

Por qué echamos tanto de menos a los desconocidos

CRISTÓBAL BLEY, LA TERCERA, SANTIAGO DE CHILE, JUEVES 28 DE MAYO DE 2020

La publicación más popular en el Instagram de Frannerd, artista chilena que vive y trabaja en Nueva York, es una breve reflexión ilustrada que tiene más de 57 mil likes y superó los 450 comentarios. La hizo el 10 de abril, cuando la cuarentena y el encierro se vivían con intensidad en el hemisferio norte, y termina con esta frase: “Nunca pensé que te echaría tanto de menos, desconocido. Espero mucho volver a verte”.

Ya sabemos cuán importante es para nuestra salud mantener vivas las relaciones más cercanas: está comprobado que con solo escuchar la voz de los padres o de un mejor amigo el ánimo y el bienestar mejoran. ¿Pero qué pasa, durante el confinamiento, con aquellas relaciones que se dan en la calle, en el espacio público, con gente aleatoria en una fiesta o arriba de una micro? ¿Por qué echamos de menos, como dice Frannerd, a gente que apenas conocemos?

A este tipo de relaciones, efímeras o poco frecuentes, el amigo de una amiga o el quiosquero cerca del paradero, en sociología se las conoce como “vínculos débiles”. El término —weak ties, en inglés— fue acuñado en los setentas por el sociólogo Mark Granovetter que demostró que así como los vínculos fuertes —la familia, los amigos o los compañeros de trabajo— son fundamentales en nuestras vidas, las conexiones más distantes o “débiles” —como los conocidos o el cajero del minimarket— resultan también importantísimas para nuestro desarrollo. “Estos vínculos débiles”, escribió el sociólogo, “nos dan muchas oportunidades: son muchas veces el detonante en nuestras vidas para nuevos proyectos, trabajos e ideas”. Por eso no es raro echar de menos experiencias gregarias que quizá, antes de la cuarentena, habríamos elegido evitar: andar en metro, hacer fila para el baño en una discoteque, caminar entre una multitud por el centro o esperar tu turno en la cafetería.

“Esos encuentros te dan la sensación de ser visto y reconocido por un otro, elementos muy importantes para la autoestima”, dice Susana Romero, psicóloga del Centro Cetep, especialista en trastornos de ansiedad. “Te hacen sentir conectado y a gusto con tu entorno”. A diferencia de los vínculos fuertes, que son los pilares de nuestra vida social pero resultan muy demandantes y exigentes emocionalmente, Romero explica que los débiles, al ser más livianos e informales, requieren de una menor inversión de energía. “Solo con una sonrisa puedes dar y recibir buena onda. Es una gratificación más instantánea, y sin ella, los niveles de satisfacción bajan y se resta bienestar. Hoy, en cambio, sales a la calle rápido, con sospecha, todos tienen los rostros ocultos, no hay sonrisas ni miradas. Es como ir al supermercado y que las góndolas estén vacías. Una gran desilusión”.

“Los vínculos débiles tienen harta importancia en los modelos de teoría de redes en sociología”, dice el sociólogo Matías Bargsted, de la Pontificia



Durante el confinamiento extrañamos también las relaciones poco intensas que se dan en el espacio público.

Universidad Católica de Chile. “Son personas que transmiten o que conectan a otras socialmente diversas. Los lazos débiles tienen esta riqueza de exponerte a información social distinta a la que uno no está habituado y que no circula mucho en tu red de amigos o familiares más cercanos”.

Son relaciones, como dice la psicóloga Susana Romero, que nos complementan y nos sacan de la burbuja. Y posiblemente ahí radica una de las principales consecuencias de perder los vínculos débiles: encerrarnos aún más en nuestros círculos íntimos, donde solo nos conectamos con personas que piensan igual o han tenido experiencias de vida similares a la propia. Un fenómeno que ya se venía percibiendo en las redes sociales, donde la gente suele interactuar con personas similares a ella, o informarse a través de canales afines con sus visiones de mundo. “En ese sentido — apunta Bargsted— la pandemia cae en un mal momento en Chile. Al reforzar relaciones sociales íntimas y romper la frecuencia con que se establecen vínculos débiles, podría eventualmente reducir la exposición a información social diversa. Y eso alimenta lo que venía de antes con el estallido social: este clima de discusión ideológicamente más rígido que tenemos”.

¿Hay alguna forma de contrarrestar esto? ¿Cómo podríamos promover el encuentro con extraños, o gente fuera de nuestro círculo, si la instrucción más importante es quedarse en la casa sin ver a nadie? “Se podrían activar las redes sociales pero de otra manera”, sugiere Susana Romero. “Tratar de conectar con personas que se dediquen a lo mismo que uno —o que compartan gustos o aficiones— o simplemente reconectar con conocidos a los que no vemos hace tiempo”. De alguna manera, reemplazar estos encuentros virtualmente. Para eso, dice, es necesario sacarse los prejuicios y simplemente escribirle a esa persona: “Oye, me acordé de ti, ¿cómo has estado?”.

A Romero le ha pasado: le llegan de pronto saludos a través de LinkedIn de excolegas, con los que hace muchos años trabajó, y que le suben el ánimo de inmediato. “Ahí pienso: ‘pucha, ¡qué rico!’. Significa que dejé una buena impresión en ellos”.

ENTRAMOS EN EL TEMA

1. ¿Con cuántas personas has hablado hoy, hasta este momento? Clasifícalas en familiares, amigos, compañeros de trabajo/estudio y (casi) desconocidos. Compara los datos con tus compañeros.
2. Cuéntales a tus compañeros de qué hablabas con desconocidos antes de la pandemia.

LEEMOS EL TEXTO

3. Después de una primera lectura, haz una lista de todas las características de los vínculos débiles. Después, reflexiona sobre ellas y amplíalas y modifícalas de acuerdo a tu propia situación.
4. En conversación (virtual o presencial) con un compañero, compara tus reflexiones con las de él/ella.
5. ¿Por qué, en Chile en estos momentos, la falta de contactos con desconocidos es un problema aún mayor que en otros lugares?

MANEJAMOS LA LENGUA

6. Con ayuda de un diccionario y de internet, explora las siguientes palabras que aparecen en el texto. Tu docente te ayudará a comenzar.
 - Relación
 - Vínculo
 - Conexión
 - Encuentro
 - Lazo

HABLAMOS

7. ¿Eres una de esas personas que entabla contacto con desconocidos con facilidad, o te cuesta hablar con ellos? Explícaselo a tus compañeros con algún ejemplo.
8. ¿Has notado si en otros países, con otras lenguas y culturas, entablar contacto con desconocidos es más fácil, más difícil o simplemente diferente?