



está pasando

Relaciones y Redes Sociales

@JOTALLORENTE

Que las redes sociales y la conectividad móvil están cambiando nuestra forma de comportarnos y relacionarnos es un hecho incontestable del que hemos hablado muchas veces. Como no podría ser de otra forma, ha llegado también al ámbito de las relaciones afectivas, y no solo me refiero a la comunicación dentro de la pareja, sino al modo de encontrar pareja y también a la forma de romper o terminar una relación.

Podríamos dedicar varios números a cada una de estas facetas y seguramente no tocaríamos ni todas las claves ni daríamos respuesta a todas nuestras inquietudes. El objetivo de esta sección es dar pequeños flashes que ayuden a educadores y agentes de pastoral a reflexionar sobre lo que está pasando en nuestro mundo. Hoy nos centraremos simplemente en algunos términos que están siendo utilizados para hablar de las relaciones. Son

algo más que términos, hablan también de nuevas formas de entender la vida en pareja.

1 Nuevo diccionario¹

Ahora ya no sirve decir: “Lo hemos dejado”, sin más. Los matices son importantes y quizá debas conocer esta terminología afectivo-sexual 3.0 para poder explicar lo que sucedió y que te entiendan.

1.1 'Crush'

Cuando alguien te impacta, piensas mucho en esa persona y solo deseas estar cerca de ella, has tenido un 'crush'. Lo que conocemos como flechazo, enamoramiento o atracción

¹ Ana Sierra, *Nuevo diccionario romántico: del 'crush' al 'haunting' pasando por el 'ghosting'* en <https://www.elmundo.es/vida-sana/sexo/2018/11/13/5be96fe522601d9e0c8b4587.html>, 13 nov. 2018.

intensa, pero ni se te ocurra decir que te has enamorado, utiliza este término, que se refiere a esa sensación de aplastamiento que se nota en el corazón cuando se clava la flecha del “amor” en tu pecho y te deja K.O.

1.2 ‘Ghosting’

Hace referencia a ‘hacer el fantasma’. Pero no en el sentido que ya conocemos, tirándote el rollo y alardeando de lo bueno que eres, no. Consiste en desaparecer, de repente y sin previo aviso, cuando estás conociendo a alguien o iniciando una posible relación. O eso hacen creer a la otra parte antes de esfumarse, sin dejar rastro. Puede no contactarte, no responder a tus intentos de contacto o, directamente, bloquearte sin opción a ser localizado. Es muy habitual cuando conoces a alguien en aplicaciones de contacto, por ejemplo. Y si te he visto, no me acuerdo. Aunque los efectos en la persona ‘fantasmeada’ suelen ser bastante potentes y afectar gravemente la autoestima. Sin lugar a duda, no es precisamente una técnica respetuosa.

1.3 ‘Slow fade’

Como tampoco lo es esta otra e, incluso, podría ser peor ser víctima del slow fade. Literalmente significa ‘descolocarte lentamente’. Vamos, que te va dejando, tan poco a poco, que casi ni te enteras de que quiere hacerlo. Va soltando señales ambiguas, tan sutiles que hace que te preguntes constantemente: ¿será que no quiere quedar?, ¿quizá no le gusto? Y como no te queda claro, es probable que sigas tirando del carro creyendo que eres mal pensado o justificando su conducta. Porque te gusta y no quieres que la relación finalice.

1.4 ‘Benching’

Es que te manden al “banco de suplentes”. Es el conocido como ‘segundo plato’ de toda la vida. Eres un “sí, pero no”. Se basa en: “te envío mensajes de vez en cuando y así no te llego

a soltar, por si me va mal lo que tengo entre manos”. Que suele ser otra posible relación, poco segura, o no conozco nadie más interesante que tú. Así que un buen día caes en la cuenta de que solo te llama cuando no hay otro plan y te cancela si le surge algo mejor. Vamos, que no eres su prioridad amorosa, en absoluto. Viene a ser un nuevo caso de falta de respeto, como las anteriores pero, quizá, cueste un poco más reconocer que te han dado un papel de reparto y el protagonista no te corresponde precisamente a ti.

1.5 ‘Tuning’

Similar al anterior. Nada que ver con la personalización de tu coche, sino con que te deja en el banquillo por su comportamiento pero luego no es realmente así, ya que resulta más positivo para el afectado pues, cuando una persona te hace ‘tuning’, está interesada en ti. Sin embargo, no te lo quiere decir directamente y prefiere esperar a conocerte mejor, quizá por desconfianza, pero quiere que la relación prospere. La cuestión es que no siempre saben hacerlo, pues es vago o puede resultar pesado. Así que puedes pensar que te está haciendo un benching, pero no es así. Es torpe o inseguro, sin más. Por otro lado, deseamos creer que todo es ‘tuning’, pero hay que distinguir lo que se hace por falta de confianza y lo que se descuida por indiferencia.

1.6 ‘Breadcrumbing’

Al más puro estilo de Lope de Vega, no te prioriza, pero tampoco quiere que te priorice nadie más. Vamos, el perro del hortelano, que ni come ni deja comer. Huye rápido porque es otro intento más de control sobre ti. Es muy probable que te que genere una dependencia casi obsesiva, ya que cumple el mismo patrón de las máquinas recreativas conocidas como “tragaperras”. Esto es, “paso de ti pero te premio con mi presencia de vez en cuando, sobre todo cuando veo o intuyo que

sales con más gente, y no quiero perderte”. Sin duda, estas maneras de manejar las relaciones son irrespetuosas, carentes de empatía, sin habilidades sociales y emocionales.

1.7 ‘Zombing’

La mayoría de estas estrategias denotan insensibilidad, baja autoestima y cobardía. Pero otras son producto de una escasa o inexistente educación afectiva y sexual, pero remediable si deciden aprender a tratar a los demás con respeto. Esto conlleva que la persona dejada haga ‘zombing’ o se enganche al ‘ghoster’, ‘slowfader’, ‘bencher’ o ‘breadcrumb’. Consiste en no aceptar la situación, ya sea desaparición, banquillo o ‘perrohortelanismo’. Indica que no conseguimos cerrar el duelo, al no tener la información clara de por qué desaparece o nos trata así. Tendemos a justificar su comportamiento y nos arrastramos, como un ‘zombie’, porque vives sin vivir en ti, buscando una señal que nos haga ver que todo fue un mal sueño. Suele causar mucho dolor y costar bastante desapegarse de la persona que te utiliza o te deja de esa manera. Pero aquí no acaba todo.

1.8. ‘Haunting’

Llega cuando menos te lo esperas. Te has desenganchado, has vuelto a la vida, olvidando tus tiempos zombis y, ¡zas!, reaparece: “Hola, ¿qué tal estás?” Como si no pasara nada. Pero desea seguir teniendo contacto contigo. Eso sí, solo que por redes sociales, pero sin quedar físicamente.

2 Claves para la reflexión y el trabajo pastoral

He de reconocer que cuando leí por primera vez el texto de Ana Sierra sentí una gran desazón. Llevo mucho tiempo leyendo y reflexionando sobre el mundo digital, pero ver una lista tan grande de términos que no respetan a la persona y la dejan ante un vacío existen-

cial me provocó vértigo. Y no solo por lo que pueda suceder a los jóvenes cercanos que conozco, sino porque son términos que se usan en el universo digital en todo el mundo y de la misma manera. Os dejo cuatro claves para la reflexión a partir de lo leído, espero nos ayuden a seguir construyendo un estilo educativo “nuevo” para un mundo “nuevo”.

2.1 Miedo al compromiso

El miedo a las opciones definitivas está muy ligado al mundo de lo efímero y eternamente cambiante del entorno digital. Ya nada es para siempre, se busca lo nuevo, lo inmediato. Mientras que una vida de compromiso implica todo lo contrario: renuncias, negociaciones, entender el al otro... El mundo digital es un mundo en el que siempre se va hacia adelante, buscando lo más nuevo; sin embargo, en la vida de pareja se trata de ir de atrás a adelante, construyendo juntos, y a muchos esto les cuesta.

2.2 La autorreferencialidad en el mundo afectivo-sexual

Otro de los graves problemas del entorno digital es la autorreferencialidad, todo pasa por uno y se centra en uno. El centro de mi mundo soy yo y lo que yo quiero conseguir. Además vivimos en una sociedad donde se promociona el consumo, donde todo tiene que ser nuevo: se cambia de móvil, de zapatos, de chaqueta porque toca... Lo mismo puede pasar en el mundo relacional, que se convierta en un mundo de usar y tirar, donde el cambio de pareja sea una mera rutina de buscar algo nuevo. Como una necesidad de reconocimiento y aprobación se busca que la pareja me satisfaga, con todo lo que esto conlleva de utilización tácita del otro en plano afectivo o sexual.

2.3 La red como compensación afectiva

Es necesario evitar usar las redes sociales como si fueran un terapeuta persona. Ante la sole-

dad buscamos pareja, la mayor parte de las veces efímera, en una app de contactos. Nos sentimos queridos y aprobados en nuestras redes sociales según el número de seguidores que tenemos en ellas. Si uno se siente afligido o tiene algún problema que le preocupa y al que no le encuentras solución volcamos nuestra desesperación en páginas y foros... Se hace necesario, y yo diría casi imprescindible, las conversaciones cara a cara con otra persona, los cafés de toda la vida, el hablar con el otro, aunque nos dé miedo, en lugar de hacerlo a través de una pantalla.

2.4 Mucho trabajo por hacer

Es cierto que estamos ante un cambio cultural muy fuerte y apenas si tenemos tiempo

de adaptación. En este mundo se hace necesario e imprescindible un cambio en las claves educativas en lo referente a la afectividad y la sexualidad. No hemos de dar nada por supuesto, los adolescentes y jóvenes necesitan referentes claros para vivir la sexualidad no como mero divertimento, sino como espacio de realización y respeto personal. Lo mismo que el mundo afectivo, muchos jóvenes no son capaces de expresar lo que les pasa porque precisamente no saben qué es lo que les pasa, y acuden a las redes y a internet como un terapeuta anónimo que creen que puede llenarles, cuando en realidad lo que hace es dejar un vacío mayor que el que tenían al principio.

@JOTALLORENTE

Itinerario de Educación en la Fe



Presentamos en este libro unos elementos teológicos, pastorales y pedagógicos que pueden orientar la propuesta formativa de los grupos de fe hoy.



Este proyecto se complementa con la redacción de unos materiales pedagógicos aplicados a las distintas edades que se encuentran alojados en la web de la pastoral juvenil salesiana.



Fichas descargables por **etapas**:
<http://www.pastoraljuvenil.es/ief1/>

Fichas descargables por **temas**:
<http://www.pastoraljuvenil.es/ief4/>

► Puedes adquirir la versión impresa de la Guía del Animador en www.editorialccs.com

