos que digan relación con el uso que hago de las redes sociales?

¿Lo que comparto en las redes sociales se corresponde con mi condición de persona consagrada o futuro sacerdote? En este sentido, ¿soy un aliciente para la fe y credibilidad de otros en la Iglesia?

¿Tengo presente que por mi condición de persona consagrada, seminarista o sacerdote también el propio perfil digital tiene una dimensión pública, aunque el grupo de relación con el que se interacciona sea muy restringido?

¿Conozco y aplico las medidas de seguridad y privacidad que las mismas redes sociales ofrecen?

### *6.6 Conclusión: propuesta para potenciar o mejorar el uso*

La necesidad de «traducir» principios generales a contextos particulares donde se desarrolla la vida de los seminaristas y formandos es, tal vez, el reto más extendido en las casas de formación a lo largo y ancho del mundo.

El informe mundial PICTURE<sup>36</sup>, del que se habló en otro momento, muestra precisamente que dependiendo del continente, y en él del país, para que la utilización de las Tecnologías de la Información y de la Comunicación (TIC) sea mayor o menor. Se puede entender entonces que

---

edu.com/noticias/estudio-obs/espana-aumenta-el-numero-de-usuarios-activos-en-redes-sociales-en-2014-y-llega-los-17-millones/. Última consulta 20.08.2015).

<sup>36</sup> El informe se convirtió posteriormente en libro. Véase D. ARASA - L. CANTONI - L.A. RUIZ (Eds.), *Religious Internet Communication. Facts, Trends and Experiences in the Catholic Church*, EDUSC, Roma 2010.

ese uso más o menos preponderante exija aplicaciones distintas, de acuerdo a la realidad concreta que va más allá de consideraciones de tiempos y lugares pues toca también a las posibilidades reales de contacto con las herramientas tecnológicas y de algo tan elemental como la misma conexión a la red.

No obstante las consideraciones anteriores, queda firme la valoración positiva, en el eventual uso de las TIC, por parte del magisterio y la motivación a valerse de ellas para la evangelización.

El que exista una valoración positiva presupone, por un lado, la consideración previa de los riesgos reales y posibles y, por otro, la conciencia de que un uso responsable de la libertad por parte de una persona consagrada puede confirmar esa valoración. La utilización responsable implica también la finalidad de uso que es, se puede decir, también su motor: la evangelización o, en el caso de Internet, la «evangelidigitalización» por amor al Señor, a su Iglesia y a las almas.

¿Cuál es entonces la respuesta de la Iglesia en el orden disciplinar? En el segundo párrafo del número 99 de la exhortación apostólica post sinodal *Vita Consecrata* (aunque dirigida a religiosos puede ayudar también a seminaristas y clero secular) hay un número explícitamente dedicado a la presencia de los consagrados en el mundo de las comunicaciones sociales. Ahí podemos encontrar una orientación a modo de respuesta:

«No obstante, dado su extraordinario poder de persuasión, es preciso estar alerta ante el uso inadecuado de tales medios, sin ignorar los problemas que se pueden derivar para la vida consagrada misma, que ha de afrontarlos con el debido discernimiento. Sobre este punto, la respuesta de la Iglesia es ante todo educativa: tiende a promover una actitud de correcta comprensión de los mecanismos subyacentes y de atenta valoración ética de los programas, y la adopción de sanas costumbres en su uso».

Como se advierte en el párrafo referido, la Iglesia apuesta por la educación que implica 1) comprensión, 2) valoración y 3) normas de uso. Ese número ha sido recientemente «actualizado» (tal vez no de modo directo y ciertamente en un contexto más amplio al de la vida religiosa exclusivamente) cuando en el discurso para la asamblea plenaria del Pontificio Consejo para las Comunicaciones Sociales (28 de febrero de 2011) Benedicto XVI pidió «ayudar a comprender a cuantos tienen responsabilidad en la Iglesia a ser capaces de entender, interpretar y hablar el “nuevo lenguaje” en función pastoral», poniendo como base tres interrogantes fundamentales: «¿Qué desafíos plantea a la fe y a la tecnología

el llamado “pensamiento digital”? ¿Qué preguntas y requisitos?» y ¿cuáles serán los efectos de la relación constante entre el hombre y las máquinas?

Siendo como es que ese «pensamiento digital» es hoy ya una realidad que toca la vida de quienes serán ordenados sacerdotes no está por demás aceptar el desafío que el Papa emérito lanzó en su momento.