¿Qué es el *ghosting y* cómo no hacerlo?

**Santiago de Chile, 22 de mayo de 2024.-** En los últimos años, el término “ghosting” se ha popularizado a nivel global como un comportamiento no deseado en las relaciones. En Bumble, estamos comprometidos con crear un mundo donde las relaciones sean saludables y equitativas, y no hay lugar para el *ghosting* en eso.

Pero entonces, ¿qué es realmente el *ghosting*? ¿Por qué la gente lo hace? y ¿Cómo puedes evitarlo? Desde Bumble hemos hablado con expertos y te contamos más al respecto a continuación:

* **¿Cómo se ve el *ghosting*?**

El *ghosting* es cuando alguien cesa toda comunicación contigo y no da ninguna explicación. Es casi como si **desaparecieran de la faz de la tierra**.

Como con cualquier experiencia de citas, hay algunos matices en el *ghosting*: "El punto clave es que hubo algún contacto para empezar", dice la psicóloga, la [Dra. Pamela B. Rutledge.](https://www.pamelarutledge.com/) "No responder a un primer mensaje no es ghosting". Además, una desaparición lenta de la comunicación puede no constituir *ghosting*. En cambio, esto podría ser una forma de "*breadcrumbing*", o dar falsas esperanzas sin la intención de buscar una relación seria.

* **¿Por qué la gente hace *ghosting*?**

Cuando has sido víctima de *ghosting*, es natural asumir que has hecho algo mal. Pero en la mayoría de los casos, este comportamiento revela más sobre el "*ghoster*", específicamente, lo que está sucediendo en su vida y cómo aborda las citas.

A veces, las personas hacen *ghosting* sin darse cuenta. “Pueden estar hablando con varias personas y perder el hilo de las conversaciones”, dice la [Dra. Michelle Drouin](https://www.drmichelledrouin.com/), catedrática de Psicología de la Universidad Purdue de Fort Wayne. También porque no están seguros de lo que quieren en una relación, o no están interesadas, pero no saben cómo comunicarlo con la otra persona. Acorde a la terapeuta de relaciones y profesora, [Dra. Marisa T. Cohen.](https://www.marisatcohen.com/) "Al hacer *ghosting,* algunas de estas personas sienten que están protegiendo los sentimientos de la otra persona."

* **¿Por qué es malo el *ghosting*?**

Incluso si no hubo mala intención, "hacer ghosting repetidamente es un patrón de comportamiento abusivo y puede mostrar falta de madurez y habilidades interpersonales", dice la Dra. Rutledge. "Y puede tener efectos negativos significativos en la persona que está siendo ghosteada".

"Las personas que son ghosteadas en aplicaciones de citas pueden experimentar una disminución en la autoestima debido a la falta de confianza en su atractivo romántico", dice la Dra. Rutledge. "Esto es especialmente cierto si el ghosting toma por completo a la persona por sorpresa." Ser ghosteado también puede dejar a los que están saliendo enfrentando preguntas sin respuesta sobre qué podría haber salido mal.

* **¿Cómo evito hacer ghosting en Bumble?**

"Para asegurarte de que no ghostees a alguien sin querer, limita tus conversaciones en la aplicación a personas en las que realmente estés interesado y lleva un registro de esas interacciones", dice la Dra. Drouin. Asegúrate de responder a los mensajes, y si no quieres seguir una relación con alguien, hazles saber tan pronto como puedas. La Dra. Cohen sugiere enviar un mensaje como: "Realmente disfruté hablar contigo, pero no creo que seamos una pareja romántica. ¡Te deseo mucho éxito en tus relaciones!"

Terminar conexiones adecuadamente también puede ayudar con el crecimiento personal. "La capacidad de ser honesto y expresar cómo te sientes es fundamental para las relaciones saludables", dice la Dra. Rutledge.

* **¿Puedo reportar haber sido ghosteado en Bumble?**

Sí, puedes [Bloquear y Reportar](https://bumble-buzz.com/block-report-bumble/) a alguien en Bumble por hacer ghosting si no se presenta a una reunión en persona previamente acordada. Puedes encontrar el botón de Bloquear y Reportar tocando en los tres puntos grises en la esquina superior derecha de la pantalla de chat con tu match. Para reportarlos por hacer ghosting, toca "Comportamiento fuera de Bumble", y luego "Me dejó plantado". También puedes reportar a alguien con quien te has desvinculado, incluso si has olvidado su nombre, contactando a nuestro equipo de soporte, ya sea en nuestro sitio web o en la aplicación, y proporcionando toda la información que puedas.

El ghosting puede parecer una forma fácil de ahorrar tiempo y reducir tu propio estrés. Sin embargo, este método de evasión es en última instancia más perjudicial y falta de respeto hacia tu match. Al expresar directa (y cortésmente) tu falta de interés, ayudarás a otros a encontrar un cierre y seguir adelante. Además, estarás adoptando un enfoque más amable y maduro.

\*\*\*

**Acerca de Bumble**

[Bumble](https://bumble.onelink.me/3396940749?pid=press&c=press-release), la aplicación de citas y red social en la que las mujeres van primero, fue fundada por Whitney Wolfe Herd en 2014. La aplicación conecta a personas que buscan relaciones de pareja (Bumble Date), amistad (Bumble BFF) y contactos profesionales (Bumble Bizz). Sea cual sea el tipo de relación, en Bumble las mujeres son quienes dan el primer paso y se basa en la importancia de las relaciones igualitarias y su valor para una vida sana y feliz. Su plataforma ha sido concebida en torno a la amabilidad, el respeto y la igualdad. Bumble responsabiliza a sus usuarios de sus acciones y tiene una política de cero tolerancia hacia discursos de odio, agresión y acoso. Bumble es gratis y está disponible en todo el mundo tanto en APP Store como en Google Play.