

Juzgamos automáticamente, con el gatillo rápido de nuestros prejuicios y nuestros estereotipos, la versión más abreviada de nuestra pereza mental.

Me importas, pero poco

Antonio Oria de Rueda (M)

Una de las consecuencias a las que aboca la vida en lo virtual como real es la progresiva **erosión de la empatía** como base natural de la relación social. Cuando el Otro no está ahí, es más fácil desentendernos de él. Cuando el otro no es el otro, sino su avatar, es menos comprometido utilizarle o abusar de él. Si la máquina me maneja a mí, está estableciendo unas reglas de juego para las relaciones sociales. No es que no importe que yo te quiera manejar, es que es la manera normal de relación, dentro de la lógica del sistema. Es lo que la red social pide.

La red también te pide que te pases la vida **juzgando** a los demás. El juicio está en la base de la comparación y es el modo en que planteas la relación con los demás cuando abres un post.

<https://www.lifecoachspotter.com/treat-others-social-media-tells-lot-personality/>

No me interesa tanto ver qué has hecho. Me interesa juzgarte. El juicio al otro como forma de organizar la relación impide, desde el principio, emocionalmente, la consideración de su verdad, de sus razones, de sus atenuantes. Juzgar es para condenar (si no, ¿dónde está la gracia?). Y no puedo condenar lo que pasa, sino lo que parece que pasa. No puedo examinar la cuestión con detalle. Para eso, necesitaría tiempo. Y el tiempo no es una posibilidad aquí, porque el tiempo tiene que ser ya, y **lo que no es ya, no es.**

Juzgamos automáticamente, con el gatillo rápido de nuestros prejuicios y nuestros estereotipos, la versión más abreviada de nuestra pereza mental. Y así, post a post, nos enfadamos más fácil, nos hacemos más controladores, más narcisistas.

Hay otra razón más que agrava esta condición. Se trata de que lo que triunfa en las redes,





lo que se hace viral, lo que genera un montón de respuesta, es **agredir** al otro, a los otros. En principio, a todos los que no sean como tú. Eso es *funny*.

A ver. El conflicto es la materia prima del relato. En nuestras culturas occidentales del norte del mundo, cuando alguien trata de conseguir un objetivo y otro alguien se opone a que lo consiga, surge una historia. Pero cuando necesitamos contar una historia en siete segundos, entonces necesitamos recurrir al conflicto basto, burdo, rápido, al golpe maestro sin posibilidad de reflexión ni consecuencias.

En el mundo virtual real, no hay nada más divertido que mostrar al otro como alguien ridículo, estúpido, infeliz. Lo que más feliz nos hace es la desgracia del tonto.

Es verdad, los tontos del pueblo siempre se reían

del tonto del pueblo, no vamos a engañarnos. Pero cuando no había una vieja delante. O se arriesgaban a que la vieja los corriera a gorrazos.

En Instagram no hay viejas. No hay peligro.

(En la visión más pesimista, tampoco hay viejas ya en la vida real. Y, cuando aparecen en la virtual, suele ser para reírse de ellas, de formas más o menos sutiles).

Va menguando nuestra capacidad de empatía. El problema, es que la empatía con el otro es el modo de construir empatía con nosotros mismos, es la manera de sentar las posaderas de nuestra autoestima. Se podría decir que empatía y autoestima son dos caras de la misma moneda. Al decaer la capacidad de sentir al otro, se desmorona también nuestra ambición de **aceptarnos**. En la vida social no real no hay espacio para nuestras imperfecciones, nuestras debilidades, nuestras amarguras interiores. Y así no hay quien pueda sentirse bien.

Se define el sesgo de confirmación como la manera de procesar información a través de los grupos y las personas cuyas creencias coincidan con las tuyas. Se ha demostrado que los humanos somos generalmente más empáticos y comprensivos cuando conversamos con el otro cara a cara. Pero, en las redes, tendemos a escondernos tras la pantalla: nos lanzamos a juzgar a los otros sin pensarlo. los contenidos que colgamos que reciben el mayor número de visitas son los que hacen risas de momentos negativos y vergonzosos, dando la impresión de que el sufrimiento de otra persona es algo divertido. Hay estudios que muestran que juzgar al otro es una respuesta involuntaria que se hace sin pensar y que los individuos que carecen de una autoimagen positiva son más dados a juzgar negativamente a los demás.

<https://www.movethisworld.com/mental-health-awareness/2019-1-15-how-social-media-impedes-empathy/>

Este artículo pertenece al reciente libro del autor *¿Qué te pasa? Tú, el otrotenimiento y el final de la realidad*, editado por Editorial Popular.

