



Subjetividad Contemporánea, Redes Sociales y Narcisismo

Facultad de Psicología. Universidad de la República.

Ensayo Académico

Estudiante: Manuela Mendiverry

CI: 5.409.665-7

Prof. Adj. Mag Mariana Zapata

Revisora: Prof. Adj. Mag. Amparo Bazterrica

Octubre 2024

Montevideo, Uruguay

ÍNDICE

Introducción	3
El auge de las nuevas tecnologías y subjetividades contemporáneas.....	4
Redes sociales virtuales: la construcción de la identidad digital.....	7
El rol de las imágenes y la importancia del "like" en la dinámica de las redes sociales....	9
Narcisismo y redes sociales.....	12
La aceleración del tiempo, pérdida del sentido de realidad y crisis de pánico.....	17
Mito de Narciso-red virtual-crisis de pánico.....	24
Reflexiones finales	27
Referencias	31

Introducción

El presente ensayo se enmarca en el trabajo final de grado de la Licenciatura en Psicología de la Facultad de Psicología de la Universidad de la República del Uruguay. Busca problematizar, cómo en las últimas décadas, la irrupción de las tecnologías digitales ha transformado radicalmente los modos de vida, las relaciones sociales y la construcción del ser. La proliferación de las redes sociales, caracterizadas por una cultura de la imagen, ha reconfigurado las dinámicas de la subjetividad contemporánea. En este contexto, Instagram emerge como una plataforma donde la búsqueda constante de validación social y la construcción de una imagen idealizada del yo han cobrado una gran relevancia.

Este ensayo propone analizar cómo, las dinámicas establecidas en la plataforma social Instagram, pueden contribuir al fortalecimiento de rasgos narcisistas en la sociedad actual a través de una revisión de diferentes autores que problematizan sobre la temática. A su vez se explorará la relación entre narcisismo y subjetividades contemporáneas permeadas por la aceleración del tiempo, la tendencia a la inmediatez, la hiper-comunicación e hiper-consumo. Culminando con un análisis de algunas formas de malestar característicos de la época en relación a este cambio socio-cultural.

La elección de esta temática surge como un cuestionamiento personal sobre el uso excesivo de las tecnologías. Una observación que me lleva a pensar en una correlación entre los síntomas ansiosos y el uso de plataformas virtuales. Es innegable que esta problemática es actual, y que atraviesa tanto a niños, como adolescentes y adultos. Considero entonces relevante comenzar a dar luz a los efectos que podría estar generando en la estructuración psíquica y su manifestación en la clínica, con sesgos de ansiedad y pánico.

El auge de las nuevas tecnologías y subjetividades contemporáneas

Uno de los fenómenos que ha marcado el contexto socio-cultural en el que estamos inmersos es el auge de las nuevas tecnologías, la creación de medios cada vez más sofisticados que permiten acortar las distancias y lograr conexiones inmediatas entre las distintas partes del mundo. La incorporación de estas tecnologías en lo cotidiano, provocan un cambio en las formas de vida, dando lugar al surgimiento de nuevas subjetividades.

Según Castells (1997) es a partir del segundo milenio que surge una revolución tecnológica que ha llevado a modificar las bases materiales de la sociedad de forma acelerada. El autor menciona la creación de un nuevo sistema de comunicación, que abarca un lenguaje universal, por el cual las personas interactúan a través de las diferentes redes informáticas interactivas, “creando nuevas formas y canales de comunicación, y dando forma a la vida, a la vez que ésta le da forma a ellas “ (p. 28).

En su libro “La era de la información”, Castells (1997) realiza un estudio sobre los cambios que fueron sucediendo en las formas de comunicación, remontándose a la creación del alfabeto y por consiguiente de la escritura. La creación del alfabeto se remonta al entorno del año 700 a.C, generando una ruptura entre el lenguaje simbólico - audiovisual y el escrito, estableciéndose una jerarquía social entre la cultura de uno y otro. “No obstante fue el alfabeto el que proporcionó en Occidente, la infraestructura mental para la comunicación acumulativa, basada en el conocimiento” (Castells, 1997, p. 359).

Siguiendo al autor, en el s.xx la cultura audiovisual toma una especie de revancha con el auge de la radio, el cine y la televisión, logrando una mayor influencia en la población que la comunicación escrita, pero no es hasta 2700 años después que ocurre la gran transformación en la cual se integran los aspectos audiovisuales y escritos. En sus palabras:

La integración potencial de texto, imágenes y sonido en el mismo sistema, interactuando desde puntos múltiples, en un tiempo elegido (real o demorado) a lo largo

de una red global, con un acceso abierto y asequible, cambia de forma fundamental el carácter de la comunicación. (Castells, 1997, p. 360)

Según Sadin (2013) es difícil determinar una fecha exacta del impulso que toma la informática, pero se podría decir que es en los años 80 que se inicia de forma progresiva una digitalización de los objetos industriales y la gestión de la información, hechos que fueron impulsados en un principio por necesidades administrativas y militares, teniendo el fin de poder superar ciertas facultades mentales humanas, accediendo con más sofisticación y rapidez a los fines buscados. Es así que los avances tecnológicos se han ido insertando en la cultura de forma paulatina, tomando cada vez más espacios en la cotidianidad de la vida humana, donde es posible vincular virtualmente todo con todo: “se ha consumado el milagro de una interconexión integral que vincula virtualmente todo ser, cosa y lugar, inscribiendo la dinámica electrónica como un estrato indisociable de la existencia que la envuelve en casi toda circunstancia” (p. 28). Se produce así una especie de “acoplamiento entre organismos fisiológicos y códigos digitales” . Este fenómeno fue potenciado con la creación de los smartphones, los cuales fueron pioneros en permitir la movilidad espacio-temporal junto a ellos, a esto el autor lo llama la “miniaturización de los objetos”. Esta miniaturización permite que seamos acompañados de forma continua por la tecnología que ya no solo facilita los quehaceres diarios, sino que tiene el fin de entretenernos en las horas “vacías” (Sadin, 2022, p. 31).

Jorge Bafico (2019) en su libro “Vidas contemporáneas” hace un análisis sobre los síntomas actuales de la época, tales como ansiedad, depresión, nerviosismo y su relación con el contexto sociocultural actual. El autor afirma que:

Es imposible pensar la sintomatología fuera de un contexto histórico determinado, hoy nos enfrentamos a un exceso de estímulos visuales (un mundo excesivamente imaginario, la dificultad en la organización de la estructura familiar, el desdibujamiento de los roles parentales... nos enfrentamos a una época donde hay permanente y

constante empuje hacia la satisfacción, cuyo objeto puede variar pero no así su fin, que es el de satisfacerse. (p. 27)

El auge de las tecnologías de la información y la comunicación abren la posibilidad de prescindir de la presencia del otro, abriéndose la paradoja de la hipercomunicación y conexión constante, pero a la vez de un empuje hacia el aislamiento social y el debilitamiento del lazo real con otros. Bafico (2019) plantea cómo la época moderna se caracterizaba por la preponderancia de los ideales y la razón, mientras que ahora, nos estamos rigiendo por el individualismo que corre detrás de sus deseos de satisfacción sin un anclaje idealista o regulador. Esta pérdida del ideal o de la orientación más disciplinaria, podría tener que ver según el autor con la pérdida de la figura paterna en su rol de regulador de la satisfacción inmediata (p. 45).

La actualidad trae aparejada una multiplicidad de caminos, millones de opciones para elegir y el concepto de libertad se pone en juego. La idea de libertad en la sociedad contemporánea se alía con la posibilidad de acceder a todas las oportunidades que el mercado ofrece, y así vivir una vida plena, de calidad. Una época donde “ser feliz” es casi una exigencia, donde acumular experiencias y objetos parece ser requisito para una vida plena. “La felicidad auto exigida de estos tiempos nos muestra un sujeto empresario y explotador de sí mismo donde nadie lo gobierna y nadie se interpone como ideal” (Bafico, 2019, p. 36).

Según Lipovetsky (1983) es luego de la década de los 60, tras las épocas de crisis, las guerras y conflictos mundiales, que comenzó a haber una profunda decepción hacia las instituciones, junto a una pérdida de interés hacia los valores y mecanismos sociales. “Todo concurre a la promoción de un individualismo puro, dicho de otro modo psi, liberado de los encuadres de masa y enfocado a la valoración generalizada del sujeto” (p. 54).

Sin embargo, esta orientación exacerbada hacia el individuo no trae como resultado el apaciguamiento del sufrimiento humano. Más bien, la pérdida de orientación y anclaje social e institucional, deja la decisión al libre albedrío, y el que tiene que exigirse ahora es el propio

sujeto. En sus manos está su felicidad. Byung Chul Han (2015) describe que las personas en la sociedad actual se caracterizan por la prisa, la inquietud, los nervios y la angustia difusa. En vez de transitar las experiencias con tranquilidad, los sujetos pasan de una actividad a otra, de una imagen a otra y de información en información. Sin pausas, sin espacios intermedios.

Redes sociales virtuales: la construcción de la identidad digital

Cada día millones de individuos interactúan en los medios sociales. En diciembre de 2011, 1200 millones de usuarios del mundo- el 82% de la población mundial conectada a internet mayor de 15 años- ingresaron a un medio social, mientras que en 2007 lo hizo tan solo un 6%. Esto supone que en menos de una década surgió una nueva infraestructura online para la interacción social y la creatividad, que logró penetrar hasta en lo más recóndito de la cultura contemporánea (Van Dijck, 2016, p. 11).

Es asombroso el corto período de tiempo que necesitaron los nuevos medios virtuales para instalarse de forma tan profunda en nuestra cultura, aunque haciendo una línea de tiempo podemos decir que es muy corto el lapso en el que las redes sociales forman parte de nuestra vida, pareciera que siempre lo estuvieron. Hoy, son pocos los que no son parte de las redes virtuales, son la excepción quienes no participan de este mundo lleno de nuevas subjetividades y formas de relacionarse que nos atraviesan.

Las nuevas generaciones nacen con estas nuevas adquisiciones, forman parte de su desarrollo y crecimiento, sin dudas hay un campo interesante para indagar en cuanto a la formación de su personalidad, que ya no sólo se encuentra en el mundo real, sino también en su identidad digital. Sin embargo, las anteriores generaciones, que crecieron sin estos medios virtuales, también son usuarios frecuentes de éstos, la franja etaria no es excluyente para el uso de estas aplicaciones.

Según Renobell (2016) una red social es “un grupo de personas que tienen algo en común, se conocen, se agrupan, interactúan y están en contacto” (p. 120). Esta se convierte en

virtual, cuando la interacción se da a través de Internet. Una de las plataformas más utilizadas para este fin, hoy en día es Instagram, y vamos a tomarla de referencia para profundizar en nuestro análisis. Así define la página oficial de Instagram, el propósito de esta red:

Instagram es una aplicación para compartir fotos, videos y mensajes con una comunidad de personas que la utilizan para conectarse entre sí a través de sus pasiones e intereses. Instagram es especialmente popular entre los jóvenes: lo usan para capturar momentos especiales, relacionarse con los demás y mantener conversaciones de forma divertida, usando fotos, videos, filtros, comentarios, subtítulos, emojis y hashtags (Instagram, s/f, p. 15).

Ser parte de esta red implica la creación de una identidad digital, Renobell (2016) afirma que hoy en día “nuestra identidad digital forma parte de nuestra vida y de nuestro yo” (p. 116). Ya que la creación de la misma, implica definir cómo el sujeto quiere ser visto. Pudiéndose crear el perfil de su preferencia: ya sea con sus datos reales o no. Abriendo la posibilidad de la creación de un perfil real, imaginario, o alineado al deseo de lo que uno quisiera ser.

Todas las formas de interacción en la red, tienen la característica de ser instantáneas: a través de comentarios de carácter público o mensajes privados, de la publicación de contenido o a través del botón de “me gusta” o like. A este último Sadin (2020) lo define como “la alegría de encontrar una forma de reconocimiento casi inmediato y público a nuestras contribuciones”. Siguiendo al autor, esta nueva acción efectúa una repercusión en la autoestima de las personas, pudiendo el “like” modificar la percepción que tenían de sí mismos, buscando posteriormente una y otra vez volver a esta sensación gratificante. Se instaura un “capitalismo de los afectos” que lleva a la teatralización de los comportamientos, a través de diversas estrategias que derivarían en la obtención del preciado reconocimiento, se instituye entonces toda una economía del like, “toda una economía de la búsqueda de la sensación de importancia de uno mismo” (p. 136-139).

El rol de la imagen y la importancia del "like" en la dinámica de las redes sociales

Cuando un usuario comienza a obtener cierta cantidad de likes y seguidores, obtiene una posición de reconocimiento y valor dentro de la subjetividad digital. Es tan ilimitada la capacidad para el crecimiento dentro de la red, que se ha encontrado la forma de obtener un rédito de "la comunidad" de seguidores que se crea.

Así nace el concepto de influencer: una persona que a partir de su numerosa comunidad de seguidores, se convierte en alguien que influencia a otros. Esto ha llevado a distintas marcas a buscar a personas con grandes comunidades, quienes a través de videos e imágenes comienzan además de mostrar su vida personal, a recomendar el uso de las mismas. No es la intención de este trabajo profundizar en este concepto, pero sí tener en consideración el auge de este nuevo campo de trabajo, donde miles de adolescentes y adultos, buscan obtener esta cantidad de seguidores, para así poder trabajar a través de las redes sociales o simplemente obtener cierto reconocimiento social. Sin embargo cabe destacar que como afirma Renobell (2016) millones de usuarios utilizan Instagram para compartir con sus seres más cercanos, siendo por lo tanto la cantidad de seguidores menor, aunque afirma que la dinámica interactiva es similar, nada más que en menor escala.

Sibila (2008) plantea que cuanto más estemos en una sociedad que tiende a estetizar y ficcionar la vida cotidiana, la búsqueda por tener experiencias más auténticas, o reales aumenta. Esto se ve reflejado en la necesidad de consumir intimidad ajena, y la exigencia por mostrar lo íntimo, lo auténtico, lo personal (p. 221). Cada vez más se valora el "mostrarse tal cual se es", y la audiencia exige que se publique con asiduidad; los usuarios cuentan y exhiben detalles de su vida privada. Esta forma de estar en el espacio virtual no solo aplica para las personas que trabajan con ella, sino que se ha vuelto una forma de habitar Instagram: crear una comunidad con la cual contar tus procesos personales, compartir tus capacidades profesionales y conocimientos, mostrar tu diario vivir, como si fuera una especie de diario

íntimo. “Algunos según un ritual perfectamente regulado, así como se arreglan de mañana o toman un desayuno, postean, con una cadencia cotidiana, su hecho o reflexión del día”. Esta acción desencadenaría en aportar “la porción de dopamina” del día que los likes o respuestas positivas a lo compartido dan como fruto (Sadin, 2022, p. 138).

Renobell (2016) realiza la observación de que en estas identidades digitales, predomina lo visual, la imagen sobre lo escrito, según datos publicados por el mismo autor, más de 60 millones de fotos son publicadas diariamente por los usuarios (p. 121).

Siguiendo con el análisis que realiza el autor, es importante tomar en consideración como se ha creado un modelo de negocio, donde el sujeto es su propia marca. Tu identidad, tu cuerpo, tu rostro son la pantalla que vende y respalda marcas y productos. La forma de vida personal e íntima es la publicidad que atrae mayor cantidad de seguidores, y los límites entre la privacidad y lo público se vuelven difusos. Todo es pasible de ser exhibido y encontrar un rédito ante eso.

Todo personaje público o instagramer sabe que sus imágenes son el medio de llegar a más gente y su corporalidad e identidad digital es utilizada como un vehículo para llegar a las masas. Esto requiere una sobreexposición mediática continuada que no tiene freno. Esta autopromoción hipermediática ha generado conflictos con la propia vida real.

Ya no existe un límite entre la privacidad y la exposición social. (Renobell, 2016, p. 123)

La imagen es el medio para poder compartir contenido en Instagram y a partir de ellas es que se puede escribir o abrir la palabra. Renobell (2016) afirma que dentro de las tantas formas que se han encontrado para manifestarse a través de la imagen, la llamada “selfie” ha sido una de las más usadas. Esta es una especie de autorretrato, con el desarrollo de las cámaras frontales en los celulares, una de las fotografías más comunes compartidas en las redes sociales, ha sido la del propio rostro. No solamente el hecho de compartir una y otra vez fotografías, donde el centro es uno mismo, sino la posibilidad de retocar las fotos, a través de la edición, o los llamados filtros que Instagram ofrece, para realizar las mejoras a la imagen,

pudiendo así hacer los retoques necesarios para embellecer la realidad capturada a una con la que el sujeto se sienta a gusto, y así compartirla públicamente .

“Lo que generan todas estas prácticas no es tanto una mezcla entre las esferas privadas y públicas como el posicionamiento de uno mismo como nueva condición de visibilidad social” (Sadin, 2022, p. 145). Obteniendo esta visibilidad en la búsqueda de posicionarse en el lugar de reconocimiento del otro, ya que es de esta forma que la red virtual a través de su algoritmo y su funcionamiento te posiciona como sujeto visible y reconocido.

¿Cómo influyen todas estas mutaciones en la creación de “modos de ser”? ¿cómo alimentan la construcción de sí? En otras palabras, ¿de qué manera estas transformaciones contextuales afectan los procesos mediante los cuales se llega a ser lo que se es?. (Sibila, 2008, p. 19)

Narcisismo y redes sociales

José Luis Trechera (1996) en su libro “¿Qué es el narcisismo?”, plantea que el desarrollo del narcisismo tiene que ver con la estructura social y la cultura individualista en la que vivimos , presentándose como “la patología arquetípica de nuestro tiempo” (p. 221). Para dar cuenta de esta afirmación y poder abrirnos a la reflexión y el análisis, nos remontaremos al inicio de la teoría narcisista, para progresivamente irnos acercando a lo que hoy entendemos por este concepto, y como se podría estar expresando en nuestra cultura, y específicamente en el uso de las redes sociales.

Freud (1914) en su texto “Introducción al narcisismo”, introduce este concepto como una parte del desarrollo psíquico del niño, un estadio necesario para su evolución, en donde toda la libido se encuentra depositada en sí mismo, no hay una carga libidinal puesta en un objeto externo, ya que aún no se ha efectuado una diferenciación de su ser como separado del otro. En un comienzo las energías psíquicas se encuentran unidas, y para que su diferenciación sea posible debe haber una carga puesta en un objeto externo, así surgen los conceptos diferenciados de libido, energía sexual y energía de los instintos del yo, resaltando que al nacer no existe un yo formado, sino que este debe ser desarrollado, lo que sí acompaña al niño de forma primordial serán los instintos autoeróticos, la satisfacción de la pulsión en sí mismo.

Freud (1914) define al narcisismo como la retracción de las cargas libidinosas al yo, y lo ejemplifica cuando ante la enfermedad o dolor físico, de forma natural, toda la libido es dirigida al yo para la curación, del mismo modo esa energía se concentra en el yo para poder dormir.

¿Pero qué pasa cuando se produce un estancamiento de la libido puesta en el yo? Cuando esto sucede, hay un exceso de tensión y por consiguiente aparece en el psiquismo el displacer. Este efecto displacentero, es para Freud (1914) la posible explicación de por qué es necesario la investidura de un objeto externo para superar la etapa narcisista.

La elección de un objeto erótico va a estar relacionada con las primeras experiencias de satisfacción del lactante. Las primeras satisfacciones sexuales auto eróticas según Freud (1914) están relacionadas con las funciones vitales, tales como la alimentación y la higiene que le proveerá la madre o cuidador. Por lo que, cuando ocurre algún inconveniente en el desarrollo de la libido, el objeto erótico posteriormente elegido podría ser sí mismo, y no en relación a la imagen de la madre. Esta búsqueda del objeto erótico en sí mismo, es lo que Freud llama "elección narcisista". Esta elección sucede en todo ser humano, y tiene que ver con lo que menciona como "narcisismo primario", el individuo puede contar con dos objetos sexuales de forma primitiva: él mismo y la mujer nutricia. Lo que luego determinará su elección de objeto posterior.

Como ya mencionamos, para superar el narcisismo primario, el niño debe interiorizar su efectiva separación de la madre, entendiéndose como ser separado, con sus necesidades y deseos propios. No sin pasar por el dolor de separación y las primeras experiencias de hambre, muy diferentes a lo que venía experimentando en el vientre materno, en palabras de Lasch (1991):

A medida que el infante aprende a diferenciarse del entorno, empieza a entender que sus propios deseos no controlan el mundo... La gran esperanza de maduración emocional parece residir, entonces, en el reconocimiento de nuestra necesidad y dependencia de la gente que, a pesar de ello, sigue siendo distinta de nosotros y se rehúsa a someterse a nuestros caprichos. (p. 291)

Sin embargo, como describe el autor, siempre se busca retornar a esta primera experiencia de satisfacción como lo plantea Freud, un sentir autosuficiente como se vivía en el vientre materno. Es a través de esta búsqueda que Lasch (1997) conecta esta experiencia con la creación de tecnologías que nos devuelvan esta sensación de autosuficiencia lo que podría interpretarse como una manifestación en contra de las limitaciones humanas (p. 292).

Al respecto Sadin (2022) nos habla de cómo los sujetos se sienten sostenidos en el espacio virtual, como si la aparición recurrente a través de la exposición de sus opiniones y vidas privadas les comprobara su existencia, “dentro de una dinámica de autoexpresión y validación recíproca que poco a poco se volvió algo totalmente enloquecido” (p. 143). ¿Podríamos pensar estos usos como esa búsqueda incesante de retornar a la sensación de autosuficiencia anteriormente mencionada? Para el autor este dispositivo estaría favoreciendo el deslizamiento hacia una fase regresiva, donde no existe separación entre lo real y el sujeto, “viviendo como los bebés, dentro de una indiferenciación entre la propia persona y el entorno” (Sadin, 2022, p. 144).

Freud (1929) en “El malestar en la cultura” se pregunta sobre qué busca alcanzar el ser humano en la vida, y concluye en que se aspira a la felicidad. Habiendo dos formas de transitar esta experiencia, a través de la evitación del dolor y el displacer, y mediante la vivencia de situaciones placenteras. En su texto, propone que hay distintos caminos que se toman para evitar el dolor: uno de ellos es a través del aislamiento, ya que una de las mayores fuentes de dolor se dan a través de las relaciones humanas. Otro de los caminos que propone el psicoanalista es la búsqueda de controlarlo todo, el sometimiento de la Naturaleza para los propios fines humanos. Sin embargo, la creación de la cultura, que tendría como fin la organización humana en comunidad y la protección contra la Naturaleza, traería paradójicamente sufrimiento. “Es indudable que todo aquello con lo cual intentamos protegernos de la amenaza que acecha desde las fuentes de sufrimiento pertenece, justamente, a esa misma cultura.” (Freud, 1929, p. 85-86).

El autor propone diversas estrategias para evitar el displacer en las relaciones interpersonales. ¿Es posible trasladar estas estrategias a la red social Instagram? Instagram, como espacio virtual ofrece la capacidad de controlar la imagen proyectada a través del perfil y las publicaciones, esta manifestación selectiva de la vida privada permite al sujeto cierta autonomía de cómo es percibido por los demás. A su vez, la plataforma facilita, desde la

seguridad del hogar, la conexión con un amplio número de identidades digitales, más no con las personas reales, evitando la angustia que la cercanía podría suponer, siendo el aislamiento una defensa posible. ¿Podría Instagram representar un punto intermedio entre la búsqueda de conexión social y la posibilidad de displacer que conllevan las relaciones humanas cercanas?

El sentimiento de control se puede ver en esta red, en la posibilidad de elegir quién ve el contenido publicado y la opción de bloquear usuarios no deseados refuerzan esta sensación de control. Asimismo, el algoritmo de Instagram personaliza la experiencia del usuario al mostrar contenido relacionado con sus intereses, anticipando sus deseos, como en la experiencia vincular primaria. Esto crea una especie de "burbuja" virtual donde el usuario se encuentra rodeado de información afín a sí mismo.

De forma similar al control que el ser humano ejerce sobre la naturaleza, Instagram permite al usuario controlar la imagen que proyecta y la forma en que se expresa. La selección de las imágenes que se publican se convierte en una decisión consciente sobre cómo se desea ser percibido por los demás. Sin embargo, esta búsqueda de control sobre la percepción ajena puede generar un profundo malestar.

Los hombres están orgullosos de estos logros y tienen derecho a ello.. Pero creen haber notado que esta recién conquistada disposición sobre el espacio y el tiempo, este sometimiento de las fuerzas naturales, no promueve el cumplimiento, de una milenaria añoranza, la de elevar la medida de satisfacción placentera que esperan de la vida; sienten que no los han hecho más felices. (Freud, 1929, p. 86)

Por otra parte, la búsqueda de la felicidad también implica para Freud (1929) la vivencia de experiencias placenteras. La persecución ansiosa sobre la imagen de uno mismo y el sucesivo reconocimiento de los demás que podemos ver expresados en Instagram podría dar cuenta de la búsqueda de obtención de esta satisfacción.

¿Por qué surge esta necesidad de reconocimiento y satisfacción? En relación a esto Sadin (2022) habla de la creación del hábito de publicar la vida personal, que termina

convirtiéndose en una necesidad. El autor plantea que detrás de esta necesidad se esconde el placer de ser reconocido y elogiado por otros. Se descubrió un nuevo paraíso donde ser visto y reconocido. En sus palabras:

Se banalizó la necesidad de un reconocimiento que hay que sostener continuamente y que depende de un clic. La propia satisfacción procura la impresión fugaz -pero muy euforizante- de una distinción festiva de uno mismo que tenemos que repetir sin fin, como si se tratara de un shot de heroína. (Sadin, 2022, p. 138)

Esta satisfacción que se recibe por el reconocimiento externo, si nos adherimos al principio de placer que planteaba Freud, va a seguir siendo buscada por el sujeto. ¿Pero a través de qué formas se podría sostener de forma constante el reconocimiento externo? El concepto de ideal del yo sostenido por elevadas exigencias internas podrían dar luz a esta interrogante.

Freud (1914) va a puntualizar que las observaciones a través de las cuales se dedujo el narcisismo infantil, se ven mitigadas en el adulto. Esto se debe a causa de la represión, las tendencias instintivas comienzan a chocar con las pautas sociales y culturales, y sucumben a la represión. Ocurre así la construcción de un ideal de sí mismo, con el cual compara su yo actual. Y a este yo ideal se le pone la carga amorosa de sí mismo, la cual estaba puesta en su yo real en la niñez. Esto habla de la incapacidad de renuncia a la satisfacción, y la búsqueda de encontrarla a través de la construcción del yo ideal. La construcción de este ideal del yo, como menciona Freud (1914) “eleva las exigencias del yo”. El superyó es “una de las instancias de la personalidad, descrita por Freud... su función es comparable a la de un juez con respecto al yo (Laplanche y Pontalis, 2005, p. 419). Instagram facilita la construcción de una identidad digital que se alinea con este ideal, a través de la cuidadosa selección y edición de las fotografías, la aplicación de filtros y la construcción de narrativas visuales coherentes, permite proyectar una versión idealizada de sí mismo, lo cual podría otorgarles la satisfacción de ser vistos y aceptados. Esta satisfacción podría estar sostenida por un superyó exigente, que asegure

cumplir con los ítems necesarios para la efectiva aprobación del resto de los usuarios. Citando a Trechera (1996):

Vivimos todos, actores y espectadores por igual, rodeados por espejos. En ellos buscamos reafirmar nuestra capacidad de cautivar o impresionar a otros, rastreando ansiosamente alguna mancha que pueda restar méritos a la apariencia que nos esforzamos por proyectar (p. 121).

Lasch (1991) hace hincapié en recordar la continuidad existente entre salud y enfermedad psíquicas, pensándose como la expresión de la cultura dominante. En este contexto donde la validación está dada a través de la reacción de un otro, mediante el famoso “like” , podemos pensar qué paradigmas atraviesan a la sociedad moderna, tales como el miedo a la vejez, a la muerte, la tendencia a la competencia y el individualismo extremo, el miedo al compromiso, la fascinación por los famosos, etc. (p.55). Estos patrones o características exaltadas en nuestra sociedad actual, podemos vincularlos con los rasgos característicos de la personalidad narcisista. Habría un terreno fértil para que las tendencias narcisistas afloren. En palabras de Lasch (1991):

El narcisismo es, siendo realistas, la mejor forma de lidiar con las tensiones y ansiedades de la vida moderna. Las actuales condiciones sociales tienden a hacer aflorar rasgos narcisistas que están presentes en mayor o menor grado en cada uno de nosotros. (p. 74)

La aceleración del tiempo, pérdida del sentido de realidad y crisis de pánico

Han (2015) menciona que en la red, se vive constantemente en el ahora, “se va de un link a otro...El ahora no tiene ninguna duración.. La multitud de posibilidades y alternativas hace que uno no tenga la obligación ni la necesidad de demorarse en un lugar” (p. 64). No hay demora contemplativa, se pierde el espacio para asimilar e integrar todo lo que ingresa por los

sentidos a velocidades cada vez más sorprendentes, y que poco se sabe de las repercusiones que tienen estas tecnologías en nuestro mundo interno.

Han (2015) menciona la sensación generalizada de una aceleración del tiempo, y propone relacionarla con la falta de un ritmo ordenador del mismo. La falta de espacios intermedios, de momentos de pausa y contemplación, lleva a que se transite la vida saltando de un acontecimiento a otro, sin espacio para entretener un sentido a las experiencias que se van viviendo como sujeto. No hay historización, solo hechos, experiencias, informaciones, que pasan y se suceden sin un mayor impacto o significación. Si no hay nada que rija el tiempo, ni una estructura que ordene, afirma el autor, todo se vuelve fugaz y efímero, danzando al compás del deseo y satisfacción inmediata.

Esta falta de pausa y contemplación que identifica Han (2015) proviene del concepto del objeto transicional de Winnicott (1971), para el autor, oficia como transición entre el vínculo del bebé y la madre y el mundo exterior, una zona intermedia que permitiría al niño ir desarrollando su propio mundo interno. En sus palabras:

Los fenómenos transicionales representan las primeras etapas del uso de la ilusión, sin las cuales no tiene sentido para el ser humano la idea de una relación con un objeto que otros perciben como exterior a ese ser. (Winnicott, 1971, p. 29)

Winnicott (1971) habla de la importancia del rol materno en cuanto a otorgarle espacios de ilusión y desilusión, donde el niño pueda progresivamente tener experiencias de frustración. Las mismas le habilitarían su capacidad de crear y prepararse para su relación con el mundo real. "Si todo va bien, el bebé puede incluso llegar a sacar provecho de la experiencia de frustración, puesto que la adaptación incompleta a la necesidad hace que los objetos sean reales, es decir, odiados tanto como amados" (Winnicott, 1971, p. 28).

En este punto observamos similitudes entre el narcisismo primario y las formas de relacionamiento con y en el espacio virtual, donde la omnipotencia y la satisfacción inmediata

priman, es posible que la falta de estos espacios intermedios traiga aparejada el debilitamiento general de la tolerancia a la frustración.

¿El debilitamiento de la tolerancia a la frustración habla de un debilitamiento del principio de realidad? Una cultura que potencia el dominio del principio de placer, la inmediatez, llenando al sujeto de cosas, experiencias e informaciones que nublan lo que el tiempo y el espacio le brindan para poder construir las subjetividades que lo componen como ser singular.

Freud (1920) resalta que el principio de placer “es propio de un modo de trabajo primario del aparato anímico, desde el comienzo mismo inutilizable, y aun peligroso en alto grado, para la auto preservación del organismo en medio de las dificultades del mundo exterior” (p. 9). Es por esto que en su teoría introduce al principio de realidad como regulador, una forma de aplazar la satisfacción inmediata, que “sin renunciar al propósito de una ganancia final de placer, exige y consigue posponer la satisfacción, renunciar a diversas posibilidades de lograrla y tolerar provisionalmente el displacer en el largo rodeo hacia el placer” (Freud, 1920, p. 10).

Este aplazamiento, generaría el espacio intermedio tan necesario que mencionamos, donde se podría generar lo que Han (2015) propone como “el tiempo narrativo”, la creación de una trayectoria, de una línea ordenadora de los acontecimientos, que los canaliza, selecciona y enlaza. Para que esto suceda es necesario que la descarga de la satisfacción inmediata fracase de forma reiterada, para que esta sea diferida y poder así lograr el rodeo mencionado, siendo este el motor para la construcción del sí-mismo, de la identidad de pensamiento (Viñar, 2018, p. 22).

Podríamos hipotetizar, que bajo este contexto, nuestra relación con la realidad se ha transformado. La satisfacción inmediata que obtenemos a partir de las plataformas virtuales, colabora en un debilitamiento del principio de realidad, generando un dominio del principio del placer.

¿Qué pasa cuando no hay nada que frene la posibilidad de descarga inmediata?
¿Cuándo hay tantas opciones para satisfacer sin rodeos nuestras pulsiones? ¿Qué malestares

culturales predominan en este contexto?. Bafico (2019) describe a este tiempo como “la dictadura de la felicidad”, lo que se manifiesta en la clínica con cuadros hiperactivos, depresivos y ansiosos. Expresándose en ataques de pánico, y patologías caracterizadas por la impulsividad (p. 36).

Lo que aparece en estos cuadros clínicos es la falta de la palabra, la ausencia de una historia o de un relato que permita a la persona conectarse con su conflictiva. Escasez de lo simbólico en detrimento de un real que desborda. (Bafico, 2019, p. 36)

El autor problematiza que el sujeto lejos de preguntarse por lo que le pasa, se entrega a ser nombrado por múltiples patologías, habiendo a su vez un medicamento para cada malestar, que “solucionan” lo que acontece sin necesidad de subjetivar sus propias angustias. Esta forma de transitar los propios malestares reflejan la forma en que los mismos parecieran “asaltar” el cuerpo, eso real que desborda. Viñar (2012) respecto a esto, menciona que más que la incapacidad de relatar, el sujeto tiene dificultades en organizar de forma coherente la cantidad de relatos y estímulos que lo atraviesan. Esto llevaría según el autor a que el síntoma sea expulsado directamente al cuerpo, no habiendo espacio para tramitar el malestar en el espacio psíquico, junto a sus ansiedades y defensas (p. 74).

Esta forma de vivenciar lo que angustia al sujeto es muy diferente de lo que planteaba Freud en las neurosis, donde la angustia tendía a ser expresada con la aparición de diferentes síntomas, a través del mecanismo de represión. Aquí la falta de simbolización, lleva a que la angustia explote como un peligro inminente para el sujeto. “El efecto de este es que la represión es reemplazada por la hiperexpresión, y la negación, por una suerte de afloramiento del flujo inconsciente a la escena visible” (Berardi, p. 90, 2022).

Ante este vértigo que producen los innumerables estímulos recibidos, aparece el pánico, uno de las patologías que se presenta de forma cada vez más frecuente. Berger et al. (2015) realizan en su investigación “efectos del pánico en la época actual”, un análisis de la incidencia del excesivo uso de la tecnología y la aparición del ataque de pánico. Definen este

fenómeno como “un afecto que señala la amenaza de la intimidad corporal”. Para los autores, la tecnología promueve la constante sensación de ser mirado. A través de las cámaras celulares, y las plataformas virtuales, que nos permiten tanto ver a otros de forma constante como ser vistos, produciéndose una interpelación a la intimidad del sujeto. Los autores hablan de la especificidad de este tipo de angustia como algo inmanejable, “una angustia generalizada que ataca sin dar señal. Angustia intrusiva que la época actual nombra como pánico” (p. 48).

Por otro lado Berardi (2022) define al pánico como “la percepción de un exceso de posibilidad... Una persona entra en pánico porque se ve expuesta a un exceso de placer que no puede experimentar realmente” (p. 14). Paradójicamente la sensación de pánico viene a traer el miedo de pérdida de control sobre el cuerpo y la psiquis, teniendo en cuenta los esfuerzos que el ser humano realiza por obtener esta sensación de control de su vida y de la forma en que se muestra ante el mundo, esta construcción resulta frágil ante la amenaza de un peligro inminente: la pérdida del control. Podríamos hipotetizar que la pérdida experimentada por el sujeto esté relacionada con la intrusión a su intimidad que lo vuelve vulnerable, la amenaza a esa construcción de sí mismo genera un sentimiento de desamparo.

Freud (1925) describe a la angustia como un afecto que genera displacer. Y señala que la primera experiencia de angustia del sujeto se da al nacer, momento donde el recién nacido se encuentra totalmente desamparado. Luego va a señalar que la aparición de la angustia posteriormente va a estar relacionada con esta primera experiencia, que deja una huella en el sujeto. Sin embargo Freud (1925) habla de que el niño va aprendiendo que cuando los niveles de tensión suben y llora, sus necesidades son atendidas y satisfechas. Dejando estas experiencias el aprendizaje “de la angustia señal”, donde el sujeto puede prever que ante determinada situación o sensación la angustia puede emerger. Diferenciando esta angustia, de la angustia automática, que irrumpe y toma al sujeto. En palabras de Freud (1925):

Con la experiencia de que un objeto exterior, aprehensible por vía de percepción, puede poner término a la situación peligrosa que recuerda al nacimiento, el contenido del

peligro se desplaza de la situación económica a su condición, la pérdida del objeto. La ausencia de la madre deviene ahora el peligro; el lactante da la señal de angustia tan pronto como se produce, aun antes que sobrevenga la situación económica temida. Esta mudanza significa un primer gran progreso en el logro de la auto conservación; simultáneamente encierra el pasaje de la neo producción involuntaria y automática de la angustia a su reproducción deliberada como señal de peligro

En ambos aspectos, como fenómeno automático y como señal de socorro, la angustia demuestra ser producto del desvalimiento o *desamparo* psíquico del lactante, que es el obvio correspondiente de su desvalimiento biológico (p. 130).

Pensando en los ataques de pánico emergentes, en esta crisis, muchas veces no hay señal de angustia, o la misma no es clara, es difusa para el sujeto, y el sentimiento desborda en el cuerpo, al parecer, sin razón aparente. ¿Por qué cada vez más sujetos experimentan esta sensación de desamparo? ¿Podemos relacionarlo con la falta de anclaje, de hilación de lo que el sujeto vive? ¿con la sobreexposición de la vida y la poca capacidad de simbolización ?

Viñar (2018) reflexiona sobre la noción de intimidad en la clínica en la diferencia entre los tiempos de Freud y los contemporáneos, donde en el espacio clínico lo íntimo tenía su lugar. En la actualidad la intimidad pareciera perder sus fronteras, las nuevas generaciones cada vez más maman la necesidad de compartir, opinar, comentar sobre todo y todos. Esta hiper-expresión y sobre-exposición de lo íntimo, reflexiona el autor, trae consecuencias en el proceso de estructuración psíquica y de construcción de sí mismo. La intimidad, como un espacio de elaboración, de encuentro con el sí mismo, de subjetivación. La falta de ésta por lo tanto deja desamparado al sujeto frente al mundo exterior.

La noción de intimidad...un lugar de repliegue que nos es propio y no intercambiable, donde prima lo callado o lo secreto en contraste con otros aspectos de nuestro ser que damos a ver con mayor o menor recato.. Lo público es parte del ser entre otros, de lo

que se da y se muestra; la intimidad es siempre el diálogo con nosotros mismos, que a veces se da fluido, otras más conflictivo y contradictorio. (Viñar, 2018, p. 119)

En relación a esta falta de intimidad, Berardi hace hincapié en la hiperexpresividad característica de la época, que conlleva a una hiperestimulación nerviosa, que debilita la capacidad de atención, que al contrario de lo que se apunta (una búsqueda insaciable del disfrute) la experimentación del placer se vuelve inalcanzable. El autor argumenta que aquel inconsciente íntimo y oculto que describió Freud, se ve desvanecido ante la excesiva externalización del mundo interno, llegando así “hasta el límite de una explosión psicótica” (Berardi, p. 14).

Berardi(2022) en su análisis concluye:

Ahora, en el ciclo psicótico del semiocapitalismo, lo que es removido es la realidad misma, en nombre de la potencia ilimitada. Pero la potencia del deseo no es ilimitada, está sujeta a los límites del organismo, a los límites de la cultura, de la economía, etc. (p. 57)

Bleichmar (1999) por su parte, define a los trastornos del pánico como “una perturbación en un sector muy específico de las representaciones del self: el de la autoconservación, particularizada como representación del sujeto que no tiene control sobre su mente, sobre la angustia que de su cuerpo escapa a la regulación psicobiológica” (p.5). El autor, hace un análisis sobre las diferentes representaciones que tiene el sujeto de sí mismo y que impactan sobre la reacción de la angustia, y una de ellas son las representaciones narcisistas como desencadenantes de la crisis.

Las perturbaciones del narcisismo- “yo no valgo..no sirvo”- son capaces de conducir por encadenamiento discursivo inconsciente, a los siguientes eslabonamientos “yo no valgo... no sirvo...soy impotente... no superaré tal condición... corro peligro.. algo me pasará... me vendrá una angustia insoportable... crecerá indefinidamente...me volveré loco.. o me moriré,etc”. Es decir, una alteración en el módulo del narcisismo difunde al

de la auto conservación, al de las representaciones del self referidas a la regulación psíquica, o a la representación que el sujeto tiene de cómo funciona su psiquismo. (Bleichmar, 1999 ,p. 5)

También el autor, describe que puede suceder el mismo encadenamiento pero de forma inversa. Comenzando por la desregulación del cuerpo, sintiendo la pérdida de control fisiológico para luego llegar a la conclusión narcisista “no valgo ni sirvo para nada”.

El mito de Narciso, Instagram y las crisis de pánico

Habiendo expuesto el auge de las crisis de pánico en el contexto actual y el análisis de cómo el narcisismo se expresa en la era digital, vamos a profundizar un poco más en esta triangulación, donde proponemos reflexionar sobre el vínculo entre el contexto socio-cultural actual de hiper-consumo e hiper comunicación, que lleva a una potenciación de los rasgos narcisistas en la forma de vivir y como respuesta a este acelerado cambio, la aparición de forma más frecuente de sintomatologías ansiosas, que desbordan al sujeto, específicamente las crisis de angustias, conocidas como ataque de pánico.

Ya realizamos la analogía entre el funcionamiento que el sujeto tiene dentro del espacio virtual, específicamente Instagram, donde el culto a la imagen y la construcción de una identidad visual de sí mismo es la premisa , asemejándose a lo que describimos como narcisismo primario, ese estadio de omnipotencia y seguridad donde toda la energía psíquica es puesta en el yo. Pero como planteaba Freud este es un estadio normal en todo ser humano, pero que debe superarse para comprender que el mundo no está bajo nuestros caprichos.

Teniendo en cuenta que el concepto de narcisismo se deriva de la historia mitológica de “Narciso”. Vamos a tomar el análisis que hace Trechera (1996) de este antiguo mito. El mito habla de Narciso, quién nace de una violencia, y es advertido por el oráculo que “vivirá si no conoce quién es”. Como consecuencia “es incapaz de mantener una atención focalizada en sí mismo. Solo vive de impresiones y por ello no sabe quién es, ni cómo se siente (p. 234). Tal

como se expresa en la búsqueda constante de la impresión externa en Instagram, dónde la atención se dirige hacia la obtención del reconocimiento del otro.

El mito relata a Narciso, como poco empático, que rehúye a la interacción social, y que rechaza toda relación de amor. Pero que sin embargo siente una gran admiración por su propia imagen. “Narciso está atrapado contemplando algo que subjetivamente cree que es externo a sí, pero que en términos objetivos es el aspecto idealizado de su propio yo”. (Trechera, 1996, p. 225)

En Narciso no se trata de una cuestión de auto amor sino del amor por una imagen especular que se confunde trágicamente con un sujeto real. El castigo consiste en la incapacidad para amar seres reales. Narciso desea ardientemente a la Ninfa Eco. Ella le ayuda a salir del bosque. A Narciso le complace oírla y verla, pero cuando la ninfa quiere abrazarlo retrocede horrorizado. Tras una fachada de rigidez e indiferencia se esconde la auténtica realidad: la incapacidad para expresar afecto y sentimientos...El desenlace de Narciso no se deja esperar: la muerte es consecuencia de ese aislamiento.. ese reconocimiento le lleva a la fragmentación de sí mismo, en el momento en que las lágrimas, al caer en el lago deshacen su imagen. El rechazo de toda relación de amor provoca la desintegración del sujeto y la imposibilidad de vivir, ya que es incapaz de aceptar la vida tal cual es. El resultado final de su actuación se expresa simbólicamente como un retroceso de lo humano: Narciso se transforma en Flor, sirviendo para ello del agua o del espejo, que representaría el seno materno hacia el cual volvería. Narciso niega su verdadero yo y busca fundirse con la imagen que ve. La muerte es la consecuencia lógica de la fijación en un falso yo. (Trechera, 1996, p.225)

En su análisis, el autor, señala cómo es frecuente observar al narcisista con una apariencia de superioridad, pero que la misma enmascara una profunda inseguridad y miedo al desamparo. Detrás de la fachada omnipotente, se esconde una necesidad desesperada de

aprobación y una identidad frágil. En lugar de amarse a sí mismo, busca constantemente la admiración de los demás para llenar un vacío interior.

El mito nos habla de un gran vacío que anhela llenarse a través del reconocimiento del otro, pasando así el sujeto por diversos esfuerzos que lo llevan a la construcción controlada de este “falso self”, que depende de un hilo para sostenerse. Si esto no tiene la respuesta esperada, la imagen proyectada se rompe a pedazos, conectando el sujeto con ese vacío que lo aterra. Las impresiones fugaces, las cosas y experiencias con las cuales se llena, carecen de un sentido que le otorguen la capacidad de entender su mundo interior. La frustración y la impotencia emerge ante la poca capacidad de desilusión que lo acompaña. brotando la angustia de forma explosiva, cuando la demanda de atención es denegada.

El mito de Narciso nos arroja luz ante la problemática que traen las dinámicas de interacción y relacionamiento en la red virtual, donde ante a un sujeto que siente vacío, se vuelve un terreno que posibilita obnubilarse, tal Narciso, con su propia imagen creada. El sujeto se olvida que no es la imagen que muestra y por la cual es alabado y seguido. Lo que lleva a la persecución del miedo a la fragmentación y la pérdida: a enfrentarse con su propio yo.

Reflexiones y preguntas finales

Este trabajo parte de la pregunta de ¿cómo influyen las nuevas tecnologías en nuestra psique? La omnipresencia de las redes sociales, en particular Instagram como lugar de exposición, me llevó a explorar cómo esta plataforma, con su énfasis en la imagen y la validación social, podría estar funcionando bajo una “lógica narcisista”.

Al sumergirme en este análisis, me di cuenta de que la lógica de Instagram, basada en likes y seguidores, se alinea con una cultura que prioriza lo individual, la inmediatez y la búsqueda constante de reconocimiento. Esta dinámica, al fomentar la construcción de una imagen idealizada, puede generar insatisfacción y una dependencia excesiva de la aprobación externa. Como mencionamos en el desarrollo del trabajo, Freud plantea como la fase de superación del narcisismo primario, involucra el acceso de un otro, pero el uso de las plataformas virtuales, convierten al otro en una pantalla, que conlleva a que el sujeto quede más en soledad, sin integrar a ese otro, como parte fundamental del desarrollo.

Esa falta de vínculo con un otro real, conlleva a que haya una tendencia mayor a la individualidad. Dentro de un entorno virtual, donde la inmediatez prima y el algoritmo funciona mostrándole al usuario todo lo que es afín a él mismo, creando una especie de burbuja virtual, donde es aceptado todo lo que condice con el sujeto, y lo que no, queda afuera, excluido. Como si el sujeto quedara atrapado en sus propios deseos e ideas, sin entrar en contacto con el otro real. ¿Qué espacio queda para el proceso creativo cuando hay una anticipación constante al deseo del sujeto? ¿Cómo se integra lo diferente cuando se construye en un espacio que potencia lo propio? ¿Instagram se vuelve un espacio endogámico?

Pensamos que sin duda, esto tiene una repercusión en la forma en la que el sujeto transita sus experiencias, y concluimos en que estamos en un momento sociocultural donde hay una primacía del principio de placer descrito por Freud (la tendencia a la satisfacción inmediata de las pulsiones), y un debilitamiento del principio de realidad, quien se encargaría de realizar los rodeos necesarios, para la consecución de un objetivo mayor. La capacidad de

frustración en este contexto de híper-comunicación e híper-consumo, donde todo es posible al alcance de un click, se ve muy perjudicada. Esta incapacidad, angustia al sujeto, y lo desafía a tolerar la vida, el fracaso, lo diferente.

La visible tendencia a la baja tolerancia a la frustración cada vez mayor en nuestra sociedad, se ve reflejada en la clínica, donde hay un auge de pacientes con síntomas ansiosos y episodios de ataque de pánico. Una angustia vacía, que se expresa en el pánico, y en la poca capacidad de simbolización de la misma. Las plataformas virtuales colaboran con la pobre elaboración que los sujetos estarían teniendo de sus experiencias, ya que las mismas han cambiado de forma profunda la forma de interacción con el otro, un vínculo que se sostiene a la distancia y a través de una pantalla, donde hay un excesivo poder de control ante la forma de mostrarse y un exceso constante de información que le ingresa al sujeto. ¿Está preparado nuestro psiquismo para recibir tales cantidades de información? ¿De qué forma repercute la posibilidad de comunicarse en todo momento y todo lugar? ¿Cuáles son los límites de estas posibilidades que exceden nuestras capacidades naturales?

Los síntomas predominantes responden a estas preguntas, el cuerpo del sujeto habla, estallando en una angustia que no puede simbolizar. El sujeto tiene poco espacio para crear sentido, para narrar su propia historia, para simbolizar lo que le pasa. La naturalidad en la que se vive brincando de una experiencia otra, de una información a otra, de una charla virtual a otra, le quita al sujeto la posibilidad de tener espacios vacíos, donde pueda entretejer todo lo que vivencia, esto lo deja desamparado ante un montón de experiencias que no logra integrar. Agregando a esto la posibilidad de usar la plataforma virtual como un lugar donde construir su identidad ante los ojos de los demás, a través de una imagen ideal de sí. Este último punto es relevante, y nos da luz la mítica confusión de Narciso, quien queda atrapado bajo la imagen idealizada de su propio yo, llevándolo trágicamente a la incapacidad de vivir, ya que no logra aceptar la vida tal cual es.

El espacio clínico se vuelve fundamental para reivindicar un espacio para el sujeto, su espacio íntimo, que se le es arrebatado en los nuevos paradigmas vinculares. Todas las generaciones han sido atravesadas por este gran cambio, pero las generaciones más jóvenes se están desarrollando junto al uso de estas plataformas que forman parte de su vida y que construyen nuevas subjetividades como: “si no estás en Instagram, no existís”, “si no lo publico, no sucedió”. Estas frases utilizadas frecuentemente por los más jóvenes reflejan la tendencia de ir hacia afuera, a una lógica de aprobación externa de las propias acciones, que conlleva a toda una identidad digital que construir y sostener.

La reivindicación de lo íntimo considero es una puerta de entrada interesante para comenzar a trabajar esta problemática. La clínica es un espacio que puede dar lugar a esta necesidad del sujeto, donde pueda contactar con su propia vivencia y su deseo. Que parecieran encontrarse confundidos con los del afuera, de alguna forma, la virtualidad borrona las líneas de lo externo y lo propio. ¿Cómo reflexionar sobre la brecha de la imagen que se muestra de sí mismo en la red virtual y la imagen real? ¿Cómo afecta al sujeto el exceso de posibilidad de controlar como se ve ante el ojo externo?

¿Instagram es terreno fértil para una elaboración narcisista? ¿Cómo esta plataforma incide en la creación de nuevas subjetividades? ¿De qué forma podrían estar patologizando ciertas cotidianidades de la vida? Consideramos que la forma en la que se utiliza Instagram, junto a su lógica vincular y de funcionamiento, potencia una forma de vincularse desde la imagen y su control excesivo (a través de la elección de filtros y modificaciones), la capacidad de bloquear todo lo que no quiero ver, de elegir el nombre que quiero tener, de expresarme desde una forma controlada y pensada, la interacción a través del reconocimiento del otro. Son características que predisponen a un funcionamiento narcisista. Teniendo en cuenta que Instagram, es una plataforma donde los jóvenes se desarrollan junto a ella, es urgente comenzar a tomar en consideración el asunto, abrir preguntas sobre su funcionamiento, y de qué forma el sujeto podría posicionarse y utilizarlo de una forma más consciente.

La pérdida de la presencia, del encuentro con un otro, del espacio con uno mismo, sin tecnología, sin redes, es algo en lo que la psicología podría hacer un gran aporte, poniendo sobre la mesa las formas en que incide esta nueva extensión tecnológica del ser.

Este trabajo pretende abrir una mirada ante una problemática actual, global, y que traspasa generaciones. Una puerta que se abre ante la posibilidad de usar la tecnología a nuestro favor, y que ella no nos utilice a nosotros.

Referencias

- Bafico, J. (2019). *Vidas Contemporáneas: Lecturas psicoanalíticas sobre la clínica de la actualidad*. De la Plaza.
- Berardi, F. (2022). *El tercer inconsciente: La psicoesfera en la época viral*. Caja Negra.
- Berger, A., Karpel, P., Lejbowicz, J. y Racki, G. (2015). Efectos del pánico en la época actual. *Anuario de Investigaciones*, 22(1), 47-53.
<https://www.redalyc.org/pdf/3691/369147944042.pdf>
- Bleichmar, H. (1981). *El Narcisismo: estudios sobre la enunciación y la gramática inconsciente*. Nueva Visión.
- Bleichmar, H. (1999). *El tratamiento de la crisis de pánico y el enfoque modular-transformacional*. *Aperturas Psicoanalíticas: Revista Internacional de Psicoanálisis*, (3).
<http://www.aperturas.org/articulo.php?articulo=94>
- Han, B.-C. (2021). *No-cosas: quiebras del mundo de hoy*. Taurus.
- Castells, M. (1999). *La era de la información: economía, sociedad y cultura (Vol. 2)*. Alianza.
- Freud, S. (1976). Introducción del narcisismo. En J. L. Etcheverry (Trad.), *Obras completas* (Vol. 14, pp. 65-99). Amorrortu. (Trabajo original publicado en 1914).
- Freud, S. (1976). El malestar en la cultura. En J. L. Etcheverry (Trad.), *Obras completas* (Vol. 21, pp. 57-140). Amorrortu. (Trabajo original publicado en 1929).
- Freud, S. (1976). Más allá del principio de placer. En J. L. Etcheverry (Trad.), *Obras completas* (Vol. 18, pp. 7-62). Amorrortu. (Trabajo original publicado en 1920).
- Freud, S. (1976). Inhibición, síntoma y angustia. En J. L. Etcheverry (Trad.), *Obras completas* (Vol. 20, pp. 83-162). Amorrortu. (Trabajo original publicado en 1926).
- Han, B.C. (2015). *El aroma del tiempo*. Herder.
- Instagram (s/f). *Guía para familias de Instagram*. Recuperado en octubre de 2024 de <https://about.instagram.com/es-la/community/parents>

- Laplanche, J. y Pontails, J. (2005). *Superyó. Diccionario de Psicoanálisis*. Paidós.
- Lasch, C. (1997). *La cultura del Narcisismo*. Andres Bello.
- Lipovetzky, G. (1983). *La era del vacío: Ensayos sobre el individualismo contemporáneo*. Anagrama.
- Renobell, V. (2016). Análisis de instagram desde la sociología visual. En A. Martinez, *La imagen en la era digital* (115-129). Egregius.
- Sadin, E. (2017). *La humanidad aumentada: la administración digital del mundo*. Caja Negra.
- Sadin, E. (2013). *La era del individuo tirano: el fin de un mundo común*. Caja Negra.
- Sibila, P. (2008). *La intimidad como espectáculo*. Fondo de Cultura Económica.
- Trechera, J. L. (1996). El narcisismo: Epidemia de nuestro tiempo. *ÍSTMICA. Revista de la Facultad de Filosofía y Letras*, (3-4), 219-238.
<https://www.revistas.una.ac.cr/index.php/istmica/article/view/12741>
- Van Dijck, J. (2016). *La cultura de la conectividad. Una historia crítica de las redes sociales*. Siglo Veintiuno.
- Viñar, M. (2012). Tradición-Invención. *Revista Latinoamericana de Psicoanálisis*, 10, 66-78.
<https://calibanrlp.com/wp-content/uploads/2021/05/1-Caliban10-Web-CAST-3.pdf>
- Viñar, M. (2018). *Experiencias psicoanalíticas en la actualidad sociocultural*. Noveduc.
- Winnicott, D. (1971). *Realidad y Juego*. Gedisa.

