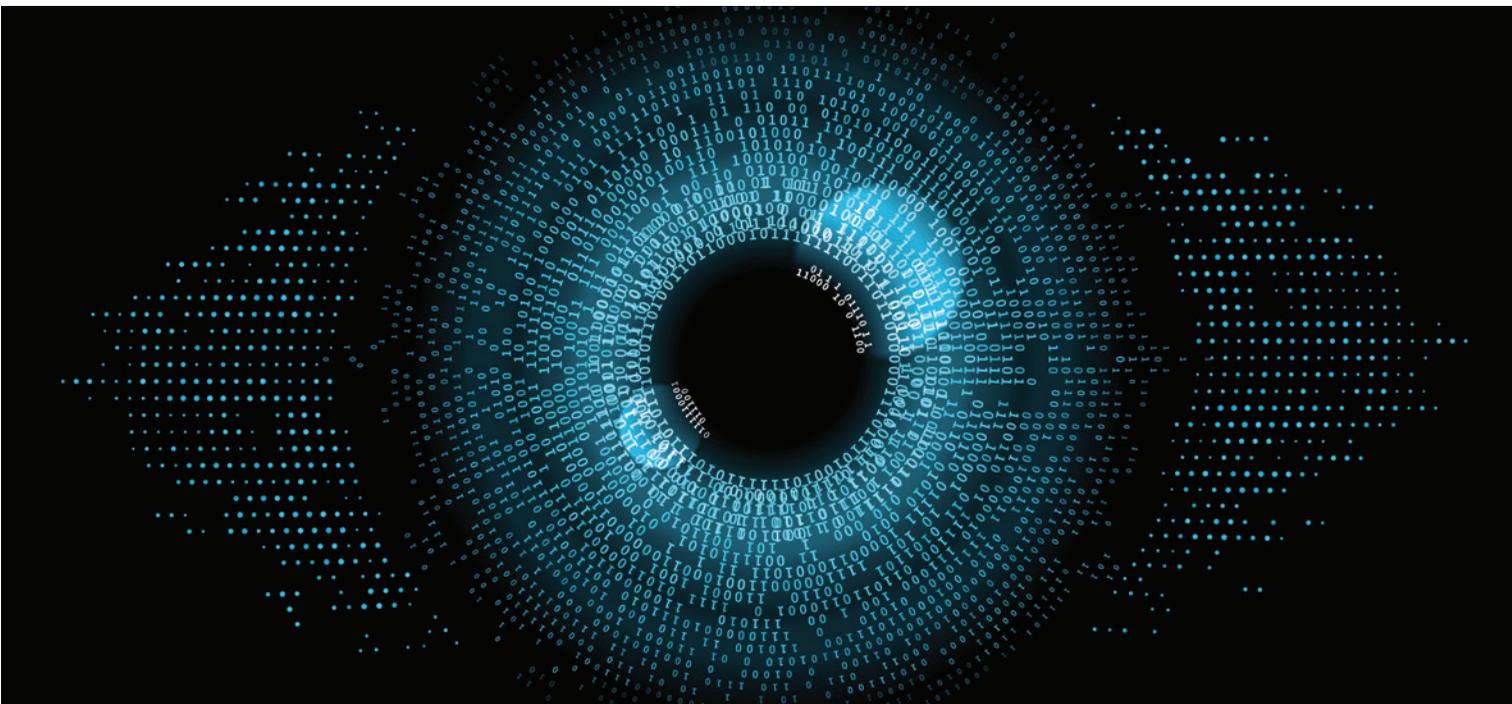


# Redes sociales: entre la conexión global y la alienación digital

La necesidad de apoyar el desarrollo de una conciencia crítica en los jóvenes universitarios sobre el impacto de las redes sociales en sus vidas

Crédito: Shutterstock



**Martín Garro Sánchez**

Programa de Estudios Generales  
Universidad de Lima

doi: <https://doi.org/10.26439/piedepagina2024.n013.7303>

En la actualidad, las redes sociales han revolucionado la comunicación humana al facilitar una interacción inmediata y derribar barreras geográficas. Esto promete una democratización de la información sin precedentes y, a la vez, puede redefinir nuestras interacciones y experiencias humanas; es decir, intervenir en

la construcción de nuestra propia subjetividad. Sin embargo, estas plataformas omnipresentes también plantean preocupaciones significativas sobre la vigilancia, el control y la autenticidad, las cuales desafían la privacidad y la autonomía individual en nuestra sociedad hiperconectada.

Los trabajos de Michel Foucault (1926-1984) y Byung-Chul Han (1959-) examinan cómo las redes sociales, bajo la apariencia de herramientas de conexión, han evolucionado de promesas de democratización a mecanismos sofisticados de vigilancia y alienación digital, que modelan la subjetividad y el comportamiento en la era actual.

### **Michel Foucault: el panóptico digital, el biopoder y la gobernanza de las redes sociales**

Foucault no vivió para ver el auge de las redes sociales, pero sus análisis de la vigilancia, la subjetivación y el surgimiento del biopoder proporcionan una base para entender estos recientes fenómenos.

La idea de vigilancia y control es central en *Vigilar y castigar* (1975/2002a), trabajo en el que Foucault introduce el concepto del panóptico, una cárcel diseñada para la observación constante de los presos. El prisionero es visto, pero no sabe quién lo vigila ni cuándo. Esto permite “inducir en el detenido un estado consciente y permanente de visibilidad que garantiza el funcionamiento automático del poder”. El panóptico consolida “el principio de que el poder debía ser visible e inverificable”. El preso acaba interiorizando la vigilancia: “El que está sometido a un campo de visibilidad, y que lo sabe, reproduce por su cuenta las coacciones del poder; las hace jugar espontáneamente sobre sí mismo” (Foucault, 1975/2002a, pp. 205-206).

Esta metáfora del panóptico se ha extendido al mundo actual, donde la vigilancia se ejerce no solo a través de estructuras físicas, sino también mediante tecnologías digitales. Esta vigilancia omnipresente se materializa en los sistemas digitales y las redes sociales. Además, en estas plataformas sociales, la observación no se limita a la supervisión de terceros, sino que se extiende a la autocensura y a la construcción de una imagen pública idealizada. Los algoritmos de estas plataformas actúan como el guardián del panóptico.

Precisamente, en *La voluntad de saber* (1976/2019), epígrafe de *Historia de la sexualidad, volumen 1*, Foucault explora cómo los seres humanos se constituyen (construyen) como sujetos (o proceso de subjetivación) a través de prácticas y discursos que los gobiernan. La biopolítica es una forma de poder que se centra en la gestión de la vida de las poblaciones (regulación de la vida cotidiana). Este concepto de Foucault, de acuerdo con el cual los individuos se autorregulan, presentan y negocian sus identidades de acuerdo con normas implícitas y explícitas del entorno, se puede aplicar hoy, pues anticipa el modo en que las personas interactúan y se constituyen hoy en el entorno digital.

El tema del biopoder es retomado en *Defender la sociedad* (1975-1976/2002b), donde se afirma que, contrariamente a la disciplina, que se dirige al cuerpo, las técnicas de poder no disciplinario lo hacen directamente a la vida de las personas. La sociedad disciplinar acabará siendo desplazada por un nuevo tipo de sociedad (neoliberal, del *homo oeconomicus*). En *El nacimiento de la biopolítica* (1978-1979/2007), Foucault describe cómo el neoliberalismo transforma las prácticas de gobierno, las cuales se enfocan en la administración de la vida y el bienestar de la población, y convierten a los individuos en “empresarios de sí mismos”. En este contexto, la vida misma se economiza y se gestiona según los principios del mercado. La internalización de la vigilancia es una característica fundamental de las sociedades disciplinarias.

La idea de subjetivación en Foucault (o cómo nos formamos como sujetos dentro de un sistema de poder) es crucial para entender el impacto de las redes sociales. Los usuarios se ven impulsados a crear y compartir contenido que se ajuste a las normas sociales, y buscan constantemente validación a través de los “me gusta” y los comentarios positivos. Esta búsqueda de aprobación no solo moldea la autoimagen de los individuos, sino que también promueve una conformidad generalizada.

## Byung-Chul Han: la transparencia y la superficialidad en la era digital

Por otra parte, Han sí ha convivido directamente con las redes sociales, si consideramos el lapso desde 2004 (cuando aparece Facebook) hasta 2016, desde que existe TikTok.

Desde *El aroma del tiempo* (2009/2015), Han también defiende una postura crítica frente a esta era digital, pues considera que está eliminando la “negatividad” del pensamiento crítico y la reflexión profunda, dado que la velocidad de sucesión de acontecimientos no deja cabida a “ninguna duración” (Han, 2009/2015, p. 57). La presión hacia la positividad digital borra el tiempo de la reflexión y el pensamiento crítico. Aclaremos que, para Han, la *positividad* se

caracteriza por una constante presión hacia la productividad y la eficiencia. La *negatividad*, por el contrario, implica límites, resistencia y la capacidad de decir “no”; es decir, un espacio necesario para la libertad y la crítica.

En *La sociedad del cansancio* (2010/2012), Han aborda el neoliberalismo y sus consecuencias. Según el concepto foucaultiano del capital humano, el neoliberalismo transforma a los individuos en empresarios de sí mismos: en lugar de ser explotados por otros, los individuos se autoexplotan e internalizan la presión para optimizar continuamente su desempeño y productividad. Han plantea una corrección: “La sociedad del siglo XXI ya no es disciplinaria, sino una sociedad del rendimiento” (Han, 2012, p. 25). Mientras persiguen la autorrealización,

Crédito: Shutterstock



Las redes sociales muchas veces funcionan como mecanismos de vigilancia colectiva.

los individuos se autoimponen una carga constante de trabajo y rendimiento que conduce al agotamiento y la alienación. El sujeto de rendimiento “está libre de un dominio externo que lo obligue a trabajar o incluso lo explote”, de modo que parece que “es dueño y soberano de sí mismo”, pero “la supresión de un dominio externo no conduce hacia la libertad; más bien hace que libertad y coacción coincidan” (p. 31). En esta sociedad del rendimiento, los individuos se ven atrapados en una competencia constante por la atención y la validación. La vida se convierte en una serie de *performances* diseñadas para maximizar la visibilidad y el impacto social. En tal sentido, las redes sociales actúan como plataformas donde aquellas se exhiben y se consumen, lo que refuerza así una cultura de la autoexplotación.

En *La sociedad de la transparencia* (2013), Han se enfoca en la exigencia de transparencia, que domina el discurso público actual y que se entiende, sobre todo, como libertad de información. En la sociedad actual, la negatividad se desmonta cada vez más a favor de la positividad. Este cambio de paradigma implica que las cosas, las acciones, el tiempo y las imágenes se hagan transparentes, y eso no será beneficioso: “La sociedad de la transparencia es un infierno de lo igual” (Han, 2013, pp. 11-12). Para Han, la “sociedad de la transparencia es la sociedad de la información” (p. 77) y, retomando el examen foucaultiano del panóptico, añade que mientras el panóptico de Bentham “es una manifestación de la sociedad disciplinaria, es un correccional ... la sociedad actual del control muestra una especial estructura panóptica”. A diferencia del diseño original del panóptico en el cual los prisioneros estaban aislados entre sí, ahora “los moradores se conectan y se comunican intensamente entre sí”. Por lo tanto, “lo que garantiza la transparencia no es la soledad mediante el aislamiento, sino la hipercomunicación”. Esta es la “peculiaridad del panóptico digital” (pp. 88-92), en el que el sujeto del rendimiento cree ser libre, se siente su propio señor y empresario. “Hoy el globo entero se desarrolla en pos de formar un gran panóptico” (p. 94).

En *La agonía del Eros* (2014a), Han sostiene que las redes sociales fomentan un narcisismo exacerbado, siempre en búsqueda de aprobación y visibilidad digital (en reemplazo de relaciones profundas y auténticas): “Hoy la negatividad desaparece por todas partes. Todo es aplanado para convertirse en objeto de consumo” (Han, 2014a, p. 10). La interacción en redes sociales, basada en la presentación de una imagen idealizada de uno mismo, lleva a una superficialidad que socava la capacidad de formar conexiones genuinas y significativas con otros.

En *Psicopolítica* (2014b), Han extiende el concepto de biopolítica a la era digital, y argumenta que las nuevas formas de poder (es decir, las posteriores al poder disciplinario) operan no solo a través del control físico, sino también mediante la manipulación de deseos y emociones: “Hoy el poder adquiere cada vez más una forma permisiva. En su permisividad, incluso en su amabilidad, depone su negatividad y se ofrece como libertad” (Han, 2014b, p. 28). La técnica del poder actual posee una forma sutil, flexible, inteligente, y –lo que es más importante– no visible para los sujetos. Este poder “inteligente, amable, no opera de frente contra la voluntad de los sujetos sometidos, sino que dirige esa voluntad a su favor” (p. 29). No nos impone ningún silencio. Al contrario, “nos exige compartir, participar, comunicar nuestras opiniones, necesidades, deseos y preferencias; esto es, contar nuestra vida” (p. 29). Este tipo de poder “amable” resulta aún más poderoso que el poder represivo, pese a cumplir el mismo rol del vigilante en el panóptico.

En ese sentido, Han afirma que “el poder inteligente, de apariencia libre y amable, que estimula y seduce, es más efectivo que el poder que clasifica, amenaza y prescribe. El botón de me gusta es su signo ... el neoliberalismo es el capitalismo del *me gusta*” (Han, 2014b, pp. 29-30). Y el *big data*, por su parte, como conjunto de tecnologías que analizan los datos masivos generados por los usuarios de internet, acaba siendo “más eficiente que el panóptico benthamiano” (Han, p. 86). La psicopolítica del

neoliberalismo explota la psique humana, para promover conformidad y consumo, y utiliza las redes sociales para rastrear e influir en el comportamiento.

### **Hacia una reflexión crítica y una responsabilidad digital**

Foucault y Han ofrecen análisis complementarios sobre el impacto de las redes sociales en la subjetividad y la vigilancia. Foucault proporciona una base para entender la vigilancia y la subjetivación en la era digital, mientras que Han actualiza y extiende estas ideas al contexto contemporáneo, y así critica la eliminación de la negatividad y la superficialidad de nuestra era. Ambas perspectivas resaltan cómo las redes sociales, en su aparente democratización, también se convierten en mecanismos de control y alienación (en el sentido de condicionamientos impuestos en nosotros por factores externos), pues moldean la subjetividad de maneras sutiles, pero profundas.

¿Cómo enfrentar esta dualidad de las redes sociales? Si bien sirven como herramientas de conexión global, también son mecanismos de alienación digital. Encontrar una respuesta representa un desafío complejo para cada uno de nosotros, sobre todo para los jóvenes universitarios (inmersos desde su infancia en la cultura digital). Para eso es necesario desarrollar una conciencia crítica sobre cómo las redes sociales influyen en nuestras vidas. La promesa de una conexión global no debe cegarnos ante los riesgos de la vigilancia, la superficialidad y la alienación. Al adoptar una postura crítica, se podrán utilizar estas plataformas de manera más consciente y responsable, por lo que se promoverá una interacción digital que priorice la autenticidad y la calidad sobre la visibilidad y el rendimiento superficial. En tal sentido,

podríamos considerar diversas estrategias para fomentar un uso consciente de las redes sociales; por ejemplo, desarrollar habilidades de gestión de la información, promover el derecho a la privacidad digital, fomentar el debate crítico para romper las “burbujas informativas” (Pariser, 2017) en las cuales muchas veces nos sumergen las redes, y comprometernos con la promoción de la autenticidad para aprender a valorarla más que la validación superficial.

### **REFERENCIAS**

- Foucault, M. (2002a). *Vigilary castigar. Nacimiento de la prisión* (A. Garzón del Camino, Trad.). Siglo XXI. (Obra original publicada en 1975).
- Foucault, M. (2002b). *Defender la sociedad. Curso en el Collège de France (1975-1976)* (M. bertani y A. Fontana, Trads.). Fondo de Cultura Económica. (Obra original publicada en 1997).
- Foucault, M. (2007). *El nacimiento de la biopolítica. Curso en el Collège de France (1978-1979)* (M. Senellart, Trad.). Fondo de Cultura Económica. (Obra original publicada en 2004).
- Foucault, M. (2019). *Historia de la sexualidad, I. La voluntad de saber* (U. Giñazú, Trad.). Siglo XXI. (Obra original publicada en 1976).
- Han, B.-C. (2012). *La sociedad del cansancio*. Herder.
- Han, B.-C. (2013). *La sociedad de la transparencia*. Herder.
- Han, B.-C. (2014a). *La agonía del Eros*. Herder.
- Han, B.-C. (2014b). *Psicopolítica. Neoliberalismo y nuevas técnicas de poder*. Herder.
- Han, B.-C. (2015). *La sociedad del cansancio*. Herder. (Obra original publicada en el 2009).
- Pariser, E. (2017). *El filtro burbuja. Cómo la red decide lo que leemos y lo que pensamos*. Taurus.