

GOBIERNO
DE LAS
CONDUCTAS
A PARTIR DE LAS
EMOCIONES

BETINA MONTEVERDE · MARISA GERMAIN · ADRIEL MARONI · LUCÍA ROSSI
ANTONELLA FABIANO · PABLO PALLARES · CRIS ALBERTI · TOMÁS REÑÉ



UNR
EDITORIA

GOBIERNO
DE LAS
CONDUCTAS
A PARTIR DE LAS
EMOCIONES



UNR
EDITORIA

Gobierno de las conductas a partir de las emociones /
Betina Monteverde ... [et al.]. -
1a ed. - Rosario : UNR Editora, 2022.
Libro digital, PDF

Archivo Digital: descarga y online
ISBN 978-987-702-581-1

1. Psicología. 2. Redes Sociales. I. Monteverde, Betina.
CDD 152.4

AUTORXS

Betina Monteverde
Marisa Germain
Adriel Maroni
Lucía Rossi
Antonella Fabiano
Pablo Pallares
Cris Alberti
Tomás Reñé

DISEÑO Y MAQUETACIÓN

Joakina Parma



 **UNR**
EDITORA

Este libro es la resultante de un trabajo colectivo compartido con compañerxs muy queridxs: Ángeles Álvarez, Luz Belen Montiel y Mariana Recalde Cuestas, a quienes agradecemos con afecto por ese tiempo juntxs.

La gratitud se extiende a Joakina Parma, por su predisposición, paciencia y creatividad.

ÍNDICE



06

Prólogo

/ Betina Monteverde

10

Gubernamentalidad neoliberal, capitalismo y nuevas derechas: gobierno por las emociones en las redes

/ Marisa Germain

65

Aplicaciones de citas, biomedicalización y salud sexual:

Grindr y su consejería sexual

/ Adriel Maroni

81

Cuerpos infelices en la gubernamentalidad neoliberal

/ Lucía Rossi

101

El trabajo no remunerado y el imperativo de felicidad como estrategias de supervivencia del sistema capitalista patriarcal

/ Antonella Fabiano

112

Odionline

/ Pablo Pallares

126

Entre las esquilas del fascismo:

asco y odio en las escrituras contemporáneas sobre los cuerpos seropositivos

/ Cris Alberti

167

Reflexiones sobre la cultura terapéutica en Internet

/ Tomás Reñé



**Reflexiones sobre la cultura
terapéutica en Internet**

Tomás J. Reñé

REFLEXIONES SOBRE LA CULTURA TERAPÉUTICA EN INTERNET

—
Tomás J. Reñé

INTRODUCCIÓN

“Un sentimiento que preferiría llamar sensación de «eternidad»; un sentimiento como de algo sin límites, sin barreras, por así decir «oceánico». Este sentimiento —proseguía— es un hecho puramente subjetivo, no un artículo de fe; de él no emana ninguna promesa de pervivencia personal, pero es la fuente de la energía religiosa que las diversas iglesias y sistemas de religión captan, orientan por determinados canales y, sin duda, también agotan.”

(Freud, 1927, p.65)

Acaso Internet ofrezca una sensación similar a la descrita por Freud (1927) en su reflexión sobre las religiones. Aparentemente invisible y omnipresente, entre cables de fibra óptica y lenguaje HTML la red contiene mares de conocimientos y pasatiempos del quehacer humano. Todos y cada una de los interrogantes que las personas realizan sobre la existencia a lo largo de su vida podrían ser consultados en esa inmensa Red. De modo azaroso y a la vez dirigido, ese espacio virtualmente infinito ofrece una variedad inagotable de rumbos para mitigar la incertidumbre y dirigir la existencia.

Con la llegada de la WEB apuntar la proa hacia un norte virtual nunca fue tan fácil, sobre todo desde la aparición de las brújulas digitales de grandes corporaciones en manos de 4 o 5 astilleros, *google*, *amazon* y Zuckerberg. La electrónica, la informática, las telecomunicaciones y las precisas plataformas de geolocalización se hacen carne en dedos, muñecas, ojos y gestos, a la vez que muestran nuestro circuito de navegación *on demand*.

REFLEXIONES SOBRE LA CULTURA
TERAPÉUTICA EN INTERNET

-
Tomás J. Reñé

Mediante las redes sociales, las nuevas estrellas guían el recorrido, iluminando instrucciones, constelando recomendaciones y formando consejos. Para mantener a flote la vida habremos de acatar las más místicas bitácoras de capitanes con orejas de gato, perseguir las rutinas de maestros con sombrero y obedecer las órdenes de pilotos con brillitos en los pómulos. Será este el momento donde los filtros y los efectos de fotografía potencien las verdades en los discursos de los nuevos expertos, fundamentalmente gracias a fieles testimonios de una tripulación habida por relatar míticas experiencias de transformación y palabras de apoyo.

Desde la cabina de operaciones el timonel interior recurre a la creatividad, sin temor a la inmensidad de los trabajos precarios. Apelando a un núcleo personal, desconocido y creador, cada quien podrá inventar su forma singular de elevar anclas. Para que todo marche viento en popa será necesaria la imaginación y el entusiasmo siempre renovados. Atrás quedaron las batallas por idearios amarrados en tierra. En las mareas de Internet la libertad y el coraje se anudan perfectamente bien con el ideario capitalista.

Así, siguiendo estos rumbos, las promesas de un desembarco feliz tienen su tierra a la vista en una isla interior, a salvo de toda perturbación colectiva y de molestias integradas. En estas embarcaciones siempre podremos hacer saltar por la borda a tóxicos polizones; un salto a punta de lenguas de odio anónimas y comentarios *heaters* en la soledad compartida del cuarto.

En este ensayo nos interesa plasmar una serie de reflexiones sobre el marco cultural que produce al individuo hipermoderno por exceso (Castel, 2010). Consideramos que este perfil de individuo es el efecto de una creciente "terapeutización de la cultura". En ella opera un tipo de 'experta/o' cuya función no es determinar locura/cordura, o imputabilidad/inimputabilidad como en el siglo XIX, sino un/a mediador/ra en la interacción, un/a intérprete de los vínculos, un/a traductor de las expectativas del otra/o. Particularmente Internet se presenta como un medio novedoso donde la interacción entre estas/os dos personajes se potencia. Nos anima describir esa interacción junto a un conjunto de herramientas, técnicas e instrumentos sobre los cuales el individualismo se hipertrofia, recubierto por una matriz psi de pensamiento.

REFLEXIONES SOBRE LA CULTURA
TERAPÉUTICA EN INTERNET

-

Tomás J. Reñé

LIBERTAD Y ENTUSIASMO

Robert Castel (2010) indaga las condiciones que hicieron posible la emergencia de ese invento moderno llamado “invididuo”. Buscando dar respuesta a este interrogante, trazó una genealogía sobre el andamiaje institucional que permitió el despliegue del individuo y su fachada, primero la propiedad privada y luego la propiedad social. Sobre estos soportes brotó un perfil psicológico novedoso, dotado de una interioridad sui generis y en posibilidad de desarrollar una serie de estrategias de interacción no vistas con anterioridad.

Siguiendo el camino que va desde la Declaración de los Derechos del Hombre y el Ciudadano hasta la sociedad contemporánea, este perfil habría mutado hacia un tipo particular de individuo que Castel (2010) denomina “por exceso” haciendo alusión a una subjetividad aumentada e hiperindividualista (p.320). Esta nueva configuración de la individualidad es el correlato de una serie de transformaciones en los soportes de identidad colectiva, del deshilachamiento de ideas fuerza comunes y el debilitamiento en los lazos de solidaridad. De este modo, la contemporaneidad engendró una forma de vida que ignora su interdependencia a otros, con una elevada búsqueda de autosuficiencia y cuyo objetivo principal es realizarse a sí mismo de una forma auténtica. Es por ello que la exaltación de la creatividad y la independencia, son las expresiones de una individualidad singular que encaja muy bien con las condiciones de trabajo que brinda el neoliberalismo.

El acceso a una nueva cultura psicológica brindó las herramientas para la formación y expansión de esta forma de vida que propone una mirada en torno al yo. Dicha cultura ha encontrado en la industria de la terapia y de la autoayuda dos fuertes pilares para un sujeto que se siente responsable de su dicha o su desdicha (Meccia, 2015). Este sujeto busca en el consumo de elementos culturales “psi” los consejos, instrucciones y los guiones con los que conducir su existencia y solucionar los inconvenientes que pueda acarrear la producción de esa individualidad hipertrofiada.

BLACKBERRY

Desde la llegada de los *smartphones* y sus líquidas pantallas, un enorme plasma audiovisual penetra la vida cotidiana. Cada márgen de nuestra agenda

REFLEXIONES SOBRE LA CULTURA
TERAPÉUTICA EN INTERNET

-

Tomás J. Reñé

está acompañado por un potente amuleto tecnológico que condensa en un sólo objeto una variedad de herramientas nunca cargadas anteriormente por la mano humana. El celular conectado a internet es mucho más que un aparato que realiza llamadas y envía mensajes. Trabajo, comunicación, entretenimiento y consumo se entremezclan en un mismo artefacto, disponible de forma continua y al que es imposible dejar de recurrir. La inusitada polifuncionalidad de este objeto lo vuelve tirano del tiempo y enemigo del aburrimiento, en él se hallan los medios para realizar las tareas que detestamos, a la par que distraer la mirada del laburo, capturar imágenes, dar nuestra opinión, pagar y planificar el porvenir.

Además, este objeto de carácter ambivalente parece conocernos. Guarda esos números que olvidamos, las claves que no recordamos, las fechas que no tenemos presentes. Entre sus componentes plásticos y sus conexiones con el espacio, se almacena una valiosa información personal retenida a una escala sin precedentes, cualidad muy útil que subsana una limitación estructural de la memoria humana, hace posible aquello que va más allá de la naturaleza biológica. De igual modo, es la puerta de entrada a la gran Biblioteca de Babel que imaginó Borges; es un portal virtual a una fuente de conocimientos sobre el mundo y sus alrededores. En definitiva, brinda un saber sobre nosotros y sobre las cosas. Un objeto con estas facultades no puede más que suscitar encanto, cautivarnos, hasta fascinación y, al mismo tiempo, generar rechazo y extrañeza.

ME ENCANTA, ME EMOCIONA, ME ENFADA, ME ENTRISTECE

La existencia implica una serie de preguntas que jamás obtendrán respuesta, podríamos decir que mientras vivimos nos encontramos con ese límite a lo posible de ser sabido, particularmente en lo que al futuro respecta. Este es un escollo que acompañó a los seres humanos desde siempre. Sin embargo, en nuestra contemporaneidad la vida en desconocimiento sobre el porvenir es profundamente promovida. El tan remanido imperativo de una experiencia vital centrada en el aquí y ahora, focalizada en el presente y en la instantaneidad de los tiempos, responde a una forma de vida en la que la incertidumbre respecto al mañana es la regla. El desconocimiento sobre la solidez

REFLEXIONES SOBRE LA CULTURA
TERAPÉUTICA EN INTERNET

-

Tomás J. Reñé

de lo venidero favorece un creciente “malestar en la cultura informacional” generalizando la sensación de vulnerabilidad emocional como una forma amplificada de riesgo (Gavira, 2012).

Justamente sobre este manto de malestar, inseguridad y desconocimiento sobre el porvenir es que podemos situar el desarrollo de lo que Eva Illouz (2010) denomina Cultura Terapéutica. En esta cultura, las emociones y los sentimientos se consolidan como un núcleo consistente de veracidad, claves con las que acercarse a algún tipo de verdad. En este marco, la problematización sobre la afectividad pasa a ser un elemento de desbloqueo que habilita el desciframiento de un conjunto extenso de fenómenos personales y sociales y, por lo tanto, un punto de referencia. Es decir, la interioridad en el presente 2.0 es una grilla de interpretación mediante la cual hacer inteligible la realidad y, a la vez, mitigar la duda en lo que vendrá.

Esta Cultura Terapéutica (Illouz, 2010), se difunde mediante un repertorio heterogéneo de prácticas discursivas y no discursivas, con distintos asientos institucionales, emanadas en especial, aunque no exclusivamente, de un grupo profesional (psicólogos) y mediadores culturales no profesionales pero con alto potencial generador de sentidos. Al mismo tiempo, promueve un sujeto explorador de su propia interioridad, capaz de autocomprenderse, autodiagnosticarse y superar por sí mismo su sufrimiento. De tal modo que el experto es por un lado un mediador externo y, por el otro, el propio sujeto que adquiere un conocimiento profundo de sí mismo amparado sobre ese repertorio de herramientas proporcionadas por la Cultura Terapéutica.

La pregnancia de esta concepción alcanza a una amplia diversidad de sectores del espacio social, incluso superando las fronteras nacionales. Este hecho se verifica mediante la creciente “emocionalización de la vida pública” especialmente en aquello que atañe a las comunicaciones, la salud y el derecho, campos cada vez más inclinados a “escrutar aquello que se siente” (Lara y Dominguez, p.101). Las herramientas y tecnologías que permiten plegar al yo sobre sí mismo e indagar sobre ese núcleo de verdad han sido potenciadas por el desarrollo de las disciplinas psi (Illouz, 2010).

El pensamiento de nuestro tiempo se funde con enunciados de raíz terapéutica, sin que dicha fusión se perciba como tal. Al popularizarse un conjunto de términos técnicos de la psicología, las neurociencias y el

REFLEXIONES SOBRE LA CULTURA
TERAPÉUTICA EN INTERNET

-
Tomás J. Reñé

psicoanálisis un amplio espectro de asuntos de la vida pueden ser descritos y analizados mediante un vocabulario psi desprovisto de un contexto científico. De este modo, las maneras de comportarse, las relaciones interpersonales, las disposiciones del cuerpo y las aspiraciones en la vida pueden tener un núcleo interpretativo en la interioridad personal. Hecho que se verifica en la creciente búsqueda por realizar proyectos emocionales de tipo “hallar la paz interior” (Papalini, 2014).

En este panorama, los aparatos de comunicación masiva han sido instrumentos de difusión de un léxico terapéutico que caló hondo en la sociedad de consumo del Siglo XX (Illouz, 2010). Internet se ha convertido en poco tiempo en un potente medio con el que difundir esa matriz de interpretación “psi”. La red afecta los modos de pensar, hablar, ver y sentir de sus usuarios y, por consiguiente, las relaciones que entre ellos se establecen, y multiplica, a una escala inusitada, los soportes culturales que moldean el sentido común. Entre las fotos del feed, los memes de twitter y los stickers de whatsapp se va colando progresivamente un código terapéutico, metafísico y empresarial en el habla, las cavilaciones y las acciones cotidianas.

La expansión de la cultura terapéutica junto a la creciente popularización de herramientas de difusión y la comunicación han hecho emerger enunciados ubuescos, es decir, enunciados que tienen el poder de matar y dar risa (Foucault, 2000). Por ejemplo, una personalidad mediática afirma desde su cuenta de Instagram que la enfermedad de Coronavirus no afecta las personas que tienen amor propio, un cirujano plástico comenta que sus clientes buscan intervenciones quirúrgicas que asemejen el rostro a un filtro de *Snapchat*, la charla TEDX “mi filosofía para una vida feliz” acumula 47 millones de reproducciones en el portal de videos *Youtube*, sólo uno de los múltiples foros dentro de la comunidad virtual *Reddit* nuclea 8.9 millones de usuarios suscriptos al tema Fitness, particularmente en el subtema *from fat to fit*, es decir, de gordo a delgado, hay miles de fotos que muestra el antes y después de transformaciones corporales.

En nuestro presente ultra conectado, somos tanto testigos como protagonistas de la exhibición y tematización en diferentes ámbitos de la vida pública, de la intimidad y del sentir individual (Sibilia, 2012). Las redes sociales fomentan estas prácticas y, a la vez, son el soporte para la difusión de terapias alternativas, nuevas religiosidades, técnicas de autoayuda y

REFLEXIONES SOBRE LA CULTURA
TERAPÉUTICA EN INTERNET

-

Tomás J. Reñé

herramientas de la neurociencia. Las fronteras entre el ámbito público y el ámbito privado se encuentran en un proceso de redefinición, como lo expresan las pantallas, cámaras y plataformas digitales donde la distancia entre lo que hace al fuero interno y aquello que se deja espiar, está acortada.

CÓMO SE CONTRABANDEAN IDEALES DE EXISTENCIA

El medio ¿hace al contenido? ¿Qué efectos tienen los nuevos modos de transmitir información sobre las figuras del experto? ¿Cómo se desmonta el lugar del experto? La autoridad en internet, ¿viene dada por el número de seguidores?. Por ejemplo, una periodista transmite en vivo su análisis de un proyecto de ley con una lluvia de corazones en la cara, una economista responde a la pregunta sobre cómo llegar a fin de mes con cuernitos de diablo y fuego alrededor, un bioquímico investigador del Conicet relata los últimos avances en vacunas contra el Covid 19 con un fondo galáctico.

Sucede que mediante la posibilidad de que usted, yo y todes nosotres podamos transmitir en vivo, nuevas figuras de autoridad han aparecido. La popularización de personajes con alta audiencia en Internet, disputan con los modelos tradicionales de generar obediencia. En ese sentido, la función del experto, aquel que en virtud de ciertos atributos lograba producir acatamiento a un mandato, se multiplica. De allí que saberes con cierto grado de hegemonía sobre diversos aspectos de la vida son equiparados o desmentidos por otros enunciados no técnicos y con poco respaldo institucional.

En esa línea, la edición del video y las técnicas para obtener y conservar suscriptores proporcionadas por las plataformas digitales, generan nuevos rituales de comunión y de credibilidad. Utilizar los mismos *gags* en la introducción, la circulación de memes conocidos, el giro verbal que se repite, los saludos a los seguidores, la publicación de comentarios, la referencia a videos anteriores, genera un código entre creador y consumidor de contenidos. El objetivo es producir la sensación de ser parte de algo. Esta confraternidad en tiempo real entre seguidores y comunicadores resulta un apoyo afectivo, soporte emocional que crea la ilusión de comunión con el otro y, al mismo tiempo, brinda rasgos de identificación. Como el reverso de una trama social retraída y débil, la red ofrece la ilusión de contacto a la distancia.

REFLEXIONES SOBRE LA CULTURA
TERAPÉUTICA EN INTERNET

-

Tomás J. Reñé

La consolidación de las relaciones bidireccionales entre *followers* y productores de contenido habilita la libre circulación de consultas, preguntas y respuestas que instauran nuevas relaciones de saber. En ese sentido, la caja de comentarios, los mensajes *inbox*, las preguntas en historias funcionan como andamiaje para la difusión y consolidación del discurso terapéutico. De este modo, las redes sociales aumentan la aparición de expertos que amparados en teorías psicológicas evolucionistas, la astrología, el psicoanálisis, las neurociencias y las experiencias de quien narra, opinan sobre un amplio repertorio de temas y brindan una variedad de consejos. El relato en boca de personalidades comunes cuya popularidad ha sido forjado en y por las plataformas, la utilización de ejemplos de vida, los testimonios de acontecimientos disruptivos de la serie vital, las narraciones sensibles acompañadas de imágenes y sonidos, sumada a la cercanía que genera la exposición de detalles constantes de la cotidianidad, se configuran como elementos que potencian la veracidad del discurso enunciado, le dan credibilidad.

Figuras cuyo capital no proviene de campos tradicionales, como aquellos vinculados a la ciencia, la política y la academia, logran generar una comunidad de experiencias que producen compasión, empatía y fuertes efectos de verdad. Es decir, la espectacularización de personas comunes famosas, el consumo de sus agendas diarias, nos muestran, por un lado, una sensibilidad social proclive a instancias de rápida identificación y movilización emotiva (Papalini, 2014) y, por el otro, la disolución de las trayectorias institucionales como respaldo de verdad en el discurso.

Estas prácticas plasmadas en las distintas redes sociales, son viabilizadas por agentes con un bajo nivel de impugnación y de control estatal sobre sus enunciados. Producen la adhesión a posicionamientos sobre la realidad. De forma calculada y deliberada producen experiencias emocionales que generan creencia y, principalmente, el consumo de una serie de objetos que el mercado ofrece tales como cursos, libros, viajes, etc. Es decir, el núcleo interior es instrumentado en clave de conducción de conductas hacia una variedad heterogénea de blancos siempre ofrecidos por la industria de la identidad.

REFLEXIONES SOBRE LA CULTURA
TERAPÉUTICA EN INTERNET

-

Tomás J. Reñé

CONCLUSIONES

La Cultura Terapéutica (Illouz, 2010) produce un individuo en una búsqueda constante por remodelar su interioridad. De allí que la estructura narrativa del yo de este sujeto se encuentre siempre en un proceso de superación, sanación o cura. Este proceso es el reverso del malestar y la incertidumbre fomentados como estilo de vida en el capitalismo contemporáneo. Desde esta estrategia de gobierno, aquellas conductas que no se adecúan a los parámetros de maximización y renovación continua se conciben como incompletas, tóxicas y hasta cierto punto enfermas e irresponsables.

El individuo hipermoderno concibe las causas de su malestar como una falla personal y no como el correlato de procesos sociales, históricos y políticos. La competencia salvaje, las diferencias de clase y género, las desigualdades étnicas, no se problematizan como la raíz social del padecimiento sino como datos inmutables, imposibles de ser modificados. De este modo, lo único susceptible de ser controlado es la propia interioridad cuya exploración se realiza siguiendo los parámetros del mercado y la industria de la identidad.

De este modo, virar el foco hacia el sí mismo sustrae la apuesta sobre cualquier cuestión que implique la consolidación de un colectivo movilizad. Un individuo desenganchado de problemáticas comunes es fundamental para un sistema social y laboral que reposa en la capacidad de resiliencia de los sujetos y su readecuación a sus cambiantes exigencias. Dicho sistema se vale de una multitud de personas creativas desarticuladas políticamente en competencia por formas inmateriales de remuneración: visibilidad, afecto, reconocimiento, seguidores y *likes* (Zafra, 2017).

Los aspectos prescriptivos de las herramientas brindadas por lxs expertxs de la Cultura Terapéutica se plasman en un dispositivo técnico con una intencionalidad pedagógica, apelando a una torsión del relato del “yo” al “tú” provocando de modo intencional identificaciones y formando la ilusión de comunidad (Papalini, 2014). Luego, estas técnicas se limitan a modificar la representación del mundo y a reorientar el sentido de la acción. Los pensamientos, las emociones, los rasgos de carácter son la única materialidad sobre la que el individuo puede realizar operaciones de transformación.

El uso amplificado del relato en primera persona como instrumento de validación del discurso y la multiplicación de voces habilitadas por la

REFLEXIONES SOBRE LA CULTURA
TERAPÉUTICA EN INTERNET

Tomás J. Reñé

llegada de Internet han debilitado los discursos tradicionales de verdad. La puesta en pie de igualdad de saberes autorizados en virtud de un respaldo institucional con saberes forjados en la creencia y en las experiencias personales han desdibujado los límites de lo decible y, fundamentalmente, de lo verídico. En este punto la pregnancia de la jerga terapéutica en el sentido común posibilita la interpretación de la realidad según parámetros que prescinden de una contrastación empírica y se limitan a ser útiles para cada caso singular.

BIBLIOGRAFÍA

- Lara, A. y Enciso Domínguez, G. (2013). El giro afectivo. *Athenea Digital*. 13 (3) Barcelona 101-119. Recuperado de <http://dx.doi>.
- Castel, R. (2010). El ascenso de las incertidumbres. Trabajo, protecciones, estatuto del individuo; Buenos Aires: FCE.
- Illouz E. (2010). La salvación del alma moderna. Terapia, emociones y la cultura de la autoayuda. Buenos Aires: Ed. Katz
- Freud, S. (2008). "El porvenir de una ilusión". En Sigmund Freud Obras Completas. Buenos Aires: Amorrortu editores. [1927]
- Foucault, M. (2010). Los anormales. *Curso en el College de France (1974-1975)*. Buenos Aires. FCE [1999]
- Gavira Alvarez, L. (2013). La gestión terapéutica de la cultura: una nueva forma de disciplina social. *Revista andaluza de Antropología* Nº4: [pp. 147-164] Recuperado de <http://hdl.handle.net/11441/44608>
- Meccia, Ernesto (Viernes, 12 de junio de 2015) Soy. *Página 12*. Recuperado de <https://www.pagina12.com.ar/diario/suplementos/soy/1-4032-2015-06-12.html>
- Papalini, V. (2014). Culturas terapéuticas: de la uniformidad a la diversidad methaodos. *Revista de ciencias sociales*, vol. 2, núm. 2, noviembre, 2014, pp. 212-226 Universidad Rey Juan Carlos Madrid, España. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/4415/441542972005.pdf>
- Sibilia, P. (2013). El hombre postorgánico. Cuerpo, subjetividad y tecnologías digitales. Buenos Aires, FCE.
- Zafra, R. (2017). El entusiasmo. Precariedad y trabajo creativo en la era digital. España: Ed. Anagrama.