

Tecnoestrés. Aspectos positivos y negativos del uso de las tecnologías.

Arienti, Luciano y Cortelletti, Lorena.

Cita:

Arienti, Luciano y Cortelletti, Lorena (2025). *Tecnoestrés. Aspectos positivos y negativos del uso de las tecnologías. XVII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXXII Jornadas de Investigación XXI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. VII Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. VII Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-004/822>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eNDN/wxO>

TECNOESTRÉS. ASPECTOS POSITIVOS Y NEGATIVOS DEL USO DE LAS TECNOLOGÍAS

Arienti, Luciano; Cortelletti, Lorena

Universidad de Buenos Aires. Facultad de Psicología. Buenos Aires, Argentina.

RESUMEN

La perspectiva psicosocial sostiene la importancia de superar la dualidad entre individuo y sociedad, entendiendo la imposibilidad de conocer a uno sin el otro (Zubieta, 2023). En el presente trabajo se analizaron los niveles de estrés producidos por el uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) en el trabajo, el llamado tecnoestrés, así como el bienestar psicológico, el flow y la satisfacción laboral en una muestra intencional de 227 trabajadores argentinos. La edad media fue de 37 años, mientras que la distribución por género resultó en 53% hombres y 47% mujeres. Para ello se empleó el cuestionario RED-TIC para cuantificar el tecnoestrés (Llorens et al., 2011), el GHQ-12 (Goldberg & Williams, 1988) para medir afectividad positiva y negativa y, en relación al flow, se utilizó un instrumento en proceso de validación (Zubieta, 2022). Los resultados preliminares indican diferencias significativas por género, edad y nivel educativo. Además, se analizaron los impactos positivos y negativos de los usos de las TIC en categorías de agrupación. Los nuevos hallazgos se encuentran en proceso de interpretación y reporte.

Palabras clave

Tecnoestrés - Bienestar psicosocial - Tecnología

ABSTRACT

TECHNOSTRESS. POSITIVE AND NEGATIVE ASPECTS

OF TECHNOLOGY USE

The psychosocial perspective emphasises the importance of overcoming the duality between the individual and society, understanding that it is impossible to know one without the other (Zubieta, 2023). This study analysed the levels of stress caused by the use of Information and Communication Technologies (ICT) at work, known as technostress, as well as psychological well-being, flow and job satisfaction in a sample of 227 Argentine workers. The average age was 37 years, while the gender distribution was 53% men and 47% women. The RED-TIC questionnaire was used to quantify technostress (Llorens et al., 2011), the GHQ-12 (Goldberg & Williams, 1988) to measure positive and negative affectivity, and an instrument currently undergoing validation (Zubieta, 2022) was used to measure flow. Preliminary results indicate significant differences by gender, age and educational level. In addition, the positive and negative impacts of ICT use were analysed in grouping categories. The new findings are currently being interpreted and reported.

Keywords

Technostress - Psychosocial well-being - Technology

BIBLIOGRAFÍA

- Baghino, D., Arienti, L. y Cortelletti, L. (2023). *Trabajo y tecnología: tecnoestrés, bienestar y correlatos psicosociales* [Ponencia]. I Congreso Internacional de Psicología, Facultad de Psicología, Universidad de La Plata, La Plata, Argentina.
- Keyes, C. (1998). Social well-being. *Social Psychology Quarterly*, 61(2). 121-140. <https://doi.org/10.2307/2787065>
- Llorens, S., Salanova, M. y Ventura, M. (2011). *Guía de intervención: Tecnoestrés*. Editorial Síntesis.
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6). 1069-1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Zubieta, E. (2023). *Trabajo, tecnología y pandemia* [Manuscrito no publicado]. Instituto de Investigaciones, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires.