

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES JURÍDICAS Y DE LA
COMUNICACIÓN



GRADO EN PUBLICIDAD Y RELACIONES PÚBLICAS
CURSO 2019-2020

**LAS REDES SOCIALES Y SU PAPEL EN LA SOCIEDAD
ACTUAL: LA DISTOPÍA DE *BLACK MIRROR* (NOSEVIDE, 2016)**

AUTOR: Lara Gómez Rodríguez

Tutor: Tecla González Hortigüela
SEGOVIA, JULIO 2020

RESUMEN

Este Trabajo de Fin de Grado propone una aproximación, desde una perspectiva multidisciplinar, al fenómeno de las nuevas tecnologías, más concretamente de las redes sociales, que tan rápido han pasado a formar parte de nuestra vida cotidiana. Para ello, se realiza un análisis del capítulo *Nosedive* (2016), perteneciente a la exitosa serie británica *Black Mirror* (2011-2019) para, posteriormente, desarrollar una comparación del episodio con distintos aspectos de la realidad y así poder comprender qué semejanzas guarda la sociedad distópica de la serie con nuestra sociedad actual en relación con la tecnología.

ABSTRACT

This final degree project proposes an approach, from a multidisciplinary perspective, to the phenomenon of new technologies, especially about social networks, which have rapidly transformed our way of life. To achieve this goal we analyze the episode "Nosedive" (2016) of the famous British TV show "Black Mirror" (2011-2019). We compare it with our current reality to understand the similarities between our society and the dystopian society shown in the episode in relation with new technology.

Palabras clave: tecnología, redes sociales, sociedad, distopía, realidad, *Black Mirror*

Key Words: technology, social networks, society, dystopia, reality, *Black Mirror*

ÍNDICE

1. Introducción y objetivos.....	1
2. Marco teórico.....	3
2.1 Autoconcepto.....	3
2.1.1 Autoestima.....	6
2.1.2 Vigilancia del yo.....	7
2.2 Redes sociales.....	8
2.2.1 Construcción del <i>Self</i>	10
2.2.2 Las relaciones digitales	12
2.2.3 Necesidad de compartir información.....	14
2.2.4 Imagen y experiencia	15
2.3 Adicción.....	17
2.3.1 Trastornos de conducta y adicción a internet.....	18
3. <i>Black Mirror</i> : argumento de la serie.....	21
3.1 Análisis del capítulo <i>Nosedive</i> y de su representación distópica.....	23
3.1.1 Universos distópicos.....	27
3.1.2 <i>Black Mirror</i> , ¿distopía o realidad?.....	29
3.1.3 La distopía del control social hecha realidad.....	35
3.2 Hechos noticiables que acercan la distopía a nuestra realidad.....	38
3.2.1 La aplicación de <i>Black Mirror</i> ya es una realidad.....	38
3.2.2 España y el rastreo digital a sus habitantes a causa de la Covid-19.....	42
4. Conclusiones.....	46

5. Referencias	49
5.1 Bibliografía.....	49
5.2 Webgrafía.....	51
5.3 Filmografía.....	54

1. INTRODUCCIÓN Y OBJETIVOS

Decidí escoger este tema para mi TFG debido a su relevancia en la actualidad. Los avances tecnológicos y, más concretamente, las redes sociales, han pasado a formar parte de nuestro día a día, cambiando por completo la forma en la que vivimos y cómo nos comunicamos. Tanto es así, que se ha conformado un nuevo contexto social donde dispositivos electrónicos, como el teléfono móvil, pasan a ejercer un papel protagonista en nuestras vidas. Para analizar esta situación, he decidido tomar como referencia un episodio de la exitosa serie *Black Mirror*, que, con una visión distópica de las nuevas tecnologías, pone en escena una sociedad sumida en las apariencias y la superficialidad; para, posteriormente, poder realizar un análisis comparativo entre el capítulo *Nosedive* o *Caída en Picado* y la realidad, y así tratar de comprender cómo nos afecta este nuevo entorno tecnológico que tan rápidamente evoluciona.

Mi elección tiene tanto un interés personal como académico, ya que se trata de un tema muy sonado y relevante que afecta a la sociedad actual. Por lo que, con este trabajo, no sólo trato de acercarme más al propósito de comprender nuestra reciente relación con las redes sociales, sino que también me gustaría poder aportar cierta luz al lector respecto a la importancia de conocer la magnitud de esta situación y cómo las nuevas tecnologías han modificado ciertos aspectos de nuestra sociedad.

Primero realizaré una breve explicación desde la psicología social de algunos conceptos teóricos, como, por ejemplo, el autoconcepto o la autoestima, para así comprender algunas de las cuestiones que se ponen en juego en el reciente fenómeno de las redes sociales.

Después me centraré en el desarrollo de la segunda parte del trabajo, donde realizaré una introducción al universo distópico de *Black Mirror* y al episodio con el que realizaré una comparación con nuestra realidad actual, *Nosedive*. La elección de este capítulo se basa en su argumento, ya que pone en escena una sociedad sumida en una simulación de buenas apariencias y vidas perfectas reflejadas a través de los perfiles de su particular red social. En primer lugar, realizaré un breve análisis del episodio para, posteriormente, desarrollar una comparación con nuestra sociedad actual.

La estructura de este análisis comparativo seguirá los siguientes puntos:

- Realizaré un resumen del argumento del capítulo *Nosedive*, haciendo especial hincapié en los sucesos más relevantes para la temática del trabajo.
- Luego, me centraré en explicar el concepto de distopía y mencionaré las obras distópicas más importantes para, posteriormente, analizar más en profundidad ciertos aspectos de la sociedad de *Nosedive* que pueden asemejarse con la sociedad real.
- Finalmente, expondré dos hechos noticiables que han generado un gran debate mundial en relación tanto con las nuevas tecnologías y las redes sociales, como con la privacidad o intimidad de las personas.

Los objetivos que persigo con la realización de este TFG son:

- Realizar una introducción a los conceptos clave desde el marco de la psicología social para poder comprender qué particularidades como especie nos acercan al fenómeno de las redes sociales.
- Reflexionar, a partir del análisis del capítulo *Nosedive*, sobre cómo nos ha podido afectar o influir como sociedad la llegada de las nuevas tecnologías y, más concretamente, de las redes sociales.
- Introducir al lector en el concepto de distopía con una breve explicación del género.
- Indagar en la cuestión del control social, uno de los temas más relevantes en las obras distópicas más importantes, para entender nuestra situación actual como sociedad en lo referente a la vigilancia del sistema.
- Generar un debate, en base al análisis del episodio de *Black Mirror* y los hechos noticiables, de la magnitud de este fenómeno y de la importancia de establecer límites ante una sociedad constantemente conectada al mundo virtual.

2. MARCO TEÓRICO

2.1 Autoconcepto

Para entender el significado del autoconcepto primero hay que comprender el paradigma de la psicología social. Tal y como señala Allport en su libro *The historical background of social psychology*, la psicología social es la disciplina que se vale de métodos científicos para “entender y explicar la influencia que la presencia real, imaginada o implícita de los otros tiene en las ideas, los sentimientos y la conducta de los individuos” (1954: 3). Por lo que el objetivo principal de la psicología social es comprender cómo actúan las personas en determinadas situaciones, no se trata tanto de las peculiaridades de los individuos, sino de entender las tendencias generales de sentimientos, actos e ideas en las personas.

El término de autoconcepto designa al conjunto de conocimientos que las personas tenemos sobre nosotros mismos. A partir de dicho conocimiento sabremos a qué categoría o grupo social pertenecemos; es decir, cuando compartimos características comunes con otras personas, se crea una identidad social compartida, la cual nos diferencia de otros grupos con otras características distintas, los exogrupos.

Uno de los fundadores de la psicología, Willian James, escribió en su obra *Principios de la psicología* (1890), que nuestra concepción del yo viene dada de nuestras experiencias con los demás. Por ejemplo, somos conscientes de que nos consideran educados cuando las personas que nos rodean refuerzan nuestra conducta con mensajes o gestos positivos, y eso nos genera una impresión de lo que los demás piensan de nosotros. Gergen en su libro *The concept of self*, denomina “valoración reflejada” al proceso de percibir lo que somos, y sentir si somos mejores o peores, en función de lo que otros piensan de nosotros (1971: 79). Este es uno de los procesos que más afectan al autoconcepto.

Los atributos que designan la identidad colectiva tal y como apunta Morales en su libro *Psicología Social* se conforman en base al “nosotros” de forma redundante, ya que todos los integrantes del grupo han de tener unos requisitos mínimos en común. Sin embargo, los atributos que conforman el “yo” toman como referencia un papel

individualista, además son muy variados y nada redundantes. Lo que sí comparten, tanto el autoconcepto personal como el colectivo, es su origen social (1999: 98).

El sexo, la edad, el estatus y la clase social son las categorías más destacables en la percepción social, además de la etnia y la cultura. Por lo que son atributos a tener en cuenta a la hora de conformar los grupos sociales y la identidad colectiva. Los atributos idiosincráticos, por el contrario, son los encargados de representarnos como únicos y de conformar nuestra biografía individual con hechos que nos diferencian del resto de personas, por lo que resaltan más el autoconcepto propio.

Los aspectos en los que se sustenta el contenido del sí mismo se dividen en:

- **Material:** es decir, todas las posesiones que puedan caracterizar al sujeto, ya sea por lo que tiene o por sus atributos físicos. El aspecto material tiende a ser más utilizado en edades más tempranas. Por ejemplo, soy rubio y tengo una casa blanca.
- **Social:** abarca las relaciones que tenemos con otras personas y también la visión que nos aporta a nosotros mismos esa interacción (soy popular o soy tímido).
- **Espiritual o psicológico:** esta faceta está conformada por los atributos referentes a los gustos de la persona, los rasgos personales, la libertad de acción y decisión, los sentimientos morales y el grado de unidad o identidad personal (Gordon, 1968, citado en Vallerand, (1994:1).

La evolución del autoconcepto se produce desde la niñez, momento en el que tendemos a describirnos con atributos materiales y sociales, pero tras años de escolarización entra en juego un autoconcepto más enfocado a la comparación con los demás o a las expectativas sociales, destacando aún más la singularidad frente al resto y la aparición negativa del sí mismo, donde juega un papel importante la autoestima. Esta idea de comparación social viene reflejada en la *theory of social comparison* de Leon Festinger, uno de los psicólogos sociales más importantes, el cual explica estas comparaciones como un proceso de autovaloración personal en base a las diferencias que tenemos con los demás. Una necesidad intensa de evaluarnos a nosotros mismos mediante la comparación con otras personas (1954: 117).

En una etapa más adulta tomamos una visión de actor-observador, considerando al resto de personas con atributos más estables y sencillos, por lo que la autopercepción pasa a ser más compleja y contradictoria, con un sinnúmero de atributos en comparación con las personas que observamos. Según Piolat en su obra *La construction sociale de la personne*, en esta fase se tiende a tener una visión más simple y estable de los otros, mientras que nuestra autopercepción es más compleja. “Se atribuyen más rasgos a sí mismos que a los otros, siendo estos más ambivalentes o contradictorios, y se cree que uno es más flexible (lo que uno hace depende de las circunstancias)” (Piolat, 1999, citado en Páez, Fernández, Ubillos y Zubieta, (2006: 127).

Otro factor a tener en cuenta es el de autoconsciencia, es decir, la focalización del yo, muy determinante en la construcción de la conducta. Esta autoconsciencia se divide en dos bloques, la autoconsciencia pública, que es la que se dirige a los aspectos externos de la persona; y la autoconsciencia privada, enfocada a los aspectos más íntimos de la persona (sentimientos, creencias, etc.). En el libro *Psicología social, cultura y educación*, escrito por Darío Páez, Itziar Fernández, Silvia Ubillos y Elena Zubieta señalan que “Las personas a las que se les orienta la atención hacia los aspectos internos o privados de su persona, tienden a ser más sensibles a sus estados internos y a regular más su conducta según sus creencias personales” (2006: 139).

Tal y como indican estos autores en su libro, un estado de autoconsciencia alta puede resaltar las diferencias entre la realidad de la persona y lo que querría ser, por lo que podría conllevar un esfuerzo para actuar en concordancia con los ideales y así acercar más las expectativas a la realidad. Esta idea suele asociarse a una visión negativa y autoexigente del sí mismo, ya que se puede vincular con la pérdida de autoestima por un hecho negativo puntual y esto nos conduce a centrar nuestra atención en nosotros mismos. De hecho, “presentar un alto grado de autoconsciencia en una situación negativa puede acabar generando un riesgo para el bienestar de la persona, ya que puede intentar evadirse mediante el consumo de drogas o experiencias de desindividualización” (Baumesteir, 1991, citado en Hogg y Vaughan, 2002:124).

2.1.1 La autoestima

La autoestima juega un papel importante en el autoconcepto, ya que se trata de la actitud que tiene la persona consigo misma, es decir, engloba la valoración global que una persona realiza sobre sí misma. Hay dos tipos:

- Autoestima personal: el propio sentimiento de valor o respeto que podemos llegar a tener sobre nosotros mismos.
- Autoestima colectiva: se refiere a la actitud que tenemos respecto a los grupos sociales a los que pertenecemos.

Las personas que poseen una autoestima alta son capaces de soportar mejor las situaciones de estrés y muestran una capacidad adaptativa superior, además de gozar de mejor salud y bienestar general, ya que son menos propensos a sufrir ansiedad o estados similares. Desde una visión cognitiva, estas personas tienden a quitarle peso a sus fracasos o acarrearlos a factores externos y sus victorias a causas internas. Todo lo contrario que las personas con baja autoestima, las cuales tienen un autoconcepto menos positivo de sí mismas y aceptan sin rechistar las críticas negativas hacia su persona (Crocker y Wolfe, 2001, citado en Páez, Fernández, Ubillos y Zubieta, (2006: 120).

En la autoestima hay que tener en cuenta tres factores importantes:

a) La autopercepción y la comparación entre la realidad con las expectativas adquiridas culturalmente, es decir, las diferencias entre el autoconcepto (lo que creo que soy), el ideal de sí mismo moral (lo que debería ser) y el yo ideal (lo que desearía ser) (Crocker y Blysm, 1995, citado en Páez, 1995).

b) La percepción y evaluación que los otros significativos llevan a cabo sobre las personas, es decir, la idea que tenemos acerca de la percepción del resto sobre nosotros. Esta situación se puede explicar en el caso de una persona con baja autoestima, que tiende a desvalorizarse, aunque la gente de su entorno discrepe.

c) La comparación social con otros, ya que la autoestima se puede ver condicionada por experiencias o atributos que supongan una diferencia con el resto (él ha sacado más nota que yo).

Normalmente tendemos a compararnos con personas similares a nosotros para comprobar la validez de nuestros atributos. Pero cuando pretendemos mejorarlos, tendemos a compararnos con alguien mejor con el fin de perseguirlo como modelo a seguir y conseguir motivación para lograr el objetivo de igualarnos a dicha persona. Todo lo contrario que cuando percibimos que nuestra autoestima se puede ver amenazada, entonces nos comparamos con persona peores bajo nuestro criterio.

Por lo que, en situaciones de cooperación o superación, tendemos a compararnos con personas con capacidades superiores, pero en situaciones de competición preferimos comprarnos con sujetos similares o con menos habilidades, dado que, de lo contrario, la autoestima se podría ver dañada (Wheeler, *Social comparison. Contemporary theory and research*, 1991).

2.1.2 Vigilancia de la presencia del yo

Las personas tendemos a cuidar y modificar nuestra presentación pública de cara al resto, es decir, tratamos de controlar la impresión que podemos llegar a provocar en el resto, por lo que buscamos dar la mejor imagen de nuestro yo. Goffman señaló con sus estudios, tal y como se refleja en el libro *Psicología social, cultura y educación*, que una característica común entre los individuos que conforman una sociedad individualista orientada al éxito es la autopresentación pública positiva del yo (Páez, Fernández, Ubillos y Zubieta, 2006: 140).

En el caso de presentar una autoconsciencia pública la autovigilancia será mayor, ya que al darle más importancia a lo que el resto pueda pensar se sufre una vulnerabilidad mayor hacia el rechazo y, por lo tanto, el individuo tiende a vigilar sus gestos o expresiones en público. Por ello las personas que adoptan una alta autovigilancia utilizan la información que obtienen en sus interacciones para modificar su impresión o actuación hasta conseguir la apariencia deseada.

En base a esta idea, en el terreno de las redes sociales este aspecto se puede intensificar al máximo, ya que resulta de lo más atractivo la idea de elaborar un perfil virtual que ofrece la posibilidad de presentarse al resto de usuarios a través de un contenido editable según los intereses o deseos de la persona, lo cual genera un mayor control y seguridad sobre uno mismo y en las relaciones con los demás. No se trata de

que la gente te conozca, sino de seleccionar y potenciar qué es lo que quieres que los demás sepan de ti. De esta manera se genera un círculo vicioso en base a la cantidad de *likes* o *followers* que consiga un perfil, cuantas más altas sean las cifras, más crecerá la autoestima del usuario.

2.2 Redes Sociales

Este gran fenómeno tecnológico y social denominado “las redes sociales” surge a mediados de esta década como una novedosa forma de interacción social que facilita un intercambio dinámico entre sujetos y grupos en un contexto complejo.

Su sistema se encuentra en una constante evolución e integra a personas que comparten necesidades comunes basadas en estimular sus recursos y capacidades comunicativas, que se organizan en torno a una red diferenciada en base a su afinidad, gustos, tendencias, etc. De este modo, en relación con una serie de coincidencias, se generan, eliminan o transforman vínculos con otros usuarios de la red.

Las redes sociales no son un fenómeno nuevo en nuestra sociedad, ya que en verdad siempre han existido, (Bernete, 2010: 98). Aunque desde el nacimiento de World Wide Web (www) se incrementó el uso del término “redes sociales” para reconocer los distintos modelos de configuraciones sociales: amigos, parejas, familiares, compañeros de trabajo, etc.

La importancia de estas redes en internet sigue incrementándose hoy en día, cada vez son más numerosas las opciones dependiendo de su funcionamiento y su especialización, que otorga un gran abanico de posibilidades a sus integrantes, los cuales se encargan de distribuir libremente sus datos personales en forma de fotos, vídeos, textos..., para construir su visión del yo de cara al público.

Tal y como sostiene Bernete en su artículo “*Usos de las TIC, Relaciones sociales y cambios en la socialización de los jóvenes*”:

“Las redes son un conjunto de datos de diversa naturaleza, un collage de texto e imágenes que componen un reflejo de sí mismo, pero maleable, cambiante,

flexible” lo que explica que los componentes de la red no son las personas en sí, sino las conexiones que las unen”. (2010:102).

La necesidad que surge en las personas de interactuar con otros usuarios se ha adaptado a las nuevas tecnologías; lo que antes imposibilitaba la interacción por distancia geográfica o incluso temporal, ahora se suple con las redes sociales a través de una conexión online que facilita que la gente interactúe entre sí sin estar físicamente presentes, pero sí psicológicamente unidos. Dicha necesidad se puede dividir en cuatro clasificaciones realizada por Del Moral (2005) en su artículo “*Redes sociales ¿Moda o nuevo paradigma?*”:

- **Mantenimiento de amistades:** implica seguir en contacto con otras personas con las que se comparte un vínculo cercano (amigos, compañeros de trabajo o de clase, etc.), quienes, de no ser por las redes sociales, perderían el contacto.
- **Nueva creación de amistades:** en una red tan amplia no sólo se interactúa con los usuarios más allegados, sino que también pueden surgir nuevas conexiones con los respectivos contactos de segundas o terceras personas, así los amigos de nuestros amigos pueden llegar a convertirse en amigos de un tercero. Hecho que cuadra en la teoría de “Seis Grados de Separación” de Frigyes Karinthy, inicialmente propuesta en 1939, en la cual se defendía que si contactabas con no más de seis personas podías encontrar a alguien rastreando sus redes de contactos, lo que demuestra que a partir de seis conocidos todos estamos vinculados sin ni siquiera saberlo.
- **Entretenimiento:** la finalidad de las redes sociales es la de interactuar y relacionarse con el resto, pero existe otro uso paralelo, el de entretenerse. Muchos usuarios destacan su utilización como un portal de entretenimiento, a través de las actualizaciones de estado, listas de grupos y amigos, etc.; por lo que se establece una conexión entre el entretenimiento y la exhibición, es decir, la capacidad de ver sin ser visto se convierte en un *hobbie* más para los integrantes de estas redes, cuya distracción se basa en vigilar la vida de los demás. Las redes sociales se han convertido en auténticas expertas en explotar el reclamo del entretenimiento en su versión exhibicionista y yoyeurística, cuyo principal objetivo es conseguir que el usuario participe

activamente y pase el máximo tiempo posible en línea. Un buen ejemplo de éxito sería Facebook con su conocida granja, un juego online en el que se requiere de una constante atención por parte de sus miembros.

- Gestión interna de organizaciones empresariales: dirigido a aquellas empresas que crean redes sociales privadas con una finalidad puramente laboral (comunicaciones, conferencias, etc.).

La funcionalidad de las redes sociales se plantea en base a la accesibilidad de poder informar, conocer e interactuar con otros estímulos o usuarios, conformando así una serie de relaciones digitales, las cuales gozan de una ventaja indiscutible, la facilidad para comunicarse en cualquier lugar y momento del día.

2.2.1 La construcción del Self en las redes sociales

El concepto de *self* se traduce en psicología como el *sí mismo*, y es un concepto usado por diversas escuelas psicológicas, como por ejemplo la psicología social o la Gestalt. Suele ser un concepto confuso y ambiguo, ya que concentra diversas definiciones en función de su enfoque teórico o su campo de estudio. Pero en general aborda a las creencias, representaciones subjetivas y conceptos que tiene un sujeto sobre sí mismo, es decir, su autorreferencia. En el libro *Psicología social, cultura y educación*, indica que el self se relaciona con términos como autoestima (*self-esteem*), autopercepción (*self-perception*), autoconciencia (*self-consciousness*), etc.; que son procesos cognitivos que se pueden inferir mediante la observación. El *self* señala el grado de consciencia que tenemos sobre nosotros mismos (Páez, Fernández, Ubilllos y Zubieta, 2006: 144)

Tal y como indican Vanessa Renau, Xavier Carbonell y Ursula Oberst en el artículo, *Redes sociales on-line, género y construcción del self*, las redes sociales han revelado una modalidad totalmente nueva de presentación y de interacción social. Han evolucionado progresivamente hasta convertirse en un entorno donde los usuarios participan activamente con sus contactos, y esta interacción posibilita la creación de una identidad o *self* que toma como base el desarrollo personal y social de la persona, ya que a través de dicho perfil se intercambia información sobre uno mismo con la intención de poder mostrarse a los demás contactos. Las opciones que ofrecen las redes

sociales para facilitar la creación de esta identidad online son múltiples (fotografías, chats, descripciones, datos biográficos, etc.) y se trata de que, a través de estos medios, las personas puedan mostrar y difundir esa información a otros usuarios a través de su perfil personal. Se suelen tomar como referencia otros perfiles considerados como ejemplares o populares para modelar el propio, e ir modificándolo en función del *feedback* que reciben a través de la interacción con otros usuarios (2012: 97).

Esta situación de creación de una identidad en las redes sociales de cara al resto de usuarios se puede comparar con el análisis microsociológico de Goffman, un sociólogo y escritor considerado como el padre de la microsociología, cuyo estudio describe a las personas como actores en una obra de teatro y las interacciones que realizan cara a cara son el esfuerzo por controlar las impresiones que ejercen sobre una audiencia. Por ello, para Goffman en su obra *Presentation of self in everyday life*:

“la presentación de un sujeto en su vida cotidiana es un trabajo constante cuya finalidad es la de crear y negociar una fachada rigurosamente seleccionada, es decir, elaborar un decorado o apariencia a gusto de su entorno para llevar a cabo una actuación gratificante” (1959: 29).

El fin de esta identidad online persigue poder participar en una comparación social con aspectos de una personalidad o estilo de vida ideal, es decir, todas aquellas virtudes que alguien podría llegar a desear tener. De esta manera, la imagen que se muestra en los perfiles de los usuarios puede llegar a reflejar una serie de características que no se corresponden con la personalidad *offline*. Se conforma así una serie de rol interpretado que puede llegar a autoconvencer a la persona de que realmente sí es lo que muestra en las redes sociales. Y esto resulta de lo más atractivo para sus usuarios, disponer de un perfil completamente editable a través de los cuales pueden presentarse según sus intereses, lo cual genera un mayor control y seguridad sobre uno mismo y las relaciones con los demás. En el artículo *La imagen de perfil en Facebook: identidad y representación en esta red social*, se explica que no se trata de que la gente te conozca, sino de seleccionar y potenciar qué es lo que quieres que sepan de ti. De esta manera se genera un círculo vicioso, el cual se sustenta en el número de *likes* o *followers* que consiga un perfil, cuantas más altas sean las cifras, más crecerá la autoestima del usuario (Rueda y Giraldo, 2016: 11).

Cuando hablamos de la identidad o el *self* en las redes sociales, también juegan un papel importante aspectos como el género, la edad, el físico, etc. Todo se estructura en base a categorías acompañadas de tópicos o estereotipos a seguir por norma general. La mujer joven es reflejada con estilo, mucha feminidad y un cuerpo esbelto, por el contrario, si eres hombre, deberás identificarte con algún deporte y mostrar contenido poco emocional. De esta forma se genera una única identidad compartida, según su categoría, por un gran número de personas que comparten un mismo interés, encajar. Esta perspectiva recoge ideas claves para el intelectual austriaco Goffman (Velho, 2008), y queda reflejada en una cita reproducida por Leite (1967: 5): “los otros son nuestros espejos”.

2.2.2 Las relaciones digitales

Es innegable que la llegada de las nuevas tecnologías a nuestras vidas ha supuesto un sinnúmero de cambios, tanto positivos como negativos. Pero lo que de verdad sustenta la necesidad que hemos desarrollado hacia este novedoso modelo de comunicación es la desesperación por interactuar con los demás, ya que la satisfacción que nos aporta entablar contacto con otras personas es inagotable, y esto se debe precisamente a la insatisfacción, el saber que nunca va a ser suficiente. Por lo que la posibilidad de conectar con una red de usuarios inagotable resulta de lo más tentadora.

En el artículo *Comunicación y relaciones interpersonales*, Matilde García se refiere a las relaciones interpersonales como: “la necesidad personal que presupone participación, diversidad, algo poseído solidariamente por varias personas, al menos dos, e implica al mismo tiempo unidad, cierta concordancia o fusión de las partes para formar un todo: al menos una de ellas o ambas hacen donación de algo al otro” (1996: 2). Además, según el artículo *Tecnologías, redes y comunicación interpersonal. Efectos en las formas de comunicación digital*, las relaciones interpersonales también se pueden integrar dentro de una comunicación digital que ha provocado cambios formales en los géneros comunicativos y materiales con los que interactuamos (Laborda Gil, 2005:23). Nos encontramos en constante cambio, y esta transformación ha provocado un nuevo modelo de comunicación interpersonal generada en base a aplicaciones tecnológicas.

Estas relaciones digitales, al igual que las convencionales, están conformadas por dos o más individuos y se basan en una interacción mutua, ya que han de tener reciprocidad por las dos o más partes. En esta interacción entran en juego muchos aspectos personales e intelectuales de los participantes, que serán determinantes para desarrollar habilidades y destrezas comunicativas.

Pero el aporte con el que se inició la tradición interpersonal fue el propuesto por Sullivan (1953) en su obra *The Interpersonal Theory of psychiatry*, el cual define estas relaciones como un “patrón constante de situaciones interpersonales recurrentes que caracterizan la vida humana y conforman la personalidad del sujeto, que a su vez se verá definida por el entorno, el contexto y las relaciones interpersonales” (1952: 124).

Viñas Poch, doctor en psicología, indica en su artículo *Uso autoinformado de internet en adolescentes: perfil psicológico de un uso elevado de la red*, (2009), que en la actualidad las personas hemos pasado de relacionarnos físicamente a conectarnos a través de una red que facilita una mayor libertad en cualquier relación, la opción de huir de las responsabilidades que acarrean los vínculos afectivos y poder determinar el cuándo, cómo, dónde y cuánto tiempo emplear con dicha persona se traduce en un control por parte del usuario, además de la comodidad que supone satisfacer su necesidad de interacción en torno a una conexión o desconexión de la red.

Esa misma facilidad y accesibilidad que aportan las redes sociales a la hora de entablar contacto con otras personas o estímulos, puede inducir a que los usuarios caigan en el deseo constante de interactuar y compartir en ellas, dado que se presenta como una herramienta definitiva para aliviar nuestra necesidad comunicativa. Tal y como señalan Julia Basteiro Monje, Adán Robles-Fernández, Joel Juarros-Basterretxea e Ignacio Pedrosa en su artículo, *Adicción a las redes sociales: creación y validación de un instrumento de medida* (2013):

“Resulta evidente que los avances tecnológicos desarrollados en los últimos años en la sociedad han provocado un cambio significativo en las actividades cotidianas modificando, no sólo la manera de interactuar con el entorno, sino también generando un cambio sustancial en las relaciones sociales. Tal es así que las relaciones cara a cara han dejado paso a las interacciones virtuales, reduciendo el

contacto personal y directo en detrimento de un uso generalizado de diversas redes sociales y aplicaciones a través de Internet” (2013: 2).

2.2.3 La necesidad de compartir en redes

La necesidad de compartir datos e información, o al revés, de obtenerla, viene dado por esa misma necesidad comunicativa de interactuar con otras personas. El ser humano necesita entrar en relación con otros sujetos y establecer una participación o entrega del sí mismo porque es un elemento propio de su naturaleza, la socialización, que guía la búsqueda de la identidad. Para describir este proceso, en el artículo, *Comunicación y relaciones interpersonales*, se plantean tres elementos primarios:

1. La identidad personal: cómo nos vemos a nosotros mismo.
2. La identidad social: cómo crees que te ven el resto.
3. La identidad ideal: cómo desearías verte y que te viesen los demás. (García García, 1996: 23)

Cada una de estas identidades representa una perspectiva distinta de nosotros en función del entorno en el que nos encontramos.

Las redes sociales nos aportan una ventaja muy tentadora, potenciar la identidad ideal sobre el resto de las identidades. Poder crear tu propio usuario o interactuar con otras personas en consideración con cómo deseas plasmarte en ese preciso instante. Puedes elaborar una personalidad más segura o interesante a través de tu perfil de Facebook, ligar con los filtros de moda en Instagram o simplemente *stalkear* a otros usuarios para recopilar datos en base a qué es o no es correcto para fomentar interacciones de interés. El control sobre una necesidad tan básica como lo es la comunicación es lo que engancha y provoca esa nueva necesidad de compartir en redes, porque mediante ese control podemos determinar nuestra identidad social y, por consiguiente, mejorar nuestra autoestima en base a lo que queremos que los demás vean de nosotros.

En este ambiente de ocio y control Tinto y Ruthven en su estudio *Sharing “happy” information* (2016) llevaron a cabo una investigación en torno a la necesidad de compartir información que transmita felicidad y alegría, es decir, contenidos que puedan

interpretarse como positivos. Este tipo de información se da con más frecuencia en un ambiente de ocio más informal, en el que los usuarios adoptan la rutina de compartir datos sin un fin explícito. Utilizaron entrevistas semi-estructuradas en su estudio con el objetivo de interpretar el recuerdo del comportamiento de los entrevistados al compartir dicha información y así poder conocer las preferencias individuales, el nivel de excitación en torno a esa información feliz y también la tendencia a compartir esa información con aquellos usuarios que suscitan interés. Tinto y Ruthven también descubrieron en su estudio que los participantes compartían información mayoritariamente con amigos locales o personas a las que veían con cierta frecuencia. Por lo que se genera una especie de “fraternidad virtual” entre los usuarios que interactúan entre sí a través de las redes sociales, compartiendo sentimientos, emociones o pensamientos que puedan resultar afines para el resto.

Por lo que esta nueva necesidad de compartir momentos y experiencias en las redes sociales viene directamente relacionada con nuestro instinto de integrarnos y ser socialmente aceptados por otros individuos afines a nosotros. La creación de estos lazos es fundamental para nuestra autoestima como personas que son capaces de formar parte de un grupo y de sentirse valoradas en dicho entorno. Las redes sociales se han convertido en un medio más para satisfacer esta necesidad social, pero con una serie de ventajas que facilitan su accesibilidad hasta tal punto de poder estar conectado las 24 horas del día rodeado de estímulos que conectan a una amplia red de personas: twits, fotografías, posts, historias, vídeos, filtros, etc.

2.2.4 Imagen y experiencia

Instagram, Facebook, twitter...prácticamente todas las redes sociales aportan recursos a sus usuarios para permitirlos decidir cómo desean presentarse. La fotografía es, sin duda alguna, la herramienta primordial en la representación de la persona en una red virtual. La creación de una imagen de perfil o autoimagen, para así presentarse ante los otros usuarios.

Tomar fotografías se ha convertido en una práctica al alcance de todos debido a su expansión por la accesibilidad de aparatos electrónicos de bajo costo (móviles, cámaras,

ordenadores, etc.) y la llegada de nuevas plataformas para exhibir cómodamente imágenes, como por ejemplo las redes sociales más populares, Instagram o Facebook.

Según Manuel Canga en su artículo *Introducción al fenómeno del Selfie: valoración y perspectivas de análisis*, “Las nuevas tecnologías han supuesto un salto cualitativo que ha llevado a modificar los métodos de trabajo y la relación con las imágenes; un salto que ha contribuido a fortalecer y perfeccionar los procedimientos empleados para generar espacios virtuales e introducir al espectador o usuario de los medios en un mundo gobernado por lo imaginario, tan elástico y flexible” (2015: 384). Y es precisamente en este contexto donde se desarrolla una popular práctica fotográfica, el fenómeno del *Selfie*, una modalidad de autorretrato fotográfico que se ha extendido por todas las redes sociales como una forma de representación individual ante el resto de los usuarios a través de herramientas como el teléfono móvil, que ha pasado a convertirse en un instrumento de creación visual, mientras que la red social se presenta como en una especie de galería de difusión para dichas creaciones (2015: 400).

Teóricos como Martín Prada (2008) en su artículo *Ensayo, teoría y crítica de la cultura visual y el arte contemporáneo*, han destacado la labor de las redes sociales como exposiciones de la producción amateur, destacando que, según las estadísticas, este tipo de creaciones forman una parte mayoritaria de los contenidos online, aunque éstas carezcan de singularidad. En cualquier caso, Martín Prada defiende que “la tarea esperable de la creación artística sería, por tanto, la construcción, en las dinámicas transfronterizas de presencias humanas en los entornos de redes, de flujos de valor y sentido independientes de las lógicas de los mercados y de los intereses corporativos” (2008: 78).

Un hecho sorprendente del fenómeno *selfie* es la necesidad e insistencia con la que algunas personas realizan fotografías para mostrarse a sí mismos y ponerla en circulación a través de sus redes sociales, aún a riesgo de no poder controlar su difusión, es decir, quién observa dicha imagen, ya que la imagen se desplaza por un sistema de pantallas hasta llegar a un gran número de internautas. El autor del *selfie* tiene como finalidad localizarse para el resto de personas con la autoimagen que quiere proyectar, dado que, para enseñar y distribuir un *selfie*, primero ha de sentirse satisfecho con el resultado.

Podría decirse que, en principio, el autor se muestra bajo una apariencia a modo de máscara, con la finalidad de comunicar, captar la atención o fascinar al resto de personas. Lacan, en su seminario dedicado a la psicosis, aborda la importancia de hacerse visible y ser percibido por miradas ajenas y anónimas, una especie de juego en el que destacan la percepción y el deseo entre el autor y el otro. En términos visuales, el Yo se configura a sí mismo, y para el otro, como un objeto deseable, pues eso son, precisamente, los objetos que la mirada desea: imágenes pregnantes que dan cuerpo y forma al Yo, puesto que los objetos son mirados desde el Ego (1984: 266).

Las redes sociales ofrecen un entorno tan cómodo y práctico que el usuario acaba por desarrollar una necesidad de actualizar sin parar su contenido y sus imágenes para dotar de nuevas experiencias su perfil virtual, esta nueva necesidad esconde la motivación de superación del usuario, el deseo de mejorar constantemente frente a su lista de contactos, que adoptan un papel de incentivo, a través de sus “likes” o “me gusta”, pero también pueden ser críticos. Según Manuel Canga Sosa en *Introducción al fenómeno del Selfie: valoración y perspectivas de análisis*, “La relación entre los usuarios y las imágenes es la finalidad de una cultura tecnificada que entraría en pánico si un mal día se bloquearan los ordenadores y las redes de comunicación” (2015: 402).

2.3 Adicción

En el libro *Manual de adicciones para psicólogos especialistas en psicología clínica en formación*, se indica que las adicciones están ligadas a la historia del hombre. El tabaco, el alcohol, la cocaína y un sinnúmero de sustancias que el ser humano ha utilizado a lo largo de su historia y sigue consumiendo hoy. En la actualidad han surgido nuevas adicciones a parte de las ya mencionadas que se caracterizan por ser comportamentales, es decir, que no provienen de ninguna sustancia, como por ejemplo los efectos derivados de nuestra sociedad tecnológica a través de los teléfonos móviles, webs eróticas, compras online, etc. Por lo que en los últimos años se han incorporado distintas conductas bajo la denominación de adicciones o conductas adictivas ligadas al concepto de dependencia, tanto física como psíquica (Becoña Iglesias y Cortés Tomás, 2011: 15).

En un principio sólo se catalogaban como adicciones aquellos casos en los que se consumían sustancias psicoactivas que, al ser ingeridas, podían generar una

dependencia. Pero con el tiempo se observó que también existía otra modalidad, las conductas adictivas, que sin existir sustancias de por medio, podían producir también esa misma dependencia.

Una característica muy representativa de las adicciones o de las conductas adictivas, es la pérdida de control. Las personas que pasan por esa situación no tienen ninguna capacidad de control ante ese estímulo o conducta, llegando a sufrir dependencia, síndrome de abstinencia y un empeoramiento general en sus vidas, que en la mayoría de los casos requiera de un tratamiento o terapia profesional.

Gossop en su libro *Relapse and addictive behaviour* (1989) señaló como elementos característicos de una adicción:

1. Un fuerte deseo o un sentimiento compulsivo para llevar a cabo dicha conducta o consumir sustancias (especialmente cuando resulta complicado llevar a cabo tal acción).
2. Capacidad mínima de controlar la adicción o conducta adictiva (especialmente en el caso de controlar su comienzo, mantenimiento o nivel en el que está ocurriendo).
3. Estado constante de malestar y ánimo alterado cuando la conducta es interrumpida o impedida.
4. Consumir o persistir en la conducta a sabiendas de las consecuencias dañinas que le está produciendo al individuo. (1989: 123).

Otro aspecto de lo más preocupante en las adicciones es la tolerancia, es decir, el proceso mediante el cual el individuo que experimenta una adicción tiene la necesidad de incrementar la ingestión de la sustancia para conseguir el mismo efecto que le provocaba al principio. Lo mismo sucede en el caso de las conductas adictivas, como por ejemplo en las redes sociales, en las que el individuo necesita incrementar la cantidad de tiempo destinado a su uso para lograr el mismo efecto.

2.3.1 Trastornos de conducta y adicción a las redes sociales

En la obra *Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto*, escrita por Echeburúa y Corral, cada vez se observan más casos de adicción a internet. Puede darse en personas que sustituyen una adicción por otra, ya que la accesibilidad que facilita el ordenador puede incitar a adquirir dependencia a la misma herramienta. Al igual que ocurre con otras adicciones, ventajas como facilidad de uso, tiempo libre o acceso a la información, si no se saben utilizar adecuadamente o de forma dosificada, puede llegar a generar una adicción en vez de ayudar a las personas a vivir mejor (2010: 91).

Las redes sociales tienen una serie de características comunes que las hacen irresistiblemente atractivas para las personas, y, más concretamente, para los adolescentes, dado que son considerados por numerosos estudios como los más vulnerables ante los efectos de este fenómeno digital. Comunicación instantánea, autonomía y control sobre la distancia o el tiempo, son algunas de las ventajas más destacables que aportan las redes sociales al proceso comunicativo. Pero también esconden nuevas funciones que han ido surgiendo en base a su evolución, como por ejemplo considerarla como una vía de escape emocional, y son las que destacan a las redes sociales como una herramienta de lo más adictiva.

Conceptos clave como el autoconcepto o la autoestima son determinantes para entender el porqué de las adicciones. Ya que, como indica un estudio de Herrera, Pacheco, Palomar y Zavala en su artículo *La Adicción a Facebook Relacionada con la Baja Autoestima, la Depresión y la Falta de Habilidades Sociales*:

Las personas que obtuvieron un resultado mayor de adicción a internet obtuvieron puntuaciones que los clasificaban dentro de clases de baja autoestima, y por lo tanto intentan conectarse a estas redes porque les dan seguridad (2010: 16).

Además, Visa Barbosa, Seuma y Soto Merola en su artículo *Del retrato de familia a la fotografía de perfil. Usos de la fotografía en la red social Facebook*, comprobaron que los usuarios de Facebook que tienen más contactos son los que mayor autoestima poseen. Esto es debido al ya mencionado soporte emocional de las redes sociales.

Cuanto más usuarios sepan de tu vida en redes sociales más satisfacción personal recibirás, y, por lo tanto, se genera un círculo vicioso de dependencia que puede llegar a provocar trastornos de conducta o incluso enfermedades mentales como la depresión (2018: 720).

Por lo tanto, aquellas personas que tienen una visión más negativa de sí mismas, se esconden a través de las redes sociales con la finalidad de arrojarse en una falsa sensación de seguridad. Se refugian en un entorno virtual donde pueden esconder todas sus inseguridades y aparentar ser quienes quieren ser. Esto puede acarrear una peligrosa dependencia hacia las nuevas tecnologías y las redes sociales que puede verse patente en pequeños gestos: no despegar las manos de los teléfonos móviles, actitud más dispersa, pérdida de la noción entre lo real y lo virtual, etc.; hechos que apuntan a una sociedad movida por el atractivo y la facilidad que aportan este tipo de redes, pero que, a su vez, puede llegar a caer en un estado de letargo donde, al igual que las personas adictas a otras sustancias, se pierde la conciencia de la realidad y de lo que es bueno o malo.

Según Enrique Echeburúa en su libro *Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes*, las nuevas tecnologías están viviendo un momento de constante evolución: las redes sociales y los dispositivos tecnológicos, como son los ordenadores, tablets, teléfonos móviles; hacen más sencillo que podamos acceder a una interacción digital desde cualquier lugar y en cualquier momento, están siempre a mano, hecho que provoca un aumento de la frecuencia con la que entramos a nuestras redes sociales. Por lo tanto, podríamos afirmar que un uso descontrolado de estas herramientas o un incremento desmesurado de la actividad online es lo que genera y demuestra una adicción o dependencia de la población a las nuevas tecnologías (2009: 4).

Al final, buscamos tanto la aprobación del resto de personas que acabamos perdiendo la capacidad de observación y autocrítica, omitiendo por completo la aceptación de un posible problema de adicción. En la relación existente entre el nivel de adicción y la percepción de ésta se percibe un problema de evaluación del sujeto, que defiende ante todo el nivel de uso que hace de las redes sociales. Es lo que se conoce como una característica del sistema delusional, un elemento psicológico clave en cualquier adicción que explica la negación del propio sujeto ante su propia adicción, un autoengaño propio de una persona adicta a las drogas. Por lo que, una sociedad

dependiente de las nuevas tecnologías es una sociedad que no ve, o no quiere ver, los problemas que puede acarrear dicha adicción.

3. ARGUMENTO DE LA SERIE: BLACK MIRROR

En los últimos diez años, la tecnología ha transformado prácticamente todos los aspectos de nuestras vidas antes de que podamos pararnos y reflexionar. En cada casa; en cada despacho; en cada mano –una pantalla de plasma; un monitor; un Smartphone- un espejo oscuro de nuestra existencia en el siglo XXI. Nuestros lazos con la realidad están cambiando. Adoramos los altares de Google y Apple. Los algoritmos de Facebook nos conocen más íntimamente que nuestros propios padres. Tenemos acceso a toda la información en el mundo, pero no tenemos capacidad cerebral para absorber nada mayor que un tweet de 140 caracteres. Black Mirror refleja el malestar colectivo acerca de nuestro mundo moderno (Promoción de Black Mirror en Channel 4, noviembre de 2011).

Con esta reflexión se anunciaba la emisión de la serie creada por Charlie Brooker, *Black Mirror*, en 2011 a través del canal británico Channel. En un comienzo se retransmitieron dos temporadas de tres episodios cada una, con las que la serie fue cobrando cada vez más protagonismo, y tras producirse un especial de Navidad, fue comprada por Netflix, la gran plataforma de entretenimiento audiovisual, la cual subió doce capítulos más emitidos entre 2016 y 2019.

A partir de este fenómeno fueron surgiendo múltiples opiniones de diversos autores y expertos que han analizado tanto los impactos de la serie como su forma de contar las historias. Julio Cesar Mateus en su artículo *Black Mirror como recurso educativo: una distopía para pensar la cultura digital*, apunta:

Black Mirror pasó de ser una serie que era vista exclusivamente como un medio de entretenimiento, a un producto que puede ser analizado desde diferentes aspectos. Se trata de una ficción que interpela por su verosimilitud: aunque aparente un aire futurista, recrea la realidad cercana de un mundo profundamente mediatizado. Así, los episodios de Black Mirror, con un tono distópico y sombrío, permiten experimentar obsesiones y miedos de la cultura digital, y pensar sus posibles efectos. (2017: 226).

Uno de los puntos centrales de *Black Mirror* es la relación que se establece entre la pantalla y el espectador. Todos los capítulos se presentan en formato antológico, es decir, son historias que no guardan relación entre sí, pero todas comparten un argumento común respecto a los efectos que tienen los diferentes usos de las nuevas tecnologías, tanto sus ventajas como sus inconvenientes. A lo largo de la serie se presentan a los personajes rodeados de dispositivos avanzados con características sorprendentes, que son considerados como una herramienta creada para satisfacer las necesidades de las personas. Y cada historia muestra un suceso relacionado con cómo el personaje elige dar uso a estos dispositivos.

En el artículo *El universo distópico de Charlie Brooker*, Alonso Calleja señala:

Estas sociedades son expuestas con unas características negativas causadas por los propios hombres y mujeres en el auge de esas tecnologías fuera de control o con un gran dominio de las autoridades de turno que controlan a los seres humanos con diferentes métodos expuestos en cada uno de los diferentes episodios (2018: 19).

El popular nombre de la serie *Black Mirror*, en español *Cristal Negro*, hace referencia a las pantallas negras en las que tanto nos encontramos inmersos a diario a través de los diferentes dispositivos que tenemos al alcance: tablets, televisiones, ordenadores, smartphones, etc.; a través de las cuales podemos acceder a un universo tecnológico repleto de aplicaciones multimedia que abarcan desde plataformas de video o citas online, a las fotos que subimos a las redes sociales de forma cotidiana.

Black Mirror revela cómo la tecnología moderna, que debería ser utilizada para mejorar o facilitar las actividades de la gente que conforma una sociedad, termina siendo usada con fines oscuros, reflejando un entorno en que las personas son las responsables de corromper dicha tecnología y viceversa. Esto es debido a la facilidad con la que se pueden realizar prácticas destructivas mediante el uso de los diferentes dispositivos tecnológicos que van apareciendo a lo largo de los capítulos que conforman la serie. En cada uno de ellos se muestra a una sociedad rota, fruto de sus propias acciones. Charlie Brooker invita así a reflexionar acerca del peligro de las nuevas tecnologías, indicando con cada historia que, estas herramientas se nos presentan como un avance u oportunidad, pero, sin embargo, desata consecuencias sociales catastróficas.

Díaz Gandasegui Correo en su artículo, *Black Mirror: el reflejo oscuro de la sociedad de la información*, expone:

“*Black Mirror* se sitúa en un escenario probable, un reflejo oscuro de cómo sería nuestra sociedad si siguiésemos por un camino determinado” (2014: 587).

En cualquier caso, el argumento principal de la serie no necesariamente se posiciona en contra de la tecnología, ya que las enfoca como meras herramientas o instrumentos, pero que, como ocurre en la realidad, a veces se escapan al control humano: dependencia hacia las redes sociales, el terrorismo digital y otros temas que muestran la vulnerabilidad que podemos llegar a presentar al usar dichos instrumentos.

Haciendo uso de estos temas tan controvertidos, *Black Mirror* cumple su objetivo de conseguir que la audiencia se pueda identificar con las situaciones expuestas en cada historia. Algunos de los dispositivos no han sido creados aún, o han sido modificados al antojo del guion, pero muestran a la perfección lo que podría llegar a ocasionar un mayor desarrollo tecnológico en nuestra realidad actual.

La gran repercusión que ha generado *Black Mirror* en la sociedad está ligada a su capacidad de generar un contenido de lo más atractivo y repleto de mensajes que empujan a la reflexión y al debate. Y, como consecuencia, ha dado lugar a multitud de opiniones y críticas. Con los años, la serie ha pasado de verse exclusivamente como un medio de entretenimiento, a un producto propio de análisis complejos, ya que trata aparentemente un enfoque futurista, pero recreando la realidad más cercana de un mundo mediatizado y manipulable. Así, los episodios de *Black Mirror*, a través de un enfoque distópico y sombrío, muestran las obsesiones y temores de una cultura cada vez más digitalizada, que anima a reflexionar sobre sus posibles efectos (Mateus, 2017).

3.1 *Nosedive (Caída en picado)*: argumento del capítulo y de su representación distópica

Nosedive (Caída en picado), así da nombre Charlie Brooker al primer episodio de los seis que componen la tercera temporada. El capítulo, dirigido por Joe Wright, fue lanzado por primera vez en la plataforma de Netflix el 21 de octubre de 2016.

Nosedive transcurre en un mundo donde las interacciones sociales de los personajes se reducen a la puntuación que dan y reciben cada uno de ellos en una red social, la cual guarda bastante similitud con aplicaciones tan populares como Instagram o Facebook. El número de puntos que obtienen en su perfil es determinante, ya que influyen enormemente en todos los aspectos de sus vidas. Sobre todo para la protagonista de la historia, Lacie (interpretada por Bryce Dallas Howrad), una joven de apariencia inocente y encantadora que está obsesionada con aumentar su popularidad y, por consiguiente, su puntuación. Ya desde el mensaje de su título, “caída en picado”, nos adentra en una perspectiva vertical donde existen dos extremos, uno superior y otro inferior, por lo que se produce un itinerario de descenso protagonizado por Lacie en su insaciable misión de conseguir el ascenso social.

Desde un principio se nos presenta un mundo ideal, pero con estrictas normas de interacción social, representado con una estética en colores pastel y mucha presencia del rosa y sus variantes. Este escenario no sólo refleja un contraste entre la felicidad que aparenta ese aspecto ideal y armónico, y lo que hay al otro lado del espejo, sino que además nos recuerda a las imágenes cuidadas propias de los filtros de Instagram.

La primera escena nos muestra cómo Lacie se encuentra practicando footing por la calle de su urbanización con unos auriculares puestos y sin soltar su teléfono móvil, hasta cruzarse con un grupo de vecinos que también se encuentran practicando deporte. Es ahí cuando intercambian un saludo a la vez que, de forma casi instintiva, se puntúan mutuamente con sus móviles. Un gesto que marca todo el desarrollo de la serie.





*Imagen 1, 2 y 3: Escena de Nosedive (2016)
Extraído de: Netflix*

A partir de ese momento, la historia nos presenta los diversos ámbitos de la vida de Lacie, los cuales parecen minuciosamente pautados en torno a la presentación y puesta en escena de la vida privada, desarrollada rigurosamente, con sus pros y sus contras, en la aplicación social que todo el mundo usa a través de su teléfono móvil. Una red social similar a las que utilizamos en la vida real, en la que nuestra protagonista se dedica a puntuar de cero a cinco estrellas los vídeos e imágenes que suben su lista de usuarios, a los que sigue y agrada con puntos con la esperanza de recibir un feedback. Cabe destacar que, en función de tu puntuación media, puedes disponer de según qué privilegios: poder acceder a mejores puestos de trabajo, descuentos en el alquiler de la vivienda y, en general, una mayor facilidad y comodidad en los aspectos de la vida cotidiana.

Lacie, que posee desde un principio una puntuación por encima de la media, pero sin llegar a rozar el nivel superior de popularidad, decide rehacer su vida cambiando de residencia, sin embargo, su estatus social aún no es lo suficientemente alto como para poder permitírselo. Por lo que se propone luchar por su sueño de conseguir la vida perfecta y decide recurrir a un asesor para aumentar su reputación social en la aplicación, el cual la aconseja acercar lazos con contactos que posean una puntuación superior a la suya.

Aquí es donde entra en juego su amiga de la infancia Naomi (interpretada por Alice Eve), una de las personas más populares que Lacie conoce y su oportunidad de lograr incrementar sus puntos. Naomi contacta con ella para invitarla como dama de honor a su boda, el evento perfecto para destacar entre los populares familiares y amigos de la

pareja. Lacie escribe un discurso perfecto, repleto de anécdotas lacrimógenas y adorables que han vivido juntas, para impresionarlos y recibir una oleada de buenas puntuaciones que elevaran su media a lo más alto. Durante su viaje a la boda, Lacie afronta una serie de sucesos que ponen a prueba su paciencia y su eterna sonrisa, hasta comenzar a sufrir una cólera desmedida que deja al descubierto sus emociones reales: ira y desesperación. Poco a poco, va aceptando y normalizando la expresión de sus verdaderos pensamientos y sentimientos catalogados socialmente como negativos. Su popularidad se ve mellada a pasos agigantados hasta convertirse en una persona repudiada e indeseable que, finalmente, es detenida y encarcelada tras armar un escándalo en la celebración de la boda de Naomi. En la secuencia final, Lacie se encuentra en su celda, con un aspecto desaliñado y macabro, de pronto comienza a compartir insultos y obscenidades con el preso de en frente hasta caer en un ataque de risa.



*Imagen 1, 2 y 3: Escena de Nosedive (2016)
Extraído de: Netflix*

Esta última escena resulta de lo más significativa. El catártico momento en que la protagonista, encarcelada entre cuatro paredes, cuando se supone que debería sentirse presa y oprimida, es cuando por fin comienza a entender lo que significa tener una verdadera libertad. Sin filtros, apariencias, ni puntuaciones. Un hecho un tanto irónico, ya que un momento que debería ser trágico para cualquier persona, pasa a convertirse para Lacie en una bocanada de aire tras haber soportado durante tanto tiempo la presión social que la obligaba a aparentar constantemente una vida perfecta. Una vida en la que no existía la posibilidad de poder gritar, ni enfadarse, ni llorar, ni decir tacos, etc.; tan sólo debía ceñirse al mismo guion superficial del resto de personas. Por lo que, en el instante en el que comienza a ser consciente de que ha roto con todas esas ataduras en forma de normas sociales, comprende que ya no tiene por qué seguir reprimiendo sus emociones y explota. Mientras Lacie y su compañero de la celda de en frente comienzan a insultarse, se puede apreciar un cambio en las expresiones de sus caras. Lo que empieza como una pelea entre dos personas molestas, acaba convirtiéndose en una especie de terapia, donde cada palabra malsonante y grito de desvarío equivale a una dosis de liberación y paz interior. Ya no tienen que cargar con el peso diario de simular una vida programada y ligada a la tecnología; ahora, aún estando presos en la cárcel, son dueños de su libertad.

3.1.1 Universos distópicos

El concepto de distopía es complicado de comprender sin antes concretar el significado de lo que entendemos por “utopía”, es decir, una visión ideal y soñadora de cómo debería de ser la sociedad perfecta, siempre altruista y al servicio de la humanidad. Es, por así decirlo, la mejor versión del mundo con la que poder soñar o fantasear.

A partir de ese pensamiento idílico, desemboca el término de “distopía” como respuesta a la ejecución errónea de la utopía. El objetivo primordial de la distopía se centra en mostrar un clima de desesperanza y destrucción para concienciar a la población de la necesidad de corregir o evitar ciertas tendencias que nos definen como sociedad, para así intentar remediar la llegada de un futuro indeseable.

Un tema muy recurrente en este género es la creación de escenarios que muestran el sometimiento de la humanidad ante los avances tecnológicos, destacando la dependencia y el control social como piezas clave de esta premonición ficticia, como ocurre en *Black Mirror*. Aunque también podemos encontrar otras preocupaciones en las distopías literarias más significativas del siglo XX:

- *Un Mundo Feliz* (1932): una novela de Aldous Huxley que muestra a una sociedad ordenada por clases cuyo sistema se basa en la tecnología reproductiva. Todos los habitantes han sido educados para que ocupen su lugar correspondiente y se muestran totalmente felices, eliminando cualquier atisbo de sentimientos o valores contrarios a la norma.
- *1984* (1949): George Orwell, a través de esta obra, describe una sociedad que vive bajo el constante control de un gobierno autoritario, que se representa como un sistema omnipresente cuya finalidad es vigilar y limitar la libertad de los ciudadanos. El argumento de *1984* se plantea como una crítica al régimen estalinista.
- *Fahrenheit 451* (1953): una novela con la que Ray Bradbury trata de reflejar una sociedad controlada también por el gobierno, cuyo objetivo principal es impedir que las personas lean libros y, por consiguiente, puedan desarrollar nuevos conocimientos y reflexiones que desestabilicen el sistema. Para ello, todos los libros deben ser quemados y destruidos. Una obra que puede compararse con el estado de conformismo y adormilamiento al que nos podemos ver expuestos ante los medios de comunicación de masas.

La distopía también es un género muy recurrente en las obras audiovisuales. Algunas de las series más destacadas de temática distópica son:

- *Los 100*: la exitosa serie basada en la novela de Kass Morgan lanzó su primer episodio en 2014 y ya cuenta con 7 temporadas más. Esta historia comienza con el éxodo de 400 supervivientes de la tierra en naves espaciales. Muchos años después la capacidad de las naves se ve sometida dada la superpoblación, por lo que limitan la natalidad a un hijo por familia y se

decide mandar a los habitantes más problemáticos de vuelta a la tierra como experimento para comprobar si vuelve a ser habitable.

- *El Último Hombre en la Tierra*: la serie ideada por Phil Lord y Chris Miller emitió su primera temporada en 2015. Aunque el propio título de la serie resulta engañoso a partir del segundo episodio, refleja a la perfección cómo resultaría estar en la situación de encontrarnos completamente solos en el mundo.
- *The Man in the High Castle*: la serie lanzada en 2015 y basada en un libro de Philip K. Dick, nos muestra una distopía en que los nazis, junto con la colaboración del imperio japonés, ganan la Segunda Guerra Mundial y ambas potencias acaban repartiéndose el mundo entero.

Por consiguiente, se podría entender la distopía como un subgénero de la literatura de ciencia ficción que analiza el presente para comprender el futuro y así poder influir sobre él y su construcción social a través de las obras de ciencia ficción, es decir, a través de estas obras tratan de advertirnos acerca de la peligrosidad de ciertas tendencias sociales que pueden acarrear consecuencias devastadoras en el futuro y que, para evitarlas, requieren de una intervención en el presente.

Enrique Páez en su libro *Manual de Técnicas Narrativas*, señala:

Por lo general, los autores de ciencia-ficción están mucho más preocupados por el presente que la mayoría de los escritores. Las narraciones contadas en un espacio-tiempo futuro suelen ser metáforas bastante transparentes del tiempo presente. Nos hablan de nuestro mundo, aquí y ahora, a base de mostrarnos el futuro deshumanizado que estamos construyendo nosotros mismos en la actualidad (2005).

3.1.2 Black Mirror, ¿distopía o realidad?

Black Mirror, a través del episodio *Nosedive*, trataría de advertirnos de las consecuencias que podríamos sufrir en un futuro cercano debido al uso desmesurado de las nuevas tecnologías, y más concretamente, de las redes sociales, ya que podrían convertirse en un mecanismo de control social basado en las apariencias, la producción de modas y la pérdida del individualismo.

La primera interacción de la protagonista está mediada por la tecnología, el sencillo gesto de estirar la mano hacia otro personaje sujetando el teléfono móvil será repetitivo durante todo el episodio, tan omnipresente como la propia Lacie.



Imagen 1 y 2: Escena de *Nosedive* (2016)
Extraído de: Netflix

En la actualidad también podemos identificar ciertos gestos que delatan la presencia de las redes sociales en nuestra interacción diaria, como el tecleo constante del teléfono y las miradas gachas en el metro o en los bares, incluso hemos llegado a normalizar el hecho de cruzar la calle sin prestar apenas atención a la circulación de coches y peatones. La familiarización de estos gestos son el equivalente a cómo los personajes de *Nosedive* ligan sus vidas al dispositivo que los acompaña.

Otra escena muy determinante en esta comparación distopía-realidad es cuando Lacie se encuentra esperando la cola en una cafetería al aire libre. En un plano conjunto todos los clientes, tanto los que se encuentran esperando a ser atendidos como los que están ya dispuestos en las mesas tomando algo, están completamente pendientes de sus teléfonos móviles, y a pesar de que todos están manteniendo una interacción mediante la

tecnología, nadie mira a su alrededor, todo lo que ocurre se puede visualizar a través de una pantalla.



Imagen 1, 2 y 3: Escena de Nosedive (2016)
Extraído de: Netflix

De hecho, esta escena nos muestra cómo Lacie, a la vez que espera a ser atendida por el camarero, sigue puntuando sin cesar a otros usuarios que suben escenas domésticas a modo de espectáculos tiernos o llamativos que sirvan de reclamo en su perfil, como, por ejemplo, un niño que juega plácidamente en un jardín. Cuando por fin llega su turno, lo primero que hace es escanear el perfil del camarero con una especie de prótesis en sus ojos que se encuentra conectada a su dispositivo. Él la sirve amablemente el café y le regala una galleta, y, tras una interacción breve y sobreactuada, le puntúa positivamente con cinco estrellas recibiendo la misma respuesta por parte del camarero.

En el mundo real, no disponemos de ningún mecanismo para identificar el estatus social al que pertenece cada persona que nos encontramos por la calle, no sabemos qué puntuación media tiene como ciudadano ni cómo poder identificar automáticamente su perfil en las redes sociales. Pero sí que puede resultarnos muy familiar esta escena de la cafetería, todo el mundo mirando sin parar su teléfono móvil sin apenas cruzar palabra con las personas de alrededor, grabando y fotografiando momentos que pueden resultar privados o personales, como la sonrisa de su hijo o la decoración de su nuevo salón, simplemente con el mero objetivo de subirlo a las redes sociales y recibir notificaciones con las reacciones de sus seguidores. Por lo que, podría decirse, que recibimos un estímulo similar al de los habitantes del capítulo de *Black Mirror*, no tenemos su mismo sistema de puntuación numérica, pero igualmente, ese mismo deseo de ser observados y valorados por otros nos empuja a seguir compartiendo contenido en las redes sociales y a interactuar con la tecnología.

De esta forma, toda actividad se expone a ser valorada en las redes sociales y contribuye a la concepción de la identidad de cada sujeto. Como si un perfil de Instagram se convirtiese en un pequeño museo donde exponer las vivencias, gustos o deseos de una persona a modo de carta de presentación, con la finalidad de perseguir la respuesta o reacción del resto de usuarios. Este pensamiento se corresponde en la psicología social con la metáfora del espejo social, la cual “nos propone que sólo podemos concebirnos como creemos que la gente nos concibe. Construimos nuestra identidad, en buena medida, condicionados por las expectativas que los demás han depositado en nosotros.

Por lo que tenemos una necesidad constante de vernos a través de los ojos de los demás, a través de su aceptación, y las redes sociales facilitan este proceso mediante la creación de un perfil diseñado especialmente con la finalidad de gustar o provocar admiración en base a unos parámetros sociales que dictan lo que está bien y lo que está mal. Por ejemplo, tal y como se muestra en *Nosedive*, los perfiles de las personas que tienen una puntuación media más alta tienen en común un punto muy característico, el físico. Por lo general, son atractivos, con rostros bellos y cuerpos esbeltos o musculados. De esta forma, se crea una conexión directa entre ser agraciado (según los estándares sociales) y ser popular. De hecho, observamos que, en el personaje de Naomi, la amiga de la infancia de Lacie, que en su perfil se muestra a través de fotos y vídeos que aparentan felicidad, alegría, vitalidad y amor. Una vida perfecta que

discierne de lo que vemos en su realidad: una chica guapa pero insegura que necesita tener todo su día a día estructurado en base a las publicaciones que sube a la red social, con pensamientos y comportamientos egoístas y muy superficiales, característica que parece compartir con todas las personas que conforman su vida. De hecho, en el discurso que consiguió realizar a traición Lacie en la boda, revela que Naomi sufrió trastornos alimenticios, que la robó el novio y que era una manipuladora empedernida, una personalidad que no acaba de encajar del todo con la intención de gustar y conseguir puntuaciones altas que persigue su apariencia física y su perfil.



Imagen 1 y 2: Escena de *Nosedive* (2016)
Extraído de: Netflix

Esta idea también se ajusta a la realidad, a través de las redes sociales podemos encontrar un modelo físico común que comparten la mayoría de los perfiles considerados como *influencers*. Personas que físicamente pueden resultar agradables a la vista para el resto de los usuarios, y que incluso pueden convertirse en modelos a seguir que ensalzan el culto al cuerpo esbelto y la delgadez simplemente por la relación que podemos llegar a hacer en nuestra cabeza entre un físico deseable socialmente y una vida perfecta.

El papel del *influencer* se basa en captar un elevado número de seguidores en las redes sociales con la finalidad de convertir su perfil en una puja de marcas interesadas en promocionar su producto. Podría considerarse como una especie de escaparate destinado para que el público (principalmente jóvenes) pueda conectar con la persona a la que admiran o siguen (el influencer), a través de lo que muestra en su contenido. De hecho, en plataformas como Instagram ya se dispone de una opción para enlazar el objeto/producto que se promociona en las publicaciones con la web de la marca para

que, con un simple click, accedas a la página de compra donde podrás adquirir el mismo bolso que llevó ayer tu ídolo.



Ilustración 2 Imagen 1 y 2: Capturas de los perfiles de María Pombo y Cindy Kimberly. Extraído de: Instagram

Algunas de las *influencers* más seguidas en España, como María Pombo y Cindy Kimberly, cuentan con un gran número de colaboraciones y, a día de hoy, se ganan la vida a través de sus perfiles en las redes. Además, ambas cuentan con características comunes para considerarse triunfadoras de cara al público: un físico que cumple con los estándares de belleza actuales y facilidad para compartir su vida a través de las pantallas. Puntos que también cumple el personaje de Naomi en el capítulo *Nosedive*.

Caras angelicales y cuerpos de modelo que ejercen una gran influencia en el público más juvenil y, por lo tanto, pueden llegar a convertirse para muchas personas en auténticos ejemplos a seguir. Al igual que Lacye trataba de acercarse a su popular “amiga” Naomi, para así alcanzar su idílica vida repleta de personajes importantes, riqueza y belleza. Pero Lacye acaba descubriendo que todas esas fotos de vivencias que antes envidiaba no son más que una máscara con la que Naomi trata de esconder la pura realidad, nadie es perfecto.

Con esta necesidad de mantener las “buenas apariencias” a través de los perfiles de las redes sociales, podemos sacar en común con la distopía de *Black Mirror* la necesidad de agradar a las personas y el sentimiento de pertenencia a un grupo o sistema. En *Nosedive* la existencia de los personajes se basa en rendirle culto a lo

superficial e insustancial, conformando así una sociedad de pantallas e interfaces conectadas entre sí. Todos comparten un carácter común: un exceso de positivismo exagerado acompañado de una sonrisa eterna y unos modales muy cuidados que esconden la realidad de sus circunstancias.

Al final del capítulo, se desenmascara la propia protagonista sufriendo una especie de liberación ante tanta presión social, momento en el que revela las dos caras de la moneda. Por un lado, la pérdida de identidad que sufre la sociedad y que pretende esconder a través de una red de imágenes y pantallas a modo de etiqueta personal; y por otro, la gran disciplina en la que se ven inmersos con tal de cumplir con las expectativas de aceptación social que tanto ansían lograr y, por consiguiente, los privilegios que dan acceso a una serie de bienes materiales, laborales y de estatus.

Un mensaje con el que *Black Mirror*, a través de una mirada crítica, trata de advertirnos con una ficción distópica de una realidad cada vez más patente donde el estatus social de un individuo queda medido vía electrónica a través de su aceptación en internet. Esto supone que impera un “principio de popularidad” idéntico al de la web, en donde “la conectividad es un valor cuantificable y en la que en cuanto más contactos tenga un individuo, más valioso resultará, porque entonces más personas lo considerarán popular y desearán trabar contacto con él” (Van Dijck, 2016: 31).

3.1.3 La distopía del control social hecha realidad

El tema del poder y el control social es muy frecuente en las obras distópicas más significativas, como en *1984* de Orwell y *Un Mundo Feliz* de Huxley. Tanto es así, que autores como Zygmunt Bauman en su libro *Modernidad Líquida*, plantea una comparación entre ambas obras. En un principio, aunque traten la misma temática, son totalmente contrarias: en el mundo de Orwell se representa a una sociedad doblegada y sometida al poder del sistema a través de un ambiente de tristeza y castigo, en cambio, en el mundo de Huxley la población goza de despreocupación y libertinaje. Pero las dos comparten un mismo mensaje, el fin de la libertad individual y la llegada de la ignorancia dan paso al control social.

Bauman define esta situación en su libro como:

Un mundo en el que una pequeña élite tenía en sus manos todos los hilos, de modo que el resto de la humanidad eran meros títeres, un mundo dividido en manipuladores y manipulados, planificadores y cumplidores de planes, los primeros ocultaban los planes y los segundos ni siquiera sentían deseos de espiarlos para comprender su sentido, un mundo en el que cualquier otra alternativa resultaba inimaginable (1999: 59).

Esta idea del control constante hacía la población es lo que animó a Jeremy Bentham, famoso filósofo del siglo XVIII, a diseñar el Panóptico, una arquitectura carcelaria cuyo principal objetivo era que un único vigilante o guardián pudiera vigilar a todos los presos de la cárcel. En lo referente a la estructura de este sistema arquitectónico, apunta Michel Foucault, filósofo, psicólogo e historiador francés, en su libro *Vigilar y Castigar*:

En la periferia, una construcción en forma de anillo; en el centro, una torre con anchas ventanas que se abren en la cara interior del anillo. La construcción periférica está dividida en celdas, cada una de las cuales atraviesa todo el ancho de la construcción. Tienen dos ventanas, una hacia el interior, y otra hacia el exterior, que permite que la luz atraviese la celda de lado a lado. Basta entonces situar un vigilante en la torre central y encerrar en cada celda a un loco, un enfermo, un condenado, un obrero o un escolar. Por el efecto de contraluz, se pueden percibir desde la torre, recortándose perfectamente sobre la luz, las pequeñas siluetas cautivas en las celdas de la periferia (1975: 232).

De esta forma, el conjunto de la estructura consigue que cada preso se encuentre completamente individualizado y visible en todo momento para el guardián. El efecto mayor del panóptico reside en que el preso es consciente de que puede estar siendo constantemente observado, pero él no posee la capacidad de ver.

Foucault explica este fenómeno a través de dos conceptos clave:

- Visible: el preso tendrá constantemente presente la figura de la torre de vigilancia desde donde es controlado.

- Inverificable: el preso nunca puede estar seguro de en qué momento se ejecuta dicha vigilancia, pero debe sentirse siempre vigilado en todo momento (1975: 233).

Nuestra sociedad actual también forma parte de los engranajes de la máquina panóptica, nos encontramos constantemente vigilados y controlados en base a dos estructuras principales:

- Estructura institucional: el Estado, la familia, la escuela, el trabajo, etc.
- Estructura social: la vigilancia que se efectúa de unos a otros, es decir, cada ciudadano se convierte en un vigilante. Surge así una mirada inmediata, colectiva y anónima cuyo resorte principal es la opinión.

De esta forma, no llega a resultar necesaria la presencia de ningún guardián, ya que el papel de vigilar y ser vigilado recae en todas las personas. El poder ya no se identifica con una persona concreta, sino que se encuentra en cada uno de nosotros mediante un proceso de disciplina social, lo que conforma una sociedad panóptica perfectamente estructurada.

Tal y como indica Ignacio Ramonet en la introducción de su libro *El Imperio de la Vigilancia*:

Durante mucho tiempo, la idea de un mundo “totalmente vigilado” ha parecido un delirio utópico o paranoico, fruto de la imaginación más o menos alucinada de los obsesionados por los complotos. Sin embargo, hay que rendirse a la evidencia: aquí y ahora vivimos bajo el control de una especie de imperio de la vigilancia (2016: 11).

En este ensayo, Ramonet trata de presentar un nuevo escenario donde la distopía, que hasta ahora se concebía como algo lejano y surrealista, se convierte en una realidad. Sin apenas darnos cuenta, hemos acabado en un escenario social donde prima la vigilancia, el espionaje y el control hacia la población a través de las nuevas tecnologías, que diariamente se actualizan para perfeccionar nuestro rastreo, con el pretexto de luchar contra males mayores como el terrorismo u otras amenazas. Hasta los gobiernos más liberales y democráticos caen en la distopía del Big Brother (concepto

propio en el argumento de *1984*, de George Orwell), rompiendo sus propias leyes con el único propósito de controlarnos mejor.

El problema real no es la vigilancia en sí, es la vigilancia cuando no está justificada y se realiza de forma masiva y clandestina. Un estado tiene el derecho de, bajo una autorización judicial, espiar a una persona si ésta es sospechosa de cometer algún acto ilegal. Pero, como bien apunta Edward Snowden en una entrevista realizada en *Le Monde diplomatique*:

No hay problema cuando se trata de escuchas telefónicas a Osama BinLaden. Los investigadores pueden hacer este trabajo mientras tengan permiso de un juez y puedan probar que hay una buena razón para autorizar la escucha. El problema surge cuando nos controlan a todos, en masa y todo el tiempo, sin una justificación precisa para interceptar nuestras comunicaciones, sin indicio jurídico alguno que demuestre que hay una razón plausible para violar nuestros derechos (2015).

3.2 Hechos noticiables que acercan la distopía a nuestra realidad

Para contrastar este impacto del control social en nuestra sociedad, se expondrán determinados hechos, recogidos de noticias de periódicos online, con la finalidad de compararlos con la visión distópica del capítulo *Nosedive* de *Black Mirror*. Dichas noticias aclararán las semejanzas y diferencias que guarda la sociedad actual con la expuesta en la historia de Lacie, la protagonista del capítulo. Más concretamente, se tratarán los temas relativos a la nueva necesidad de conectividad que ha surgido en base a las redes sociales, y que pueden haber abierto una puerta al ya nombrado control social hacia la ciudadanía.

3.2.1 La aplicación de *Black Mirror* ya es una realidad

Black Mirror nos presentaba en *Nosedive* una sociedad panóptica en la que todo el mundo es vigilante y vigilado. Esta vigilancia ininterrumpida ejerce una gran presión sobre la población que busca de un modo desesperado el reconocimiento del otro a través de una aplicación social basada en las calificaciones personales que obtienen sus integrantes en base a la interacción con otros usuarios. Todos actuaban en torno a un mismo fin: hacer el “bien” para conseguir una calificación alta, ya que obtener un puntaje por debajo de la media significaba ser considerados como ciudadanos inferiores que debían recibir el rechazo social del resto de la comunidad. Por ello, la propia población asume el papel de vigilante para comprobar que todo el mundo cumpla las normas establecidas, y así poder entregarle al sistema su bien máspreciado, el poder de controlarlo todo.

Pues esta idea distópica ya es una realidad, por lo menos en lo que a China respecta. El gobierno del país asiático ha desarrollado un sistema que conecta todas las calificaciones financieras, sociales, crediticias, políticas y legales de todos sus ciudadanos, con el objetivo de determinar el puntaje de confiabilidad social de cada persona para facilitar y delimitar el nivel de confianza por habitante. De modo que, en base a esos datos, se podrían adjudicar determinados privilegios o castigos en China, al igual que ocurre en *Black Mirror*.

 CORONAVIRUS CIENCIA SALUD TECNO CURIOSIDADES NATURALEZA MUY GAMER

China ya puntúa a sus ciudadanos al más puro estilo 'Black Mirror'

La oscura, satírica y pesimista distopía de la serie *Black Mirror* parece haber cobrado vida en China tras la implantación del "Sistema de Crédito Social".

Ilustración 3 Captura de una noticia de Muy Interesante (2018)
Extraído de: *Muy Interesante*

Uno de los momentos que más sorprenden en el capítulo de *Nosedive* es cuando la puntuación de Lacie va disminuyendo poco a poco a la par que ella va perdiendo su compostura. En esos momentos, se le cierran un sin fin de posibilidades, como poder viajar en avión, conseguir un coche de alquiler fiable, incluso poder acudir libremente a un acto social como es la boda de su “mejor amiga”. Todo a su alrededor pasa a convertirse en un privilegio inasequible para ella. Bien, pues algo similar sucede en China con este nuevo sistema implementado del gobierno, cuyo objetivo no declarado es tener controlada a la sociedad en base a un mecanismo de recompensa y castigo.



China a lo 'Black Mirror': bloquea 17,5 millones de billetes de avión de personas sin suficiente "crédito social"

*Ilustración 4 Captura de una noticia de Genbeta (2019)
Extraído de Genbeta*

Según el artículo de Toni Castillo en el periódico *Genbeta*, el año pasado, China impidió la compra de billetes de avión a, nada más y nada menos que, 17 millones y medio de personas que, según el criterio de este sistema, no cumplían con el suficiente crédito social. Esta circunstancia no es algo excepcional, ya que se ha repetido el mismo caso con los billetes de tren. Según el informe anual publicado por el Centro Nacional de Información de China, a otros 5 millones y medio de personas se les prohibió la compra de billetes de tren debido a su baja puntuación en este método de puntuaje que no deja indiferente a nadie.

Los criterios en los que se basa este sistema de nivel de confianza del ciudadano pueden ser: impago de impuestos, multas o sanciones o, incluso, haber salido a pasear al perro sin correa.

A pesar de que este sistema empezó a conocerse en octubre del 2017, China lleva experimentando con el “crédito social” desde 2014 con la finalidad de mejorar el

comportamiento público de sus habitantes. Hecho que no es de extrañar, ya que, tal y como señala Sascha Hannig en su artículo *Distopía Digital: Cuatro herramientas que China usa para controlar a su población*:

“este país es pionero en la imposición de herramientas para el control social, como por ejemplo la cesura de contenidos mediante una sofisticada máquina de control que recrea una especie de realidad paralela en la que 800 millones de usuarios de internet, equivalente al 54% de la población china, viven y operan en un sistema casi totalmente desconectado del resto del mundo” (2019: 2).

Manya Koetse, fundadora de What’s On, el principal portal de análisis de tendencias en las redes sociales de China, explicó en una declaración:

“Los ciudadanos chinos están cansados de gente portándose mal en los trenes, fumando en hospitales... Los internautas suelen decir que se necesitan más *listas negras*, por ejemplo, para castigar a aquellos que molestan a los conductores de autobús. Eso les hace sentir más seguros” (fuente: Esglobal, 16 de enero de 2019).

Existen distintas opiniones respecto a este sistema de control. Por un lado, los activistas en pro de los derechos humanos han advertido a China de que el crédito social puede empujar a que las personas sean injustamente resignadas a listas negras sin su conocimiento previo, por lo que se les niega directamente la opción de restaurar la situación, si ello fuese posible. Por otro lado, el informe del Centro Nacional de Información de Crédito Público defiende su sistema y asegura que éste ha logrado que 3 millones y medio de personas cumplan de forma voluntaria con las expectativas de buen comportamiento y fiabilidad, además de sus obligaciones legales. Aunque cabe señalar que es la propia población china, en su mayoría, los que están conformes con la aplicación de este nuevo sistema, ya que a día de hoy no existe un mecanismo que lleve el registro crediticio de cada habitante del país; esto es debido a que, por ejemplo, muchos ni siquiera poseen una tarjeta de crédito.

Según un artículo escrito por Albert Molins Renter y publicado en el periódico de *La Vanguardia* el día 3 de mayo de 2018, actualmente se rumorea que ya hay ocho compañías privadas que han dispuesto una base de datos piloto para comenzar a recopilar información de sus trabajadores. Un ejemplo de estas grandes empresas es

Sesame Credit, perteneciente al gigante Alibaba, que ya ha iniciado la implementación de un nuevo sistema de puntaje para controlar la cuantía de créditos sociales. *Sesame Credit* determina dicha puntuación en función de una serie de factores que mide un algoritmo, el cual indica el tipo de persona que está pidiendo el crédito. Los datos que se requieren para este sistema son muy similares al sistema de China y, por lo tanto, al que se muestra en el capítulo de *Black Mirror*: multas, impuestos no pagados o pagados impuntualmente, registro de compras, etc. Con toda esta información se decide el nivel de confiabilidad del ciudadano. Aquellos que obtengan una puntuación alta, podrán gozar de privilegios únicos, como el alquiler de vehículos sin pagar fianza, disfrutar de colas preferenciales en determinados locales u hospitales, etc. *Sesame Credit* incluso ofrece la posibilidad de que cada uno de los ciudadanos puedan exponer su puntuación en sus redes sociales para así demostrar que son personas de fiar.

Ante todos estos hechos, queda claro que la distopía de la que trata de advertirnos *Black Mirror*, es un augurio más que acertado, ya que la existencia de esta aplicación capaz de controlar a los ciudadanos mediante el crédito social es un punto de inflexión determinante para la aceptación del control social a través de una aplicación. Ya hemos iniciado un proceso que no dista demasiado de lo que refleja la ficción.

3.2.2 España y el rastreo digital a sus habitantes a causa del Covid-19

Actualmente, este polémico debate acerca de la vigilancia y el control a la población vuelve a reabrirse a causa de la pandemia mundial provocada por la Covid-19, un coronavirus que ha cambiado por completo el panorama social, político y económico de todo el mundo, empujando a los gobiernos o fuerzas políticas a tomar decisiones radicales para lograr frenar las terribles consecuencias del patógeno.

Medio mundo ya se ha visto obligado a confinarse en sus hogares con la finalidad de evitar el contagio masivo y la saturación del sistema sanitario. En el caso de España, uno de los países más castigados por la pandemia, se ha tomado decisiones de estricto cumplimiento desde que se inició el estado de alarma en el país, el 14 de marzo de 2020, como por ejemplo teletrabajar desde los hogares y salir únicamente para abastecerse de bienes de primera necesidad. Aunque, debido a la gran facilidad de contagio del coronavirus, el gobierno seguía viendo necesario implementar nuevas

medidas de control. Es aquí donde entra en juego un nuevo sistema de vigilancia a la población destinado a controlar los desplazamientos de los ciudadanos. Un hecho que confirmaría una vez más la presencia de un sistema que espía y vigila a la población

En el mes de abril, el gobierno español, ya planteaba abiertamente que más de 40 millones de teléfonos móviles podrían ser rastreados mediante un estudio de movilidad, de esta forma, según informó la Secretaría del Estado de Digitalización e Inteligencia Artificial, se podrían desvelar y comprender los movimientos de los ciudadanos entre territorios, para así, aportar claridad a la situación y facilitar la toma de decisiones que se han de afrontar para combatir al coronavirus.



*Ilustración 5 Captura de una noticia de El País (2020)
Extraído de El País*

Esta idea de camuflar una herramienta de control social bajo la justificación de combatir una pandemia mundial es de lo más acertada para conseguir el consentimiento de la población, pero, tal y como apunta Ramonet en referencia a las revelaciones que hizo Edward Snowden sobre la red de vigilancia mundial:

Esta voluntad del Estado de saberlo todo sobre sus ciudadanos se legitima políticamente mediante la promesa de una mayor eficacia en la administración burocrática de la sociedad: el Estado afirma que será mucho más eficaz y, por lo tanto, servirá mucho mejor a los ciudadanos, si los conoce mejor (2016: 21).

De esta forma, los gobiernos pueden excusar el uso de esta poderosa tecnología, que evoca a las más grandes distopías de la historia de la ciencia ficción, con la promesa de un futuro mejor para la ciudadanía.

El sistema controlaría a todo el territorio nacional y podrá analizar los datos de desplazamientos de la población española durante el periodo del estado de alarma y

emergencia sanitaria a causa del coronavirus, y hasta que sea necesario para abrir paso a una “nueva normalidad”. Y en un principio, según las fuentes de las principales operadoras de telefonía móvil, esta información no podrá ser utilizada para usos policiales.

“El objetivo es analizar el efecto de las medidas sobre la movilidad de la población, identificando si aumentan o disminuyen los desplazamientos entre territorios o si hay zonas en las que hay una mayor concentración de la población, para contribuir a una mejor toma de decisiones en la gestión de la emergencia sanitaria”, explicó la Secretaría de Estado, adscrita al Ministerio de Asuntos Económicos y Transformación Digital (2020).

Actualmente, este sistema de rastreo ya se encuentra entre nosotros en forma de aplicación para el teléfono móvil que, sin pedir consentimiento alguno al propietario del dispositivo, se instala automáticamente requiriendo únicamente de dos condiciones para realizar el correspondiente seguimiento: tener activada la ubicación y el bluetooth. Además, aparte de controlar los desplazamientos de los ciudadanos, la aplicación podrá acceder a los contactos del teléfono móvil para avisar a todas aquellas personas que hayan estado en contacto con algún contagiado y así evitar agrandar la red de infectados por la Covid-19.



Imagen 1: explicación del procedimiento de la app.
Extraído de: La Vanguardia

Desde que se dio a conocer la noticia, una gran parte de la ciudadanía ha mostrado su descontento con este sistema de rastreo, ya que corremos el riesgo de seguir los pasos de otros territorios que normalizan el espionaje y el control social a la población,

rompiendo con el derecho a la privacidad y a la intimidad de las personas, como ocurre en el capítulo de *Black Mirror*, en otras sociedades distópicas y en la realidad en China.

Cabe destacar que la población ha tenido un papel muy clave en esta situación, facilitándole al sistema la capacidad de controlar y de espiar a la ciudadanía. Tal y como señala Paul Preciado en su artículo para el periódico El País, *Aprendiendo del Virus*:

No necesitamos brazaletes biométricos: el móvil se ha convertido en el mejor brazalete, nadie se separa de él ni para dormir. Una aplicación de GPS informa a la policía de los movimientos de cualquier cuerpo sospechoso. La temperatura y el movimiento de un cuerpo individual son monitorizados a través de las tecnologías móviles y observados en tiempo real por el ojo digital de un Estado ciberautoritario para el que la comunidad es una comunidad de ciberusuarios y la soberanía es sobre todo transparencia digital y gestión de big data (2020).

Paul Preciado reflexiona en su artículo sobre la importancia de que la población comience a tomar conciencia de esta realidad con el objetivo de movilizar un posible cambio en la relación que mantenemos con las nuevas tecnologías:-

4. CONCLUSIONES

Las nuevas tecnologías han supuesto un gran impacto en nuestras vidas, pasando a formar parte en todos los ámbitos de nuestra cotidianidad con una rapidez inimaginable. No sólo nos hemos adaptado a la perfección a todos estos cambios, sino que, además, hemos incorporado a nuestra normalidad esa comodidad y facilidad que nos proporcionan estos avances tecnológicos: la capacidad de poder disponer de cualquier información con sólo un click o de interactuar al instante con cualquier persona, independientemente del espacio-tiempo que nos rodea. Todo ello, ha contribuido a que el ser humano pueda contar con multitud de apoyos para realizar cualquier acción, conformando un contexto tecnológico que, sin lugar a duda, nos proporciona un mayor bienestar general. Pero, tras este panorama tan prometedor, se esconde un arma de doble filo.

En el capítulo de *Nosedive (Caída en picado)*, objeto del análisis comparativo de este trabajo, se refleja esta doble cara: por un lado, se muestra a una sociedad aparentemente perfecta y feliz; pero, por otro lado, deja entrever la cruda realidad que esconde el mantener una relación tan estrecha con la tecnología, más concretamente con las redes sociales. Esta historia traspasa la pantalla para establecer un reflejo de la realidad, ya no sólo mostrando la desmesurada dependencia que podemos llegar a desarrollar por el teléfono móvil, principal herramienta para acceder a las redes sociales, sino que también hace un guiño a nuestro comportamiento como sociedad, donde prima la superficialidad y las apariencias en estos nuevos medios, mostrando perfiles virtuales repletos de contenidos que reflejan una forma de vida que no se corresponde con la realidad, hecho muy característico del actual *influencer*. Esta disociación entre mundo tecnológico *versus* verdad puede llegar a generar una fuerte conexión que liga la autoestima de la persona a la propia red social, constituyendo una serie de metas a seguir en base a las tendencias que se comparten en la comunidad virtual: un cuerpo delgado, una piel bronceada, la adquisición de marcas de lujo, actividades de moda, etc.; pero que, muy lejos de la realidad, resultan ser una mera máscara que esconde una gran inseguridad, al igual que ocurre en la sociedad distópica de *Nosedive*.

Otro tema determinante que refleja tanto el capítulo de *Black Mirror* como la propia realidad actual, es el control social que se ejerce a través de las nuevas

tecnologías a modo de cámaras de vigilancia. En el caso del episodio, son los propios habitantes los que ejercen dicho control entre sí a través de la aplicación con la que conviven; si puntúas alto, te has ganado un hueco en primera clase por el “módico” precio de mantener las buenas apariencias y ocultar los considerados comportamientos negativos; sin embargo, si tu puntuación no cumple con lo requerido, te espera una vida sin esperanza ni oportunidades, donde se te asignará el papel del último de la cola. Algo que suena a auténtica ciencia ficción pero que, sorprendentemente, ya es una realidad que cada día parece avanzar más y más con la llegada de noticias tan escalofrantes como el sistema de crédito social implantado en China o el seguimiento y rastreo a los habitantes de medio mundo a causa de la Covid- 19. Hechos que apuntan a la existencia de un verdadero Big Brother que pretende saberlo todo de cada uno de nosotros con la finalidad de clasificarnos en función de nuestros méritos o errores.

Ante estos hechos, cabe señalar la importancia de que la población comience a tomar conciencia de esta realidad tan distópica que nos rodea, para iniciar un cambio en nuestra estrecha relación con las nuevas tecnologías e impedir ser víctimas de nuestro propio control.

En definitiva, podría concluir señalando que la constante evolución tecnológica a la que nos vemos expuestos ha modificado el contexto actual hasta convertirse en la protagonista de nuestras propias vidas y que, tanto para bien como para mal, es necesario comprender cómo puede afectar a nuestro entorno y a nosotros mismos. Bajo mi punto de vista, por mucho que podamos vernos reflejados en multitud de referencias distópicas, nada está escrito, y debemos comenzar a tener en cuenta las advertencias presentes para poder reaccionar ante lo que, para el día de mañana, pueda convertirse en un problema mayor.

3. REFERENCIAS

5.1 Bibliografía

Allport, G. (1954). The historical background of modern social psychology. En G.Lindzey (Ed), *Handbook of social psychology* (Vol. 1, pp. 3-56). Reading, Estados Unidos: Addison-Wesley.

Bauman, Z. (1999). Individualidad. En *Modernidad líquida* (pp. 59-97). Madrid, España: Fondo de Cultura Económica de España.

Becoña, E. Cortés, M. Arias, F. Barreiro, C. Berdullas, J. Iraurgi, L. Llorente, J. López, A. Madoz, A. Martínez, J. Ochoa, E. Palau, C. Palomares, A. & Villanueva, V. (2011). Las adicciones. En *Manual de adicciones para psicólogos especialistas en psicología clínica en formación* (pp. 15-26). Barcelona, España: Sociodrogalcohol.

Bernete, F. (2010). Usos de las tic, relaciones sociales y cambios en la socialización de las y los jóvenes. En *Juventud y nuevos medios de comunicación. Revista de Estudios de Juventud*, 97-114.

Del Moral, J. (2005). *Redes sociales ¿moda o nuevo paradigma?* Madrid, España: Asociación de Usuarios de Internet.

Festinger, L. (1954). A theory of social comparison. En *human relations*, 7(2), 117-140.

Foucault, M. (1975). Disciplina. En *Vigilar y castigar* (pp. 232-237). Madrid, España: Siglo XXI.

Gandasegui, V. D. (2014). Black Mirror: el reflejo oscuro de la sociedad de la información. *Teknokultura*, 11(3), 583-606.

García, M. (1996). Comunicación y relaciones interpersonales. *Tendencias pedagógicas*, (2), 1-17.

Gergen, K. (1971). *The concept of selft*. Nueva York, Estados Unidos: Holt McDougal.

Goffman, E. (1956). *La presentación de la persona en la vida cotidiana*. Nueva York, Estados Unidos: Doubleday.

Gossop, M. (1989). *Relapse and addictive behaviour*. Londres, Reino Unido: Routledge.

Hogg, M. & Vaughan, G. (2002). *Social Psychology*. Londres, Inglaterra: Prentice Hall.

James, W. (1890). *Principios de psicología*. Madrid, España: Fondo de Cultura Económica.

Labrador, F. Becoña, E. & Echeburúa, E. (2009). *Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes*. Madrid, España: Editorial Pirámide.

Lacan, J. (1984). *El seminario, Libro 3, Las psicosis*. Buenos Aires: Editorial Paidós.

Marra, G. Rodrigues, B. Stengel, M. & De Freitas, M. (2016). Estetización del self en redes sociales: contradicciones humanas y producción subjetiva contemporánea. *Revista de psicología (Lima)*, 34(2), 313-336.

Mateus, J. (2017). Black Mirror como recurso educativo: una distopía para pensar la cultura digital. En *IX International Conference on Communication and Reality* (pp.225-232). Barcelona, España: Blanquerna School of Communication and International Relations. Ramon Llull University.

Morales, J. (1999). *Psicología social*. Nueva York, Estados Unidos: McGraw Hill.

Páez, E. (2001). La literatura fantástica. En *manual de técnicas narrativas* (pp. 70-85). España: Ediciones SM.

Ramonet, I. (2016). *El Imperio de la vigilancia*. Madrid, España: Clave Intelectual.

Renau, V. Carbonell, X. & Oberst, U. (2012). Redes sociales on-line, género y construcción del self. *Aloma: Revista de Psicología, Ciències de l'Educació i de l'Esport*, (30), 97-110.

Rueda, R. & Giraldo, D. (2016). La imagen de perfil en facebook: identidad y representación en esta red social. *Revista Folios*, (43), 119-135.

Sullivan, S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. Londres, Reino Unido: Routledge.

Vallerand, R. (1994). *Introducción á la Psychologie de la motiation*. París, Francia: Editions Vigot.

Van Dijck, J. (2016). Desmontando plataformas, reconstruyendo la socialidad. En *La cultura de la conectividad. Una historia crítica de las redes sociales* (pp. 30-31). Madrid, España: Siglo XII.

Zubieta, E. Páez, D. & Mayordomo, S. (2006). Identidad: autoconcepto, autoestima, autoeficacia y locus de control. En I, Fernández. S, Ubillos. E, Zubieta. & D, Páez, *Psicología social, cultura y educación* (pp. 125-194). Londres, Reino Unido: Pearson Educación.

5.2 WEBGRAFIA

[s.d] (2020) El último hombre en la tierra. Wikipedia. Recuperado en 5 de junio de 2020 en

:[https://es.wikipedia.org/wiki/The_Last_Man_on_Earth_\(serie_de_televisi%C3%B3n\)#Sinopsis](https://es.wikipedia.org/wiki/The_Last_Man_on_Earth_(serie_de_televisi%C3%B3n)#Sinopsis)

[s.d] (2020) Los 100. Wikipedia. Recuperado en 5 de junio de 2020, en: [https://es.wikipedia.org/wiki/Los_100_\(serie_de_televisi%C3%B3n\)#Sinopsis](https://es.wikipedia.org/wiki/Los_100_(serie_de_televisi%C3%B3n)#Sinopsis)

[s.d] (2020) The man in the high castle. Wikipedia. Recuperado en 5 de junio de 2020 en

[https://es.wikipedia.org/wiki/The_Man_in_the_High_Castle_\(serie_de_televisi%C3%B3n\)#Argumento](https://es.wikipedia.org/wiki/The_Man_in_the_High_Castle_(serie_de_televisi%C3%B3n)#Argumento)

Alonso Calleja, L. R. (2018). *El Universo distópico de Charlie Brooker a través de la serie Black Mirror*. Facultad de Filosofía y Letras. Grado en Periodismo. Prof a cargo: Mercedes Miguel Borrás. Universidad de Valladolid. Recuperado en 15 de abril de 2020, de: <http://uvadoc.uva.es/handle/10324/33956>

Barbosa, M, Seuma, T. & Merola, J. (2018). Del retrato de familia a la fotografía de perfil. Usos de la fotografía en la red social Facebook. *Revista Latina de Comunicación Social*, (73), 718-729. Recuperado 1 de junio de 2020, de <http://www.revistalatinacs.org/073paper/1278/37es.html>

Basteiro, J. Robles, A. Juarros, J. & Pedrosa, I. (2013). Adicción a las redes sociales: creación y validación de un instrumento de medida. *Revista de Investigación y Divulgación en Psicología y Logopedia*, (1), 2-8. Recuperado 2 de febrero de 2020, de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6369175>

Borràs, J. (16 de enero de 2019). El sistema de crédito social chino no es el Black Mirror que imaginas. *Esglobal*. Recuperado en 12 de mayo de 2020, en <https://www.esglobal.org/el-sistema-de-credito-social-chino-no-es-el-black-mirror-que-imaginas/>

Bracero, F. (22 de mayo de 2020). España explora una app para rastrear contagios por móvil. *La Vanguardia*. Recuperado en 2 de junio de 2020, en <https://www.lavanguardia.com/vida/20200522/481318031656/espana-explora-una-app-para-rastrear-contagios-por-movil.html>

Canga, M. (2015). Introducción al fenómeno del selfie: valoración y perspectiva de análisis. *Fotocinema, Revista científica de cine y fotografía*, (10), 383-402. Recuperado 5 de febrero de 2020, de <https://doi.org/10.24310/Fotocinema.2015.v0i10.5991>

Castillo, T. (25 de febrero de 2019). China a lo Black Mirror: bloquea 17'5 millones de billetes de avión de personas sin suficiente crédito social. *Genbeta*. Recuperado en 15 de mayo de 2020, en <https://www.genbeta.com/seguridad/china-a-black-mirror-bloquea-17-5-millones-billetes-avion-para-personas-suficiente-credito-social>

Echeburúa, E. & De Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, (22), 91-96. Recuperado 1 marzo de 2020, de <http://www.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/196>

Hanning, S. (2019). *Distopia Digital: cuatro herramientas que china usa para controlar a su población*. Fundación para el Progreso. Recuperado en 15 de mayo de

2020, en <https://fppchile.org/es/blog/distopia-digital-cuatro-herramientas-que-china-usa-para-controlar-a-su-poblacion/>

Herrera, M. Pacheco, M. Palomar, J. & Zavala, D. (2010). La adicción a Facebook relacionada con la baja autoestima, la depresión y la falta de habilidades sociales. *Psicología Iberoamericana*, (18), 6-18. Recuperado en 20 de junio de 2020, de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133915936002>

Laborda, X. (2005). Tecnologías, redes y comunicación interpersonal, efectos en las formas de comunicación digital. *Anales de Documentación*, (8), 101-116. Recuperado 20 de diciembre de 2019, de <https://revistas.um.es/analesdoc/article/view/1511>

Molins, A. (3 de mayo de 2018). China controla a los jóvenes. *La Vanguardia*. Recuperado en 15 de mayo de 2020, en <https://www.lavanguardia.com/tecnologia/20190128/4641154743/china-control-jovenes-seguridad-camaras-vigilancia.html>

Muñoz, R. (2 de abril de 2020). Más de 40 millones de teléfonos móviles serán usados para rastrear el coronavirus en toda España. *El País*. Recuperado en 10 de mayo de 2020, en <https://elpais.com/economia/2020-04-01/mas-de-40-millones-de-telefonos-moviles-seran-usados-para-rastrear-el-coronavirus.html>

Prada, M. (2008). Ensayo, teoría y crítica de la cultura visual y el arte contemporáneo. *Estudios Visuales*, (5), 75-78. Recuperado 5 de febrero de 2020, de <https://dialnet.unirioja.es/ejemplar/226875>

Preciado, P. (28 de marzo de 2020). Aprendiendo del virus. *El País*. Recuperado en 20 de junio de 2020, en https://elpais.com/elpais/2020/03/27/opinion/1585316952_026489.html

Romero, S. (2018). China ya puntúa a sus ciudadanos al más puro estilo *Black Mirror*. *Muy Interesante*. Recuperado en 6 de mayo de 2020, en <https://www.muyinteresante.es/tecnologia/articulo/china-ya-puntua-a-sus-ciudadanos-al-mas-puro-estilo-de-black-mirror-581537441328>

Tinto, F. & Ruthven, I. (2016). Sharing “happy” information. *Journal of the Association for Information Science and Technology*,(67), 503-515. Recuperado en 10 de enero de 2020, en <https://doi.org/10.1002/asi.23581>

Viñas, F. (2009). Uso autoinformado de internet en adolescentes: perfil psicológico de un uso elevado de la red. *International journal of psychology and psychological therapy*, (9), 109-122. Recuperado en 2 de febrero de 2020, de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2873403>

5.3 FILMOGRAFÍA

Brooker, C. (21 de octubre de 2016). Nosedive (temporada 3, episodio 1). En Borg, L. Brooker, C. Hogan, I. Jones, A. & Philips, A. *Black Mirror*. Netflix.

Forte, W. Lord, P. Miller, C. Cohen, S. & Plourde, C. (2015-2018). *The Last Man on Earth*. JustWatch.

Rothenberg, J. Miller, M. Nalluri, B. Morgenstein, L. & Girolamo, G. (2014-2010). *Los 100*. Netflix.

Snotnitz, F. (2015-2019). *The Man in the High Castle*. Amazon Prime.