

A.2. La gestión del tiempo como dimensión de la competencia informacional

José-Antonio Gómez-Hernández

5 diciembre 2012

Gómez-Hernández, José-Antonio (2013). "La gestión del tiempo como dimensión de la competencia informacional". *Anuario ThinkEPI*, v. 7, pp. 28-36.



Resumen: Se propone la inclusión de cursos sobre "Gestión del tiempo" dentro de los servicios educativos y de alfabetización informacional de las bibliotecas. La competencia de gestión del tiempo es necesaria para los usuarios por varios factores que obligan a consumir mucho tiempo gestionando información: abundancia de contenidos, conexión continua, exceso de tareas, y ubicuidad de la información. Tras esta justificación, se sugieren algunos de los temas a incluir en la formación: procedimientos y herramientas que ayudan a la organización del tiempo, y sobre todo actitudes y valores para decidir cuánto, cómo y cuándo lo empleamos en demandas informacionales y comunicativas.

Palabras clave: Gestión del tiempo, Alfabetización informacional.

Title: Time management as a dimension of information literacy

Abstract: The aim is to propose that libraries include courses on "Time management skills" within their educational and information literacy services. We consider that users need these skills because of several factors that force us to spend too much time in informational processes, including the excess of content, our habit of 24/7 connectivity, the excess of tasks to be done, and the ubiquity of information. Finally, we suggest some of the issues to be included in the training: skills and tools that help to organize time, and especially attitudes and values to decide how, when and how to spend time on the demands of information and communication.

Keywords: Information literacy, Time management skills.

Introducción

En esta nota proponemos que las bibliotecas intenten incluir cursos sobre "Gestión del tiempo", dentro de sus servicios educativos y de alfabetización informacional. Consideramos que la competencia de gestión del tiempo es necesaria para los usuarios por la gran dedicación que nos impone la abundancia de contenidos, la conexión continua, el exceso de tareas que asumimos y la ubicuidad de la información. Sugerimos algunos de los temas de la formación: procedimientos y herramientas que ayudan a la organización de nuestro tiempo y, sobre todo, actitudes y valores para decidir cuánto, cómo y cuándo empleamos o no nuestro tiempo en demandas informacionales y comunicativas.

1. Nuestro tiempo, determinado por la información

Llevaba meses queriendo escribir sobre la necesidad de organizar mejor el tiempo que dedi-

co a actividades relacionadas con la información. Sobre la necesidad de disminuir el que empleo en acceder a contenidos de todo tipo, a leer, escuchar o ver los que me llegan por múltiples vías, seguir *webinars* o transmisiones de conferencias por *streaming*, documentarme para elaborar temas para mis clases, difundir información de las actividades que organizo y comunicarme para su realización, a redactar algún artículo, gestionar el correo electrónico, recomendar lecturas a los demás, a escribir en alguno de mis blogs o en las redes sociales en que participo... Pero hasta hace unos pocos días no había encontrado el momento para hacerlo, a pesar de que me había programado la fecha de envío de esta nota hace meses.

Tengo la sensación de que consumo tanto tiempo en revisar la información que me llega -siquiera de modo parcial o superficial- que no me queda momento o energía para cumplir satisfactoriamente mis prioridades y compromisos. O llego a ellos con la sensación de hacerlo contrarreloj. Muchas veces lo que hago durante mi jornada

laboral no es lo que tenía previsto o pensado, sino el resultado de la información, los correos, alertas, notificaciones y mensajes recibidos, que marcan mi agenda al margen de su importancia y valor. Es algo que me ha preocupado antes (Gómez-Hernández, 1996; 2012), pero creo que hoy esta situación es común a muchas personas, tanto en su vida privada como en la académica o profesional. El deseo o la necesidad de estar al día, la conexión permanente a internet y otros medios de información, la participación en redes sociales, la disponibilidad de acceso a través de los dispositivos móviles (portátiles, tabletas, *ereaders*, *netbooks*, *smartphones*), en los que confluyen también prensa, radio, televisión... hace difícil gestionar bien nuestros tiempos público y privado, que además se entremezclan por la ubicuidad de la información.

No es de extrañar que permanezcamos cada vez más en internet y las redes sociales, dados sus muchos atractivos y utilidades. Pero es que, además, el valor económico de las empresas de internet, las redes o los medios de comunicación, depende de cuánto tiempo consiguen que estemos en ellas, de que volvamos, de las visitas y el tráfico que atraigan. Por eso, *Facebook* o *Twitter* se esfuerzan por que mantengamos la atención, y nos animan a no dejarlas o a volver a conectarnos facilitando los comentarios, los reenvíos de los de los demás, las recomendaciones, la promoción, la publicación en el espacio de otros, notificándonos y alertándonos de que otros han dicho que les gusta o comentado lo nuestro, de que se ha publicado algo nuevo en listas o grupos.... A estas llamadas de atención solemos responder en el momento, dejando lo que estamos haciendo, igual que cuando nos llegan avisos de nuevos correos o mensajes.

Y además a este consumo informativo superponemos los anteriores, como el de la televisión: el 18 de noviembre, domingo en que se retransmitieron varios eventos deportivos (final de la *Copa Davis* de tenis y del mundial de fútbol-sala, carrera de Fórmula 1...), se alcanzaron los 311 minutos de consumo medio de televisión, récord español hasta el momento (Barlovento, 2012). Más de cinco horas de media que añadir a las horas de conexión a internet y a sistemas de mensajería tipo *Whatsapp*. El *Estudio general de medios* (AIMC, 2012a; 2012b) no puede más que recoger el incremento continuo del tiempo de conexión, de cada vez más ciudadanos, incluidos los menores. A pesar de la crisis, crecen la contratación de banda ancha y la compra de teléfonos inteligentes, porque los percibimos elementos básicos de conexión permanente de los que no podemos privarnos.

En esta situación adoptamos conductas adaptativas: leemos y escribimos más rápida, superfi-

cial o parcialmente, y hacemos varias cosas a la vez: revisamos y contestamos mensajes cuando caminamos por la calle, mientras vemos televisión o comemos; hablamos por teléfono mientras leemos o escribimos en el portátil, comemos viendo la televisión y usando el teléfono. Igual que cuando estamos reunidos con amigos o colegas, o asistiendo a una clase. Y leemos y respondemos el correo desde primera hora hasta que nos vamos a dormir...

2. La gestión del tiempo como aspecto de la alfabetización informacional

Pero, ¿son estas prácticas un problema, o vamos readaptando nuestra vivencia y organización del tiempo al nuevo contexto informacional? ¿Podemos confiar en un proceso de ósmosis, reajuste o reequilibrio de nuestro tiempo y nuestras prácticas? ¿Es esta adaptación algo natural en las nuevas generaciones de usuarios, o debemos todos aprender a organizar el tiempo –lo que en buena parte es aprender a organizar nuestros procesos informativos y comunicacionales? ¿Es ir contracorriente o inútil hablar de la necesidad de tiempos de desconexión, de uso moderado y compatible con otras actividades?

“La procrastinación o retraso de las tareas más complejas a favor de las más inmediatas o placenteras acaba haciéndonos trabajar con mayor estrés o resultar menos productivos”

Aunque seamos capaces de convivir con estas nuevas prácticas, debemos también autorregularlas. La dependencia excesiva no es sana y puede alterar la vida diaria, como se está empezando a describir en el uso nocturno de *Whatsapp* (EFE, 2012). La procrastinación o retraso de las tareas más complejas a favor de las más inmediatas o placenteras acaba haciéndonos trabajar con mayor estrés o resultar menos productivos. La excesiva rapidez y la fragmentación en las lecturas impide que asimilemos los contenidos o los comprendamos bien...

Mi impresión por tanto es que sí es necesario aprender a gestionar el tiempo condicionado por el contacto con información sobreaabundante, tanto en la esfera privada como en la actividad pública, profesional o académica. Cada vez es mayor la parte de nuestra vida que consumimos en procesos de acceso o intercambio de contenidos, pudiendo llegar a convertirse en excesivo. Y

UNIVERSIDAD DE MURCIA

Formación PDI Formación PAS Proyectos

Plan Formación PDI. FORMACIÓN EN TÉCNICAS PARA MEJORAR LA EFICIENCIA EN LA ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO Y HABILIDADES DIRECTIVAS

GESTIÓN DEL TIEMPO (2º EDICIÓN) (Código 250)

Modalidad: Semipresencial
Duración: 25 horas
Fecha inscripción: 16/04/12 al 22/04/12
Celebración del curso/taller:

La actividad formativa comprende desde el **14/05/2012** hasta **15/06/2012**

Sesiones presenciales
 El **14/05/12** de 09:00 a 13:00 h. , se impartirá en Aula Miguel Ángel Serrano del Edificio Ática.
 El **07/06/12** de 09:00 a 13:00 h. , se impartirá en Aula Miguel Ángel Serrano del Edificio Ática.

Profesorado

- VICENTE MARTINEZ, JOSE(Universidad de Murcia)
- HIDALGO CESPEDES, JOSE FRANCISCO(Universidad de Murcia)

<http://bit.ly/YM653T>

también creo que la gestión del tiempo puede ser parte de los contenidos de los servicios y programas de alfabetización informacional, si consideramos éstos de un modo global, que incluye contenidos que contribuyen al pensamiento crítico, a la planificación de las tareas informacionales o a la autorregulación de los procesos de aprendizaje.

La gestión del tiempo no es sólo una competencia informacional; es por sí sola una competencia transversal además de una circunstancia determinante de la vida en su conjunto. Y está presente en otros campos competenciales y formativos. Yo la he visto, por ejemplo, como contenido de cursos de dirección y gestión de recursos humanos, donde se incluye como parte de la capacidad de distribución de tareas a los demás, la planificación, la gestión de reuniones de equipos de trabajos, el análisis de los distractores o "ladrones de tiempo", el análisis mediante diagramas del grado de importancia y urgencia de las tareas para dedicarles una atención proporcional, etcétera.

Si tomamos como ejemplo un curso de "Gestión del tiempo" que he seguido en la *Universidad de Murcia*, se centró en enseñar a:

- conocer y usar los procedimientos básicos y avanzados de los programas de calendario y agenda (*Webmail, Google calendar, Lightning para Thunderbird...*) para organizar tareas individuales y compartir las de equipo o planificar reuniones;
- gestionar de modo regulado el correo electrónico (organización de carpetas, *spam*, frecuencias de conexión y respuesta, categorización de mensajes, identificación de errores -como usarlo de repositorio gigantesco, chequearlo compulsivamente...);
- organizar la información personal para su

acceso rápido y eficiente (descripción de los documentos ofimáticos para su localización rápida, gestión de ficheros y carpetas informáticos, control de versiones), el uso de programas básicos para trabajar con la información en documentos colaborativos (tipo *Google drive*)...

Básicamente la gestión del tiempo así vista incluye dominar herramientas ofimáticas que aumentan nuestra productividad al facilitar proce-

dimientos para distribuir las tareas que ocupan nuestro tiempo, y nos permiten organizar la información personal y laboral. Con ello se evita que su exceso o descontrol nos haga perder tiempo innecesario buscando documentos extraviados, confundir versiones, no sincronizar lo hecho junto a otros, etc.

“Debemos valorar el tiempo de los demás, no difundiendo contenidos poco relevantes que les distraerán sin ningún beneficio”

Desde el punto de vista de la alfabetización informacional, además de los contenidos instrumentales, que creo clara y sencillamente integrables en programas educativos de las bibliotecas relativos a esta competencia, enseñar la gestión del tiempo puede englobar objetivos tanto conceptuales como relativos a actitudes y valores:

- Reconocer el tiempo disponible como condicionante de las tareas. Cuando enseñamos a delimitar la necesidad o problema de información, una cuestión a plantearse es relativa a sus condiciones, y una de ellas es el tiempo: ¿cuánto tiempo tenemos para resolver la tarea de información y a presentar o exponer los resultados? ¿En qué orden proceder? ¿Cuánto tiempo debemos dedicar a buscar, extraer, reelaborar, poner en común con otros y a la comunicación de lo obtenido? El modelo *Big six skills* insistía bastante en esto, dando pautas para organizar las tareas informacionales procurando que el usuario acabara haciéndose por sí mismo estas preguntas. En la fase final, la evaluación del proceso y el producto

tura sin distracciones, que nos permitan seguir argumentaciones complejas, que nos hacen confrontar nuestras ideas con las del autor, nuestras experiencias y las que se nos cuentan... Leyendo en un dispositivo digital o sobre papel impreso, debemos ser capaces de hacerlo desconectados de las redes que nos hacen irnos a un vídeo o una canción recomendada, un mensaje con una petición... La lectura literaria es necesaria porque hace desaparecer el tiempo "urgente" que nos reclama continuamente, y nos ayuda a dedicarlo y retenerlo para nosotros mismos.

"La formación idónea para gestionar el tiempo ha de basarse en el diálogo, trabajo y discusión en grupo sobre las propias conductas informacionales"

3. Cómo formar para gestionar el tiempo

La faceta procedimental de la gestión del tiempo se ha de enseñar mediante el modelado, la práctica guiada e independiente. Así se dominarán programas de calendario y agenda para planificar y ordenar tareas, reuniones o eventos, y se sabrá gestionar documentos y registros que nos serán necesarios, o herramientas de trabajo colaborativo. Pero la parte conceptual y de actitudes requiere métodos que nos ayuden al pensamiento crítico sobre nuestras prácticas informacionales, a identificar problemas o malos hábitos y a motivarnos para el cambio.

En ese sentido creo que lo idóneo es el diálogo, el trabajo y la discusión en grupo en torno a las propias conductas informacionales y la valoración de si nuestros tiempos de conexión son los adecuados o excesivos. Se trata de comprender –individualmente y en grupo– la evolución de nuestros hábitos y modos de lectura, la conciencia sobre el tiempo... Analizar si empleamos demasiado en promocionar nuestra identidad digital, si cometemos errores en la gestión de nuestro correo electrónico o al participar en redes. Esto puede ayudar a los usuarios a identificar si hay o no un problema y a cambiar actitudes que deban ser corregidas: la procrastinación, la improvisación, la falta de tiempo para reelaborar contenidos propios, la navegación permanente sin rumbo, el abandono de otras actividades saludables como el deporte o las relaciones interpersonales no digitales sino "reales"...

Una actividad de aprendizaje que me ha llamado mucho la atención es "The world unplugged. Going 24 hours without Media" (**Moeller; Powers; Roberts**, 2012). Como parte del currí-

culo *Unesco* de alfabetización mediática e informacional: se hizo que unos mil jóvenes de doce universidades de cuatro continentes pasaran un día desconectados de teléfonos, ordenadores y redes, y luego expresaran lo que habían experimentado. Algunos se dieron cuenta de su incapacidad para resistir el tiempo de desconexión, su excesiva dependencia, el papel de las redes en su sociabilidad, o volvieron a apreciar la importancia de otras actividades que hicieron durante su día sin conexión, como visitar a un familiar, hacer una excursión o estar con amigos.

No pretendo ser alarmista, pues aun con usos muy intensos en la mayor parte de los casos no se llega a una "adicción" en términos psicopatológicos (**Echeburúa; Labrador; Becoña**, 2009). Pero aun así creo que es bueno replantear estilos de vida, uso del tiempo libre, valorar nivel de dependencia y control, preguntarnos por nuestros fines y orientar nuestro tiempo a lograrlos, y considerar consejos como los que plantean **Echeburúa y Recasens** (2012) en su guía para educadores del ámbito de tecnologías y redes.

Sobre la evaluación de los resultados de un curso de gestión del tiempo informacional, deberá buscar que haya un cambio en los destinatarios. Al margen de comprobar que se han aprendido las destrezas o los programas de agenda, correo u otras herramientas enseñadas, el éxito es que mejoren los hábitos, actitudes y conductas informacionales. Que sepan aprovechar el tiempo para aprender, comunicarse, crear o disfrutar con las tecnologías y las redes, al mismo tiempo que participar en la vida real, sus grupos, problemas y oportunidades. Se trata de compatibilizar y lograr equilibrio en el uso del tiempo de información y comunicación.

"El éxito de un curso de gestión del tiempo informacional estará en mejorar los hábitos, actitudes y conductas informacionales"

Reflexiones finales

La importancia de ser dueños de nuestro tiempo es evidente, y el exceso de información que nos sale al encuentro en todo momento y lugar lo hace difícil. Los profesionales de la información somos unos mediadores idóneos en la enseñanza de algunas pautas que permitan un uso eficiente del tiempo, porque sabemos cuánto cuesta buscar, seleccionar, procesar y recuperar información. Si gestionar mejor el tiempo es una necesidad de mucha gente, y los bibliotecarios aprovechamos

la oportunidad para involucrarnos, estaremos siendo útiles.

Pero a la vez, quizás seamos de los profesionales más expuestos a los problemas personales con la gestión del tiempo: por una parte, el deseo de estar al día en un sector tan cambiante y amplio como el nuestro, que produce continuamente innovaciones o nuevas posibilidades de las tecnologías, nos vuelca a la conexión y lectura continua de experiencias y productos. Y por otra, el deseo de conocer y adaptarnos a lo que hacen nuestros destinatarios, nos hace también vivir siempre pendientes de las redes, recomendaciones, noticias sobre nuevos dispositivos o investigaciones. Por eso también nosotros tenemos que autorregularnos: nos debe quedar tiempo para analizar y comprender, si queremos ser no sólo intermediarios sino también consejeros, asesores o instructores de nuestros usuarios.

Referencias

AIMC (2012a). *14º Navegantes en la Red. Encuesta AIMC a usuarios de internet*.
<http://www.aimc.es/Navegantes-en-la-Red-.html>

AIMC (2012b). *Acceso a internet de niños menores de 14 años en EGM*.
<http://www.aimc.es/EGM-Ninos-en-Internet-.html>

Barlovento Comunicación (2012). "18 de noviembre, día de mayor número de contactos en la historia de la televisión".
<http://www.barloventocomunicacion.es/blog/51-18-noviembre-2012-dia-de-mayor-numero-de-contactos-en-la-historia-de-la-television.html>

Echeburúa, Enrique; Labrador, Francisco-Javier; Becoña, Elisardo (2009). *Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes*. Madrid. Pirámide. ISBN: 978 8436823226

Echeburúa, Enrique; Recasens, Ana (2012). *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes. Guía para educadores*. Madrid, Pirámide, 2012. ISBN: 978 84 368 2686 9

EFE (2012). "El mal uso del *Whatsapp* engancha y deja rastros difíciles de borrar". *La razón*, 19 noviembre.
<http://www.larazon.es/noticia/3417-el-mal-uso-del-whatsapp-engancha-y-deja-rastros-dificiles-de-borrar>

Gómez-Hernández, José-Antonio (1996). "Lectura y vivencia del tiempo". *Educación y biblioteca*, v. 69, pp. 20-22.
http://gredos.usal.es/jspui/bitstream/10366/113245/1/EB08_N069_P20-22.pdf

Gómez-Hernández, José-Antonio (2012). "Alfabetización y autocritica del comportamiento informacional mediante el humor gráfico de El Roto y Mauro Entrialgo". *Anuario ThinkEPI*, v. 7, pp. 207-212.

Moeller, Susan; Powers, Elia; Roberts, Jessica (2012). "'El mundo desconectado' y '24 horas sin medios': alfabetización mediática para la conciencia

crítica de los jóvenes". *Comunicar*, v. 39, pp. 45-52.
<http://www.revistacomunicar.com/index.php?contenido=detalles&numero=39&articulo=39-2012-06>

* * *

Impacto intergeneracional

Tomás Saorín



Leyendo la nota de **José-Antonio** creo interesante resaltar una idea: parece que la dificultad en la gestión del tiempo conectado sea un problema sobre todo en jóvenes, pero la realidad es que afecta a cualquier profesional, especialmente la permeabilidad entre su espacio-y-tiempo personal y el laboral. Quizá porque en el medio digital todos somos continuos adolescentes, siempre explorando los límites de otra plataforma, siempre moviéndonos entre la ignorancia, el rechazo, la inmersión, la utilidad y la saturación. La generación *Google* (o *Facebook*) no hace referencia exclusivamente a una edad, sino a un momento histórico de impacto intergeneracional.

En *Anales de documentación* se publicó la traducción del *Informe Ciber* sobre comportamiento informacional de investigador del futuro. Si hay investigadores incontaminados del fenómeno digital, que los hay, lo cierto es que una vez que se contagian, no hay camino de retorno.
<http://revistas.um.es/analesdoc/article/view/24921/24221>

Comportamientos sociales tóxicos

Juan Alonso-Fernández



Felicitar a **José-Antonio** por su nota, sobre todo por lo que me parece su tesis central: la posibilidad de incorporar la gestión del tiempo en las competencias de un profesional de la información. De hecho es un texto que puede servir para iniciar un buen debate.

Por un lado, existe esa fantástica realidad tecnológica que nos facilita el acceso a todo tipo de información pero, por otro lado, sí que existe el peligro de generar comportamientos sociales tóxicos relacionados con la saturación y las potencialidades informativas. Saber priorizar y plani-

ficar siendo realista con los recursos humanos y económicos de los que se dispone es fundamental para que la actividad profesional se desarrolle satisfactoriamente.

Por otro lado, aceptar nuestras limitaciones, desconectar, cuidar nuestro cuerpo, dedicar tiempo a la familia y amistades y otras actividades, no se ha de contemplar como una estrategia "útil" que después nos aportará indudablemente una estabilidad física, emocional y energética que hará que nuestra productividad sea mayor y de mejor calidad (esto parece como si tuviéramos que darle un valor de utilidad-rendimiento a nuestro tiempo de ocio, convirtiéndolo en una variable más de nuestro trabajo y llevando el sistema de producción hasta nuestro mundo más emocional), sino que se ha de reivindicar como una cuestión de valores humanos, del tipo de vida que queremos llevar como científicos, docentes y/o profesionales de la información y, en definitiva, del mundo en que queremos vivir.

Quizá sería interesante contextualizar estas reflexiones con estudios sociológicos, filosóficos y con aspectos de historia social y de las mentalidades, entre otros. Esto permitiría tener un marco de análisis más amplio y comprender por qué existe la necesidad de estar hiperconectados, etc. Pienso que plantear un estudio teniendo en cuenta la corriente posmodernista y el sistema de producción en el que nos hallamos inmersos nos daría muchos más instrumentos para analizar y debatir sobre esta realidad.

juan.alonsofernandez@gmail.com

Hacer las cosas Natalia Arroyo-Vázquez



Contribuyo al tema de la productividad y la gestión del tiempo, compartiendo este artículo de **Jo Alcock** (2012)¹, en el que se explica el método *Getting things done* (Hacer las cosas), que consiste en un proceso cíclico para ayudar a organizar la información y tomar decisiones sobre qué hacer y cuándo.

1. **Alcock, Jo** (2012). "Getting things done". *Cilip update*, octubre.
http://www.joeyanne.co.uk/wp-content/uploads/2012/10/Update_10_pp35-37.pdf

Respuesta a Natalia Arroyo-Vázquez, Juan Alonso y Tomás Saorín José-Antonio Gómez-Hernández

Las observaciones de **Natalia, Juan y Tomás** se dirigen a aspectos que profundizan y enrique-

cen lo que intentaba plantear en mi nota.

La referencia de **Natalia Arroyo** sobre "Getting things done" es muy interesante. Por lo que veo en su blog, **Jo Alcock** trabaja precisamente sobre la buena gestión del tiempo de los bibliotecarios, y el material que cita **Natalia** deriva de un curso para ayudarles a hacer más productivo su tiempo, enseñándoles a organizar bien la información y priorizar. Esto es algo que yo quería sugerir, la "exposición" de los profesionales bibliotecarios al exceso de información por su voluntad de actualización continua, entre otros factores.

Sobre lo que plantea **Juan Alonso**, destaca que el uso del tiempo personal es una cuestión no siempre de rendimiento, sino de valores: ya hablar de "gestión" del tiempo es una concepción utilitarista, pero estoy de acuerdo con que no siempre hemos de vivir el tiempo desde un enfoque de eficiencia. Esto también es una cuestión de valores y libertad individual. Aprender y enseñar a autorregular el tiempo que suponen nuestras prácticas informacionales es cada vez más importante, incluyendo la cuestión de los valores que implica.

Con este tema no he tratado de forzar ninguna disyuntiva u oposición real-virtual, ya sabemos que el mundo de las redes de información también es un espacio real de comunicación, aprendizaje, discusión y de lo que queramos, sino de llamar la atención sobre el valor del tiempo desconectado en que uno se encuentra o se enfrenta a sí mismo, como necesario para reelaborar información, encontrar soluciones, profundizar... Puede ser mientras se da un paseo por el campo, nadando, leyendo un libro, dando un paseo, colaborando en una actividad comunitaria o de solidaridad.... A mí me suelen venir en estos momentos más que cuando estoy en la navegación hipertexto.

Hace no mucho **Javier Celaya** escribía: "Si observamos con un espíritu crítico el impacto que está teniendo la irrupción de las tecnologías sociales en la forma en que acceden a la información en internet y en cómo gestionan el conocimiento, en los hábitos de lectura y escritura de los ciudadanos, en la cantidad de información personal que compartimos sin sentido, en el desconocimiento general que tienen los usuarios sobre las herramientas que utilizan..., podemos deducir que la sociedad que estamos construyendo no sólo no mejora las deficiencias del anterior mundo analógico sino que en algunos aspectos incluso las empeora" (**Celaya**, 2012)².

Es una llamada de atención y una propuesta de debate sobre la nueva "economía" de la atención y el valor de nuestro tiempo para las empresas de la economía digital, que nos animan a estar continuamente conectados y a compartir cada minuto de nuestra vida.

tenido parece cada día más vigente.

Un distractor enorme en el sector profesional es el correo electrónico. Siendo una forma de comunicación asíncrona, que podríamos elegir cuándo leer y responder, sin estrategias defensivas nos deborda. Hace poco circuló un gráfico muy divertido que describía con humor las preguntas que deberíamos hacernos antes de comprobar una y otra vez si tenemos correo nuevo: es de **Wendy Macnaughton**, y se publicó en un texto de **K. Ellison** ("Managing distraction: how and why to ignore your inbox"), en que la autora observa un paralelismo de su forma de acceder al correo con la conducta de su hijo con déficit de atención (TDAH).

<http://wendymacnaughton.com>

<http://www.forbes.com/sites/dell/2012/04/19/managing-distraction-how-and-why-to-ignore-your-inbox>

Los 7 mitos de la productividad

Isidro F. Aguillo

Obtenido a través de *Twitter*:

<http://lifelifehacker.com/5965826/seven-productivity-myths-debunked-by-science-and-common-sense>



Siete mitos de la productividad, desacreditados por la ciencia (y el sentido común).

1. Para conseguir cualquier cosa tiene usted que levantarse temprano.

2. Saque partido de sus momentos bajos.

3. Múltiples pantallas abiertas aumentan / disminuyen la productividad.

4. La sobrecarga de internet / información nos está haciendo estúpidos, así que desconecte para hacer las cosas.

5. Es imposible trabajar en casa / en un café / biblioteca / fuera de la oficina.

6. La solución a la sobrecarga de correo electrónico es ordenar y organizar.

7. [Inserte aquí la técnica de productividad] lo arreglará todo y le hará una persona feliz y productiva con más tiempo libre.

A mí personalmente me encantan los números 3, 4 y 6.

Procrastinación

Juan Alonso-Fernández

Un artículo que leí en la *Jot Down* de **Antonio Orejudo** "Elogio a la desconexión" expone, desde su visión de literato, algunos temas relacionados con la procrastinación y las nuevas tecnolo-

gías (quizá desde una visión demasiado nostálgica y, hasta cierto punto, muy personal y ¿por qué no decirlo? muy trillada) pero al parecer sólo está en la versión impresa.

Sin embargo esto me ha permitido llegar a un post de un blog que me parece muy oportuno, de **Antonio Ortiz**, de la web *Error500.net*.

<http://www.error500.net/elogia-desconexion-tendencias>

juan.alonsofernandez@gmail.com

Integración de la vida familiar y profesional

José-Antonio Gómez-Hernández

Qué interesante todo este mensaje, incluyendo los *trailers* de la película *Connected*.

<http://connectedthefilm.com>

Creo que su intencionalidad y su contenido no están tan alejados de la descalificación de algunas generalizaciones que venían en el enlace de **Isidro**. Lo que vienen a decir es que lo importante es el modo de estar conectado, desconectado, concentrado, multitarea o multipantalla en función del objetivo, de la tarea, de la finalidad que se tenga, y de saber distinguir lo apropiado en cada caso. No se trata de complicarnos sobreplanificando cada tarea, ni de estructurar contenidos de correo en decenas de carpetas o subcarpetas, sino de saber filtrar y reducir el volumen que recibimos cancelando suscripciones a listas o grupos, etcétera.

Lo importante es tener un criterio, y ser conscientes de si nos es útil para nuestra productividad y aprovechamiento del tiempo... Y eso nos lleva al comienzo de la nota: que intentemos incluir como parte de la competencia informacional el aprendizaje de la gestión del tiempo, para su uso con sentido...

En una entrevista publicada en *El país negocios* a la responsable de la marca *CocaCola* y su presencia en los *social media*, **Wendy Clark**, decía que para ella lo óptimo, más que equilibrar vida laboral y familiar, era intentar integrarlas:

"[...] Tengo tres niños pequeños. Si, por ejemplo, uno de ellos tiene un festival de ballet por la tarde, le acompaño, y cuando termina enciendo mi portátil y trabajo por la noche. Es integrar tu vida en vez de buscar un equilibrio irrealizable".
http://economia.elpais.com/economia/2012/12/07/actualidad/1354883108_387619.html

Quizá nos extraña, pero es una posibilidad dada en los trabajos basados en comunicación y tecnología, que se "deslocalizan" tanto espacial como temporalmente. Y si funciona, perfecto, ha elegido cuándo y por qué hacer cada cosa.