

Conectividad desconectada: la paradoja de citas digitales para hombres gay y bisexuales

Autor: David Goldenberg

David Goldenberg (2019) Disconnected connectedness: The paradox of digital dating for gay and bisexual men, *Journal of Gay & Lesbian Mental Health*, 23:3, 360-366, DOI: 10.1080/19359705.2019.1620071

Traducción adaptada: Proyecto Chem-Safe (Asociación Bienestar y Desarrollo).

RESUMEN

El creciente uso de la tecnología para facilitar la vida social y sexual significa que la tecnología y la intimidad están cada vez más entrelazadas. Inicios relacionales mediados tecnológicamente y relaciones que suceden en un nuevo espacio, un espacio digital, caracterizado por la inmersión a través de un equilibrio receptivo, sin precedentes, entre la resonancia de nuestras fantasías y la novedad. Esta capacidad de respuesta matizada y evolutiva tiene el potencial de facilitar reuniones eficientes, pero también el riesgo de diluir y distorsionar la intimidad de formas que pueden ser perjudiciales para la Salud mental, las funciones interpersonales o las funciones intrapsíquicas.

Existe evidencia epidemiológica de que los hombres homosexuales y bisexuales usan la tecnología más que otros grupos para reunirse/contactar y que pueden estar más abiertos a los beneficios y también más vulnerables a los riesgos.

Este artículo está basado en mi presentación “Conectividad desconectada: La paradoja de las citas digitales para hombres homosexuales y bisexuales” en un panel en el que participé en la reunión anual de la Asociación Psiquiátrica Alemana en Berlín el 30 de noviembre de 2018. El propósito de esta versión es ayudar a identificar, plantear conciencia, y generar hipótesis sobre el fenómeno clínico observado en un entorno de práctica privada: hombres homosexuales y Queer que se sienten aislados, solos y deprimidos, a pesar del acceso sin precedentes a la intimidad a través de la tecnología, especialmente en las aplicaciones de citas/conexión.

Exploro las consecuencias psicológicas y de salud mental para hombres adultos homosexuales, queer y adolescentes que utilizan aplicaciones y otros recursos en línea y de cibertecnología para mediar y experimentar intimidad. La tecnología, propongo, está afectando y alterando nuestras mentes y las de los demás, así como nuestras relaciones interpersonales, creando un imaginario de cuerpos de fantasía y experiencias de unión íntima.

Una amplia discusión sobre los efectos potenciales de la tecnología en la clínica y aquí, alude a la teoría funcional de la mente pero no se elabora porque está más allá del alcance de este artículo.

Las ideas e hipótesis están basadas en la observación clínica de mi práctica privada, así como en literatura de psicología académica y psiquiatría, sociología, epidemiología y divulgación sobre los efectos de la tecnología en la salud mental, mediando tecnológicamente citas, intimidad e identidad y desarrollo psicosexual.

Hay muchos beneficios de Internet y la cultura basada en apps y cibertecnología, especialmente para personas en situación de exclusión social, vulnerable y/o grupos, como las personas LGTBIQ+. Solo leyendo anuncios de boda o testimonios de minorías que han sido excluidas o aisladas y que encuentran compañeros en línea (Harper, Serrano, Bruce, & Bauermeister, 2016) se sugiere anecdóticamente que las parejas se encuentran cada vez más en línea, o incluso que esta forma de reunirse es ahora la norma. Citando múltiples fuentes, incluida la investigación de Rosenfeld y Thomas (2012), The Economist (Hodson, 2018) éstas informan que, en EE. UU., un tercio de los matrimonios se han conocido en línea.

La gran cantidad de plataformas y aplicaciones de citas en línea cuentan con una enorme cantidad de socios potenciales. Los beneficios culturales y sociológicos incluyen eludir barreras sociales y un aumento de las relaciones matrimoniales interraciales. (Ortega & Hergovich, 2017; Thomas, 2018). Las personas homosexuales se ven afectadas porque se conocen/contactan en línea en una tasa tres veces inferior a la de parejas heterosexuales. (Rosenfeld & Thomas, 2012). El mismo estudio ilustra el beneficio que aportan estas formas de conectar respecto a disminuir el aislamiento de estos grupos, ubicándose a sí mismos tanto en la geografía como en los espacios gay y queer. Por ejemplo, una persona encuestada no pudo conocer a otras mujeres homosexuales en su área hasta que las apps de citas en línea fueron accesibles.

Quizás el beneficio cibernético más popular es la mayor capacidad y eficiencia para conseguir casi lo que quieras. Las aplicaciones pueden proporcionar un recurso para cumplir muchos deseos y anhelos, principalmente sexuales, muy rápidamente y proporcionar un medio y un espacio para practicar y experimentar con diferentes personas homosexuales y queer. La tecnología proporciona la oportunidad de jugar y crear diferentes representaciones y aspectos de uno mismo además de una forma, aparentemente segura, de compartir estas representaciones en el mundo (Harper et al., 2016).

De acuerdo con MacKee (2016), y en coincidencia con mi observación clínica, los hombres a menudo se representan a sí mismos de manera distinta en diferentes aplicaciones, dependiendo de sus objetivos. Los mismos hombres se presentan de forma muy diferente en Grindr o en Tinder. Y tal vez esto no sea una sorpresa.

Una persona con una personalidad integrada puede usar algo diferente en un club y en una primera cita, o un traje de lana en el trabajo y un arnés de cuero en un

club. Además, todas las personalidades e identidades incluyen contradicciones y compromisos integrados que son variables e interactúan dinámicamente.

¿Son las identidades simultáneas, aunque divididas, en diferentes aplicaciones una buena expresión de diferentes partes de la personalidad, o un mayor refuerzo de escisiones problemáticas de la personalidad? Depende del individuo. Mientras que la experimentación con identidades dispares es un ejercicio necesario y saludable en la infancia y la adolescencia, ¿en qué momento esta expresión de diferentes identidades en la etapa adulta se vuelve menos saludable, y ¿qué significa eso?.

Los problemas surgen cuando estas partes de la personalidad y la identidad no están integradas, están demasiado separadas o demasiado fusionadas, excluyendo el conocimiento de cómo y cuándo influyen en cada uno, o impidiendo la expresión de cualquier aspecto particular del yo o la identidad. Clínicamente, ¿cuándo y cómo podría la tecnología ayudar o dificultar esta integración?

La identidad es un concepto complejo que podemos considerar desde diferentes perspectivas académicas y clínicas. El estudio de la identidad desde una perspectiva sociocultural es diferente del uso intrapsíquico de varias partes de la identidad; cómo se relacionan entre sí y a qué funciones psíquicas sirven. Parece que la forma en que algunos pacientes usan Internet puede facilitar el desarrollo de la identidad (Harper et al., 2016). Algunas investigaciones también sugieren que la consolidación de la orientación sexual es diferente para las personas homosexuales/queer en comparación a la heteronormatividad, y esa consolidación identitaria anterior, facilita socialmente (y, por lo tanto, posiblemente a través de la tecnología), que pudiera ser más saludable que las concepciones posteriores. (Morgan, 2013).

En la práctica, la tecnología puede agregar una capa de mediación entre el “yo” y la comunidad o el contexto social de la persona. La capa adicional de mediación puede afectar negativamente la integración de la identidad. Además, la disponibilidad sin precedentes y la omnipresencia de la tecnología parecen reforzar las divisiones. Los pacientes pueden alternar entre identidades tan rápidamente que a menudo pierden el momento de pausa para la reflexión que les brindan los lugares más tradicionales de expresión de esa identidad. Estos pacientes se presentan como infelices, deprimidos y ansiosos, incapaces de acceder a un uso alegre y lúdico de las diferentes identidades.

Una posible asociación entre algunas aplicaciones y la felicidad o la infelicidad está emergiendo, tal y como lo respalda un estudio del Center for Humane Technology and Moment, a screen-time tracking app (Center for Humane Technology, 2018). Much quoted and highly sensationalized, primarily in the popular press (Andersson, 2018; Corner, 2018; Zane, 2018; Gay, 2018; Gay and Sexuality Therapy Collective, 2018; Turban, 2018),este

estudio asocia Grindr con una tasa más alta de infelicidad, lo que la convierte en la aplicación más asociada con este estado anímico.

Entonces, ¿qué es lo que hace que los usuarios de Grindr (hombres homosexuales y queer) sean tan infelices, o por qué? ¿La gente infeliz recurre a Grindr? ¿Cuál es la asociación?

La explicación, expuesta por Turban (Turban, 2018), es la combinación de rechazo y refuerzo de forma repetida y de relación variable. Esta explicación es convincente, pero en última instancia insuficiente clínicamente, desde el punto de vista de la perspectiva psicológica y psicoanalítica. Propongo una asociación que sugiere que mediar la intimidad a través de la tecnología puede ayudar significativamente a satisfacer las necesidades sexuales. Sin embargo, la gente tiene, y se esfuerza por satisfacer múltiples niveles de necesidades de intimidad. En parte, la mediación de la tecnología se salta los pasos necesarios que ayudan a las personas a buscar parejas que satisfacen múltiples necesidades y anhelos de intimidad. Por ello, una aplicación de citas/conexión realmente exitosa necesitaría tener en cuenta más variables que las disponibles en la mayoría de las aplicaciones. De hecho, un estudio (la app de citas para este estudio no permite buscar parejas del mismo sexo/género**) sugiere que las parejas casadas que se conocen en línea tienen relaciones maritales más sólidas y satisfactorias que aquellos que se encuentran en persona (Cacioppo, Cacioppo, Gonzaga, Ogburn, & VanderWeele, 2013), lo que sugiere por tanto, que son necesarias más variables que las disponibles en Grindr.

**Adicionalmente, aunque este estudio fue publicado en el prestigioso Proceedings of the National Academy of Science, el estudio fue financiado por la app de citas y todos los autores fueron asociados con el sitio de citas, lo que sugiere conflictos de intereses que influyen en los resultados a pesar de la verificación estadística independiente (el estudio necesita una réplica/revisión).

Pero, incluso cuando los hombres se conectan de forma satisfactoria/eficiente por Grindr, ¿por qué la aplicación se asocia con niveles tan altos de infelicidad?

La infelicidad, o varias versiones de disforia, pueden incorporarse a la intimidad tecnológica. “Irresistible” de Alter (2017), junto con las observaciones de Turbin (2018), respaldan el potencial adictivo incorporado de la cibertecnología, lo que sugiere posibles objetivos en conflicto entre la tecnología y sus usuarios. Como médicos, debemos estar alerta a las sintomatologías y explorar más de esta tensión dinámica.

¿Cuáles son algunos efectos potenciales de las aplicaciones, en el desarrollo de la intimidad, dado que la mayoría de la tecnología tiene como objetivo que el usuario regrese o permanezca en la app, mientras que el individuo puede tener el objetivo de usarla para estar en el mundo real? Podemos postular que la satisfacción, o auténtica intimidad se asocia con múltiples variables, incluido el sexo lo suficientemente saludable y el desarrollo de la identidad.

La investigación sugiere que el proceso de desarrollo de la orientación sexual es diferente para los adolescentes homosexuales y queer en comparación con sus pares heterosexuales, y que la tecnología afecta positivamente la sexualidad orientando el desarrollo de la identidad de varias maneras (Harper et al., 2016). Los nativos digitales, personas que han crecido desde la preadolescencia utilizando tecnologías, han priorizado las relaciones interpersonales mediadas tecnológicamente, prefiriendo los mensajes de texto a las llamadas y las publicaciones, al discurso verbal en persona.

En la práctica, aunque la tecnología puede ayudar con la construcción de la orientación sexual, también puede alterar el significado de la intimidad y el desarrollo de representaciones suficientemente realistas de uno mismo y de los otros.

En mi experiencia con adolescentes en tratamiento, que cuentan con vivencias tempranas de intimidad que no involucran lo virtual, trasladan que a menudo para ellos se sienten solos y desplazados. Sin la mediación virtual sienten que falta algo, porque no han atravesado el proceso dinámico de ensayo-error donde se integra lo real con la fantasía, y por tanto son incapaces de comprometerse auténticamente con la mezcla de ambos (real + fantasía).

La intimidad ocurre en múltiples niveles que sirven para múltiples propósitos. La conexión es bastante sencilla, o debería serlo. Pones una foto, describes tus preferencias, gustos y disgustos, etc., y encuentras a alguien con quien te complementas, y vas a tener sexo, o lo que sea que eso signifique para ti y tu pareja.

Una consecuencia articulada por los pacientes en mi práctica clínica, es que el individuo está buscando intimidad con demasiado ahínco, o de forma idéntica a navegar en scroll infinito, comprar o absorber contenido (Finkel, Eastwick, Karney, Reis y Sprecher, 2012; Heino, Ellison y Gibbs, 2010), como si se tratara de compras en línea, sitios de citas digitales y aplicaciones que convierten a las personas en mercancías e inventarios fungibles. Esta nueva realidad crea y perpetúa una experiencia regresiva donde las personas son vistas como cosas para uso y consumo, nuevos objetos parciales o extensiones y herramientas narcisistas. La principal ventaja de la eficiencia de las apps de citas/contacto resulta ser el principal problema asociado a la falta de intimidad, porque la auténtica intimidad se logra a través del complejo proceso de conocer a alguien. La intimidad sexual y física proporciona formas de conocer a alguien, pero no de una manera suficientemente amplia y en sentido cronológico para mitigar las múltiples facetas del anhelo humano.

Por lo tanto, volviendo a un concepto descrito anteriormente, usar una aplicación de sexo es eficiente y exitoso. Sin embargo, usar una aplicación de sexo para conocer a otros en la intimidad y las necesidades relacionales y psicológicas es probablemente un escenario para el fracaso, más específicamente, un refuerzo inconsciente activado previamente y fantasías conscientes. Propongo que este refuerzo probablemente mantenga estas

fantasías estáticas, sin espacio para el crecimiento o la interacción lúdica.

Hoy nos enfrentamos a nuevas tecnologías en evolución, nuevas formas de comunicación y de conexión. No sabemos a dónde vamos. Estamos en una etapa de desarrollo en la que los adultos, los adolescentes y los niños están conectados de manera distinta, no solo porque estamos conectados de manera diferente en diferentes momentos del desarrollo, sino porque nos estamos reconectando y reprogramando diferente hacia distintos resultados.

Todavía no conocemos realmente esos resultados y simplemente necesitamos estar alerta ante resultados/efectos inesperados positivos y negativos. No podemos permitirnos el lujo de descuidar que puede haber una nueva capa que media, con múltiples funciones de espacio, tiempo y relatividad. A partir de anécdotas y casos clínicos, y debido a que todavía estamos relativamente en el inicio de la era cibernética/digital, debemos estar alerta sobre los posibles efectos negativos, positivos y de cómo la tecnología influye en las relaciones y el funcionamiento emocional y psíquico.

Estudios emergentes y crecientes sugieren un vínculo entre la depresión y el uso problemático de Internet (UPI), siendo la depresión un factor de riesgo subyacente para UPI (Cotten, Ford, Ford, & Hale, 2012; Marino, Gini, Viena y Spada, 2018). La causalidad, sin embargo, aún no está fuertemente argumentada y puede cambiar a medida que este experimento sociopsicológico masivo con la tecnología evoluciona. De hecho, un estudio demuestra lo contrario: UPI causa efectos negativos aislados en salud mental y problemas de sueño (van der Velden Setti, van der Meulen y Das, 2019).

En mi práctica clínica, observo una tendencia en la que los pacientes están volviendo a priorizar las reuniones en persona. No hace mucho tiempo, la mayoría de los hombres homosexuales y personas queer en mi práctica usaban aplicaciones e Internet como una forma de calmar la soledad, conociendo de manera eficiente no solo a otros hombres homosexuales, sino también a hombres homosexuales con intereses específicos compartidos o complementarios. Muy a menudo, estos intereses eran de carácter sexual. Este uso, sin embargo, pasó, para muchos, de la novedad a la normatividad, de voluntario a compulsivo y adictivo, de divertido a desesperado. Como si reflejara un cambio en la marea, más y más hombres se preguntaron cómo el sexo y la intimidad física, podían resultar en tanta soledad. Es esto ¿algo nuevo?

Posiblemente se trataba de una nueva expresión de viejos problemas, comúnmente denominados “problemas de intimidad”. Mi experiencia clínica sugiere que hay algo más bajo la alfombra: una realineación fundamental impulsada por la tecnología, de funcionamiento psíquico y de relación interpersonal. Sin embargo, es probable que esta realineación sea limitada a medida que más pacientes experimentan satisfacción al



conocerse "a la antigua", ya sea para una relación a largo plazo, una conexión anónima al estilo de la década de 1970, una "amistad con derechos" o cualquier otra cosa.