



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MÉXICO  
UNIDAD ACADÉMICA PROFESIONAL DE TEJUPILCO**

**LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA**

**PERCEPCIÓN DE SOLEDAD EN ADOLESCENTES DE LA EPO  
NUM. 193 DEL MUNICIPIO DE SAN SIMÓN DE GUERRERO**

**TESIS**

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADO EN  
PSICOLOGÍA.**

**PRESENTAN:**

**PÉREZ MONDRAGÓN MARIA GUADALUPE  
NO. DE CUENTA 1827033**

**ALPÍZAR TÉLLEZ RICARDO  
NO. DE CUENTA 1826954**

**DIRECTORA DE TESIS**

**LIC. EN PSIC. ERIKA MAGALI JAIMES PÉREZ**

**ASESORA DE TESIS**

**PhD. DRA. EN PSIC. LETICIA CARREÑO SAUCEDO**

**TEJUPILCO, MÉXICO.**

**OCTUBRE 2023**

## RESUMEN

La presente investigación titulada percepción de soledad en los adolescentes de la EPO Núm. 193 del municipio de San Simón de Guerrero tiene como objetivo Analizar la percepción de soledad en adolescentes de la EPO Núm. 193 del municipio de San Simón de Guerrero, por lo cual se realizó un estudio descriptivo, no experimental trasversal, en el cual participaron 19 estudiantes los cuales fueron 14 mujeres y 5 hombres con los siguientes criterios de inclusión, que tenían que permanecer a la EPO Núm. 193 y cursar el 3° grado, de igual manera con su consentimiento informado y su participación de forma voluntaria, a los cuales se les aplico el aplico de forma virtual, el Instrumento Multifacético de Soledad (IMSOL), que este consta de 66 reactivos, en los cuales las respuestas van de 0 a 4 en cuanto a la respuesta de satisfacción de cada adolescente, y está compuesto por 10 factores y los resultados obtenidos oscilaron a un nivel de percepción de soledad en los adolescentes, con un nivel Alto de 21.1%, en donde es importante considerar que los factores que incrementaron este nivel fueron apoyo en religión, evitación, reinterpretación positiva, los cuales indicaron que los adolescentes requieren de mayor apoyo en este aspecto.

**Palabras claves:** Percepción, soledad, adolescentes, afrontamiento, soledad emocional.

## **ABSTRACT**

The present investigation entitled perception of loneliness in adolescents of the EPO No. 193 of the municipality of San Simón de Guerrero aims to analyze the perception of loneliness in adolescents of the EPO No. 193 of the municipality of San Simon de Guerrero, for which a descriptive study was carried out. non-experimental cross-sectional study, in which 19 students participated, 14 women and 5 men with the following inclusion criteria who had to remain at EPO No. 193 and attend 3rd grade, in the same way with their informed consent and their participation voluntarily, to which the Multifaceted Instrument of Loneliness (IMSOL) was applied, which consists of 66 items, in which the answers range from 0 to 4 in terms of the satisfaction response of each adolescent, and is made up of 10 factors and the results obtained ranged from a level of perception of loneliness in adolescents, with a High level of 21.1%, where it is important to consider that the factors that increased this level were support in religion, avoidance, positive reinterpretation, which indicated that adolescents require increased support in this regard.

Keywords: Perception, loneliness, adolescents, coping, loneliness emotional.

## **PRESENTACIÓN**

La presente investigación titulada percepción de soledad en los adolescentes de la EPO Núm. 193 del municipio de San Simón de Guerrero, está compuesta de dos apartados y en el primer apartado con el marco teórico en este se encuentra un capítulo titulado percepción de soledad de igual manera con los diferentes subtemas, en donde se habla acerca de los antecedentes de soledad, conceptos de soledad, tipos de soledad, causas de soledad, niveles de soledad, percepción de soledad en adolescentes, análisis de la importancia de la soledad en la adolescencia, factores de la soledad, consecuencias del concepto de soledad en la adolescencia, la percepción de soledad como factor de riesgo en la adolescencia, como piensa el adolescente en la soledad, influencia de la soledad en el contexto del adolescente.

En el segundo apartado es el método donde se encuentra un objetivo general y 3 objetivos específicos, el planteamiento del problema, la pregunta de investigación de igual manera se puede encontrar el tipo de estudio el cual es un estudio descriptivo, con una variable, la población con la que se trabajó, el instrumento que se aplicó para la elaboración de esta investigación, el diseño de la investigación, la captura de la investigación, el procesamiento de la investigación y se finaliza con las referencias que dan el sustento teórico de esta investigación.

## INDICE

### Contenido

RESUMEN .....	v
PRESENTACIÓN .....	vii
INDICE .....	viii
INTRODUCCIÓN .....	x
MARCO TEORICO.....	15
1.1 Antecedentes .....	15
1.2 Conceptos de soledad .....	19
1.3 Tipos de soledad .....	24
1.3 Causas de la soledad .....	30
1.4 Niveles de la soledad.....	35
1.5 Percepción de soledad en los adolescentes .....	39
1.6 Análisis de la importancia de la soledad en la adolescencia .....	44
1.7 Factores de la soledad .....	47
1.8 Consecuencias del concepto de soledad en la adolescencia.....	50
1.9 La percepción de soledad como factor de riesgo en la adolescencia.....	54
1.10 Como piensa el adolescente en la soledad.....	57
1.11 Influencia de la soledad en el contexto del adolescente.....	60
1.13 Salud mental y soledad en la adolescencia.....	64
1.14 Apego emocional .....	66
1.15 Síndrome de aislamiento social .....	68
METODO.....	73
OBJETIVO GENERAL.....	73
OBJETIVOS ESPECIFICOS.....	73
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	73
DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN .....	74
TIPO DE ESTUDIÓ .....	75
VARIABLE.....	75
POBLACIÓN .....	75
MUESTRA .....	75

INSTRUMENTO .....	76
CAPTURA DE LA INFORMACIÓN.....	77
PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN .....	78
RESULTADOS .....	78
DISCUSIÓN.....	84
CONCLUSIÓN.....	88
SUGERENCIAS.....	90
REFERENCIAS.....	92

## INTRODUCCIÓN

Jones (1982) definen soledad como una respuesta a la discrepancia entre las relaciones interpersonales deseadas y las existentes. Este autor plantea que la soledad posee ciertas características esenciales, que son como primera medida el resultado de deficiencias en las relaciones sociales y en segundo plano representan una experiencia subjetiva, que no necesariamente es sinónimo de aislamiento social, ya que se puede estar solo sin sentirse solitario o sentirse solo cuando está en grupo, desagradable y emocionalmente angustiante (p.4)

La soledad se ha denominado en estos últimos tiempos como la que conlleva a el alejamiento de la persona en su ambiente con la sociedad, y va deteriorando las relaciones familiares, y de amistad de la persona, con el paso del tiempo. Implica un desequilibrio en todo el entorno de la persona, es algo que en muchas ocasiones la persona no desea pasar por estos sentimientos de tristeza o soledad, y el sujeto mantiene una carga pesada, más sin embargo si este sabe cómo controlarla pueda llegar a salir de esa fase con ayuda de su medio que le rodea (Jong-Gierveld, 1978).

Roy y Andrews (1999) afirma que la soledad es una respuesta algo irreal, significativa en el proceso del adolescente, ya que este genera interdependencia, de cierta manera involucra la relación con gente exterior que quisiera tener comunicación, y pudiera recibir apoyo de ellos. (p. 288).

Para Roy (1999) la soledad existe como un problema común para lograr la adaptación y una calidad de vida afectiva desde la niñez hasta la vejez. Además, afirma que nadie está inmunizado contra ella, y durante toda la vida se lucha por mantener una integridad relacional con la sociedad. Sin embargo, incluso las personas que tienen relaciones mutuamente satisfactorias experimentan periodos de soledad y enajenación en cualquier lapso de su vida (p. 288).

Se ha conceptualizado a la soledad como una manera de autoadaptación en donde el sujeto tiene que estar en constante tratamiento, una vez que el sujeto presenta los primeros síntomas de soledad este está a tiempo de informar a la familia, o red que pertenece y hacerles saber que necesita ayuda y no dejarlo solo, aquí depende la comunicación y relación que tiene con su medio (Flanders, 1982).

En la etapa de la adolescencia la soledad, brinda un sentimiento muy notorio que la mayoría de las personas lo puede presentar ya sea en síntomas muy negativos y desfavorables, genera insatisfacción en todos los lugares que este se pueda encontrar, es un sentimiento que surge de forma involuntaria en las personas. Por otro lado, se dan sentimientos emocionales ya sea por situaciones que este pasando la persona o una experiencia que allá vivido, aquí varea en la calidad de vida que la persona lleva, si la persona no tiene una buena relación con su familia, de ahí puede derivarse todo y sería muy difícil para el sujeto poder salir de este problema y lo llevaría a tomar decisiones complicadas (Carvajal y Caro, 2009).

Weiss (2008) afirma que los sentimientos de soledad son considerados como una deficiencia o impedimento en los sistemas de interacción interpersonal. Diferenció entre soledad de tipo emocional y soledad de tipo social. La soledad emocional aparece en ausencia de apego emocional, y ocurre como resultado de la pérdida de intimidad con personas cercanas como padres, pareja o hijos; por el contrario, la soledad social aparece en ausencia de una red social de apoyo (p. 287)

Una idea importante de considerar en el fenómeno de la soledad, es la que se presenta como una experiencia a lo largo de la vida y se menciona que es poco fácil de entender este proceso, de esta manera que fuera el punto medio alguna problemática insignificante, como es la soledad física personal de cualquier problema psicológico, es decir, estar físicamente solo o alejado de una sociedad, familia o rodeado de otros sin interacción alguna con ellos y centrado en alguna actividad de tipo mecánico rutinario resulta tentadora para los adolescentes (Rosillo, 2019).



Karnick (2005) afirma que la soledad es un problema, en la vida de las personas que la presentan, que ha sido sistemáticamente negado como un trastorno que requiere atención seria, terapia de cierto tipo, tal vez porque quienes lo sufren no siempre admiten que puede ser la raíz de otros problemas, o porque no se ve como una entidad separada. La mayoría de las personas que padecen soledad, no se reconocen como solas esto a que ellos sienten que tienen personas en contacto con ellos, y no están completamente solas o aisladas, ellas refieren que son capaces de identificar sus sentimientos de soledad y de los que los rodean y lo puedan padecer (p. 4).

Gotesky, (1965) refiere que “El estado antagónico es estar como adversario ante cualquier suceso a lo que esto corresponde al estado de soledad. Siguiendo un razonamiento deductivo lógico dentro del constructo soledad se puede diferenciar a su vez tres factores: soledad física, soledad emocional y soledad intencional” (p. 5).

Refiere que

La soledad física, se da mediante una problemática personal de la vida ya sea una ruptura con un ser querido, de esta manera afecta directamente con las emociones y con la mente, deteriorando la salud física. En cuanto a la soledad emocional se centra en el sentimiento de las actitudes que reflejan las personas con ellos, ya sea que se sientan excluidos en actividades, rutinas y les afectan gravemente que no puedan ser aceptados en su ambiente. La soledad intencional esta conlleva al deseo que la persona está presentando en el momento de no querer tener comunicación con nadie de su alrededor, les gusta pasar tiempo a solas y buscan activamente estar solos por circunstancias personales (Gotesky, 1965).

De acuerdo con Sadler y Johnson (1980) la soledad puede ser un saludable indicador de las limitaciones humanas. Puede conducir a una autoconciencia de que es esencial para el desarrollo de la integridad personal y el testimonio de mucha gente indica que esta puede ser también una fuente de creatividad y fortaleza. Aunque esta clasificación sugiere ideas para describir a la soledad, carece de referente empírico “información” que avale su pertinencia heurística (p. 21).

Un factor que se asocia con frecuencia a la soledad durante la adolescencia está dado por los cambios en la estructura familiar y las características de la relación padres-hijos. Los cambios en la estructura familiar pueden hacer difícil para los adolescentes obtener apoyo, guía y satisfacción de las necesidades interpersonales básicas. Aspectos como desintegración familiar, familias reconstituidas, entre otros, disminuyen las relaciones familiares y aumentan comportamientos como abuso de drogas, problemas emocionales y de la conducta, y bajo desempeño escolar (Antognoli, 2000. p 285).

Factores asociados a la soledad son los sentimientos negativos de tristeza y desesperanza, este último entendido como una sensación de "no futuro" o de pesimismo hacia el mismo (Buchholz, 1999). La literatura muestra que los sentimientos de soledad y desesperanza se asocian con conducta suicida, causando en ello la mortalidad entre adolescentes (Stewart, 2005). Este aspecto conlleva una relación entre la soledad que presenta el adolescente, como son, ideas de desesperanza y algunos problemas fuertes de modo familiar, de cierta forma la persona crea una conducta de autodestrucción y esto altamente los pone en riesgo (Anderson y Webb, 2004).

La soledad es un problema de alto riesgo que va de la mano con las ideas que la persona tiene acerca de la muerte, alteraciones en la salud física, trastornos de alimentación, enfermedades cardiovasculares y problemas en la salud emocional y mental, estas suelen presentarse mediante (depresión, estrés, suicidio, consumo de alcohol, drogas etc.) (Lauder *et al.* 2004).

Holmen y cols (1992) Sugiere que en los últimos años las muertes que han sucedido, han sido debido a personas que presentan soledad y estas tienden a terminar con su vida.

Organización Mundial de la Salud (OMS, 2004) refiere que actualmente, la población se ve afectada por factores como inseguridad, un bajo nivel educativo, vivienda inadecuada, mala nutrición, abuso de alcohol y otras sustancias, maltrato, y conflictos familiares que alteran de forma significativa

la calidad de vida en las esferas física, social, emocional y mental. Estos factores ocasionan en los individuos y las familias experiencias de inseguridad, desesperanza, soledad, riesgos de violencia y problemas en la salud física (p.5).

En la adolescencia la soledad afecta en grandes rasgos a todo el ser humano desde su ambiente emocional y físico, como el no poder tener un contacto bueno con su entorno, esta etapa se puede presentar desde la niñez, donde le pueden surgir problemas al no poder hacer amigos en su escuela, o el no tener una buena comunicación con su familia, este es base fundamental para que desarrolle la etapa de socialización. En la adultez le pueden surgir conflictos esto se puede generar por los cambios que pueda presentar en su etapa de la pubertad, ya sea que en su etapa de niño allá tenido una buena relación en sus diferentes ambientes, y en la etapa de la pubertad pueda encontrarse con este problema del querer estar aislado y que nadie sepa de él, es algo normal que puede surgir, pero sin olvidar que tiene que estar en tratamiento, para no tener resultados desfavorables (Murray *et al.*, 2006.).

Los resultados de un estudio que utiliza la teoría de la soledad desarrollada por Gierveld y Kamphuis (2004) muestran que la soledad es un fenómeno común, y que sus factores de riesgo en población general incluyen violencia doméstica, desempleo, tener niños menores de 18 años dentro del hogar, tipo de relación marital (éstos, dentro de intervalos de confianza significativos). Los resultados también apoyan hallazgos previos de la literatura que mencionan posible relación entre factores socioeconómicos, soledad y suicidio. Dentro de las variables que predicen menores niveles en los sentimientos de soledad se encuentran: ser casado y tener empleo (Gierveld y Kamphuis, 2004. p 291)

## MARCO TEORICO

### CAPÍTULO 1. PERCEPCIÓN DE SOLEDAD

#### 1.1 Antecedentes

La soledad fue definida por Salinas (1947) “como un sentimiento, que se crea mediante el alejamiento de la persona con su sociedad, esto puede ocurrir incluso si la persona está rodeada por infinidad de amigos, no descartara de que esta pueda sentirse sola”. (pag.4).

Más tarde, Peplau y Perlman (1982) operacionalizaron el sentimiento de soledad como la percepción de que hay una brecha entre lo que una persona espera de las relaciones interpersonales y lo que hubiera deseado. Introduciendo, así, el concepto de grado de satisfacción. Éste pone en evidencia la subjetividad de la soledad, ya que depende de la percepción de la persona sobre su relación con los demás (pag.4).

En las siguientes décadas aumenta y se consolida el interés por la soledad, se crean nuevos instrumentos para su medida y se incrementa y especializa la investigación centrada en la recogida de datos empíricos, en las relaciones entre soledad y enfermedad tanto mental como física y en distintos factores implicados en el fenómeno de la soledad como la incidencia de la cultura, la edad, el género, el trauma (individual y social) o el estilo de apego y más recientemente el papel de las nuevas tecnologías y su relación y efectos sobre la soledad. Cobra relevancia la idea de que la soledad puede considerarse una de las dolencias más silenciosas y difíciles de detectar. (Diez y Morenos, 2015) pág. 5

La soledad es muy interesante conocerla es sus diferentes facetas, a través de diferentes ideologías y culturas, ya que forma la personalidad de la persona mediante sus experiencias, se basa en un tema de mucha investigación para llegar

al resultado que la persona quiere conocer para que pueda recibir la ayuda que este necesita (Camacho y Hernández, 1988)

Camacho y Hernández (1988) refieren que la soledad es de gran importancia y tiene una relevancia social con el contexto en el que se puede encontrar, logrando así ser más individual de la persona ya que se sabe que la soledad pertenece y vive en el individuo que la padece, convirtiéndose así en un problema social y contextual, por este hecho no se recomienda que en la sociedad emplee etiquetas de forma personal, o mucho menos clasificar a la gente.

Más recientemente, Rook (1990) Conceptualizo a la soledad como sentimiento que puede generar un gran malestar en su ambiente físico y emocional de la persona, puede aparecer en cualquier momento de la vida, ya sea que el sujeto se allá sentido aislado, o rechazado por sus amigos o familia, carece de personas para realizar actividades que son importantes para él, todo esto lo lleva a presentar estos sentimientos de soledad.

También se concibe la soledad como un fenómeno multidimensional en diferentes áreas en el que influyen variables de diferente tipo cognitivas, emocionales, conductuales y sociales, que se conjugan y se adaptan de un modo distinto para cada persona a lo largo de la vida (Rokach, 1990).

Weiss (1974) refiere que la soledad es la falta o carencia reflejante de relaciones que se tienen en la sociedad y son satisfactorias, y desencadenan muy buena relación y bajo esta experiencia implican una aguda autoconciencia y autoconocimiento que quiebra la red de relaciones del mundo del self, el ser uno mismo en nuestro ambiente.

Weiss (1974) propuso diferentes aportes hacia el tema de soledad, algunos de los más principales fueron cuando menciona acerca de los tipos de soledad, y para ejemplificar algunos fue la soledad emocional, y la soledad social

Weiss (1982) planteo que la soledad social es a la que el sujeto no pertenece a un grupo o red, en donde este pueda ser partícipe de forma positiva y sea bien

aceptado y las relaciones que esta valla teniendo en su entorno y se sienta en confianza de expresar lo que siente

La soledad esta denominada con un estado emocional, que se presenta en la persona cuando esta no ha logrado una buena manera de socializar con su grupo al que actualmente pertenece. Esto lo lleva a sentirse insatisfecho a lo que lleva que más personas se preocupen por él y su estado de salud valla decayendo en ambas partes, menciona que la soledad afecta al 25% de la población especialmente adolescentes (Moya, 1994)

Lo que llevo al estudio de la soledad fue, la gran relación que existe en las personas al momento de socializar y el contacto que tiene con sus relaciones personales a lo largo de su vida cotidiana y la comunicación que se genera (Weiss, 1973).

Si bien la soledad se ha conceptualizado y determinado como una carencia que experimenta la persona, en su vida con la sociedad, es una experiencia en donde surgen diferentes sentimientos y muy complicada de tratar ya que no se puede vivir o sobrellevar con esta problemática. Tiene su origen en modo, en el que el sujeto percibe las cosas, la comunicación que se genera en diferentes ambientes o grupos es esencial en este tema (Russell, 1982).

Diferentes autores mencionan que la soledad es una característica poco significativa para el ser humano, y otros la consideran como un estado pasajero que pudiera presentar la persona y es de gran importancia conocer a las personas con las que se esté relacionando (Gerson y Perlman, 1979). La soledad ha sido estudiada y tiene una gran importancia a nivel psicosocial, es importante mencionar que la persona que la padece, para esta no es una característica individual como muchos piensan, sino que es todo un proceso por el cual el sujeto atraviesa, y grandes rasgos es mucho más complicada de tratar, ya que se convierte en un problema que la presenta con toda la sociedad y lo mantiene alejado de todos (Camacho y Hernández, 1988).

La soledad a estado expuesta en todos los momentos de nuestra vida, ya sea en una canción, novela, película poesía, libro, a pesar de esto toda persona a la a presentado, se conoce como un sentimiento, una emoción que llega en un instante inesperado y puede permanecer en ti o desaparecer en cuestión de minutos, es difícil de definir con palabras el sentimiento que se está presentando, no todas las personas suelen hablar de este tema ya sea por pena o por no sentirse clasificados ante otros individuos (Karnick, 2005)

Karnick (2005) afirma que la soledad es una consecuencia que ha sido prácticamente negada con un trastorno, por lo cual se dice que no requiere una atención seria, y en el mayor de los casos la persona que presenta la soledad no admite que se siente así en base a raíz de problemas que pudo presentar, esto por no ser separado de la sociedad. Estas personas no aceptan ni se reconocen como personas solas, por razones de ser excluidos, rechazo, vergüenza y burlas de su entorno, esto lo presentan más los adolescentes, ya que no les gustaría que los aislaran de su grupo de amigos.

Investigaciones relevantes mencionan que existen problemáticas y que estas no se relacionan ni se prestan como mecanismos de autoayuda por el “terapeuta” ya que de esta manera la soledad no tiene una solución como tal si no simplemente se puede tratar y esta no altera de forma directa, sino como por diferentes enfermedades que la persona va presentando a lo largo del tiempo o como por etapas por la cual la persona puede llegar a pasar (Lauder, 2004)

De igual manera se elaboró una investigación correlacional, por Antognoli (2000) en donde se encontró que la relación que se da mediante los padres e hijos adolescentes en su ambiente familiar, es una característica principal que hace la persona tienda a padecer de soledad. Todo varia en la conexión y la comunicación que exista en su ambiente familia. Esto afirma que entre más apoyo tenga el adolescente por parte de su familia, más fácil va hacer para el sujeto desenvolverse en su ambiente con amigos o grupos. Por otro lado, los sujetos que crecieron en

ambiente con una buena comunicación y que su relación con la familia es buena tienden a presentar menos soledad ya que se siente ese apoyo y cariño por parte de esa rama.

## **1.2 Conceptos de soledad**

El concepto de soledad se ha distinguido de otros parecidos como falta de compañía, aislamiento, ser único y distinto con falta de constructos psicológicos como introversión y/o depresión, y de constructos psicológicos como alienación o anomia enfermedades que predisponen al ser humano (Solane, 1982).

La soledad es definida por el Websters New Universal Unabridged Dictionary (1983) “como un estado o calidad de ser solitario, estar apartado de otros, aislamiento, ser infeliz estando solo; o anhelo de amigos o de compañía” (p.7)

El Oxford English Dictionary (2008) define a la “soledad como la calidad o condición de estar solitario; la necesidad de la sociedad o la compañía; el sentimiento de estar solo; el sentido de soledad; o el desaliento que surge de la necesidad de compañía” (p.7).

Por otro lado, Jones (1982) definen soledad como una respuesta a la discrepancia entre las relaciones interpersonales deseadas y las existentes. Estos autores plantean que la soledad posee ciertas características esenciales, que son como primera medida el resultado de deficiencias en las relaciones sociales y en segundo plano representan una experiencia subjetiva, que no necesariamente es sinónimo de aislamiento social, ya que se puede estar solo sin sentirse solitario o sentirse solo cuando está en grupo, desagradable y emocionalmente angustiante (p.4)

Para Roy (1999) la soledad existe como un problema común para lograr la adaptación desde la niñez hasta la vejez. Además, afirma que nadie está inmunizado contra ella, y durante toda la vida se lucha por mantener una integridad relacional. Sin embargo, incluso las personas que tienen relaciones mutuamente satisfactorias experimentan periodos de soledad y



enajenación. Afirma además que la persona que no alcanza un apego emocional adecuado, y que no puede tener o tiene muy poca relación satisfactoria sufre un gran dolor emocional (p.9).

Asher y Paquette (2003) mencionan que la soledad está relacionada y se influencia, por la comunicación y relación que tiene la persona, sobre su contexto en el que habita y amistades, es caracterizada por la satisfacción que tiene la persona con el mundo que le rodea, la aceptación que logra generar en su ambiente.

“La soledad es una problemática que surge en diferentes grados y casos insignificantes y se presenta en diferentes circunstancias, esta no distingue de personas, clase, género, sexo, o nivel socioeconómico” (Gullone, 2006).

Existen dos etapas importantes para el ser humano, la infancia y la adolescencia estas se caracterizan por ser más significativa la presencia de soledad en estas etapas, ya por cualquier problemática la más diminuta que tengan con alguien que les rodea, tienden a presentar estos sentimientos de tristeza y soledad, y estas pueden quedar impresas por largos tiempos, afectando más adelante la etapa adulta. Debido a esto es importante que personas que pertenezcan a su contexto hablen y sepan expresarse de una forma adecuada para que no le puedan traer conflicto alguno, para ellos es importante tener una buena comunicación, confianza brindándoles fortaleza para que en los próximos conflictos que lleguen a tener sepan tomarlos con una actitud positiva (García, 2019)

La soledad es la manera en la que la persona acepta mentalmente que es angustiante para él, afecta físicamente, es estresante y se puede sentirse agobiado, solo, y es un proceso doloroso. Es un sentimiento que surge de forma inconsciente, ya sea por problemas de exclusión, separación o sentirse aislado. Esto no conlleva a que una persona lo pueda presentar por el hecho de estresarse en el momento. Existen varios causantes para poder presentar la soledad, puede ser la falta de comunicación con su familia, falta de intimidad, amigos o sentirse vacío puramente, todo esto puede llevar a presentar soledad (McGraw, 1997)

La soledad a diferencia de otros conceptos se deriva como el aislamiento que genera la persona y a su vez como un apoyo social, ya que esto puede generar diferentes enfermedades si no se sabe tratar, algunas de estas, ideas suicidas, consumo de sustancias, cuadros de ansiedad y depresión, y todo esto a causa del contexto en el que se encuentra el individuo (Montero, 2001)

El análisis del concepto desarrollado por Brown (2005) presenta la soledad como un espacio con pérdida de los puntos de referencia, sufrimiento con respecto al destino de la persona, crisis de identidad y enajenación de sí mismo. Este análisis, además, identificó dos tipos de soledad, una causada por pérdida de un objeto o propósito, también llamada soledad secundaria, y soledad por sí misma, caracterizada por sentimientos de estar solo y sin ayuda en el mundo, también llamada soledad primaria

La soledad, según Salinas (1947) fue introducido y definido de cierta forma como la distancia, aislamiento y el sentimiento interior que se crea, se percibe y recaba una persona en relación y en conjunto a una sociedad, correspondiendo y considerando entonces a una experiencia tanto subjetiva como objetiva, como son sentimientos y emociones que puede ocurrir y suceder incluso si se está rodeado de personas en su contexto social, natural y cultural.

Según Sullivan y su teoría Interpersonal (1953) adopta el concepto psicológico de soledad más antiguo y en la cual se atribuye a la soledad como una de las más dolorosas experiencias que pueda pasar cualquier humano. Por consiguiente, es el resultado dado por el fracaso en satisfacer la necesidad de intimidad con otro, esto es, que la persona no hubiese conseguido una relación significativa con otra con la que quisiera una intimidad específica. Sin embargo, la soledad como la ausencia real o percibida de vínculos satisfactorios, y por la cual muchas veces las personas podrían presentar síntomas de estrés negativo debido a la falta de una relación placentera con un igual.

Según Scalise, et al (1984) la soledad es una experiencia subjetiva, que está asociada a diferentes ideologías de la calidad de vida que se tiene, las relaciones y

lazos que el sujeto tiene, a todo esto, se le considera como lo irreal, con lo que en verdad está pasando en su vida un sujeto. Este constructo está integrado por dimensiones todas con un fin significativo como lo puede ser el aislamiento, la fatiga, agotamiento. Estos autores consideran al aislamiento como una característica o proceso de alejamiento interpersonal y de ahí se deriva a que presenten aislamiento, se alejan de la sociedad y no les gusta el contacto con el exterior, ni tener alguna relación con alguien cercano, y esto aumenta los sentimientos de soledad en la persona.

Para Contini (2011) la soledad surgiría si el adolescente no ha adquirido capacidad de interactuar y afrontar un contexto social cambiante. Desde el enfoque de la Psicología Positiva se dirá que adolescencia no es sinónimo de psicopatología, en este caso de disfunciones en las habilidades sociales y que el comportamiento del joven ha de ser entendido en el contexto socio histórico y familiar en el cual se produce, para ello es importante saber el tipo de pensamiento del adolescente ya que es de gran importancia saber para así mismo llevar a cabo una investigación más a fondo.

El adolescente debe afrontar la elección de una carrera profesional o un trabajo estable, de pareja, la redefinición de su vínculo con el grupo primario y con los pares, desde líneas teóricas clásicas se plantea que es el momento en que el joven advierte su condición de ser único y puede experimentar sentimientos de soledad, tanto puede ser bueno y malo ya que para muchas personas es mejor ser único y no pensar como las demás personas pero por tanto analizar puede caer en algún conflicto tanto personal como familiar y así mismo se desarrolla lo que es la soledad, a partir de este análisis se concluye que será más complejo para el adolescente el aprendizaje de vínculos saludables y el establecimiento de relaciones interpersonales mutuamente satisfactorias (Cuny, 2001).

La soledad se presenta entonces como un fenómeno multidimensional que varía en intensidad, causas y circunstancias y que se presenta en diversas edades, niveles socioeconómicos, estado civil o género que se entienden por soledad el deseo no logrado de mantener relaciones satisfactorias próximas con otros significativos,

mientras que el aislamiento se presenta como la evitación de vínculos psicosociales por parte del sujeto (Millon y Ramnath, 2006).

### 1.3 Tipos de soledad

Russel (1984) Propuso una tipología para la soledad y se basa en dos tipos, la cuales menciona que son las más importantes que se tienen en cuenta, la soledad emocional es la que tiene una escasa relación con otras personas, es la falta de comunicación que puede presentar con su ambiente, y pueden ser personas viudas, que tienen problemas fuertes y serios o divorciados, estas son personas que generan un ambiente más romántico, con esa persona en especial ya que se sienten seguros ahí y el alejarse es difícil. La soledad social es la no pertenencia a un grupo o contexto en específico, el sentirse aislado de su familia o grupo de amigos, simplemente el sentir escaso el afecto de la sociedad, el no compartir rutinas, actividades junto a esas personas, lo hace presentar sentimiento de aislamiento y soledad, genera preocupaciones al no de encajar en su grupo

MacGraw (1992) propone que la soledad comunicativa es la que surge cuando la persona no puede comunicarse en los diferentes ámbitos que ese le genere un problema, pueden ser problemas muy pequeños sin importancia o problemas muy significativos, este tipo de soledad tiene que ver con la forma de expresar lo que siente o hacer notar sus sentimientos, el negar lo que está pasando, para ellos es una forma de aislarse, resulta de este modo que las personas que la presentan, tienden a cerrarse en su mundo y no hablar de esto para esto, a ellos les generan diferentes ideas pero son extremadamente peligrosas.

La soledad ontológica surge de nosotros mismos, en lo que nos hace falta, en el vacío que puedes presentar, por no entiendes que figura hace falta o que es lo que realmente deseas. Es un sentimiento de una ruptura con tu propio ser lo cual es un tema grave de comunicar. Esta soledad refiere que es el no poder mantener u obtener lo que estas deseando o que te hace falta, conlleva temas significativos de intimidad con el ser. Es una falta de identidad, es como no tener control de tu propio cuerpo. Existe la soledad ontológica severa y esta resulta ser muy complicada de entender ya que te hace falta todo, en ningún ambiente te sienten en paz, produce alteraciones en la mente, con tu espíritu, descontrol total de tu ser. Esta puede conllevarte a padecer de psicosis y neurosis (MacGraw, 1992).

Castillo *et. al.* (2019) identifico cinco aspectos de la soledad característicos de la soledad, los cuales son:

- a) No tener a nadie con quien hablar
- b) Sentirse desconectado del mundo
- c) Sentirse dejado de lado
- d) Tristeza
- e) No sentirse entendido

Algunos de estos aspectos no se toman como conductas aprendidas, a través de modelos parentales inadecuados. Estos aspectos pueden ser motivo de un carácter genético y temperamental de algunos niños o niñas, que nacen con una predisposición biológica a responder con temor e inhibición ante una situación novedosa. Esto promueve una conducta sobreprotectora de los padres hacia los hijos, reforzando las conductas temerosas de los hijos. Si se mantiene este patrón, los niños comenzarán a presentar dificultades en habilidades sociales, con mayores posibilidades de rechazo por parte de sus pares, reforzando el retraimiento social (Castillo, et al; 2019)

Soledad psicopatológica este tipo puede ser una mezcla de algunas de las soledades anteriormente mencionadas, y está relacionada a un desgaste de la salud mental de la persona. Por lo general, quienes padecen este tipo de soledad son personas que carecen de total interés por establecer relaciones y comunicación con los demás. No tienen muchos amigos y son muy distantes. Esta soledad se manifiesta en el sujeto con determinados comportamientos, como realizar actividades en solitario para evitar el contacto con otras personas. Carecen de lazos emocionales al no experimentar la interacción. También pueden mostrar comportamientos que podrían ser vistos como groseros hacia los otros por la poca empatía e indiferencia que los caracteriza. Por otro lado, este tipo de soledad está asociado con el trastorno esquizoide de la personalidad. Trastorno que se manifiesta en los primeros años de la etapa adulta. Son personas que no disfrutan de las relaciones sociales, incluso de sus propias familias, generalmente se les catalogan como solitarios, fríos y aislados emocionalmente (Emler, 2008).

Es una mezcla de soledades, que tienen como característica común un enfoque psicológico y que requiere ayuda profesional para tratar de subsanar la condición de extrema soledad en la que vive el sujeto, ya que afecta en alto grado su salud mental. Hay algo interesante en esta manifestación de soledad, lo cual está relacionado con la categoría de la soledad impuesta., el sujeto mismo se constituye en la barrera para estar en soledad, a diferencia de la soledad impuesta, en la cual, no es el sujeto quien establece la soledad, sino sujetos externos (Flores, 2007).

De acuerdo al autor Young (1982) en relación y haciendo énfasis con la perspectiva temporal, la cual hace alusión a la duración de la soledad y determino tres tipos de soledad:

a) Soledad crónica, está por lo regular dura años y por periodos muy consecutivos, la persona se siente incapaz de establecer relaciones sociales satisfactorias esto puede ser por problemas poco significativos entrando ahí los sentimientos y emociones.

b) soledad situacional, vinculada usualmente y particularmente con situaciones estresantes, que se pueden presentar por cosas que se pueden estar viviendo en el presente ya sea como el divorcio o la muerte de la pareja, los padres o los hijos; esta de igual manera puede durar por lo menos algunos meses, pero con tratamiento se puede vivir con ella y llevar una vida normal.

c) soledad transitoria, es la más común y por lo regular sucede en la mayoría de las personas y se asocia con brotes breves y cortos de soledad.

En resumen, la tipología propuesta por Jong-Gierveld y Raadschelders (1982) aborda tres aspectos fundamentales de la soledad:

a) Aspectos emocionales de la soledad: aluden a la ausencia y carencia de emociones y sentimientos positivos tales como la alegría, felicidad o el afecto, y la presencia de emociones negativas como el miedo, tristeza y la incertidumbre.

b) Tipo de privación, vinculada y anclada a la naturaleza y desenvolvimiento de las relaciones ausentes. Es de fundamental importancia, adquirir y obtener información vinculada y compartida con aquellas relaciones que el sujeto considere como

importantes, relevantes o significativas para él. Este aspecto puede dividirse, en tres subcategorías: Sentimientos ajenos o de privación vinculados en conjunto a la ausencia de un apego Íntimo, sentimientos de vacío y sentimientos de abandono.

c) La perspectiva del tiempo también puede dividirse en tres subcomponentes que se refieren y se destacan y se puede englobar o proporcionan en la cual la soledad es experimentada como: incambiable, temporal y de resignación, atribuyendo la causa de su soledad a otros. Jong-Gierveld (1978)

La teoría propuesta por Weiss (1974) propone que la soledad surge de un problema relacional, lo cual implica que las relaciones sociales otorgan y conllevan ciertas respuestas negativas. Los dos tipos de soledad no se relacionan entre sí adecuadamente, evidenciándose y dejando claro que las relaciones sociales proveen dos cosas distintas.

De acuerdo a Weiss (1974) establece que la etapa de seguridad se divide en tres provisiones relacionales en conjunto: apego, nurtura, y guía.

- a) El apego como provisión se encuentra en una relación amorosa o en una amistad muy profunda.
- b) La nurtura que son los estímulos proporcionados por el ambiente y te va moldeando en la sociedad.
- c) Por último, obtener guía de una figura aceptable o de autoridad es un tema de seguridad, pertenecía y aceptación de la relación padre-hijo, en conjunto con la familia.

La teoría que sostiene y propone Bowlby (1944) sostiene que la falta y escasa comunicación de una relación de apego produce un tipo específico de soledad, este tipo de soledad puede aparecer en cualquier persona y prevalecer por poco tiempo, hay una muy cercana y estrecha relación entre la soledad y el apego y a su vez se complementan.

El apego es la base y estructura de la soledad emocional, en las personas que pierden o abandonan su figura de apego, sea por la razón que sea, podrían experimentar soledad emocional, aunque no necesariamente soledad social, pero



se engloban entre si los dos tipos. Entre los adultos, el vínculo amoroso es el más común y significativo de los vínculos de apego, aunque un amigo muy cercano puede también ocupar ese lugar. La ausencia en diferentes ámbitos de esa figura puede predecir soledad emocional. La prevalencia y duración de este tipo de soledad, varía y depende de acuerdo al estilo de apego que se presente, donde los que tienen un estilo inseguro, es más probable que experimenten soledad, de acuerdo en la sociedad y el contexto en que viven. (Weiss, 1988)

MacGraw (1992) Deriva que la soledad étnica es la que se da mediante lo que vive el ser, para él no es algo indispensable ser libre o selectivo con su entorno o red de personas, esta enfrenta a la soledad en todas sus formas, es como un mecanismo de vida, el estar solo para él es sobrevivir a su corto entorno o grupo.

Muchnik y Seidmann, (2004) mencionan que existen distintos tipos de soledad, fuera de los ya mencionados:

- a) La soledad emocional se refiere y se asocia a la carencia, falta, pérdida de una relación buena reciente. Se experimenta una sensación de vacío debido a la ausencia de la persona con la cual había creado una relación íntima. Es importante que la persona conozca y tenga en cuenta que puede presentar ansiedad por separación, automáticamente se verán obligados a sobrellevar la pérdida por sí solos.
- b) La soledad social es entendida como la incapacidad de ser parte de una red afectiva de relaciones sociales. La persona en este aspecto se encuentra integrado a un grupo en específico con quien se sienta identificado o atraído y pueda compartir intereses en común. Es una situación frustrante que los lleva a sentirse rechazados, incomprendidos e ignorados de acuerdo al contexto en el que está situado.
- c) La soledad contextual es aquella que es posible de predecir, intuir, suponer esto significa que es posible identificar su temporalidad, cuándo empieza y cuando termina. Comprendiendo que la soledad no solo se limita a un único contexto, en este caso se genera a partir de una situación, lugar o persona. Esta se adapta y se va creando mediante tu

entorno y como eres tratado esto de cierta forma implica que se vayan adoptando relaciones positivas, tanto como negativas

- d) La soledad transitoria normalmente este tipo aparece brevemente a partir de situaciones concretas. Este aspecto puede suceder en el ámbito de una relación amorosa, conociendo, relacionándose a una persona, de tal forma que en esta etapa pase algo que sea fuerte para ambos, como la separación, rompimiento de esa relación, esto nos va acomplejando más la vida y separáramos, distanciarnos de nuestro mundo, o contexto.
- e) La soledad crónica esta refiere que se diferencia de los casos anteriores no depende de un contexto o de una situación en particular. En cambio, se perpetúa con el pasar del tiempo afectando distintos aspectos de la vida personal de quien la padece. Es posible tratarlo en las condiciones adecuadas, en caso contrario tendrá complicaciones a largo plazo.
- f) La soledad autoimpuesta es la que caracteriza a personas que, por voluntad propia, que no les guste relacionarse con familia o personas ajenas, la persona permanece en un aislamiento, esto a ellas les proporciona protección y tranquilidad. Es decir, puede ser consecuencia de una búsqueda por desarrollar un método de autodefensa surgido a partir de la desconfianza en otras personas.
- g) La soledad impuesta en este tipo de soledad indica que es el resultado de privaciones, carencia, perdida de acontecimientos materiales y afectivos que van en contra de la voluntad de quien lo está sobrellevando. las personas son incapaces de lograr tener relaciones normales y estables son más propensas a vivir estas situaciones. Por diversas razones como la falta de tiempo, economía, limitaciones físicas, inestabilidad social u otras causas similares pueden influenciar.
- h) La soledad existencial es aquella que revela un estado de ánimo que exteriorice la duda, crítica y la reflexión con respecto a diversos aspectos de la vida personal. Es un estado de conciencia plena que nos hace analizar de una manera subjetiva y privada la propia existencia, el entorno

y a quienes habitan en él. Comienza la búsqueda por identificar el sentido de la existencia.

- i) La soledad psicopatológica define a una mezcla de todas las tipologías anteriores. Para ser más precisos representa el desgaste de la salud mental por lo cual se considera que señala a un desorden psiquiátrico. Usualmente se asocia con el trastorno esquizoide de la personalidad.

### **1.3 Causas de la soledad**

De acuerdo a Camacho y Hernandez (1988) las causas de la soledad puede surgir derivado a causas internas, como bien se pueden llamar causas interpersonales, de cualquier sujeto o ser humano que la padece, esto puede influir en que la persona pueda ser tímida, o poco atractiva, que físicamente no se vea bien ante la sociedad y los estereotipos que se fueron creando los haga sobre pensar y las de desventajas en ellos y eso hace que se aíslen del mundo y de todo el contexto que los rodea, y esto ha existido a través del paso del tiempo.

Heinrich y Gullone (2006) Menciona que la soledad se relaciona problemáticas psicosociales, estrés social, enfermedades inexplicables que no encuentran un tratamiento para esta, afecta la salud mental y emocional. La soledad se asocia con los sentimientos de ansiedad, tristeza, depresión, ideas suicidas, autoestima bajo, dietas rigurosas y adicción a las drogas.

De esta manera la soledad, también se encuentra ligada a presentar diferentes síntomas cuando la estas presentando, algunas de estas son: problemas de sueño, náuseas, dolor de cabeza, vértigo y problemas cardiovasculares. La soledad presenta problemas físicos, aparentemente para ellos es algo normal que están cambiando en su vida, experimentan y expresan depresión en periodos largos, cambian por completo todo su estilo de vida, se vuelven unas personas poco saludables, su salud mental esta por los suelos, en base a estar pasando por todo esto, tienden a hundirse en el alcohol y en las drogas (Heinrich y Gullone, 2006).

Roberts (1988) Plantea que el aislamiento social y la soledad suelen ser una causa compleja para el ser humano, ya que esta se presenta mediante la depresión y

suelen ser personas con menos esperanzas de vida, a estas personas no les gusta hablar de este tema por rechazo de su contexto, estos individuos permanecen solos por periodos largos, permanecen aislados y la única manera para sentirse bien es escapar y tomar decisiones rápidas para ellos, ideas suicidas.

Los resultados que se obtuvieron muestran, que la soledad es una justificación o respuesta personal que cada persona proporciona, pueden presentar ideas de suicidio, y la soledad va aumentando y recabando enfermedades, tanto físicas como mentales, el estrés psicológico es uno de los principales cuando presentas soledad, esta de igual manera puede afectar no solo a un miembro, si no a los seres queridos que están contigo, se preocupan por tu bienestar y conlleva a un procesos del querer estar bien contigo y con tu familia (Boergeors, 1998).

Es importante aclarar y mencionar que, en este proceso anqué la soledad y la depresión conllevan algunas características muy similares, como son los sentimientos de tristeza y miedo, estos son dos fenómenos muy diferentes y poco complejos, que se tratan con una intervención diferente, va dependiendo del grado en el que se presenta y que tan severo es (Joiner, 1999).

Page (1993) Menciona y aclara que la soledad se relaciona, con diferentes sentimiento y emociones como puede ser, periodos de desesperación, el consumo de psicofármacos (drogas), y todo esto lo hacen para poder sobrellevar su soledad. La soledad engloba a presentar autoestima bajo, actitudes provocativas y sin motivo alguno cambios de humor, abuso de sustancias, limitaciones en la ingesta de alimentos, acciones o hábitos delictivos, todo esto formando una red de problemas con su contexto u sociedad.

Para Rew (2001) Los resultados recabados a través de su investigación obtuvo que, la soledad la presentan en un alto rango los adolescentes, su estudio lo realizo mediante adolescentes sin hogar y que presentaban situaciones difíciles, y confirma que la salud y el bienestar de la persona, influye mucho en el estilo de vida que esta lleva, engloba también a la falta de comunicación que la persona tiene con su red

de amigos y su familia, y lo relaciona de esta forma con el abuso sexual que hoy en día presentan los jóvenes en la sociedad, y que está muy marcada en este tiempo.

Nilsson (2006) confirma que la soledad puede presentarse como consecuencia o de igual manera como una exigencia de:

1) aislamiento interpersonal esto lo genera a distanciarse de su ambiente familiar o red de amigos, dado a esto porque no existe una interacción social satisfactoria, tienen un tipo de personalidad diferente y se desintegran poco a poco.

2) Aislamiento intrapersonal la persona suprime deseos y sentimientos, no los conoce de cierta forma, empieza a desconfiar de sí mismo, de sus juicios y percepciones que tiene, se vuelve algo ya patológico.

3) aislamiento existencial se relaciona con una separación y liberación de la persona con su contexto o mundo, por problemas que este presentando en su momento.

Existen dos causas que afirman, que la soledad se da mediante dos procesos, 1) personales o internos que el individuo va presentando a lo largo del tiempo y son muy constantes, se les dificulta hacer presentes sus habilidades con la sociedad, se sienten incomprendidos y les resulta complicado estar solos, 2) externas o situacionales, estos individuos suelen padecer de sustentabilidad y recursos económicos que los conlleva a sentirse asilados por esta problemática (Karnick. 2005)

El problema que existe para relacionarse con otros individuos, es base fundamental para presentar soledad. La falta de voluntad para estar solos forma y toma una parte fundamental en esta etapa, la evitación a la soledad busca tener comunicación social para poder cortar o terminar con el aislamiento, el refugio a la soledad, estos prefieren estar alejados o solos, para evitar de rechazos o exclusiones ya sean imaginario del ser, o en ambos casos si suelen ser reales (Weiner, 1986).

Weiner (1986) clasifica las causas del sentimiento de soledad de acuerdo a tres dimensiones:

- 1) Según la causa sea externa o interna. Por ejemplo "estoy solo porque soy poco simpático" es atribuir un fracaso, la soledad, a una causa interna. Atribuirle a una causa externa sería decir "estoy solo porque me abandonaron".
- 2) Según que la causa sea permanente u ocasional. En el primer caso sería por ejemplo "siempre soy un fracaso con las mujeres".
- 3) Según el grado de control sobre la situación. La soledad está asociada con un escaso deseo de controlar y con la creencia de que uno no tiene el control, es decir, no puede controlar las causas de su soledad. Por ejemplo, atribuyo mi soledad a la actitud de los demás. Las personas que se sienten solas atribuyen su soledad a lo inexorable de la vida, el destino, pero también a su propia culpa, la mala suerte, pero todo eso conlleva a una problemática existencial buscada o adquirida.

De esta manera otras dimensiones consideradas fueron la intencionalidad personal: estoy solo porque quiero estarlo; la globalidad: estoy solo siempre y donde quiera que vaya y por excusas: estoy solo porque nadie vino a verme. Se llama indefensión aprendida cuando la persona considera que su soledad es inevitable porque está causada por factores internos de su personalidad, con lo cual, entra en la desesperanza (Weiner, 1986).

Para Winnicott (1978) en la soledad el individuo crea la habilidad y la capacidad para estar solos y aislados sin ningún medio, de esta forma la persona que la está padeciendo y no es tan grave la problemática de soledad que está viviendo, crea la adaptación para que en un futuro no le pueda generar un descontrol en su vida y en su familia o entorno que le rodea, estos lo vean como algo normal y que este está pasando por una etapa más de su vida.

Para Sullivan (1954) La soledad es una carencia de intimidad que suele presentarse en cualquier etapa de la vida y es de gran importancia para el individuo, suele darse y sentirse desde los 9 a 12 años, estos niños pudieran tener problemas en su familia, ya sea porque sus padres sean divorciados, estos niños son los más propensos a experimentar el sentimiento de soledad y está más marcado en la

etapa de la adolescencia, a lo que conlleva esto a una escasa comunicación con su familia y amigos.

Stokes (1985) propuso que la soledad tiene diversas interpretaciones según el enfoque, y las causas de dicho sentimiento entre ellos, se teorizan dos posibles causas que darían lugar al fenómeno de la soledad, éstas serían las deficiencias y exigencias en el entorno del sujeto y las disimilitudes, que puede tener diferencias entre las características que definen a cada individuo y la hacen tener disposición hacia una cosa o alguien, por igual motivo a sentimientos de soledad. Entre las primeras se podrían situar el hecho de vivir solo que suele ser bastante complicado para algunas personas, no obtener un trabajo, o el estar desempleado por un periodo largo, no tener una relación sentimental estable, duradera etc.; y entre las segundas causas se podrían incluir las personalidades introvertidas, tímidas, ansiosas, y que no saben sobre llevar su vida en el presente etc.

Utilizando esta teorización del autor Weiss (1973), se podrían establecer y enlazar las dos posibles causas con los resultados mostrados en muchas personas que presenten soledad a través del paso del tiempo. De esta manera se observa que afecta el hecho de vivir sin una compañía a los individuos y si necesariamente y específicamente se sentirán “solos” o si esta situación en particular no tendrá que ver con ese sentimiento.

Esto siguiendo y haciendo énfasis en la primera idea sobre que existen características específicas ambientales como posibles causas de la soledad. Además, deberíamos establecer y tener en cuenta si existe una correlación importante entre el hecho de vivir sólo y que los sujetos puedan presentar una tendencia más elevada a poseer trastornos mentales o psicológicos y enfermedades que las personas que viven en compañía, con alguna en especial siguiendo aquí la idea sobre las diferencias individuales (Weiss, 1973).

En otro ámbito Eysenck (1985) manifiesta que las características individuales de cada persona que predisponen al sentimiento de soledad, se pueden plantear que existirán individuos con personalidades y formas de actuar más propensas a sentir soledad que otros, de acuerdo a lo que han vivido personalmente, así como sujetos

que estando solos físicamente no se sientan emocionalmente solos se sientes bien estando alejados del mundo y no presentan problemas emocionales y de ningún tipo.

Respecto a otro ámbito se podrá establecer una conexión favorable, teniendo en cuenta las dimensiones de personalidad propuestas por y la predisposición a presentar soledad y aislamiento en los individuos. Obteniendo así en principio las tres dimensiones bipolares mostradas en su modelo PEN: el psicoticismo autocontrol, el neuroticismo-estabilidad emocional, y la extraversión-introversión. Observando estos tres factores podríamos establecer que las personas con elevado psicoticismo, neuroticismo y baja extroversión podrían ser más propensas a presentar soledad que las personas que puntúen más alto en los otros extremos de cada dimensión (Eysenck, 1985).

Haciendo recopilación de lo obtenido hasta ahora, se puede concluir que el sentimiento de soledad es común y existe con frecuencia en nuestra sociedad y depende de dos dimensiones claves: la contextual, que esta nos refiere a la sociedad en la que se está habitando actualmente y la individual el cómo te sientes al estar solo, sin compañía importante para ti (López y Díaz, 2018).

#### **1.4 Niveles de la soledad**

Según Krisnamurti (1994) la soledad se da en 3 niveles:

- 1) La soledad existencial: No encontrarle significado a la vida. “Duda existencial”.

La soledad existencial es una sensación de vacío, de no tener nada, de estar extraordinariamente inseguros, sin puerto donde anclar, no es exactamente desesperación ni falta de esperanza (la esperanza no es la seguridad de que todas las cosas van a salir bien si no la certeza firme de que todo tiene un sentido y un propósito salga como salga), si no, una sensación de vacuidad de vacío y



frustración. Todos conocemos esto, hemos pasado por ello alguna vez en nuestra vida. (Krisnamurti, 1994).

A través de este tipo de actitudes, la sociedad que hemos construido entre todos, lo que llamamos la civilización moderna, y de la que todos somos responsables, nos brinda continuamente una pérdida de motivación de nuestra propia soledad, ya que está anclada y cimentada en aspectos como el materialismo (un mundo inventado por estereotipos), el individualismo, la hipocresía, la avaricia, la manipulación, la especulación, las ansias de poder, de placer y de control, el sometimiento de los demás, la mediocridad, la falta de humildad y compasión hacia mí mismo y hacia los demás, el egoísmo y el desprecio al prójimo (Krisnamurti, 1994).

## 2) La soledad emocional: No sentirse amado ni aceptado.

La soledad emocional, en cambio, alude a la ausencia de relaciones de apego, es decir, a relaciones especialmente significativas para la persona, y que proporcionan una base segura. La ausencia de este tipo de relaciones se asocia a sensaciones de vacío y al deseo de alguien especial con quien compartir la vida (Bowlby, 1982).

La soledad emocional remite a la falta de relaciones de intimidad, ya sean de amor romántico, paternal o filial, o a no tener una persona cercana que sirva de apoyo afectivo. Responde a la necesidad de apego o de relaciones íntimas (Páez et. al, 2008).

La soledad emocional, es este tipo de ausencia de relaciones significativas para la persona. Esta ausencia de apego, “que proporcione una base segura”. Este tipo de soledad se asocia con sensaciones de vacío y refleja el anhelo de encontrar a la “otra persona” con la que compartir la vida. (Bowlby, 1982)

## 3) La soledad social: Siente que no pertenece, necesita ser parte de un grupo y ser aceptado por él.

La soledad social refiere a la carencia de relaciones de afiliación que, cuando existe, genera un sentimiento de marginalidad, la sensación de no ser aceptado por los otros, aislamiento y aburrimiento, y la falta de pertenencia a un grupo o red social. La soledad puede considerarse como la cara opuesta del apoyo social

satisfactorio, en tanto fenómeno asociado a la calidad de las relaciones interpersonales. Indican que es posible formular una relación inversa entre la soledad y el tamaño de la red, la densidad, la interconexión de la red, la frecuencia de conductas de apoyo y el grado de satisfacción obtenido. La soledad social refiere a la ausencia de relaciones satisfactorias con conocidos y compañeros de actividades que satisfaga la necesidad de pertenencia a grupos y redes (Muchnik y Seidmann, 1988)

Sullivan (1953) concibe a la soledad como una experiencia displacentera asociada a la carencia y falta de intimidad interpersonal. Señalan a su vez que la soledad ha sido conceptualizada como un mecanismo de retroalimentación adaptativo que informa al individuo sobre el nivel de estimulación de interacción social que está recibiendo, en términos de cantidad y forma. Esta estimulación varía desde la falta –soledad- hasta el exceso - hacinamiento.

De esta manera, es importante recalcar que la soledad es un fenómeno con tres características esenciales: es multidimensional, ya que involucra aspectos de personalidad (evaluaciones cognoscitivas, antecedentes de desarrollo afectivo y autoestima), de interacción social y de habilidades conductuales que se van creando y adaptando; es subjetivo y potencialmente estresante, en tanto depende de la interpretación que la persona hace de la situación, bien como negativa, bien como una oportunidad de autoconocimiento; es secuencial, pues puede abordarse como un proceso con antecedentes, manifestaciones y consecuencias que varía en intensidad y duración a través de factores contribuyentes físico-situacionales, socio-culturales y de personalidad. (Montero y Sánchez, 2001).

Montero y López (2001) mencionan que los enfoques epistemológicos que subyacen a las micro teorías enfocadas con la soledad se identifican tres tendencias generales, como:

- a) La existencialista, cuyo postulado esencial es la condición ontológica de la soledad, en tanto que el ser humano tiene como condición de vida la

permanente contradicción entre la separabilidad física y la necesidad de vinculación afectiva.

- b) La fenomenológica, con la característica de la recreación subjetiva y las representaciones simbólicas de las condiciones socio ambientales.
- c) La funcionalista-interaccionista, donde el Énfasis de los estudios realizados es más descriptivo que predictivo. La característica esencial de esta aproximación es el establecimiento de correlaciones entre diferentes variables y/o dimensiones.
- d) La estructuralista, donde la noción de un sistema equilibrado de elementos constitutivos que poseen diferentes funciones y cumplen diversos procesos de autorregulación, permite concebir a la soledad como un mecanismo de retroalimentación adaptativo.

Para Zapata y Arredondo (2012) describen los aspectos más comunes que caracterizan a la soledad.

1. Esquemas cognoscitivos: Se caracteriza a la aproximación cognoscitiva es la evaluación subjetiva que hace el sujeto de la situación interpersonal en la que se encuentra. Obviamente, dicha evaluación es multideterminada; el desafío consiste en identificar aquellos factores que predicen con mayor precisión en magnitud y frecuencia la experiencia de la soledad.
2. Esquemas fenomenológicos: en este aspecto deja en claro que la concepción de la soledad como una forma de autoconciencia. Dentro de esta perspectiva, se parte de la idea de que el ser humano tiene como necesidad básica el afecto mientras que la soledad es resultado de la insatisfacción de este requerimiento básico. la soledad puede ser un saludable indicador de las limitaciones humanas. Puede conducir a una autoconciencia de que es esencial para el desarrollo de la integridad personal y el testimonio de mucha gente indica que ésta puede ser también una fuente de creatividad y fortaleza.

Aunque esta clasificación sugiere ideas para describir a la soledad, carece de referente empírico que avale su pertinencia heurística. Adicionalmente, es

ambigua en tanto que sugiere alguna diferencia entre los cuatro niveles propuestos, lo cual es difícil de identificar claramente si consideramos que lo cultural no puede concebirse sin un substrato social.

3. Modelo Multidimensional de Soledad: El Énfasis en los procesos cognoscitivos que median entre las características de la red social y la soledad. La cantidad y calidad de contactos sociales constituyen las características descriptivas de la red social. Al respecto, existen datos de que la calidad más que la cantidad de contactos sociales tiene mayor relevancia para resolver la soledad.

El modelo propuesto asume que no hay efecto directo entre el número de contactos sociales y la soledad. Tanto los factores situacionales como las disposiciones representan la base para las evaluaciones subjetivas. Las características de personalidad extraídas de la bibliografía especializada y consideradas en este modelo son tres: el concepto del yo, la ansiedad social y la introversión-extroversión.

### **1.5 Percepción de soledad en los adolescentes**

Organización Mundial de la Salud (OMS, 2004) Afirma que actualmente existen grandes problemas, en diferentes factores que suelen presentarse frecuentemente en la sociedad, como lo es la inseguridad en las personas, el no tener una buena alimentación, las personas que tienen un nivel bajo educativo, una vivienda no digna para la familia, personas que abusan de sustancias psicoactivas, individuos que padecen de conflictos familiares o maltrato, todo esto encadena y altera la calidad de vida, y los lleva a padecer de depresión, ansiedad, estrés, sentimientos de tristeza y soledad.

De esta forma trae problemas y afecta directamente a los en la etapa de la niñez y la adultes (adolescencia), afecta en su desarrollo y medio con el que el interactúa, esta inicia por los cambios que va presentando el adolescente con el paso del tiempo, (cambios puberales). Todo esto trae problemas en su contexto o con la sociedad. No se puede dar por hecho que todos los adolescentes pasan por esta etapa, pero ciertas personas si la tienen más reflejada y suelen darla a conocer, por

sus cambios personales y si no son tratados a tiempo pueden llegar a dar resultados desfavorables para la familia (Murray, 2006).

Como menciona Medina (2018) la soledad implica una percepción subjetiva y carente de aislamiento, la cual representa el sentimiento de soledad, al contrario que el hecho de vivir, e alejado de familia y amigos solo que es objetivo-aislamiento físico (soledad objetiva). La soledad puede ser vivida como positiva, pero por lo regular y la mayoría de las personas y también es posible concebirla como negativa. A pesar de lo que se piensa, la soledad no solo afecta a los adultos, sino también a niños y adolescentes. El hecho es de tal importancia, que se está considerando como un grave y delicado problema de salud pública.

No resulta extraño entender que personas que se sienten solas traten de ocultar sus sentimientos para evitar el rechazo de la sociedad, dificultando de esta manera el estudio de este fenómeno. En consecuencia, el estudio de la soledad tiene una gran relevancia psicosocial, siendo lejos de lo que en un principio se pensara, no es una característica individual de quienes la padecen, sino que se trata de un proceso dinámico y complejo que va más allá del ámbito privado, convirtiéndose en un problema social (Castro, 2010).

La soledad voluntaria es deseada o elegida es un sentimiento positivo y aceptable, que favorece y estimula la reflexión y la inspiración, y la soledad impuesta se concibe como un problema del que no se puede escapar La soledad impuesta es sentirse solo de forma involuntaria, lo que genera gran dolor y una enorme insatisfacción (Expósito y Moya, 2020).

En la adolescencia se concentran la mayoría de los factores que se señalan como antecedentes o causas del surgimiento de la soledad como experiencia negativa. Así mismo, esta etapa es considerada el momento evolutivo en el que los sujetos entran en contacto con los contenidos existenciales y sus significados ser único y separado de los demás; la libertad y consiguiente responsabilidad por la creación de sí mismo y su vida y, finalmente, la muerte como realidad limitante e inevitable (Blos, 1981).

Por otro lado, como consecuencia de cambios evolutivos, surge la necesidad de experiencias intensas y novedosas y de experimentarse en distintos papeles y situaciones, lo que lleva al adolescente a buscar una variedad de relaciones que satisfagan sus necesidades, no cualquier relación es válida, debe responder a su elección no ser impuesta y ofrecerle las oportunidades que busca. De no encontrar dichas relaciones, el adolescente puede sentir “soledad de aislamiento social”, lo que acrecentaría los sentimientos, ya presentes en el adolescente, de aburrimiento, inquietud, falta de sentido o dificultad para concentrarse que la acompañan (Weiss, 1973).

Como refiere Aberastury (1983) que es un sistema de apoyo social inadecuado, sensación y valor de no pertenecer, a cierto tipo de relaciones problemáticas y poco estables: en esta etapa el adolescente necesita ser respetado, comprendido, aceptado, valorado, reconocido. En este ámbito si los padres no escuchan, muestran respeto, comprensión ni reconocen sus logros, el adolescente puede sentir que no es valorado o que no es significativo para ellos, lo que le llevará al sentimiento de abandono y soledad.

De igual manera, la falta de implicación de los padres, la renuncia a ejercer su autoridad y la ausencia de normas y límites es entendida por el adolescente como abandono y le sume en la soledad. El estilo parental y el tipo de vínculo que se haya establecido entre los padres y el adolescente desde el nacimiento pueden ser factores determinantes en este sentido y toma gran importancia cada uno de estos aspectos (López y Castro, 2007).

Según Dupont (2010) en este aspecto el adolescente necesita y le es de gran beneficio participar y pertenecer en alguna sociedad o un grupo. Necesita semejantes, personas con los que comparta e intercambien rasgos, con los que identificarse y por los que ser reconocido es básico.

El grupo es significativamente un lugar de relación e identificación que le ayuda a no sentirse solo e incómodo, si el adolescente no encuentra un grupo de amigos que satisfaga esas necesidades, el sentimiento de soledad puede llegar a ser abrumador y tener graves consecuencias emocional y personalmente, la exclusión

o alejamiento del grupo implica para el adolescente su no existencia, ser nadie, sentirse vacío y verse enfrentado a la soledad (Dupont, 2010).

Goznes (2016) propone que los acontecimientos traumáticos graves y cambios de domicilio, separación de la familia y otros significativos y pérdidas traumáticas: En la adolescencia estas situaciones podrían resultar especialmente dolorosas y conducentes al sentimiento de soledad. El hecho de tener que abandonar su entorno conocido y encontrarse en un lugar donde es nuevo y no conoce a nadie puede hacer que aumente en el adolescente el temor a no encajar, no pertenecer, ser excluido y, en consecuencia, el sentimiento de soledad, al menos de forma muy compleja.

La separación de la familia en este momento puede resultar al adolescente especialmente difícil y dolorosa para él y generar sentimientos de abandono y soledad severos. También las pérdidas por muerte o traslado de amigos o familiares significativos pueden dejar una honda huella y acrecentar el sentimiento de soledad en el adolescente. En concreto, las pérdidas de amigos son vividas por el adolescente como pérdida de una parte de sí mismo y le generan sentimiento de aislamiento y soledad (López y Castro, 2007).

Es importante mencionar que las variables caracterológicas y del desarrollo: Rasgos como la timidez, conlleva mucho a la soledad, la baja autoestima, un concepto negativo de sí mismo como poco valioso, escasa confianza en sí mismo, ser diferente por cualquier razón significativa, y no aceptado por ello, así como tener un déficit en habilidades sociales o bajas capacidades funcionales dificultarán el establecimiento de relaciones adecuadas y harán que el adolescente sienta la soledad de forma más intensa y dolorosa. La historia relacional previa del adolescente y su estilo de apego tienen especial relevancia en la relación que el adolescente tiene con su soledad psicológica, en cómo desarrolla la capacidad para estar solo y en el tipo de patología que puede generarse (Bloss, 1981).

De acuerdo a lo mencionado la calidad del cuidado temprano determina el sentimiento de presencia en el sujeto su confianza en los demás, en que son fiables y responderán a sus necesidades y en cómo experimenta el sentimiento de soledad.

Es también importante lo que le hayan transmitido respecto al entorno, ya que el sujeto necesita establecer relaciones fuera de su entorno familiar y para ello necesita la creencia de que el otro es accesible. Es necesario e indispensable, además, para tolerar la separación, la pérdida y la presencia real del otro, que el sujeto haya interiorizado el sentimiento permanente de una presencia que le apoya y le limita representación de la relación con los padres, de la que el súper yo es el mejor ejemplo (Dupont, 2010).

Morrison (1997) afirma que “la salud mental de los adolescentes está influenciada por los sentimientos de bienestar que incluyen la capacidad de interactuar socialmente, afrontar el estrés en los periodos difíciles, e implicarse en relaciones y actividades con los demás” (p.5).

La soledad puede ser una experiencia que se espera en cierto grado durante la adolescencia, teniendo en cuenta que ésta es una etapa en la cual las expectativas, los roles, las relaciones y las identidades sufren cambios significativos, el paso a la adolescencia implica para los jóvenes el desarrollo de expectativas hacia sus relaciones sociales, esperando lealtad, apoyo e intimidad; y que sufren, además, un cambio frente a las creencias, los valores e ideologías de los amigos, con los que antes solo compartían ciertas actividades (Heinrich, 2006).

Así, la soledad puede surgir si los adolescentes no han adquirido la aptitud necesaria para la interacción social y para enfrentarse con un ambiente social cambiante, o si ellos tienen esperanzas poco realistas con respecto a sus relaciones sociales (Heinrich, 2006).

Page (1993) Refiere que hay una relación, y suele confundirse la soledad con un sentimiento de desesperanza, si el individuo está presentando la soledad en un lapso grande y grave, este pudiera estar consumiendo, diferentes fármacos psicoactivos para poder sentirse bien con su entorno, es ahí donde suele darse la intervención rápidamente (p. 13).



“Otros factores asociados a la soledad son los sentimientos negativos de tristeza y desesperanza, este último entendido como una sensación de “no futuro” o de pesimismo hacia el mismo” (Buchholz, 1999).

Los resultados de un estudio recabado y desarrollado por De Jong Gierveld y Kamphuis, deriva que la soledad es un problema y en este existen diferentes factores de riesgo para la mayoría de las poblaciones, esta conlleva al desempleo, ser padres a temprana edad, violencia familiar, y el tipo de relación que tienen con su medio, aquí juega un papel importante la confianza al grupo en el que perteneces. Encontraron hallazgos de que el factor socioeconómico, es el principal factor para generar ideas suicidas y sentimientos de soledad. Dentro de los factores, quedo descartado que las personas que menos sufren de soledad, son personas que están casadas y que tiene un empleo seguro y digno (Jong Gierveld y Kamphuis, 2004)

### **1.6 Análisis de la importancia de la soledad en la adolescencia**

De la misma forma, de acuerdo a Murray (2006) afectan de manera directa a los adolescentes en una etapa que generalmente es descrita como una fase de transición en el desarrollo del ser entre la niñez y la adultez, que se inicia por los cambios puberales y se caracteriza por profundas transformaciones biológicas, psicológicas y sociales, muchas de ellas generadoras de crisis, conflictos y contradicciones.

Muchos de los problemas de los adolescentes se encuentran relacionados con sus comportamientos y con el contexto social que los rodea. Aunque en la mayoría de los casos la adolescencia representa una etapa de crecimiento y maduración con buenos resultados, en algunas oportunidades se convierte en una época conflictiva, con comportamientos que pueden ocasionar resultados devastadores como la enfermedad y la muerte (Spear, 2001).

La soledad es una forma de vida que todo ser humano puede presentar en cierto tiempo, a lo largo de toda su vida, y que va variando en diferentes grados y etapas, lo pueden pasar más en la adolescencia, teniendo en cuenta que puede proyectarse

por diferentes problemáticas que se le puedan presentar a la persona. El joven o adolescente, tiene diferentes ideologías en cuanto al tema de soledad, ya que no todos la conocen a fondo y esto dependiendo, el estilo de vida que el adolescente este llevando con su familia, la crianza que tuvo, que tanto hablaron de temas que son importantes de tocar en la adolescencia, los valores inculcados en casa, y las relaciones que tienen actualmente con los amigos (Heinrich y Gullone, 2006).

Heinrich (2006) Plantea que la soledad se genera cuando una persona no ha tenido o generado un interés para socializar con su medio que le rodea, esta persona puede comportarse o sentirse así, si su familia lo privo de tener un ambiente social o cambiante con otra gente, ya que ellos tienen una información muy corta de lo que es convivir con otras personas.

Cuando un adolescente está expuesto a la soledad, para él esta etapa es una de las más fuertes que se le pueden presentar ante su familia, ya que les hace convivir menos con ellos, reemplazando actividades que antes solían hacer en familia. Si el adolescente logra sobrepasar esta etapa de la soledad, en un periodo fuerte con la ayuda necesaria, le va permitir el autoconocimiento de el mismo, y así poder crear su propia identidad, y así este podrá hacer saber o comunicar a la sociedad como es que le gusta ser tratado, que intereses tiene y mejor su ambiente en base a las relaciones que fuera creando en su futuro (Antognoli, 2000).

Es necesario mencionar que el factor que más se asocia con el tema de la soledad en la adolescencia, se da mediante los cambios que pueda tener o problemáticas que este pueda sufrir en el ambiente familiar, la comunicación que hay ente padre e hijo. Todos estos temas pueden ser fuertes y difíciles para un adolescente, ya que le faltaría este lazo de apoyo en la familia, y el adolescente lo ve como en medio de salida tomar decisiones erróneas ya que se siente el ser más solo en su ambiente familiar (Antognoli, 2000).

Luanaigh y Lawlor (2008) Menciona que hay diferencias significativas en el “estar solo” a “vivir solo”, el “estar solo” es frecuentemente estar solo en diferentes ambientes de tu vida, ya sea por decisiones propias, para poder logra el autoconocimiento, o auto reflexión, o de igual manera porque fue excluido de su

ambiente o sociedad y el “vivir solo” es que en mayor parte de su vida estuvo solo, ya sea que fue una persona foránea, pero sabe que en un corto tiempo va volverá pasar unos días con su familia o amigos cercanos, pero descarta que pueda sentir solo en periodos cortos.

Suena algo problemático para una persona, hablar de soledad en cualquier grupo o red que pueda tener la persona, ya que la mayoría lo ve como algo repulsivo el que una persona pueda presentar estos sentimientos, en cuestión de que cualquier persona pueda brindar la ayuda para que este amigo persona x pueda dejar de lado este problema y se sienta mejor a lado de esta sociedad. La soledad se trata como un proceso cambiante y adaptativo para la persona, si es que esta logro sobresalir de ella (Castro, 2010).

La soledad en la adolescencia es una experiencia desagradable que se presenta cuando las relaciones con otros no proveen la afiliación afectiva esperada cuando la red social de un sujeto es deficiente ya sea en calidad o en cantidad. Se presenta entonces como un fenómeno multidimensional que varía en intensidad, causas y circunstancias y que se presenta en diversas edades, niveles socioeconómicos, estado civil o género, entienden por soledad el deseo no logado de mantener relaciones satisfactorias próximas con otros significativos, mientras que el aislamiento se presenta como la evitación de vínculos psicosociales por parte del sujeto. Según estas investigaciones el sentimiento de soledad suele encontrarse con frecuencia en sujetos tímidos y con baja autoestima. La investigación psicológica ha proporcionado evidencias acerca de que la presencia crónica del sentimiento de soledad es una seria amenaza para la salud mental del sujeto, se puede afirmar hoy que el desarrollo es un proceso multidimensional en el que entran en juego factores genéticos propios de cada sujeto en interacción con las propias capacidades y con el entorno (Peplau y Perlman, 1982).

La soledad no solo depende de características individuales sino que se trata de un proceso complejo y dinámico que va más allá del ámbito privado convirtiéndose en un problema social, esto podría afirmarse que la realidad social y la percepción que el sujeto tiene sobre sí mismo y su contexto complejizan el estudio de la soledad,

esto enfatiza en los procesos cognitivos implicados en la evaluación subjetiva que hacen los sujetos sobre las situaciones sociales que median entre las características de la red social y la soledad. Dentro de los factores situacionales vinculados al contexto estarían las características de la red social y las variables sociodemográficas. Las características de la red social refieren a la cantidad y calidad de relaciones sociales mientras que las variables sociodemográficas incluyen a la edad, el sexo, el estado civil, la actividad laboral, estilo de vida, tipo de vivienda (Montero et al, 2001).

### **1.7 Factores de la soledad**

La soledad se relaciona con diferentes problemáticas de la salud, del bienestar, depresión, ansiedad, ideas suicidas. Por lo general esta se encuentra asociada con diferentes estados de ánimo, sentimientos de tristeza y problemas del ser humano. Se relaciona de igual manera a enfermedades somáticas que las puede presentar en cualquier momento, síntomas como dolor de cabeza, problemas cardiovasculares, náuseas, problemas del sueño, cuando estas personas expresan todos estos problemas ellos suelen tener un cambio de vida total, y ahí es donde necesitan la ayuda urgente. Estas personas suelen adoptar ciertas formas de vida diferente y a huir de todo y hundirse en los vicios y alejarse de las cosas saludables y rutinarias que hacían antes (Boergeors, 1998).

De tal modo, se ve influenciada la soledad por ciertas características que empieza hacer notorias la persona, las cuales son el volverse más tímido de lo normal, el no socializar, el no querer salir a ningún lado, el no conversar con la familia, todos estas son tendencias que suele hacer una persona que está presentando en su vida actual soledad y de las cuales la familia tiene que prestar mucha atención para poder brindarle ayuda a esta persona. La soledad se deriva de diferentes situaciones, contexto o entorno de la persona, en los últimos años se han presentado un aumento alto de sentimientos de soledad (Sarlo, 2001).

El aislamiento social y la soledad han sido comprendidas como la primera causa para que se inicie los sentimientos de depresión y con ello conlleva a presentar

ideas suicidas, o problemáticas autodestructivas. En este ámbito el suicidio es una de las primeras ideas que aparecen en el adolescente cuando este empieza a sufrir soledad o depresión. Una persona que padece de soledad le suele aumentar los indicios de alteraciones con su persona, estrés psicológico u ansiedad. Esta soledad suele afectar todo su bienestar tanto social como emocional y estos suelen caer o llegan al extremo de utilizar algún calmante o vicio para huir de la realidad (Page, 1993).

García (2021) plantea que existen dos etapas en las que el adolescente suele presentar problemáticas vulnerables que los llevan a caer en alguno de estos eventos catastróficos para ellos. Y lo son en la infancia y la adolescencia. Cuando se llega a sufrir algún evento de estos pueden quedar marcas irreparables en el ser y suelen afectar la realidad o el futuro de la persona. Esto es importante ya que la educación en la niñez es una base fundamental para crear una persona de bien, que no humille, no discrimine y sepa entender a la otra persona y ponerse en lugar de la otra, que aprenda a respetar, en general enseñarles valores

En este tema se deja en claro que cuando se sufre de soledad, se padecen dos enfermedades importantes para la persona, la cual es depresión y soledad y aunque comparten síntomas iguales son dos problemáticas muy importantes y tener en claro que la depresión es un tema de mayor importancia, que el solo presentar “sentimientos” de soledad. También se encuentra relación en padecer de soledad y baja autoestima, estas personas tienden a tener comportamientos similares, a utilizar sustancias ilícitas o un comportamiento problemático (Rotenberg, 1999).

Autores mencionan que algunas causas referentes a la soledad, surgen mediante casos demográficos como son el sexo, raza y edad y problemáticas culturales o tradicionales, que estas suelen estar sujetas a comentarios que hace la familia referente a dañar la salud mental de la persona, comentarios como (los niños no lloran, los niños no juegan con niñas, el niño no debe dejarse mandar por una mujer, los niños no hacen los queseres de la casa, etc.). Estos comentarios con el paso del tiempo van formando personas con pensamientos discriminatorios hacia los

demás, hace que los aíslen de su contexto, y estos tienden a sufrir más problemas patológicos, depresión, soledad, ansiedad, estrés entre otros (Santa Mina, 2006).

En la sociedad, la soledad toma un papel importante a lo largo de la vida de una persona, se puede presentar con más intensidad en la niñez y adolescencia, ya que este sujeto se puede encontrar con problemáticas en su vida diaria. Todo esto se relaciona a que cada persona utiliza diferentes medios, o sabe cómo utilizar estos sentimientos, muchos tienen la capacidad de realizar obras de arte en este tiempo que están aislados de su contexto, personas que suelen participar en obras de teatro, novelas, pueden ser personas que igual estén pasando por momentos de soledad y a ellas eso les ayuda a estar un tiempo bien con ellos mismos. Y las personas que lo toman como lado negativo, tienden a hundirse en su soledad e inician a tomar decisiones para terminar más rápido con todo (ideas suicidas) (León, 1998).

Montero López Lena y Sánchez Sosa (2001) muestran la necesidad que realizar investigaciones, en donde se deja en claro las características que se pueden presentar en cuanto estén sufriendo de soledad, de forma individual, suelen padecer por periodos cortos tristeza, ganas de llorar sin alguna razón, depresión, ansiedad, estrés consecutivo, sentir que todos los aíslan o evitan, y en cuanto a la soledad mediante el contexto de la persona, estos tienden a llevar consigo parte de la familia ya que ellos igual sufren por el no poder ayudar a la persona, tienen cambios en todo su bienestar emocional, nunca se sienten parte de la familia, si presentan problemas, por más pequeño que sea no saben darle una solución correcta

Shaver y Brennan (1991) En la adolescencia la soledad puede generar problemas en todo su ámbito hacia el futuro de este, en cuanto alguna relación que se pueda generar entre una persona que le llegue a parecer interesante, puede tener grandes dificultades para poder comunicarse o relacionarse con esta y lo mejor para este es alejarse, o el querer formar parte de un grupo de amigos, también le resultaría algo difícil ya que sentiría que no es aceptado por estos. Son situaciones que el adolescente estaría expuesto a presentar estas ciertas problemáticas en la adolescencia, por no llevar una educación buena desde su niñez.

El apoyo social inadecuado, también forma parte de este sentimiento de soledad, el no ser aceptado por otro grupo de amigos, tener problemas al relacionarse con los demás, todos estos son problemas esta expuestos para el adolescente. Los padres tienen un papel fundamental en este tema, ya que va desde la infancia del pequeño, los valores que le enseñan y fomentan, el respeto y una buena comunicación con este, hacen de su vida una mejor persona con la sociedad. Si en la familia existen problemas de comunicación, abandono, peleas traumáticas, para este se le hace más difícil llevar una vida tranquila y adoptar decisiones fáciles para el (Caballero, 2011).

La soledad está sujeta a presentar problema de diferentes tipos, estos se prolongan mediante, baja autoestima, el ser una persona demasiado tímida, callada, poca confianza con la familia y hacia los demás, el no aceptarse como es, les resultaría más complicado que otra persona los llegue aceptar o a querer. Cuando el adolescente pase por esta etapa, es cuando más ayuda necesita, ya que será para el demasiado complicado salir por sí solo de esta problemática, y le resultaría demasiado traumática (Bauman, 2000).

Shaver y Brennan (1991) Defienden que la soledad se produce por varias características, que suelen temporales, y se toma con un sentimiento o un estado de ánimo que cualquier persona puede padecer, pero con diferentes síntomas y en diferentes grados. Para darse cuenta que un apersona está padeciendo de soledad fuerte, se detecta mediante instrumentos, que miden el grado de soledad de la persona. Mediante estos se le brindaría la ayuda profesional necesaria para esta persona. Esto engloba que la ayuda es recibida por ambas partes, como es del profesional, la persona que la padece y el contexto que está relacionado con él.

### **1.8 Consecuencias del concepto de soledad en la adolescencia**

Por el diccionario de la RAE (Real Academia Española) definen a la soledad como, falta de atención, comunicación, compañía, que una persona suelen presentar ya sea por problemas de abandono, separación, muerte de alguna persona en

especial. Si a un individuo se le presenta una problemática como estas, muchos tienen la capacidad de saber cómo manejar esta situación con la ayuda necesaria, sin embargo, otros no saben qué hacer y es cuando ocurren problemas severos con su persona (Mijuskovic, 1985).

Diferentes filósofos hablan de la soledad, como un tema de gran importancia en todo el contexto de una persona, ya que mencionan que los problemas no son solo para esa persona que está sufriendo como tal, si no engloba a toda la red de familia o seres cercanos. Tiene cierta fijación que una persona la presente por problemas de autorrealización con su persona, ya que no logra los objetivos o metas que tenían planteadas. Otros filósofos mencionan que la soledad no es tan mala, viéndola y aceptándola de la manera correcta. La soledad te da muchas pautas para estar bien contigo mismo y descubrir cosas nuevas, interés que tienen escondidos, descubrir habilidades que tienes y que no conocías (Schopenhauer, 1973).

Por otro lado, Nietzsche (1999) Menciona que se tiene que aceptar, que la vida para una persona es todo un proceso, en el cual se pasan por diferentes problemáticas de diferentes tipos, que es un mundo cambiante, no siempre se está bien, o no siempre te van a llegar sorpresas buenas. Sin embargo, te tienes que adaptar a esta para que tu vida tenga valor y te den ganas de vivirla. Otros filósofos refieren que la soledad siempre va exigir estar en compañía de familia, amigos o contexto que lo incluya en sus planes, para que este no llegue a padecer o sufrir de soledad.

La soledad puesta en un estado antropológico, difiere que se pueden desarrollar diferentes actividades que están en interés de la persona, desarrollan esa habilidad que no conocían en ellos, estas actividades los hacen salir de su rutina y despejar su mente u olvidarse de sus problemas que están pasando, y estas se convierten en personas exitosas, con grandes metas en su vida, claro viendo esto por el lado positivo, y con la ayuda necesaria que le persona necesita, expuesta por profesionales (Page, 1991).

Sullivan (1953) Refiere desde su teoría interpersonal, que la soledad tiene su definición en cuanto a la psicología, como un sentimiento que experimenta una persona, la cual es la experiencia más dolorosa para un ser. Dejando en claro que



el sentimiento de soledad que una persona puede pasar y le sea más grave para ella, es la separación amorosa de alguna pareja o el rechazo que pueda generar esta.

Otro concepto significativo años después, definen que la soledad es la falta o carencia de compañía que una persona suele sufrir por medio del contexto, derivado a esto, a la persona se le puede presentar enfermedades somáticas, dolor de cabeza, estrés, ansiedad, lo cual hace su vida más negativa para cualquier asunto o relación que esta pueda generar. Es importante tener bien vigilados a las personas que estén pasando por un periodo de soledad, ya que pueden presentar problemas o episodios traumáticos y llevarlos a tener ideas delirantes, suicidadas o tal vez tomar ciertas adicciones a sustancias indebidas. Otro concepto de soledad en psicología, refiere que es como la persona concibe o adhiere la soledad a su vida, o la falta de compañía de las personas que él tiene en su entorno y le son base importante (Weiss,1973).

La soledad tiene una problemática en el ámbito y en la dimensión tanto emocional como social, donde se centran problemas de tipo somáticos. Es la insatisfacción o el rechazo que genera una persona hacia otra, y el no poder mantener una relación estable amorosa con la persona de su agrado o bien la ideal. Cuando un individuo, siente atracción hacia la persona ideal o la persona de sus sueños y este al fin la encuentra, pero esta no le hace caso, para él le resulta difícil entender esa parte, y suelen sufrir y padecer de soledad. Características básicas por las que un adolescente sufre de soledad, es desde el ámbito de amistad ya que el número de amigos que tiene la persona, influye bastante (Peplau y Perlman, 1981).

Como significado la soledad, es una respuesta que se genera por la falta de interés o necesidades en cuanto a las relaciones que establece el sujeto. La soledad es el modo que tiene la persona de pensar y como tomo las decisiones en base a problema expuestos. Es una experiencia que se genera en base al tiempo de vida, en otras palabras, la soledad que presenta un niño o adolescente no es la misma que presenta una persona mayor por la pérdida de algún ser amado, son dos ambientes diferentes y diferente persona y lo taman de diferente manera (Silva, 1989).

De otro modo la soledad se da por la falta de comunicación entre las personas ya que esta es clave fundamental para todo, si una persona no tiene comunicación le resulta más difícil el poder relacionarse o que otra la persona quiera entenderlo o ponerse en su lugar. Es importante mencionar que hay dos tipos de soledad que se hablan más cotidianamente. Los afectivos, que estos corresponden a la falta o necesidad en cuanto a tener una relación de intimidad con otra persona. Los cognoscitivos, estos se basan mediante, como la persona tiene la habilidad de relacionarse con otros, o como se imagina que la van a tratar antes de conocerla, y el no poder tener comunicación con nadie de su entorno (Young, 1982).

La soledad se va adaptando a la persona en cómo está la ve, si siempre tiene un pensamiento que está sola y que no tiene a nadie, siempre se va sentir mal, por no ver el otro lado de la vida, en el cual, si tiene una familia, amigos que le tienen ese cariño. La soledad que se ve más presente y en la que el ser humano se identifica más es, la física, ya que te importa lo que los demás piensen de ti, el verte solo, aislado sin amigos es fuerte para la persona y la lleva a sufrir esta problemática, sería algo complicado salir por sí solo de esto (Montero, 2001).

Como señala Sullivan (1954) que la soledad crónica es la que perdura en la vida de una persona por más tiempo, diciéndolo así esta con él por años, la persona que presenta este tipo de soledad se le complica relacionarse con otras personas, sin importar en la circunstancia en la que se encuentre, esta persona prefiere evitar todo tipo de contacto con las personas y permanece alejado sin comunicación alguna. Por otro lado, hablando de la soledad situacional, con esta nos referimos en que la persona haya presentado un problema familiar o con amigos y por un periodo corto estos le dejan de hablar, igual puede presentar sentimientos de soledad, pero sería pasajera.

Por último, hablando de la soledad transitoria, con esta nos referimos a que es la que más presenta un ser humano, por decirlo así, es la más común, ya que esta suele estar presente por momentos cortos y su durabilidad es muy corta, hasta por pocos minutos y se relaciona con problemas insignificantes. Este tipo de soledad la ha presentado la mayoría de las personas, en alguna vez de su vida se han sentido

solos, y si lo examinas detenidamente, te das cuenta de que no es así, porque si tienes amigos que te escuchan y familia que está contigo (López, 2001).

### **1.9 La percepción de soledad como factor de riesgo en la adolescencia**

La soledad es un sentimiento desagradable, que experimenta un sujeto por la falta de compañía, o cuando las relaciones que quiere que se den a su alrededor no le resultan satisfactorias, lo alejan o excluyen de planes importantes, y este se siente deficiente por eso es que el sujeto genera sentimientos de soledad y es por eso que la mayoría de veces la persona se deprime (Borges, 2008).

Como bien lo dice Casullo (2002) Es importante mencionar que la soledad, es un componente que involucra tomar decisiones riesgosas para la persona, esta generalmente suele asociarse con la mortalidad ya que con ella trae problemas de todo tipo, tanto físicos, sociales y emocionales, que los llevan a tomar decisiones inesperadas. La soledad es un tema demasiado fuerte hablar de ello, ya que se puede volver crónica si no recibes la ayuda necesaria. Regularmente cuando la persona está pasando por un momento de estos, todo lo que este a su alrededor y no le favorezca siempre lo va ver mal y lo va relacionar con desagrado, esto hace que permanezca alejado y estar todo el tiempo en contra de todo y de mal humor, y lo esencial para él es estar solo.

Al analizar el suicidio en la adolescencia señala como uno de los factores de riesgo relevantes la baja densidad de las redes de apoyo social y las pérdidas afectivas recientes. Tales factores generan la experiencia de soledad. Como contrapartida, destaca como fuertes factores protectores a las redes de ausencia de soledad.

Teniendo en cuenta a Perlman (1982) la soledad suele estar sujeta a un modelo que es sumamente cambiante, que varía por diferentes circunstancias, causas y se da por intensidades, todo va depender de la persona que lo este presentando, edad, sexo, familia y datos socioeconómicos. Es importante dejar claro que se suele confundir la soledad con el aislamiento, la soledad es la falta voluntaria o involuntaria de compañía, ausencia o perdida de personas que lo

rodean, y el aislamiento lo buscan personalmente, por medio de la evitación de contacto con la red de personas cercanas

Los estilos de vinculación en la adolescencia, es de suma importancia dejarlos en claro y enseñarles a desarrollar esa habilidad para que no presenten problemas en el futuro, para que estos tengan una buena conexión o relación con personas de su interés. Un buen desarrollo desde la niñez hace personas buenas a lo largo del tiempo, es importante ver también con las personas que se rodea, ya que estas pueden influir en la educación de los hijos, depende de los valores que se estén dando en casa, y la enseñanza que está recibiendo en la escuela también influye, esto lo señala (Acosta, 2009).

Como ya se mencionó existen diferentes características que derivan a la soledad, ya que esta por lo regular no se da de forma individual si no que está relacionado con su grupo de personas (familia, amigos) de este modo no permanece en un tema privado si no que engloba a toda una red, y lo lleva a una problemática de tipo social, esto se debe a la gran cantidad de soledad que se presenta en los jóvenes ya sea sociales o culturales. (Montero, 2001).

En investigaciones realizadas se encontró que la mayoría de los adolescentes presentan soledad por, baja autoestima y esto se deriva a los malos comentarios o defectos que ven ellos, en su apariencia física lo que los lleva al aislamiento, esto en ocasiones se debe al alejamiento que se desarrolla en uno mismo por pensamientos negativos que pasan de ser solo una pesadilla o críticas negativas que solo se hacen para hacer sentir irritación al individuo. Por otro lado, otros adolescentes refieren que ellos suelen presentar soledad por falta de una pareja o bien la ruptura de esta y a problemas familiares, esto se ve reflejado y afecta en su forma de actuar, de pensar y de hablar (Gurrola, 2003).

De este modo se habla de soledad en la etapa de la pubertad ya que los adolescentes suelen estar más estresados por lo que van hacer con su vida, a baja autoestima que estén presentando, depresión y ansiedad. El sentimiento más fuerte para presentar la soledad se da cuando un ser querido fallece, refieren que es lo más doloroso que puede experimentar un ser. Cuando una persona se encuentra

estable y tiene una buena relación con su familia es menos probable a padecer de soledad. La soledad se da en la adolescencia y en la vejez ya que muchos ancianos suelen quedarse solos o en asilos y los llevan a presentar estos sentimientos (Parlee, 1979).

No toda la adolescencia se encuentra ligada a que siempre van a vivir con soledad, al paso del tiempo el adolescente se da cuenta que no con una simple discusión se va sentir mal, o va caer en depresión, si no que ya va comprendiendo un poco más acerca de los temas y que no siempre se va sentir bien y lo va saber sobrellevar. En este caso la soledad debe disminuir a medida que el individuo va adquiriendo conocimientos. Una de las razones de la soledad es la falta de madurez. Por decirlo de una manera correcta no son los mismos sentimientos de soledad que presenta un adolescente en su pubertad a los de una persona mayor ya que esta si tiene más razones el decir que está sola y se siente triste (Phillis, 1972)

Para Scalise (1984) Para una persona que presenta soledad, está siempre se va encontrar enferma de cualquier cosa, ya que esta afecta el sistema inmunitario, lo que hace que todas las defensas estén abajo y esta pierde las ganas de todo, puede presentar desde un dolor de cabeza constante, náuseas, mareras enfermedades cardiovasculares (corazón), y estas personas tardan más para lograr una pronta recuperación, ya que no se sienten bien la mayor parte del tiempo, estas se encuentran deprimidas. En poco número de personas, son las que buscan la soledad ya que estas si se sienten bien el estar solas, por que desarrollan conocimientos nuevos o habilidades que no conocían que ellas ya tenían y les hacen rendir frutos acerca de su aislamiento

Otras dimensiones de soledad hacen referencia a las múltiples situaciones que nos pueden llevar hacia una soledad o aislamiento no deseado, lo cual se caracteriza como un problema en los diferentes ámbitos de la vida, ya sea físico, mental, social, cognitivo, relaciones de pareja, abandono etc. Entre ellos están las personas que tienen discapacidades físicas como parálisis motoras y/o Alzheimer.

Mushtaq (2014) señala que Down y Asperger, son situaciones que limitan y dificultan la interacción social, ya que algunas personas pueden no ser empáticas

con ellos por sus condiciones, por lo tanto, genera un deterioro de la comunicación. Las personas sordas, ciegas o mudas también tienen limitaciones para generar una conexión y comunicación. Su condición propia los hace propensos a caer en situaciones de aislamiento. Pero no podemos olvidar, que dada la carencia de uno de sus sentidos, desarrollan, en no pocas ocasiones, virtudes o facetas positivas en su cuerpo y demás sentidos. Otro ejemplo son las enfermedades terminales en donde los pacientes están distanciados, o se sienten en soledad, ya que su compañía es limitada. Otra muestra está relacionada con el abandono infantil. Cientos de niños, que sufren el abandono por parte de sus familias, están obligados a sobrevivir en las calles, a la intemperie, despreciados por la indiferencia de la sociedad y del Estado.

Mushtaq (2014) menciona que las personas que sufren este tipo de abandonos son los ancianos, cuando ya se convierten en un “estorbo y carga” para sus familias, dejados muchos al simple olvido o reclusos en ancianato. Igualmente tenemos como ejemplo las personas que viven en la indigencia, muchos de ellos por problemas económicos y otros por enfermedades mentales como las psicosis. Las personas que son privadas de su libertad como se presenta en el secuestro extorsivo. Y también de las personas que, por problemas con la justicia, son conducidas a prisión. El último ejemplo está relacionado con la violencia intrafamiliar, el abuso infantil y de adultos y el Bullying.

Las personas, víctimas de este tipo de violencia, por lo regular buscan el aislamiento y evitan el roce social por miedo a ser señalados o discriminados. Pueden caer en depresiones severas, que, en no pocas ocasiones, pueden conducirlos a tomar decisiones fatales. La soledad prevalece más entre los abusadores de niños y los que la ignoran que entre los que cuidan bien a sus hijos. Se observó que las mujeres abusadas en el pasado se sentían más solas y tenían una orientación de red más negativa, en comparación con las mujeres, que no fueron abusadas (Mushtaq, 2014).

### **1.10 Como piensa el adolescente en la soledad**

Carvajal (2009) refiere que para que una persona padezca de soledad, debe estar afectando su inseguridad con la persona y la baja autoestima, estos son papel fundamental. El que un adolescente sea el que le valla más mal en la escuela tiene mucho que ver ya que siempre lo van a clasificar y excluir, el tener una mala alimentación, mala vestimenta, una vivienda no favorable para la sociedad, todos estos son temas que importan para que la persona no pueda padecer de esta enfermedad

En la opinión de Carvajal (2009) se tiene en cuenta que la soledad, siempre va aparecer en la etapa de la adolescencia, ya que varios estudios lo demuestran, en la adolescencia se presentan cambios repercutidos en la persona, el sufrir de la pubertad, el no poder relacionarse sentimentalmente con su pareja, el no ser aceptado en grupo de amigos, son cambios que se presentan cotidianamente. Una expectativa alta que tengan los padres hacía los hijos también les afecta, ya que sienten la presión de hacer todo bien para que estén felices los padres, mientras ellos no se sienten satisfechos con lo que están realizando

Heinrich (2006) Manifiesta como una problemática el que un adolescente este pasando o presentando sentimientos de soledad, ya que le es más escaso tener una motivación para estar bien con su entorno. El que un adolescente este encerrado en su habitación sin contacto con nadie te indica muchas cosas y es ahí cuando tienes que brindar la ayuda que la persona requiere, la comunicación aquí en base esencial para todo, el que este preocupado que con nada de lo que haga va encajar o agradar a su grupo de amigos, también son señales de que el adolescente no está bien y ahí también requiere ayuda

Cuando una persona se encuentra hundida en el fracaso lo lleva a pensar y a tener ideas de desesperanza y terminar con su vida, otros por lo general, tienden a caer en adicciones que antes no tenían y por periodos cortos hacen que se olviden de su realidad y se sientan bien. En los últimos años se ha visto a la soledad como una enfermedad mental, que por más corta que sea debe ser atendida para no tener resultados desfavorables con la persona. La soledad también suele ser presentada por parte de economía ya que puede tener lo que desean, porque su familia es de

una economía buena, pero nunca están juntos sus padres, por lo regular no se encuentran en casa, de igual manera va a presentar soledad (Heinrich, 2006).

Clasifico varios tipos de soledad y todas se derivan de diferentes causas, la que se presenta por perdida de cosas materiales que tiene valor sentimental para ellos, es soledad secundaria, el sentirse solo y si ayuda de nadie a su alrededor, ya que esta así lo permite, es la soledad por sí misma, soledad emocional o primaria aparece cuando se descubre la ausencia de apego hacia una persona, o perdida de intimidad con personan cercanas, pareja, padres e hijos, soledad social esta es la carencia de apoyo que antes solía recibir la persona y esta se alejó de ella, amigos vecinos o compañeros de trabajo, si se sufre de soledad social básicamente suelen padecer de soledad emocional ya estas van encadenadas. La soledad emocional en los niños y adolescentes suele presentarse por problemas con los padres, en la relación que llevan (Tonioni, 2014).

En psicología la soledad lleva un papel fundamental ya que esta te ayuda a cómo lidiar con estos sentimientos y como sobrellevarlos con el paso del tiempo, esto no es un proceso corto lleva de tiempo para tratar esta enfermedad. Tener en claro que la soledad no es un sentimiento objetivo, ya que ninguna persona quiere pasar por esto. Esta suele darse por experiencias desagradables, que se dan en la persona, todo depende de la percepción que tiene frente a una problemática cotidiana, como puede ser, perdida de un objeto o insulto de una persona, si tienen una buena percepción, van a tomar la situación como algo de aprendizaje para que en otra ocasión no vuelva a ocurrir (Roemer, 2004).

Roy y Andrews (1999) Confirman que soledad es un sentimiento derivado de una respuesta que tiene que ser poco aceptable por el sujeto, para que no se vuelva dependiente de la persona y así se tome como algo pasajero y que puedes sobresalir de este complejo. Si no se tiene un buen modelo de apoyo, la persona suele padecer este sentimiento a lo largo de la vida cotidiana. Cuando una persona elije estar solo, lo dice por varias razones algunas pueden ser factibles y otras repercuten su vida con ideas tormentosas para los de su contexto.



López y Sánchez (2001) realizaron investigaciones en las que les intereso indagar acerca de las características que hace que se dé la soledad, y así reafirman que no se da de forma individual, si no mediante la sociedad, y todo esto se encuentra ligado a lo que el adolescente tiene la percepción de como lo ve el mundo sin antes tener contacto con él. El bienestar social y emocional es parte esencial para que la persona se encuentre bien y no llegue a tener problemas en su vida futura, si una persona sufre de soledad, es importante conocer los niveles de bienestar de esta, así para darle una resolución correcta a sus problemas y atención segura.

Asher y Paquette (2003) refieren que la soledad está relacionada por conceptos de las personas en cuanto a su estado de ánimo en el que se encuentre últimamente, se le puede ver muy feliz en la escuela, con la familia, pero cuando esta está alejada se siente la persona más sola y hace que experimente soledad en un lapso corto, pero no lo toma con la misma percepción a lo de una persona con soledad crónica. El que una persona padezca de riesgos de soledad, no es lo mismo a que la persona ya esté en ese problema de soledad crónica o severa, porque los riesgos es apenas la iniciación de todo

La adolescencia es una etapa en la cual toda persona pasa, unos de forma menos significativa, un poco más normal para este, ya que en este tiempo están por vivir cambios que pueden tener o no repercusiones en su vida adulta. Padecen de cambios tanto fisios como emocionales y un poco más sentimentales con personas de otro sexo, y todos estos cambios los llevan a extraer ciertas enfermedades somáticas como son estrés, frustración para lograr lo que desean (Vega, 2007).

### **1.11 Influencia de la soledad en el contexto del adolescente.**

La pandemia por coronavirus que vivimos desde principios del 2020, provocó enormes cambios en la cotidianidad de las personas, generando una soledad contextual relacionada directamente a la dimensión colectiva, ya que afecta directamente a la mayoría de la población y es la soledad del día a día que vivimos a causa del distanciamiento social, con el fin de mitigar el contagio del Covid-19. Esta situación ha generado en la mayoría de las personas la sensación de soledad,

de sufrimiento, de desesperanza, de estar distantes físicamente de sus familias, parejas o amistades, deteriorando nuestros estados emocionales y las relaciones personales y e interacciones sociales. Muchos de nosotros tuvimos que adaptarnos a nuevas rutinas, limitar el contacto, incluso realizar ocupaciones en forma virtual (Weiss, 1973).

En estos últimos años en que se presentó la pandemia la mayoría de los jóvenes adolescentes, presentaron niveles altos de soledad, ya que se sentían alejados de su vida o la relación que tenían con amigos, algunos les sirvieron de forma afectiva porque mejoraron la comunicación con los padres a otros simplemente los alejaron más de ellos, trayendo con ellos más discusiones de lo normal y los volvieron más frágiles con el mundo exterior (Yanguas, 2018).

En conclusión, es un tipo de soledad del día a día de las personas y es algo que todos hemos experimentado, y que sabemos, no pasa a ser una situación a la que se le atribuya una preocupación mayor, puesto que es una soledad trivial y rápidamente pasajera que se centra en un contexto específico. Sin embargo, en el caso del SARS-CoV-2 no sabemos con certeza cuánto durará, y por supuesto que amerita una enorme preocupación, especialmente con el tema relacionado a la salud (Benedetti, 1979).

Cacioppo (2018) menciona como punto importante que asocian a la soledad con el aislamiento, el aislamiento es un problema objetivo, y buscado por la persona y en esta fase la persona ya presenta depresión, y muestra sus habilidades con la sociedad más deficitarias. Otros estudios refieren que la soledad es una característica única de cada individuo y cada persona lo presenta de forma diferente, este se siente alejado de su medio, aunque este con personas a su alrededor que le demuestren cariño o atención.

Una persona que se encuentra bien relacionada con su entorno familiar y de amigos es muy difícil que llegue a presentar soledad, y lo sabría diferenciar de un problema que llegue a presentar por pequeño que sea, le daría la solución correcta a este y saldría de ahí, cuando se tiene una buena comunicación y confianza con la familia

desde pequeño, esto ayuda en todo su entorno emocional de la persona, y deja mucho que decir frente a la sociedad (Acosta, 2009).

Winnicott (2002) realizó aportes en este tema acerca de que, la soledad es un proceso que vive el ser humano y se hace presente en diferentes etapas de la vida, cada persona la vive de diferente manera de acuerdo a su contexto en el que habita y la familia. Algunos de los seres tienen la capacidad para sentirse bien estando solos, les gusta estar aislado de todos y así ellos aprenden cosas nuevas o se centran más en sus metas que se plantean. La infancia es inicio clave en donde se le tiene que prestar más atención al sujeto ya que de ahí va a iniciar todo su crecimiento y depender si es buena persona ante su sociedad, la relación que tiene con los padres es importante que fomenten una buena comunicación y marcar respeto, ante todos.

De tal modo como menciona Cardona (20011) la soledad se da por medio de características que desarrolla la persona en su contexto, con el simple hecho de ver una persona alejada de niños, el ser demasiado tímido, te dan pautas para investigar más a esa persona y luego vas a notar y pensar que puede estar pasando por sentimientos de soledad. De tal modo se puede decir que la soledad puede surgir desde casa, desde la comunicación que tiene con los padres, es así como se va comportar en la escuela con su grupo de amigos

Cuando una persona se encuentra sola en su contexto, esta automáticamente tiene la capacidad de percibir y ver de qué manera le va afectar a su propia persona, si esta persona desde que nació o tiene memoria, siempre se encontró sola, sin la parte fundamental que son los padres, pero tiene el cariño de un abuelo, tía, está por el simple hecho de que esta con alguien, no puede presentar soledad, ya que siente el afecto o cariño cuando esta con esa persona, en cambio en una separación o fallecimiento de los padres esta persona si va presentar soledad por un largo periodo y le será más difícil salir de estas situación (Larson, 1982).

En la etapa de la adolescencia es cuando la persona desarrolla la capacidad de estar solo, ya que se siente bien alejado del su contexto, y para él está bien estar

en una biblioteca solo, en su habitación, o en un parque sin la presencia de nadie, para él le resulta satisfactorio estar solo, pero sabe que cuando llega a casa va tener esa comunicación con la familia el cual sabe que esta no lo excluye. Un sujeto que pertenece a un grupo de amigos, y últimamente este no se sienta bien a lado de estos, lo ara que se valla alejando, causando así su separación en su contexto y averiguara que se siente mejor estando solo (Hartog, 1980).

Se hace referencia a Machado y Sousa (2008) que una de la principales razón por la cual el sujeto padece de soledad, es por la burla de los grupos de amigos al ver una persona sola, aislada de todo, lo que no saben estos, es que ella es feliz estando sola, pero ahí es cuando vienen los malos pensamientos y se creen de que en verdad si es malo estar solo, y generan estereotipos en su propia persona, la familia igual puede dañar con comentarios al hacer referente, que no tienen amigos o una pareja estable, todos estos cometarios unidos hace que la persona pueda tener baja autoestima y padecer de soledad.

La adolescencia es una etapa que suele dejar marca en las personas, del modo en el que lograron vivirla, sino tuvo problemas en esta, y fue todo normal para él, siempre la va recordar como algo buena una etapa la cual recomendaría vivirla de la mejor manera, pero para una persona que no le fue tan bien porque se le presentaron problemas que no pudo terminar de sanar, burlas, maltratos, en el futuro de esta persona siempre va la recordar como una etapa en la cual no le gusto haber pasado, y poder prevenir a los hijos el que no vivan de la misma manera en que él pudo vivirla. En la etapa futura de una persona que este pasando por momentos fuertes de soledad, sería importante indagar en toda esta etapa, desde su niñez hasta la adolescencia ya que pudieron haber quedado problemas con bastante fijación para el sujeto y de ahí encadenado todo (Machado, 2008).

Para poder logra tener un rol en la sociedad es importante hablar y dejar claro que para llegar a esta es cuestión es en base de procesos y los cuales no son fáciles ni rápidos de adoptar, esta persona tiene que tener una gran maduración ante

cualquier tema o circunstancia, la persona que es madura no le importarían los comentarios que hagan sobre él y esto es muy importante desde ahí se da todo, una persona que es independiente muy difícilmente pudiera padecer de soledad. Una persona bastante amigable y sociable también tiene índices bajos de poder presentarla y así sucesivamente van creando su rol social (Larson, 1982).

La relación que existe entre padre e hijo los hace dependiente en ambas partes, en la adolescencia si el sujeto tiene la capacidad de hablar acerca de los temas que son interesantes para él, metas, y si esto indica alejarse de ellos y buscar lo mejor para ellos lo hará, pero muchos tienen el miedo de salir a lo sociedad sin la figura protectora de los padres, ya que sienten que ellos no son capaces de tomar decisiones y tener esa autoridad para enfrentar el mundo en su vida diaria. Los padres les afectaría de igual modo, porque no se sentirían seguros de que sus hijos anden solos por el mundo, sin ellos estarlos vigilando y así estos lo privan del mundo (López y Castro, 2007).

Aberastury (1983) En esta etapa es difícil tanto para el adolescente como para los padres, ya que el adolescente tiene diferentes cambios en su vida la primera es olvidarse de su niñez y la vida fácil que llevaba teniendo todo lo que pedía, ya ahora ya no es así, el cambio de la pubertad el presentar nuevos síntomas, nuevos intereses hacia persona de otro sexo, todo esto lo hace complicado, el buscar terminar la meta propuesta, ya sea lejos de casa, en otro ambiente muy diferente para él. Para los padres el no ver al hijo en casa, no saber si se encuentra del todo bien, el preocuparse de más por la vida de su hijo, todo esto no lo ayudaría en mucho

### **1.13 Salud mental y soledad en la adolescencia**

Como menciona López et al, (1998) se requiere tener una satisfacción en la vida para poder vivir plenamente, esto no quiere decir que siempre vas a estar bien, o siempre vas a recibir cosas positivas, sino que es la percepción en como ves las

cosas que se puedan presentar en la vida, y la compañía que tengas en ese momento es clave importante

Musitu y Cava (2003) La familia en este tema es fundamental porque de acuerdo a la relación que lleve con ella es como se va dar la personalidad de la persona, y las relaciones que pudiera conseguir en su futuro dependerán tanto, de él cómo de la familia, la aceptación y aprobación que genere en este será importante para todos. La familia al tener una buena comunicación con los hijos, lograr tener buenos esquemas para la elección de sus metas futuras. El adolescente tomaría una decisión con la ayuda de la familia ya que todos aquí intercambian ideas en lo que es mejor para este y así tomar la decisión adecuada y poder apoyarlo a lograr lo que se planteó. La pareja que adopto en ese momento también es clave de que el otro logre lo que se propuso, ya que ambas estarían de acuerdo y se apoyaran mutuamente.

El hecho de que una persona este rodeada por muchos amigos no quiere decir que no esté presentado problemas en la vida, no siempre por el hecho de estar rodeado de mucha gente vas a estar bien, si no son, las personas adecuadas en tu vida podrían traer consigo problemas y aumentarían enfermedades para la persona. En ambos casos una persona que se encuentra solo con un amigo, podría ser más feliz que la otra que está rodeada por 10 amigos. Ciertas enfermedades que puede presentar cotidianamente la persona podrían ser, estrés, insatisfacción con uno mismo, ansiedad, depresión, estas cuales serían tratadas con profesionales de la salud (Karnick, 2005).

Fernández et al (2013) difieren y afirman, que esta problemática puede provenir de diferentes formas y por al ambiente en el que se encuentra la persona, de forma cuantitativa se refiere a la calidad de amigos que tiene y cuantos tiene y si se lleva bien con ellos y por otro aspecto de forma cualitativa, que no tiene personas con quien salir, con quien hablar y expresar lo que siente. La soledad se da de tipo afectivo que se refiere comúnmente a la relación que tiene con otras personas íntimamente, y de tipo cognoscitivo, es en base a la percepción que tiene en cuanto

a las problemáticas que se le pueden presentar, y la calidad de personas que están a su lado

Cardona et al., (2013) algunos autores refieren que una persona que presenta soledad, trae consigo en todo el proceso, diferentes enfermedades y problemas tanto físicos como emocionales, su bienestar siempre se va encontrar dañado por ambas partes, y va a ver su vida de forma negativa en todo lo que se le presente, la persona suele estar triste, de mal humor, y a todo esto aumentaría su desesperanza de vida. El deterioro que se presenta es fuerte tanto para la persona como para la familia, ya que siempre tienen que estar al cuidado de alguien para que esta no tome decisiones que puedan ser lamentables

Una persona que vive con soledad siempre va presentar problemas en su salud. Sin embargo, una persona que tiene problemas con su salud, que regularmente este enferma o tenga enfermedades severas, terminales, o de un tratamiento largo, igual pudiera presentar sentimientos de soledad ya que siempre se va encontrar deprimida por la situación que está pasando, y las noticias que recibe acerca de su salud, estas persona con la ayuda de un profesional, su vida podría ir mejorando y sentirse estable y entender que lo que está pasando es con un fin y no depende, de él (Sánchez, 2017).

Es importante que una persona que no sabe manejar su vida de la manera correcta o perfecta para otras personas que son cercanas para él, le pudiera resultar complicado e insatisfactoria su vida ya que no llenaría ese vacío por complacer a otras, el apoyo que recibe de la familia en este caso no es factible para este, ya que él no está feliz con las decisiones que están tomando por él, y no puede presentar un interés por su vida y ni completar su ato realización que requiere (Acosta et al, 2017)

#### **1.14 Apego emocional**

El apego se ha convertido en una problemática para todo el ser humano, ya que es una teoría muy poco hablada, pero que regularmente la mayoría de las personas la presentan, en diferentes etapas de la vida desde la niñez hasta la vejes, en base a

su familia al niño e resulta difícil desprenderse de esa figura importante para él, en la adolescencia en cuestión a una pareja amorosa que este viviendo y le cause una ruptura y en la adultez cuando se sufre por la pérdida de un ser querido, o una persona que se aleje por mucho tiempo de esta (Feeney, 2001)

Hazan y Shaver (1987) hablan del apego como la relación o el vínculo que crea una persona con alguien de su agrado, o que pasa mucho tiempo a lado de esa persona, puede ser que la trate mal, pero esta no se puede alejar de ella de ninguna manera, en la etapa de la adolescencia el tema de apego se encuentra muy marcado en base a las relaciones sentimentales con su pareja. El adolescente que presenta apego se le es difícil salir de esta etapa ya que, el que una persona lo rechace o no lo quiera más en su vida, le queda marcado en su vida, y este ya sienta una conexión grande hacia esta, lo hace pasar por problemas de soledad y lo lleva a tener ideas suicidas por el hecho de no poder estar con esa persona que quiere en su presente.

Cabral *et. al.* (2012) se suele asociar el apego y la regulación emocional, pero son temas muy diferentes con características que dependen de la persona y como está la percibe, el apego es la el vínculo que surge entre personas con interese similares y la regulación emocional es el control que tiene la persona de sentirse bien, si no es bien logrado los tiende a padecer de enfermedades muy significativas para la persona.

En estudios realizados se tuvieron resultados acerca de que el apego es el que lleva a que una persona logra presentar problemas en la salud, siendo así que la persona logre afrontar los diferentes problemas que pueda tener en su vida emocional, a lo cual lograron recatar las diferentes hipótesis más comunes en las personas

1. Una persona con una vida insegura suele presentar más problemas que una persona con un estilo de vida seguro y aceptable.
2. Las personas que suelen presentar ansiedad tienen como resultado positivo, problemas de rechazo hacia las personas y problemas emocionales, mientras que las personas con un apego inseguro no saben que es lo mejor para ellos y tomar una decisión correcta.



### **1.15 Síndrome de aislamiento social**

En la actualidad la tecnología se ha apoderado de los seres humanos, ya que ha cortado toda comunicación con ellos y a través de eso, se vuelven unas personas más inseguras con su vida, ya que al momento de salir a la sociedad se vuelven personas tímidas porque nunca se relacionaron con su medio y los lleva a traer enfermedades psicológicas en la persona y afecta a toda la red de personas que está a su alrededor (Stip, et al, 2016).

Según García et al (2007) menciona que el hikikomori es una problemática y debidamente es trastorno que presenta una persona de forma permanente, es prácticamente el alejamiento y reclutamiento de una persona con el mundo exterior, decirlo de cierta forma es el aislamiento agudo, y encerramiento total, sin comunicación ni contacto alguno. Se dio a conocer por primera vez en Japón, y se dice que este trastorno afecta más a los hombres que a mujeres, pero es debidamente a una cultura que adopta la personas, que extremadamente tímida, o con agorafobia.

Stip, et al (2016) Afirma que esta enfermedad da principalmente a los adolescentes ya que estos son los que más tienden a alejarse de su contexto y adoptar hábitos diferentes y se vuelven más solitarios de lo común, son jóvenes que no les importa su futuro y estos tienden a caer en el uso excesivo del internet y de las redes sociales, adoptando así una vida excluida de todas las personas, incluyendo familia.

Malagón (2014) Según recientes estudios de prevalencia están detectando un número creciente de casos en otros lugares del mundo como Omán, India, Italia, Estados Unidos, Corea y España. De hecho, en 2014, los médicos del Instituto de Neuropsiquiatría y Adicciones del Hospital del Mar en Barcelona elaboraron el primer estudio europeo sobre las características clínicas y sociodemográficas del síndrome de hikikomori, detectando 164 casos solo en España. Han señalado que nos encontramos ante un importante problema de salud que toma cada vez más protagonismo se ha descrito como un fenómeno psicopatológico y sociológico en el que las personas se retiran completamente de la sociedad durante al menos 6

meses y se recluyen en el hogar con el objetivo de evitar cualquier compromiso social como la educación, el empleo y las amistades.

Tim (2015) ha definido el trastorno a partir de las siguientes características:

1. Pasar la mayor parte del tiempo en casa y aislados de la sociedad.
2. Falta de interés por ir a la escuela o trabajar.
3. Tiempo mínimo de aislamiento de 6 meses.
4. Ausencia de esquizofrenia, retraso mental y trastorno bipolar.
5. Exclusión de aquellos que mantienen relaciones personales.
6. Sin embargo, la creciente investigación en torno al hikikomori ha detectado otras características que son comunes a estos chicos y que pueden ayudar a definir dicha entidad.
7. El inicio del aislamiento ocurre en la adolescencia en probable relación con una crisis de identidad en el adolescente.
8. Escapan de la realidad a un mundo cerrado o virtual, tienen miedo al rechazo o a la crítica y presentan una importante fragilidad psicológica.
9. Son personas que invierten mucho tiempo en actividades solitarias sin hacer ningún esfuerzo por mantener relaciones interpersonales. Se aíslan en sus habitaciones, ven la televisión, juegan al ordenador, a videojuegos, leen libros o manga, etc. A veces tienen el ritmo sueño-vigilia invertido y no se asean.
10. Son personas que evitan todas las actividades sociales. Es posible que tengan amigos cercanos, pero son relaciones pasivas o indiferentes.
11. Aparece con mayor frecuencia en varones.
12. La prevalencia de estos casos está incrementándose en países desarrollados o de altos ingresos.
13. Son asociales no le agrada relacionarse, pero si salen.
14. Es frecuente que se haya producido una sobreprotección por parte de su familia. La privación de la autonomía del niño restringe su desarrollo psicosocial. Por otro lado, se ha visto que afecta a hijos cuyos padres

tienen elevadas expectativas y están sometidos a una elevada presión académica.

El problema principal que puede presentar un adolescente y que a este lo haga aislarse de su contexto, sería por el rechazo de los amigos o en su escuela, enfrentándose a su rutina diaria, problemas familiares que este viviendo en casa y que lo incluyan a él, no tener una comunicación clara con personas cercanas es de suma importancia para este. Mencionar que otro dato importante para que la persona pueda sufrir este trastorno son, que el adolescente haya vivido o pasado algo traumático para él y que lo lleve a presentar demasiada culpa, vergüenza ante la sociedad o familia. De gran ayuda para esta persona sería llevando a este a que le brinden un tratamiento, pero sin dejarlo solo en este proceso (Li TM, 2015).

La perspectiva psicológica, según Furlong, (2008) refiere que este trastorno se puede dar también por problemas que haya pasado en su infancia y que nunca las hablo o les dio una solución correcta y este viviendo siempre con ese recuerdo que es traumático en su presente, ya sea que en la primaria en su grupo de clase, este chico sufrió de bullying y no lo hablo, es algo que él vivió y fue fuerte y le afectó parte de su vida y aun lo sigue haciendo, ya que no se siente parte de su grupo de clase y prefiere alejarse de este y evitar contacto con todos. También hace referencia a una persona con bastante apego hacia los padres y ellos en su momento a lo enseñaron a que siempre iba estar protegido por ellos y le es más difícil tener contacto con personas nuevas que conoce.

Los síntomas principales que puede presentar la persona son, disforia que esto en general es, emociones desagradables o molestas ante cualquier situación que pase, enfermedades del sueño, aislamiento, falta de concentración, ser una persona extremadamente antisocial, todas estas problemáticas suelen presentar estas personas. Si esta enfermedad no es atendida a tiempo puede presentar enfermedades psiquiátricas graves, ya que para la persona es demasiado fuerte estar viviendo todo esto a cada día, y es ahí cuando suelen tener ideas suicidas para terminar rápido con esta problemática. Las personas también suelen volverse

adictas a sustancias para olvidarse por un momento de la situación o el contexto en el que están viviendo. El hecho de que la persona haya crecido en un ambiente de muchos lujos y autocomplaciente por parte de sus padres, y si llegaran a presentar un desacuerdo con estos también lo llevaría a presentar estos índices de enfermedades y chantajear a la familia (Koyama A, 2010).

La persona que principalmente pasa por este trastorno, este se puede deber a un problema que tuvo en alguna etapa de sus vida y que fue significativa para él, depende también de la educación que le brindaron desde pequeño, si fue un niño aislado y con un alto índice de utilización del internet puede tener ciertos problemas a la hora de socializar o hablar con gente de su entorno y su manera de expresar no sería la misma a la una persona de su edad ya que tendría una adicción al uso de las redes, y sería difícil volver a cambiar sus hábitos (Teo AR, 2015).

Como menciona Tateno, *et. al.* (2012) para que este acepte la ayuda que le esta brinda la familia, necesita haber pasado por varios procesos fuertes y que de verdad este quiera el cambio y tener una vida sana, los factores de él no recurrir con especialista antes de haberse aislado es debido a la manera de ver de las otras personas, inseguridades al hacerlo saber a la familia, vergüenza y culpa por ambas partes, es un proceso largo, pero si lo hacen a tiempo pueden salvar a la persona que lo está padeciendo.

Para poder lograr una adaptación buena en los adolescentes y para que estos no presenten un trastorno de este tipo, un punto clave seria, integrar más a las personas en actividades diarias, escolares, familiares y con amigos. Un tratamiento efectivo para ellos es que tengan mucha comunicación con la mayoría de las personas y no dejarlos solos en el proceso, ir paso a paso con estas personas y hablar principalmente con las autoridades del ámbito educativo, todo esto para hacer personas más consientes, respetosas, con valores y que se pongan en el lugar del otro y brindarles la mayor ayuda posible (Tateno, et al, 2012)

Según autores como Tim y Wong (2015) Existen hoy en día terapias para la ayuda de un mejor bienestar de la persona y en diferentes enfoques, según lo que esta requiera, y algunas recomendaciones son las siguientes:

- Enfoques terapéuticos: Los profesionales de la salud mental trabajan con estos jóvenes como enfermos que requieren una intervención temprana, hospitalización, farmacoterapia, antidepresivos y medicina tradicional china. Algunos servicios proveen counselling, psicoterapia y psicoanálisis. Los terapeutas les ayudan a entender sus propias situaciones psicológicas y los traumas relacionados con el apego en el pasado. También se han utilizado la terapia familiar, la nidoterapia y la terapia narrativa.
- Enfoques sociales: Retomar actividades grupales y que todos participen sin excluir a nadie y sin realizar lenguajes discriminatorios, esto ayuda bastante a los jóvenes a desenvolverse y adaptarse al grupo con el que están conociendo y sentirse dentro de este, y al salir de este contexto les permitirá aprender a socializar más con gente externa.
- Enfoques educativos: los profesionales y educadores que están a cargo de estos jóvenes, tienen un trabajo bastante amplio, en cuanto a los temas que son importantes que estos conozcan, para formar jóvenes con valores, el autoconocimiento de la persona, control de emociones, habilidades y capacidades sociales, todo esto haciendo enfoque en lo requiere el adolescente y brindarle un conocimiento más amplio. (p. 124)

## **METODO**

### **OBJETIVO GENERAL**

Analizar la percepción de soledad en adolescentes de la EPO Núm. 193 del municipio de San Simón de Guerrero

### **OBJETIVOS ESPECIFICOS**

- Identificar la soledad en las mujeres y hombres de la EPO Núm. 193 del municipio de San Simón de Guerrero
- Describir el afecto deficitario de los alumnos de la EPO Núm. 193 del municipio de San Simón de Guerrero
- Conocer el afrontamiento ante la soledad en los adolescentes de la EPO Núm. 193 del municipio de San Simón de Guerrero

## **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

A la soledad se le ha concebido como un estado subjetivo que contrasta con la condición de aislamiento físico; surge como una respuesta ante la falta de una relación particular, e implica un desequilibrio en el nivel deseado y logrado de interacción socio afectiva, cuyas consecuencias pueden afrontarse de manera negativa o positiva, dependiendo del grado de control que según el sujeto ejerce sobre el déficit relacional (Carvajal y Caro, 2009).

Si bien en general la soledad ha sido considerada como la ausencia de compañía (soledad social), algunos autores han utilizado el término para referirse a una experiencia subjetiva mucho más compleja que tiene su origen en el modo en el que el individuo percibe la calidad de sus relaciones (soledad emocional), algunos autores consideran la soledad como un rasgo, mientras que otros la conciben como un estado. No resulta extraño entender que personas que se sienten solas traten de ocultar sus sentimientos para evitar el rechazo de la sociedad, dificultando de esta manera el estudio de este fenómeno (Russell, 1982).

Varios estudios han concluido que la soledad es un agente para predecir el riesgo de suicidio en los adultos jóvenes. Los riesgos a largo plazo de la soledad son igualmente preocupantes. Una investigación de 2015 de la Universidad Brigham Young de Londres, advirtió sobre una posible epidemia de soledad para 2030. Por otra parte, un estudio independiente de 2006 confirmó que la soledad es un factor de riesgo significativo para síntomas depresivos (Perlman, 1979).

El grupo de edad que se considera de más alto riesgo en relación a la soledad es la adolescencia. En relación a esta cuestión afirmaron que la soledad fue descrita en la adolescencia vinculada con el fracaso en la satisfacción de necesidades de relación con pares y relaciones íntimas. La soledad también se considera como uno de los posibles factores que causan otros desórdenes. Entre ellos depresión, suicidio y graves problemas médicos como enfermedades cardiovasculares (Ruiz, 2001).

Este problema había sido sistemáticamente negado como un trastorno que requiere de una atención seria, tal vez porque quienes lo sufren no siempre admiten que puede ser la raíz de otros males. O no quieren reconocerse como "solos", debido a que experimentan vergüenza de sus sentimientos o de su inadecuación para superar el aislamiento (Ruiz, 2001).

Por lo cual se plantea la siguiente pregunta de investigación ¿Cuál es la percepción de soledad que tiene los adolescentes de la EPO Núm. 193 del municipio de San Simón de Guerrero?

## **DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN**

En la presente investigación la cual trata de la Percepción de soledad en adolescentes de la EPO Núm. 193 del municipio de san Simón de Guerrero, fue no experimental de tipo transversal ya que no se modificará la variable en ningún tiempo y se estudiará en su contexto natural, y la medición será en su momento y única.

## **TIPO DE ESTUDIO**

El tipo de estudio de la presente investigación, es un estudio descriptivo ya que se analizó la percepción de soledad que presentan los adolescentes de la EPO Núm. 193 del municipio de San Simón de Guerrero.

## **VARIABLE**

Soledad

## **DEFINICIÓN CONCEPTUAL**

Es un permanentemente estado de malestar emocional, que aparece cuando una persona se siente rechazada por otros o carece de compañeros para realizar actividades que le provean de integración social y le permitan intimar emocionalmente. Rook (1990)

## **DEFINICIÓN OPERACIONAL**

Para medir la percepción de soledad se utilizará el Inventario Multifacético de Soledad (Montero,1999). Evalúa la percepción de carencias en el afecto recibido, ya sea por razones individuales o a causa de otras personas. Mide también los comportamientos que se realizan para enfrentar la soledad.

## **POBLACIÓN**

En esta investigación se trabajará con los adolescentes que estudian en la EPO Núm. 193 del municipio de san Simón de Guerrero, y que cursen el 3° grado, se constituyó por cuarenta sujetos identificados con tendencia a soledad, de igual manera que den su consentimiento informado, y que su participación sea de manera voluntaria,

## **MUESTRA**

La muestra se constituyó por 19 alumnos mismos que decidieron participar de manera voluntaria y con su consentimiento informado en la investigación con un total de, 5 hombres y 14 mujeres, de las edades entre 16 y 17 años y que se encontraban en una relación.



## **INSTRUMENTO**

Nombre: Inventario Multifacético de Soledad (IMSOL)

Autor: Montero (1999)

Su objetivo es evaluar la percepción de carencias en el afecto recibido, ya sea por razones individuales o a causa de otras personas, mide también los comportamientos que se realizan para enfrentar la soledad.

El cual se compone de 66 reactivos escalares, en escala tipo Likert que van de Nunca (0) a Todo el tiempo (4), que exploran la frecuencia con la que se experimenta, el afecto deficitario y el afrontamiento ante la soledad, concebida como la percepción de déficit en el afecto recibido de diversas fuentes.

### **Escala de soledad como fuentes de afecto deficitario:**

- **Bienestar emocional** que está constituido por 20 ítems, el bienestar emocional es como se siente la persona últimamente en su entorno social
- **Amistad** se constituye por 4 ítems, es la relación que tiene con las personas, individuos que conviven y comparte su tiempo
- **Pareja** se constituye por 7 ítems, como se lleva con la pareja, su relación que tiene actualmente
- **Compañeros de trabajo** se constituye por 7 ítems, conjunto de personas o individuos con los cuales comparte su tiempo, y conocer cómo es su relación en el trabajo
- **Escala de conductas de afrontamiento ante la soledad:**
- **Evitación** se constituye por 3 ítems, que tanto afecto le tiene a las personas con las que convive
- **Apoyo en religión** se constituye por 6 ítems, que tan solo se siente al no hacer lo que su relación le manda, ordena
- **Apoyo socioemocional** se constituye por 6 ítems, que tanto apoyo siente de las demás personas cercanas

- **Expresión de emociones** se constituye por 3 ítems, conocer que tan fácil o difícil se le hace reconocer o expresar sus emociones
- **Reinterpretación positiva** se constituye por 4 ítems, de qué manera ve la vida ante diferente situación
- **Aceptación** se constituye por 6 ítems, como acepta o da por hecho algo que allá sucedido en su vida.

Se efectuaron análisis factoriales para cada una de las dos áreas. En la de Soledad como fuentes de afecto deficitario se presentaron cuatro factores que en conjunto explicaron 51.0% de la varianza total; en la de Conductas de afrontamiento ante la soledad se produjeron seis factores que explicaron 45.4%.

Validez y confiabilidad: Los índices de confiabilidad obtenidos para los factores oscilaron entre  $\alpha = 0.72$  y  $\alpha = 0.94$ .

## **CAPTURA DE LA INFORMACIÓN**

En esta investigación, el procedimiento que se llevará a cabo para recabar la información en el municipio de San Simón de Guerrero con los adolescentes que estudian en la EPO Núm. 193, será el siguiente:

- Se establecerá un oficio con el encargado de la Escuela Preparatoria Oficial (EPO), en dónde se le dará a conocer los fines y el uso de la realización de esta investigación, que se llevará a cabo en esa institución.
- Una vez ya autorizado el acceso a la institución, se llevará a cabo la investigación, se enviará el instrumento Inventario Multifacético de Soledad (IMSOL) Montero (1999) mediante Google Forms.
- En la aplicación del instrumento compartido por internet, se incluirá el consentimiento informado dónde se les da a conocer a los participantes lo van a contestar, y de igual manera que tengan en cuenta que el uso de la información que se va recabar serán con fines de la investigación.
- Una vez realizado el cuestionario en Google Forms, se enviará el link y una vez contestado por los participantes, se revisará que todos lo hayan respondido de la manera correcta y como se está pidiendo.

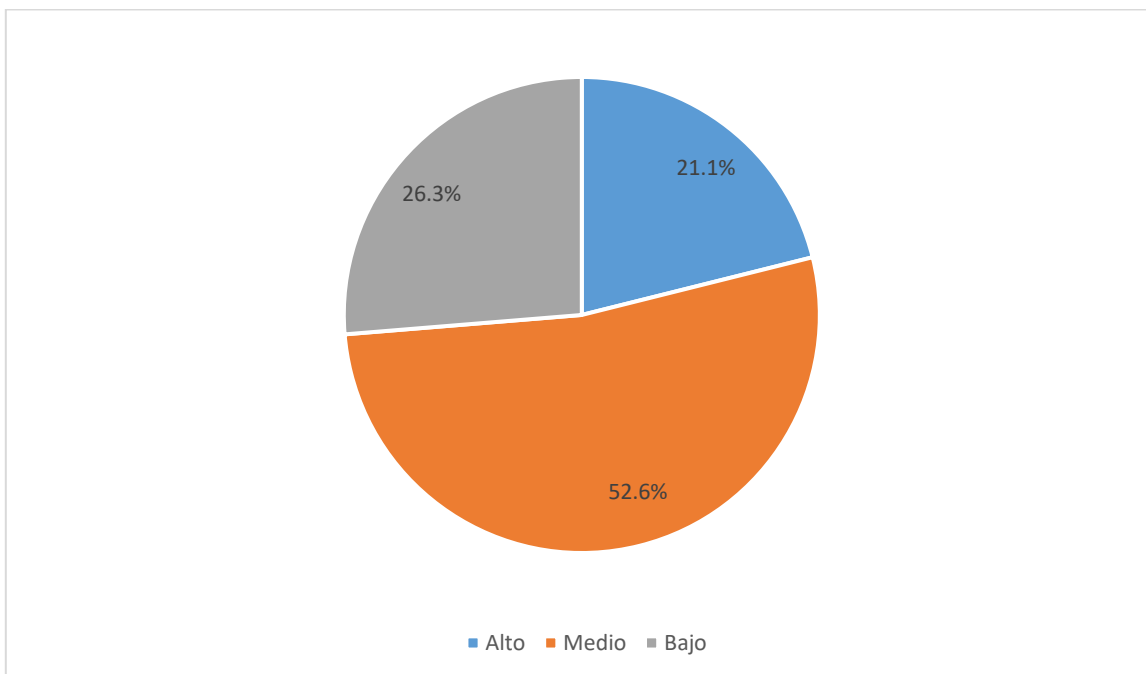
- Finalmente, se les agradecerá su participación y el apoyo del responsable de la escuela y de cada uno de los participantes.

## PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN

Los datos obtenidos de la aplicación del Inventario Multifacético de Soledad (IMSOL) Montero (1999) a los participantes, se realizará una base de datos en el paquete estadístico SPSS versión 23.0, para su análisis de los datos se utilizará una estadística descriptiva dónde mide la variable de soledad, se obtendrá un porcentaje, la media y la frecuencia del nivel y se conocerán los resultados de cada participante, se representaron por medio de gráficas y tablas.

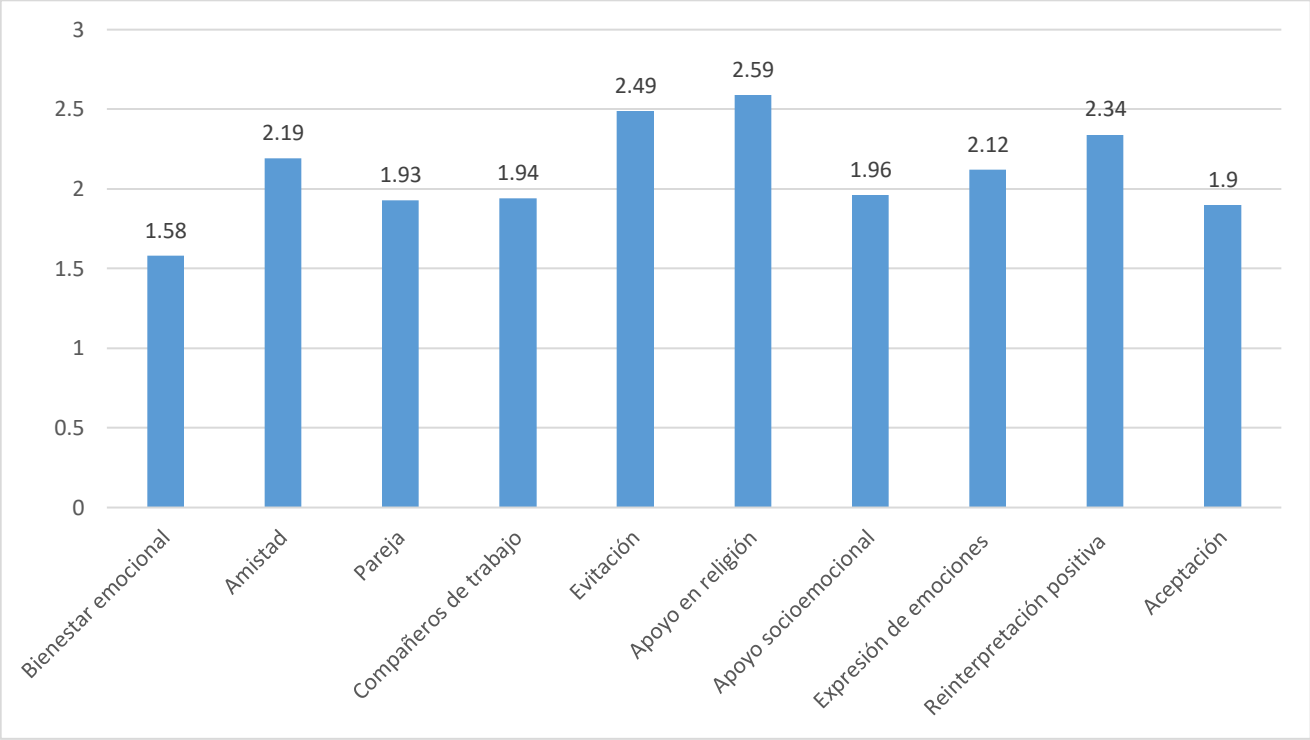
## RESULTADOS

**Gráfica 1. Nivel general de percepción de soledad en adolescentes de la EPO NUM. 193 del municipio de San Simón de Guerrero.**



Al evaluar los niveles de soledad en adolescentes se observa que el 52.6% obtuvieron un nivel medio, el 21.1% con un nivel alto de soledad y por último el 26.3% con un nivel bajo de percepción de soledad.

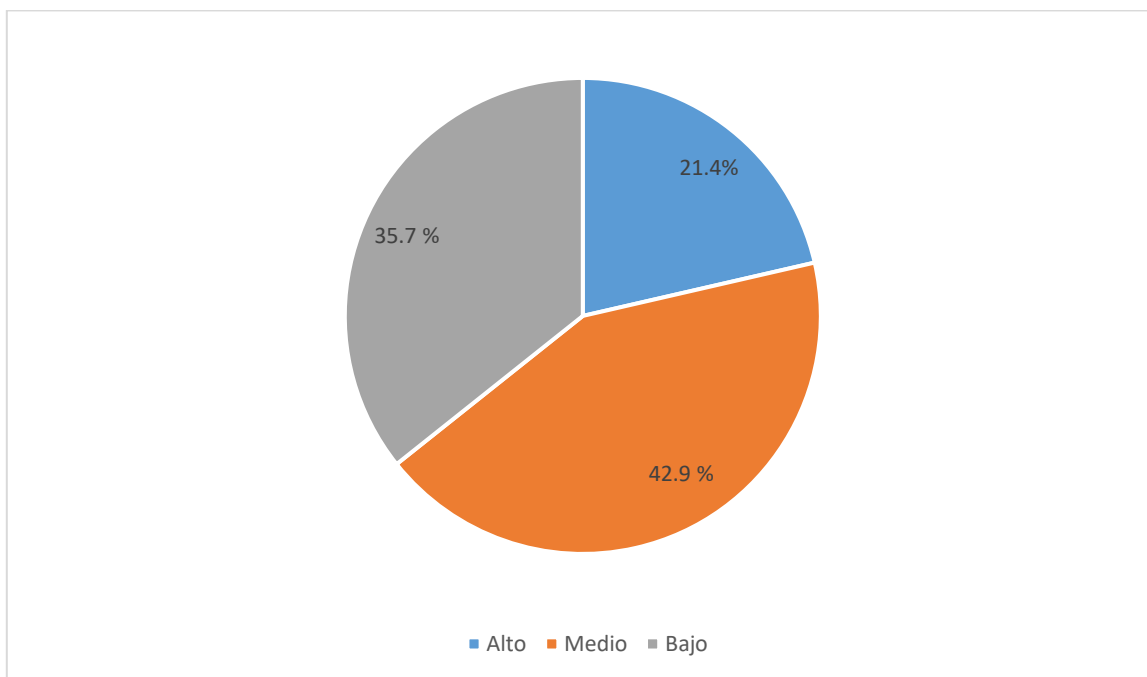
**Grafica 2. Factores de percepción de soledad en adolescentes de la EPO NUM. 193 del municipio de San Simón de Guerrero.**



Al evaluar los factores de soledad en los adolescentes, se observó que más predominan es apoyo en religión con una media de 2.59, seguida del factor de evitación con una media de 2.49 y el factor de reinterpretación positiva con una

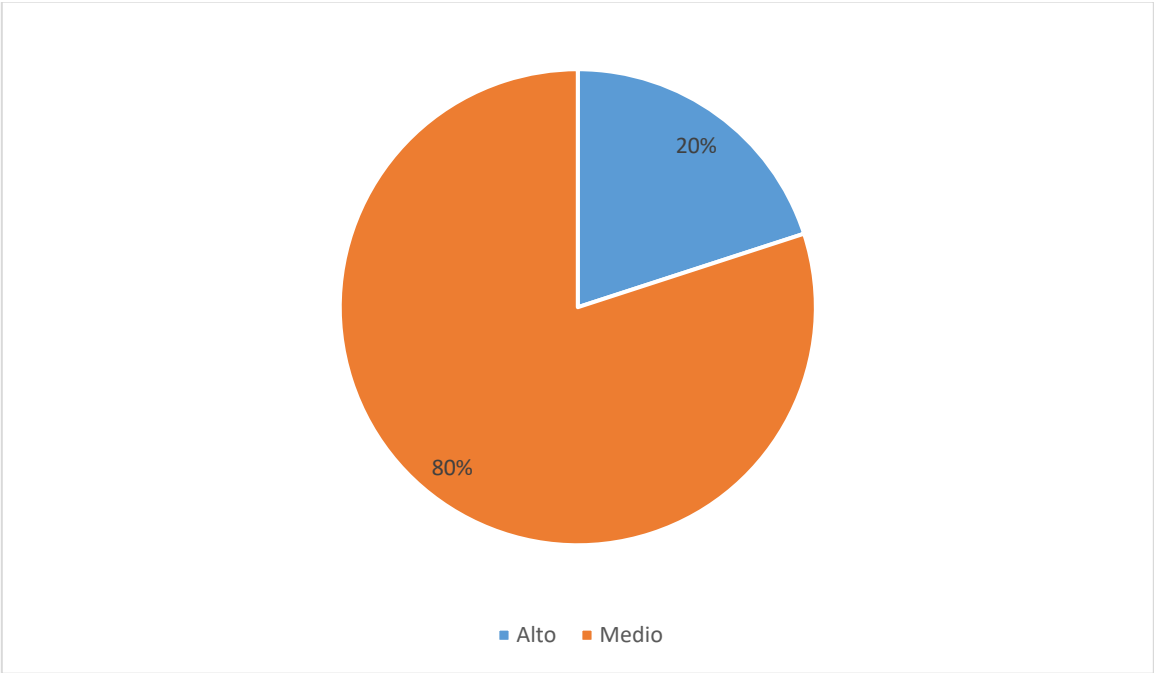
media de 2.34 y los factores que menos predominan son bienestar emocional con una media de 1.58 y factor de aceptación con una media de 1.9.

**Grafica 3. Percepción de soledad en mujeres adolescentes de la EPO NUM. 193 del municipio de San Simón de Guerrero.**



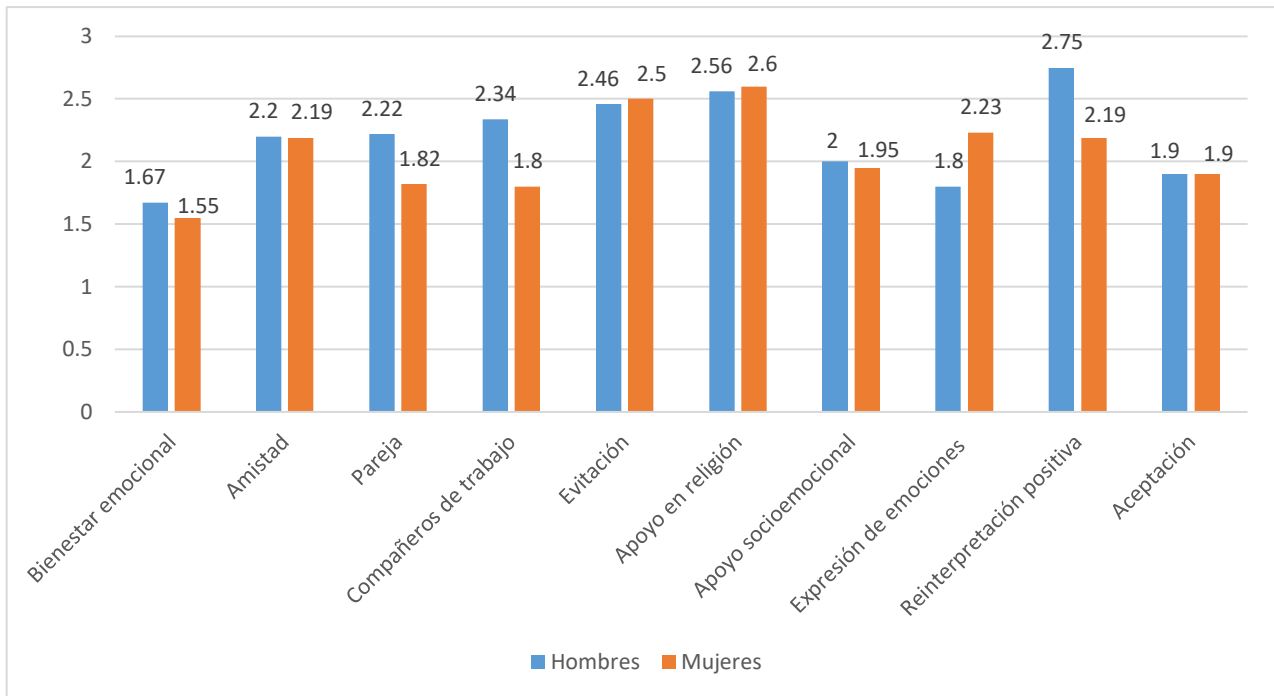
Mediante los resultados obtenidos se obtuvo que las mujeres adolescentes presentan un nivel de soledad de 35.7% con un nivel bajo de igual manera con un 42.9% en un nivel medio y un nivel alto con 21.4%.

**Grafica 4. Percepción de soledad en hombres adolescentes de la EPO NUM. 193 del municipio de San Simón de Guerrero.**



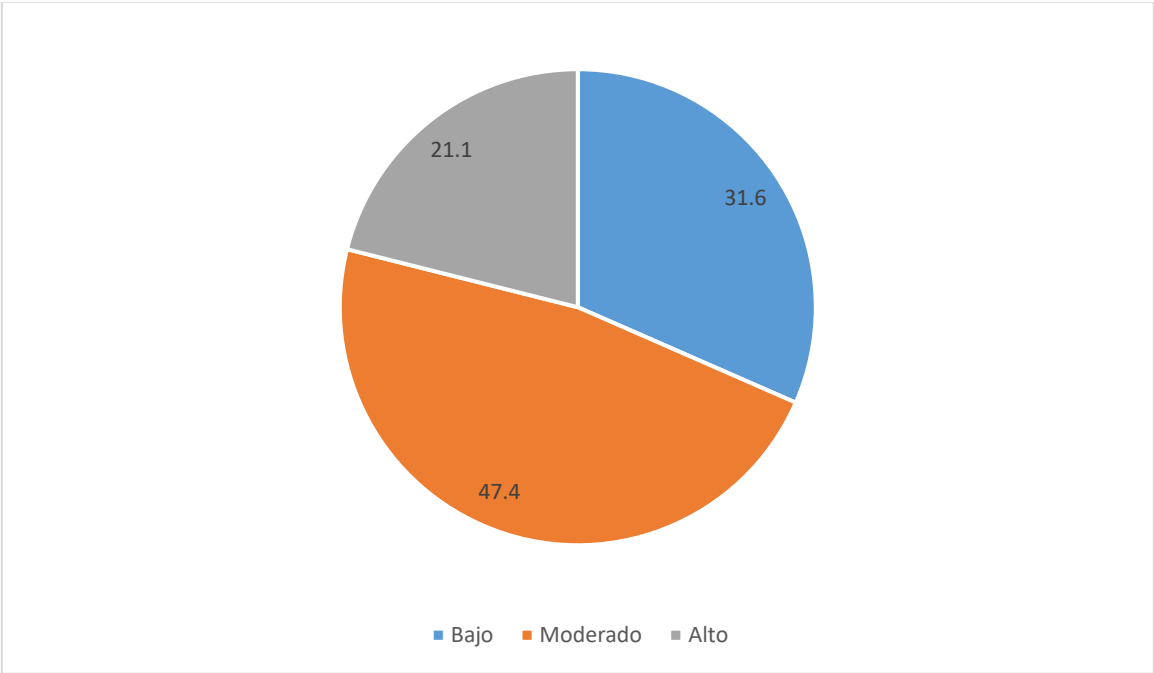
Al evaluar los niveles de soledad en los adolescentes hombres se obtuvo que presentan en nivel alto con un 20% y un nivel medio en un rango de 80% lo cual indican niveles bajos y favorables.

**Grafica 5. Nivel de percepción de soledad de cada factor en hombres y mujeres en adolescentes de la EPO NUM. 193 del municipio de San Simón de Guerrero.**



Al evaluar los factores de soledad en los hombres y mujeres adolescentes se obtuvieron unos resultado de bienestar emocional en hombres de 1.67 y mujeres de 1.55, en el factor de amistad con un rango de 2.2 en hombres y mujeres de 2.19, seguido del factor de pareja en hombres con 2.22 y mujeres con 1.82, en compañeros de trabajo con 2.34 en hombres y mujeres con 1.8, seguido del factor de evitación con 2.46 en hombres y 2.5 en mujeres, en el factor de apoyo en religión en hombres con 2.56 y en mujeres con 2.6, seguido del factor de apoyo socioemocional con un 2.0 en hombres y mujeres con 1.95, en el factor de expresión de emociones con 1.8 en hombres y mujeres con 2.23, en el factor de reinterpretación positiva en hombres con 2.75 y en mujeres con 2.19, y en aceptación con 1.9 hombres y 1.9 mujeres.

**Grafica 6. Nivel de afrontamiento ante la soledad en adolescentes de la EPO NUM. 193 del municipio de San Simón de Guerrero.**



Según los datos obtenidos en este factor se obtuvo que el índice de afrontamiento ante la soledad en adolescentes de la EPO Núm. 193 del municipio de San Simón de Guerrero fueron con un nivel alto del 21.1, con un nivel moderado de 47.4 y un nivel bajo de 31.6.



## DISCUSIÓN

Actualmente, el aumento en las tasas de soledad puede ser justificado como consecuencia de los cambios en la distribución de edad de la población, cambios en la estructura de las relaciones sociales, aumento de las familias monoparentales, aumento en el número de personas que desean vivir solas, aumento de las demandas sociales que implican aislamiento, y disminución de la probabilidad de satisfacer las necesidades emocionales y sociales (D Jong-Gierveld, 1987).

La soledad es un potente, pero poco conocido, factor de riesgo que se asocia con morbimortalidad. Dentro de sus efectos cabe mencionar alteraciones en la salud física (enfermedades cardiovasculares, trastornos de la alimentación, problemas de sueño), y alteraciones en la salud mental (depresión, suicidio y abuso de alcohol y drogas, entre otros). Holmen y cols sugieren que un aumento en la mortalidad general puede ser asociado con el aislamiento social que a menudo acompaña la soledad (Lauder et al, 2004)

Los datos recabados en esta investigación, señalan en general que se obtuvo un nivel de soledad en los adolescentes de la EPO Núm. 193 con un rango del 52.6% en un nivel medio, la percepción que ellos tienen y sienten acerca de la soledad es media esto indica que los adolescentes en algún momento de su vida presentaron soledad y el 21% presento un nivel alto de soledad indicando con ello que la mayor parte del tiempo se sienten solos en su vida diaria y se sienten excluidos tanto de su familia como de su entorno.

En comparación con la investigación de Bienestar Eudaemonico y soledad emocional y social, Los datos reportados señalan, en general, niveles satisfactorios de bienestar psicológico y social y, coherentemente, baja soledad emocional y social. Los participantes exhiben un adecuado balance en términos de metas vitales de sus vidas y manifiestan tener buenas relaciones de intimidad, ya sean de amor romántico, filial o paternal. Asimismo, se verifica la validez convergente entre las dimensiones de Bienestar Psicológico y Social, y la Soledad Social Emocional.

Por lo cual en esta investigación se analizó la percepción de soledad en adolescentes de la EPO Núm. 193 del municipio de San Simón de Guerrero y con esta investigación se obtuvieron unos resultados favorables, en donde se puede observar que el factor que predominó más de acuerdo a los resultados fue el de apoyo en religión, presentando con él un nivel alto con 2.59 % más que los otros factores esto refiere que los estudiantes ven a la soledad y la conciben como algo en el que Dios los puede ayudar y tratan de encontrar soluciones buscando una religión a su medida y su única alternativa es que Dios los puede ayudar en este sentimiento, de igual manera otro dato que impactó en los factores fue el de evitación con un alto nivel de 2.49% dado por consiguiente que los adolescentes que se encuentran altos en este factor se sienten que pueden seguir con la soledad como normalmente están en su vida tratando de aguantarla, y evitar la ayuda de las demás personas de su contexto u sociedad.

En la investigación realizada por: (Ana Maria Bolaños) Menciona que la soledad en muchos casos se puede presentar al no entablar buenas relaciones con las personas que lo rodean. El entorno social en el que se desempeña el individuo, por esta razón busca en la mayoría de los casos, una buena aceptación de los demás y así sentirse acompañado.

Al igual que los más jóvenes, los participantes que están solteros, sin pareja, muestran mayores niveles de soledad emocional, pero no social, se perciben aburridos o aislados, pero sí reflejan cierto malestar respecto de relaciones de apego de base segura, con personas significativas. En coherencia con esto, se sienten menos integrados que los participantes casados, evalúan más negativamente la calidad de las relaciones con la comunidad, pero más actualizados que aquellos, es decir confían más en el potencial de la sociedad para producir bienestar. También exhiben mejores niveles que los casados en crecimiento, autonomía y dominio del entorno del bienestar psicológico. Probablemente, quienes no tienen responsabilidades maritales o paternas, sienten que pueden desarrollar más plenamente aquellas competencias que el contexto actual demanda a los individuos.

Siguiendo con nuestra investigación, de igual manera se recabaron datos y se hizo un análisis por sexo y fueron los siguientes resultados en las mujeres, presentaron un nivel de soledad medio con un 42.9%, dando a entender que las mujeres adolescentes de esta institución EPO Núm. 193, presentaron un nivel de soledad neutro, obteniendo con ello un nivel satisfactorio porque no presentan soledad alta, consecutivamente los rangos de las mujeres que presentaron un nivel de soledad alta fue de un 21.4% y en los hombres se obtuvo un nivel medio de igual manera con un 80% de soledad, es importante mencionar que los hombres que presentaron un nivel alto de soledad fue de un 20% lo cual indica que se encuentran neutros en la soledad.

Según Keyes (1998), en la investigación de bienestar, soledad emocional y social, la aceptación refiere a la confianza en nosotros y en la sociedad misma y su consecuencia es la acción social, la implicación solidaria y altruista en la solución de los asuntos que atañen a la comunidad o sociedad. Los datos aquí reportados muestran cierta coherencia con los bajos niveles en confianza general y en las instituciones verificadas en estudios previos (Zubieta, Delfino y Fernández, 2007)

Respecto del género, las mujeres, en comparación con los hombres, perciben una mayor integración y contribución, evalúan mejor la calidad de sus relaciones con el entorno social, se sienten más útiles y más miembros vitales de ésta. Sin embargo, son los hombres quienes reportan mayor autonomía para resistirse a la presión social y una mejor percepción de sí mismos. Al igual que en estudios previos, (Zubieta et al.; 2012), las mujeres exhiben un bienestar más de alto contexto, con mayor énfasis en el ajuste social, mientras que los hombres muestran un bienestar de bajo contexto, más centrado en la persona y probablemente, más expresivo de valores.

Es importante mencionar

En la investigación de bienestar y soledad social emocional, corresponde a la utilización adecuada de las habilidades sociales, podría apoyar la expresión sincera

y gratificante de los sentimientos, aspecto que sería favorable fortalecer en la educación integral del adolescente.

Relaciones Interpersonales. Los resultados muestran que las relaciones interpersonales son las más significativas en el momento de relacionarlas con la soledad siendo que en el promedio obtenido en la prueba fue del 68% sobre el 100%.

Apoyo Social. El apoyo social está muy ligado con las relaciones interpersonales del adolescente no se muestra una diferencia significativa en los resultados arrojados por la prueba aplicada, una es del 66% y la otra del 68% lo cual nos indica que tienen un alto grado de relación la una con la otra en la etapa de la adolescencia.

## **CONCLUSIÓN**

De acuerdo con los objetivos planteados en este estudio, se obtuvieron unos resultados favorables ya que los índices de nivel de soledad fueron buenos ya que la mayoría de los adolescentes se encuentran en un nivel neutro de soledad, importante mencionar que se esperaba en esta investigación, que las mujeres presentaran más soledad por ser más vulnerables en el contexto y de lo contrario se encontró que los hombres adolescentes presentan un nivel con un rango un poco más alto que las mujeres lo cual es impresionante, por consiguiente se tenía pensado que con esta investigación los índices fueran altos ya que por el contexto, sociedad que puede presentar el adolescente en el trascurso de su vida escolar o situaciones personales, familiares.

Por lo tanto se tiene que la soledad en los adolescentes se encuentra más intensa en esta etapa de la pubertad, ya que no se sienten capaces de enfrentar, encajar con la sociedad o con el mundo que los rodea, de una forma significativa, y es poco probable que este contexto los acepte, integre por los nuevos estereotipos, modas que se van creando a lo largo del tiempo, ya que cada ser humano tiene diferentes formas de pensar, en base a su cultura o religión y este se van adaptando de forma diferente a un grupo en particular.

En esta investigación también se tiene en cuenta que la relación que existe entre los adolescentes y la soledad es muy común ya que como manifestaron que los índices más bajos en soledad de acuerdo a los factores del instrumento aplicado fueron bienestar emocional ya que se pretendía que los adolescentes en este factor salieran con índices altos, de acuerdo a su contexto en el que se encontraba la persona, de igual manera mencionar que otro factor que se pretendía que iba salir alto en esta investigación fue el de pareja este factor salió en un índice bajo, ya que los adolescentes refirieron que actualmente ellos se sienten bien con su pareja y de igual manera se sienten bien estado solteros no les hace falta nada para estar bien ellos o alguien que los haga sentir solos.

Para finalizar es importante mencionar que se indagaron aspectos muy personales acerca de la soledad que presenta el adolescente y estos respondieron que no

presentan soledad en índices altos, en el pasado pudieron presentar soledad y con ellos varios aspectos de aislamiento, depresión, baja autoestima en el proceso de su infancia pero en un periodo corto y pudieron lidiar con estos sentimientos y lograron adaptarse y sobresalir.

## **SUGERENCIAS**

Una vez analizado los datos en esta investigación de percepción de soledad en adolescentes de la EPO Núm. 193 del municipio de San simón de Guerrero, se sugiere volver aplicar una segunda vez el instrumento IMSOL para obtener nuevos resultados y conocer como siguen si es que los cifras han aumentado, y de este modo poder ayudar a los alumnos con alguna situación difícil para ellos, de igual manera se sugiere impartir platicas motivacionales de temas de interés para ellos, así mismo trabajar con ellos actividades que sean dinámicas como juegos, para que salgan de la rutina, de igual manera seria esencial que en la prepa allá un psicólogo para que ellos de forma voluntaria los hagan participar asistiendo a una terapia por lo menos una vez al mes al psicólogo para que ellos se desahoguen con el platicando las vivencias que les han ocurrido, sería fundamental que a los alumnos los hagan participar y les motiven a que la salud mental es importante y que se puede tratar de una forma afectiva y cotidiana y de esta manera se les haga una rutina platicar con los padres, profesores y acerca de cómo se sienten y lo que les está ocurriendo y de este modo disminuiríamos la soledad en los adolescentes.

También se sugiere preparar a los profesores y orientadores para que ellos tengan la capacidad de impartir talleres de motivación, afectividad, salud mental, soledad, y los alumnos conozcan más acerca de estos temas de gran importancia y se apasionen en aprender lo esencial y elemental para que no vean que la soledad es normal presentarla y la normalicen en la vida.

De igual manera se sugiere dar talleres a los padres de familia junto con los hijos acerca de estos temas esenciales, para que lo vea de una forma normal los padres y estos puedan platicar con sus hijos cuando estos se encuentren en alguna situación difícil para ellos.

Se sugiere también aplicar una tercera vez el instrumento IMSOL algunos meses después de que se hallan trabajado con los alumnos, implementado las técnicas ya antes mencionadas, los talleres que se trabajaron con ellos y conocer por ultima vez las cifras que se obtuvieron y se espera a que sean positivas, e incentivarlos a que sigan así los profesores con alumnos y ayudar en lo que puedan con estas

situaciones difíciles para los alumnos y sea algo normal platicar sus cosas cotidianas de la vida.



## REFERENCIAS

Aberastury, A. (1983). Adolescencia y soledad. Comillas, Facultad de Ciencias humanas y sociales

Acosta, Q., Quintana, J., García, R., Echeverría, S. (2017). Soledad y salud: ¿Cómo se relacionan y difieren según la edad y la escolaridad? *Psicología y salud*, 30(2). 231-241. <file:///C:/Users/1/Downloads/2657-Texto%20del%20art%C3%ADculo-12191-2-10-20200619.pdf>

Álvarez, B. (1995). Análisis existencial de la soledad humana. *Horizontes Educativos*, 1(1), 7- 23. <file:///C:/Users/1/Downloads/Dialnet-AnalisisExistencialDeLaSoledadHumana-7826118.pdf>

Antognoli (2000). Soledad en la adolescencia: análisis del concepto. *Aquichan*, 9(3), 281-296. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conduci r%20al%20aislamiento%20del%20adolescente.](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conduci r%20al%20aislamiento%20del%20adolescente.)

Asher, S, Paquette J. (2003). Soledad en la adolescencia: análisis del concepto. *Aquichan*, 9(3), 281-296. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conduci r%20al%20aislamiento%20del%20adolescente.](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conduci r%20al%20aislamiento%20del%20adolescente.)

Bauman, Z. (2000). Percepción de soledad, felicidad y salud, y calidad de la dieta. El rol moderador del estado ponderal. *Nutrición Hospitalaria*, 38(3). 458-463. <https://dx.doi.org/10.20960/nh.03525>

Barbado, A. L. (2015). Estudio de la compañía y la soledad a través de la lógica. *ENE. Revista de Enfermería*, 9 (1). <http://dx.doi.org/10.4321/S1988-348X2015000100005>

Barbenza, M. y Montoya, O. (1991). El sentimiento de soledad. Su relación con los factores de personalidad de Eysenck. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 23(1), 101 -111. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/805/80523107.pdf>

Barretta, Dantzler y Kayson, (1995). Crisis soledad y apego. *Práctica profesional: familia y enfermedad crónica*. Universidad de Buenos Aires Facultad de Psicología. [https://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios\\_catedras/practicas\\_profesionales/632\\_ambito\\_comunitario/material/crisis\\_soledad\\_apego.pdf](https://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios_catedras/practicas_profesionales/632_ambito_comunitario/material/crisis_soledad_apego.pdf)

Benedetti, M. (1979). Estudio de la compañía y la soledad a través de la lógica. *ENE. Revista de Enfermería*, 9 (1). <http://dx.doi.org/10.4321/S1988-348X2015000100005>

Blos, P. (1981). Análisis psicoanalítico sobre las problemáticas en la identificación con la función parental en la adolescencia: la transición hacia la adultez como un espacio de transformación. *Revista latinoamericana de psicopatología fundamental*, 21(4), 761-778. <http://dx.doi.org/10.1590/1415-4714.2018v21n4p761.5>

Boergeors. J. (1998). Soledad en la adolescencia: análisis del concepto. *Aquichan*, 9(3), 281-296. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente.](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente.)

Borges, A. (2008). La percepción de soledad como factor de riesgo en la adolescencia. *Investigación en psicología*, 17(2). 29-47. [https://www.researchgate.net/profile/Ana-Lacunza-2/publication/328007697\\_La\\_percepcion\\_de\\_soledad\\_como\\_factor\\_de\\_riesgo\\_en\\_la\\_adolescencia/links/5bb2bb3745851574f7f4346f/La-percepcion-de-soledad-como-factor-de-riesgo-en-la-adolescencia.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Ana-Lacunza-2/publication/328007697_La_percepcion_de_soledad_como_factor_de_riesgo_en_la_adolescencia/links/5bb2bb3745851574f7f4346f/La-percepcion-de-soledad-como-factor-de-riesgo-en-la-adolescencia.pdf)

Bowlby, J. (1944). Crisis soledad y apego. *Práctica profesional: familia y enfermedad crónica*. Universidad de Buenos Aires Facultad de Psicología. [https://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios\\_catedras/practicas\\_profesionales/632\\_ambito\\_comunitario/material/crisis\\_soledad\\_apego.pdf](https://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios_catedras/practicas_profesionales/632_ambito_comunitario/material/crisis_soledad_apego.pdf)

Brown R. (2005). Soledad en la adolescencia: análisis del concepto. *Aquichan*, 9(3), 281-296. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente).

Caballero, V. (2011). Estudio de la compañía y la soledad a través de la lógica. *ENE. Revista de Enfermería*, 9 (1). <http://dx.doi.org/10.4321/S1988-348X2015000100005>

Cabral, J., Matos, P., Beyers, W., Soenens, B. (2012). Estilos de Apego y Dificultades de Regulación Emocional en Estudiantes Universitarios. *PSYKHE*, 25(1), 1-13. <https://www.scielo.cl/pdf/psykhe/v25n1/art01.pdf>

Camacho, J.; Hernández, B. (1988). Percepción de soledad. *Psicothema*, 12(4). 579-585. <http://www.psicothema.com/pdf/375.pdf>

Cardona, J., Villamil, G., Henao, V., Quintero, E. (2013). Soledad y salud: ¿Cómo se relacionan y difieren según la edad y la escolaridad? *Psicología y salud*, 30(2). 231-241. <file:///C:/Users/1/Downloads/2657-Texto%20del%20art%C3%ADculo-12191-2-10-20200619.pdf>

Carvajal, G.; Caro, C. (2009). Soledad en la adolescencia: análisis del concepto. *Aquichan*, 9(3). 286-296. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente).

- Carrillo, P.; Guillamón, A. Tárraga, P. García, E. (2021). Percepción de soledad, felicidad y salud, y calidad de la dieta. El rol moderador del estado ponderal. *Nutrición Hospitalaria*, 38(3). 458-463. <https://dx.doi.org/10.20960/nh.03525>
- Castillo, K., Ison, M., Greco, C. (2019). La soledad en los adolescentes y sus correlaciones con las fortalezas psicológicas y el abuso de las redes sociales. <https://orcid.org/0000-0002-7168-6033>
- Casullo, M. (2002). Bienestar Eudaemónico y Soledad Emocional y Social. *Boletín de psicología*, (180). 7-23. <https://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N108-1.pdf>
- Casullo, M. (1998). La percepción de soledad como factor de riesgo en la adolescencia. *Investigaciones en Psicología*, 17(2), 29-47. [https://www.researchgate.net/profile/Ana-Lacunza-2/publication/328007697\\_La\\_percepcion\\_de\\_soledad\\_como\\_factor\\_de\\_riesgo\\_en\\_la\\_adolescencia/links/5bb2bb3745851574f7f4346f/La-percepcion-de-soledad-como-factor-de-riesgo-en-la-adolescencia.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Ana-Lacunza-2/publication/328007697_La_percepcion_de_soledad_como_factor_de_riesgo_en_la_adolescencia/links/5bb2bb3745851574f7f4346f/La-percepcion-de-soledad-como-factor-de-riesgo-en-la-adolescencia.pdf)
- Castro, M. (2010). Soledad y envejecimiento: Cómo evitar que este binomio se cumpla. En Hartu-Emanak. pp. 33-45. <https://www.hartuemanak.org/wp-content/uploads/2015/11/Publicacion10.pdf>
- Cruz, D., Sanchez, R., Castro, V. (2020). Soledad y salud: ¿Cómo se relacionan y difieren según la edad y la escolaridad? *Psicología y salud*, 30(2). 231-241. <file:///C:/Users/1/Downloads/2657-Texto%20del%20art%C3%ADculo-12191-2-10-20200619.pdf>
- Coca, A.; Gómez, J. (2015). Estudio de la compañía y la soledad a través de la lógica. *Ene*, 9(1). <https://dx.doi.org/10.4321/S1988-348X2015000100005>

Cardona, J.; Villamil, M.; Henao, E.; Quintero, A. (2011). El afrontamiento de la soledad en la población adulta. *Medicina UPB*, 30 (2).  
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=159022496006>

Contini, E. (2011). Una problemática a resolver: soledad y aislamiento adolescente. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 15(1). 127-149.  
<https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2012/epi121g.pdf>

Contini, E.; Lacunza, A. Medina, S. (2012). La percepción de soledad como factor de riesgo en la adolescencia. *Investigación en psicología*, 17(2). 29-47.  
[https://www.researchgate.net/profile/Ana-Lacunza-2/publication/328007697\\_La\\_percepcion\\_de\\_soledad\\_como\\_factor\\_de\\_riesgo\\_en\\_la\\_adolescencia/links/5bb2bb3745851574f7f4346f/La-percepcion-de-soledad-como-factor-de-riesgo-en-la-adolescencia.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Ana-Lacunza-2/publication/328007697_La_percepcion_de_soledad_como_factor_de_riesgo_en_la_adolescencia/links/5bb2bb3745851574f7f4346f/La-percepcion-de-soledad-como-factor-de-riesgo-en-la-adolescencia.pdf)

Contini, E.; Lacunza, A. Medina, S. Álvarez, M. Gonzales, M. Coria, V. (2012). Una problemática a resolver: soledad y aislamiento adolescente. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 15(1). 127-149.  
<https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2012/epi121g.pdf>

Cuny, J. (2001). Una problemática a resolver: soledad y aislamiento adolescente. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 15(1). 127-149.  
<https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2012/epi121g.pdf>

De la calle, M; Muñoz, J. (2018). Hikikomori: el síndrome de aislamiento social juvenil. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 38(133). 115-129.  
[https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S021157352018000100115](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S021157352018000100115)

Díaz, R. y Oliveros, G. (s.f.). Monografía sobre la soledad para psicología social. UDEC. Recuperado el 15 de Abril de 2020 de  
<http://www2.udec.cl/~ivalfaro/apsique/soci/soledad.html#SCRL2>

- Diener, E. (1995). Bienestar Eudaemónico y Soledad Emocional y Social. Boletín de psicología, (180). 7-23. <https://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N108-1.pdf>
- Emler, N. (2008). El afrontamiento de la soledad en la población adulta. Medicina UPB, 30 (2). <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=159022496006>
- Estay, R. (2020). La capacidad para estar solo. Neuro-psiquiat, 58(3). 279-285. <https://www.scielo.cl/pdf/rchnp/v58n3/0717-9227-rchnp-58-03-0279.pdf>
- Expósito, F.; Moya, M. (2000). Percepción de soledad. Psicothema, 12(4). 579-585. <http://www.psicothema.com/pdf/375.pdf>
- Eysenck, H. (1985). Modelo Psicobiológico de Personalidad de Eysenck. Revista Internacional de Psicología. 11(2). [file:///C:/Users/1/Downloads/Dialnet-ModeloPsicobiologicoDePersonalidadDeEysenck-6161336%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/1/Downloads/Dialnet-ModeloPsicobiologicoDePersonalidadDeEysenck-6161336%20(1).pdf)
- Feeney, J. (2001). Bienestar Eudemónico y Soledad Emocional y Social. Boletín de psicología, 1(180). 7-23. <https://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N108-1.pdf>
- Fernández, O. Muratori, M y Zubieta, E. (2013). Bienestar Eudaemónico y Soledad Emocional y Social. Boletín de psicología, 1(180). 7-23. <https://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N108-1.pdf>
- Fernández, O., Muratori, M. y Zubieta, E. (2013). Soledad y salud: ¿Cómo se relacionan y difieren según la edad y la escolaridad? Psicología y salud, 30(2). 231-241. <file:///C:/Users/1/Downloads/2657-Texto%20del%20art%C3%ADculo-12191-2-10-20200619.pdf>
- Flores, C. (2007). Percepción de soledad. Psicothema, 12(4). 579-585. <http://www.psicothema.com/pdf/375.pdf>
- Furlong, A. (2008). Hikikomori: el síndrome de aislamiento social juvenil. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría, 38(133). 115-129.

[https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S02115735201800010011](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S02115735201800010011)

5

García, J; Alda, M; Sobradie, N; Abós, B. (2007). Hikikomori: el síndrome de aislamiento social juvenil. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría, 38(133). 115-129.

[https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S02115735201800010011](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S02115735201800010011)

5

García, P. (2021). La soledad en los adolescentes y sus correlaciones con las fortalezas psicológicas y el abuso de las redes sociales. [https://orcid.org/0000-](https://orcid.org/0000-0002-7168-6033)

[0002-7168-6033](https://orcid.org/0000-0002-7168-6033)

García, J. (2019). La soledad en los adolescentes y sus correlaciones con las fortalezas psicológicas y el abuso de las redes sociales. [https://orcid.org/0000-](https://orcid.org/0000-0002-7168-6033)

[0002-7168-6033](https://orcid.org/0000-0002-7168-6033)

Galeano, D. (2019). Efecto de la soledad en el procesamiento emocional. Facultad de Psicología y Logopedia. Universidad de la Laguna.

<https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/19766/Efecto%20de%20la%20soledad%20en%20el%20procesamiento%20emocional.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Gratz, K., Roemer, L. (2004). Estilos de Apego y Dificultades de Regulación Emocional en Estudiantes Universitarios. PSYKHE, 25(1), 1-13.

<https://www.scielo.cl/pdf/psykhe/v25n1/art01.pdf>

Gullone, E. (2006). Soledad en la adolescencia: análisis del concepto. Aquichan, 9(3), 281-296. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente)

[59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente).

Hartog, J. (1989). Bienestar Eudaemónico y Soledad Emocional y Social. Boletín de psicología, 1(180). 7-23. [https://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N108-](https://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N108-1.pdf)

[1.pdf](https://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N108-1.pdf)

Hazan, C., Shaver, P. (1987). Estilos de Apego y Dificultades de Regulación Emocional en Estudiantes Universitarios. *PSYKHE*, 25(1), 1-13. <https://www.scielo.cl/pdf/psykhe/v25n1/art01.pdf>

Heinrich, L. (2006). Soledad en la adolescencia: análisis del concepto. *Aquichan*, 9(3), 281-296. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conduci r%20al%20aislamiento%20del%20adolescente.](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conduci r%20al%20aislamiento%20del%20adolescente.)

Jiménez, J.; Gallego, M.; Villa, E.; Echeverri, A. (2011). El afrontamiento de la soledad en la población adulta. *Medicina UPB*, 30(2), 150-162. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=159022496006>

Joiner, J. (1999). Soledad en la adolescencia: análisis del concepto. *Aquichan*, 9(3), 281-296. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conduci r%20al%20aislamiento%20del%20adolescente.](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conduci r%20al%20aislamiento%20del%20adolescente.)

Jones, W. (1982). La soledad como fenómeno Psicológico: un análisis conceptual. *Salud mental*, 24(1). 19-27. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=58212404>

Jong-Gierveld, R. (1978). La soledad como fenómeno Psicológico: un análisis conceptual. *Salud mental*, 24(1). 19-27. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=58212404>

Karnick, P. (2005). Soledad en la adolescencia: análisis del concepto. *Aquichan*, 9(3), 281-296. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,c onducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente.](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,c onducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente.)

Koyama, A. (2010). Hikikomori: el síndrome de aislamiento social juvenil. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 38(133). 115-129. [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S02115735201800010011](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S02115735201800010011)



Krishnamurti, J. (1994). La liberación de la soledad y el vacío en el pensamiento de Krishnamurti. *Pensamiento*, 6(254). 925-957. <file:///C:/Users/1/Downloads/1575-Texto%20del%20art%C3%ADculo-4599-1-10-20131009.pdf>

Larson, R. (1982). Una problemática a resolver: soledad y aislamiento adolescente. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 15(1). 127-149. <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2012/epi121g.pdf>

Lauder, W. (2004). Soledad en la adolescencia: análisis del concepto. *Aquichan*, 9(3), 281-296. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conduci r%20al%20aislamiento%20del%20adolescente.](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conduci r%20al%20aislamiento%20del%20adolescente.)

León, R. (1998). Estilos de Apego y Dificultades de Regulación Emocional en Estudiantes Universitarios. *PSYKHE*, 25(1), 1-13. <https://www.scielo.cl/pdf/psykhe/v25n1/art01.pdf>

Li, TM. (2015). Hikikomori: el síndrome de aislamiento social juvenil. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 38(133). 115-129. [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S02115735201800010011](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S02115735201800010011)

Luanaigh, C.; Lawlor, B. (2008). La soledad y la salud de las personas mayores. *Revista Internacional de Psiquiatría Geriátrica*, 23. 1213-1221. <https://dx.doi.org/10.4321/s1134-928x2021000100006>

López, F. (1998). Soledad y salud: ¿Cómo se relacionan y difieren según la edad y la escolaridad? *Psicología y salud*, 30(2). 231-241. <file:///C:/Users/1/Downloads/2657-Texto%20del%20art%C3%ADculo-12191-2-10-20200619.pdf>

López, A. y Castro A. (2007). *Adolescencia*, Madrid: Editorial Alianza

López, J. y Díaz, R. (2018). Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del móvil. *Acta de Investigación Psicológica*, 7(3), 2832-2838. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=358954155010>.

Machado, C., y Sousa, A. (2008). *Adolescencia y soledad*. Comillas, Madrid. Facultad de Ciencias humanas y sociales

McGraw, J. (1997). La Soledad un análisis Filosófico. *Revista de Psicología* No 88, 1-25. <http://dx.doi.org/10.4321/S1988-348X2015000100005>

Malagon, A. (2014). Hikikomori: el síndrome de aislamiento social juvenil. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 38(133). 115-129. [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S021157352018000100115](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S021157352018000100115)

Mijuskovic, B. (1985). La soledad como fenómeno Psicológico: un análisis conceptual. *Salud mental*, 24(1). 19-27. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=58212404>

Millon, C y Ramnath, R (2006). Una problemática a resolver: soledad y aislamiento adolescente. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 15(1). 127-149. <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2012/epi121g.pdf>

Montero, M.; Lopez, L. (1998). *Soledad: Desarrollo y validación de un inventario multifacético para su medición*. Doctor en psicología, Universidad Nacional Autónoma del Estado de México

- Montero, M.; López, L. Sánchez, J. (2001). La soledad como fenómeno psicológico: un análisis conceptual. *Salud mental*, 24(1). 19-27.  
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=58212404>
- Montero, M.; Rivera, A. (2009). Variables con alto valor adaptativo en el desajuste psicológico del adulto mayor del adulto mayor. *Asociación Mexicana de Comportamiento y Salud*, A. C, 1(1). 59-67.  
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=282221718006>
- Moya, M. (1994). Percepción de soledad. *Psicothema*, 12(4). 579-585.  
<http://www.psicothema.com/pdf/375.pdf>
- Moya, M. (2000). Percepción de soledad. *Psicothema*, 12(4). 579-585.  
<http://www.psicothema.com/pdf/375.pdf>
- Mushtaq, S. (2014). La soledad en la pintura. Optar el título de Magister en Artes, Universidad de Caldas.  
[https://repositorio.ucaldas.edu.co/bitstream/handle/ucaldas/17797/LuisFelipe\\_Yusti%C3%81lvarez\\_2022.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucaldas.edu.co/bitstream/handle/ucaldas/17797/LuisFelipe_Yusti%C3%81lvarez_2022.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Musitu, G., Cava, M. (2003). Soledad y salud: ¿Cómo se relacionan y difieren según la edad y la escolaridad? *Psicología y salud*, 30(2). 231-241.  
<file:///C:/Users/1/Downloads/2657-Texto%20del%20art%C3%ADculo-12191-2-10-20200619.pdf>
- Muchinik, E.; Seidmann, S. (2004). Aislamiento y soledad. Buenos Aires: Directrices para la traducción y adaptación de los test. *Psicothema*, 25(2), 151-157.
- Muchinik, E.; Seidmann, S. (1988). Estudio de la compañía y la soledad a través de la lógica. *ENE. Revista de Enfermería*, 9 (1). <http://dx.doi.org/10.4321/S1988-348X2015000100005>
- Nietzsche, F. (1999). Efecto de la soledad en el procesamiento emocional. Facultad de Psicología y Logopedia. Universidad de la Laguna.  
<https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/19766/Efecto%20de%20la%20>

[soledad%20en%20el%20procesamiento%20emocional.pdf?sequence=1&isAllowed=y](#)

Nilsson, B. (2006). Soledad en la adolescencia: análisis del concepto. Aquichan, 9(3), 281-296. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente).

Organización Mundial de la Salud. (2004). Soledad en la adolescencia: análisis del concepto. Aquichan, 9(3), 281-296. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente)

Osorio, F.; Bernal, P. (sf). Percepción de soledad en adultos jóvenes, Universidad de la sabana. <https://intellectum.unisabana.edu.co/bitstream/handle/10818/4078/131261.PDF;jsessionid=EA6BCA3BFE3556EDE5116BB952E4BA0C?sequence=1>

Oxford English Dictionary. (2008). Soledad en la adolescencia: análisis del concepto. Aquichan, 9(3), 281-296. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente)

Page, R. (1991). Soledad en la adolescencia: análisis del concepto. Aquichan, 9(3), 281-296. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente).

- Page, R. (1993). Estudio de la compañía y la soledad a través de la lógica. ENE. Revista de Enfermería, 9 (1). <http://dx.doi.org/10.4321/S1988-348X2015000100005>
- Parlee, M. (2009). Soledad en la adolescencia: análisis del concepto. *Aquichan*, 9(3). 286-296. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,c onducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente.](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,c onducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente.)
- Peplau, R.; Perlman, D.; (1981). Bienestar y soledad social emocional. Facultad de psicología
- Peplau, L.; Perlman, D. (1982). La percepción de soledad como factor de riesgo en la adolescencia. *Investigación en psicología*, 17(2). 29-47. [https://www.researchgate.net/profile/Ana-Lacunza-2/publication/328007697\\_La\\_percepcion\\_de\\_soledad\\_como\\_factor\\_de\\_riesgo\\_en\\_la\\_adolescencia/links/5bb2bb3745851574f7f4346f/La-percepcion-de-soledad-como-factor-de-riesgo-en-la-adolescencia.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Ana-Lacunza-2/publication/328007697_La_percepcion_de_soledad_como_factor_de_riesgo_en_la_adolescencia/links/5bb2bb3745851574f7f4346f/La-percepcion-de-soledad-como-factor-de-riesgo-en-la-adolescencia.pdf)
- Perlman, (1979). ). Efecto de la soledad en el procesamiento emocional. Facultad de Psicología y Logopedia. Universidad de la Laguna. <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/19766/Efecto%20de%20la%20soledad%20en%20el%20procesamiento%20emocional.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Phillis, M. (1972). Estudio de la soledad como factor de riesgo y/o de protección en la senectud.
- Ramsay, L (2006). La soledad en la pintura. Optar el título de Magister en Artes, Universidad de Caldas. [https://repositorio.ucaldas.edu.co/bitstream/handle/ucaldas/17797/LuisFelipe\\_Yusti%C3%81lvarez\\_2022.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucaldas.edu.co/bitstream/handle/ucaldas/17797/LuisFelipe_Yusti%C3%81lvarez_2022.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Rew, L. (2001). Soledad en la adolescencia: análisis del concepto. *Aquichan*, 9(3), 281-296. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-)

[59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente).

Roberts, R. (1998). Soledad en la adolescencia: análisis del concepto. Aquichan, 9(3), 281-296.  
[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente).

Rotenberg, K. (1999). Soledad en la adolescencia: análisis del concepto. Aquichan, 9(3), 281-296.  
[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente).

Rokach, A (1990). Crisis soledad y apego. Práctica profesional: familia y enfermedad crónica. Universidad de Buenos Aires Facultad de Psicología.  
[https://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios\\_catedra/s/practicas\\_profesionales/632\\_ambito\\_comunitario/material/crisis\\_soledad\\_apego.pdf](https://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios_catedra/s/practicas_profesionales/632_ambito_comunitario/material/crisis_soledad_apego.pdf)

Roy, C. (1999). Soledad en la adolescencia: análisis del concepto. Aquichan, 9(3), 281-296. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente).

Roy y Andrews. (1999). Soledad en la adolescencia: análisis del concepto. Aquichan, 9(3), 281-296.  
[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente).

Ruiz, D.; López, E. Pérez, S. Ochoa, G. (2009). Reputación social y violencia relacional en adolescentes: el rol de la soledad, la autoestima y la satisfacción

- vital. *Psicothema*, 21(4). 537-542.  
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72711895006>
- Russell, D. (1982). Percepción de la soledad. *Psicothema*, 12(4). 579-585.  
<http://www.psicothema.com/pdf/375.pdf>
- Russell D. (1984). Soledad en la adolescencia: análisis del concepto. *Aquichan*, 9(3), 281-296.  
[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducta%20al%20aislamiento%20del%20adolescente.](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducta%20al%20aislamiento%20del%20adolescente.)
- Salinas, M. (1947). Crisis soledad y apego. *Práctica profesional: familia y enfermedad crónica*. Universidad de Buenos Aires Facultad de Psicología.  
[https://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios\\_catedras/practicas\\_profesionales/632\\_ambito\\_comunitario/material/crisis\\_soledad\\_apego.pdf](https://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios_catedras/practicas_profesionales/632_ambito_comunitario/material/crisis_soledad_apego.pdf)
- Sánchez, A. (2017). Soledad y salud: ¿Cómo se relacionan y difieren según la edad y la escolaridad? *Psicología y salud*, 30(2). 231-241.  
<file:///C:/Users/1/Downloads/2657-Texto%20del%20art%C3%ADculo-12191-2-10-20200619.pdf>
- Sarlo, B. (2001). Percepción de soledad, felicidad y salud, y calidad de la dieta. El rol moderador del estado ponderal. *Nutrición Hospitalaria*, 38(3). 458-463.  
<https://dx.doi.org/10.20960/nh.03525>
- Scalise, J., Ginter, E., Gerstein, L. (1984). Una problemática a resolver: soledad y aislamiento adolescente. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 15(1). 127-149.  
<https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2012/epi121g.pdf>
- Silva, M. (1989). ). Soledad en la adolescencia: análisis del concepto. *Aquichan*, 9(3), 281-296.  
[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-)

[59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducir%20al%20aislamiento%20del%20adolescente](#)

Solane, C. (1982). Crisis soledad y apego. Práctica profesional: familia y enfermedad crónica. Universidad de Buenos Aires Facultad de Psicología. [https://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios\\_catedra/s/practicas\\_profesionales/632\\_ambito\\_comunitario/material/crisis\\_soledad\\_apego.pdf](https://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios_catedra/s/practicas_profesionales/632_ambito_comunitario/material/crisis_soledad_apego.pdf)

Sønderby, C., Wagoner, B. (2013). La soledad en los adolescentes y sus correlaciones con las fortalezas psicológicas y el abuso de las redes sociales. <https://orcid.org/0000-0002-7168-6033>

Stip, E; Thibault, A; Beauchamp, A; Kisely, S. (2016). Hikikomori: el síndrome de aislamiento social juvenil. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría, 38(133). 115-129.

[https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S02115735201800010011](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S02115735201800010011)

[5](#)

Sullivan, H. (1954). Adolescencia y soledad. Comillas, Facultad de Ciencias humanas y sociales.

Sullivan, H. (1953). Percepción de soledad, felicidad y salud, y calidad de la dieta. El rol moderador del estado ponderal. Nutrición Hospitalaria, 38(3). 458-463. <https://dx.doi.org/10.20960/nh.03525>

Tapia, J. (2020). Relación entre el aislamiento social, la soledad y el deterioro cognitivo en adultos mayores en México según condición de residencia rural o urbana. Centro de Estudios Demográficos, Urbanos y Ambientales

Tapia, L.; Fiorentino, T.; Correché, S. (2003). Soledad y tendencia al aislamiento en estudiantes adolescentes. Su relación con el autoconcepto. *Fundamentos en Humanidades*, 6(7-8). 163-172. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18400809>



Tateno, M. Park, T. Kato, T. (2012). Hikikomori: el síndrome de aislamiento social juvenil. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría, 38(133). 115-129. [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S02115735201800010011](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S02115735201800010011)  
5

Teo, AR. (2015). Hikikomori: el síndrome de aislamiento social juvenil. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría, 38(133). 115-129. [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S02115735201800010011](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S02115735201800010011)  
5

Tim, L. (2015). Hikikomori: el síndrome de aislamiento social juvenil. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría, 38(133). 115-129. [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S02115735201800010011](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S02115735201800010011)  
5

Tonioni, F. (2014). Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del móvil. Acta de Investigación Psicológica, 7(3), 2832-2838. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=358954155010>.

Vega, V. (2007). Soledad y salud: ¿Cómo se relacionan y difieren según la edad y la escolaridad? Psicología y salud, 30(2). 231-241. <file:///C:/Users/1/Downloads/2657-Texto%20del%20art%C3%ADculo-12191-2-10-20200619.pdf>

Weiss, R. (1973), Russell, D. (1982). Percepción de la soledad. Psicothema, 12(4). 579-585. <http://www.psycothema.com/pdf/375.pdf>

Winnicott, D. (1978). La capacidad para estar solo. Neuro-psiquiat, 58(3). 279-285. <https://www.scielo.cl/pdf/rchnp/v58n3/0717-9227-rchnp-58-03-0279.pdf>

- Winnicott, D. (2002). La capacidad para estar solo. *Neuro-psiquiat*, 58(3). 279-285.  
<https://www.scielo.cl/pdf/rchnp/v58n3/0717-9227-rchnp-58-03-0279.pdf>
- Weiss, R (1974). Crisis soledad y apego. *Práctica profesional: familia y enfermedad crónica*. Universidad de Buenos Aires Facultad de Psicología.  
[https://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios\\_catedras/practicas\\_profesionales/632\\_ambito\\_comunitario/material/crisis\\_soledad\\_apego.pdf](https://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios_catedras/practicas_profesionales/632_ambito_comunitario/material/crisis_soledad_apego.pdf)
- Weiss, R. (2008). Soledad en la adolescencia: análisis del concepto. *Aquichan*, 9(3), 281-296. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducta%20al%20aislamiento%20del%20adolescente](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972009000300008#:~:text=Las%20causas%20que%20favorecen%20la,conducta%20al%20aislamiento%20del%20adolescente).
- Yanguas, J. (20018). La soledad en la pintura. Optar el título de Magister en Artes, Universidad de Caldas
- Young, J. (1982). La soledad como fenómeno psicológico: un análisis conceptual. *Salud mental*, 24(1). 19-27. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=58212404>
- Yusti, L. (2022). La soledad en la pintura. Optar el título de Magister en Artes, Universidad de Caldas
- Zapata, P.; Arredondo, N. (2012). Percepción de soledad en la mujer. *La ágora USB*, 12(1), 143-164. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=407736375009>
- Zubieta, E.; Muratori, M.; Fernández, O. (2011). Felicidad y Bienestar Psicosocial: ¿una cuestión de género?, *Salud y Sociedad*, 3 (1), 66-76.  
<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/salsoc/v3n1/a05.pdf>