

¿ESTÁ AFECTANDO EL DESARROLLO TECNOLÓGICO  
A NUESTRO *SER EN EL MUNDO*?  
UNA REFLEXIÓN INTERDISCIPLINAR DESDE LA  
FILOSOFÍA, LA PSICOLOGÍA Y LA SOCIOLOGÍA

Mikel Ostiz Blanco  
Javier García Manglano  
Claudia López Madrigal  
Universidad de Navarra

**Resumen:** Este artículo es una reflexión crítica e interdisciplinaria sobre el papel transformador de la tecnología para el ser humano. En primer lugar, se aborda en clave fenomenológica la vivencia de la temporalidad y la espacialidad. En segundo lugar, se analiza la alteración de los circuitos neuronales, generando fenómenos de adicción y sobre estimulación. En tercer lugar, la estructura de la sociedad sufre fenómenos como la polarización o la virtualidad. Por último, se recupera la aproximación más fenomenológica para ahondar en cómo la subjetividad se percibe a sí misma en su intimidad y en su condición intersubjetiva.

**Palabras clave:** Tecnología, Ser humano, Mediación.

IS TECHNOLOGICAL DEVELOPMENT CHANGING OUR BEING IN  
THE WORLD?

AN INTERDISCIPLINARY REFLECTION FROM PHILOSOPHY, PSY-  
CHOLOGY AND SOCIOLOGY

**Summary:** This article is an interdisciplinary reflection on the transformative role of technology for the human being. First, the experience of time and space is overviewed from a phenomenological approach. Second, the implication of technology on neurobiological circuits and the psychological outcomes of overstimulation are discussed. In third place, societal changes are analyzed through contemporary events such as polarization and virtuality. Finally, this article concludes with a phenomenological reflection that explores how subjectivity is perceived in its intimate and intersubjective condition.

**Keywords:** Technology, Human being, Mediation.

**Recibido:** 5 de julio de 2021

**Aceptado:** 9 de febrero de 2022

DOI 10.24310/NATyLIB.2022.vi16.12947

### ***1. Introducción: La mediación tecnológica como elemento constitutivo del ser en el mundo en el siglo XXI***

Actualmente, la tecnología es para el ser humano como el agua para el pez, está rodeado de ella de tal forma que resulta difícil concretar de un modo radical qué es la tecnología. Es evidente que está, que nos rodea, pero envuelta ya de una cotidianidad que la hace, si no invisible, al menos sí dada por supuesta.

Desde el punto de vista antropológico se puede decir que la tecnología es, ante todo, *mediación*. El ser humano es, en palabras de Platón, un *bípedo implume* (Diógenes Laercio, 2013: 517). Mirando al resto de animales, se muestra como un ser esencialmente desvalido e ineficaz: no tiene garras, no puede volar, no puede respirar bajo el agua, no tiene pelaje para protegerse del frío, no es especialmente rápido, etc. Por sí mismo, es bastante incapaz, no sirve específicamente para ningún medio, pues un individuo humano sin ayuda a duras penas podría sobrevivir en el mejor entorno posible. En el reino animal, la falta de especialización es un hándicap para la supervivencia. No obstante, esta desespecialización posibilita una nueva relación del ser humano con el mundo. Como no puede relacionarse exitosamente con su entorno a través de su propio cuerpo, debe hacer uso de un tercer elemento –además del mundo y de él mismo– que sirva de *mediación*, a la cual se puede llamar *tecnología*. Por tanto, la tecnología sería el puente entre el ser humano –un animal desespecializado– y el mundo. Esta aproximación puede no ser intuitiva, ya que al hablar de tecnología hoy en día nos vienen a la cabeza sofisticados teléfonos y ordenadores, redes sociales, inteligencia artificial, coches eléctricos, etc., pero esto no es sino la concreción presente de un fenómeno inherente al ser humano.

Que la tecnología sea mediación implica introducirse en un ámbito relacional en el sentido que no puede ser comprendida meramente como cosa, como entidad objetivada. La tecnología conectaría ineludiblemente, en este sentido, con la concepción del ser humano como *ser ahí* (Heidegger, 1997: 201). El siglo XX ha sido filosóficamente el siglo de la fenomenología y el existencialismo, que coinciden en reivindicar el carácter situado de la persona en un horizonte dado de comprensión. El cogito cartesiano, el sujeto transparente a sí mismo y que se constituía al margen de su mundo ha sido herido de gravedad por la filosofía de la sospecha<sup>1</sup>. En este sentido, la comprensión de lo humano debe involucrar a su mundo, como decía Ortega en su conocida afirmación de “yo soy yo y mis circunstancias” (Ortega y Gasset, 1914: 43). Y el mundo humano del siglo XXI no es separable de la mediación tecnológica, pues ella da forma y condiciona en gran medida el situarse del existente concreto.

Si la tecnología es una coordenada esencial del *ser en el mundo*, es necesario contar con ella para una comprensión del horizonte humano. En este sentido, este trabajo pretende realizar una aproximación interdisciplinar a cómo el ser humano se encuentra situado en este entramado tecnológico, y cómo la tecnología puede estar mediatizando otras facetas antropológicas. Si bien es cierto que la tecnología es una mediación del ser humano, es crítico señalar que no es la única. Es por ello que el presente análisis tiene sentido: como una aproximación crítica a la tecnología, no como cuestionamiento de la tecnología en sí misma –pues es mediación humana– sino como pregunta acerca de si la mediación tecnológica puede oscurecer otras facetas de la vida humana.

Para lograr este objetivo, se parte de una aproximación fenomenológica en relación a la vivencia de la temporalidad y la espacialidad que la tecnología promueve e induce. Esto permite abordar la primera cuestión, el *cómo percibimos el mundo*. Ligado a esta cuestión aparece la segunda, que no se

<sup>1</sup> Este término procede en su denominación del filósofo francés Paul Ricoeur, que hace una reflexión en torno Nietzsche, Marx y Freud como maestros de la sospecha, en los tres pensadores cuestionan la autoposición del sujeto (Ricoeur, 1990, 33).

aborda tanto en clave fenomenológica sino psicológica: *cómo procesamos el mundo*. El ser en situación es un ser encarnado, lo cual implica que posee una dimensión neuropsicológica que también le afecta. En concreto, las formas actuales de tecnología llevan a analizar qué circuitos de recompensas estimulan, y reflexionar en torno a la cuestión de la adicción sin sustancia, como un fenómeno en el que tiene una gran importancia la tecnología. En tercer lugar, en clave sociológica se presenta la pregunta por *cómo estructuramos el mundo*. Junto a este procesamiento del mundo se configuran un conjunto de estructuras sociales, de inercias y condicionamientos culturales, que afectan de igual modo a este *ser en el mundo* mediatizado tecnológicamente. Por último, se retoma la aproximación fenomenológica con la cuestión de *cómo nos percibimos a nosotros mismos en este mundo*, lo cual conecta con cuestiones relativas a la intersubjetividad e intimidad. Si la segunda y tercera cuestión permitían un abordaje más objetivo, esta última cuestión implica una reflexión desde y para la subjetividad, la cual no debe comprenderse en clave del sujeto moderno que se autopoese sino como ser encarnado y situado.

De este modo, este trabajo pretende aportar una reflexión interdisciplinar para comprendernos mejor en este momento actual, en el cual la tecnología es una parte cada vez más relevante en el modo de estar en el mundo. La comprensión de la tecnología únicamente desde categorías tecnológicas no es posible, en tanto la tecnología es una mediación humana. Tampoco es suficiente, aunque sí necesaria, una comprensión desde la neurociencia, la psicología, la sociología o la economía, que expliquen elementos objetivos del impacto tecnológico. Es necesaria una reflexión antropológica que integre desde una perspectiva fenomenológica las aportaciones de otras disciplinas, para poder combinar la mirada en tercera persona de las ciencias naturales y sociales con la mirada en primera persona. Solo mediante aproximaciones integrales como la que proponemos, es posible detectar y comprender riesgos que el desarrollo tecnológico puede tener para el ser humano en su propia humanidad, que no es reductible a la mediación tecnológica.

## ***2. Cómo percibimos el mundo: la vivencia de la temporalidad y la espacialidad***

La tecnología es una mediación humana, un modo de relacionarnos con la naturaleza para, en un primer momento, sobrevivir. No obstante, no es algo meramente instrumental, sino que afecta a cómo estamos en el mundo, o más bien, a cómo se configura nuestro mundo, en una red de significados y costumbres. En este primer apartado abordamos la cuestión de cómo la tecnología afecta a nuestro modo de percibir fenomenológicamente el aquí y el ahora, es decir, a la vivencia de la temporalidad.

### ***2.1. La vivencia de la temporalidad: El frenesí***

El modo de vivenciar el tiempo que la tecnología promueve se puede englobar en el concepto de *frenesí*, que hace referencia a una velocidad creciente que lleva implícita una necesidad de renovación y mejoramiento constante. “Corre, no te detengas ¿hacia dónde? ¿cómo que hacia dónde? ¿qué clase de pregunta es esa? No preguntes, corre, no hay tiempo para saber hacia dónde corremos.” ¿Suena ridículo? Seguramente, pero es —un poco caricaturizada— la imagen que da la tecnología en nuestros días. Queremos siempre más rapidez, más potencia, más prestaciones, etc. Queremos poder hacer más en menos tiempo, que todo sea veloz y ágil. Esto se traduce en que cada vez somos estimulados de más maneras y más intensamente. Más es siempre mejor, y cuanto más procesemos en menos tiempo, más positivo. Ni siquiera importa casi el qué: una vez oscurecido el para qué, incluso el qué se desdibuja. “Haz muchas cosas”, “sé productivo”, “exprime tu tiempo”. Importa más el aspecto formal de ser *muchas* de las cosas que su propio contenido. Las cosas que hacemos pasan tan deprisa que no nos da tiempo a saber qué son realmente.

De hecho, llega un momento que pasan tan rápido que se produce un sutil pero radical cambio: más que hacer cosas, parece más bien que somos afectados por las cosas que pasan; al ser tan rápido el ritmo, no da tiempo a ser verdaderos sujetos activos ante el bombardeo de ocupaciones y estímulo-

los. Decía al comienzo que la tecnología surgió como una mediación entre el ser humano y el mundo. El fuego permitió cocinar alimentos, el tambor acompañó a las leyendas de la tribu, el reloj –en todas sus formas– nos informó del momento presente y del paso del tiempo, la imprenta y el periódico permitieron recoger eventos ocurridos para que los pudiéramos conocer, etc. La tecnología permitía hacer mejor las cosas, pero ahora ha cobrado de alguna manera vida, tiene un ritmo propio que nos vemos obligados a seguir. El ritmo de la tecnología no entiende de regulación, puede crecer indefinidamente conforme mejoren las técnicas, pero ¿es este el ritmo humano?

Lo cierto es que no lo es: el tiempo del ser humano no es el frenesí; ese es el ritmo de las máquinas. Esto es así porque la tecnología transmite, almacena y emite información, pero el ser humano además vive en el mundo del conocimiento e incluso aspira al de la sabiduría. Para transmitir información, la rapidez es el único factor; es como una cadena de montaje, cuanto más rápida, más elementos producidos. Sin embargo, el conocimiento tiene su propio ritmo, penetrar en lo real y hacerse con ello requiere de un pensar que es un *pararse a pensar*. Comprender las cosas, captarlas en su profundidad, no puede hacerse al ritmo frenético de la tecnología, porque su lógica es otra. Aquí es pertinente señalar una cosa anunciada al comienzo: la tecnología no es el único modo de relacionarse con el medio que tiene el ser humano. La mediación tecnológica se da en clave de dominio, pero el ser humano se relaciona con la realidad no solo en esta clave sino desde lo que se ha venido a llamar *contemplación*. La contemplación es una relación con lo otro que, en vez de dominar y transformar, lo deja ser. El *dejar ser* implica no forzar a lo otro, y esto significa respetar su tiempo, lo cual excluye el frenesí. El frenesí solo sirve cuando el tiempo se impone sobre lo otro, pero no en la relación contemplativa. Si asumimos como único modo de vivir en el tiempo el frenesí, recortamos lo real y al propio ser humano.

En el frenesí, el ser humano se ve cercado por la multitarea, porque debe hacer frente a una exigencia cada vez mayor. El ser humano es tomado como una máquina, y como a una de ellas, se le exige ir cada vez más rápido, cumplir más, llegar a más... Cada *smartphone* que sale al mercado debe ser un

poco mejor, más ágil, más eficiente, etc. Y si no cumple, no vale. El frenesí no entiende acerca de lo irremplazable, porque todo debe ser reemplazado. El frenesí no entiende de los imponderables como la belleza, todo va demasiado rápido. La flor que cogemos se ha marchitado antes de poder olerla, la realidad no cabe en fracciones de tiempo tan pequeñas.

## ***2.2. La vivencia de la espacialidad: la deslocalización***

El modo de vivenciar el espacio es precisamente la disolución del mismo en un proceso de *deslocalización*, que surge cuando la expansión espacial se satura y debe proseguir mediante una dinámica de hiperconectividad. Frente al modelo del tiempo tomado de la tecnología que tiende a reducirse, a utilizar periodos y plazos más breves, con el espacio ocurre lo contrario: se expande. Conforme avanza la tecnología se va haciendo más presente en más ámbitos y su implantación es más profunda y sutil. Esto tiene que ver con el control, que es un elemento inherente a la tecnología; para controlar hace falta estar en contacto, detectar, monitorizar, actuar, etc. Por ello, la tecnología extiende su dominio expandiéndose espacialmente.

No obstante, esto sí tiene un límite más claro que en el frenesí temporal, ya que el espacio ocupado por el ser humano está limitado, y lo que interesa tecnológicamente es, eminentemente, colonizar el espacio humano. Por eso, cuando la expansión llega a un punto, se produce un fenómeno que se puede denominar *deslocalización o desubicación*: repentinamente, la espacialidad queda diluida por la irrupción de lo virtual, que es aquello que no es que no tenga soporte espacial, sino que tiene una relación accidental con dicho soporte. Esto es claro con el fenómeno de la nube, cuyo soporte físico está descentralizado y es difícil de concretar. Lo mismo ocurre con los dispositivos inteligentes, cuya funcionalidad depende cada vez menos de sí mismos y más de la interconexión, como ocurre con el asistente virtual *Siri* de Apple. Conectado a ambos conceptos, está la desubicación de las redes sociales, que construyen un mundo que no está en ninguna parte y, al mismo tiempo, está en todas. Se da un fenómeno de *hiperconectividad*: puedo

acceder a muchas cosas desde cualquier lado y, por tanto, mi vivencia de ellas es que no están en ningún sitio.

Esto se traslada al propio ser humano donde su propio cuerpo se diluye, se genera una conciencia y un ser que se desliga de lo corporal. Mi imagen en la red no está conectada a mi cuerpo, pues sufre de deslocalización, algo imposible para un cuerpo. A nivel antropológico, se trata de un dualismo que separa la mente –cuyo nuevo dominio es lo virtual– y el cuerpo. En esta línea surgen corrientes que buscan trasladar el cuerpo al dominio de lo conectado, de lo virtual y digital. Esto va desde implantación de chips y complementos tecnológicos hasta las propuestas más extremas que llegan a prescindir completamente del cuerpo y sostienen que en el futuro podremos volcar todo lo que somos a un ordenador –el llamado *mind uploading*–, logrando así culminar el proceso de deslocalización (Capuccio, 2017).

### ***3. Cómo procesamos el mundo: la adicción y los circuitos de recompensa***

Si la tecnología afecta a nuestro modo de vivenciar el tiempo y el espacio en primera persona, no es menos cierto que cabe plantearse cómo puede afectar la exposición continua a nuestro modo de procesar el mundo a nivel neuropsicológico.

Desde la Psicología, uno de los múltiples debates en torno a la afectación de la tecnología en nuestras vidas se ha centrado en el concepto de adicción (Andreassen et al., 2016: 3). ¿Podríamos decir que existe una adicción a la tecnología? ¿Puede la tecnología impregnar nuestra vida personal de tal forma que nos haga enfermar?

#### ***3.1. El sistema de recompensa***

Normalmente, cuando hablamos de “adicción” se suele pensar en un problema relacionado con una sustancia química (drogas, alcohol o estupefacientes), no obstante el concepto es mucho más amplio. Existen también adicciones no relacionadas a sustancias, llamadas *comportamentales*, asocia-

das a hábitos de conductas que pueden convertirse en adictivos e interferir significativamente en la vida de una persona. Hoy en día, en el DSM-5 (el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales) se describe la ludopatía (o juego patológico) como una adicción comportamental, y popularmente también se ha hablado de las compras compulsivas y las relaciones sexuales descontroladas.

A nivel biológico, cuando una conducta se asocia con el placer, el circuito de recompensa se activa. Su función principal es sencilla: repetir aquellas conductas que son básicas para nuestra supervivencia como especie (ej. comer, reproducirnos). En el circuito de recompensa se encuentran implicadas estructuras que tienen que ver con mecanismos básicos de supervivencia (área tegmental ventral), el procesamiento de las emociones y placer (sistema límbico y núcleo accumbens), y con el aprendizaje y toma de decisiones (lóbulo frontal). Cuando una actividad es placentera se libera dopamina en este circuito para favorecer la repetición de dichas conductas (Toranzo et al., 2018: 565).

En el caso de las adicciones, ese sistema se “hackea” liberándose menor dopamina y reaccionando ante un solo estímulo. Esto provoca que el sujeto comience a tener insatisfacción por lo demás, incapaz de disfrutar cosas que antes le parecían placenteras, y comienza a perder control sobre lo que hace porque comienza a buscar compulsivamente ese estímulo inicial. Esto se convierte en un círculo vicioso porque, dado que la producción de dopamina es baja, además de perseguir el estímulo la persona lo necesita cada vez en mayor cantidad para obtener ese efecto placentero. A esto se le conoce como tolerancia; y por el contrario, si no lo llevan a cabo presentan un síndrome de abstinencia que genera un malestar profundo:

Para el cerebro, la diferencia entre las recompensas normales y las recompensas de las drogas se puede comparar con la diferencia entre alguien que susurra al oído y alguien que grita en un micrófono. De la misma manera que bajamos el volumen de una radio que está muy alto, el cerebro de una persona que hace un uso indebido de las drogas se ajusta y produce menos neurotransmisores en el

circuito de recompensa o reduce la cantidad de receptores que pueden recibir señales. El resultado es que la capacidad de la persona para experimentar placer con las actividades que estimulan la recompensa en forma natural (es decir, que refuerzan el comportamiento) también disminuye. (Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas, 2020: 18).

La similitud entre una adicción con y sin sustancia, es la falta de control sobre una determinada conducta, en el que al inicio es placentera, pero poco a poco se va convirtiendo en algo que domina la vida.

En el caso de las adicciones comportamentales, ¿hay algo en el juego, las compras o el sexo que las hace adictivas? Cada vez hay mayores esfuerzos, a través del marketing o publicidad, para potenciar el atractivo natural que ya tienen de suyo. Sin embargo, el problema central no radica en la conducta *per se*, sino el tipo de relación que se establece con ella. Como se ha mencionado, se encuentran implicadas estructuras más complejas relacionadas con la motivación, el aprendizaje y el comportamiento voluntario. Una persona normal puede realizar cualquiera de estas conductas por la funcionalidad misma o por placer. Una persona adicta a dichos comportamientos lo hace para aliviar un malestar emocional o evadirse de una realidad que le parece intolerable; el comportamiento es desencadenado por una emoción. Por este motivo, personas con una autoestima baja, estados de ánimo depresivos, impulsividad, dificultad para afrontar los problemas que incomodan como el dolor o la tristeza, búsqueda de sensaciones fuertes aumentan la predisposición para que un sujeto desarrolle una adicción en general (Moral and Suárez, 2016: 70; Boubeta et al. 2015: 29).

### ***3.2. Tecnología y adicción***

¿Sucede lo mismo con la tecnología? A diferencia de las compras, el juego y el sexo, la tecnología no es una herramienta neutra, porque está basada en un diseño atractivo que busca atraer tu atención para obtener más datos. A pesar de que en los últimos años se ha prestado más atención a la preocu-

pación por los problemas de dependencia, hoy en día no podemos afirmar que existe algo como la adicción a la tecnología. Sin embargo, diferentes estudios (Montag et al., 2016: 9; Toranzo et al., 2018: 565) han encontrado que las mismas estructuras del circuito de recompensa se activan, liberando dopamina antes la satisfacción de las recompensas a corto plazo. La avidez por una gratificación cómoda, instantánea y sin esfuerzo es lo que lo hace realmente fascinante. El deseo constante (y en algunos casos inconsciente) de ser estimulado y gratificado influye en el modo de comprensión y de atención.

De la misma forma en que el exceso de dopamina hackea el sistema de recompensa, así también el uso que hagamos de la tecnología puede hackear nuestros modos de conectar con la realidad. Los contenidos constantes y las recompensas que obtenemos de esta interacción continua, configuran el modo de vincularnos con nosotros mismos. Estamos constantemente expuestos a unas expectativas no realistas, que nos hacen más ávidos de una gratificación emocional; cada vez más impulsiva y menos atenta.

Sin embargo, el diseño no lo es todo. Una cuestión clave es hacer notar el punto de partida desde el cual nos vinculamos con la tecnología. ¿Nos conectamos desde la funcionalidad o desde la necesidad de dependencia?

Detrás de nuestra interacción *online* y *offline* existen motivaciones y necesidades psicológicas básicas que buscamos satisfacer (consciente o inconscientemente) tales como el ser reconocido por los demás, pertenecer a un grupo, ser aceptado y amado por los demás, sentirse autorrealizados, entre muchas otras.

En el uso de la tecnología, al ser un instrumento de comunicación, es de esperar que el motor principal sea estar en contacto con los demás. Sin embargo, las necesidades previamente expuestas son incentivos psicológicos que matizan nuestra interacción con ella. A nivel intrapersonal, esta consideración resulta crucial para valorar que nuestro uso con la tecnología abarca una realidad más compleja que no se limita únicamente a algo perjudicial, sino también un medio utilizable de forma constructiva. Tomemos como

ejemplo el caso de una persona introvertida, con una dificultad para socializar y pertenecer a un grupo. Tiene la opción de usar la tecnología como una vía de escape refugiándose en un uso estimulante para evitar afrontar aquello que le causa malestar. O bien, puede utilizarla como una oportunidad para formar parte de una comunidad online, con intereses similares, donde se sienta integrado y aceptado.

En ambos casos el sistema de recompensa se encuentra activado; en ambos casos hay un ansia por el reconocimiento del otro. Sin embargo, es en la motivación detrás del uso donde se modifica la relación con uno mismo. En la primera opción, la persona no está confrontando el problema y, cuando se encuentre en una situación sin estímulos distractores (la parada del metro, una sala de espera), estará cada vez más necesitado de distracciones dopaminérgicas para escapar de esa realidad. No solo está des-aprendiendo capacidades básicas de interacción social (asertividad, resolución de conflicto, tolerancia a la frustración, establecimiento de límites..) sino que, al igual que en las adicciones con sustancia, cada vez necesitará más y en mayor intensidad en el estímulo para obtener el efecto deseado. En la segunda opción, sucede todo lo contrario. Hay una integración y una coherencia entre sus propios intereses y los de su entorno.

Al igual que en las adicciones, el tipo de relación que tengamos con la tecnología, junto con las motivaciones involucradas, fomentará en nosotros un uso de la tecnología diferente; con mayor o menor afectación en la esfera intrapersonal e interpersonal.

#### ***4. Cómo estructuramos el mundo: hacia una sociedad virtual y polarizada***

No somos seres asociales, por lo que nuestro modo de vivenciar el espacio y el tiempo así como la forma que tengamos de procesar el mundo a través de nuestra estructura neuropsicológica tendrá su impacto en la estructuración del mundo social. Esto es especialmente relevante en dos aspectos: el ámbito de lo *virtual* y el fenómeno de la polarización.

#### ***4.1. Experimentar el mundo virtualmente***

En no pocos casos, el acceso de los adolescentes a ciertas realidades sucede primero en mundos virtuales, mediados por la tecnología. Es el caso, por ejemplo, de la violencia y la guerra: la mayoría de los jóvenes en occidente no han tenido de ellas una experiencia real, sino a través de la tecnología (cine, videojuegos). Esto implica en muchos casos una prioridad de lo virtual sobre lo real. Como ejemplo, sucedió que uno de nosotros paseaba con jóvenes por un pueblo abandonado, en el que muchas casas habían colapsado por el paso del tiempo; uno de los chicos afirmó “*¡Esto es como el Call of Duty!*”, un conocido videojuego de guerra que tiene por escenario, en ocasiones, un pueblo derruido. La realidad se toma así como imitación lo virtual, no al revés –el punto de referencia a partir del que se juzga la realidad es el videojuego. Habitual es también la proyección de lo virtual sobre lo real en el ámbito de las relaciones románticas, en el que los jóvenes arrastran expectativas y e imitan comportamientos que han visto en películas y series –o, quizás, en la pornografía.

Se da de este modo una afectación de lo real por lo virtual. Este proceso puede llevar a introducir en el comportamiento y en las relaciones sociales lógicas que no le son propias. Sucede así que, aunque externamente pudiera parecer que se hace una cosa, la mediación tecnológica modifica la lógica y la naturaleza misma de lo que se realiza. Pongamos otro ejemplo. Con la pandemia, muchas conferencias se han trasladado a Internet. Este cambio ha abierto posibilidades estupendas: por ejemplo, la de asistir a sesiones online con invitados que uno jamás habría podido escuchar en persona. No obstante, empieza a ser común no asistir a esas conferencias en directo, cuando son retransmitidas. ¿Por qué? Porque luego se suben a la *nube*, y pueden ser visualizadas cuando uno quiera... con una velocidad de reproducción mayor –es decir, en menos tiempo. Esta lógica de la eficacia, de visualizar productos a la carta y más rápido, se empieza a extender a documentales, podcasts y series: algunos jóvenes los ven a mayor velocidad, para consumir más en menos tiempo. Más allá de la astucia que implica, esto

supone un cambio en la lógica del descanso: este deja de ser un tiempo de relajación en el que uno recupera el ritmo “natural” de las cosas, y es introducido en la lógica del rendimiento, por la que uno se impone la necesidad de maximizar la cantidad de productos de entretenimiento en el tiempo disponible. El descanso, habitualmente definido por la calidad/cualidad de lo que se hace, pasa a ser definido por la cantidad de lo que se consume –incluso, podríamos decir, por un “esfuerzo” en el consumo. En ese contexto de maximización del rendimiento del descanso a nivel individual, se entiende también que el consumo de entretenimiento cada vez se realice más de modo solitario (McNally & Harrington 2017; O’Hara et al. 2007).

#### ***4.2. Hacia una personalidad fragmentada y polarizada***

Otro aspecto en el que la realidad queda configurada a partir de la experiencia virtual (de la mediación tecnológica) es la fragmentación de identidad personal, que afecta a las relaciones interpersonales, tanto online como offline. Ciertamente, también en la interacción cara a cara uno presenta facetas de su identidad en función del contexto: la parte más profesional en el trabajo, la parte más lúdica en el descanso, la más humana en la familia. No obstante, la naturaleza de lo presencial hace que haya frecuentes “interferencias” entre esas facetas de nuestra identidad: si uno está pasando por un mal momento familiar, es más fácil que sus colegas de trabajo lo perciban en la interacción cara a cara (esas ojeras, ese semblante preocupado) que cuando la relación se traslada íntegramente al ámbito digital. Esto sucede también en los ámbitos que dividen más a las personas, como la ideología, la política, o la religión. En la conversación personal con quien piensa distinto en esos ámbitos, es más fácil ver a la persona completa (con rostro, tono de voz, gestos y formas, etc.) que cuando la conversación se traslada al ámbito digital y todo lo que uno ve son unas opiniones expresadas en un texto, sin contexto personal y muchas veces sin una fotografía (verídica) del interlocutor. Lo que en el cara a cara es una discusión con alguien sobre algo

que nos divide, en la realidad mediada tecnológicamente se convierte más fácilmente en una discusión sobre opiniones despersonalizadas, en la que el otro solo existe como representante de unas ideas que no comparto. La mediación tecnológica, de nuevo, dificulta la lógica del diálogo y facilita la lógica de la confrontación, como puede observarse con demasiada frecuencia en foros como Twitter.

Esta deshumanización es una de las causas detrás de la creciente polarización social, en la que España ocupa la cabeza entre las democracias occidentales (Gidron et al. 2018).

##### ***5. Cómo nos percibimos a nosotros mismos en ese mundo: la objetivación de la intersubjetividad y la intimidad***

En este mundo estructurado desde lo virtual y en un contexto de polarización, es pertinente retomar la aproximación fenomenológica con la que comenzó este trabajo. Se partía de una vivencia de la temporalidad y la espacialidad centrada en el frenesí y la deslocalización, en combinación con un procesamiento de la información que estimula situaciones próximas a la adicción y a la sobreestimulación. En este contexto la vivencia de la propia subjetividad y de las otras subjetividades se ve también afectada. Esencialmente, se produce un fenómeno de objetivación de la subjetividad, del yo, que parece estar más “a la mano” que nunca.

La inmediatez que caracteriza a la tecnología implica que es necesario alimentar nuestra proyección hacia fuera constantemente, pues al ser todo tan efímero, solo existimos cuando actualizamos nuestra imagen digital. Decía Berkeley, filósofo británico, que ser es ser percibido (Berkeley, 1985: 43). La actualidad es total: a pesar de que al volcarnos en las redes sociales vamos construyendo lo que ha venido a llamarse *identidad digital*, la propia existencia digital necesita del constante ser percibido –ser leído, *retwitteado*, compartido, etc.– para mantenerse real. Este fenómeno del volcarse hacia fuera es recogido muy bien por el concepto de *extimidad*, acuñado por Lacan, que tiene que ver con la exhibición de lo íntimo (Miller, 2011: 14).

Este volcarse hacia fuera implica una especie de alienación, la subjetividad queda atrapada en una objetivación, se cosifica. El sujeto puede verse desde fuera, pues se ha concretado en esta imagen digital, la cual adquiere vida propia, y puede ser almacenada, procesada y medida. El medio de las redes sociales es lo virtual, que es ese “espacio sin espacio”, que tiene una cierta entidad propia. Al salir de mí, vuelco en las redes sociales parte de mi yo, pero se produce ese fenómeno de enajenación, pues eso que he volcado desde mí, ya no soy yo, ha adquirido una consistencia al margen de mí mismo. Decía el filósofo Leonardo Polo “el yo pensado no piensa” (Polo, 2006: 174), mostrando que el yo que conceptualizamos no es el yo real. En la misma línea, el yo objetivado de las redes sociales, es una captura parcial y estática de una realidad mucho más rica. El problema es que esta distinción no siempre es clara: se puede acabar interpretando papeles que se olvidan que son tales. Es un cierto volver de nuevo a la caverna platónica, pensando que lo que somos son las sombras cuando son un pobre reflejo de lo real. Lo que plasmamos en lo virtual no es más que una sombra, por eso la comunicación siempre tendrá una cierta pobreza.

La *intimidad* hace referencia a la hondura de la subjetividad, a un modo de ser que tiene carácter reflexivo y es capaz de habitarse. Ese más de la persona no puede ser codificado digitalmente, porque precisamente lo digital iguala, se ocupa solo de lo general. Incluso la llamada *personalización*, no es más que aplicar distintas entidades generales. Los filtros fotográficos, las etiquetas, etc., no son más que herramientas que cualquiera puede usar, y que obliga a la subjetividad a pasar por esos moldes preestablecidos. Esto no es problema si fuera totalmente posible utilizar estos canales como mediaciones puntuales, pero son tan omniabarcantes –recuérdese la vivencia de la espacialidad que deviene en deslocalización– que resulta difícil que no mediaticen la comprensión del propio yo, especialmente a edades donde la propia identidad se está forjando y constituyendo.

Sin embargo, el ser humano no es un ser aislado y solitario, sino que es constitutivamente intersubjetivo. Es un ser relacional, y esto se transfiere a

las mediaciones tecnológicas, cuya expresión principal son las llamadas precisamente redes sociales. No obstante, ¿quién es el interlocutor en ese ámbito? ¿mis amigos? ¿mis relaciones cercanas? En gran parte sí, pero no solo, y en eso radica el éxito de las redes sociales. La diferencia entre mandar un email a mis contactos y poner un texto en *Facebook* salta a la vista. En el segundo caso, he arrojado frente al mundo parte de mí, pero ese mundo que hace de interlocutor no son unas personas concretas reconocibles, sino que tiene un halo misterioso en el que quedan recogidos los otros, los conozca o no. Es lo mismo que ocurre en la televisión, yo actúo frente al mundo, y por eso construyo un cierto papel, doy una imagen. En las redes sociales nos vemos obligados a construir con cuidado una imagen para un interlocutor en parte indefinido. Se trata de vivir *en directo*, obligándonos a estar muy pendientes de la apariencia proyectada, pues el interlocutor puede ser muy amplio y variado.

En todo esto hay una doble mentira: no somos solo lo que puede ser proyectado en el mundo virtual, y además, nuestro valor como personas no tiene nada que ver con el juicio del espectáculo que se produce en las redes sociales. La necesidad de ser confirmados en nuestro valor a través del juicio externo ha alcanzado cotas insospechadas. Esto no se refleja únicamente en las redes sociales, sino también en otros fenómenos como los formatos televisivos de concursos de talentos, donde el centro es someter una habilidad o un talento al juicio objetivo de unos expertos, o en su caso, de la mayoría. La sociedad del espectáculo, cuyos peligros ya fueron puestos de manifiesto (Cortina, 2008), combinados con una mediación tecnológica digital cada vez más creciente, amenazan a la capacidad de la subjetividad de vivir desde sí. Ya decía Pascal que “la infelicidad del hombre se basa en una sola cosa: que es incapaz de quedarse quieto en su habitación” (Pascal, 1986: 25). La verdadera intersubjetividad no es lo opuesto a la intimidad, sino que solo una intimidad que vive su riqueza es capaz de establecer relaciones verdaderamente personales, y no conexiones digitales objetivadas.

## 6. *En conclusión: tomar conciencia de la mediación*

Quizá este análisis realizado haya podido sonar en cierta medida como una posición tecnofóbica, casi una especie de grito profético de los males de la tecnología. Nada más lejos la intención de los autores. Las ventajas y aportes que la tecnología hace a la vida actual son innegables, además de que, como ya se ha comentado, en este trabajo se comprende la tecnología no como cosa, sino como mediación humana con su medio de carácter intrínseco. Es decir, no cabe presentar la posibilidad de *prescindir de la tecnología*, pues es parte de lo que significa ser humano. No obstante, lo que sí cabe es precisamente es un acercamiento crítico a esta mediación tecnológica, donde la razón fundamental es que *no somos solo mediación tecnológica*. En este sentido cabe un desarrollo tecnológico que obture otras dimensiones humanas, y esto es lo que se ha intentado poner de manifiesto en este trabajo.

En el primer apartado se ha puesto de manifiesto cómo la vivencia de la temporalidad y la espacialidad humana puede verse arrastrada a extremos que a los que la propia tecnología tiende pero que no ayudan al ser humano en su conjunto: el tiempo frenético y rápido o la disolución del pasado atentan contra la condición encarnada del ser humano (Urabayen, 2001: 89). En la misma línea, en el segundo apartado, se muestra cómo este modo de ser de la tecnología implica la activación de procesos psicológicos y neurológicos que tienden a la adicción –o caen en ella directamente– por lo que también son perjudiciales para el ser humano en tanto ser autónomo. En el tercer apartado se extiende la reflexión a la estructuración del mundo que surge desde lo digital, que se centra en el fenómeno de lo virtual –que profundiza en esa desencarnación antes mencionada– y la polarización creciente, que dificulta el diálogo fructífero y la construcción de una sociedad cohesionada y colaborativa. Por último, el cuarto apartado se hace eco de todo lo anterior para mostrar a un nivel fenomenológico cómo la vivencia de la propia subjetividad se ve dificultada por la objetivación constante que necesita la tecnología para funcionar, y cómo esto afecta también a la condición intersubjetiva del ser humano.

¿Cuál es el problema de fondo en todo esto? Que la mediación ya no media, sino que ha adquirido una consistencia propia y reclama ser algo más. La tecnología ya no es solo medio, sino que se convierte en fin. De esta manera, se invierte el proceso y el creador se convierte en criatura. La tecnología, cuyo fin es potenciar y abrir al ser humano a la realidad y a otros seres humanos, puede terminar subyugando al propio ser humano y requiriendo una atención y una dedicación propias, que son ajenas a una herramienta. Puede ir modelando al ser humano a su imagen y semejanza, y de este modo, se transfieren comportamientos y actitudes tecnológicos al ser humano –como el frenesí y la deslocalización– que no favorecen del todo el desarrollo humano, pues surgen de una lógica diferente. En conclusión, la transformación de la vida humana que la tecnología está produciendo en el mundo humano no es negativa en sí misma, pero, en cuanto va camino de absolutizarse, genera un reduccionismo que recorta al ser humano y ejerce violencia con lo que él es. No se trata de demonizar la tecnología y todos sus logros y avances, tan positivos para la humanidad, sino de no olvidar el *más del ser humano*, que integra pero no se reduce a la lógica de la tecnología. Esperamos que este texto contribuya al diálogo crítico en torno al papel de la tecnología en el desarrollo humano, que requiere de una aproximación interdisciplinaria para lograr una verdadera visión humanizadora.

### ***Bibliografía***

Andreassen, C. S., Billieux, J., Griffiths, M. D., Kuss, D. J., Demetrovics, Z., Mazzoni, E., & Pallesen, S (2016), «The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study», *Psychology of Addictive Behaviors: Journal of the Society of Psychologists in Addictive Behaviors*, 30(2), pp. 252–262. <https://doi.org/10.1037/adb0000160>

Berkeley, G., *Principios del conocimiento humano*, Barcelona: Orbis.

Boubeta, A. R., Ferreiro, S. G., Salgado, P. G., & Couto, C. B. (2015). «Variables asociadas al uso problemático de internet entre adolescentes», *Salud Y Drogas*, 15(1), pp. 25–38. <https://doi.org/10.21134/haaj.v15i1.223>

- Cappuccio, M. L. (2017), «Mind-upload. The ultimate challenge to the embodied mind theory», *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 16(3), pp. 425–448. <https://doi.org/10.1007/s11097-016-9464-0>
- Cortina, A., (2008) *La Escuela de Fráncfort. Crítica y utopía*, Madrid: Hermeneia.
- Gidron, N., Adams, J., & Horne, W. (2018). *How ideology, economics and institutions shape affective polarization in democratic polities*. Annual Conference of the American Political Science Association.
- Heidegger, M. (1997), *Ser y tiempo*, Santiago de Chile: Editorial Universitaria.
- Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas. (2020). *Las drogas, el cerebro y la conducta: bases científicas de la adicción*. Publicación digital.
- Laercio, D. (2013), *Vida y opiniones de los filósofos ilustres*, Madrid: Grupo Anaya.
- McNally, J., & Harrington, B. (2017). *How millennials and teens consume mobile video*. Proceedings of the 2017 ACM International Conference. <https://doi.org/10.1145/3077548.3077555>
- Miller, J.A., (2011), *Extimidad*, Barcelona: Paidós.
- Montag, C., Sindermann, C., Becker, B., & Panksepp, J. (2016), «An Affective Neuroscience Framework for the Molecular Study of Internet Addiction», *Frontiers in Psychology*, 7(1906), pp. 1-13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01906>
- Moral, M. de la V., & Suárez, C. (2016), «Factores de riesgo en el uso problemático de Internet y del teléfono móvil en adolescentes españoles», *Revista Iberoamericana de Psicología Y Salud*, 7(2), pp. 69–78. <https://doi.org/10.1016/j.rips.2016.03.001>
- O'Hara, K., Mitchell, A. S., & Vorbau, A. (2007). *Consuming video on mobile devices*. Proceedings of the SIGCHI Conference. <https://doi.org/10.1145/1240624.1240754>
- Ortega y Gasset, J. (1914) *Meditaciones del Quijote*, Madrid: Biblioteca de la Residencia de Estudiantes, Madrid.
- Pascal, B., (1986), *Pensamientos*, Madrid: Planeta.
- Polo, L. (2006), *Hegel y el posthegelianismo*, Pamplona: Eunsa.
- Ricoeur, P. (1990), *Freud, una interpretación de la cultura*, Madrid: Siglo XXI.
- Toranzo, F. E., Marín, G. A., & Morán, C. G. (2018), «Relación entre las Bases Neurobiológicas de las Adicciones a Sustancias y las Tecnoadicciones», *Anuario de Investigaciones de La Facultad de Psicología*, 3(3), pp. 560–568.
- Urabayen, J. (2001), *El pensamiento antropológico de Gabriel Marcel: un canto al ser humano*, Pamplona: EUNSA.

*¿Está afectando el desarrollo tecnológico a nuestro ser en el mundo?*

Mikel Ostiz Blanco  
mostizb@unav.es  
Javier García-Manglano  
jgmanglano@unav.es  
Claudia López Madrigal  
clopez.30@unav.es

