

**UNIVERSIDAD RAFAEL URDANETA
VICERRECTORADO ACADÉMICO
FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS, ADMINISTRATIVAS Y SOCIALES
ESCUELA DE PSICOLOGÍA**

DERECHOS RESERVADOS

**EXPERIENCIA DE SOLEDAD Y USO DE REDES SOCIALES EN ADULTOS
JÓVENES**

Trabajo Especial de Grado presentado por:

González Pérez, Karlen María

Ramírez Ochoa, Jelismar de los Ángeles

Maracaibo, mayo de 2018

DERECHOS RESERVADOS

EXPERIENCIA DE SOLEDAD Y USO DE REDES SOCIALES EN ADULTOS
JÓVENES

Trabajo Especial de Grado para optar
al título de Psicólogo:

Karlen María González Pérez
C.I. 25.296.679

Jelismar de los Ángeles Ramírez Ochoa
C.I. 26.297.004

DEDICATORIA

A todas las personas importantes en mi vida y en este trabajo, pero sobretodo a mí.

Karlen

A todos los que quiero profundamente, incluyéndome.

Jelismar

DERECHOS RESERVADOS

AGRADECIMIENTOS

Primero que todo, a mí, por mi esfuerzo y por descubrir que puedo ser un universo.

A la vida, por conducirme hasta este punto.

A mi mamá, por ser un pilar fundamental en mi vida, con todo el amor, apoyo y aceptación que me ha ofrecido, en mis mejores y peores momentos. A mi papá, por brindarme su energía y su cariño. A mi familia, por todo su apoyo.

A Jelismar, por ser la mejor compañera de tesis que le pude pedir a la vida y compartir conmigo muchas hermosas experiencias a lo largo de nuestra carrera y dentro de nuestra amistad, que llego en el momento más necesario y espero perdure en el tiempo. Gracias también por enseñarme a creer un poco más en el destino y en mí misma. Además, a su familia, por siempre estar dispuestos a apoyarnos, especialmente a la Sra. Janexis.

A Ariana, por ser más que mi mejor amiga, mi hermana durante 8 años de mi vida, en los que nos sobraron momentos felices. Igualmente, a su familia, González Ortiz, por ser mi segunda familia. A mi cuando no estén a mi lado físicamente, siempre están presentes.

A Maritza y Jetzaly, por ser mis compañeras de aventuras junto a Ariana, espero que algún día podamos reencontrarnos las cuatro y recrear nuestros momentos.

A Majo, por llegar a mi vida y en poco tiempo convertirla en un mundo de luz y sonrisas, por simplemente ser.

A todos aquellos que compartieron un salón de clases conmigo, quienes no solo fueron fieles aliados en la búsqueda de conocimiento, sino que también compartieron angustias y alegrías. En especial a Arlenys, Noileth, Victoria y Diego, por ser siempre un apoyo importante.

A Chris, por siempre estar allí.

A todas las personas que he conocido a través de las redes sociales y a los que me faltan por conocer, por formar parte de mi vida, brindando su afecto, apoyo y positividad, inspirando así en la realización de este trabajo.

Al Psic. Carlos Puche, por creer en nuestro propósito y acompañarnos en este recorrido.

Al profesor Joseph Aslan, por ser una gran inspiración cuando se trata de conocimiento.

A la Psic. Karina Buzzeta, por fortalecer mi ser e impulsar cambios positivos en mi vida.

A la Psic. Esther Bromberg, por su acompañamiento durante este proceso y muchos más.

Así también, a todos los profesores de URU que participaron en mi formación académica, dejando una marca significativa, principalmente a Mónica Alfonzo, Catalina Labarca y Karelis Colina, Leonardo Prieto y Grecia Olivares.

A nuestros informantes, quienes nos permitieron sumergirnos en su realidad.

A todos los que me han tendido la mano cuando ha sido necesario.

A todos los que coincidieron conmigo en este espacio-tiempo, que aunque pueda no haberlos mencionado detalladamente, han sido siempre importantes.

Karlen

A Dios, por guiar mis pasos.

Al Universo, por permitirme ser.

A mi mamá Janexis y a mi papá Hervin, por siempre hacer lo más que pueden por mí, por enseñarme que siempre puedo hacer más (y hacerlo mejor) y por siempre tener sus brazos abiertos para darme un abrazo cuando más lo necesito.

A mis tíos Joandry, José Enrique, Jorge, Jean Carlos y Joan; mi casi tío Richard, mis tías, mis primos, mi abuela Ángela y todos aquellos miembros de mi familia que, de alguna u otra manera, contribuyeron con paciencia, amor y cariño al desarrollo de mi ser.

A mis mejores amigos Génesis, Sofía, Maru, Daniela, Amneris, María, Randy, Rixio, Anthony, Abraham, Chris y Desireé, por siempre estar presentes en los momentos importantes, pero sobre todo, asegurándose de llenar mi vida de alegría cuando más lo necesito. En especial a Evy, por siempre acompañarme y apoyarme, así como enseñarme tanto acerca de muchas cosas cada día más.

A Karlen, la mejor compañera de tesis y amiga que he tenido la oportunidad de encontrar, por los momentos compartidos durante el transcurso de nuestra investigación, nuestra carrera y la vida en general: no podría estar más orgullosa de ti, de nosotras. Asimismo, a la sra. Karelis, por siempre encontrarse dispuesta a ayudarnos.

A mis compañeros de clase, en especial a Noileth, Arlenys, Dianela, Elva, Miguelangel, Diego, Claudia, Victoria y Luisa por compartir conmigo gratas experiencias y apoyarme en todos los sentidos, enseñándome a conocerme.

A nuestro tutor psic. Carlos Puche, por depositar su confianza en nosotras y en nuestra investigación, guiándonos a lo largo de su elaboración.

Al psic. Joseph Aslan, quien fue el que nos introdujo el tema de la experiencia de soledad, así como a los psicólogos Karina Buzzeta, Grecia Olivares, Leonardo Prieto, Monika Alfonzo, Karelis Colina, Catalina Labarca y todos aquellos que acompañaron con su sabiduría a lo largo de nuestra carrera, aportando a nuestra formación.

A todas aquellas personas alrededor del mundo con las que logré a establecer un vínculo a través de las redes sociales: Majo, Annyevil, Emibell, Gabriela, Mafer, Agatha, María y Nathaly; son gran parte de la inspiración que nos llevó a la realización de esta investigación, por la confianza depositada en mí por su parte y por demostrar que no es necesario estar presente físicamente para poder apoyar.

A nuestros informantes, por permitirnos adentrarnos en su tan importante discurso acerca de sus realidades.

A todas las personas que han creído en mí.

A todos los que quise, los que quiero y los que querré.

A todas las personas con las que me he topado en esta línea de espacio-tiempo, quienes sin saberlo, me han regalado un pedacito de sí mismos que ahora forma parte de mí.

A mí.

Jelismar

ÍNDICE GENERAL

TÍTULO	II
DEDICATORIA	III
AGRADECIMIENTO	IV
ÍNDICE GENERAL	VI
ÍNDICE DE GRÁFICOS	VII
ÍNDICE DE ANEXOS	VIII
RESUMEN	IX
CAPÍTULO I: ACERCA DEL PROBLEMA	I
Dimensiones del Problema.....	1
Propósito de la Investigación.....	7
CAPÍTULO II: ASPECTOS TEÓRICOS REFERENCIALES	9
Soledad.....	9
Factores Relacionados con la Soledad.....	15
Clasificaciones de la Soledad.....	17
Redes Sociales	21
Soledad y Redes Sociales	25
Adultos Jóvenes	29
Antecedentes de la investigación.....	32
CAPÍTULO III: ASPECTOS METODOLÓGICOS	40
Fundamentos Epistemológicos.....	40
Elección de Informantes Claves	45
Técnica de Recolección de la Información.....	46
Técnica de Registro y Transcripción de la Información.....	49
Método de Interpretación de la Información.....	50
Descripción del Proceso de Categorización.....	52
Descripción del Proceso de Triangulación.....	54
Descripción del Proceso de Graficación.....	55
Características de las Investigadoras.....	56
Consideraciones Éticas.....	56
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE CONTENIDO	59
Análisis Descriptivo.....	59
Análisis Concluyente.....	79
Recomendaciones.....	88
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	91
ANEXOS	96

ÍNDICE DE GRÁFICOS

	Pág.
Gráfico nro. 1: Soledad.....	61
Gráfico nro. 2: Relación con el otro.....	65
Gráfico nro. 3: Relación con el otro.....	69
Gráfico nro. 4: Redes sociales como alivio.....	72
Gráfico nro. 5: Soledad y redes sociales.....	76
Gráfico nro. 6: Análisis Concluyente.....	79

ÍNDICE DE ANEXOS

	Pág.
Anexo A: Consentimiento informado.....	98
Anexo B: Preguntas generadoras de la entrevista.....	100
Anexo C: Glosario de Jerga Utilizada en las Redes Sociales.....	102

DERECHOS RESERVADOS

**UNIVERSIDAD RAFAEL URDANETA
VICERRECTORADO ACADÉMICO
FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS, ADMINISTRATIVAS Y SOCIALES
ESCUELA DE PSICOLOGÍA**

RESUMEN

**EXPERIENCIA DE SOLEDAD Y USO DE LAS REDES SOCIALES EN ADULTOS
JÓVENES**

Autores: Karlen M. González P.
Jelismar de los A. Ramírez O.

Tutor: Psic. Carlos Puche

Fecha: Mayo del 2018

La presente investigación tuvo como propósito comprender la experiencia de soledad y el uso de las redes sociales en adultos jóvenes. Con la finalidad de alcanzar dicha comprensión, se realizó este estudio de corte cualitativo, en la cual se llevaron a cabo entrevistas semi-estructuradas a 3 personas mayores de edad que utilizan las redes sociales, 1 hombre y dos mujeres, cuya información recogida en la misma fue analizada a través del método de la hermenéutica. A partir del estudio de forma individual de ambos fenómenos, la experiencia de soledad y el uso de las redes sociales, se logró construir una conclusión con respecto a la relación dialéctica que se da entre ambos, observándose que además de que las personas recurren a las redes sociales en momentos de soledad, también el uso de las redes sociales influye en su experiencia de soledad, conduciéndolos a sentirse más o menos solos. Asimismo, se pudo encontrar una explicación acerca de las características de una nueva relación social que ha surgido dentro de las redes sociales.

Palabras claves: Soledad, redes sociales, adultos jóvenes, relaciones sociales.

Contacto:

karlentsm@gmail.com

jelismarram8a@gmail.com

CAPÍTULO I

ACERCA DEL PROBLEMA

Dimensiones del Problema

Con el pasar de los años, los individuos moldean su personalidad, sus cogniciones y sus relaciones interpersonales, así como pueden cambiar el manejo emocional que poseen sobre las situaciones que se le presentan en su cotidianidad. De este modo, se puede decir que cuando se llega a la adultez joven, este proceso se encuentra en un punto clave en donde todos los factores previamente mencionados están integrados al ser.

Además, las relaciones interpersonales adquieren un significado distinto enfocándose primordialmente en la búsqueda de la intimidad. Asimismo, los cambios que ocurren en el contexto histórico que rodea al individuo influyen de manera significativa en este proceso de cambio. Por esto, el momento en que el internet se encuentra en su auge ha marcado un cambio en la forma en que los adultos jóvenes se relacionan entre sí y perciben el mundo que los rodea, ya que esta plataforma proporciona muchas formas para comunicarse e informarse acerca de diversos temas.

Unas de estas vías que ofrece el internet son las redes sociales, que han sido diseñadas para abarcar distintos aspectos relacionados con el intercambio de información entre personas, independientemente del lugar en el que se encuentren. Este fenómeno histórico ha desplazado progresivamente la interacción cara a cara entre las personas que optan por el uso del internet, provocando que se emplee cada día más la comunicación en línea, disminuyendo así los encuentros sociales. Todo este nuevo movimiento electrónico junto al cese de las reuniones sociales, según lo referido por Dittmann (2002), pueden conducir de alguna manera a que los usuarios de esta plataforma cibernética se sientan más solos si pasan más de 40 horas a la semana disfrutando el uso de la misma.

Debido a esto, como plantean Hood, Creed y Mills (2016), suele incrementarse el tiempo que invierten en la utilización de las redes sociales como una forma de compensación social. Los individuos tienden a preferir la comunicación en línea en lugar de establecer una comunicación cara a cara, en las cuales se pueden encontrar muchos factores diferentes entre sí que se evidencian al momento de relacionarse con otros.

Con relación a estos factores que caracterizan las comunicaciones interpersonales cara a cara, se encuentran algunos como la comunicación no verbal, desde posturas corporales hasta expresiones gestuales, que forman parte importante del proceso de intercambio de mensajes entre emisor y receptor, las cuales no están presentes al momento de comunicarse a través de las redes sociales.

La falta de las expresiones que forman parte de la comunicación no verbal deja un vacío en las relaciones interpersonales que el adulto joven busca establecer dentro del internet, como cuando se trata de la interpretación adecuada de los mensajes intercambiados. Además, se pueden hallar otros factores como la ausencia de proximidad, que es fundamental para el establecimiento de relaciones interpersonales que tienen como base el desarrollo de la intimidad tan anhelada por aquellos individuos que están en la adultez joven.

Al mismo tiempo, de acuerdo con Morahan-Matin y Schumacher (2003), algunas personas encuentran dificultades al momento de expresar sus pensamientos y emociones en la comunicación cara a cara, lo que los lleva a acudir a las redes sociales para facilitar el establecimiento o desarrollo de vínculos con otras personas de su interés, compensando así las fallas que pueden mostrarse en situaciones sociales.

También, como es mencionado por Oliva (2012), algunas personas emplean las redes sociales como un mecanismo de evitación ante experiencias que pueden formar parte de la vida real, creando una especie de vida alternativa dentro del mundo virtual que les permite navegar entre los diferentes roles que han sido preestablecidos por la sociedad. De esta manera, el uso de las redes sociales puede llegar a un punto en el que se torna excesivo y tener posibles repercusiones negativas en la vida de la persona, manteniéndose en línea la mayor parte de las horas del día, por lo que dejan de lado el verdadero concepto de relaciones interpersonales y lo que estas conllevan, además de la importancia que se les otorga.

Entonces, al pasar por alto estos factores que están implicados cuando las personas se relacionan, se podría aumentar el tiempo invertido por las mismas en permanecer en casa utilizando el computador, lo que va dificultando la forma en la que la socialización se puede dar en los distintos ámbitos de la vida. Según Kraut, Patterson, Lundmark, Kiesler, Mukopadhyay y Scherlis (1998), a raíz del uso continuo del internet, las personas reportan un incremento del sentimiento de soledad.

Todos los individuos, independientemente de sus características personales, pueden llegar a experimentar soledad en cualquier momento de su vida, dentro de diferentes ámbitos y manifestándola de diversas maneras, ya que no todos los seres humanos reaccionamos del mismo modo ante las situaciones que se nos presentan. En relación a esto, la experiencia de soledad puede influenciar en gran medida a las cogniciones, emociones y comportamientos que una persona pueda desarrollar a lo largo de su vida, así como también influye de manera significativa en la forma en la que afronta las situaciones que pueden o no presentarse en su vida cotidiana.

Así bien, Cook y Wilson (1979) señalan que la soledad en particular ha sido relacionada con sentimientos de insatisfacción general, infelicidad, depresión, ansiedad, vacío, aburrimiento, inquietud y marginalidad; por lo que se suele referir a la misma como una experiencia subjetiva que es percibida como negativa por los individuos.

Es necesario mencionar que la soledad cuenta con varias particularidades, según sugieren Peplau y Perlman (1982), como el hecho de que la soledad resulta de las

deficiencias en las relaciones sociales de una persona, además del carácter subjetivo que posee dicha experiencia, implicando que no se presenta objetivamente un aislamiento social. Es decir, una persona puede sentirse sola sin nadie a su alrededor o estando en compañía de otros.

Cabe destacar que la soledad tiene la posibilidad de mostrarse en diferentes ámbitos de la vida de los individuos, como el ámbito romántico, que se relaciona con tener un interés amoroso con el que compartir las experiencias vividas; asimismo, se puede percibir en el contexto familiar, basándose en las relaciones de parentesco presentes, y cuando de lo social se trata, puede manifestarse en los intercambios sociales que establecen las personas con sus pares.

Asimismo, dado que la mentalidad de los adultos jóvenes ha logrado cambiar con el paso del tiempo, también ha cambiado su forma de percibir la soledad y la forma en la que deciden afrontarla; en cuanto a esto, Cook y Wilson (1979) proponen que las personas que la experimentan pueden negar que hay una discrepancia entre sus niveles deseados de contacto social y los que han alcanzado, devaluar el contacto social diciendo que poseen otros objetivos que son más importantes, satisfaciendo sus necesidades utilizando otras vías y, por último, llevar a cabo conductas diseñadas para aliviar el impacto negativo que tiene la soledad en ellos. En la actualidad, esto podría verse reflejado en el aumento del uso de las redes sociales.

La generación actual de adultos jóvenes ha sido capaz de presenciar el surgimiento de la tecnología y su evolución a lo largo de los años, abriéndose paso a un mundo lleno de posibilidades que les permitió adaptar su vida a la utilización de los recursos tecnológicos, cambiando su interpretación de todo lo que les rodea y su acción frente a esto. Por consiguiente, según Oliva (2012), se puede decir que todos estos hechos han marcado un antes y un después en cuanto al establecimiento de relaciones interpersonales por parte de los individuos y las formas de comunicación que se dan en las mismas.

Según lo expuesto con anterioridad, es bien conocido que actualmente el uso de las redes sociales se encuentra más allá de algo casual, siendo utilizadas por las personas para diversos fines en cualquier ámbito relacionado con el desenvolvimiento de su vida diaria. Así como las personas y la tecnología van evolucionando a través del tiempo, la psicología como ciencia también va cambiando sus paradigmas en función del contexto histórico en el que se desempeña, presentando cambios dentro del campo de las investigaciones. Entonces, es importante abarcar diversos fenómenos que se han convertido en resaltantes con el pasar de los años y que no han sido estudiados tan exhaustivamente, para poder tener una visión más amplia de aquello que interviene en los procesos psicológicos presentes en las diferentes etapas del desarrollo del individuo. Asimismo, comprender dichos fenómenos nos acercan un poco más al conocimiento del ser humano en su complejidad.

Por esto, un fenómeno tal como lo es la soledad debe ser incluido en las investigaciones actuales, debido a que todas las personas alguna vez han llegado a sentirse solas o pueden llegar a sentirse de esta manera, por lo tanto, es importante comprender

cómo se manifiesta este fenómeno, que suele ser muy frecuente de experimentar entre los seres humanos. Además, los usuarios de las redes sociales no están exentos de experimentar soledad, incluso compartiendo expresiones de sentimientos y pensamientos asociados a la misma en dichas redes. Por ello, también es necesario identificar cómo es la experiencia de soledad que puede llegar a invadir la vida de los usuarios.

Por otro lado, el uso de las redes sociales parece variar dependiendo de cada individuo que la utilice, involucrando el modo en que lo haga y los motivos que tenga para ello. Como se sabe, las personas interactúan directa o indirectamente con otros a través de estas redes, diferenciándose esta forma de cómo interactúan en el mundo real, ya que implica el uso de un dispositivo electrónico, por lo cual surge la necesidad de no solo de comprender como es este uso de las redes sociales en los adultos jóvenes que están constantemente expuestos a estos medios, sino también de caracterizar esta interacción junto a la expresión llevada a cabo en dichas redes cuando se trata de emocionalidad, principalmente de la soledad.

Asimismo, la experiencia de soledad y el uso de las redes sociales han sido estudiados en conjunto anteriormente, sin embargo, esto se ha hecho desde un enfoque cuantitativo, comúnmente enfocándose en la frecuencia de uso de las redes o el internet y como esto se puede relacionar con la soledad.

En consecuencia, se opta por realizar esta investigación desde el enfoque cualitativo debido a que esto ofrece un panorama más amplio, diverso y dinámico acerca de las

complejas experiencias que los informantes puedan tener en relación al fenómeno de soledad y sentimientos asociados al mismo, así como del uso de redes sociales que estas ejercen, además de como vinculan todos los anteriores; tomando en cuenta los detalles que intervienen en las vivencias de cada persona, como lo son el contexto histórico y cultural que rodea a cada persona, además de un esquema de cogniciones que las caracteriza y diferencia entre ellas.

De este modo se busca comprender desde diversas perspectivas cómo se da la experiencia de soledad y uso de las redes sociales, realizando una interpretación a profundidad sobre el tema, a partir de una mirada subjetiva del mismo. Seguido de lo planteado con anterioridad, emerge la interrogante:

¿Cómo es la experiencia de soledad y uso de las redes sociales en adultos jóvenes?

Propósito de la investigación

Comprender la experiencia de soledad y uso de las redes sociales en adultos jóvenes.

CAPÍTULO II

ASPECTOS TEÓRICO-REFERENCIALES

Aspectos Teóricos – Conceptuales

Posteriormente, se expone información que va a ser de utilidad en cuanto a los aspectos teóricos conceptuales que se tomarán en cuenta para la realización de esta investigación, tales como la soledad y sus distintos aspectos, las redes sociales, la relación de la soledad con las redes sociales y las características de los adultos jóvenes.

Soledad

Uno de los teóricos que ha definido la soledad es Young, 1982 (citado en Green, Richardson, Lago y Schatten-Jones, 2001), quien la ha descrito como la ausencia o la percepción de ausencia de relaciones sociales que sean satisfactorias. Por otro lado, Peplau y Perlman, 1981 (citado en Duck y Gilmour, 1981) plantean que "...la soledad es la experiencia desagradable que ocurre cuando la red de relaciones sociales de una persona es deficiente de alguna manera importante, ya sea cuantitativamente o cualitativamente" (p. 31). Es decir, el sentimiento de soledad puede aparecer en cualquier persona independientemente de la cantidad de relaciones interpersonales o la calidad que poseen las mismas.

También, mencionan que en la soledad pueden distinguirse varios factores significativos, como que ésta surge de las faltas en las relaciones sociales de un individuo, del mismo modo la percepción de la soledad en las personas varía dependiendo de su subjetividad ya que, por ejemplo, una persona puede sentirse sola sin estarlo físicamente. Además, plantean que este fenómeno se caracteriza por ser incómodo, desagradable y molesto.

Estos autores refieren que tiene un punto de vista de la soledad desde un enfoque atribucional en el que se percibe a la misma como un desajuste entre lo mucho que una persona se relaciona con otros individuos y lo que espera alcanzar en este mismo sentido, logrando así que se pueda observar a la soledad como una consecuencia de las expectativas que se tienen sobre el establecimiento de relaciones interpersonales dentro del ámbito social.

Otra ventaja de este enfoque atribucional es que toma en cuenta los factores cognitivos que se encuentran entre el desajuste anteriormente mencionado y la respuesta emocional que lo acompaña. Estos factores cognitivos son muy importantes ya que influyen directamente en cómo cada persona va a interpretar las situaciones que se le presentan diariamente.

Siguiendo el mismo orden de ideas, Sullivan (1955) hace referencia a la soledad como una experiencia percibida como tormentosa, incontenible y desagradable, que está

asociada con el manejo inadecuado del deseo por alcanzar intimidad y establecer relaciones interpersonales en base a esta.

Por otro lado, también se considera que la soledad no está directamente causada por el estar solo como tal, sino más bien por no contar con una o varias relaciones interpersonales que la persona necesite. Del mismo modo, se piensa que este sentimiento suele aparecer como una respuesta para sobrellevar la ausencia de las características específicas de la relación interpersonal que desean y todo lo relacionado con la misma, según propone Weiss (1973).

Del mismo modo, la soledad ha sido definida por Leiderman, 1980 (citado en Peplau y Perlman, 1982) como “un estado afectivo en el que el individuo está consciente del sentimiento de estar lejos de otros, acompañado de la experiencia de una necesidad vaga por otros individuos” (p. 4). Así cuando la soledad aparece, las personas llegan a reconocer que se encuentran alejados del contacto humano, es decir, se ven apartados de sus vínculos con otras personas, aun cuando experimentan la tan común necesidad por mantener relaciones con otros.

Cook y Wilson (1979) sostienen lo siguiente:

Primero, cuando el contacto social de una persona es subóptimo, esta discrepancia es casi siempre experimentada como aversiva. Segundo, esta discrepancia es típicamente percibida, y calificada como soledad. Tercero, en la evaluación de la soledad, la red de relaciones de una persona debe ser

tomada en consideración. La ausencia de o la disminución en cualquier relación podría ser compensada por medio de otras relaciones. Cuarto, mientras la soledad podría estar asociada con psicopatología y enfermedades mentales, estamos más preocupados por la experiencia común de soledad en poblaciones “normales”. Finalmente, diversas formas de soledad podrían existir, pero el trabajo empírico no ha desarrollado lo suficiente hasta ahora para permitir identificar conclusivamente su naturaleza. (p. 102)

Lo planteado anteriormente se refiere entonces a que, debido a que Peplau y Perlman (1979) sugieren que cada persona tiene un nivel óptimo de interacción social, cuando este se encuentra por debajo la persona suele considerarlo como algo que aborrecer, por lo que esta dificultad en el alcance del nivel es directamente asociada con el concepto de soledad. Asimismo, para poder identificar el sentimiento de soledad en una persona, se deben tomar en cuenta las relaciones interpersonales que ha establecido durante el desarrollo de su vida y las características cambiantes de las mismas.

Igualmente, mencionan que se preocupan por el hecho de que la experiencia de soledad puede presentarse en cualquier persona que se encuentre en cualquier lugar, y no en una población con características específicas como aquellos que padecen ciertas enfermedades mentales, que son en las que usualmente reside más interés de parte de los investigadores. De la misma manera, los mismos han desarrollado distintas explicaciones teóricas acerca de la soledad y sus formas de presentarse, pero debido a que se trata de una experiencia subjetiva, no hay una explicación determinada sobre el verdadero origen de ésta.

Siguiendo este mismo orden de ideas, Peplau y Perlman (1984) proponen que aunque algunas personas están en un mayor riesgo de experimentar la soledad más que otras personas, ningún segmento de la sociedad se encuentra totalmente inmune a la posible aparición de este fenómeno, pudiendo así afectar a cualquier persona, sin que sus características personales sean determinantes.

También se dice que cuando la soledad es severa y ha perdurado por un largo periodo de tiempo, puede poner en riesgo la salud mental de un individuo. La soledad puede verse como una señal de peligro dolorosa que indica que las relaciones sociales de una persona son deficientes de alguna manera, por lo que es improbable y quizás hasta indeseable que sea eliminada del repertorio de las experiencias humanas comunes, ya que suele tener un funcionamiento determinado.

Asimismo, Coan (2014) comenta que la soledad se caracteriza por ser un sentimiento que no se desea y hace sentir perturbado al individuo que la experimenta. Cuando hablamos de soledad, nos referimos a ese sentirse solo en uno mismo, sentirse incompleto o no lo suficientemente satisfecho con las relaciones interpersonales previamente establecidas, y no a encontrarse físicamente solo, es decir, no está directamente relacionado a no estar en compañía de otros en el mismo espacio. Además, el simple hecho de no estar en compañía de otros puede ser una preferencia de la persona, sin que el sentimiento de soledad sea una consecuencia de esto.

Cabe destacar que Cook y Wilson (1979) mencionan que la soledad se ha relacionado con sentimientos de insatisfacción general, infelicidad, depresión, ansiedad, vacío, aburrimiento e inquietud; siendo estos los identificados por las personas que atraviesan por esta experiencia.

Según Weiss (1973), un individuo cuando se siente solo tiende a mantener una organización de emociones, definiciones personales y de las relaciones que ha establecido con otros, que es diferente a la organización que mantiene cuando no se encuentra experimentando la soledad.

Asimismo, plantea que el “sí mismo” que se construye con la ausencia de la soledad es significativamente diferente al que se encuentra asociado con la experiencia de presencia de la misma, ya que el individuo que no se siente solo se encuentra más comprometido con un alcance de intereses personales, es más confiado, más seguro y se encuentra más satisfecho consigo mismo por lo que no reconoce su estado solitario anterior, llegándole a parecer muy extraño ese “sí mismo” construido en base a su soledad que más bien se puede llegar a caracterizar por ser tenso, inquieto, incapaz de concentrarse e impulsivo.

Del mismo modo, según este autor, en la soledad se puede encontrar un impulso en la persona por deshacerse de la angustia que experimenta optando por la integración de una nueva relación o volver a retomar una que se ha perdido, además que buscan

desesperadamente por otros individuos y cuando encuentran a los indicados, pueden cambiar y ya no sentirse solos.

Factores Relacionados con la Soledad

A medida que pasan los años y los estudios del fenómeno de la soledad se profundizan, se han podido observar una serie de factores situacionales y personales que se relacionan con la incidencia del mismo. Entre estos, Jones, Hobbs y Hockenbury (1982) plantean que “los adolescentes que se sienten solos y los estudiantes universitarios reportan habilidades sociales inadecuadas, incluyendo pasividad, falta de asertividad, una gran timidez y cohibición, y problemas debido a sociabilidad inhibida” (p.682).

En cuanto a estos factores, Peplau y Perlman (1982) postulan la identificación de una serie de características personales que se encuentran a menudo asociadas con la soledad. Entre ellos se pueden mencionar algunos como timidez, introversión y menos disposición a tomar riesgos sociales, además de presentar apreciación disminuida de sí mismos y autoestima baja, y para algunas personas esto viene acompañado de habilidades sociales inadecuadas que podrían derivarse de la infancia y contribuyen en la aparición de la misma.

Existen diversas maneras en las que los factores personales pueden contribuir en que se experimente la soledad, pudiendo causar una predisposición a la misma y provocar que sea difícil sobrellevarla. Una de estas, se trata de cómo el deseo social se disminuye a

través de estos, limitando así las posibles interacciones sociales y el establecimiento de relaciones interpersonales duraderas. Asimismo, influye en las situaciones sociales que se presentan, ya que en estas las personas muestran un comportamiento basado en sus características personales y se pueden observar patrones de interacción insatisfactorios. También, las características personales toman un papel fundamental en la reacción que cada individuo presenta ante los cambios en sus relaciones sociales actuales, interviniendo en gran medida en cuan efectivamente las personas logran minimizar, aliviar o evitar la soledad.

Aun cuando estos factores personales suelen incrementar la posibilidad de experimentar soledad, no se puede dejar de lado a los factores culturales y situacionales, los cuales son muy influyentes. Algunos teóricos de la sociología han sugerido que la soledad es exacerbada por los valores culturales y las instituciones. Además, las características del entorno pueden contribuir en el desarrollo de la soledad, como el aislamiento físico, siendo más determinante para algunas personas que sus características personales. Otro factor que tiene un rol en la predisposición a la soledad es la similitud de la persona con otras de su entorno en términos de historia de vida, valores y actitudes.

Del mismo modo, Peplau, 1985 (citado en Sarason y Sarason, 1985) menciona la existencia de una serie de factores precipitantes que incluyen eventos que impactan la vida social de una persona. Dentro de estos, se encuentran la separación o pérdida de alguna persona con la que se tenga un vínculo afectivo, como en los casos de mudanzas, divorcios

o fallecimiento. Por otro lado, en la cotidianidad de una persona pueden presentarse situaciones que cambian la magnitud en la que se desea o necesita socializar, estos eventos varían de acuerdo a la etapa de desarrollo en la que se encuentre el ser humano.

Por otra parte, Coan (2014) sugiere que las experiencias de la niñez podrían ser una razón para que una persona se convierta en solitaria conforme se desenvuelve en su vida. También, sugiere que la soledad a largo plazo puede ser un resultado de algunos desordenes psicológicos, como que los individuos con personalidad dependiente o límite experimentan con más frecuencia el sentimiento de soledad. Al mismo tiempo, las personas esquizofrénicas experimentan alienación, aislamiento social y soledad, mientras que la depresión puede ser vista como un desencadenante de la soledad o puede ser una consecuencia de la misma.

Clasificaciones de la Soledad

Existe una serie de autores que han conseguido clasificar la soledad en diferentes categorías a través de los estudios que han realizado y que se encuentran relacionados con este fenómeno: En primer lugar, podemos encontrar a Moustakas 1961 (citado en Duck y Gilmour, 1981), que distingue por un lado la soledad que causa ansiedad que describe como negativa, la cual explica como un estado aversivo emocionalmente que tiene como consecuencia una sensación de alienación social por parte del individuo; mientras que por otro lado, menciona la soledad existencial que describe como positiva y una parte inevitable de la experiencia humana, en el que la persona confronta a todos los aspectos de sí mismo y provee un camino para el crecimiento personal.

Asimismo, Perlman y Peplau 1981 (citado en Duck y Gilmour, 1981) sugieren que el tiempo es también un factor relevante al momento de clasificar la soledad, teniendo en cuenta que puede ser visto como un estado temporal, es decir, como una experiencia que aparece a raíz de determinados eventos o como una característica personal, considerándose una persona solitaria.

Igualmente, Weiss 1973, 1974 (citado en Russell, Cutrona, Rose y Yurko, 1984) plantea dos tipos de soledad existentes, entre los que se puede encontrar la soledad emocional y la soledad social. La primera siendo descrita como la falta de un lazo íntimo y cercano con otra persona, mientras que la segunda se refiere a la falta de una red de relaciones sociales, la cual causa sentimientos de rechazo o de no ser aceptado, necesitando más bien grupos de amigos en los que la persona comparte sus intereses y con los cuales tiene un sentido de pertenencia.

Los síntomas de la soledad emocional y la soledad social son distintos, aunque ambos vienen acompañados por el mismo deseo debido a la ausencia de las provisiones relacionales (Weiss, 1973). Entonces, se puede decir que los individuos que experimentan la soledad emocional se encuentran constantemente evaluando y valorando a los demás como potenciales abastecedores de la relación necesitada por su parte, y también evalúan las situaciones para poder lograr que se encuentre disponible el escenario en el que se va a dar la relación que necesita. Básicamente, toda la energía de estas personas se direcciona a remediar este sentimiento de soledad por su parte, además de experimentar esto de forma

muy pronunciada, aunque el acompañamiento de otras personas se encuentre disponible o no.

Según este autor, las personas que se encuentran experimentando la soledad emocional pueden reconocerse debido a que pueden describir al mundo a su alrededor como desolado, árido, o vacío de otros, así como también puede llegar a utilizar palabras tales como vacío, muerto o hueco para describir de forma específica cómo se siente en esos momentos.

Del mismo modo, las personas que experimentan lo que Weiss (1973) describe como soledad social, se encuentran dominados por sentimientos de aburrimiento en todos los aspectos de su vida cotidiana debido a que pierden significado según su percepción o falta de objetivos en cuanto a su vida en general, junto con sentimientos de marginalidad; estos individuos son incapaces de concentrarse al momento de llevar a cabo una acción en particular. Los que entran dentro de la categoría de soledad social no buscan el acompañamiento de otra persona en sus actividades, sino más bien actividades en las que participar dentro de un grupo que lo considere miembro del mismo, para poder tener un sentido de pertenencia.

De esta manera, en resumen, las personas que experimentan la soledad emocional se encuentran constantemente en la búsqueda de otros que cuenten con el potencial necesario para brindarles esa relación interpersonal deseada, diferenciándose de los que experimentan

la soledad social, quienes se mantienen en la búsqueda de actividades en las que participar y grupos que los acepten como uno de sus miembros.

Esto quiere decir que estos tipos de soledad no se diferencian solo a nivel fenomenológico, sino que necesitan también diferentes formas de remediarlas, ya sea creando una relación interpersonal íntima para obtener un sentido de vinculación en el caso de la soledad emocional o perteneciendo a grupos de amigos que le proporcionen un sentido de integración social, como en el caso de la soledad social.

También, según Weiss (1973), es complicado determinar la prevalencia del sentimiento de soledad ya que esta condición no es igual a estar padeciendo alguna enfermedad médica, sabiendo que puede pasar de poco perceptible en un individuo a abrumador en cualquier momento sin ningún tipo de aviso. Además, destaca que existe cierta relación entre la soledad y la edad ya que se cree que las personas conforme envejecen van perdiendo ciertos lazos sociales que pueden llevarlos a experimentar este sentimiento, así como con el sexo, el estado civil (divorciados o casados, mayoritariamente) y salud; pero menciona que no tiene los datos suficientes para afirmar estos planteamientos realizados por su parte.

Teniendo en cuenta el énfasis que pone Weiss (1973) en el efecto de la falta de lazos románticos en la incidencia de la soledad emocional, ya que este tipo de intimidad mitiga la soledad, es posible pensar que las personas que aún no se han casado o que hayan

estado casados, pero se divorciaran o el matrimonio finalizara por la muerte del otro, son mucho más vulnerables a este tipo de soledad que otros.

De igual manera, Young, 1982 (citado en Saßenroth, 2013) logra diferenciar la soledad según su cronicidad, nombrando la soledad transitoria, situacional y crónica. Cuando se habla de soledad transitoria se refiere a una soledad pasajera en la que se experimentan periodos ocasionales de la misma, en cambio, la soledad situacional ocurre cuando una persona a lo largo del tiempo se ha encontrado satisfecho con las relaciones interpersonales que ha establecido hasta cierto punto de su vida, en la que un evento pudo desencadenar este sentimiento. Sin embargo, si esta sensación de soledad persiste por un periodo de dos años o más, entonces es considerada crónica.

Redes Sociales

Según Oliva (2012), “el concepto de red social hace referencia a una comunidad en la cual los individuos están conectados de alguna forma, a través de amigos, valores, relaciones de trabajo o ideas” (p. 3). Desde hace mucho tiempo se ha considerado el hablar de redes sociales como un término para referirse a varias personas vinculadas o conectadas entre sí, que establecen una relación entre ellos basadas en diferentes intereses en función de las características personales de estos individuos. Aun así, en la actualidad se suele utilizar el término para referirse a las plataformas virtuales que nos proporciona el internet para establecer estos vínculos previamente mencionados.

Con respecto al concepto de redes sociales en la actualidad, se hace referencia a “un sitio Web en el que los usuarios no son anónimos e interactúan, es decir, se relacionan para ampliar su círculo de contactos y poder compartir intereses” (Vila, 2009, p. 22). Estos surgieron a partir de la teoría de los seis grados de separación, que plantea que toda persona en el mundo se encuentra conectada a otra por un máximo de seis personas que conoce.

El autor de la conocida como “teoría de los seis grados de separación” que le proporcionó una base a las redes sociales para su surgimiento, el sociólogo Duncan Watts, expresa que “las tecnologías no sólo revolucionan la sociedad, sino que permiten aprender observando el comportamiento de enormes comunidades digitales que cambian e interaccionan todo el tiempo” (Flores, 2009, p. 76).

También, Muñiz (2010) menciona que las redes sociales son:

El intercambio dinámico y activo entre personas, grupos o instituciones dentro de un sistema abierto y en evolución permanente que involucra a diferentes miembros, con unas necesidades concretas para potenciar sus recursos y ganar así protagonismo y posicionamiento. Las principales actualmente son Twitter, *LinkedIn*, *YouTube*, *Google*, *Facebook*. (p. 6)

A través de las redes sociales se ha logrado que la comunicación entre las personas se vuelva más eficaz y variada, cambiando constantemente en función de las necesidades que las mismas tienen en cuanto a reconocimiento por parte de los demás, asimismo, se han creado muchas redes sociales que se han esparcido alrededor del mundo debido a su facilidad para acoplarse a lo que los individuos desean o necesitan.

Por otro lado, Flores (2009) afirma que las redes sociales son el equivalente a un punto de encuentro para cualquier grupo de personas que compartan los mismos intereses, haciendo uso de distintas herramientas para lograr una interacción dinámica dentro del internet, y así reforzar la participación de los usuarios en la publicación de contenidos en las mismas. Además, se ha interesado en mencionar lo siguiente:

Vemos que el fenómeno de las redes sociales sigue multiplicándose. No estar en alguna plataforma de red social, es como si uno no existiese para Internet. Pero la pertenencia a una red social puede tener sus ventajas y –quizás también– sus desventajas. Lo que está claro es que, dentro de las plataformas, se mueve gente con necesidades, opiniones y deseos y, los medios –y otras empresas– quieren proporcionárselos. (p.80).

Esto se relaciona con el crecimiento de las redes sociales, el cual se ha producido durante los últimos años, creando un mundo sumamente conocido para las últimas generaciones, como lo es el mundo virtual. Pertenecer a una red social y como consecuencia, tener una presencia en internet es visualizado como algo de gran importancia en la actualidad, lo cual puede tener su parte positiva y negativa. Las personas que pertenecen a las redes sociales reciben medios para satisfacer o compensar sus necesidades y deseos, además de poder expresar sus opiniones.

Según Levis (2001), en este mismo año “...alrededor de 15 millones de latinoamericanos utilizaban habitualmente Internet. La búsqueda de información y en especial la comunicación personal son los dos usos más extendidos entre los usuarios de la región.” (p. 105). Siguiendo el mismo orden de ideas, este autor plantea la existencia de tres relaciones distintas a través de las redes. Primeramente, se habla de “relaciones puras de

internet”, en las que los involucrados simplemente se contactan por medio de la computadora, sin ningún tipo de interés personal sino simplemente por coincidencia, estableciendo interacciones vagas entre ellos. Luego, de las relaciones mantenidas con personas que han conocido a través del internet y se mantienen con el envío de mensajes por chats privados. Por último, se menciona que algunas personas utilizan el internet para llegar al primer contacto con otra persona, y seguidamente conocerlos personalmente.

Asimismo, Kraut, Patterson, Lundmark, Kiesler, Mukopadhyay y Scherlis (1998) comentan que el que una típica relación formada a través del uso del internet pueda convertirse en una que cuente con características de relaciones tradicionales típicas, tal como lo es lo fuerte del lazo establecido entre los individuos, no es una cuestión que haya sido respondida anteriormente; así como tampoco lo ha sido el hecho de que si una persona tiene relaciones en línea puede llegar a cambiar la cantidad o la calidad de sus participaciones sociales o no.

Del Moral, 2005 (citado en Caldevilla, 2010) realiza una clasificación de las redes sociales según el uso que le otorgan las personas que pasan su tiempo en ellas, en donde se pueden encontrar aquellas personas que las utilizan para reforzar el mantenimiento de amistades y establecer una comunicación constante con las mismas. Igualmente, menciona que algunas personas optan por la nueva creación de amistades a través de este medio, lo cual explica por qué estos sitios web fueron creados a partir de la teoría de los seis grados de separación.

También, otros individuos las utilizan netamente para el entretenimiento, ya sea mediante el conocimiento acerca de información sobre sus conocidos o por juegos que han sido creados con esta finalidad. Además, se tiene una porción de la población que usa las redes sociales para la gestión interna de organizaciones empresariales, ya sea para establecer contacto con personal de otras empresas o con la clientela de la misma a través de la publicidad y difusión de sus servicios o productos.

Por el contrario, Oliva (2012) define la existencia de cuatro tipos de redes sociales que aunque están conformadas con el objetivo general de poner en contacto a las personas, tienen objetivos específicos que son distintos entre ellos; siendo estos las redes sociales de carácter personal, en las cuales los individuos comparten información de sí mismos y pueden conocer acerca de la de los demás, las redes sociales profesionales que están diseñadas para la utilización por parte de las organizaciones empresariales, así como la redes sociales temáticas, en las que se comparte información acerca de un tema en específico y la redes sociales de escala local, las cuales son diseñadas por individuos de un país en particular basándose en las necesidades características de la población.

Soledad y Redes Sociales

Inicialmente, Morahan-Martin y Schumacher (2003) plantean, a través de la revisión de varios estudios relacionados con la soledad y el uso del internet, dos hipótesis opuestas que podrían darle una explicación a la relación entre ambos fenómenos: el uso excesivo del internet causa la soledad vs. los individuos que se sienten solos tienen más probabilidades de utilizar el internet de forma excesiva.

En el caso de la primera hipótesis mencionada, se propone que el uso del internet aísla a las personas del mundo real y los priva de la sensación de pertenencia y conexión con las personas del mundo real. Así, se dice que la soledad puede ser producida por el uso excesivo del internet, porque los usuarios pasan más tiempo en línea, invirtiendo tiempo en crear y mantener relaciones en línea, las cuales pueden describirse como artificiales y débiles, dejando de lado sus relaciones en la vida real. Un aspecto que pone en desventaja a las relaciones en esa situación es que el medio electrónico crea barreras entre los involucrados, aun cuando estos se conozcan fuera de éste, relacionándose en otros contextos.

En cambio, la hipótesis alternativa plantea que los individuos que experimentan el sentimiento de soledad están más propensos a ser consumidos por el internet, llevándolos a hacer uso del mismo excesivamente por las redes sociales extensas que proporciona el estar en línea y los patrones alterados de comunicación que se encuentran involucrados dentro de estas. Estos individuos quizás opten por diferentes actividades sociales interactivas en línea, debido a la posibilidad de encontrar un sentido de pertenencia, acompañamiento y las comunidades con las que cuentan. Del mismo modo, la interacción social es alterada en línea en formas que podrían ser particularmente atractivas para aquellos que se sienten solos.

Por otro lado, Moody (2001) se basó en lo planteado por Robert Weiss (1973) acerca de la clasificación de la soledad y encontró en su estudio que los individuos que

pasan más tiempo en línea se encuentran más propensos a tener altos niveles de soledad emocional y bajos niveles de soledad social. Entonces, llegó a la conclusión de que el impacto del internet en el bienestar emocional puede llegar a ser más complejo de lo que se creía y que no se puede ver de forma aislada, es decir, como un factor que tiene solo resultados positivos o, por el contrario, negativos.

Según sus conclusiones, las personas tienen bajos niveles de soledad social debido a que suelen acudir a la utilización del internet para establecer formas de comunicación con otros individuos en cualquier parte del mundo, ya sea a través de grupos de discusiones, correo electrónico y comunidades de internet, proporcionándoles también una forma de mantenerse en contacto con sus allegados y manteniendo un constante intercambio de información.

Del mismo modo, encontró que el uso excesivo del internet causa altos niveles de soledad emocional y puede dificultarle al individuo la expresión y manejo emocional. Por lo tanto, aunque el internet les permite a las personas el establecimiento de relaciones basadas en la comunicación y tener un contacto continuo con su mundo social, sigue teniendo efectos negativos en el bienestar psicológico de aquellos que lo utilizan de forma excesiva.

Igualmente, McKenna, Green y Gleason (2002) plantean una hipótesis en la que se propone que las personas que sienten que pueden expresar mejor su verdadero yo en el

internet de lo que pueden hacerlo en sus áreas de la vida que no se encuentran relacionadas con el internet tienen más probabilidades de formar relaciones cercanas con aquellos que conocen en línea. Entonces, concluyen lo siguiente:

Aquellos que son socialmente ansiosos y experimentan el sentimiento de soledad se encuentran más propensos a sentir que pueden expresar mejor su verdadero yo con otros en el internet, más que con aquellos que conocen fuera del mismo. Las relaciones cercanas que son formadas en línea tienden a integrarse en la vida social del individuo fuera del internet en una serie de etapas. Con cada paso del proceso, los individuos intercambian más del control que mantienen acerca de su lado de la interacción a cambio de mayor intimidad. (p. 28)

Esto se refiere a que algunas personas encuentran más fácil expresar sus pensamientos, ideas y emociones a través de la comunicación con aquellos que conocen en internet debido a que no establecen un contacto físico real, a diferencia con aquellos que conocen fuera del internet. Estas relaciones que los individuos establecen con otros por medio del internet se van incorporando en el desenvolvimiento de su vida cotidiana fuera de sus actividades comunes en línea, dejando de lado el dominio total que tienen acerca de las interacciones que se dan de su parte para poder tener una relación basada en la intimidad.

Por otra parte, un estudio realizado dentro de la investigación de la soledad y el optar por la utilización de las redes sociales sugiere que los niveles de depresión y soledad que una persona tiene pueden llegar a predecir el nivel de preferencia que tienen los mismos con respecto a la interacción social (Caplan, 2003).

Adultos Jóvenes

Acerca de los adultos jóvenes, Erikson (1968) plantea lo siguiente:

La integridad que se alcanza en este estado lo he llamado sentido de identidad interna. La persona joven, en orden de experimentar la integridad, debe sentir una continuidad progresiva entre lo que ha venido siendo durante los largos años de la infancia y lo que se ha prometido a si mismo ser en un futuro anticipado, entre lo que se ha convencido a si mismo que es y lo que percibe que otros ven en él o esperan de él. (p.87).

Básicamente al alcanzar este sentido de identidad se suma todo lo que se ha querido ser con lo que se ha visto obligado a ser, es decir los roles que ha tomado y lo que los demás piensan que es, para crear un concepto propio de identidad. Esta identidad es un producto único, que se tiene como resultado de toda esta unión, que integra autodefinición y aceptación, junto al establecimiento de los valores y creencias propios.

Por consiguiente, Erikson (1968) describe a la identidad como el “...sentimiento de estar en casa en nuestro propio cuerpo, una sensación de saber a dónde se está yendo” (p.165). Así, esta definición se relaciona con el encuentro consigo mismo, la aceptación y la comodidad con lo que se es y lo que se será en el futuro a raíz de esto, deduciendo la posición que toma uno frente al mundo y alcanzando también una sensación de bienestar.

Entonces, al presentar un sentido de identidad, el ser humano pasará ahora por ciertas crisis en sus diferentes etapas de desarrollo, que debe resolver. Cuando ya se tiene

claro quién se es, es más fácil relacionarse con otros y se suelen buscar relaciones honestas e íntimas en donde se pueda expresar el ser.

Bordignon (2005) realizó una síntesis sobre la teoría de desarrollo psicosocial de Erik Erikson (1968), la cual comenta que los jóvenes adultos, en una edad aproximada entre 20 a 30 años, se encuentra en lo que él llamó crisis o conflicto de intimidad versus aislamiento. Según esta teoría, las personas luego de alcanzar la identidad y madurez, entran en un estadio que se centra en la idea de integrar a su vida una persona querida, con quien se tenga una confianza mutua y se comportan fragmentos importantes de su día a día, como los momentos de ocio, sintiéndose listo para compartir este espacio personal con otro. Por ello, en esta etapa los adultos jóvenes suelen poner en acción todas sus energías con el fin de alcanzar el amor y vivirlo, contraponiéndose a la fuerza del desamor.

Por un lado, se debe mencionar que la intimidad logra la afiliación social en términos de amor, amistad o trabajo, ayudando a desarrollar igualmente una fuerza ética que permitirá que la fidelidad sea un componente dentro de estos lazos afectivos, representando un compromiso. Mientras que el aislamiento afectivo, que puede ser visto como un distanciamiento o una expresión de exclusividad, afecta el desarrollo de relaciones interpersonales y puede estar ligado a sentimientos de individualismo y egocentrismo, rozando los rasgos narcisistas.

Aun cuando lo ideal sería mantener un equilibrio entre estos dos factores, la intimidad y el aislamiento, el ser humano durante esta etapa de su desarrollo llamada adultez joven se encuentra en conflicto con ellos. Si la resolución de este conflicto recae en la intimidad, emerge el sentimiento de verdadero amor, dedicación y solidaridad por otros. Caer en el aislamiento afectivo, puede llevar a generar sentimientos de odio, tanto a los demás como a sí mismo.

Es importante mencionar a Carstensen (1995) con su concepto de que todas las interacciones sociales tienen fines distintos a través de los tiempos, es decir, que cambian dependiendo de la etapa en la que la persona se encuentre. La interacción social es una importante fuente de información para los jóvenes que tienen un gran futuro por delante de ellos y están enfocados en alcanzar sus metas a largo plazo. Si las relaciones sociales con diversas personas componen una gran fuente de información para los más jóvenes, la falta de esta interacción social podría considerarse un problema en el desenvolvimiento de estas personas durante lo largo de su vida. Por ello, el tamaño de la red de relaciones interpersonales, además de poder originar consecuencias positivas y negativas en general, puede llegar a ser un factor determinante dentro del mundo de la soledad social.

En cambio, cuando hablamos de la soledad emocional en los adultos jóvenes, estos que podrían no haber tenido una relación romántica seria o que aún no han deseado esa conexión de intimidad, podrían evitar fácilmente dicha soledad con una relación de amistad muy cercana, hasta que sus deseos y necesidades le exijan otro tipo de relación íntima.

Por otro lado, Levinson (1978) describió a la etapa entre los 17 y los 33 años como la fase novicia del desarrollo, reconociendo que ésta se encuentra enfocada en la confusa tarea de entrar en el mundo adulto, para lo que se debe construir una estructura de vida estable. Según este autor, la experiencia de las personas que se encuentran transitando por esta fase es inestable, ya que presentan muchos cambios y tratan de descubrir qué hacer ante las posibilidades que se le presentan en el amor y el trabajo.

Asimismo, Subrahmanyam, Reich, Waechter y Espinoza (2008) plantean que los adultos emergentes enfrentan una importante tarea del desarrollo que se basa en el establecimiento de relaciones íntimas a partir de la formación y mantenimiento de las interconexiones que han establecido con otras personas en sus vidas. A partir de esto, observaron que los adultos jóvenes utilizan las redes sociales para compartir con los demás acerca de sus actividades cotidianas, particularmente aquellos que han conocido sin estar en línea, siendo estas personas las que los adultos emergentes prefieren añadir a sus redes sociales; aludiendo que este contacto a través del internet, no tenía ningún impacto sobre el desenvolvimiento de su relación íntima.

Antecedentes de la Investigación

A continuación, se exponen una serie de investigaciones relacionadas con la soledad y el uso del internet que sirven como referencia para la presente investigación.

Moody (2001) presentó *Uso de Internet y su Relación con la Soledad*, un estudio cuantitativo que se realizó con el propósito de examinar la relación entre la teoría bimodal de la soledad de Robert Weiss y el uso de Internet, empleando 16 preguntas para estimar el tiempo que se pasa en Internet y la frecuencia con que se comunican mediante medios computarizados, junto a la Escala de Soledad Social y Emocional Para Adultos (SELSA), la cual posee un Alfa de Cronbach de 0.92, indicando esto que es confiable, además de 12 preguntas para determinar que tan grande es la red social de los participantes, tanto en internet como cara a cara, y la Subescala de Ansiedad Social de la Escala de Autoconciencia, ya que ésta mide la incomodidad ante la presencia de otros, teniendo un Alfa de Cronbach de 0.79, lo que indica que es confiable.

Los participantes de este estudio fueron 166 estudiantes, 47 hombres y 119 mujeres, con una edad promedio de 19.2 años, inscritos en psicología social o clases introductorias de psicología en una universidad de artes liberales. Los datos resultantes del estudio fueron analizados de manera estadística, a través de una correlación de Spearman, arrojando como conclusión que los niveles bajos de soledad emocional y social se relacionaban con altos grados de redes de amigos cara a cara, mientras que los niveles altos de uso de Internet se encontraron asociados con bajos niveles de soledad social y altos niveles de soledad emocional.

También, Dittmann (2002) realizó un estudio con el objetivo de conocer la relación entre la Soledad y el uso del Internet entre estudiantes universitarios mediante un estudio

cuantitativo a través de la aplicación de la Escala de Soledad de UCLA (Versión 3) que posee un Alfa de Cronbach de 0.92, presentando una validez adecuada; además de una Encuesta de Uso de Internet, creada por el investigador, a una muestra de 466 personas, 222 hombres y 244 mujeres, estudiantes de pregrado de la Universidad de Andrews seleccionados al azar, de los cuales un 73% se encontraba entre los 18 y los 22 años de edad, habitando en residencias, apartamentos universitarios y la comunidad.

Los resultados obtenidos fueron analizados de forma estadística a través de análisis correlacional y análisis de varianza, llegando a la conclusión de que el uso del internet no se encuentra relacionado a la soledad en los estudiantes de pregrado que hacen uso del mismo por menos de 40 horas a la semana. La mayoría de estos, perciben el internet como algo útil y un medio para el disfrute. Asimismo, se concluyó que la soledad es más frecuente en los estudiantes que utilizan el internet por más de 40 horas a la semana, además se puede encontrar más en aquellos que prefieren comunicarse a través del internet a las interacciones cara a cara o las llamadas telefónicas.

Asimismo, Morahan-Matin y Schumacher (2003) estudiaron la Soledad y los usos sociales del Internet, el cual tiene como objetivo comparar el uso del Internet de las personas que se sienten solas y las que no, además de como el uso del Internet afecta la interacción social, mediante un estudio cuantitativo en el que se aplicó un cuestionario que incluye preguntas acerca del género, edad y año de estudio de los participantes, un cuestionario sobre las Razones para usar Internet, la Escala de Comportamientos en el

Internet, la Escala de Soledad de la UCLA, que tiene una adecuada validez y confiabilidad, presentando un Alfa de Cronbach de 0.92, y entrevistas sobre tiempo de uso del Internet a la semana, a 277 estudiantes de pregrado en cursos que requerían uso de internet, 150 hombres y 127 mujeres, con una edad promedio de 20 años y experiencia en Internet.

Los datos obtenidos fueron analizados estadísticamente mediante un análisis multivariante de varianza (MANOVA). A través de este estudio, se concluyó que existe una diferencia marcada entre como hacen uso del Internet socialmente las personas que se sienten solas y las que no.

Se encontró que las personas que se sienten solas pasan más horas a la semana en línea que las personas que no lo hacen, asimismo, las personas que se sienten solas son más propensas a usar el Internet para encontrar apoyo emocional, crear amistades en línea e interactuar con personas con intereses similares, prefiriendo la comunicación en línea a la comunicación cara a cara y haciendo uso del Internet para relajarse, perder el tiempo o cuando se sienten aislados, deprimidos o ansiosos. También, se pudo encontrar que el uso del Internet en la vida real de estas personas, causaba interferencias en sus actividades sociales o en el trabajo.

Del mismo modo, Caplan (2003) realizó un estudio llamado Preferencia por la Interacción Social en línea, que tenía como propósito rechazar o no la hipótesis de que los individuos deprimidos y que se sienten solos pueden desarrollar una preferencia por la

interacción social en línea, la cual conlleva a resultados negativos asociados con su uso del internet, mediante un estudio cuantitativo, en el cual se utilizó la Escala Generalizada del Uso Problemático de Internet (GPIUS), que posee un alfa de Cronbach entre 0.80 y 0.85, teniendo una validez adecuada, así como también se utilizó el Inventario de Depresión de Beck II, cuyo Alfa de Cronbach es de 0.90, lo que señala una confiabilidad y validez adecuada y la Escala de Soledad de la UCLA, con un alfa de Cronbach de 0.86 que indica confiabilidad y validez adecuada.

Los participantes de esta muestra fueron 386 estudiantes, siendo 270 mujeres y 116 hombres, entre las edades de 18 a 57 años, en donde la mitad de los participantes fueron reclutados de un curso introductorio de comunicación, en el cual se les sugirió que trajeran a una persona fuera de la clase para que participara. Los datos que se obtuvieron luego de la aplicación fueron analizados estadísticamente a través de un análisis multivariante de varianza (MANOVA), siendo los resultados que existe una relación significativa entre la salud psicosocial y la preferencia por la interacción social en línea, mientras que los niveles de depresión y soledad de los individuos predicen la misma; indicando igualmente que la preferencia por la interacción social en línea predispone a los individuos a desarrollar otros síntomas de uso problemático del internet.

Siguiendo este mismo orden de ideas, Ozgur, Demiralay y Demiralay (2014) en su estudio llamado Exploración del uso problemático de Internet y Soledad entre estudiantes de educación a distancia, plantearon como objetivo investigar la relación que tiene el uso

problemático del Internet y los niveles de soledad, a través de un estudio cuantitativo, en el que se empleó la Escala del Uso Problemático de Internet (PIUS), presentando un Alfa de Cronbach de 0.92, lo cual indica que tiene una adecuada validez y confiabilidad, junto a la Escala de Soledad de la UCLA, con un Alfa de Cronbach de 0.88, lo que determina que ésta es confiable y válida, aplicándose a 311 estudiantes de educación a distancia que cursaban el semestre de otoño en Tunca Vocational School de la Universidad de Trakya durante el año académico de 2012-2013, siendo 218 hombres y 93 mujeres.

El análisis de los datos resultantes de este estudio fue llevado a cabo a través de la estadística descriptiva, un t test y el análisis de varianza de un único factor (ANOVA). Estos señalan que existe una relación significativa entre el nivel de soledad y el nivel del uso problemático del internet, además de que la soledad es un pronosticador de este último; también que los individuos con vidas sociales problemáticas se pueden expresar de forma más libre en el mundo virtual, comunicarse mejor con otras personas y gradualmente convertirse en personas más aisladas y solas. Asimismo, se encontró que el uso problemático de internet por parte de los estudiantes está conectado con la búsqueda de aliviar sus problemas de la vida diaria, estableciendo relaciones sociales, viendo vídeos o imágenes, jugando juegos y pasar tiempo en actividades de entretenimiento sin ninguna restricción.

Por otro lado, Hood, Creed y Mills (2016) llevaron a cabo una investigación llamada Soledad y Amistades En Línea en Adultos Emergentes, cuyo objetivo fue analizar

la relación entre la soledad, los motivos interpersonales para el uso del Internet, la comunicación en línea y las amistades en las redes sociales, a través de un estudio cuantitativo en el que se le aplicó la Escala de Soledad Social y Emocional Para Adultos (SELSA) con un Alfa de Cronbach entre 0.92 a 0.93, el cual indica que la escala es confiable y una validez adecuada basada en el análisis factorial y asociaciones con otras escalas de soledad, además de una escala acerca de los motivos de Uso del Internet con ítems extraídos de otros instrumentos y reportes sobre la cantidad de horas a la semana de uso de internet y el número de amigos en redes sociales, a 149 estudiantes del primer año de Psicología, 120 mujeres y 28 hombres, cuyas edades iban de 17 a 25 años, tenían un perfil activo en redes sociales y vivían con sus padres, compañeros de casa, amigos, parejas románticas, parientes o hijos.

Estos resultados fueron analizados de forma estadística, concluyendo que la soledad en adultos emergentes está relacionada con las amistades en línea, específicamente en redes sociales como Facebook. La soledad no se encontraba directamente relacionada con el número de nuevas amistades que se formaron exclusivamente en línea o el número total de amigos en las redes sociales. Sin embargo, se encontró una relación indirecta con estas amistades en línea a través de las diferencias individuales que se pueden encontrar en los motivos del uso de Internet.

Se observaron diferentes relaciones que varían de acuerdo al tipo de soledad. La soledad social se encontró relacionada de manera significativa con el uso del internet por

compensación social y un mayor total de amistades en línea con este motivo, relacionándose la soledad con la necesidad de utilizar el internet para compensar las dificultades al hablar cara a cara. La soledad romántica se encontró relacionada de igual manera con el total de amigos en las redes sociales a través del motivo de compensación social. Se descubrió que las personas con soledad romántica están más interesadas en crear nuevas amistades en línea, lo que los hace pasar más tiempo comunicándose en línea y tener una mayor cantidad de amigos en las redes sociales. A pesar de esto, la soledad familiar no se encontró relacionada al uso del Internet para crear amistades en línea o por compensación social.

Los resultados obtenidos en los estudios señalados anteriormente ofrecen datos informativos sobre la soledad, la comunicación en línea y el uso de las redes sociales provenientes de diferentes muestras de individuos, los cuales proporcionan una base esencial para una mejor comprensión del fenómeno que se pretende abordar en esta investigación.

CAPÍTULO III

ASPECTOS METODOLÓGICOS

Fundamentos Epistemológicos

En esta investigación se ha utilizado el paradigma interpretativo, el cual se caracteriza por un estudio por parte del investigador acerca de la forma de interpretar la realidad por parte de los actores sociales, que determina el significado que se le otorga a las cosas, implicando así un estudio basado principalmente en el punto de vista de dichos actores sociales, haciendo énfasis en la comprensión de esta perspectiva. Esto implica concederle importancia al aspecto subjetivo de la realidad.

Cuando se habla del contexto metodológico de este paradigma, se refiere a un proceso en el que el investigador no toma distancia de la realidad que se estudia, sino que más bien se involucra en esta misma, para poder tener una mejor comprensión e interpretación de ella desde las diversas perspectivas, utilizando la comunicación como medio principal (Krause, 1995).

De este paradigma interpretativo se ha derivado la metodología cualitativa, que se define como:

Estudio de un todo integrado que forma o constituye primordialmente una unidad de análisis y que hace que algo sea lo que es: una persona, una unidad

étnica, social, empresarial, un producto determinado, etc.; aunque también cabe la posibilidad de estudiarse una cualidad específica, siempre que se tenga en cuenta los nexos y las relaciones que tiene con el todo, los cuales contribuyen a darle su significación propia (Martínez, 2004, p. 66).

Esto quiere decir que esta metodología estudia la realidad a profundidad, tomando en cuenta el todo que lo compone y los aspectos específicos en relación al todo.

Según Krause (1995), cuando se habla de metodología cualitativa se refiere a procedimientos que hacen posible la construcción de conocimiento, la cual tiene lugar a través de conceptos y relaciones entre conceptos. Este conocimiento que se construye debe tener coherencia interna, es decir, debe ser comprensible y reducir la complejidad. Así que, siendo la metodología una forma de ver y abordar los problemas y las respuestas que se plantean, en este caso, la metodología cualitativa nos permite enfocarlos desde la reducción de complejidad y el establecimiento de relaciones entre todo tipo de conceptos, los cuales nos permitirán describir características o cualidades del fenómeno que se estudia.

Se han planteado unas características generales de la metodología cualitativa, entre ellas se encuentran:

1. Es inductiva.
2. Tiene una perspectiva holística (percibe a la persona como un todo).
3. Existen efectos del investigador sobre las personas.

4. Intenta comprender a las personas dentro del marco de referencia de ellas mismas.
5. El investigador aparta sus propias creencias; no obstante, éstas son un punto de referencia para interpretar la realidad que está estudiando.
6. Todas las perspectivas son valiosas.
7. Se considera que es más de corte humanista.
8. Se da un énfasis en la validez de la investigación, próxima al mundo empírico.
9. Para este enfoque, todos los escenarios y las personas son dignos de estudio.
10. La investigación cualitativa es un arte.
11. Puede aplicarse a estudios en el ámbito micro, ya que profundiza más en la situación.
12. Señala los aspectos y discrepancias.
13. Se orienta más a lo que es significativo, relevante y consciente para los participantes.
14. Se utiliza en diferentes disciplinas, que van desde la Educación, la Sociología, la Antropología, la Psicología, entre otras.
15. Estudia la organización social y cultural de un grupo.
16. Es adecuada para el análisis de fenómenos complejos. (Balcázar, González, Gurrola y Moysén, 2006, p. 22-23).

Características que se relacionan tanto con el procedimiento de la investigación desde la recolección de información hasta el análisis de los resultados, como con los factores

asociados a esta, siendo uno de estos el punto de vista con el que se va abordar el objeto de estudio y la actuación del investigador en todo este proceso.

Dentro de estas características, puede verse establecido que los investigadores toman sus conocimientos previos sobre el fenómeno a estudiar como una información preliminar, ya que estarán dispuestos a ir más allá de estos y transformar la totalidad de los datos obtenidos en algo totalmente nuevo para ellos. El carácter holístico de esta metodología exige que no se reduzca a fenómeno, la experiencia de soledad y uso de las redes sociales en este caso, a una simple variable a estudiar, sino que éste debe ser visto como un todo y la comprensión de la realidad planteada por los informantes con respecto al fenómeno deberá realizarse dentro del marco de referencia de estos mismos. No se cumplen con parámetros de control, sino que se actúa de forma natural al interactuar con los informantes.

Martínez (2004) comenta además que la metodología cualitativa no suele estar orientada hacia el planteamiento de un problema específico, estando en cambio enfocada en un área problemática, la cual es más extensa y amplia, y en la que se pueden hallar una serie de problemas entrelazados, es decir, no se observa dentro de esta área problemática un solo problema, sino muchos de ellos que aparecen a lo largo de la investigación. El autor afirma que orientar la investigación hacia un solo problema, cerraría el mundo de posibilidades que se dan dentro de las realidades humanas, las cuales son realidades complejas.

Además, la metodología cualitativa trabaja con la inducción, según Martínez (2004) es “un método mediante el cual llegamos a un punto en el que podemos intuir o percibir la esencia, la forma, o la verdadera naturaleza de las cosas, que encierra lo universal” (p. 73). El punto clave de esta orientación inductiva es la posible generalización de datos obtenidos de los informantes, debido a la recolección de lo esencial, lo inherente al fenómeno estudiado y su desarrollo, tomando en cuenta que lo general se da en lo particular. También, ha sido comentado que en la metodología cualitativa no se trabaja con una hipótesis que se ansia verificar, ya que se debe tener apertura a todas las hipótesis que puedan aparecer repentinamente durante la investigación, haciendo del campo de investigación un espacio más amplio, sin tantas limitaciones.

En el caso de la experiencia de soledad y uso de redes sociales, área en donde se centra el interés de esta investigación, se ha intentado descubrir y describir la experiencia de los informantes con estos mismos, dentro de una rutina de constante uso de las redes sociales a diario. Este estudio se realizó desde la metodología cualitativa en busca de la comprensión de la experiencia de soledad y uso de redes sociales desde las perspectivas de varias personas, tomando estos fenómenos como un todo, en el cual se encuentra mucho más de lo que podría esperarse. Aun cuando se usaron antecedentes y un marco teórico como referencia o conocimiento preliminar, se describió a la soledad finalmente en base a los datos obtenidos.

Para esta investigación, se escogió la tradición fenomenológica, la cual se rige como plantea Martínez (2004) bajo la premisa de que “la fenomenología es el estudio de los fenómenos tal como son experimentados vividos y percibidos por el hombre” (p. 137). La fenomenología estudia la realidad desde la vivencia y percepción de las personas, la cual puede decirse que es interna y única en cada ser humano. El método fenomenológico nos permite estudiar la realidad desde su esencia, sin destruir su naturaleza mediante el análisis y descripción de los contenidos de la conciencia con un carácter científico.

Elección de Informantes claves

Durante esta investigación, los informantes tuvieron un rol importante, siendo esto “las personas que participan otorgando información para la investigación” (p.131). Estas personas brindaron información de manera voluntaria, información necesaria para la investigación debido a los conocimientos que estas poseen, además de sus experiencias y opiniones sobre el fenómeno estudiado.

Según García (1994), el informante es “...un ser humano, no un organismo que responde a la manera pavloviana a un estímulo externo; es una persona que da sentido y significado a la realidad”. (p.370). Es aquí en donde se muestra el rol del investigador como persona también, ya que el intercambio entre estas dos personas, informante e investigador, genera datos que ayudan a la comprensión de un problema, desde la exposición de la perspectiva de realidad del informante y la interpretación de esta misma por parte del investigador.

Con base al rol del informante dentro de la investigación cualitativa y a los objetivos que se plantearon para esta investigación, se eligieron 3 informantes, 1 hombre y 2 mujeres, siendo el hombre de 20 años de edad, y las mujeres de 22 y 20 años de edad respectivamente, que cumplieran con las siguientes características:

- Personas entre 20 y 25 años.
- Utilizar las redes sociales.
- Disposición a formar parte de la investigación como informante.

Técnica de Recolección de la Información

La técnica de recolección de la información utilizada fue la entrevista a profundidad, definida por Taylor y Bogdan (1994) como: “reiterados encuentros cara a cara entre el investigador y los informantes, encuentros éstos dirigidos hacia la comprensión de las perspectivas que tienen los informantes respecto de sus vidas, experiencias o situaciones, tal como las expresan con sus propias palabras” (p.101). Básicamente, la entrevista a profundidad es una técnica comúnmente utilizada por los científicos sociales, debido a su carácter flexible y dinámico, que permite comprender la información desde la perspectiva de los informantes, los cuales la plasman en palabras.

Según Taylor y Bogdan (1994), las entrevistas a profundidad son adecuadas cuando los intereses de la investigación están relativamente claros y definidos, los escenarios o las personas no son accesibles de otro modo, se poseen límites de tiempo, la investigación depende de una amplia gama de escenarios o personas y cuando se quiere conocer a la experiencia humana desde su esencia subjetiva.

También, Taylor y Bogdan (1994), señalan el proceso de la entrevista a profundidad, el cual comienza con el diseño de la investigación y la selección de informantes, con respecto a la cual no se conoce el número ni las características personales de los informantes al principio, sino que más bien se tiene una idea general de cómo serían sus entrevistas. Una de las formas más fáciles de encontrar informantes es la “bola de nieve”, técnica que consiste en conocer informantes que presenten a otros de ellos. Sin embargo, se pueden conseguir informantes a través de contactos personales o adentrándose en la comunidad de personas que se asocian al tema. Es importante que los informantes tengan disponibilidad para la entrevista, su voluntad y capacidad para hablar de sus experiencias y sentimientos.

En esta investigación, se eligió escoger los informantes dentro de la comunidad de personas asociadas al tema, es decir, se optó por adentrarse en las redes sociales para seleccionar a personas que utilicen las redes sociales diariamente. Después, se realizó lo llamado la aproximación a los informantes, la cual se llevó a cabo poco a poco, se realizaron encuentros iniciales para conocer a los informantes y comenzar una agenda de entrevistas, que fueron pautadas de la manera más natural posible.

En esta etapa de la investigación, se plantearon ciertos elementos, como los motivos e intenciones del investigador, basadas en los propósitos de la investigación, como el aporte de conocimientos, asimismo, informando sobre el anonimato y la utilización de seudónimos, además, se estableció que se realizaría una única sesión, añadiendo que otra sesión podía ser realizada en caso de necesitar recolectar más información, junto a las

condiciones de horario y fecha para estas entrevistas, tomando como lugar de entrevista las viviendas de los informantes.

Luego, en el comienzo de la entrevista, se realizaron preguntas para crear el clima adecuado para la interacción. El investigador dentro de la entrevista a profundidad avanzó lentamente primero, intentando establecer rapport empleando preguntas no directivas, aprendiendo de este modo hacia dónde dirigir las preguntas de la entrevista y cómo hacerlo. Poco a poco, se fueron implementando preguntas generales para abrir el tema, dirigiendo luego las preguntas directivas, consiguiendo que el informante hable de su experiencia de manera desestructurada, debido a que la conversación de la entrevista cualitativa a profundidad no posee un carácter rígidamente formal, sino que representa una conversación entre iguales.

Además, Taylor y Bogdan (1994) señalan que existen diversas formas de guiar estas entrevistas, ya sea con preguntas descriptivas, relatos solicitados, las entrevistas con cuaderno de bitácora y la utilización de documentos personales antes de la entrevista. También, es posible realizar una guía de la entrevista, que no exige estructuración, sino que recopila en una lista, las áreas generales que cubrir con cada informante, evitando la omisión de información importante para la investigación. Para la presente investigación, se utilizaron preguntas para generar respuestas con un contenido descriptivo y amplio asociadas a los fenómenos que se estudian y la experiencia de los informantes (Ver anexo B).

Asimismo, durante la situación de entrevista, se cumplieron con ciertas condiciones, entre ellas, la escucha activa por parte de los investigadores y la muestra de interés hacia la experiencia del informante, la omisión de opiniones propias o juicios, no presionar con respecto al tiempo o la información, y por supuesto, recordar la confidencialidad y el propósito de la investigación.

Al momento del cierre, "...se elabora un pequeño resumen para asegurarse que se han tratado los temas deseados con suficiente profundidad" (Balcázar, González, Gurrola y Moysén, 2006, p. 75), esto se aplicó en esta investigación, permitiendo sintetizar la información y llenar los vacíos dentro de esta, junto al entrevistado, el cual en este momento puede determinar si hemos entendido sus ideas correctamente. El paso final al que llegamos fue el agradecer al informante por su colaboración en la investigación, recordando una última vez la confidencialidad que la acompaña y confirmando que las entrevistas han finalizado. Como resultado de todo este recorrido, se completó la realización de 3 entrevistas a partir de unas preguntas generadoras (Anexo B) por parte de ambas investigadoras, teniendo una duración de 44, 46 y 40 minutos respectivamente.

Técnica de Registro y Transcripción de la Información

Para llevar a cabo el registro de la información obtenida durante las entrevistas realizadas se utilizó un teléfono celular marca "Samsung Galaxy Duos GT-S7562" para grabar las respuestas manifestadas a las preguntas efectuadas, con previa autorización por parte de los informantes claves, realizando luego la transcripción de lo grabado respetando

el discurso narrativo de cada uno de ellos, es decir, de manera descriptiva a través de una computadora usando un formato Word.

Método de Interpretación de la Información

En esta investigación se utilizó el método de la hermenéutica, debido a que se busca la interpretación acerca de la información que fue obtenida, y esta palabra en particular proviene del verbo griego *hermeneuein* siendo definida como el arte de interpretar. Dilthey, 1900 (citado en Martínez, 2004) plantea que la hermenéutica es “el proceso por medio del cual conocemos la vida psíquica con la ayuda de signos sensibles que son su manifestación” (p. 102).

Por consiguiente, la hermenéutica es indispensable e imprescindible para la buena interpretación del comportamiento humano y todo lo que éste implica, ya que puede prestarse a diferentes interpretaciones, conservando la singularidad de las conexiones que mantiene con la vida cultural y social del individuo. Entonces, se puede decir que este método no solo abarca la interpretación de las palabras escritas sino de toda expresión humana.

De acuerdo con Hurtado y Toro (1999), la hermenéutica conlleva las siguientes características:

1. Parte de que el ser humano es, por naturaleza, interpretativo.
2. Afirma que no hay método científico, sino que toda información hay que interpretarla. El discurso hermenéutico no puede formalizarse.

3. Debido a que siempre arribarán nuevas interpretaciones, no hay una última interpretación; el círculo hermenéutico es infinito.
4. El método hermenéutico es deconstructivo, ya que, a partir de esta deconstrucción, puede empezar a reconstruir la vida de manera distinta. (p.157).

De esta manera, el investigador debió realizar un trabajo que cumpla con las características mencionadas con anterioridad para poder llevar a cabo una interpretación adecuada de la información recogida en el estudio. También, según Gadamer (1988) se debe cumplir con unas fases que conforman el círculo hermenéutico, que incluye de forma primordial la disposición que tiene el investigador al momento de interpretar la información y la rigurosidad metodológica que requiere:

- La comprensión: Este es el paso inicial del círculo hermenéutico en el cual se va comprendiendo del todo a las partes y de las partes al todo; comprensión de las ideas que surge en función de las diversas fuentes históricas existentes desde el origen de la vida humana que han sido comprobadas a lo largo de la misma y una comparación de éstas con los textos que pretenden explicar de forma teórica los mismos.
- La interpretación: Esta abarca principalmente lo que desea alcanzar el intérprete, en este caso, el investigador y lo que de forma objetiva expresa el texto o el comportamiento humano que está estudiando. Gadamer (1988) menciona que el intérprete se encuentra en una subjetividad razonablemente crítica, en la que a

pesar de que debe referirse a lo que en realidad quiere decir el interlocutor, debe hacerlo de tal forma que su opinión valga de forma necesaria.

- La aplicación: Para este autor, este es un momento del proceso hermenéutico que es esencial e integral al igual que los anteriores, en el que, partiendo desde la comprensión del fenómeno en cuestión basado tanto en perspectivas teóricas como en las fuentes históricas, se puede alcanzar una nueva construcción teórica.

Dentro del círculo hermenéutico que se ha descrito, Gadamer (1988) también señala que existen tres niveles de análisis al momento de la interpretación que son el formal, siendo el que se dirige hacia el orden de la narración, así como la utilización de palabras específicas; el análisis semántico que se trata de enfocarse en la estructura tanto superficial como lo elemental, en busca de significados ocultos y el análisis socio-cultural en el cual se toma en cuenta las condiciones socio-culturales en las que fue emitida la información.

Descripción del Proceso de Categorización

Según Romero (2005) la categorización se refiere a las diferentes alternativas en las que se pueden clasificar o conceptualizar términos que tienen significados parecidos o que se relacionan entre sí, surgidos de los datos recogidos durante la investigación, con el fin de poder analizar e interpretar la información. Dentro de estas clasificaciones, surgen otras unidades más pequeñas llamadas subcategorías, que son las que se encargan de aclarar y profundizar la categoría principal.

Martínez (2004) refiere que existen una serie de pasos para que se dé el proceso de categorización de forma adecuada, los cuales se han cumplido en esta investigación, siendo los siguientes:

1. Transcribir la información protocolar: ésta debe ser manejada de forma adecuada al momento de la transcripción, luego de una revisión completa, de tal forma que se tenga un mejor entendimiento de la misma.
2. Dividir los contenidos que se presentan dentro de la información en porciones o unidades temáticas.
3. Categorizar, lo cual quiere decir que se deben clasificar a partir de las ideas centrales que plantean las unidades temáticas que fueron creadas en la división anterior de los contenidos. Algunos autores sugieren que deberían utilizarse las categorías ya existentes con referencia al tema, pero lo adecuado sería que se creen unas nuevas que le permitan un mejor análisis de la información, siendo mucho más incluyente de todos los detalles recogidos; siempre teniendo presente que el número de categorías puede variar dependiendo de la investigación que se está realizando.
4. A partir de las características particulares que tienen las categorías creadas con anterioridad, se tienen que crear subcategorías que clarifiquen la definición de cada una de ellas.
5. Existirán algunas de estas categorías que pueden agruparse en una sola, siendo este el siguiente paso a llevarse a cabo ya que es mucho más general y facilita aún más la comprensión del fenómeno estudiado.
6. Se agruparán las categorías de acuerdo con su naturaleza y contenido.

7. Si es necesario en función de los datos y de las categorías, se realizará un despliegue de estos en una matriz que dará a conocer información de forma mucho más específica.

A partir de la realización de estos pasos, se llevó a cabo un acomodo de los datos recogidos durante las entrevistas para poder formar categorías y subcategorías que pudieran abarcar toda la información de forma completa, relacionándola con la teoría que fue revisada para la investigación.

Descripción del Proceso de Triangulación

Arias (2000) plantea que la triangulación es “el uso de múltiples métodos en el estudio de un mismo objeto” (p. 15). Entonces, se dice que este proceso implica la utilización de varios métodos para poder abordar al mismo fenómeno de estudio de una forma mucho más deseable, a partir de dos o más teorías, fuentes de datos o métodos de investigación (Denzin, 1990 en Arias 2000). Tal como plantea Donolo (2009), para poder realizar la triangulación se debe requerir de tiempo, conocimiento y recursos para poder interpretar los distintos resultados que pueden ser obtenidos acerca del mismo fenómeno, ya que pueden llegar a ser contradictorios.

Existen diferentes tipos de triangulación que se pueden utilizar al momento de llevar a cabo este proceso, como lo es la triangulación metodológica que es en la cual se utilizan dos o más métodos de investigación, la triangulación de datos que se refiere a aquella en la que se utilizan distintas fuentes de datos (tiempo, espacio y persona), también la triangulación teórica en donde se toman en cuenta distintas posiciones o hipótesis rivales

acerca del mismo fenómeno para poder evaluarlo; por último, la triangulación de expertos que es aquella en la que se emplean múltiples observadores que sean personas bien preparadas para interpretar el mismo fenómeno, eliminándose así el sesgo potencial de una sola persona ya que cada uno tiene una experiencia distinta en cuanto al mismo, llegando así a una buena confiabilidad en las observaciones (Denzin, 1989 en Arias, 2000).

En esta investigación se utilizó la triangulación de expertos para poder tener diferentes posiciones interdisciplinarias acerca del fenómeno en cuestión y reducir de manera significativa los sesgos que se pudieran dar por parte de las investigadoras. Los expertos que participaron en este estudio fueron los siguientes: Carlos Puche, Psicólogo Clínico; Leonardo Prieto, Psicólogo Clínico y Sexólogo y Grecia Olivares, Psicólogo Clínico especialista en Psicología Hospitalaria y de la Salud.

Descripción del Proceso de Graficación

Como afirman Sandoval y Lupo (2007), la graficación es un recurso técnico de gran ayuda al momento de la realización de una investigación, en el cual, mediante un desarrollo conceptual, se diagrama la información obtenida en esquemas y flechas luego de la categorización y la triangulación, logrando correlacionar la información para poder observar en su totalidad cada detalle específico de las categorías y subcategorías formadas con anterioridad acerca del fenómeno estudiado.

Del mismo modo Martínez, 2002 (citado en González, 2016) plantea que los elementos de la información recogida acerca de la historia del sujeto se entrelazan para

poder comprender de manera completa y clara la complejidad que abarca el fenómeno de estudio. En esta investigación, se realizaron seis gráficos utilizando esquemas y flechas, que colaboraron con la comprensión y la interpretación adecuada de la información que fue recabada en la misma.

Características de las Investigadoras

Las investigadoras encargadas de este estudio fueron Karlen González, de 21 años de edad, y Jelismar Ramírez, de 19 años de edad, nacidas en Maracaibo; siendo ambas estudiantes del décimo trimestre de Psicología en la Universidad Rafael Urdaneta.

Como estudiantes de Psicología y jóvenes, ambas nos interesamos por un fenómeno poco estudiado como lo es la experiencia de soledad, la cual es realmente común en los adultos jóvenes, que actualmente se ven inmersos en el mundo de la tecnología y las redes sociales. El interés de ambas se encuentra orientado hacia la experiencia de soledad desde la perspectiva de estos adultos jóvenes, que construyen su realidad en base tanto a las experiencias de la vida como a sus características personales, adultos jóvenes que se encuentran dentro de nuestro propio contexto social y que merecen la comprensión de sus vivencias por parte de otras personas.

Consideraciones Éticas

La realización de esta investigación fue regida por los criterios éticos que se encuentran planteados en el Código de Ética del Psicólogo que fue elaborado por la Federación de Psicólogos Venezolana en el año 1981, en el cual se hizo un estudio

completo de los artículos para poder referir aquellos que se tomaron en cuenta para la misma:

Esta investigación fue llevada a cabo a partir de los más elevados principios éticos y morales que implica la psicología, tal como lo plantea el artículo 54 del código de ética del Psicólogo. Además, en el artículo 58, se plantea que toda investigación, sea individual o grupal, se debe regir por las normas éticas relacionadas con la investigación planteada en el mismo código.

Del mismo modo, los investigadores les proporcionaron la información suficiente a los informantes claves acerca de la realización del estudio y los objetivos del mismo, poniendo a su consideración plena si deseaban aceptar o rechazar su condición como sujeto de experimentación, de acuerdo a lo que reza el artículo 57 del mismo código. Asimismo, se les ha dado a los informantes la facultad de poder suspender la experimentación si lo desean, y se le ha informado acerca de la naturaleza de la investigación.

También, debido a que según el artículo 60 el investigador deberá garantizar el anonimato de las respuestas de los sujetos sometidos a investigaciones para evitar cualquier daño moral a los mismos, esto fue un paso primordial al momento del análisis e interpretación de la información recogida.

Asimismo, se interpretó la misma evitando toda exageración, sensacionalismo, superficialidad e información prematura sobre los progresos recientes, sino más bien

tomando en cuenta la modestia y la discreción que debe caracterizar al profesional psicología, que es lo planteado en el artículo 66 del código de ética.

DERECHOS RESERVADOS

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS DE CONTENIDO

Análisis Descriptivo

Este capítulo tiene como finalidad realizar una revisión a profundidad de la información que fue recogida a través de las entrevistas e interpretada por medio de la hermenéutica, para poder alcanzar la formulación de una explicación teórica en referencia al propósito de esta investigación, el cual busca la comprensión de la experiencia de soledad y el uso de redes sociales en adultos jóvenes.

A partir de la exploración de los resultados obtenidos en dichas entrevistas, siendo estos proporcionados por tres informantes claves, se ha podido lograr un acercamiento al fenómeno que se planteó estudiar, integrando así la información en cuatro grandes categorías, las cuales han sido desglosadas posteriormente en diversas subcategorías.

Entonces, se presenta la primera categoría llamada “Soledad”, la cual hace referencia a la experiencia de soledad basada en la definición del fenómeno que fue construida por los informantes, incluyendo elementos relacionados con la misma, los cuales se han sintetizado en cuatro subcategorías: Emociones/percepciones asociadas con soledad, ¿Qué hago cuando me siento solo?, factores influyentes en la experiencia de soledad y colocarse en soledad.

Otra categoría que se ha ubicado es “Relación con el otro”, en la que se plasma la descripción de las características que se encuentran presentes en las relaciones interpersonales que poseen los informantes y aquellas que se esperan hallar para establecer otras relaciones. Las siete subcategorías que la componen son: Dificultad para expresar sentimientos, sentido de pertenencia, búsqueda de personas similares, carga emocional dentro de la vinculación, expectativas que cumplir por parte del otro, atribución de características al otro en las redes sociales y relación con un desconocido.

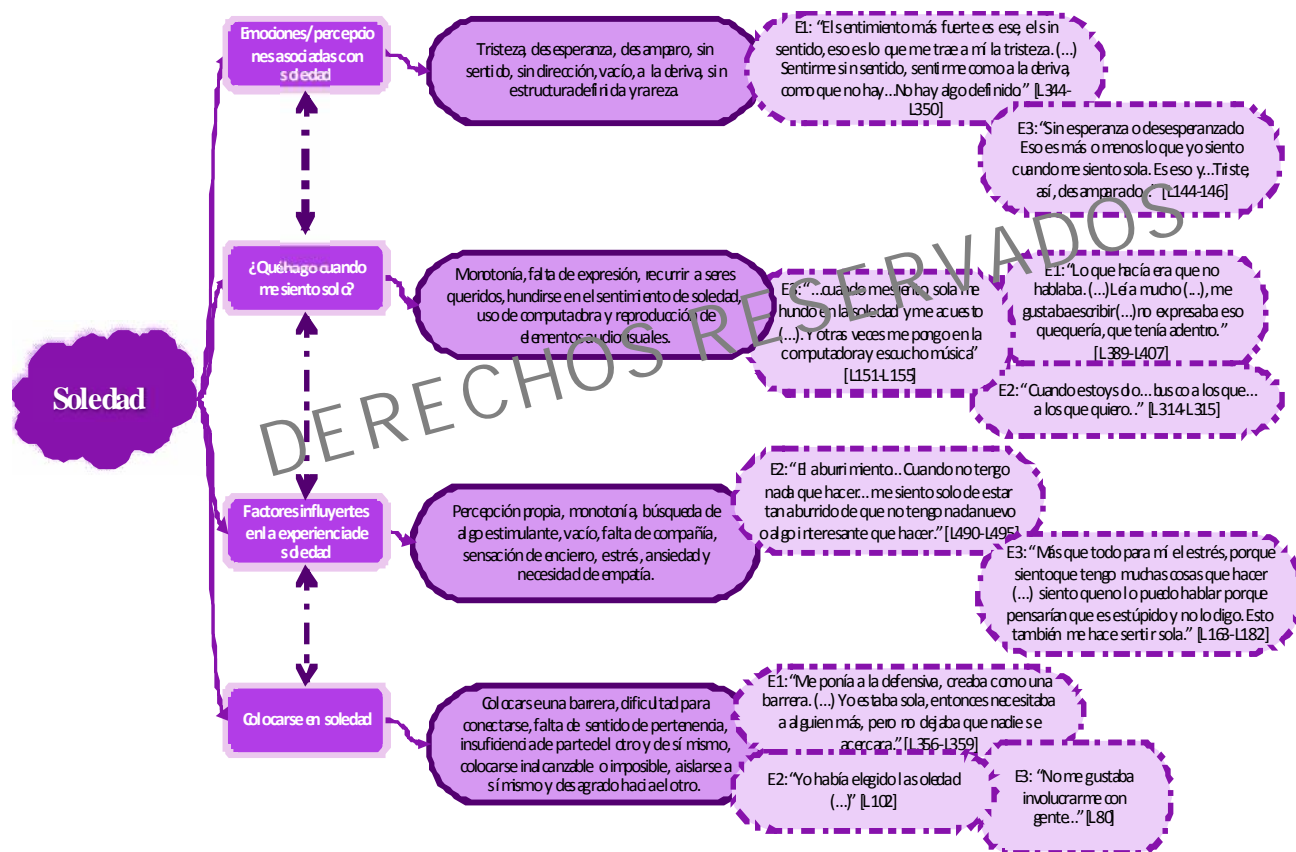
Asimismo, se generó la categoría titulada “Redes sociales como alivio”, explicando cómo se desenvuelven las personas dentro de las redes sociales, conteniendo información sobre el uso y la expresión en este medio. En este caso, se formaron cuatro subcategorías: Frecuencia de uso de las redes sociales, manejo diferente de redes sociales, apariencia dentro de las redes sociales y redes sociales como medio para el desahogo.

Por último, fue incorporada la categoría “Soledad y redes sociales”, la cual muestra la interacción entre la soledad y las redes sociales, así como el resultado de ésta, concretando esta información en tres subcategorías: Relación entre soledad y redes sociales, expresión de soledad en las redes sociales y nueva relación social.

Del mismo modo, se ha decidido incluir un glosario con el fin de que se facilite el entendimiento acerca de la jerga utilizada por aquellas personas que frecuentan las redes sociales (Ver anexo C).

Gráfico Nro. 1

Soledad



Categoría Nro. 1: Soledad

Se ha definido soledad como no mantener un vínculo con una persona especial o no pertenecer a un grupo social, es decir, relaciones en donde se puedan compartir experiencias, pensamientos, sentimientos y emociones; lo cual implica ausencia de apoyo. Del mismo modo, la forma de percibir la soledad es intrapersonal, es decir, depende de cada individuo, por lo que una persona puede sentirse sola sin estarlo físicamente; yendo más allá del entorno que la rodea, debiéndose esto al carácter subjetivo de la experiencia, el cual implica que las personas tienen distintas perspectivas sobre sí mismos, los demás y el

mundo, reaccionando ante la realidad de acuerdo a sus diferencias individuales. De esta manera, surgen cuatro subcategorías que explican esta experiencia detalladamente:

Emociones/percepciones asociadas con soledad

La experiencia de soledad es asociada con sentimientos de tristeza, desesperanza, desamparo, rareza, además de una sensación de vacío, que se relaciona con encontrarse sin sentido, sin dirección o a la deriva, en el cual las personas no saben que es lo que deberían hacer en diferentes aspectos de su vida, deseando poseer alguna estructura definida y encontrándose siempre a la espera de algo que ellos mismos no pueden definir, pero que al mismo tiempo sienten que no puede ser alcanzado. Muchas veces esta experiencia es percibida como desagradable, negativa e indeseada por parte de las personas que transcurren por estos momentos, independientemente de la edad, sexo u otras características personales.

E1: “El sentimiento más fuerte es ese, el sin sentido, eso es lo que me trae a mí la tristeza. (...) Sentirme sin sentido, sentirme como a la deriva, como que no hay... No hay algo que debería ser, pero debería ser muchas cosas. (...) No hay algo definido.” [L344-L350]

E2: “Me siento raro.” [L82]

E3: “Sin esperanza o desesperanzado. Eso es más o menos lo que yo siento cuando me siento sola. Es eso y...Triste, así, desamparado, como que un alma en el mundo no puede ayudarme, no me puede llenar...” [L144-148]

¿Qué hago cuando estoy solo?

Basándonos en el mismo hecho de que la experiencia de soledad es definida de acuerdo a la subjetividad de cada individuo, puede notarse que las personas se dirigen hacia diferentes acciones cuando se sienten solos. Entre las acciones que se llevan a cabo en

momentos de soledad tenemos la falta de expresión al hablar y mostrarse a sí mismo, lo cual los lleva a ser poco genuinos al momento de interactuar con un otro o definirse a sí mismos frente al mundo, también suelen recurrir a la monotonía adentrándose en una rutina constante que reduce la posibilidad de una vida llena de nuevas experiencias, optando por hundirse en este mismo sentimiento de soledad, aun cuando algunas veces acuden a sus seres queridos buscando atención o afecto, además de que utilizan la computadora y reproducen elementos audiovisuales como método de distracción ante los sentimientos desagradables que representa esta experiencia para ellos.

E1: “Lo que hacía era que no hablaba. (...) Leía mucho (...), me gustaba escribir (...), me vestía casi siempre igual y aburrido (...) Me ponía siempre el mismo jean, dos, tres franelitas o una chaqueta o algo así, no expresaba eso que quería, que tenía adentro, o que estaba muy muy adentro y no lo podía expresar.” [L389-L407]

E2: “Cuando estoy solo... busco a los que... a los que quiero. Siempre he tenido a mami, siempre he tenido a tía, siempre he tenido a papi, siempre he tenido a mis hermanos; que si en algún momento me siento solo, voy con ellos. También tengo ciertos amigos que también cuando me siento solo, voy con ellos.” [L314-L319]

E3: “A veces, cuando me siento sola, me hundo en la soledad y me acuesto (...). Y otras veces, en donde, por ejemplo, si estoy sola, me pongo en la computadora y escucho música, y me pongo a ver fotos.” [L151-L155]

Factores influyentes en la experiencia de soledad

Tomando en cuenta que no existe un factor objetivo que desencadene la experiencia de soledad o que influya en esta significativamente, se pueden obtener múltiples factores determinado por las personas que están expuestas a ellos. Como factores influyentes en la experiencia de soledad se han identificado la percepción propia, es decir, que las personas manifiestan sentimientos distintos ante la misma situación que los puede conducir o no a

experimentar soledad, por ejemplo, la forma en que se percibe la falta de compañía o el llevar una vida monótona puede influir en la soledad, trayendo consigo una sensación encierro y vacío, incentivando en ellos la búsqueda de algo estimulante. El estrés y la ansiedad son también considerados como factores que pueden influir en la experiencia de soledad, generando usualmente una necesidad de empatía.

E1: “Percepción propia nada más, porque como te digo, siempre tienes a alguien. O por lo menos en mi caso, siempre tuve a alguien. (...) La única cosa que puede, o sea, tú sientes y lo único que va a hacer que tu sientas eso es tú misma, porque diez personas pueden estar expuestas a la misma situación y ninguna va a reaccionar igual porque todo depende de su percepción.” [L431-L455]

E2: “El aburrimiento... Cuando no tengo nada que hacer, cuando no tengo a nadie con quien hacer algo, cuando estoy tan aburrido de lo mismo que siempre hago, que me siento tan... Que me siento atrapado en todo eso y siento que estoy como que encerrado, y me siento solo de tanto estar aburrido, de que no tengo nada nuevo o algo interesante que hacer.” [L490-L495]

E3: “Más que todo para mí el estrés, porque siento que tengo muchas cosas que hacer y que nadie me puede ayudar (...) a mí parecer todo el mundo está más feliz y yo me siento la única que tiene cosas que hacer y que está estresada. (...) También, cuando tengo ansiedad me siento sola, porque básicamente nadie me entiende, casi nadie me entiende, muy pocas personas me entienden. (...) Las personas lo verían estúpido, algo tan tonto como te puede dar tanta ansiedad hasta llegar al punto de tener un ataque de pánico. Entonces, siento que no lo puedo hablar porque pensarían que es estúpido y no lo digo. Esto también me hace sentir sola.” [L163-L182]

E3: “La gente supone que yo estoy bien y no, o sea, no me dicen nada. Eso me hace sentir también sola.” [L190-L192]

Colocarse en soledad

Se refiere a colocarse una barrera al momento de interactuar con el otro, situándose como inalcanzable/imposible o aislándose a sí mismo del resto, ya sea porque se presente

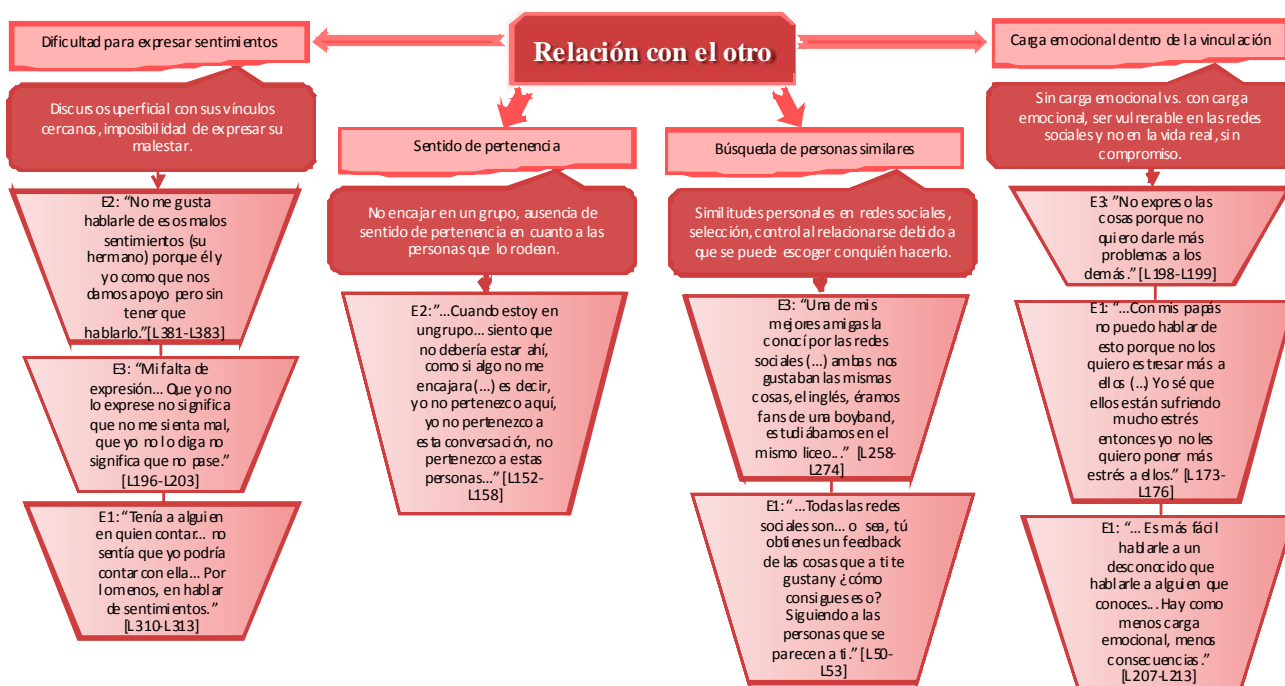
una dificultad para conectarse, se perciba la falta de sentido de pertenencia, se sienta un desagrado hacia el otro o se crea que existe insuficiencia de parte del otro y/o de sí mismo.

E1: “Me ponía a la defensiva, creaba como una barrera. (...) Yo estaba sola, entonces necesitaba a alguien más, pero no dejaba que nadie se acercara, en el sentido de que no hablaba con nadie o...alguien me quería hablar y yo ‘No’. Yo me sentía algo así, no era superior, pero yo daba la impresión de que yo me sentía así, porque esa era mi barrera.” [L356-L362]

E2: “Yo había elegido la soledad (...), estas personas no me agradaban y prefería estar ahí sentado sin hacer nada a estar molestando a unas personas con las que no encajo.” [L102-L105]

E3: “No me gustaba involucrarme con gente, yo odiaba la gente. Se los juro, los odiaba. Era como ‘¡Voy pa’ tu casa!’, ‘No estoy’. Obviamente estoy, de día y de noche, pero no quería hacer contacto con los humanos.” [L80-L83]

Gráfico Nro. 2
Relación con el otro



Categoría Nro. 2: Relación con el otro

La relación con el otro se define como una asociación con un individuo o un grupo, en la que generalmente convergen pensamientos, sentimientos y emociones. Es bien sabido que el ser humano, por naturaleza, tiende a agruparse con diversos fines asociados a una sensación de bienestar psicosocial. En esta categoría se explican los elementos que se encuentran incluidos en las relaciones interpersonales ya establecidas y las relaciones que se desean establecer con un otro, dentro y fuera de las redes sociales en ambos casos. Componiéndose por siete subcategorías:

Dificultad para expresar sentimientos

Una de las bases primordiales cuando se trata de establecer relaciones con el otro, es la expresión de sentimientos, por lo que la ausencia de ésta se encuentra ligada a que se establezcan relaciones interpersonales sin vínculo afectivo, lo cual puede llevar a uno de los participantes de éstas a desencadenar percepciones negativas sobre las mismas relaciones y las que podrían establecer futuramente, generando un estado de ánimo negativo y dificultades en el área social. En este caso, se puede lograr apreciar un discurso superficial en la comunicación con personas cercanas, como familiares o amigos, comúnmente acompañado de la imposibilidad para expresar el malestar.

E1: “Si tenía a alguien en quien contar, pero, sin embargo, no me sentía así, o sea, no sentía que yo podría contar con ella. Tal vez no en todo, pero en ciertos aspectos, por lo menos, en hablar de sentimientos.” [L310-L313]

E2: “No me gusta hablarle de esos malos sentimientos (su hermano) porque él y yo como que nos damos apoyo pero sin tener que hablarlo.” [L381-L383]

E3: “Mi falta de expresión... Porque yo no lo expreso pues, o sea, es un problema que yo tengo (...) Que yo no lo exprese no significa que no me sienta mal, que yo no lo diga no significa que no pase.” [L196-L203]

Sentido de pertenencia

El sentido de pertenencia se refiere a sentirse parte de un grupo o de una sociedad, encontrándose casos en donde se muestra lo opuesto, como lo es no encajar en un grupo y sentir que no se pertenece al entorno social específico en donde se encuentra el individuo. La falta de sentido de pertenencia puede debilitar la interacción social y cuartear la comunicación en general.

E2: ”...Cuando estoy en un grupo... siento que no debería estar ahí, como si algo no me enajara (...) es decir, yo no pertenezco aquí, yo no pertenezco a esta conversación, no pertenezco a estas personas...” [L152-L158]

Búsqueda de personas similares

A lo largo de su vida, las personas tienden a afiliarse con personas que tienen intereses en común, debido a la necesidad de ser entendido por el otro dentro de su relación con el medio social, sin embargo, algunas veces solo pueden percibir diferencias en las características de su entorno. Con la aparición de las redes sociales y la búsqueda fácil de cualquier tipo de personas, los individuos pueden controlar y seleccionar aquellas personas con las que desean relacionarse, encontrando similitudes en ellas, como base para poder formar un vínculo.

E1: “...Todas las redes sociales son... o sea, tú obtienes un *feedback* de las cosas que a ti te gustan y ¿cómo consigues eso? Siguiendo a las personas que

se parecen a ti, porque por supuesto algo que no va a gustarnos es algo que no se parezca a ti, porque uno siempre quiere una... como... relación entre lo que tú eres o lo que te gusta, lo que piensas y lo que ves en otras personas.” [L50-L56]

E1: “Conocí a un muchacho que vivía en España, en las Islas Canarias o algo así, por *Twitter*, por un *fandom*, y nos hicimos súper amiguitos, o sea, hablábamos todos los días.” [L235-L238]

E3: “Aunque para mí también es bueno, por ejemplo, hablar sobre mi ansiedad con una persona que también lo sufra.” [L243-L245]

E3: “Una de mis mejores amigas la conocí por las redes sociales y así también a otras personas (...) Compartimos muchas cosas por las redes sociales... Depende de la persona, pero con esta persona se creó un vínculo fue porque ambas nos gustaban las mismas cosas, el inglés, éramos fans de una *boyband*, estábamos en el mismo liceo...” [L258-L274]

Carga emocional dentro de la vinculación

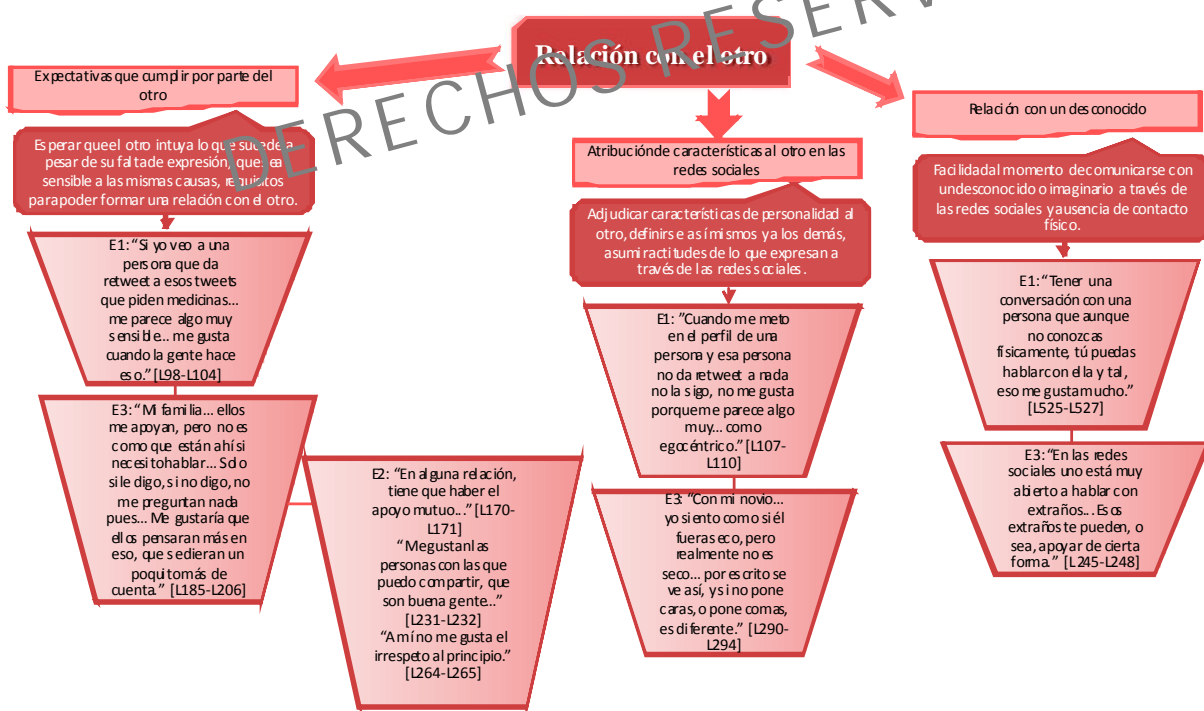
La información intercambiada en una relación social puede tener cierta carga emocional, dependiendo del tipo de relación y la manera en que ésta se desarrolla, por ejemplo, ésta suele encontrarse a menudo en la recepción de mensajes por parte de un ser querido. Entonces, comúnmente se asocia la carga emocional con la comunicación que se da en las relaciones con personas conocidas y la ausencia de la misma en el intercambio dentro de la relación con un desconocido, lo que conduce a que las personas se permitan ser vulnerable en las redes sociales y no en la vida real, pudiendo acudir a las redes para comunicarse con un extraño cuando ellos lo deseen, compartiendo pensamientos y sentimientos frecuentemente asociados a inquietudes, dejando también por fuera el compromiso que implica mantener una relación interpersonal.

E1: “...Con mis papás no puedo hablar de esto porque no los quiero estresar más a ellos (...) Yo sé que ellos están sufriendo mucho estrés entonces yo no les quiero poner más estrés a ellos.” [L173-L176]

E1: "... Es más fácil hablarle a un desconocido que hablarle a alguien que conoces... Hay como menos carga emocional, menos consecuencias." [L207-L213]

E3: "No expreso las cosas porque no quiero darle más problemas a los demás." [L198-L199]

Gráfico Nro. 3
Relación con el otro



Expectativas que cumplir por parte del otro

En las relaciones interpersonales pueden esperarse cosas del otro, tomándose como requisitos para poder formar una relación, como por ejemplo, que el otro intuya lo que sucede a pesar de su falta de expresión, un apoyo de su parte o que sea sensible a las

mismas causas. Si estos requisitos no se cumplen, no se considera la posibilidad de establecer una relación con el otro.

E1: “Si yo veo a una persona que da *retweet* a esos *tweets* que piden medicinas... me parece algo muy sensible... me gusta cuando la gente hace eso.” [L98-L104]

E3: “Mi familia... ellos me apoyan, pero no es como que están ahí si necesito hablar... Solo si le digo, si no digo, no me preguntan nada pues... Me gustaría que ellos pensarán más en eso, que se dieran un poquito más de cuenta.” [L185-L206]

E2: “En alguna relación, tiene que haber el apoyo mutuo...” [L170-L171]

E2: “Me gustan las personas con las que puedo compartir, que son buena gente...” [L231-L232]

E2: “A mí no me gusta el irrespeto al principio.” [L264-L265]

Atribución de características al otro en las redes sociales

A través de las redes sociales las personas suelen adjudicar características de personalidad al otro, teniendo la oportunidad de definirse a sí mismos y a los demás, por lo que algunas veces son capaces de asumir actitudes e intenciones de lo expresado por parte de las personas con las que interactúan en las mismas, dando cabida a que se presenten problemas de comunicación.

E1: “Cuando me meto en el perfil de una persona y esa persona no da *retweet* a nada no la sigo, no me gusta porque me parece algo muy... como egocéntrico.” [L107-L110]

E3: “Con mi novio... yo siento como si él fuera seco, pero realmente no es seco... por escrito se ve así, y si no pone comas, o pone comas, es diferente.” [L290-L294]

Relación con un desconocido

Coincidir con un desconocido dentro del entorno social que rodea a las personas es muy común, pero esta posibilidad se amplía más con la existencia de las redes sociales, en las cuales las personas pueden comunicarse con personas que incluso se encuentren en un lugar lejano, ya que no amerita la presencia física de ambos. Esta facilidad al momento de recurrir a un desconocido o imaginario a través de las redes sociales puede favorecer en la comunicación y la búsqueda de apoyo. Algunas personas prefieren acudir a un desconocido que a las personas que ya conocen.

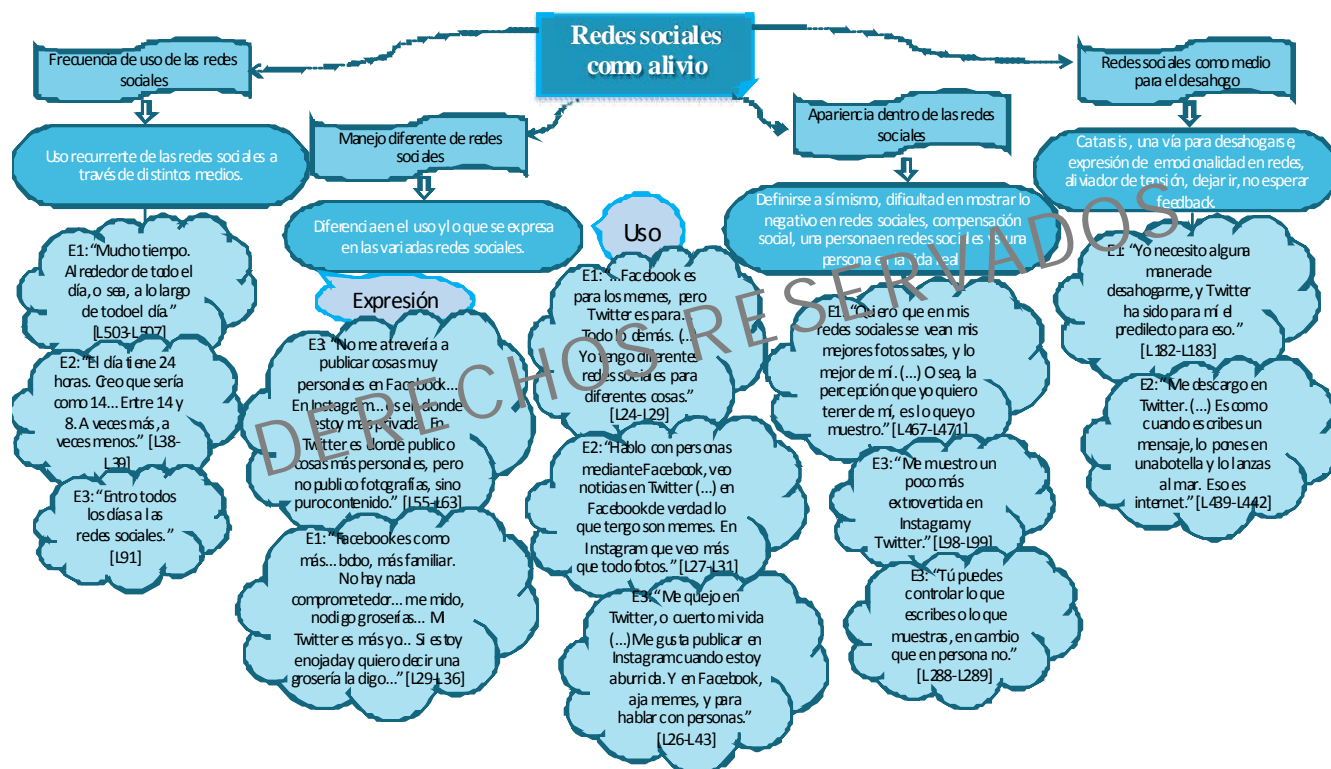
E1: “En mi círculo de *mutuals*, en las redes sociales, en *Twitter* principalmente somos así. Estamos abiertos para cualquier cosa que necesites hablar, por lo menos, a veces yo necesito hablar y recorro a uno de ellos...” [L225-L228]

E1: “He establecido relaciones emocionales con personas que conozco por las redes sociales porque me siento sola. Por lo menos, en ese momento no sentía que tenía un buen amigo o una buena amiga y yo lo encontré en él, y fue por alguien que conocí por las redes sociales.” [L264-L269]

E1: “Tener una conversación con una persona que aunque no conozcas físicamente, tú puedas hablar con ella y tal, eso me gusta mucho.” [L525-L527]

E3: “En las redes sociales uno está muy abierto a hablar con extraños... Esos extraños te pueden, o sea, apoyar de cierta forma.” [L245-L248]

Gráfico Nro. 4
Redes sociales como alivio



Categoría Nro. 3: Redes sociales como alivio

Dentro de esta categoría, se pueden observar características sobre el uso de las redes sociales y la expresión dentro de las mismas. Definiéndose las redes sociales como sitios en internet que son una herramienta moderna de la comunicación, en la que se produce un intercambio de información entre las personas, ya sean mensajes textuales o multimedia. Este medio de comunicación es usado algunas veces como una manera de mostrarse como se desea y desahogarse. Se encontraron las siguientes subcategorías:

Frecuencia de uso de las redes sociales

Ante la facilidad de acceso a los medios electrónicos en la actualidad, las personas suelen presentar un uso recurrente de las redes sociales, sin involucrar un límite de tiempo establecido.

E1: “Yo me paro y reviso el teléfono. Desayuno, me baño, vuelvo a revisar el teléfono. Hago algo, limpio el cuarto o la cocina y vana, y vuelvo a revisar el teléfono. Entonces, no sé, mucho tiempo. Alrededor de todo el día, o sea, a lo largo de todo el día.” [L503-L507]

E2: “El día tiene 24 horas. Creo que sería como 14... Entre 14 y 8. A veces más, a veces menos.” [L38-L39]

E3: “Entro todos los días a las redes sociales.” [L91]

Manejo diferente de redes sociales

En cuanto al manejo de redes sociales, se encuentran dos aspectos principales que se deben tomar en cuenta:

Si bien las redes sociales permiten a las personas intercambiar información e interactuar con otros, el uso de las mismas puede variar de persona en persona, utilizándose para interactuar con otros, tanto como para compartir contenido y buscar información. Esto se ha podido observar en los siguientes textos:

E1: “...Facebook es para los memes, pero *Twitter* es para... Todo lo demás. (...) Yo tengo diferentes redes sociales para diferentes cosas.” [L24-L29]

E2: “Hablo con personas mediante *Facebook*, veo noticias en *Twitter* (...) en *Facebook* de verdad lo que tengo son memes. En *Instagram* que veo más que todo fotos.” [L27-L31]

E3: “Me quejo en *Twitter*, o cuento mi vida (...) Me gusta publicar en *Instagram* cuando estoy aburrida. Y en *Facebook*, aja memes, y para hablar con personas.” [L26-L43]

De acuerdo a esto, *Twitter* está destinado a compartir información personal y ver noticias, *Facebook* es utilizado mayoritariamente para compartir memes y hablar con otras personas, mientras que *Instagram* es utilizado para publicar y ver fotos. Del mismo modo, la expresión dentro de las redes sociales puede ser fluctuante dependiendo del contenido que se desea publicar en cada una de ellas, ya que en algunas de ellas, como *Twitter*, se sienten más libres de compartir información personal incluyendo la expresión de sentimientos, dependiendo del círculo de personas que se encuentran en las mismas.

E3: “No me atrevería a publicar cosas muy personales en *Facebook*... En *Instagram*... es en donde estoy más privada. En *Twitter* es donde publico cosas más personales, pero no publico fotografías, sino puro contenido.” [L55-L63]

E1: “*Facebook* es como más... bobo, más familiar. No hay nada comprometedor... me mido, no digo groserías, no comparto cosas de mal gusto, no comparto nada de eso. Pero por lo menos, mi *Twitter* es más... más yo. En el sentido de que, si estoy enojada y quiero decir una grosería la digo porque necesito desahogarme, y la digo. En *Facebook* no hago eso, sino que en *Twitter* lo hago. Si una vez estoy triste, en *Facebook* no voy a publicar que estoy triste y lo publico en *Twitter*.” [L29-L39]

Apariencia dentro de las redes sociales

Dentro de las redes sociales, las personas pueden definirse a sí mismos, mostrándose algunas veces como una persona en redes sociales y otra persona en la vida real como alguna forma de compensación social, teniendo cierta dificultad para mostrar lo que perciben como negativo en redes sociales.

E1: “Quiero que en mis redes sociales se vean mis mejores fotos sabes, y lo mejor de mí. (...) O sea, la percepción que yo quiero tener de mí, es lo que yo muestro.” [L467-L471]

E3: “Me muestro un poco más extrovertida en *Instagram* y *Twitter*.” [L98-L99]

E3: “Estás a través de una pantalla, y esa persona no te puede ver, y si eres una persona tímida como yo, mialma, puedes decir lo que sea (...) Tú puedes controlar lo que escribes o lo que muestras, en cambio que en persona no.” [L282-L289]

Redes sociales como medio para el desahogo

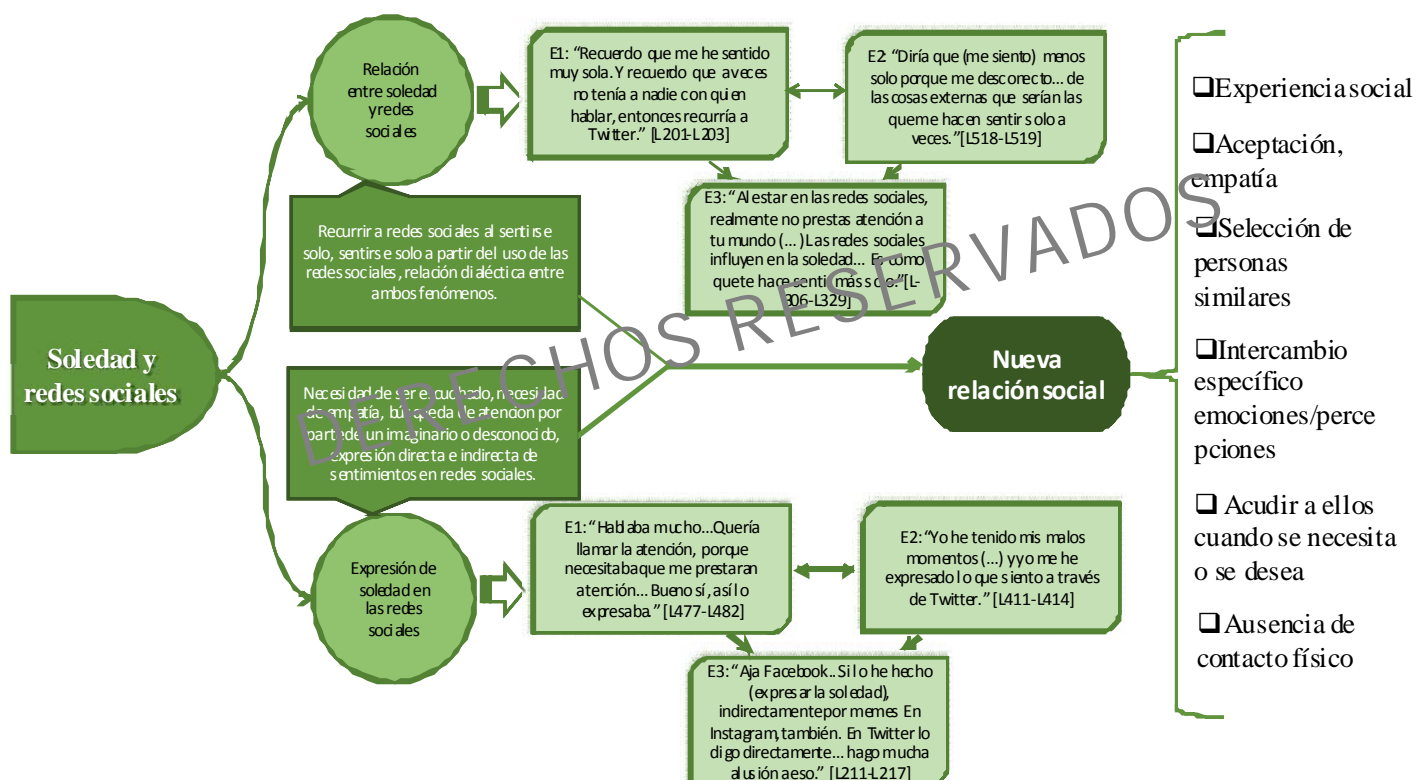
Las redes sociales se utilizan como una vía para desahogarse y un aliviador de tensión o estrés, involucrando la expresión de emocionalidad, el dejar ir aquello que se siente y no esperar feedback, es decir, más para soltar que para recibir alguna respuesta.

E1: “Para desestresarme. Me quejo. Me quejo de muchas cosas, de cualquier cosa que me pase y me moleste y necesite hablarlo porque... muchas veces uno necesita hablar algo... o sea, sacarse algo que tienes dentro, o sea porque te molesta y tal, y a veces no te sientes cómodo diciéndolo o no hallas la persona con quien hablar así que simplemente lo dices por las redes sociales, pues.” [L15-L22]

E1: “Yo necesito alguna manera de desahogarme, y *Twitter* ha sido para mí el predilecto para eso.” [L182-L183]

E2: “Me descargo en *Twitter*. (...) Yo me estoy descargando en esas palabras, estoy intentando concentrar un poco el dolor en esas palabras y dejarlas ir, es como cuando escribes un mensaje, lo pones en una botella y lo lanzas al mar. Eso es internet... Simplemente pa’ hacerlo. Para dejarlo ir. Alivia de algún modo.” [L429-L435]

Gráfico Nro. 5
Soledad y redes sociales



Categoría Nro. 4: Soledad y redes sociales

A partir de la investigación de soledad y uso de redes sociales como fenómenos presentes en adultos jóvenes, ha surgido información que ayuda a explicar la interacción entre ellos, la cual se ha planteado en esta categoría, desarrollándose en tres subcategorías:

Relación entre soledad y redes sociales

Se ha encontrado una relación dialéctica entre ambos fenómenos, en donde algunas personas recurren a las redes sociales al momento de sentirse solos, teniendo como resultado que una parte de ellas se sientan menos solas luego de esto, mientras que otras se

sientan más solas a partir del uso de las redes sociales, dependiendo de su percepción de esta experiencia.

E1: “Recuerdo que me he sentido muy sola. Y recuerdo que a veces no tenía a nadie con quien hablar, entonces recurría a *Twitter*.” [L201-L203]

E2: “Diría que (me siento) menos solo porque me desconecto... de las cosas externas que serían las que me hacen sentir solo a veces.” [L518-L519]

E3: “Al estar en las redes sociales, realmente no prestas atención a tu mundo (...) Las redes sociales influyen en la soledad... Es como que te hace sentir más solo.” [L-306-L329]

Expresión de soledad en las redes sociales

Como se ha mencionado anteriormente, las personas suelen acudir a las redes sociales para expresar inquietudes, para desahogarse y recibir un trato empático, cuando el medio en el que se encuentran no satisface todas las necesidades relacionadas a estos elementos. Cuando se trata de acudir a las redes sociales para expresarse, la soledad es uno de los elementos que figuran. Entonces, la experiencia de soledad en las redes sociales implica la expresión directa e indirecta de sentimientos, la búsqueda de atención de parte de un imaginario o un desconocido, al igual que la necesidad de ser escuchado y por lo tanto, de empatía.

E1: “Hablaba mucho, porque quería que me escucharan... Quería llamar la atención, porque necesitaba que me prestaran atención, porque lo necesitaba pues, porque no me daban ninguna y lo necesito... Bueno sí, así lo expresaba.” [L477-L482]

E2: “Yo he tenido mis malos momentos (...) y yo me he expresado lo que siento a través de *Twitter*.” [L411-L414]

E3: “Aja *Facebook*... Si lo he hecho (expresar la soledad), indirectamente por memes, pero aja si lo he hecho. En *Instagram*, también. Pero más que todo en

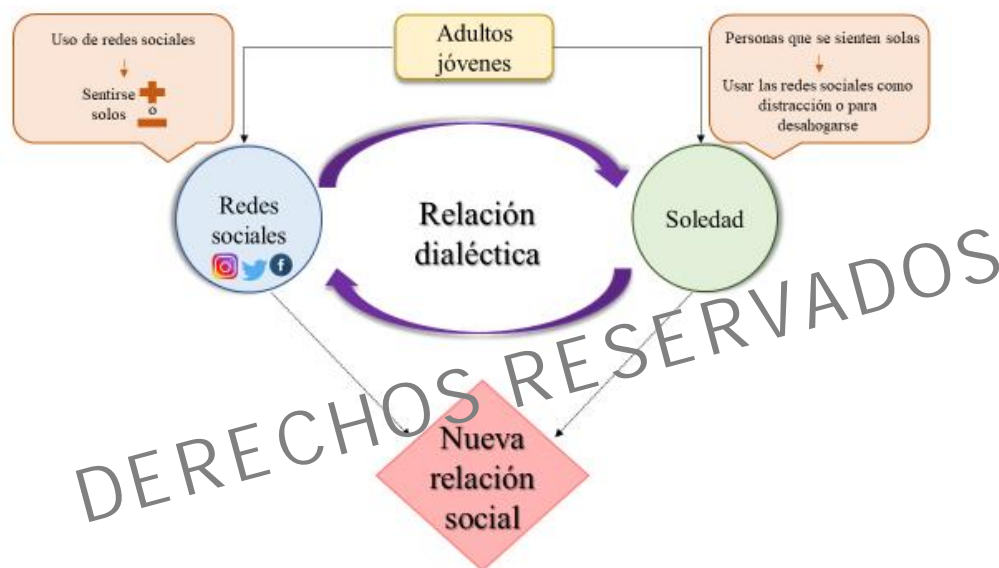
Twitter. En *Twitter* lo digo directamente, o sea, directamente, no que me siento sola, pero hago mucha alusión a eso.” [L211-L217]

Nueva relación social

A partir de la información recolectada en las entrevistas a los informantes claves, se generó la definición de una nueva relación social dentro de las redes sociales, que sobrepasa los límites establecidos hasta el momento con respecto a las relaciones sociales, implicando el uso de medios electrónicos e involucrando elementos como una experiencia social sin contacto físico, lo que elimina el limitante de tener que encontrarse en el mismo sitio para poder interactuar, además de ser posible la selección de personas similares, el intercambio específico de emociones y percepciones, la búsqueda de aceptación y empatía, así como la presencia de redes de apoyo a las que se puede acudir cuando se necesita o se desea, no necesitando un tiempo establecido.

E1: “En ese grupo de amigos hay mucho apoyo, porque, aunque no sea una relación convencional, sigue siendo una relación (...) Yo creo que se están expandiendo las relaciones, se están expandiendo las posibilidades de tener relaciones (...) yo soy una persona que le gusta mucho el contacto físico, pero me gusta la idea de que eso no sea un limitante.” [L516-L524]

Gráfico Nro. 6
Análisis Concluyente



Análisis Concluyente

A través de la meticulosa y exhaustiva revisión de los testimonios dados durante esta investigación mediante las entrevistas realizadas a tres informantes claves que se encontraban en contacto con los fenómenos estudiados, se pudo analizar dicha información a profundidad con el fin de comprender la experiencia de soledad y el uso de las redes sociales en adultos jóvenes, surgiendo también así información que demuestra una interacción entre ambos.

Entonces, para fines de este estudio, se puede concluir que los adultos jóvenes acuden al uso de las redes sociales como medio para desahogarse de sus sentimientos y emociones, incluyéndose la expresión de soledad. Durante esta investigación, se realizó un recorrido a través de la experiencia de soledad y uso de las redes sociales de manera individual, para luego construir una elucidación con respecto a la relación dialéctica que se

da entre ambos fenómenos, observándose que además de que las personas recurren a las redes sociales en momentos de soledad, también el uso de las redes sociales influye en su experiencia de soledad, conduciéndolos a sentirse más o menos solos. Por consecuencia, se generó una explicación referente a las características de una nueva relación social que ha surgido dentro de la amplitud de las redes sociales.

Dentro de la primera categoría, se ha definido soledad como la falta de vínculo con una persona en especial o no encajar en un grupo, haciendo referencia también a la falta de apoyo y al sentirse solo sin estarlo físicamente, lo cual implica el carácter subjetivo del fenómeno. Esto es congruente con lo planteado por Weiss 1973, 1974 (citado en Russell, Cutrona, Rose y Yurko, 1984), quien diferencia la soledad emocional de la social, la primera siendo descrita como la falta de un lazo íntimo y cercano con otra persona, mientras que la segunda se reconoce como la falta de una red de relaciones sociales. Igualmente, Peplau y Perlman, 1981 (citado en Duck y Gilmour, 1981) refieren que la soledad aparece cuando la red de relaciones sociales que posee una persona es deficiente de alguna manera significativa, ya sea cuantitativamente o cualitativamente. De acuerdo a esto, la percepción de la soledad en las personas varía dependiendo de su subjetividad ya que, por ejemplo, una persona puede sentirse sola sin estarlo físicamente.

Asimismo, la experiencia de soledad se asocia con sentimientos de tristeza, desesperanza, desamparo, rareza y una sensación de vacío. Lo cual concuerda con lo señalado por Cook y Wilson (1979) relacionando la soledad con sentimientos de

insatisfacción general, infelicidad, depresión, ansiedad, vacío, aburrimiento e inquietud. Cabe destacar que se encontró que estos sentimientos, así como pueden ser consecuencias de la soledad, de forma individual pueden ser desencadenantes en el desarrollo de la misma; esto se puede apreciar en lo mencionado por los informantes con respecto a los factores que influyen en la experiencia de soledad, los cuales fueron la percepción propia, falta de compañía, el estrés, la ansiedad y el llevar una vida monótona.

Por otro lado, los adultos jóvenes se encuentran en una etapa de crisis o conflicto llamada intimidad versus aislamiento, en la que centran toda su energía en lograr una afiliación social en todos los aspectos de su vida manteniendo relaciones interpersonales basadas en confianza e intimidad, sin embargo, se puede recaer en el aislamiento afectivo que puede ser visto como un distanciamiento o una expresión de exclusividad, que afecta el desarrollo de relaciones interpersonales y puede estar ligado a sentimientos de individualismo y egocentrismo, lo cual también puede generar sentimientos de odio, tanto a los demás como a sí mismo, según lo planteado por Bordinon (2005) en su síntesis acerca de la teoría de desarrollo psicosocial de Erik Erikson (1968).

En este caso, en la subcategoría “Colocarse en soledad” se hace referencia a como los informantes tienden a colocarse una barrera al momento de interactuar con el otro, situándose como inalcanzable/imposible o aislándose a sí mismo del resto, ya sea porque se presente una dificultad para conectarse, se perciba la falta de sentido de pertenencia, se sienta un desagrado hacia el otro o se crea que existe insuficiencia de parte del otro y/o de

sí mismo. Lo cual a su vez se relaciona con lo plasmado en la categoría titulada “Relación con el otro”, sobre lo que las personas pueden esperarse cosas del otro, tomándose como requisitos para poder formar una relación. Si estos requisitos no se cumplen, no se considera la posibilidad de establecer una relación con el otro.

Integrándose a la categoría ya expuesta, en la que se plantean los elementos que caracterizan las relaciones que los informantes poseen y las que desean establecer, ubicándose el sentido de pertenencia como un elemento importante y vislumbrándose la falta de éste dentro de la experiencia de soledad, ya que según lo referido por Weiss 1973, 1974 (citado en Russell, Cutrona, Rose y Yurko, 1984) la soledad social causa sentimientos de rechazo o de no ser aceptado, descritos como la falta de sentido de pertenencia.

Además, entre los hallazgos se ubica que las personas suelen buscar personas similares con las que relacionarse, es decir, personas que compartan sus características personales o intereses. A pesar de esto, algunas veces pueden no encontrar a estas personas en su entorno, entonces recurren a las redes sociales debido a la facilidad de búsqueda de personas que estas ofrecen. Frente a esto, Morahan-Matin y Schumacher (2003) revelan que las personas que se sienten solas usan Internet para crear amistades e interactuar con personas que tienen intereses similares a ellos. Dentro de estas interacciones mediante las redes sociales, las personas pueden atribuir características de personalidad al otro y asumir ciertas actitudes o intenciones.

También, se enuncia la dificultad para expresar sentimientos, especialmente a seres queridos, como familiares o amigos, debiendo esto algunas veces a la carga emocional que se percibe dentro de la vinculación y la comunicación en la misma, adjudicándose menos carga emocional a la interacción con una persona desconocida, la cual es muy probable de conseguir a través de las redes sociales, siendo esto uno de los motivos por lo que los adultos jóvenes las utilizan. Lo cual difiere de lo afirmado por Subrahmanyam, Reich, Waechter y Espinoza (2008) sobre los jóvenes mayoritariamente compartiendo sus experiencias de vida en las redes sociales con aquellos que conocen fuera de las mismas, ya que suponen que estas personas son las que prefieren agregar a sus redes.

Del mismo modo, McKenna, Green y Gleason (2002) afirman que a las personas que sienten que pueden expresar mejor su verdadero yo en internet se les facilita expresar sus pensamientos, ideas y emociones con aquellos con los que no tienen contacto físico real, sino que los han conocido mediante el uso del internet llegando a formar relaciones cercanas con éstos; esto coincide en gran medida con la información que fue recogida a través de las entrevistas que ha sido reflejada en la categoría mencionada anteriormente, así como en las que serán expuestas a continuación.

Por otro lado, como parte de la categoría “Redes sociales como alivio”, se definieron las redes sociales como sitios en internet determinados como una herramienta moderna de la comunicación, en la que se origina intercambio de información textual o multimedia entre las personas. Esta definición se puede relacionar con la realizada por Vila (2009) que menciona que las redes sociales son un sitio web en el que las personas

interactúan y comparten información con otros. Al igual que el concepto planteado por Muñiz (2010) que las define como un intercambio dinámico y activo en diferentes personas con necesidades específicas, dentro de un sistema abierto que se encuentra en evolución constante.

Siguiendo el mismo orden de ideas, los informantes distinguen las diferentes redes sociales de acuerdo al uso que hacen de las mismas y la expresión dentro de ellas, señalando que *Twitter* es su predilecto para compartir información personal debido a que se sienten más libres al momento de expresarse y para ver noticias, *Facebook* es utilizado para compartir memes y hablar con otras personas, mientras que *Instagram* tiene como uso el publicar y ver fotos. Asociándose a esto, Levis (2001) menciona que en Latinoamérica los usos más comunes del Internet son la búsqueda de información y la comunicación personal.

Otro de los resultados de la investigación fue que los informantes presentan un uso recurrente de las redes sociales, no estableciendo límites de tiempo debido a la facilidad que tienen para el acceso a estos medios. En cuanto a la apariencia dentro de las redes sociales, se mostraron diferencias en cómo se muestran las personas en ellas y cómo lo hacen en el mundo real, encontrándose generalmente dificultades para mostrar lo que perciben como negativo de sí mismos. Tal como lo explica Flores (2009), el cual plasma al usuario de una red social como una persona que tiene necesidades, opiniones y deseos, asegurando también que tener una presencia en Internet es importante y que las redes pueden utilizarse como medio para satisfacer estas necesidades o deseos, además de emplearse para expresar opiniones.

Se puede señalar, entonces, que las redes sociales son utilizadas como un método para desahogar y lograr aliviar la tensión o estrés, como fue mencionado por los informantes en su relato sobre la expresión de emocionalidad, el dejar ir aquello que se siente y no esperar alguna respuesta ante aquello que han soltado. Esto concuerda con lo que se ha dicho por parte de Morahan-Matin y Schumacher (2003) referente a que las personas que se sienten solas hacen uso del internet para relajarse, perder el tiempo o cuando se sienten aislados, deprimidos o ansiosos.

Finalmente, en relación al propósito que ha sido forjado en un inicio como motor para desarrollar la investigación, surgió la última categoría denominada “Soledad y redes sociales” que busca conectar estos fenómenos, haciendo notar la subcategoría “Relación entre soledad y redes sociales”, en la cual se encontró una relación dialéctica entre ambos, siendo que estos mantienen una interacción en la que la influencia mutua es clara y evidente causando consecuencias tanto negativas como positivas debido al hecho de que las personas pueden llegar a sentirse solas a partir del uso de las redes sociales ya que se aíslan del mundo que los rodea o perciben elementos en estos medios que ellos asocian con la soledad, no obstante, también pueden acudir a las redes sociales cuando se sienten solos y lograr disminuir o aliviar los sentimientos negativos que asocian con la experiencia de soledad. Conectándose con lo expuesto por Hood, Creed y Mills (2016) sobre la soledad en adultos emergentes estando asociada a la creación de amistades en redes sociales.

Ahora bien, tal como se mencionó anteriormente las personas recurren a las redes sociales para expresar cómo se sienten, lo cual fue plasmado en la subcategoría titulada

“Expresión de soledad en las redes sociales” naciendo a partir de lo comentado por los informantes con respecto a acudir a las redes sociales en momentos de soledad, haciendo énfasis en la posibilidad de expresión directa e indirecta de sentimientos, búsqueda de atención de parte de un imaginario o un desconocido, al igual que buscando saciar la necesidad de ser escuchado y recibir un trato empático que alivie un poco el malestar que la soledad representa para ellos.

Recogiendo los puntos más importantes revelados con anterioridad dentro de la exposición de los resultados de la investigación, puede agregarse el argumento de Morahan-Matin y Schumacher (2003) que declara que las personas que se sienten solas son las más propensas a recurrir al Internet, y por lo tanto a las redes sociales, en búsqueda de apoyo emocional, creando así amistades en línea e interactuando con personas que tienen intereses similares.

Así pues, como un resultado emergió la subcategoría “Nueva relación social” con el fin de darle un sentido a las relaciones interpersonales que se establecen actualmente a través de los medios electrónicos de comunicación, principalmente en las redes sociales, como *Twitter*, *Facebook* e *Instagram*, las cuales fueron las más comunes en el discurso de los informantes.

Desde el surgimiento de las redes sociales, no ha faltado la promoción acerca de su uso en la sociedad actual, predominantemente en los adultos jóvenes por lo que esto los ha incentivado a trasladar su red de relaciones interpersonales a estos sitios de internet o,

incluso, formarla dentro de los mismos. Es por esto que la nueva relación social se encuentra en su auge en la actualidad, debido a que la evolución de las redes sociales y de los medios electrónicos se desarrolla de forma exponencial, incluyéndose a través del tiempo elementos que propician una comunicación más interactiva (por ejemplo, las videollamadas) y facilitan el contacto con el otro para compartir experiencias aunque no se encuentren en el mismo medio, por lo cual las posibilidades para formar dicha relación social siguen incrementándose.

Esta nueva relación social se caracteriza por ir más allá de lo que se acostumbra en cuanto a las relaciones interpersonales convencionales, integrando además del uso de dispositivos tecnológicos, un intercambio social que no implica el contacto físico. Este contacto físico suele catalogarse como esencial en el establecimiento de la intimidad con el otro, sin embargo, la falta de esta restricción dentro de las comunicaciones en las redes sociales les brinda a las personas la facilidad de mantener conversaciones en los momentos necesarios, mientras los sitios virtuales lo permitan, resultando esto conveniente para la comunicación interpersonal.

De la misma forma, los individuos en su búsqueda de aceptación y empatía dentro de las redes sociales, exploran a través de estos medios para seleccionar personas similares a ellos, en términos de características de personalidad e intereses. Cabe destacar que según lo referido por los informantes, a partir de estas relaciones interpersonales creadas a través de las redes se crean redes de apoyo a las que pueden recurrir cuando lo desean. Otro elemento presente en esta nueva relación social es el intercambio específico de emociones y

percepciones, permitiéndoles decidir el contenido personal destinado a ser compartido con el otro dentro de las redes sociales.

Estos resultados pueden conceder un entendimiento a profundidad acerca de la experiencia de soledad y el uso de las redes sociales en adultos jóvenes, promoviendo el cese de la visión patológica que predomina en la sociedad y la psicología acerca de las nuevas formas de relacionarse a través de la interacción en línea, siempre y cuando éstas se desenvuelvan desde un uso de las redes sociales que no interfiera en el desarrollo de la vida cotidiana de los individuos; tomando en cuenta la subjetividad que se expresa a través de las diferencias individuales que tiene cada persona con respecto a estos mismos aspectos. Asimismo, éstos se pueden tomar como un punto de partida para empezar a tener en cuenta a las redes sociales como espacios accesibles, beneficiosos y productivos en cuanto a la creación y mantenimiento de redes de apoyo.

Recomendaciones

Primero que todo, se recomienda a los informantes evaluar el tiempo que invierten en estar en las redes sociales, observando si éste es una restricción para el desenvolvimiento de sus actividades diarias y sus relaciones interpersonales cara a cara, para así utilizar estos medios de comunicación predominantemente desde los beneficios que les proporcionan. Dirigiéndose igualmente los informantes, se les recomienda trabajar en desarrollar y reforzar las habilidades de comunicación con el otro, específicamente aquellas relacionadas con la expresión de la emocionalidad y de sí mismos, con el fin de mejorar sus relaciones interpersonales y alcanzar su bienestar personal.

Se sugiere la promoción dentro de la universidad el estudio de la emocionalidad y su expresión, para poder entender cada vez más la forma en que el ser humano, como ser emocional que es, funciona dentro del ámbito afectivo, el cual de por sí interactúa con otras áreas de la vida de la persona, necesitando atención por parte de los profesionales de la psicología.

Se recomienda extender las investigaciones acerca de la experiencia de soledad a poblaciones más generales, debido a que se tiende a estudiar dentro del área de la Psicología usualmente su incidencia en aquellas personas que presentan algún trastorno mental, predominantemente en los trastornos del estado de ánimo, además de implementar en mayor medida la metodología cualitativa en los estudios relacionados con la experiencia de soledad, con el fin de alcanzar una perspectiva más amplia, descriptiva y profunda acerca del fenómeno. A fin de futuras investigaciones relacionadas con soledad y/o uso de

redes sociales, se recomienda tomar en cuenta la existencia de diferencias individuales al momento de recolectar e interpretar la información.

Se debe continuar el estudio de las relaciones interpersonales dentro de las redes sociales, con el objetivo de profundizar en la caracterización de las mismas, señalando las fortalezas y las limitaciones que se presentan, para así facilitar su comprensión, debido a que estas relaciones son abundantes en la sociedad actual y parecen estar reemplazando las interacciones cara a cara, traspasando las barreras físicas de comunicación. Asimismo, expandir las investigaciones, estudiando estos fenómenos de manera en grupos de otras edades con el propósito de conocer su propia experiencia de soledad y uso de redes sociales de acuerdo a las etapas vitales que se encuentran atravesando.

Se considera importante llevar a cabo estudios enfocados en los memes como nueva forma de comunicación entre pares y expresión directa o indirecta de sentimientos, opiniones, emociones o ideas dentro de las redes sociales, debido a que se dio como tema recurrente dentro del discurso de los informantes. Además, realizar investigaciones relacionadas con la sensación de vacío o sentido de vida en las personas que concurren las redes sociales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arias, M. (2000). La triangulación metodológica: sus principios, alcances y limitaciones. *Investigación y Educación en Enfermería*. Nro. XVIII, pp. 13-26. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/1052/105218294001.pdf>
- Balcázar, P.; González, N.; Gurrola, G. y Moysén, A. (2006). *Investigación cualitativa*. México: Universidad Autónoma del Estado de México.
- Bordignon, Nelso Antonio; (2005). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson: El diagrama epigenético del adulto. *Revista Lasallista de Investigación*. Vol. 2, No. 2, pp. 50-63. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=69520210>
- Caldevilla, David (2010). Las Redes Sociales: Tipología, uso y consumo de las redes 2.0 en la sociedad digital actual. *Documentación de las Ciencias de la información*. Vol. 33, ISSN: 0210-4210, pp. 45-68. Recuperado de: <http://revistas.ucm.es/index.php/DCIN/article/viewFile/DCIN1010110045A/18656>
- Caplan, S. (2003). Preference for Online Social Interaction: A Theory of Problematic Internet Use and Psychosocial Well-Being. *Communication Research*. Vol. 30, No. 6, pp. 625-648. Recuperado de: https://soic.iupui.edu/files/Thesis_content_example2.pdf
- Carstensen, L. (1995). Evidence for a life-span theory of socio-emotional selectivity. *Current Directions in Psychological Science*. Vol. 4, No. 5. Pp. 151-156. Recuperado de: <http://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1111/1467-8721.ep11512261>
- Cook, M. y Wilson, G. (1979). *Love and Attraction: An International Conference*. Reino Unido: Pergamon Press.
- Co an, D. (2014). An Evaluation of Loneliness. *The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences*. eISSN: 2357-1330, pp. 103 -110. Recuperado de: http://www.futureacademy.org.uk/files/menu_items/other/ep13.pdf
- Dittmann, K. (2002). A Study of the Relationship Between Loneliness and Internet Use Among University Students. *Dissertations*. Paper 331. Recuperado de: <http://digitalcommons.andrews.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1330&context=dissertations>

- Donolo, D. (2009). Triangulación: procedimiento incorporado a nuevas metodologías de investigación. *Revista Digital Universitaria*. Volumen 10, Nro. 8, artículo 53. Recuperado de: <http://www.revista.unam.mx/vol.10/num8/art53/art53.pdf>
- Duck, S y Gilmour, R. (1981). *Personal Relationships in Disorder*. Vol. 3. Inglaterra: Academic Press.
- Erikson, E. (1968) *Identity: Youth and crisis*. Estados Unidos, New York: W. W. Norton.
- Flores, J. (2009). Nuevos modelos de comunicación, perfiles y tendencias en las redes sociales. *Comunicar*. Vol. XVII, No. 33, pp. 73-81. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=15812486009>
- Gadamer, H. (1988). *Verdad y Método: Fundamentos de una hermenéutica filosófica*. España: Sígueme.
- García, V. (1994). *Problemas y métodos de investigación en educación personalizada*. España: Ediciones Rialp.
- González, E. (2016). *Saberes y prácticas del chavismo en habitantes de comunidades populares*. Venezuela: Universidad Rafael Urdaneta.
- Green, L.; Richardson, D.; Lago, T. y Schatten-Jones, E. (2001) Network Correlates of Social and Emotional Loneliness in Young and Older Adults. *Personality and Social Psychology Bulletin*. Vol. 27, No. 3. Pp. 281-288. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/247746694_Network_Correlates_of_Social_and_Emotional_Loneliness_in_Young_and_Older_Adults
- Hood, M.; Creed, P. y J. Mills, B. (2017). Loneliness and online friendships in emerging adults. *Personality and Individual Differences*. Australia: Griffith University. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/315872284_Loneliness_and_online_friendships_in_emerging_adults
- Hurtado, I. y Toro, J. (2005). *Paradigmas y métodos de investigación en tiempos de cambio*. Venezuela: Episteme Consultores Asociados C.A.
- Jones, W.; Hobbs, S. y Hockenbury, D. (1982). Loneliness and social skill deficits. *Journal of personality and social psychology*. Vol. 42, pp. 682-689. Recuperado de:

https://www.researchgate.net/publication/16120577_Loneliness_and_social_skill_deficits

- Krause, M. (1995). La investigación cualitativa: un campo de posibilidades y desafíos. *Revista Temas de educación*. Nro. 7, pp. 19-40. Recuperado de: <http://files.mytis.webnode.cl/200000020-f1c75f2c42/Krause,%20M.%20La%20investigaci%C3%B3n%20cualitativa,%20un%20campo%20de%20posibilidades%20y%20desaf%C3%ADos.pdf>
- Kraut, R.; Patterson, M.; Lundmark, V.; Kiesler, S.; Mukopadhyay, T. y Scherlis, W. (1998). Internet Paradox: A Social Technology That Reduces Social Involvement and Psychological Well-Being? *American Psychologist*. Vol. 53, No. 9, pp. 1017-1031. Recuperado de: <https://www.cs.cmu.edu/~kiesler/publications/1998pdfs/1998Kraut-InternetParadox.pdf>
- Levinson, D. (1978). *The Season of a Man's Life*. Estados Unidos, New York: Ballantine Books.
- Levis, D. (2001). Relaciones Afectivas en Internet: Buscando salir del círculo de la soledad. *ABRA, Revista de la Facultad de Ciencias Sociales de la Univ. Nacional de Costa Rica*. Vol. 22, No. 31. Pp. 104-110. Recuperado de: <http://www.revistas.una.ac.cr/index.php/abra/article/view/4266/pdf>
- Lupo, H. y Sandoval, L. (2007). *Expresión pictórica como suplencia del orden simbólico*. Venezuela: Universidad Rafael Urdaneta.
- Martínez, M. (2004). *Ciencia y arte en la metodología cualitativa*. Primera edición. México: Editorial Trillas.
- McKenna, K.; Green, A. y Gleason, M. (2002). Relationship formation on the Internet: What's the big attraction? *Journal of Social Issues*. Vol. 58, No. 1, pp. 9-31. Recuperado de: <https://pdfs.semanticscholar.org/5172/13b5d6147b025c0e58ae5b0d86501d01c8c0.pdf>
- Moody, E. (2001). Internet Use and Its Relationship to Loneliness. *Cyberpsychology & behavior: the impact of the Internet, multimedia and virtual reality on behavior and society*. Vol. 4, No. 3, pp. 393-401. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/11645383_Internet_Use_and_Its_Relationship_to_Loneliness

- Morahan-Martin, J. y Schumacher, P. (2003). Loneliness and Social Uses of the Internet. *Computers in Human Behavior*. 19. Pp., 659-671. Recuperado de: <https://pdfs.semanticscholar.org/a447/56a52398d8efb5010e0e789cf7d3256d4956.pdf>
- Muñiz, R. (2014). Marketing XXI. 5ta edición. España, Madrid: Centro de estudios financieros.
- Oliva, C. (2012). Redes sociales y jóvenes: una intimidad cuestionada en internet. *Aposta. Revista de Ciencias Sociales*, Julio-Septiembre pp. 1-16. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/4959/495950250003.pdf>
- Ozgur, H.; Demiralay T., Demiralay I. (2014). Exploration of Problematic Internet Use and Loneliness Among Distance Education Students. *Turkish Online Journal of Distance Education – TOJDE*. Vol. 15, No. 2, pp. 75 – 90. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/276839759_Exploration_Of_Problematic_Internet_Use_And_Loneliness_Among_Distance_Education_Students
- Peplau, L. y Perlman, D. (1982). Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy. *Wiley series on personality processes*. Vol. 36, pp. 379-405. Recuperado de: http://www.peplaulab.ucla.edu/Peplau_Lab/Publications_files/Peplau_perlman_82.pdf
- Peplau, L. y Goldon, S. (1984). Preventing the Harmful Consequences of Severe and Persistent Loneliness. DHHS publication, No. (ADM) 84-1312. Estados Unidos: U.S. Government Printing Office.
- Romero, C. (2005). La categorización: un aspecto crucial en la investigación cualitativa. *Revista de Investigaciones CESMAG*. Nro. 11, pp. 113-118. Recuperado de: <http://investigumire.iucesmag.edu.co/ire/index.php/ire/article/viewFile/137/90>
- Russell, D.; Cutrona, C.; Rose, J. y Yurko, K. (1984). Social and emotional loneliness: An examination of Weiss's typology of loneliness. *Journal of personality and social psychology*. Vol. 46. Pp., 1313-1321. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/16462207_Sound_and_emotional_loneliness_An_examination_of_Weiss's_typology_of_loneliness

- Saßenroth, D. (2013). *The Impact of Personality on Participation Decisions in Surveys: A Contribution to the Discussion on Unit Nonresponse*. Alemania: Springer Science & Business Media.
- Sarason, I. y Sarason, B. (1985). *Social Support: Theory, Research and Applications*. Vol. 24. Estados Unidos: NATO ASI Series.
- Subrahmanyam, K.; Reich, S.; Waechter, N. y Espinoza, G. (2008). Online and Offline Social Networks: Use of Social Networking Sites by Emerging Adults. *Journal of Applied Developmental Psychology*. 29. Pp. 420-433. Recuperado de: <https://www.researchgate.net/publication/222298826> Online_and_Offline_Social_Networks_Use_of_Social_Networking_Sites_by_Emerging_Adults
- Sullivan, H. (1955). *The Interpersonal Theory of Psychiatry*. Estados Unidos, New York: Routledge.
- Taylor, S. y Bogdan R. (1994). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Argentina: Paidós.
- Vila, J. (2009). Análisis de las redes sociales: Facebook. *Comunicación y pedagogía: Nuevas tecnologías y recursos didácticos*. ISSN 1136-7733, No. 233, pp. 22-26. Recuperado de: <https://es.scribd.com/doc/14457864/Analisis-de-las-redes-sociales-Facebook>
- Weiss, R. (1973). *Loneliness: The experience of Emotional and Social Isolation*. Reino Unido, Cambridge: MIT Press.

DERECHOS RESERVADOS

ANEXOS

DERECHOS RESERVADOS

ANEXO A

CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Se pide su participación y colaboración en la investigación que es titulada: “Experiencia de soledad y uso de las redes sociales en adultos jóvenes”. Ésta es realizada por las estudiantes Karlen María González Pérez, portadora de la C.I.: 25.296.679 y Jelismar de los Ángeles Ramírez Ochoa, portadora de la C.I.: 26.297.004, ambas cursantes del 10mo trimestre de Psicología en la Universidad Rafael Urdaneta.

Al aceptar su participación en este estudio, se le solicitará que se involucre de forma activa en entrevistas que serán grabadas en audio a través de un teléfono celular. Cabe destacar que la información recogida en las entrevistas será utilizada netamente con fines académicos y de investigación, manteniéndose la confidencialidad y el anonimato para con su persona, respetando y garantizando su derecho a la intimidad.

Si ha leído este documento y ha decidido participar, es necesario recordar que su participación es puramente voluntaria y que tiene derecho a abstenerse de participar o retirarse del estudio en cualquier momento. También, tiene derecho a no contestar alguna pregunta en particular.

Luego de haber decidido participar y haber discutido con las investigadoras la información en esta hoja de consentimiento, se le agradece de antemano por su gran colaboración para con esta investigación. Al firmar, aceptará su participación en la misma.

Nombre del participante: _____

Firma

Fecha

DERECHOS RESERVADOS

ANEXO B

PREGUNTAS GENERADORAS DE LA ENTREVISTA

Preguntas Generadoras de la Entrevista

- ¿Qué son para ti las redes sociales?
- ¿Qué tan seguido utilizas tus redes sociales?
- ¿Para qué usas tus redes sociales?
- ¿Alguna vez has asociado el uso de las redes sociales con experimentar soledad?
- ¿Qué es soledad para ti?
- ¿Cómo te sientes cuando experimentas soledad?
- ¿Qué haces cuando experimentas soledad?
- ¿Qué crees que influye en que sientas soledad?

DERECHOS RESERVADOS

ANEXO C

GLOSARIO DE JERGA UTILIZADA EN REDES SOCIALES

Glosario de Jerga Utilizada en Redes Sociales

Palabra	Definición
<i>Fandom</i>	Conjunto de aficionados a algún pasatiempo, persona o fenómeno en particular.
<i>Retweet</i>	Una opción de <i>Twitter</i> que permite a los usuarios compartir las publicaciones o tweets de los demás.
<i>Tweet</i>	Un mensaje publicado mediante <i>Twitter</i> .
<i>Mutuals</i>	Personas que se siguen mutuamente en <i>Twitter</i> .
Memes	Idea, concepto, situación, expresión y/o pensamiento humorístico manifestado en cualquier tipo de medio virtual, que se replica mediante internet de persona a persona hasta alcanzar una amplia difusión.