

El ascenso de la insuficiencia en las redes sociales: la búsqueda incesante de *likes* y aprobación social

Edixela Burgos

Socióloga, Mención Summa Cum Laude (UCV, 2002), Magíster Scientiarum en Comunicación Social (UCV, 2008). Doctora en Ciencias Sociales, Mención Honorífica (UCV, 2020). Profesora Asociado en la Escuela de Sociología de la UCV, de la cátedra Comunicación, así como de talleres y optativas relacionados con la línea de Investigación: “TIC, sociedad y cultura”. Profesora en la Maestría en Comunicación Social (UCV-FHE 2016- 2018), Cátedra Teoría de la Comunicación I. Profesora en la Universidad Católica Andrés Bello (UCAB) de la cátedra Sociología de la comunicación (2016 al presente). Coordinadora de la Sub-Unidad de Asesoramiento Académico de la Escuela de Sociología-FACES-UCV (2010-2012). Investigadora del Centro de Investigación de la Comunicación (CIC-UCAB, 2019 al presente). Área de investigación: Estudios Sociales y Culturales de la comunicación.

eburgosp@ucab.edu.ve

<https://orcid.org/0000-0002-1040-2543>

Resumen

Este ensayo parte de la categoría “El ascenso de la insuficiencia” propuesto por K. Gergen para analizar el contexto de las redes sociales, especialmente lo concerniente a los *likes*, como una forma institucionalizada de reconocimiento social, para ello revisaremos algunas ideas de Randall Collins sobre los rituales de interacción y los procesos de institucionalización y legitimación de Peter Berger y Thomas Luckmann.

Palabras clave: rituales de interacción; redes sociales; institucionalización; legitimación.

The rise of insufficiency in social networks: the relentless search for likes and social approval

Abstract

This essay starts from the category “The Rise of Insufficiency” proposed by K. Gergen to analyze the context of social networks, especially concerning likes, as an institutionalized form of social recognition, for this we will review some ideas of Randall Collins on the rituals of interaction and the processes of institutionalization and legitimization of Peter Berger and Thomas Luckmann.

Keywords: interaction rituals; social networks; institutionalization; legitimization.

I.- Los sinuosos caminos de la insuficiencia¹

... no se puede negar que las redes despiertan otros temores como lo es el no ser suficiente, la comparación y la ansiedad por el futuro. (Estudiante femenina)

Gergen (2006) analiza la emergencia de las tecnologías de la comunicación y su desarrollo y expansión dentro de nuestra vida cotidiana a través de la posibilidad de establecer relaciones con una multiplicidad de personas, lo cual conduce al proceso de saturación social, y con ello aparece la colonización del yo y la multifrenia (escisión del individuo en una multiplicidad de investiduras del yo) en las relaciones sociales.

Uno de los rasgos esenciales que resalta de esta situación es *el ascenso de la insuficiencia*, ya que el individuo se ve acosado no solo por una multiplicidad ilimitada de vivencias, sino por la sutil manifestación de una sensación de insuficiencia y de duda sobre sí mismo, frente a lo que consideramos como “bueno”, “correcto” o “ejemplar”, debido a las diferentes perspectivas que provienen de las personas, medios e instituciones con las cuales nos relacionamos.

Las redes pueden engatillar pensamientos en uno. Las redes pueden crear una comparación constante con los demás, por su manera de ver, pensar y vivir. Por ende, las redes no son algo que te quitan las inseguridades y temores, más bien, son un lugar donde se exacerban. (Estudiante femenina)

Gergen ya nos advertía sobre cómo los medios nos arrojaban continuamente nuevos criterios para nuestra propia valoración y de cómo alcanzar el bienestar personal, pero el asunto se complejiza por la multiplicidad de valores, perspectivas y sentidos que pululan y discrepan entre sí; el sujeto se enfrenta continuamente al cuestionamiento de sus decisiones con relación a sus estilos de vida, debido precisamente a la diversidad de posibilidades para presentarse en los entornos sociales.

(...) en redes me da miedo (entendiendo que está mal y es un miedo no tan constante) que lo que publique o envíe no sea bien recibido, que no tenga un impacto interesante o que simplemente sea ignorado por absolutamente todos. (Estudiante masculino)

(...) al momento de ver y analizar las redes sociales son extremadamente tóxicas. Crean estándares de belleza irreales, pueden fomentar la desinformación de las personas. Son como un arma de doble filo. No todo el mundo sabe utilizarlas sin que estas afecten su manera de vivir y sobrellevar las situaciones. (Estudiante femenina)

¹ Algunas secciones de este apartado forman parte de un estudio exploratorio titulado: Esplendores y miserias de las redes sociales. (2022). Realizado por Burgos, E., Jaimes Quero, y Hernández Díaz. *Revista Comunicación*. N°. 199-200 (3° y 4° trimestre), pp.127-142.

EDIXELA BURGOS

Dentro del contexto de las redes sociales, nuestros entrevistados manifiestan sentirse constantemente cuestionados ante esa compleja multiplicidad de estilos de vida, perspectivas y sentidos que se hallan en los entornos virtuales, ante lo cual, emerge la perenne sensación de insuficiencia, ya que continuamente los contenidos que se comparten en las redes están bajo el escrutinio perenne de amigos, familiares, colegas y gente anónima. Además, en estos entornos la crítica gira alrededor de quién puede ofrecer la mejor versión de sí mismo, el que obtenga más *likes*, *retuit* y *view*, aunado a ello, se debe lidiar con el temor de ser *cancelados*, *bloqueados* y *vilipendiados en su dignidad como personas*. En estos escenarios la insuficiencia supone miedos, parálisis emocional y trastornos afectivos y psicológicos por sentir que nunca se dispone de la suficiente información, comunicación y conexión con los otros. Además, ante tantos estilos de vida y racionalidades, cómo se puede tener la certeza que tomamos las decisiones correctas según los escenarios que se nos presenten. Todo ello, supone un complejo panorama para los jóvenes, quienes se hallan tratando de pertenecer y adaptarse a tendencias que cambian perennemente, en un mundo caracterizado por lo transitorio y la vertiginosidad.

Bajo esta perspectiva, es interesante traer como referencia lo expuesto por el psicoanalista Hosh Cohen en el artículo: “La trampa del perfeccionismo” (2021) publicado en *The Economist*, allí el autor expone la incesante búsqueda de las personas por obtener la perfección en los diversos ámbitos de su vida, de ser mejores y más productivos, ya que se trata a fin de cuentas de conseguir la validación y reconocimiento de los demás, por ello incesantemente cuestionamos si estamos haciendo lo suficiente para alcanzar el éxito, dado que constantemente observamos a través de las redes sociales, tipos ideales de ser y estar en la vida social.

Bajo esta perspectiva, Cohen plantea que el perfeccionismo encuentra sus orígenes en la industria de la autoayuda en la década de 1930, centrada en la cultura de los *selfies* y la individualidad como el valor central; esto se verá reflejado en la perentoria búsqueda por ser mejores, pero sobre todo por obtener la validación de los demás, no se trata del goce que pueda sentir uno mismo con sus logros, se trata a fin de cuentas de cómo nos ven los otros, y dado que el mundo de las redes sociales es el nuevo espacio para expresar ese perfeccionismo, es común que ansiemos y nos sintamos plenos y felices cuando obtenemos reconocimiento de ese otro a través de un *likes*, *retuit* o comentario. “Cuando estamos abrumados por la vida y nos castigamos por nuestras deficiencias, una calificación estelar en un

examen o mil Me gusta en Instagram pueden brindar la sensación fugaz de que todo está bajo control” (Cohen, 2021).

Aunado a ello, Cohen considera que las redes sociales generan una presión adicional en los jóvenes por construir una imagen pública perfecta, intensificando con ello los sentimientos de insuficiencia. Ciertamente, cada época gira alrededor de valores e ideales específicos, lo que hemos presenciado en las últimas décadas es que esos ideales y expectativas se han vuelto diversos y profundamente contradictorios. En especial, porque pululan tantos criterios para calificar y tomar decisiones que se hace compleja la elección continúa, además los medios y las redes sociales son como un mago con una chistera, dado que lo que sale de ahí puede marcar una nueva pauta a seguir, una tendencia, una forma de ser y vivir, de vestirse, de sentirse, en fin, elecciones que no cesan de presentarse y, ante ello el autoescrutinio es indetenible.

Bauman (2017), en su disertación sobre la vida líquida expresaba la precariedad e incertidumbre como rasgos constantes de esa vida, sobre todo porque el sujeto vive con temor a estar desprevenido y de no poder seguir el ritmo de los acontecimientos, que vale decir se mueven con gran rapidez. “La vida líquida significa un autoescrutinio, una autocrítica y una autocensura constantes. La vida líquida se alimenta de la insatisfacción del yo consigo mismo” (p 14). La redefinición continua del sujeto también se halla promovida no solo por la multiplicidad de repertorios culturales, sino también porque en estos tiempos líquidos, la vida se organiza en torno al consumo, constituyéndose para Bauman en el nodo central de la vida social. El mercado continuamente ofrece un sinfín de estilos de vida y formas de pensamiento, tan disímiles y contradictorias entre sí, que es complejo para el individuo tomar decisiones, el único camino que les queda es de mantenerse tan flexible como el mercado lo determine, pero con la insuficiencia y el perfeccionismo a cuestas.

II. Los rituales de interacción en contextos no presenciales

Collins (2009) a través de los rituales de interacción nos permite comprender la realidad social desde la microsociología de la vida cotidiana, para ello se basa en los análisis de autores clásicos como Durkheim, Mead y Goffman. Collins, comparte la visión sobre el ritual que posee Émile Durkheim y Erving Goffman, en el sentido de considerarlo como “un mecanismo que enfoca una emoción y una

atención conjuntas, generando una realidad temporalmente compartida” (p.21). Los rituales se llevan a cabo en un proceso de interacción donde los participantes tienen un foco común y sus micro-ritmos corporales y emociones convergen recíprocamente.

Los rituales de interacción y sus cadenas es una teoría de las situaciones (por qué nos comportamos cómo lo hacemos), de los encuentros temporales de cuerpos, que a fin de cuentas, están cargados de emociones, precisamente por efecto de esas cadenas de encuentros vividos previamente. De ahí que Collins, considere que los rituales de interacción poseen cuatro condiciones iniciales:

- 1.- El ritual se lleva a cabo en un contexto de presencia corporal. La presencia del otro afecta recíprocamente el comportamiento de los individuos.
- 2.- En la interacción se establecen distinciones, los participantes conocen quienes forman parte y quiénes no.
- 3.- Los participantes al centrar su atención en un mismo objeto, adquieren una conciencia compartida sobre ese foco en común, estableciendo un sentimiento de pertenencia.
- 4.- Los participantes comparten un mismo estado anímico o experiencia emocional.

Para Collins, las dos últimas condiciones son vitales para el ritual de interacción, ya que se centra en el foco compartido y la emoción común, en especial porque una vez que los participantes toman conciencia de la actividad que comparten y experimentan, esa emoción común puede dominar dicha conciencia. La experiencia emocional a medida que se va desarrollando permite que los participantes experimenten solidaridad grupal y sentimiento de membresía, además de entusiasmo e iniciativa para la acción. En la interacción, los individuos se muestran reverentes con todos aquellos símbolos que representan al grupo del cual se forma parte y expresan sentimientos de moralidad (respeto y defensa).

Bajo esta perspectiva, Collins incorpora un elemento nuevo en los rituales de interacción, ya que las interacciones sociales no solo enfocan su atención sobre un mismo objeto, sino que también se centran en el estado emocional común. La efervescencia de las emociones otorgan a la interacción social bienestar y confianza (siempre y cuando el ritual se dé en las condiciones idóneas), esto nos ayuda a comprender precisamente la sacralidad que le otorgan los individuos a ciertas interacciones en su devenir social. La dimensión afectiva es un punto central en la teoría de Collins, en especial porque esas emociones demarcan el éxito o el fracaso de un ritual, ya que en este punto es vital el grado de correspondencia en los sentimientos compartidos, esto incidirá en que los interactuantes consideren la relación ritual efímera o por el contrario más duradera y significativa.

Dentro de esta visión del ritual, también se genera unos procesos de diferenciación en la forma cómo se posicionan los participantes, al respecto Collins nos habla de dos tipos básicos de ritual: los “rituales de poder” y los “rituales de estatus”. En los rituales de poder, el centro de la acción se sustenta en el proceso de dar y recibir órdenes, la energía emocional gira alrededor de sí en la acción se domina o se es sometido. En el caso de los rituales de estatus, lo importante es conocer si el sujeto pertenece o no al grupo social, y qué lugar ocupa en la perspectiva de ser reconocido y popular, o si por el contrario es un miembro que se haya marginado o en el peor de los casos excluido en el ritual. “Los individuos ganan o pierden energía emocional tanto en las interacciones de poder como en las interacciones de estatus” (Collins, 2009, p. 162), a fin de cuentas es vital observar el lugar que ocupa el sujeto, ya sea en el centro o la periferia del ritual.

Esta energía emocional es la encargada de evidenciar un intercambio emocional entre los individuos de un grupo determinado. Además, esta indica a las personas si se sienten bien o mal consigo mismas, en el marco de unos parámetros de comportamiento establecidos dentro de un grupo determinado. (Rizo, 2015, p. 54)

En nuestro caso, los rituales de estatus nos ofrecen una perspectiva interesante para abordar el tema de las redes sociales y su incidencia en la insuficiencia, en especial por la búsqueda incesante de pertenecer el individuo cae en la trampa del autoescrutinio sistemático y el perfeccionismo. Por supuesto, se debe considerar que para Collins y Goffman el ritual de interacción es esencialmente un proceso corporal, porque convergen los cuerpos en un mismo lugar y pueden implicarse en la atención compartida y la consonancia emocional. Para estos autores el contexto cara a cara representa una condición sine qua non para concentrar la atención y emoción, pero qué pasa en el contexto de las comunicaciones mediadas y en los espacios digitales, donde si bien el *otro* no comparte el mismo espacio físico, sí se generan emociones, lazos de solidaridad, símbolos, membresías, aspectos que vale decir forman parte de los rituales de interacción.

En este sentido, nos encontramos frente a rituales de interacción no presenciales que poseen efervescencia emocional y logran captar la atención de los individuos, generando una participación ritual. En estos casos podemos hablar de comunicación recíproca, intersubjetividad y consonancia colectiva, porque en los rituales que se gestan en la virtualidad apelan a otros tipos de lenguajes,

códigos y significados, “La creación de lenguajes propios, así como la posibilidad de focalizar la atención y de intensificar la experiencia emocional, generan interacciones ritualizadas que, del mismo modo que las que son presenciales, construyen sus propios centros y periferias” (Martínez y Pecourt, 2019, p.126).

En el caso de las redes sociales digitales, el ascenso de la insuficiencia y el perfeccionismo se orientan con el intercambio emocional, así no exista un contexto físico de co-presencia, dado que las personas pueden sentirse bien o mal de acuerdo a un conjunto de aspectos estipulados en dichas redes, verbigracia lo que ocurre con las publicaciones que hacen los individuos, dado que es crucial como membresía del grupo, obtener la mayor cantidad de *likes*, *retuits* y comentarios, sobre todo sin van en consonancia con emociones positivas, pero sabemos que la insuficiencia se asoma en el momento que dichas publicaciones no obtienen la visibilidad y popularidad que la red social establece como el deber ser a seguir.

Los sujetos constantemente adaptan sus perfiles digitales a lo que socialmente se espera de ellos, dado que cada red social digital tiene sus propios parámetros sobre lo que se *debe* publicar. En este punto, es interesante la forma cómo los sujetos le dan valor y sacraliza ciertas pautas para formar parte de la interacción ritualizada digital, todo ello tiene su razón de ser en el hecho que las tecnologías como lo afirma Gergen (2002) se introducen continuamente en la matriz de la vida cultural y en las distintas subculturas, por ello podemos considerar que la presencia corporal no se constituye necesariamente en un elemento imprescindible en el proceso ritual, a diferencia de lo que piensa autores como Collins y Goffman:

En general, estos autores presentan la comunicación mediatizada como una alternativa a la comunicación presencial, pero la sitúan siempre en un plano de inferioridad; no conciben que pueda favorecer las “relaciones fuertes” que, según ellos, sí se producen en los encuentros presenciales. (Martínez y Pecourt, 2019, p.124)

Las innovaciones tecnológicas y la proliferación de dispositivos que ofrecen conectividad móvil, permiten establecer otras dinámicas de interacción social con una significativa carga emocional que da lugar a otros tipos de pautas y distinciones que marcan los rituales que se gestan en el ámbito digital. Estos espacios son importantes para comprender cómo opera la insuficiencia en los actuales tiempos,

porque en estos contextos también proliferan las relaciones de poder, status y estrategias para posicionarse en las redes sociales digitales.

Los individuos persiguen obtener status y ser influyentes a través de sus cuentas en las redes, pero se encuentran constantemente sometidos a tendencias y críticas férreas, para sentir que están y forman parte de ese mundo digital, pero el precio a pagar es que constantemente estos medios digitales exponen a los sujetos a nuevos y contradictorios criterios para ser calificados. Ante esta búsqueda incesante por cumplir con lo que socialmente se establece como: *bello, bueno, estar a la moda, ser productivo, ser exitoso*, entre otros, el sujeto se halla ante constantes encrucijadas y dilemas que lo lleva a vivir bajo la mirada de la insuficiencia e insatisfacción.

III. Institucionalización y legitimación: Validación y reconocimiento por parte de los demás

Para los autores Berger y Luckmann (2003) la realidad se construye socialmente y el papel que desempeña la sociología del conocimiento es comprender por qué se producen estos procesos. La realidad es producto de las estructuras y relaciones sociales, además de los hábitos tipificados, pero también en este proceso, los sujetos realizan una interpretación del mundo a partir de símbolos, internalización de roles y construcción de identidades. Esta relación dialéctica que se produce entre los individuos y la sociedad se gesta a través de tres pasos: externalización, objetivación e internalización. “Por externalización hay que entender que la sociedad es un producto de la actividad humana. Por objetivación hay que entender que la sociedad es una realidad objetiva. Y por internalización el que el ser humano es un producto social” (p. 294).

En el caso de este ensayo, queremos abordar someramente los pasos de la objetivación (institucionalización y legitimación) e internalización (procesos de socialización) para comprender el ascenso de la insuficiencia desde la perspectiva de Berger y Luckmann.

Con respecto a la institucionalización, la actividad humana al encontrarse sujeta a la habituación, el sujeto tiende a repetir acciones que conducen al aprendizaje y permite perfeccionarse en determinadas tareas. Al ser acciones que se hacen de forma rutinaria, las mismas se convierten en un hábito y el sujeto no debe elegir constantemente entre un número ilimitado de opciones. Dicha habituación se

EDIXELA BURGOS

considera como un antecedente de la institución, ya que los individuos viven la realidad como objetiva, externa a ellos y a su propia voluntad, generando con ello el proceso de reificación. En la realidad cotidiana, el mundo intersubjetivo que se comparte con otros, se evidencia a través de la relación “cara a cara”, dado que a través de esta forma de interacción se vuelve real para los sujetos debido a su proximidad, pero esta interacción cara a cara se lleva a cabo a través de las tipificaciones que se configuran a partir de las actitudes habitualizadas de los individuos.

Cuando dos personas se conocen, se genera un proceso de aprehensión sobre el otro tipificando sus acciones, cada uno de ellos le otorgará un sentido a la forma cómo percibe al otro, esto posteriormente derivará por ejemplo en la asignación de roles, el trabajo, la sexualidad, entre otros. “La estructura social es la suma total de estas tipificaciones y de las pautas recurrentes de interacción establecidas por intermedio de ellas. En ese carácter, la estructura social es un elemento esencial de la realidad de la vida cotidiana” (Berger y Luckmann, 2003, p. 49-50).

Todavía en este momento no se pueda hablar de una institución, pero según lo explicado por nuestros autores, una vez que dos personas tengan hijos y estos les transmiten sus costumbres, se puede hablar de una institución, dado que se ya se ha transmitido a una nueva generación,

Esto significa que las instituciones que ahora han cristalizado (por ejemplo, la paternidad, tal como se presenta a los hijos) se experimentan como existentes por encima y más allá de los individuos a quienes "acaee" encarnarlas en ese momento. En otras palabras, las instituciones se experimentan ahora como si poseyeran una realidad propia, que se presenta al individuo como un hecho externo y coercitivo. (p.78)

Dentro del proceso de institucionalización es necesario desarrollar mecanismos de control social, para ello es decisivo que las instituciones invoquen autoridad sobre los individuos, independientemente de los significados que subjetivamente le atribuyan, ya que se trata que los individuos lo vivan como un hecho objetivo y externo. En este punto, se considera que se ha efectuado el proceso de internalización a través de la socialización, y puede hablarse del mundo social, pero este mundo institucional requiere de legitimación con el fin de poder justificarse.

Con la virtualización de los vínculos sociales, nos atrevemos a considerar que las redes sociales digitales se han constituido en instituciones que vinculan y conectan con diversos grupos sociales, que

EDIXELA BURGOS

comparten significados como comunidad y establecen pautas que configuran e inciden sobre los procesos de sociabilización. Ya no se requiere la interacción cara a cara para las tipificaciones de las acciones habitualizadas, porque en las redes sociales los contenidos que compartimos hablan (en parte) de lo que somos y de nuestra perspectiva de la vida, pero también los contenidos de los otros nos comunican significaciones, pero todo ello ocurre en el escenario de la vida digital, es decir nos presentamos de cierta forma de acuerdo a lo que se espera de nosotros en cada red social. Las redes sociales tienen políticas normativas de funcionamiento, así que más allá de los preceptos sociales que están institucionalizados, se les añade lo que cada corporación establece como normas para ser y estar en el espacio virtual.

En las redes sociales observamos la formación de hábitos que giran alrededor de mantenerse al día con las continuas actualizaciones de las personas que seguimos y forman parte de nuestra comunidad, intercambiar mensajes, los *view*, los *retuits* y los *likes* constituyen modos de institucionalizar la presencia del otro a través de las interacciones virtuales. Las personas crean una rutina alrededor de las redes sociales que permea cada actividad de la vida cotidiana, dado que constantemente se puede estar pendiente de un nuevo *post* y cómo ello incide en nuestro pensamiento y estado de ánimo. Es común observar cómo en la vida digital esa habituación produce un aprendizaje, dado que sabemos qué tipo de contenidos podemos publicar si queremos obtener reconocimiento, apoyo, solidaridad, compañía o por el contrario si deseamos flirtear, ser críticos, ser *hater* o simplemente conciliador, por supuesto el éxito o el fracaso de nuestras publicaciones son muchas veces difíciles de prever, sobre todo porque los mensajes que posteamos suelen ser tergiversados o interpretados desde perspectivas inimaginables, pero al final se persigue que dichos mensajes respondan a lo que social y digitalmente se espera de cada uno de nosotros.

Ahora bien, puede resultar una osadía llevar las nociones conceptuales de Berger y Luckmann al ecosistema de las redes sociales digitales, pero dado el lugar que cada día ocupa dichas redes en nuestra vida social, es interesante pensar que si el punto decisivo para que se pueda hablar de una institución es cuando se produce la transmisión de costumbres a la próxima generación, un hecho notorio puede ser cuando las madres abren un perfil en alguna red social para sus hijos recién nacidos, con el fin de mostrar cada paso de esa nueva vida, una vez que ese niño crece y toma conciencia de lo

EDIXELA BURGOS

que son las redes sociales, lo vive como un hecho objetivo y externo que lo antecede y que guiará sus procesos identitarios, además seguirá las pautas para cumplir los roles que demande ese mundo digital, Y por supuesto, esto va acompañado de una función coercitiva, ya que se legitima que las redes sociales digitales constituyen una parte significativa dentro de los procesos de acción social, y por lo tanto, los sujetos acatarán sus normas de funcionamiento por la autoridad que las mismas poseen dentro de la sociedad.

Berger y Luckmann también nos hablan sobre la legitimación como un proceso fundamental cuando las objetivaciones del orden institucional deben transmitirse a una nueva generación, constituye una significación de “segundo orden”, atribuyendo validez a las objetivaciones del primer orden, vale decir se trata de legitimar el orden institucional. Existen varios niveles de legitimación: Un primer nivel preteórico: son formas de legitimación incipiente, relacionadas con afirmaciones tradicionales sencillas, verbigracia: cuando los niños pregunta por el ¿Por qué? de las cosas, se le suele responder: “Así se hacen las cosas”, sin dar mayores explicaciones. El segundo nivel, contiene proposiciones teóricas en forma rudimentaria; son esquemas explicativos que se relacionan con acciones concretas, verbigracia: proverbios, moralejas, cuentos y leyendas populares. El tercer nivel, contiene teorías explícitas que permiten explicar y justificar las instituciones en la sociedad a través de un cuerpo de conocimientos diferenciados. El cuarto nivel corresponde a los universos simbólicos, se caracteriza por ser cuerpos de tradición teórica con mayor complejidad, dado que abarcan el orden institucional de todo el cuerpo social, y son procesos de significación que van más allá de la experiencia cotidiana. “El universo simbólico se concibe como la matriz de todos los significados objetivados socialmente y subjetivamente reales; toda la sociedad histórica y la biografía de un individuo se ven como hechos que ocurren dentro de ese universo” (p. 123). Los universos simbólicos le permiten al individuo ordenar las percepciones subjetivas de su experiencia biográfica, verbigracia en situaciones límite como la muerte. En el caso de la sociedad, los universos simbólicos resguardan el orden institucional, dado que proporcionan la integración de todos los procesos institucionales aislados.

Al abordar el tema de la legitimación también debemos tomar en cuenta que frente a la crisis de los agentes institucionalizados tradicionales emergen nuevos espacios como las redes sociales digitales, que se legitiman socialmente hasta constituirse en una autoridad porque establecen pautas y modos de vida que las personas terminan replicando dentro del mundo virtual. Los individuos por más reacios

que puedan encontrarse con lo que observan en las redes, participan y conviven validando esas formas de relación que se establecen dentro de la dinámica social digital; vale decir se justifica muchas de esas acciones porque a fin de cuentas formamos parte de una comunidad y ante ello se impone la conducta institucionalizada.

Bajo esta dinámica, las redes sociales digitales legitiman estilos y prácticas de vida a través de los *likes* que obtienen las publicaciones; la lógica del *me gusta* implica no solo reconocimiento social, sino también el individuo es validado por la comunidad de la cual forma parte. Ante ello, la búsqueda será incesante por obtener dicho reconocimiento, porque en la vida social digital la distinción y el lugar que se ocupa en él, marca una diferencia con aquellos que se encuentran en el centro o la periferia, porque en ese espacio digital también ocurre la estratificación social, se gestiona las relaciones de poder y status. En esta estratificación el lenguaje de los *likes* se refleja en la percepción que tienen los individuos, así que un perfil con muchas visitas y comentarios (aunque estos muchas veces sean negativos) significa reconocimiento, porque en estos tiempos ser *trending topic* o que un *post* se vuelva viral supone la mayor distinción a la que se puede aspirar. Ante estas nuevas representaciones simbólicas, los individuos persiguen legitimar sus vidas digitales compartiendo publicaciones y exponiendo sus vidas en diversos grados de intimidad, porque a fin de cuentas socialmente se encuentra cada vez más legitimado hacerse cargo de la vida digital y cuidarla con el esmero que se protege la vida en los espacios físicos, en este punto la insuficiencia y el perfeccionismo hacen presencia, precisamente porque los preceptos a cumplir son tan diversos y cambiantes que los individuos se hallan en una carrera perenne por estar y sentirse parte de esas comunidades.

Ahora bien, el tercer momento del proceso descrito por Berger y Luckmann es la internalización, en el cual, el mundo social ya objetivado hace presencia en la conciencia a través del proceso de socialización. La realidad reificada es asumida por los individuos e internalizan el mundo social, a través de dos procesos de socialización: primario y secundario. La socialización primaria, se gesta en los primeros años de vida, “se construye el primer mundo del individuo (p. 170), en esta etapa se inculca al individuo una estructura nómica, así como el aprendizaje del lenguaje y esquemas interpretativos de la realidad. El niño toma conciencia que existe con relación a los otros, su yo se estructura también como un yo social. “Su formación dentro de la conciencia significa que ahora el individuo se identifica no solo con otros concretos, sino con una generalidad de otros o sea con una

sociedad” (p. 167), esa formación dentro de la conciencia del *otro generalizado* (Mead) supone una fase significativa en la socialización, ya que se internaliza la sociedad como una realidad objetiva. Para nuestros autores, la socialización primaria finaliza cuando el concepto del otro generalizado se ha establecido en la conciencia del individuo, pero “la socialización, nunca es total, y nunca termina” (p. 172).

Berger y Luckmann definen la socialización secundaria como aquella que induce al individuo ya socializado a nuevos sectores del mundo objetivo que conforma su sociedad, más específicamente se trata de “la internalización de "submundos" institucionales o basados sobre instituciones. Su alcance y su carácter se determinan, pues, por la complejidad de la división del trabajo y la distribución social concomitante del conocimiento” (p.173), en este punto se adquiere el conocimiento específico de los “roles”, también se internalizan campos semánticos que permiten estructurar no sólo interpretaciones, sino también los comportamientos de rutinas que se esperan dentro de un área institucional. Dentro de este proceso de socialización secundaria se observa cómo actúan los agentes de socialización que persiguen reforzar los nuevos aprendizajes apelando a mantener la coherencia con la estructura social.

Si se considera desde las tesis de Berger y Luckmann que existe una relación dialéctica entre individuo y sociedad, entonces el proceso de socialización puede interiorizar solo una parte de la totalidad de la realidad social, si bien el individuo es consciente del lugar que ocupa dentro de esa totalidad y puede reproducir las relaciones sociales, pero siempre teniendo en cuenta que la socialización nunca es un proceso acabado y, que vale decir la identidad del individuo es un proyecto que se reconstruye en esa dialéctica con la sociedad.

Hoy en día las redes sociales forman parte del proceso de socialización primario y secundario, a partir de estas los individuos construyen sus marcos de referencia y ese universo simbólico dota de significado las acciones sociales. Sabemos que durante ese proceso el comportamiento esperado se termina interiorizando por el proceso de socialización, dado que muchos niños están creciendo con dispositivos tecnológicos y acceso a las redes sociales, ya *aprenden* las premisas básicas para desenvolverse en estos entornos virtuales e interactuar con individuos que funcionan como marco de referencia para su existencia, que ya no son necesariamente las típicas figuras de autoridad del pasado.

EDIXELA BURGOS

Las redes sociales digitales ofrecen nichos para ser y estar con los amigos y personas anónimas que también deben interactuar en estos contextos caracterizados por la incertidumbre, soledad y fugacidad. Bauman (2004), nos plantea el impacto de la modernidad fluida sobre la condición humana, la cual se ve reflejada en la continua reestructuración del sujeto y el declive de las figuras de autoridad, ahora los *influencers* son los marcos de referencia para la existencia de los individuos, quienes les indican cómo enfrentar los diversos desafíos de la vida líquida. En dicho proceso de socialización hay nuevos agentes quienes entran en la escena social y, con ellos nuevas pautas de interacción que cambian rápidamente, creando incertidumbre en los sujetos por la proliferación de perspectivas y estilos de vida. El reconocimiento y la distinción ahora descansan en un universo de significaciones diferentes que licuan constantemente cualquier certeza, pero en las redes sociales la constante es la búsqueda de aprobación a través de los *likes* y la comparación con las vidas de los otros, por supuesto el perfeccionismo también se asoma en este complejo ecosistema social, generando la sensación de insuficiencia, ante la cual pareciera que el sujeto no cesa de buscar personas, situaciones o estilos de vida que le permitan mantenerse en la carrera por llegar a ser lo que se muestra en la cotidianidad de las redes sociales digitales.

A modo de cierre: la trampa de la insuficiencia

El ascenso de la insuficiencia no es más que la trampa de mantenernos cazando *likes* en las redes para sentir que obtenemos aprobación y reconocimiento social, porque a fin de cuentas es como la carrera de galgos, por más que tratemos de validarnos constantemente, difícilmente logramos obtener la liebre como premio. Eso genera un grado de insatisfacción perenne en el individuo, quien vive adquiriendo productos y estilos de vida, pero también se libra de ellas rápidamente porque el cambio es ferozmente constante, ya que cada día hay algo prioritario y significativo, pero con la misma velocidad que se impone, se descalabra rápidamente, entonces hay que asumir otra tendencia hasta que esta también deje de ser representativa, y así sucesivamente.

Las redes sociales digitales al estar legitimadas socialmente se constituyen en un mercado de bienes y servicios donde paradójicamente todos terminamos consumiendo sentidos y significaciones, buscando aprobación para lidiar contra la incertidumbre y la desprotección, pero también nos volvemos habilidosos sufistas que enfrentan cada nueva ola con la *certeza* que nada es permanente, por supuesto

EDIXELA BURGOS

social y psicológicamente es atroz para los individuos vivir ante semejante frenesí, y pretendiendo que se puede crear una imagen social, corporal, mental, entre otros para ser aceptados.

La felicidad y perfección que nos brinda las redes sociales digitales sabemos que es una trampa, alienta la insuficiencia y el perfeccionismo, nos autoexplotamos para estar al día con las tendencias sociales y del mercado que no cesa de presentarnos productos. Esa incesante búsqueda de reconocimiento social a través de los *likes*, no es más que la expresión de un sistema que ha legitimado estas prácticas como una forma de integración satisfactoria y éxito social.

Ante ello consideramos que es importante contemplar más críticamente las redes sociales digitales, más allá que estén legitimadas socialmente, y este ejercicio crítico pasa también por cuestionar nuestras prácticas con las redes, tomarnos el tiempo de observar cómo nos afecta este autoescrutino perenne a nuestros procesos psicológicos y sociales. A fin de cuentas, es perentorio enaltecer nuestras vidas con sus matices, imperfecciones y carencias, ya que la vida feliz que pulula en las redes no es más que la expresión de un mercado de significaciones, que no puede ni debe seguir constituyéndose en la razón de nuestro ser social.

Referencias bibliográficas

Bauman, Z. (2004). *Modernidad líquida*. Fondo de Cultura Económica.

----- (2017). *Vida líquida*. ESPAPDF

Berger, P. y Luckmann, T. (2003). *La construcción social de la realidad*. Amorrortu editores.

Cohen, C. (10 de agosto de 2021). La trampa del perfeccionismo. *The economist*. 1843magazine. <https://www.economist.com/1843/2021/08/10/the-perfectionism-trap>

Collins, R. (2009). *Cadenas rituales de interacción*. Anthropos editorial.

Gergen, K. (2003). Self and Community in the Floating Words. *A Sense of Place. The Global and the Local in Mobile Communication*, editado por K. Nyri, 103-114. Viena: Passagen Verlag. <https://www.swarthmore.edu/sites/default/files/assets/documents/kenneth-gergen/Self and Community in the New Floating Worlds.pdf>

----- (2006). *El yo saturado. Dilemas de identidad en el mundo contemporáneo*. Paidós

Martínez, C. y Pecourt, J. (2019). La comunicación móvil ritualizada: una aproximación desde la microsociología. *Sociológica*. Vol. 34 Núm. 96 Enero-Abril, 107-36.
https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0187-01732019000100107

Rizo García, M. (2015). Interacción y emociones. La microsociología de Randall Collins y la dimensión emocional de la interacción social. *Psicoperspectivas*, 14(2), 51-61.
https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-69242015000200006

Yáñez, R. (2010). La construcción social de la realidad: la posición de Peter L. Berger y Thomas Luckmann. *Ars Boni et Aequi*, Vol. 6, N° 2, 289-301.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3262960>