

Fecha: Julio 2015	Medio: Information Technology	Sección: Actualidad
Páginas: 36-37	Tipo de Medio: Revista	Formato: nota

TECHNOLOGY

Information Technology

Actualidad | Entrevista

Tenemos más y más tecnología, pero hay una cuestión sobre la que yo, como ingeniero y profesor, pienso todo el tiempo: ¿Somos más felices? Estas tecnologías, cuya función es mejorar la vida, ¿tienen algún impacto positivo en nuestro bienestar psicológico? Las estadísticas muestran que no." Con estas palabras, Rafael Calvo, un argentino que es docente de ingeniería de la Universidad de Sydney, abrió su conferencia en la Embajada de Australia en la Argentina.

Nacido en Estados Unidos en 1967 (llegó a la Argentina cuando tenía un año), hijo de un físico e investigador del Conicet, Calvo lidera en la Universidad de Sydney el grupo de Ingeniería de Software, que tiene más de una década. En ese ámbito creó hace cuatro años el grupo de "Computación Positiva" (<http://positivecomputing.org>), que busca incorporar al diseño de la experiencia digital los conocimientos derivados de la psicología, las neurociencias, la economía del comportamiento y la filosofía, además de aprovechar investigaciones sobre la interacción entre humanos y computadoras, el diseño de la experiencia del usuario, la motivación, la empatía, el altruismo y la computación afectiva, entre otras. Fruto de este trabajo, Calvo y el diseñador Dorian Peters escribieron

Rafael Calvo, investigador de Ingeniería de Software en la Universidad de Sydney

Tecnología que hace bien

Por Alejandro Alonso

El especialista argentino en el área de computación positiva interactúa con diversas disciplinas para hacer que el uso de aplicaciones y dispositivos promueva el bienestar.

"Computación Positiva: Tecnología para el bienestar y el potencial humano" (2014, MIT Press).
¿Cómo nació su inclinación hacia la computación positiva?

El tema es muy nuevo, y hay varios grupos de investigación. Por ejemplo, en Italia hay un grupo de psiquiatras que han utilizado tecnologías de realidad virtual y algunos juegos para mejo-

rar distintas condiciones de salud mental. En Holanda trabajan en diseño de tipo industrial. Hay otro grupo en Standford, con el que trabajamos, que investiga en altruismo. Un grupo en Facebook —se refiere a la empresa, no a la red social— trabaja con temas de resolución de conflictos sociales. También trabajamos con un grupo de Microsoft, en Seat-

tle, que investiga inteligencia emocional. Uno de los proyectos, que cuenta con el apoyo de Microsoft, investiga de qué manera los doctores pueden dar "malas noticias" a través de comunicaciones en video, cuando el contacto humano directo no es posible. Si tenés que llevar malas noticias hay ciertas cosas que no podés hacer, como apoyar la mano en el hombro del familiar para expresarle cuánto sientes la muerte del paciente. Estamos investigando cómo trasladar este tipo de cosas en el ambiente virtual. Por ejemplo, en la pantalla, el rostro del interlocutor no está en la misma posición que la cámara, lo cual significa que al mirarlo quien está del otro lado puede tener la impresión de

Foto: Gustavo Fernández

Más información en InfoTechnology.com

que no lo estás mirando. Y cuando se comunican esta clase de noticias, es necesario el contacto visual. En Australia tenemos cuatro proyectos de salud mental, donde trabajamos con psicólogos y psiquiatras desarrollando aplicaciones móviles y de realidad virtual para mejorar condiciones de salud mental allí donde hay depresión o ansiedad.

Da la sensación de que la mejora de salud mental es sólo una herramienta para llegar a la mayor productividad empresarial, obtener mayores ingresos, o que el Estado gaste menos en Salud. ¿La computación positiva trasciende estos objetivos?

En esta búsqueda del bienestar hay varios jugadores involucrados. Una empresa tiene sus objetivos financieros. Pero el problema de salud mental es un problema que la afecta económicamente. Después está el gremio. En un proyecto que estamos comenzando, estamos viendo cómo el gremio se puede involucrar en esto, ya que la gente confía muchas veces en el gremio porque su motivación debería ser proteger a los trabajadores y mejorar su bienestar psicológico. Eso es algo que tanto el gremio como la empresa tienen en común. Y, por supuesto, el empleado. Una empresa donde sus empleados abusan del alcohol, o donde hay drogas o depresión, no funciona bien.

Un caso extremo de este malestar dentro de las organizaciones podría ser el de los 35 empleados de France Télécom que se suicidaron entre 2008 y 2009...

No estoy familiarizado con ese caso en particular, pero sí, hay casos así. La legislación en Europa está cambiando para que las empresas sean responsables de la

salud mental tanto como de la salud física.

Multidisciplinario

Calvo trabaja en su grupo de Computación Positiva con cuatro investigadores, todos ellos ingenieros de software, y algunos con experiencia en "machine learning". A ellos se suman profesionales de otras disciplinas, como médicos, o psicólogos que trabajan con las emociones, la motivación, aspectos sociales, y en psicología positiva y clínica. "Tenemos reuniones periódicas con estos profesionales. Y ahora estoy trabajando con gente de la escuela de negocios, un especialista en las relaciones entre empresas y gremios. Las empresas están incorporando muchas tecnologías, pero la cuestión es cómo esas tecnologías tienen impacto en el bienestar psicológico. Y es una cuestión que debe ser entendida en su complejidad."

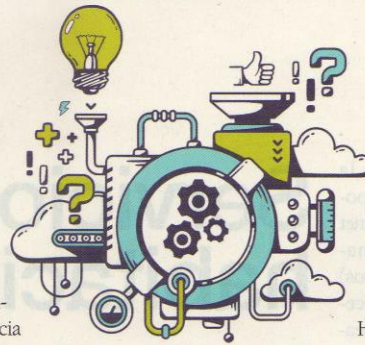
¿Cómo se puede motivar a través de la computación positiva?

Es uno de los problemas de diseño más grande que tenemos los tecnólogos. Algunos psicólogos dicen que uno no debe motivar, sino construir el ambiente para

“

QUEREMOS QUE, AL DESARROLLAR UN SITIO WEB, EN UN PAR DE AÑOS SEA COMÚN MEDIR EL BIENESTAR PSICOLÓGICO

Rafael Calvo



tomo la medicina gano un punto. O puedo hacerlo social, donde se ve que Juan tomó el remedio, y ahora me toca a mí.

¿Cuánto influye la computación positiva en los diseños y las arquitecturas?

Hemos desarrollado tecnologías sofisticadas para medir la eficiencia y la productividad. Hablamos de usabilidad, de técnicas como "seguimiento del ojo" para medir los tiempos que demanda una tarea en distintos diseños. Podríamos usar las mismas herramientas para estudiar el bienestar psicológico. Se puede ver si las personas se distraen más o menos con un determinado diseño respecto de otro. Se podría rediseñar el procesador de texto para promover un estado de concentración total en la tarea. Se ha comprobado que cuando estamos concentrados en lo que hacemos nos sentimos mejor.

¿Qué impacto tiene esto sobre ingenieros, diseñadores y desarrolladores?

Este año empecé un proyecto financiado por el Gobierno australiano para trabajar con empresas y ver cómo podemos cambiar las tecnologías de diseño e implementación para tener en cuenta el bienestar psicológico. Queremos que, de la misma forma en que al desarrollar un sitio web se tiene en cuenta la usabilidad, en un par de años sea común medir el bienestar psicológico. Pensémoslo como consumidores. De la misma forma que queríamos aplicaciones más usables, ahora queremos aplicaciones más saludables. Hoy las empresas tienen motivaciones económicas para que las aplicaciones sean más saludables. ■

que la gente se motive ella misma, que la motivación sea intrínseca, porque si es externa no se sostiene en el tiempo. Si quisiéramos promover el ejercicio, podríamos hacer una aplicación para el celular que le recordase a la persona que debe hacer ejercicio. Pero lo más probable es que se terminara cansando y la apagara, o eliminara esa aplicación. Ahora bien, si podemos hacer que una persona juegue al fútbol una vez y se divierta, la probabilidad de que esa persona siga jugando al fútbol y se le convierta en hábito es más alta. Uno lo hace porque se divierte. La motivación es intrínseca. La cuestión es cómo hacer tecnología que provoque esto.

¿Hay que desterrar las alarmas con avisos?

Un estudio demostró que las distracciones hacen que la gente esté menos feliz. Si estás distraído, no prestando atención a lo que haces, es más probable que no te sientas bien. Las alarmas estresan. Hay otras formas, que se pueden aplicar en algunos casos. Estamos trabajando con Asthma Australia (una ONG que ayuda a personas con asma) en una aplicación móvil destinada a la gente joven. El abordaje tradicional sería una alarma para tomar la medicina. Pero podría embeber eso en un juego, donde cada vez que