

Ghosting u Orbiting ¿Sufrimiento digital? Micaela Raneri- Argentina (2021)

Al cambiar las maneras comunicarnos, nuestra manera de vincularnos también ha recibido modificaciones, adaptándose la era digital.

Existen dos términos en el mundo del ciberespacio, que pueden poner en riesgo el bienestar de una persona. Uno de los términos es “Ghosting” y el segundo “Orbiting” que aparece como sucesor del primero.

Hoy en día tanto adolescentes, como jóvenes y adultos forman parte del mundo digital, estando presentes no solo en Redes Sociales clásicas como lo son el Facebook o Twitter. La comunicación ha cambiado, y la forma de establecer vínculos también. La pandemia y el aislamiento ha aumentado la forma de conocer personas y de cómo interactuar con ellas.

El término ghosting, deriva de la palabra en inglés ghost que significa fantasma, y consiste en dar por terminada una relación ya sea amistad o afectiva por redes sociales, cortando todo contacto con dicha persona sin darle ninguna explicación creando la ilusión de que esa persona desapareció del mundo virtual o presencial, dejando a la persona en un estado de incertidumbre. Según los Adolescentes es una forma cruel de terminar una relación en la era digital, reconociendo haber sido alguna vez “ghosteados”.

Según la investigación publicada en la revista Journal of Social and Personal Relationships en el año 2018, una cuarta parte de las personas estudiadas había sufrido ghosting por parte de su pareja, mientras que una quinta parte se lo había hecho a alguien. Según algunas encuestas el ghosting parece haberse convertido en algo común sobre todo en los jóvenes y es probable que se deba a que la tecnología también ha cambiado la forma en que nos vinculamos los unos con los otros.

Por otra parte, también es importante hablar sobre el “Orbiting” su traducción es Orbitar, que va un paso más allá: la persona corta la comunicación, pero sigue vinculada a través de las redes sociales de aquella persona que ha dejado de hablar y/o responder, mirando sus stories, comentando sus fotos, dando “me gusta” o dando retweet a sus publicaciones.

Anna Lovine es la creadora del término y expone en el artículo de “Man Repeller” que se trata de mantenerse cerca para poder observar, pero lo suficiente lejos para no generar una conversación.

Se trata en síntesis de mantenerse en la órbita de dicha persona, pero con cierta distancia, generando así, una confusión y ambigüedad por los constantes mensajes indirectos y contradictorios que recibe la otra persona.

El orbiting es mucho más frustrante que el ghosting, porque sus acciones hacen que el mensaje indirecto sea “estoy acá” pero sin estarlo. Algunos adolescentes opinan que la persona que termina la comunicación sigue en órbita porque pretende mantener cierto contacto por si en algún momento hay un cambio de opinión y se desea retomar el vínculo.

Entonces se podría decir que estamos frente a otro fenómeno producto de la tecnología digital que entra en el vaivén de las relaciones personales poniendo en jaque el bienestar de la persona.

Justin Rosenstein es un programador experto que creó nada menos y nada menos que el botón Me Gusta de Facebook, replanteándose su creación en el documental “El dilema de las Redes Sociales” divagando en que la idea convencía, pero la implementación no ...y es por eso que gran cantidad de jóvenes se sienten olvidados por no recibir un like de la persona que los ghostio.

Hoy en día términos como “like” o “me gusta” forman parte de nuestro mundo ya sea en el mundo del ciberespacio o el mundo del cara a cara.

Las redes sociales son escenarios cotidianos en el día a día de las personas. El orbiting no se limita a parejas o personas de interés amoroso, sino que puede ocurrir con amigos, conocidos o familiares en los que se ha creado un distanciamiento, y eligen Orbitar en vez de permanecer en la vida de dicha persona. Esto puede generar distintas emociones, que van desde el enojo, al dolor, sobre todo frustración haciendo que su estabilidad emocional dependa de como la otra persona Orbita en nuestra vida.

Hoy en día son muchos los adolescentes y jóvenes que sufren de Ghosting u Orbiting aun sin saberlo, mas así cuantos adolescentes están atravesando este sufrimiento sin poder ser comprendidos por sus mayores. Estos términos me hacen si con ellos emerge, otro sufrimiento digital.

Es importante que los padres, adultos, tutores, responsables o los mismos jóvenes conozcan estas nuevas formas de padecimiento.

Es fundamental recalcar que el orbiting es sucesor del ghosting, es importante poder poner límites, ya que, si alguien ha decidido desaparecer de nuestra vida, es mejor que lo haga del todo, sino es muy difícil poder pasar página y superar la ausencia de esa persona que antes formaba parte de nuestra vida digital. Por ello, hay que plantearse la opción de bloquear y dejar de seguir a esa persona además de hacer terapia, ya que debido a esto podemos atravesar distintas emociones que impactan en nuestro bienestar.

Según Carolina Castaños, fundadora de un programa de ayuda psicológica online “Alguien que practica el ghosting no es de fiar. Cuando esta es la forma que tiene el individuo de relacionarse con los demás, a no ser que trabaje en sí mismo, lo más probable es que no cambie. Podemos llegar a la conclusión que lo que le ocurre a esta persona es que tiene dificultades para establecer relaciones con un cierto grado de intimidad”.

Por otra parte, las redes sociales han creado fenómenos nuevos y se ha convertido no solo en una forma de pasar el ocio, sino que forman parte activa de nuestra vida. Leemos los pensamientos de otras personas, vemos sus imágenes, sus reacciones en videos, contestamos sus stories y respondemos sus encuestas, nos metemos en su vida personal de una forma mucho más abierta. Es por eso, que muchas personas se sienten cómodas con los “Orbiting” ya que saber que hay otra persona prestando atención al contenido online, nos hace sentir importantes o interesantes. Es por eso que ambos fenómenos podrían ser pensado como parte del sufrimiento digital que impacta en nuestra vida real.