

¿Sufres «ghosting»? Tal vez te interese leer ésto

Publicado el [El Informatico](#) - 5 de enero de 2023 -



Con la llegada de las «nuevas» (o no tan nuevas pero más accesibles) tecnologías, llegan nuevos fenómenos sociales. A éstos fenómenos se le suma ahora el fenómeno del 'ghosting'. Probablemente te preguntes, ¿Qué es el ghosting?

El 'ghosting' es cuando una persona deja de hacerte caso, normalmente cuando empieza a ignorarte. Aunque ésto se puede aplicar fuera del ámbito de la tecnología, se usa este término más comúnmente cuando la persona en cuestión deja de responderte por un canal de comunicación digital como, por ejemplo, whatsapp, telegram, twitter, facebook, instagram, etc.

Normalmente, desde nuestro punto de vista, tendemos a pensar que ésta persona nos está ignorando. Sabemos que está ahí, pero no nos responde. Es posible que sea así el caso, pero **lo que no nos paramos a pensar es que esa persona no necesariamente tiene que estar con el móvil pegado a la cara (o a la oreja) todo el día, y que a lo mejor sólo está desconectando.**

El problema: La gente pasa demasiado tiempo pegada al

móvil

En pocas décadas hemos pasado de rara vez usar un teléfono móvil, a convertirse en una herramienta imprescindible en el día a día de la gente. Mucha gente pasa, desde que se levanta hasta que se acuesta, e incluso en la cama, hablando con el móvil por el *whatsapp*. Seamos honestos, y pregúntate, ¿Cuánto tiempo pasas hablando por el móvil? Seguro que más de lo que te hubieras imaginado.

Cada vez es más la gente que camina distraída por la calle, móvil en mano, hablando o incluso mirando videos en Youtube. Cuando vamos en el transporte público, tenemos el móvil en la mano. Cuando vamos de camino al trabajo o a casa, vamos con el móvil en la mano, hablando con los compañeros de trabajo o los amigos. Incluso en el coche, mucha gente, va con el móvil en la mano (con todo el peligro que eso conlleva). Y cuando llegamos a casa, ¿qué hacemos? ¿Ponemos la tele y después cogemos el móvil?

Este fenómeno antes se atribuía a la gente joven. Era lo normal. Las chavalas y chavales se sentaban en alguna escalinata o en algún banco del parque y se pasaban el día intercambiando mensajes con el móvil. Raro era en la época de los noventa que algún padre no tuviera algún susto con la factura del teléfono. Pero con el tiempo, la edad ha dejado de importar. Ahora todo el mundo actúa así.

Ha llegado a tal punto, que **la gente asume que el resto de la gente se tiene que pasar la vida pegada al móvil**. Y cuando no te responden al móvil, piensan es porque les están ignorando. Lo he visto en muchas ocasiones.

Os cuento una pequeña historia. Un día, esperando en el paso de peatones, un grupo de personas se pararon al lado mía, hablando. Naturalmente, al estar a mi lado, podía escuchar toda la conversación con claridad. Un hombre entonces, le dice a otro: «Le acabo de mandar varios mensajes, pero no me responde. ¡No sé qué estará haciendo todo el día!».

Es evidente que a éste hombre no se le pasó por la cabeza que quizá su contacto no estuviese atento al móvil en ese momento, o que quizá sólo quisiera desconectar un rato. La realidad es que **no tenemos que pasarnos la vida pegada al móvil**. Es más, me atrevo a decir, que **debemos dejar la adicción al móvil**.

No a todo el mundo le gusta estar con el móvil todo el día.

Hay gente a la que estar sin responder al móvil por mucho tiempo le produce ansiedad. Pero hay gente a la que le pasa todo lo contrario. El hecho de estar todo el día con el móvil produce ansiedad a éstas personas. Ese es, por ejemplo, mi caso.

El móvil me quita tiempo de hacer otras tareas, sean tareas importantes o no. Es una

distracción que te aleja de la realidad, del mundo que te rodea. Si vas por la calle con el móvil, no prestas atención a lo que hay a tu alrededor. Si vas en coche y vas con el móvil, te puedes imaginar por qué la DGT lo prohíbe. Si estás en casa, te quita tiempo de otras tareas, o incluso de proyectos personales, o simplemente te quita tu tiempo para desconectar y relajar después del trabajo.

Al final, a la larga, cuando una persona no tiene tiempo para hacer todo lo que desearía poder hacer, todo eso se traduce en estrés y ansiedad. Quizás incluso tú hayas sufrido más de una vez éste tipo de ansiedad, pero no te hayas dado cuenta de el por qué.

La realidad

Por ese motivo, algunas personas preferimos dejar el móvil aparcado, y responder sólo a determinadas horas o en determinados momentos. Aunque algunas personas como yo a veces nos olvidamos por completo del móvil y se nos olvida responder, hasta que lo hacemos.

Si, es posible que esa persona que no te responda, te ignore. Y quizás te ignore por algún asunto personal. Quizás ya no la caigas bien. Quizás ya no quiera hablar contigo. O quizás lo que quiere es desconectar del móvil, y centrarse en otras cosas.

Y quizás, tú también deberías de hacer lo mismo. ¡Haz la prueba! Desconecta el internet del móvil, deja el móvil en algún sitio donde no esté a tu alcance fácil. Lucha contra esa ansiedad que te dará el no responder al móvil durante 30 minutos. Dedícale sólo una o dos horas al móvil. Dedícate a otra cosa que no sea televisión y móvil, busca un hobby. Algo que te apasione. Prueba otras cosas. Y ya verás como tu salud mental acabará agradeciéndotelo.

Y a esas personas que te ignoran en el móvil, sobre todo parejas sentimentales y amigos, si puedes, queda con esas personas en la vida real. Ten una cita. Haced algo fuera del móvil. Y eso sí, el móvil, prohibido. Y si realmente te está ignorando, bueno... tendrás que aceptarlo y abandonar a esa persona. El mundo está lleno de gente, seguro que puedes encontrar nuevos (y puede que incluso mejores) amigos, o parejas.



ANTERIOR

Operaciones de punto flotante (Floating Point, o FP)

SIGUIENTE



Entradas Recientes

- [Estoy hasta las narices de la web moderna](#)
- [Ingeniería inversa básica con Ghidra](#)
- [Acerca de la nueva ley transgénero \(Y sobre la disforia de género\)](#)
- [Depresiones causadas por las redes sociales](#)
- [¿Necesito saber matemáticas para aprender informática?](#)
- [¿Es el fin de los discos duros tradicionales?](#)

Categorías

[Actualidad](#)[Android](#)[Básicos](#)[Ciberseguridad](#)[Clima](#)[Criptografía](#)[Electronica](#)[Emulación / Virtualización](#)[FOSS](#)[Hacking](#)[Hardware](#)[Informática](#)[Internet](#)[Juegos](#)[Opinion](#)[Otros](#)[Personal](#)[Privacidad](#)[Programación](#)[Tecnología](#)[Time Machine](#)[Tutoriales](#)

RSS

[Suscribirse al feed RSS](#)

[Inicio](#)[Catálogo](#)[PDFs](#)[Manuales](#)[Política de privacidad](#)

Política de Cookies
Acerca de mi
Acerca de ElInformati.co