

Aquí en la vida real, tener más amigos es bueno. Está asociado con mayor felicidad y menos estrés. Pero, internet es extraño. Y de alguna manera, en Facebook, parece que tener más amigos puede ser un problema.

Un estudio realizado por la Escuela de Negocios de la Universidad Edimburgo en Reino Unido concluyó que las personas con un mayor número de amigos reportaron mayores niveles de ansiedad cuando estaban en el sitio. El estudio fue realizado con una muestra de 300 usuarios de Facebook y universitarios.

Eso se debe a que más personas verán tus publicaciones y eso genera más dudas y debates internos sobre compartirlas, en primer lugar.

“En particular, agregar a los empleadores o a los padres resultó en un mayor aumento en la ansiedad”, según el estudio. “El estrés aumenta cuando un usuario presenta una versión de sí mismo en Facebook que es inaceptable para algunos de sus amigos en línea, como publicaciones que muestran comportamientos como decir groserías, imprudencias, beber y fumar”.

¿Pero no es para eso la configuración personalizada de publicaciones de Facebook? Puedes bloquear personas específicas o incluso grupos de personas, para evitar que vean algunas publicaciones. Sin embargo, según el mismo estudio sólo un tercio de los encuestados se molestan en utilizar esta función.

De verdad mundo, ¿por qué Zuckerberg se molesta en innovar cuando todo lo que hacemos es ignorar sus intentos para salvarnos de nosotros mismos?

Otra sugerencia igual de sencilla: no seas amigo de tu jefe. O de tus maestros. O de cualquiera que no quieres que sepa exactamente cómo te sientes sobre el matrimonio entre personas del mismo sexo y/o el episodio de Top Chef de la noche de ayer.

Y los beneficios de emplear algo de discreción en Facebook se extienden más allá de no ofender a tus amigos actuales en Facebook; también puede proteger tu reputación en el futuro. El estudio de la Universidad de Edimburgo concluye que “más de la mitad de los empleadores afirman no haber contratado a alguien basándose en su página de Facebook”.

Información que definitivamente puede llevar a un poco de ansiedad, sin importar cuán social sea tu red.

Fuente:http://cnnespanol.cnn.com/2012/12/05/tener-demasiados-amigos-en-facebook-produce-ansiedad/