

4.1 Padres e hijos entre pantallas. II Jornadas de puertas abiertas.

Centro Hans*

R. Mallo, A. Matallanos y S. Pozuelo**

Introducción

Las Jornadas de Puertas Abiertas¹ “Padres e hijos entre pantallas” son un espacio de encuentro y reflexión dedicado al uso y al impacto de las tecnologías en la infancia y adolescencia.

Lo que aquí presentamos² no pretende ser una transcripción literal, sino una síntesis de las ideas principales que surgieron en este diálogo, con el deseo de mantener vivo el espíritu de intercambio y apertura que caracteriza a nuestras jornadas.

Jugar en la infancia tiene un papel relevante en el desarrollo del niño.

Por Rocío Mallo

El ser humano es, por naturaleza, un ser gregario. Convive con otros semejantes, vitales para su existencia. En la compañía de esos semejantes encuentra un sentido. Lo colectivo lo sostiene y lo hace posible.

Para empezar, todo ser humano nace en otro cuerpo que lo origina, un cuerpo que nunca es el propio; de este modo, nadie puede existir sin esa experiencia originaria. Así, los lazos del parentesco delimitan un lugar de pertenencia: la familia, ese conjunto de ascendientes y descendientes afines a un linaje.

Organizada verticalmente, ordena y delimita a través de lo generacional. Una generación concibe a la siguiente, aquella que hará con lo heredado, algo nuevo y diferente. Este es el devenir fundante del acontecimiento entre generaciones. Es por esto que afirmamos que no hay constitución subjetiva sin lazo social.

¹ En esta jornada contamos con la participación de Ángela Matallanos como invitada, junto con dos miembros del equipo del Centro Hans (AECPPA), Soledad Pozuelo y Rocío Mallo, quienes abordaron el tema desde perspectivas complementarias y enriquecedoras.

² La jornada se desarrolló en cuatro momentos: en primer lugar, Rocío Mallo abrió el encuentro destacando la relevancia del juego en el desarrollo infantil; posteriormente, Ángela Matallanos compartió un relato en primera persona que puso de relieve las consecuencias de la ausencia de figuras parentales en un joven; en tercer lugar, Soledad Pozuelo planteó la crisis del lenguaje y la palabra en la era digital. Finalmente, se cerró el encuentro con un intercambio y debate entre público y ponentes.

Cito a José Ramón Ubieto (2019): *“La realidad digital, materializada en internet, es un conjunto abierto sin límite aparente, organizado de manera horizontal a partir de sus múltiples nodos de conexión. Un conjunto que no admite su colectivización, ni necesita, por tanto, de un ideal compartido. Le basta con un objeto conectado y con los algoritmos necesarios para que cada uno encuentre allí su lugar. Aquí no se requiere que los cuerpos se agrupen juntos”* (p.35).

La tecnología e internet han brindado grandes posibilidades de comunicación e información. No obstante, funcionan de un modo particular que dista mucho de lo genuinamente humano. En la red, no hay jerarquía, linaje, ascendientes y descendientes; no existe el grupo de pertenencia originado por el parentesco. Allí uno puede encontrar su lugar y conectarse junto a otros sin la necesidad de que exista un ideal compartido, como siempre ha existido en las familias.

¿Qué implica esto para nuestros niños y adolescentes?

Vivimos en una realidad en constante transformación: la de los avances tecnológicos que se suceden con rapidez y cambian nuestras rutinas y costumbres. Observamos estas modificaciones en las familias, en los modelos de crianza, en las formas de comunicación y de relación. Nos preguntamos qué implican estos cambios mediados por la tecnología para la subjetividad humana y que efectos tendrán dada la velocidad con la que se producen.

¿Puede la tecnología sustituir la presencia del otro? ¿Será posible transformar la naturaleza gregaria del ser humano?

En internet, los múltiples perfiles en diferentes redes sociales se acumulan: ya no basta con tener un perfil o una aplicación, hay que tenerlas todas. No solo los adolescentes las usan, también los adultos; en realidad ellos las usaron primero; Gmail, Teams, WhatsApp, Youtube, LinkedIn, X (Twitter), Facebook, TikTok, BeReal, Instagram, son algunas de ellas.

Los jóvenes de nuestro tiempo prefieren chatear por WhatsApp a llamar por teléfono. Jugar en línea, ver películas o estudiar conectados a través de plataformas digitales como Discord. Hacen lo mismo, pero en la distancia, cada uno desde su habitación. Dichos artilugios digitales, sustituyen el encuentro y la presencia.

Ya no es necesario salir de casa ni acordar un encuentro para verse y compartir con otros. Ahora en lugar de quedar físicamente y encontrarse en grupo y con el cuerpo en lo presencial, interactúan mediante lo digital. Ven y son vistos a través de sus publicaciones en redes sociales y es así cómo se sienten reconocidos por otros a medida que aumentan los likes. Si no obtienen likes, caen en un gran vacío difícil de soportar.

La industria es voraz y la tecnología también se dirige a los más pequeños de modo que ya existen apps y software para cubrir cualquier eventualidad al respecto de la infancia. En la adolescencia, la rentabilidad llega de la mano de los videojuegos o la publicidad.

Lo tecnológico y virtual se instala en la crianza como aliado que atiende a las necesidades del sueño, la alimentación, la educación, el ocio, etc. Se diseñan artefactos que mecen cunas y carros, dispositivos y máquinas que enseñan palabras e incluso distintos idiomas, aplicaciones y métodos de control parental que se activan a golpe de clic, cámaras de videovigilancia que permiten observar a los hijos sin estar presentes. Incluso los juguetes se transforman en objetos pedagógicos, desvirtuando por completo el significado del juego. Éstos se venden bajo el eslogan de: *“Juguetes que fomentan el conocimiento por su valor pedagógico, lúdico y estético”, “Fomentan la imaginación”, “Fomentan la creatividad”*.

Pero ¿Qué es realmente un juguete? ¿Qué significa jugar?

En la infancia y adolescencia, jugar no solo es ocio. Jugar es algo fundamental para el psiquismo, especialmente de los más pequeños. Jugar es preguntar, investigar, fantasear, experimentar. *“Jugar es una experiencia placentera que despierta la diversidad encantada de la ficción y los mundos imaginarios de la infancia en escena”* nos dice Esteban Levín (2018) (p.72).

El juego permite a los niños elaborar la realidad más dura de la vida -las pérdidas, la muerte, el desencuentro-. Es también una forma de separarse del adulto y tomar conciencia de lo propio, es cuestionar la realidad.

Los niños inventan la realidad jugando, al mismo tiempo que el jugar instituye lo infantil como espacio generador del deseo y articulador del pensamiento. En la actualidad se ha invertido claramente esta situación: el juguete pasa a ser sujeto del juego, está activo y el niño ocupa el lugar de objeto pasivo, permanece estático como mero espectador del juguete. El juguete capta la curiosidad del niño, pero no le permite, descubrirla, crearla, re- crearla, ni tampoco ejercitarla. Limita lo simbólico e imaginario. Luego ocurrirá lo mismo con el objeto pantalla.

Jugar es una herramienta clave en la infancia puesto que permite subjetivar escenas, pasando de ser el objeto pasivo de las mismas a vivirlas de forma activa. Todos los niños acuden al médico que los examina y vacuna, jugar a ser médico puede ser una forma de elaborar dicha experiencia traumática. Jugar es representar un como si, la imagen de lo representado e imitado, hay un placer en el hacer, en producir efecto y sonido. Jugar implica actuar lo fantaseado, eso calma. (Levín, E. 2018).

La puesta en escena de la representación termina por redimir la materia al recrearla sin darse cuenta en algo nuevo. Como ocurre en “La mazorca que se transforma en muñeca”, un ejemplo que les contaré a continuación. Esta es una forma de dar rienda suelta a las imágenes propias, frecuente en la infancia. Así, los niños, crean fantasías imposibles e inconclusas, lidian y juegan con lo real. Poder jugar, re-crear, reflexionar y transformar, les permite aprehender.

En palabras de Esteban Levín, mirar a través de una pantalla o interactuar con la misma, no es jugar el deseo oculto de ser otro, ni el funcionamiento espontáneo de la representación y mucho menos, poner el cuerpo en escena para qué en ese escenario, una imagen en acto suceda como acontecimiento deseante.

El ejemplo de “La mazorca que se transforma en muñeca”, nace de un recuerdo de mi infancia. Una niña piensa en una muñeca. Es verano, está en un campo de maíz acompañada de sus abuelos que lo cultivan. Observa que algunas mazorcas de maíz tienen pelo en la parte superior, y de pronto identifica una muñeca (una representación) que además lleva ropa (las hojas verdes que la recubren).

En esta operación simbólica se ponen en escena varios saberes. La niña sabe que la mazorca no es una muñeca, su belleza reside precisamente en lo que no es, en la capacidad de denegar la realidad para crear otra. Al mismo tiempo construye otro saber, anticipando un personaje imaginario donde no lo hay. Puede transformarla en muñeca porque tiene un saber acerca de las muñecas (muchas tienen pelo y van vestidas). Pero no es una copia fiel, en realidad eso no importa, lo que realmente importa es su función. A la mazorca-muñeca se la puede nombrar, abrazar, hablar, cuidar. Con esta mazorca-muñeca se puede ejercer de madre, padre. Y con todo esto la niña pone el cuerpo en escena, construye una ficción y narra una historia.

La esencia de la experiencia infantil ocurre justamente cuando el niño al usar el objeto, lo construye y lo inventa. En la experiencia el niño existe.

No obstante, uno podría preguntarse ¿Qué atrae de los videojuegos? Los niños y adolescentes se sienten muy atraídos por los videojuegos. Lo preponderante y atrayente en ellos es el poder: los chicos juegan a ser y tener los poderes y atributos de la imagen, que por supuesto, siempre termina siendo más poderosa.

Es un mundo relativamente anónimo sin responsabilidades ni límites, no importa cuál sea el acontecimiento porque en la red todo es igual. La imagen del cuerpo se desprende del esquema corporal, de su anclaje en él. Delante de la pantalla se olvida el cuerpo, lo motriz no existe. Piensan y experimentan en imágenes. Ya es un hecho que los más jóvenes conversan a través de sus chats intercambiando imágenes, sin mediar palabra alguna.

Los videojuegos están diseñados por la industria, quién busca enriquecerse. Éstos proporcionan la inmediatez del éxito y la recompensa, dos factores que aumentan la dependencia. Además, también proporcionan escenarios y fantasías donde recrear la realidad y tratando de obtener representaciones de ellos mismos. Y de aquello que inquieta y preocupa (muerte, sexualidad, la relación con los iguales, o los padres).

Bajo el anonimato de lo digital, existe menos censura de lo moral ¿Dónde quedan el pudor y la vergüenza? Jóvenes y adultos se permiten decir lo que en el cuerpo a cuerpo censuran. Es de este modo como el odio encuentra una vía de descarga directa a través de lo virtual.

Consecuencias de la ausencia de figuras parentales. Un relato en primera persona. Por Angela Matallanos

Me gustaría señalar algunas situaciones de la vida cotidiana que entiendo influyen en el desarrollo de los niños:

Paseando por la calle observo en una cafetería a una madre amamantando a su hijo. Me conmueve pensar que puede ser un acto cotidiano y que ambos pueden disfrutar de ese momento en distintos lugares, no solo en casa. Sin embargo, me doy cuenta que la madre mira el móvil mientras el bebé come y enseguida vienen a mi mente los casos de los chicos del centro en el que trabajo y que comparten diagnósticos como “Trastorno del vínculo”. Me pregunto si empieza aquí, si este es el origen de esas dificultades, ya que la madre no mira a su bebé con calma ni participa de ese rato “juntos” mirándose, comunicándose... acompañándolo con su disponible presencia. No hace demasiado tiempo este momento era considerado un tiempo íntimo entre los dos que sentaba las bases de las primeras relaciones objetales del bebé.

Continuo mi camino por la calle y otra mamá pasea con su hijo, de unos dos años, sentado en la sillita, la madre mantiene una conversación por móvil en la que, con una elevada intensidad, discute con su interlocutor. Se reconocen en la madre tonos de rabia y enfado que seguramente su hijo escucha... Me pregunto ¿cómo lo vivirá el niño?...

Una tercera madre lleva a su hijo en el carrito y en el manillar hay un soporte de móvil... ¡¡para el niño!! Veo que no despega sus ojos del teléfono sin fijarse en lo que le rodea.

También en el metro viajan padres con auriculares y a su lado niños de unos 4 años se entretienen mirando el móvil.

Incluso he llegado a descubrir a un niño columpiándose en el parque con el móvil en la mano, si el padre se lo quita el niño se pone a llorar, entonces el padre se lo devuelve.

Pero si me pongo en el lugar de un niño ... puedo pensar *“que eso que sostiene mi madre o mi padre en la mano debe ser muy importante si tienen que mirarlo todo el tiempo: cuando me da de comer, me acuna, me lleva al parque... Y les hace enfadar o se ponen tristes si hablan a través de él... otras veces también se ríen cuando lo miran... Y no solo ellos... si me fijo en los adultos todos van por la calle mirando esos artilugios hablándoles o escuchando...”*

“Cuando me hago mayor -tengo 8 o 9 años- me dan uno... ¡qué importante y mayor me siento! ¡Yo también puedo hacer lo que hacen los adultos!! Por eso siempre lo llevo conmigo y me siento mal si me lo castigan o me lo quitan... Veo cosas que me sugieren mis amigos o sus hermanos mayores y que no entiendo... chicos y chicas pegándose o besándose... ¡qué raro! A veces me asusta...”

“A los 12-13 años me doy cuenta que le puedo consultar todo y cuando me siento mal me dice qué tengo que hacer para solucionarlo... A veces me parecen soluciones algo radicales, pero todo el mundo lo hace, así que no debe estar equivocado... Mis padres también lo miran cuando no saben algo y se quedan tranquilos...”

“Tengo 15-16 años y un montón de amigos en el móvil, se ha convertido en la parte más importante de mi vida... Acepto a los contactos que me solicitan mirando bien quien son... ¡no me dejo engañar! (eso creen). Salgo con chicos o chicas y hago esas cosas (sexo, relaciones tóxicas...) que veía cuando era más pequeño/a... pero no me acabo de sentir bien...”

“Y cuando me siento mal veo a gente que dice que se ha hecho cortes en los brazos y en las piernas y aseguran que se sienten mejor después... leo que si me corto me sentiré mejor porque sacaré mi angustia y que es mejor hacerse daño por fuera que por dentro”.

“También veo fotos de chicas y de chicos con cuerpazos... ¡y yo no soy así! Internet dice que si cuento las calorías adelgazaré... o si hago deporte todos los días... o si como proteínas... o superalimentos... o si me opero.... O si me hago un piercing o un tatuaje... ¡!!Si hago todo esto seré feliz...¡!!”

“Pero me siento mal y nadie me escucha... no le puedo decir a nadie cómo me siento de verdad... nadie está a mi lado realmente... nadie se para... nadie me mira... Yo tampoco lo cuento, prefiero preguntar a las redes, pero he probado de todo y nada me sirve...”

“Me siento tremendamente solo y no me fío de los adultos porque ellos han confiado en el móvil y no me han explicado para qué sirve ni cómo usarlo.... He basado mi vida en el móvil y ahora... ¿qué?”

En mi trabajo con adolescentes desde hace más de 20 años en Centros de Reforma y Protección he observado este vacío con el que veo que llegan los jóvenes -además del que les toca por su propio proceso de crecimiento-. Un vacío que podría aliviarse si -socialmente- se favoreciera un uso racional del móvil y el adulto ocupara el lugar de referencia y autoridad que le corresponde.

La adolescencia se caracteriza, según Anna María Nicolò, por ser un proceso organizativo, donde el cuerpo y sus cambios asumen una vital importancia. Aceptar la novedad de un cuerpo distinto y sexuado, integrar naturalmente la agresividad y reestructurar la propia identidad, constituyen las tareas evolutivas de esta difícil edad. A lo que hay que añadir el duelo por la etapa que queda atrás: la infancia.

En la actualidad, somos testigos de una epidemia de patologías muy relacionadas con el cuerpo de los adolescentes como los trastornos alimentarios en todas sus formas, autolesiones, etc. en las que se incluye el uso de internet como escenario en el que se pone

en juego el propio cuerpo y el del otro, a nivel virtual. Esto se observa especialmente en los videojuegos, chats, blogs... donde no hay un intercambio real y personal sino distante, evitándose así la angustia de ser y de relacionarse con el otro.

Es, en este espacio virtual, donde parece crearse una especie de refugio psíquico frente a la ansiedad, el dolor y la angustia que provoca el proceso de crecer. Tomando prestado el concepto de John Steiner en su libro "Refugios psíquicos" menciona que "un refugio psíquico le da al sujeto un área donde reina una calma relativa, que le protege de la tensión que siente cada vez que alguien (el terapeuta) establece con él un contacto significativo vivido como amenazador. Si esta necesidad (de retraerse) se instala de forma habitual, excesiva e indiferenciada impide el desarrollo y el crecimiento"... "El alivio que produce el refugio se consigue a costa de quedar aislado y estancado"... "Las personas se aferran a él, pues les parece que hacerlo es preferible a tener que sentir estados de ánimo aún peores, ya que creen que son su única alternativa".

Esta definición me hace pensar que encaja exactamente con la tecnología, el refugio psíquico que facilita Internet puede provocar el encuentro de los jóvenes con aspectos perversos y psicóticos, sin que los adultos sean conscientes de lo que puede impactar en la mente de los niños. Es un lugar para refugiarse de lo peor y de lo mejor sin capacidad o posibilidad de poder compartirlo con un yo estructurado ya que aún no lo han adquirido.

Como ejemplo mencionaré que hace unos años en Japón 1 millón de adolescentes permanecían encerrados en casa consumiendo internet, los denominados Hikikomori. Sus padres buscaban ayuda porque estos chicos habían abandonado el colegio y se habían escondido durante meses, algunas veces años, en su habitación detrás de la pantalla de un ordenador. En general, los jóvenes pertenecían a familias de clase media, casi todos hombres, y la edad promedio de este retiro voluntario era de 15 años.

Esta situación puede sonar exagerada en nuestra sociedad occidental, pero como he comentado en los "síntomas" que observo en los adolescentes más cercanos se aprecia con claridad el aislamiento, el impacto y la influencia de las redes sociales en su vida cotidiana.

Un ejemplo más de esta influencia en el cuerpo de los adolescentes, la advertí hace dos años cuando ingresaban en el Centro de Protección niñas sobre los 15-16 años que mostraban un síntoma recurrente: los cortes, generalmente en los brazos. Al profundizar en las entrevistas todas verbalizaban un malestar interno parecido que se aliviaba -según decían- con esa conducta. Sin embargo, no podían describir el origen de su angustia, ni la asociaban con nada concreto... En mi opinión eran síntomas copiados relacionados con la gestión de la separación, de ser uno mismo, que la pantalla no soluciona, sino que provoca el aumento de ansiedad.

También los síntomas de TCA, en la consulta privada, mostraban formas de respuesta parecida y formas idénticas de gestionar la angustia, con un lenguaje común que no explicaba nada en concreto.

Este lenguaje "profesional", en el aspecto psicológico, me sugería que uniformaba estilos de sentir y les permitía compartir un espacio común: el malestar interno como signo de identidad. Formas comunes sobre todo de hablar o referirse a estados psicológicos y mentales... como una forma de globalización de lo emocional que los hacía y hace sentirse parte de algo, un grupo, una comunidad... al final, una identidad.

Viñeta: Recuerdo una joven que me decía... *"¿sabes? Hay momentos en los que me disocio..."* Yo le preguntaba ¿qué significa eso para ti? Ella respondía ofendida... *¿cómo para mí? Pues lo que es... que te quedas como ida...* Pero no profundizaba más en sus palabras ni en sus sentimientos...

Con esta globalización emocional, que les ofrece una gran seguridad, se pierde la forma de individuarse, de desarrollar la creatividad, de soñar, de realizar proyectos, de compartir juegos, música...

Respecto a las relaciones afectivas entre ellos destaca el elevado número de relaciones tóxicas basadas en lo que han visto en Internet, dando por hecho que son relaciones "normales". El cuerpo entra en escena, de nuevo, como un proveedor de gratificación física - para sentirse bien- no como un elemento de compartir afecto, de acompañarse...

Viñeta: Una joven llegó al centro con una conducta sexual exacerbada muy difícil de atenuar... en la evaluación verbalizó haber visto contenido pornográfico en el ordenador de su padre cuando era pequeña. Es obvio que el impacto que le causó y su necesidad de afecto provocó que buscara relaciones sexuales de manera compulsiva en internet, donde nunca repetía con la misma persona. No había encuentro con el otro...

Otro aspecto importante que se ha observado en la clínica actual son las dificultades que viven los adolescentes respecto a su identidad sexual. Neri Daurella señala en un artículo que en Estados Unidos han pasado de tener una sola Clínica de Género en 2007 a 600 en 2022. Y Eileen Wieland asegura que las familias están perdiendo su función de contención emocional, los vínculos no son tan seguros y los adolescentes buscan refugio en las redes porque les ofrecen grupos de pertenencia, prometiéndoles la felicidad por la vía de la autodeterminación del sexo/género.

Esta promesa de felicidad las he observado también en las autolesiones, los TCAs, etc. que acaba convirtiéndose en una exigencia, un imperativo social o la obligación de ser feliz que los adolescentes, obviamente, no pueden sostener ni tampoco cuestionar.

En el fondo, son promesas de ese gran Mercado que es Internet donde los niños y jóvenes no son capaces aún de distinguir lo que es auténtico y/o lo que ayuda, de lo que es falso... porque no tiene edad ni capacidades internas para ello y porque los adultos no están cerca para explicarlo.

Consecuentemente, la tecnología en el momento actual ha favorecido el aumento de enfermedades mentales en la adolescencia. Y ha empeorado la funcionalidad del joven en el ejercicio de su libertad, por la ausencia de un criterio adulto referente, lo que provoca una gran vulnerabilidad en los jóvenes.

Pienso en la tecnología como un hilo conductor que propaga una nueva "folie a deux" (locura de dos) que en este caso contagia a la sociedad entera. ¿Acercará el móvil a un estado psicótico a los adolescentes? ¿Cuál será el efecto a posteriori de este adoctrinamiento tecnológico?

En la Folie à Deux las personas que la sufren no interactúan con otras personas o lo hacen en muy pocas ocasiones, es decir, hay un alto nivel de aislamiento social y la dependencia emocional también es un factor muy importante. Cuando se da la confluencia entre ambos, se comparten los síntomas, las emociones, los sentimientos de la otra persona como si fueran propios.

Se me ocurre que sería esta una forma de búsqueda afectiva generalizada, de alivio de la soledad adolescente... que además parece ser otra enfermedad de nuestro tiempo. Una soledad disfrazada porque sienten que están "conectados" a muchos otros y que controlan la situación.

¿Será reversible esta situación y podremos contener como adultos las dificultades que vemos en los chicos ahora? Es decir, acompañar y empezar a afrontar esta situación de soledad-abandono que se ha producido quizás con los cambios del siglo XX a nivel industrial-tecnológico, pero no social...

¿Cuál es el futuro de la tecnología? ¿Cuál debería ser? ¿Cuál queremos que sea?

En mi opinión, la situación queda en manos de los adultos... El continente cuenta con la capacidad de poder transformar, el niño es un receptor, no un continente y depende de otro para poder entender el mundo.

Lejos de abandonarme al pesimismo a pesar de lo que veo a diario, o precisamente por eso, me afano en favorecer en los padres el acercamiento a sus hijos, a sus necesidades y a su proceso, incluyendo un uso racional de la tecnología. Los niños tienen derecho a una educación digital que podría estudiarse como asignatura. El Tribunal Supremo ha dictaminado que los padres no pueden tener acceso -sin permiso- a los dispositivos electrónicos de sus hijos. Y los padres tienen también una responsabilidad civil solidaria.

A veces, a los progenitores les planteo la metáfora de que el móvil debería usarse como un cuchillo, con mucho, mucho cuidado... Imposible dárselo a un niño cuando es bebé, pero es necesario según se va haciendo mayor, enseñándole a usarlo de forma adecuada. Y puede ser muy útil y necesario en la vida cotidiana, pero también puede ser un arma peligrosa.

Y es que nos podemos acercar a un adolescente de manera afectuosa y no invasiva a través del móvil, preguntándole como esta o mandándole un emoticono. Es muy útil en distintas situaciones como en familias con padres separados, si ambos progenitores negocian juntos las normas de uso.

En los últimos meses, se empieza a debatir el uso serio y racional del móvil o de los dispositivos recomendándolo no antes de los 16 años. Espero que sea el inicio de mayor claridad en este ámbito que proteja a los niños y adolescentes.

Me gustaría finalizar con una cita de Freud:

Las emociones no expresadas nunca morirán. Están enterradas vivas y aparecerán más tarde de maneras más desagradables. S. Freud.

La crisis del lenguaje y la palabra en la era digital. Por Soledad Pozuelo

La creciente presencia de la tecnología en nuestras vidas está conllevando una alteración en el uso de la palabra, tanto en su forma oral como escrita. Asomarse a internet y a las redes sociales es mirar un mundo dominado por la imagen, a veces acompañada de palabras, pero generalmente de pocas. Pareciera como si la palabra en una pantalla nos sobrara y cansara. Mucho texto nos lleva al abandono, a pasar a otra cosa.

El impacto en el uso del lenguaje se observa tanto en cómo nos comunicamos con nosotros mismos como con los demás. Es por todos sabido cómo un móvil puede atrapar nuestra atención y dispersar la concentración y reflexión que teníamos previamente. Otros dispositivos, como la televisión, pueden ser con mucha facilidad un obstáculo en las conversaciones. También es cierto que, en la práctica clínica, encontramos ejemplos de lo contrario, como aquellos padres que manifiestan que el único momento de encuentro y distensión con su hijo adolescente es cuando "juegan" juntos durante el programa *Cifras y Letras*, mientras que el resto del tiempo reina, generalmente, un constante conflicto y desencuentro.

Para reflexionar sobre el impacto de la tecnología y la digitalización en el lenguaje, me parece interesante seguir los pasos de la psicoanalista Lola López Mondéjar, a través de su premiado libro *Sin relato*. Es una obra que ayuda a entender el malestar tan frecuente y generalizado que desde hace unos años está presente en nuestra sociedad. Resulta accesible y de utilidad tanto para el público general como para los profesionales de la salud mental.

En esta obra, la autora señala que la digitalización ha producido una pérdida en el uso de las palabras teniendo consecuencias no sólo en la dificultad para poner en palabras nuestro pensamiento, sino provocando un déficit del pensamiento mismo. El impacto de ese déficit se observa en la capacidad de narrar.

Entre las diferentes definiciones que la autora ofrece sobre narrar, traigo aquí aquellas que nos van a servir para nuestra posterior reflexión:

Narrar es unir elementos biográficos en un relato en el que se busca un sentido. Es contar nuestra historia a otros. Narrar también es crear nuestra experiencia subjetiva, tomar conciencia silenciosa de nuestra historia. Es una metacognición: la capacidad para reflexionar sobre nuestros procesos de pensamiento y aprendizaje, de forma que podamos regular los procesos mentales básicos.

La capacidad narrativa, junto con la capacidad de atención, esta última también afectada de forma muy significativa por el uso de dispositivos digitales, constituye una de las capacidades “superiores” del ser humano.

La capacidad de narrar está muy relacionada con el concepto de historización, tan clave en el desarrollo psíquico, ya que permite generar conexiones y relaciones entre los elementos biográficos de una persona. Sin ella, las vivencias quedarían inconexas, sin sentido ni dirección.

Piera Aulagnier define la historización como un trabajo psíquico: “Es una necesidad de su funcionamiento situarse y anclar en una historia que sustituye un tiempo vivido-perdido por la versión que el sujeto se procura merced a su reconstrucción de las causas que lo hicieron ser, que dan razón de su presente y hacen pensable e investible un eventual futuro” (Aulagnier, 1984: 15).

Lola López Mondéjar señala que la capacidad de narración se construye con otros. El “sí mismo reflexivo” que se narra tomándose por objeto debe adquirir previamente un reconocimiento de sí que pasa por el reconocimiento del otro. En la dialéctica identidad–alteridad: reconocerse es ser reconocido; reconocimiento mutuo. La palabra pronunciada por uno es una palabra dirigida al otro. Este aspecto es crucial, ya que involucra directamente a los adultos, a los padres, no sólo como ejemplos y modelos, sino como “los otros” sobre los cuales se va a edificar esta capacidad. Se señala así la importancia de la presencia, de la necesaria disponibilidad de un otro para construir la capacidad de reflexión y narración. Y esto, hoy en día, es un verdadero reto, teniendo en cuenta el robo y el secuestro de la atención que producen los dispositivos tecnológicos de forma casi constante.

El famoso “scroll” (desplazamiento), que en las más populares redes sociales permite pasar de una imagen a otra o de un video a otro, no sólo constituye la forma en que hemos empezado a manejar la información, sino incluso la manera en que vivimos. Pasamos de una actividad a otra a un ritmo frenético, sin pausa que permita procesar mínimamente lo anteriormente “vivido”, dificultando así la generación de una conexión significativa entre las vivencias e imposibilitando la creación de un relato, de un sentido. Las imágenes se presentan en la red social, sin sentido ni argumento que las conecte entre sí, salvo por un famoso algoritmo que, más que obedecer a un objetivo elegido reflexiva y libremente, responde a un interés económico y comercial de la plataforma en cuestión. La consecuencia: una vivencia de fragmentación, de desconexión, de imposibilidad de narrar y narrarse; la falta de palabra y la sustitución del lenguaje simbólico por una comunicación a través del cuerpo y de la acción.

Necesitamos contar nuestra historia, necesitamos comunicarnos valiéndonos de aquello que tengamos disponible. Sabemos cómo se han incrementado las autolesiones en los últimos años, quizá como expresión de esta necesidad de comunicación ante la ausencia de palabra.

Preparando estas jornadas, al llegar a este punto, recordaba el trauma: cómo la vivencia de algo “excepcional” queda en nosotros desgajada, desunida, fragmentada, por superar nuestra capacidad de afrontamiento. ¿No estamos viviendo así?

Otro aspecto fundamental es la constante disponibilidad de la información y de los dispositivos electrónicos. Sabemos, tal y como se ha venido hablando en la jornada, que es a través de la alternancia entre ausencia y presencia como se va generando un mundo interno. Sin embargo, pareciera que la constante estimulación, presencia y aceleración impidieran esta construcción.

Lola López Mondéjar señala que sin la capacidad de poder estar solos para así construir un mundo interno, no hay posibilidad de creatividad. Nos vaciamos y sustituimos nuestro mundo interno por las propuestas del mundo externo, tomándolas, estas últimas, al pie de la letra. Y esto es especialmente relevante cuando hablamos de la adolescencia y de la necesidad de dar respuesta a su pregunta sobre quién soy, ya que, ante esta situación, prevalece la adhesión a propuestas identitarias muy similares entre sí, que dan poco lugar a la subjetividad.

Ante la ausencia de narración y el empobrecimiento del mundo interno, es probable que disminuya la capacidad de empatizar con los otros. Si no podemos pensar y narrarnos, es probable que tampoco podamos pensar y narrar a los otros. Y esto quizá esté relacionado con la también creciente pérdida de la capacidad de escuchar.

Para finalizar, quería compartir una cita de la escritora Karen Blixen, famosa por escribir *Memorias de África* en 1937 bajo el pseudónimo de Isak Dinesen:

“Se puede soportar todo dolor si se lo pone en una historia o se cuenta una historia sobre él.”

Conclusiones.

La segunda Jornada de Puertas Abiertas nos permitió reflexionar junto a las familias sobre lo desafiante de las tecnologías en la vida cotidiana. A través de las distintas intervenciones se puso de relieve la importancia del juego, pudiendo comprender qué significa realmente jugar y cuál es su trascendencia, reconocer el valor de la presencia parental y no perder de vista la fuerza del lenguaje y la palabra como mediadores fundamentales en los vínculos y la construcción psíquica.

Tras las tres intervenciones, dimos paso a la palabra de los padres y madres, ya que la motivación del encuentro era precisamente generar un espacio para la escucha, la conversación y el pensamiento en grupo. Pudimos disfrutar de un intercambio dinámico y abierto, en el que surgieron preguntas, inquietudes y pedidos que enriquecieron la reflexión compartida.

Algunas de las cuestiones que guiaron el diálogo fueron: ¿qué uso hacemos de las tecnologías?, ¿si el adolescente está solo frente a la pantalla, dónde está el adulto?, ¿qué ve o qué busca el adolescente en ella?, ¿qué se pierde o sustituye cuando se está entre pantallas?, ¿el control parental ejerce realmente la función deseada?, ¿es posible prohibir o aislar a un joven de las tecnologías?

Éstas fueron algunas de las preguntas a partir de las cuales, fue posible pensar en las herramientas que se ofrecen para el cuidado de nuestros jóvenes en relación con la red y las tecnologías. También se pudo pensar en la importancia de establecer límites y criterios claros. Se destacó, además, el papel del acompañamiento en la crianza y la necesidad de que exista la presencia del adulto como sostén indispensable frente a los desafíos que plantea lo digital.

Se hizo expresa la necesidad de acompañar a niños y jóvenes en la construcción de un uso consciente y responsable de las tecnologías, sin permitir que estas ocupen el lugar central que corresponde al encuentro presencial con otros.

Finalmente, se subrayó el valor de contar con espacios como este, que hacen posible detenerse, escuchar, conversar y abrir el pensamiento en comunidad, manteniendo vivo el deseo de seguir reflexionando juntos sobre el impacto de las tecnologías en la vida familiar.

Con esta síntesis buscamos no solo dejar constancia de lo trabajado en la jornada, sino también invitar a continuar reflexionando, dialogando y construyendo en comunidad nuevas formas de habitar lo digital en el ámbito familiar.

Bibliografía.

Ubieto, J.R. (2019) Del padre al iPad. Familias y redes en la era digital.

Levin, E. (2018) ¿Hacia una infancia virtual? La imagen sin cuerpo.

Ubieto, J.R. (2018) [¿Qué tendrán los móviles que nadie los suelta, y menos los adolescentes?](#) La Vanguardia.

Ubieto, J.R. (2023) [Familias y móviles: mitos y claves para un buen uso, por José R. Ubieto](#) La Vanguardia.

Ubieto, J.R. (2021) [Del Padre al gadget, por José R. Ubieto](#) La Vanguardia.

Daurella, Neri (2022) Abordando el fenómeno trans en la infancia y la adolescencia desde una perspectiva bio-psico-social-cultural, previamente a las decisiones clínicas. *Revista Aperturas psicoanalíticas*, (N. 71, 2022 pág. 1-25).

Janin, Beatriz (2010). *Marcas en el cuerpo de niños y adolescentes*. Editorial

Nicolò, Anna María (2024). *Rupturas evolutivas. Psicoanálisis del colapso adolescente y de sus mecanismos defensivos*. Editorial Psimática.

Steiner, John (1997). *Refugios psíquicos*.

Jóvenes encerrados permanentemente en su habitación (2015). Psicología y Mente: [Hikikomori: jóvenes encerrados permanentemente en su habitación](#)

Folie a deux: [Actualización de la evidencia sobre el trastorno psicótico compartido o folie à deux. un análisis crítico de casos clínicos recientes](#)

López Mondéjar, L. (2024). Sin Relato. Atrofia de las capacidad narrativa y crisis de la subjetividad. Ed. Anagrama.

Fernández-Olguín, D. (2018). Aprendizaje e Historización: Aportes de la teoría psicoanalítica a la comprensión de dificultades de aprendizaje en niños que han vivenciado procesos de institucionalización y adopción. *Estud. pedagóg.* vol.44 no.3 Valdivia dic. 2018. https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-070520180003000075#:~:text=Piera%20Aulagnier%20define%20la%20historizaci%C3%B3n

[%20como%20un%20trabajo.e%20investible%20un%20eventual%20futuro%E2%80%9D%20%28Aulagnier%2C%201984%3A%2015%29](#)

Palomino, O. (2017). La fuerza del relato. Ponencia presentada el 13 de mayo de 2017 en las XVII Jornadas Psicoanalíticas del EPBCN, tituladas «Aperturas en psicoanálisis» (VI). <https://www.epbcn.com/pdf/olga-palomino/2017-05-13-la-fuerza-del-relato.pdf>

Nicolás Grunin, J. (2008). Procesos de simbolización y trabajo de historización en la adolescencia. Cad. psicopedag. v.7 n.12 São Paulo 2008.

https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1676-10492008000100004

ψψψψψψψψψ

* II Jornadas de Puertas abiertas “Padres e hijos entre pantallas”, organizadas por el Centro Hans, celebradas el 28 de marzo de 2025 en Madrid, en la sede de Aecpna.

****Sobre las autoras:**

Rocío Mallo. Psicoterapeuta y Psicóloga Sanitaria.

Angela Matallanos, Psicoterapeuta y Psicóloga Sanitaria, especializada en adolescentes y familias.

Soledad Pozuelo. Psicoterapeuta y Psicóloga Sanitaria.