

“Mi persona favorita es el chatbot”: Adolescencias, inteligencia artificial y subjetividad en la era digital

Resumen

El crecimiento acelerado de la inteligencia artificial (IA) conversacional ha transformado profundamente las formas de interacción social y emocional de adolescentes y jóvenes. En los últimos años se observa un incremento significativo del uso de chatbots para estudio, entretenimiento, regulación emocional y búsqueda de compañía. Este fenómeno plantea interrogantes clínicos, educativos y éticos acerca del lugar que las inteligencias artificiales comienzan a ocupar en la construcción subjetiva adolescente.

El presente trabajo propone una reflexión interdisciplinaria sobre el vínculo entre adolescencias e inteligencia artificial, articulando aportes de Arminda Aberastury sobre los procesos psíquicos adolescentes, los desarrollos de Jonathan Haidt acerca del impacto de la cultura digital en la salud mental y perspectivas contemporáneas sobre IA y subjetividad. Se analizan los riesgos potenciales asociados al uso intensivo de IA conversacional, particularmente en adolescentes con vulnerabilidad psíquica previa, así como también las transformaciones culturales vinculadas a la hiperconectividad, la búsqueda de validación inmediata y la progresiva sustitución de vínculos humanos por interacciones algorítmicas.

Finalmente, se plantea la necesidad de promover alfabetización digital, acompañamiento adulto y pensamiento crítico, evitando posiciones exclusivamente alarmistas y favoreciendo una convivencia saludable entre inteligencia artificial e inteligencia humana.

Palabras clave: adolescencia, inteligencia artificial, chatbots, salud mental, subjetividad, vínculos digitales.

Introducción

En los últimos años comenzó a consolidarse una escena cada vez más frecuente en consultorios, escuelas y entornos familiares: adolescentes que pasan largas horas interactuando con inteligencias artificiales conversacionales. Utilizan chatbots para estudiar, pedir consejos, expresar emociones, practicar conversaciones o simplemente para sentirse acompañados.

En redes sociales empezó a circular una frase particularmente significativa: “Mi persona favorita es el chatbot”. Aunque inicialmente pueda parecer una expresión exagerada o irónica, desde una perspectiva clínica y cultural resulta profundamente reveladora. Cuando un adolescente afirma que su “persona favorita” es una inteligencia artificial, no solamente está hablando de tecnología; está hablando de vínculos, de subjetividad, de soledad y de transformaciones profundas en los modos contemporáneos de relación.

El objetivo de este artículo es reflexionar sobre las formas en que las adolescencias actuales se vinculan con las inteligencias artificiales conversacionales y analizar qué necesidades subjetivas se ponen en

juego cuando un sistema artificial comienza a ocupar funciones de escucha, validación emocional y acompañamiento.

Inteligencia artificial conversacional y simulación de empatía

Los chatbots basados en IA generativa, como ChatGPT, Gemini o Microsoft Copilot, son sistemas diseñados para interactuar mediante lenguaje natural. Funcionan a partir del procesamiento de enormes cantidades de datos y la predicción estadística de secuencias lingüísticas probables.

Aunque estos sistemas pueden mantener conversaciones extremadamente fluidas y emocionalmente convincentes, es importante aclarar que la inteligencia artificial no posee conciencia, emociones ni comprensión subjetiva genuina. La IA no siente empatía: simula empatía mediante patrones de lenguaje entrenados para responder de forma validante y coherente con las expectativas humanas.

Sin embargo, desde la experiencia subjetiva del usuario, la interacción puede sentirse profundamente humana. Muchos adolescentes describen a los chatbots como “alguien que escucha”, “entiende” o “acompaña mejor que otras personas”. Este fenómeno abre interrogantes clínicos relevantes acerca de qué ocurre cuando una máquina comienza a ocupar funciones vinculares y de regulación emocional.

Adolescencia, subjetividad y necesidad de vínculo

Arminda Aberastury describió la adolescencia como una etapa de profundas transformaciones psíquicas atravesada por duelos fundamentales: el duelo por el cuerpo infantil, por la identidad infantil y por los padres idealizados.

Creer implica atravesar incertidumbres, contradicciones y pérdidas simbólicas. Las adolescencias suelen estar marcadas por intensidad emocional, impulsividad, búsqueda de pertenencia, necesidad de reconocimiento y oscilaciones entre dependencia y autonomía.

En este proceso, los vínculos humanos cumplen un rol estructurante central. Sin embargo, los vínculos reales también implican frustración: los otros se cansan, contradicen, no siempre están disponibles y pueden decepcionar. Precisamente en ese encuentro con la diferencia y la frustración se desarrollan capacidades psíquicas fundamentales.

La aparición de inteligencias artificiales conversacionales introduce una novedad significativa: un “otro” artificial permanentemente disponible, que responde de manera inmediata, no confronta, no abandona y se adapta constantemente al usuario.

Esto conduce a una pregunta clínica central: ¿la IA acompaña el crecimiento adolescente o evita aspectos necesarios del proceso madurativo?

Cultura digital, hiperconectividad y salud mental

Jonathan Haidt sostiene que las generaciones actuales crecieron en condiciones profundamente distintas a las de generaciones anteriores. Los adolescentes contemporáneos habitan una cultura caracterizada por hiperconectividad, hiperestimulación, comparación constante y validación inmediata.

Diversos estudios muestran un aumento significativo de síntomas compatibles con ansiedad, depresión, autolesiones, trastornos alimentarios y desregulación emocional en adolescentes y jóvenes. La inteligencia artificial agrega una nueva dimensión a este escenario, ya que no solamente distribuye contenido, sino que conversa de manera personalizada y emocionalmente convincente.

Muchos adolescentes utilizan chatbots para hablar sobre emociones, buscar contención, regular ansiedad o aliviar sentimientos de soledad. En este contexto, el chatbot deja de funcionar únicamente como herramienta y comienza a adquirir una presencia psíquica significativa.

La posibilidad de que un adolescente perciba a una IA como “más empática” que los vínculos humanos constituye uno de los fenómenos más inquietantes de nuestra época. Esto no solo refleja el avance tecnológico, sino también las fragilidades vinculares contemporáneas.

Monologismo algorítmico y ausencia de alteridad

Un aspecto particularmente relevante es lo que algunos autores denominan “monologismo algorítmico”. Aunque los chatbots aparentan ofrecer múltiples perspectivas, sus respuestas suelen estar mediadas por filtros diseñados para evitar conflicto, equilibrar posiciones y producir respuestas socialmente aceptables.

Esto genera interacciones formalmente correctas pero frecuentemente carentes de verdadera alteridad. El diálogo humano auténtico implica confrontación con la diferencia, desacuerdo y tensión subjetiva.

Desde la perspectiva de Mijaíl Bajtín, la subjetividad humana se constituye precisamente en el encuentro con la alteridad. Cuando las interacciones tienden excesivamente a la validación y adaptación constante al usuario, pueden disminuir las experiencias necesarias para la construcción de pensamiento crítico y tolerancia a la frustración.

Inteligencia artificial, aprendizaje y funcionamiento cognitivo

La inteligencia artificial también posee importantes potencialidades educativas y creativas. Puede facilitar acceso al conocimiento, organización de información, investigación y desarrollo de habilidades.

Sin embargo, comienzan a surgir investigaciones acerca del impacto cognitivo del uso intensivo de IA generativa. Estudios recientes sugieren que la delegación excesiva de tareas cognitivas en sistemas de IA podría disminuir la activación de funciones asociadas al esfuerzo cognitivo, memoria de trabajo y toma de decisiones.

El problema no radica en la existencia de la inteligencia artificial en sí misma, sino en el modo en que se utiliza y en el lugar subjetivo que comienza a ocupar. Por ello, resulta necesario evitar posiciones exclusivamente alarmistas y promover, en cambio, una reflexión crítica sobre la convivencia entre inteligencia artificial e inteligencia humana.

Uso emocional de chatbots y riesgos en adolescentes vulnerables

Actualmente la inteligencia artificial forma parte activa de los procesos de socialización y construcción identitaria de adolescentes y jóvenes. Datos recientes muestran que un porcentaje creciente de adolescentes utiliza IA conversacional para apoyo emocional.

Distintos estudios comienzan a señalar riesgos potenciales asociados al uso intensivo de chatbots, entre ellos:

- dependencia emocional;
- aislamiento social;
- dificultades vinculares;
- dificultad para diferenciar experiencias virtuales y reales;
- exposición a contenido inapropiado;
- ciberacoso;
- deepfakes;
- respuestas inadecuadas frente a ideación suicida.

La IA carece de verdadera capacidad clínica de evaluación de riesgo y no posee recursos humanos fundamentales para la prevención del suicidio, como empatía genuina, juicio clínico y responsabilidad ética.

Además, el impacto de estas tecnologías no es homogéneo. Existen adolescentes con mayor vulnerabilidad psíquica previa para quienes el uso no regulado de IA puede constituir un factor de riesgo significativo.

Particularmente, pueden presentar mayor vulnerabilidad adolescentes con:

- trastornos de ansiedad;
- depresión;
- desregulación emocional;
- trastornos de la conducta alimentaria;
- impulsividad;
- aislamiento social;
- trastornos del neurodesarrollo;
- antecedentes de autolesiones;
- ideación suicida.

En estos casos, la IA puede amplificar dificultades preexistentes. Un adolescente socialmente aislado puede comenzar a reemplazar vínculos reales por interacciones artificiales, mientras que un joven emocionalmente vulnerable puede desarrollar dependencia afectiva hacia sistemas diseñados para sostener interacción constante.

La dimensión humana del cuidado

Uno de los aspectos más relevantes de este fenómeno es que muchos adolescentes comienzan a compartir con chatbots experiencias emocionales que no logran expresar a otros seres humanos.

Esto posee una dimensión valiosa: la posibilidad de poner en palabras el sufrimiento. Pero también revela una problemática profundamente inquietante: que dichas experiencias se tramiten prioritariamente con una máquina y no con vínculos humanos significativos.

Tal vez la pregunta más importante no sea por qué los adolescentes hablan con inteligencias artificiales, sino qué está ocurriendo en los vínculos humanos para que una máquina pueda ocupar ese lugar.

Este interrogante también interpela a los profesionales de la salud mental. El tratamiento psicológico no se sostiene únicamente en técnicas o intervenciones, sino también en presencia, escucha y disponibilidad emocional.

La inteligencia artificial puede organizar información, responder rápidamente y simular empatía, pero no puede reemplazar completamente la experiencia emocional humana ni la profundidad del encuentro interpersonal.

En una cultura caracterizada por hiperestimulación, fragmentación de la atención y aceleración permanente, recuperar el valor de la escucha y del encuentro humano se vuelve un acto profundamente terapéutico.

Conclusiones

La expansión de la inteligencia artificial conversacional representa una transformación cultural profunda que impacta directamente en las formas contemporáneas de subjetivación adolescente.

Los chatbots comienzan a ocupar funciones emocionales, vinculares y cognitivas cada vez más relevantes, especialmente en contextos marcados por soledad, hiperconectividad y fragilidad vincular.

Si bien la IA posee importantes potencialidades educativas y creativas, también plantea riesgos significativos cuando reemplaza experiencias humanas fundamentales o cuando adolescentes vulnerables quedan expuestos sin acompañamiento adecuado.

Por ello, resulta indispensable promover alfabetización digital, pensamiento crítico, supervisión adulta y espacios de escucha genuina.

El verdadero desafío contemporáneo probablemente no consista en competir contra la inteligencia artificial, sino en recuperar aquello que ninguna tecnología puede reemplazar completamente: la presencia humana capaz de escuchar, sostener y transformar el sufrimiento en experiencia compartida.

Referencias bibliográficas

- Aberastury, A., & Knobel, M. *La adolescencia normal*. Buenos Aires: Paidós.
- Bajtín, M. *Estética de la creación verbal*. Buenos Aires: Siglo XXI.
- Haidt, J. (2024). *La generación ansiosa*. Buenos Aires: Deusto.
- IPSOS. (2024). *Mental Health Report 2024*.
- UNICEF & UNESCO. Informes sobre adolescencia, tecnologías digitales e inteligencia artificial.
- MIT Media Lab. (2025). *Your Brain on ChatGPT*.
- Vivas, F. *Generación IA*. Buenos Aires: Planeta.
- Estudios contemporáneos sobre inteligencia artificial conversacional, salud mental y adolescencias.